

Energiesparfibel



Strom sparen • TIẾT KIEM ĐIỆN	4	Wasser sparen • TIẾT KIEM NUOC	24
Heimliche Stromfresser • Kê ngón điện lén lút	5	Reine Wäsche, saubere Umwelt •	
Neue Elektrogeräte • Thiết bị điện mới	7	Quần áo sạch, môi trường sạch	26
In der Küche • Trong bếp	8	Mülltrennung • PHÂN LOẠI RÁC	27
Kühlschrank • Tủ lạnh	10	Gut sortiert und Geld gespart •	
Kochen und Garen • Nấu và làm chín	11	Phân loại cho tốt và tiết kiệm tiền	28
Beleuchtung • Chiếu sáng	12	Sondermüll und Sperrmüll •	
		Rác đặc biệt/ Rác cồng kềnh	31
Heizen • SỬỚI	14	Ergänzende Infos • THÔNG TIN BỔ XUNG	32
Raumtemperaturen • Nhiệt độ trong phòng	14	Ökostrom nutzen ist aktiver Klimaschutz •	
Nach Bedarf heizen • Sưởi theo nhu cầu	15	Dùng điện sạch là bảo vệ môi trường một	
Wärmestau ist Wärmeclau •		cách tích cực	32
Căn khí ẩm là đánh cắp khí ẩm	16	Energiekennzeichen • Kí hiệu năng lượng	34
		Glossar • Từ vựng	36
Lüften • THÔNG KHÍ	18	Beratungsadressen • Các địa chỉ tư vấn	40
Richtig lüften. Wie häufig soll gelüftet werden? •		Weitere Infos • Các thông tin khác	42
Nên thường xuyên thông khí như thế nào?	20		
Schimmel • Nấm mốc	21		

Liebe Leserinnen und Leser,

wir sind Familie Lan und Familie Schmidt. Mit diesem Büchlein wollen wir Ihnen zeigen, wie Sie ohne großen Aufwand zu Hause Energie sparen können.

Wir haben unseren Energieverbrauch inzwischen so weit reduziert, dass wir im Jahr mehrere Hundert Euro sparen. Dabei müssen wir auf nichts verzichten, wir nutzen die Energie einfach effizienter.

Das spart nicht nur Geld, sondern schont auch die Umwelt und wertvolle Energieressourcen. Wir verursachen dadurch weniger CO₂, das für die Klimaerwärmung mitverantwortlich ist.

Unser Motto ist:
„So viel wie nötig, so wenig wie möglich.“

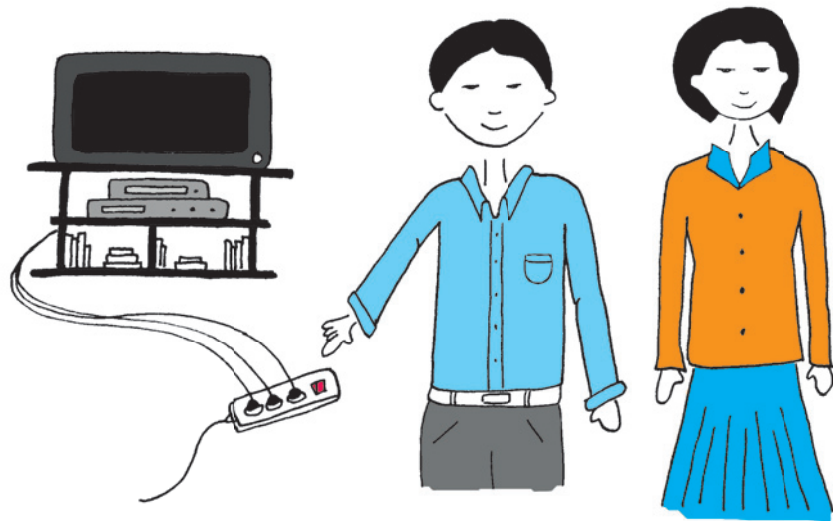
Các bạn đọc thân mến,

Chúng tôi là gia đình Lan và gia đình Schmidt. Với cuốn sách nhỏ này chúng tôi muốn chỉ cho các bạn cách tiết kiệm năng lượng trong gia đình mà không phải mất nhiều công sức.

Giờ đây, chúng tôi đã giảm được nhiều năng lượng sử dụng trong hộ gia đình đến mức đã tiết kiệm được hàng trăm Euro. Trong đó, chúng tôi không hề phải từ bỏ một cái gì, đơn giản vì chúng tôi chỉ sử dụng năng lượng một cách có hiệu quả hơn mà thôi.

Điều đó không những tiết kiệm được tiền, mà còn góp phần bảo vệ môi trường và các nguồn năng lượng có giá trị khác. Qua đó chúng ta sẽ tạo ra ít hơn khí CO₂ là nguyên nhân dẫn đến việc làm nóng khí hậu.

Khẩu hiệu của chúng tôi là:
Nhiều như cần thiết, ít như có thể.



Heimliche Stromfresser

Nam hat mit einem Strommessgerät nachgeprüft: Sein Fernseher verbraucht 12 Watt/h im Stand-by-Betrieb und 4 Watt/h, wenn er ausgeschaltet ist.

Darum steckt Nam jetzt alle Geräte in eine schaltbare Steckerleiste. Die kostete 3,50€. So schaltet Nam mit einem Klick gleich alle heimlichen Stromfresser aus. Nam und seine Familie sparen dadurch über 100€ im Jahr.

Die Leerlaufverluste in Deutschland addieren sich zu einer Summe von etwa 4 Milliarden € im Jahr!

Kẻ ngốn điện lén lút

Nam đã thử bằng một máy đo điện: Máy xem truyền hình của anh tiêu tốn hết 12 Watt/giờ khi anh để máy truyền hình ở chế độ chờ (stand-by) và 4 Watt/giờ khi tắt hẳn.

Vì thế, bây giờ Nam cắm tất cả các thiết bị điện vào một hộp nhiều ổ cắm điện có công tắc. Hộp này có giá là 3,50€. Vậy nên, Nam chỉ cần một lần nhấn công tắc là tắt được tất cả các kẻ ngốn điện lén lút. Nhờ đó, Nam và gia đình anh tiết kiệm được 100€ trong một năm.

Các tiêu hao không tải ở nước Đức cộng lại cho một tổng số vào khoảng 4 tỉ € một năm!

Stand-by-Betrieb

Viele Geräte verbrauchen rund um die Uhr Strom, obwohl sie eigentlich gar nicht eingeschaltet sind. Man erkennt das an den leuchtenden Lämpchen oder Uhren am Gerät. Durch den Stand-by-Betrieb entstehen unnötige Kosten von bis zu 200€ pro Haushalt und Jahr.

Scheinaus-Betrieb

Fernseher, Waschmaschine, Computer, Akkuladestationen – viele elektrische Geräte ziehen Strom, solange der Stecker in der Steckdose ist, auch wenn sie ausgeschaltet sind. Man erkennt es oft daran, dass das Netzteil warm ist oder brummt.

Tipp:

Benutzen Sie immer schaltbare Steckdosenleisten und schalten Sie diese nach Gebrauch aus.

Chế độ chờ standby

Nhiều thiết bị tiêu hao năng lượng cả ngày mặc dù thực ra không được bật. Người ta nhận biết điều đó nhờ vào bóng đèn đỏ nhỏ xíu hoặc nhờ đồng hồ của thiết bị. Việc tắt máy để ở dạng chờ gây nên phí tổn tới 200€ cho mỗi hộ gia đình trong một năm.

Máy tắt ào

Máy truyền hình, máy giặt, máy vi tính, các loại nạp điện đều hút điện chừng nào các đầu cắm đều cắm vào ổ cắm, ngay cả khi chúng đã được tắt. Người ta nhận biết được điều đó vì phần dây nóng và kêu rì rì.

Lời khuyên:

Bạn hãy luôn sử dụng hộp chứa nhiều ổ cắm có công tắc và hãy tắt nó sau khi dùng.

Neue Elektrogeräte helfen sparen

Langfristig spart ein eventuell teureres, aber energieeffizienteres Gerät viel Strom. Achten Sie deshalb beim Neukauf auf den Stromverbrauch des Gerätes.

Darüber gibt das EU-Energielabel für Elektrogeräte Auskunft. Damit kann auch der Stromverbrauch von Haushaltsgeräten miteinander verglichen werden.

Jedes Gerät ist einer der Energieverbrauchsklassen von A bis G zugeordnet.

Der Buchstabe A steht für den geringsten Energieverbrauch, G für den höchsten. Die effizientesten Kühl- und Gefriergeräte sind mit „A+“ und „A++“ gekennzeichnet. Die wichtigsten Kennzeichen im Überblick finden Sie auf S. 34.



Các thiết bị điện mới giúp tiết kiệm

Về lâu dài, một thiết bị có thể đắt hơn nhưng hiệu quả về năng lượng hơn sẽ tiết kiệm được nhiều điện. Vì thế, bạn hãy chú ý đến việc tiêu dùng điện của thiết bị khi mua thiết bị mới.

Những nhãn hiệu của EU về năng lượng trên các thiết bị điện sẽ cung cấp thông tin về việc này. Nhờ vậy mà có thể so sánh mức tiêu hao điện của các đồ dùng gia đình với nhau. Mỗi một đồ dùng sẽ được xếp loại theo các hạng tiêu hao điện từ A đến G.

Chữ cái A dành cho loại dùng tốn ít điện nhất, G dành cho loại dùng tốn nhiều điện nhất. Các thiết bị tủ lạnh và tủ đá hiệu quả nhất được ký hiệu với „A+“ và „A++“. Những ký hiệu quan trọng nhất bạn sẽ tìm thấy trong Bản tổng quát tại trang 34.



In der Küche

Lan zeigt Anna ihre neuen Küchenhelfer: Geschirrspülmaschine und Kühlschrank. „Fast 70% der Stromkosten kann ich nun sparen, weil ich einen Kühlschrank der Energieklasse A++ gekauft habe“, erzählt Lan. „Mein alter Kühlschrank verbrauchte in 10 Jahren ca. 1.000€, der neue wird in derselben Zeit nur 300€ verbrauchen.“

Mit ihrer neuen Spülmaschine spart Lan gleich doppelt: Sie verbraucht viel weniger Strom und Wasser.

Tipp: Geschirrspülmaschine nutzen statt Spülen von Hand. Das verbraucht weniger als die Hälfte an Wasser, aber nur bei voll beladener Maschine.

Trong bếp

Lan chỉ cho Anna dụng cụ trợ giúp làm bếp mới của cô: Máy rửa bát đĩa và tủ lạnh. „ Bây giờ thì tớ có thể tiết kiệm được gần 70% tiền điện, vì tớ mua một cái tủ lạnh loại tiêu tốn năng lượng A++“, Lan nói. „Tủ lạnh cũ của tớ dùng trong vòng 10 năm hết khoảng 1.000€, cái tủ lạnh mới dùng trong cùng thời gian ấy chỉ hết có 300€.“

Với máy rửa bát mới Lan cũng tiết kiệm được gấp đôi: máy này tiêu hao ít điện và nước hơn.

Lời khuyên: Sử dụng máy rửa bát thay vì rửa bằng tay. Dùng máy sẽ chỉ hết một nửa lượng nước, nhưng máy phải cho đầy bát đĩa.

Kühlschrank – immer im Dienst

Tipps zum Stromsparen:

- Ihr altes Gerät sollten Sie nach spätestens 15 Jahren austauschen.
- Lassen Sie die Türen von Kühlschrank und Gefriergerät nicht offen stehen.
- Temperatureinstellung: im Kühlschrank +7° C, im Gefriergerät -18° C.
- Kühlschrank/Gefriertruhe nicht direkt neben die Heizung, den Herd oder in die Sonne stellen.
- Tauen Sie das Gerät ab, sobald sich eine Eisschicht gebildet hat.
- Legen Sie keine warmen Speisen in den Kühlschrank.
- Auf gute Belüftung der Kühlschlangen an der Rückseite achten.
- Bei längerer Abwesenheit das Kühlgerät abschalten und abtauen.



Tủ lạnh – luôn phục vụ

Các lời khuyên cho việc tiết kiệm điện:

- Bạn nên thay tủ lạnh cũ chậm nhất sau 15 năm.
- Bạn đừng để mở cánh cửa tủ lạnh và tủ đá.
- Đặt nhiệt độ: trong tủ lạnh +7° C, trong tủ đá -18° C
- Tủ lạnh/Tủ đông đá không để trực tiếp cạnh lò sưởi, bếp nấu hoặc trực tiếp dưới nắng mặt trời.
- Hãy làm tan đá khi tủ tạo ra lớp tuyết băng.
- Không đặt đồ ăn còn nóng vào trong tủ lạnh.
- Chú trọng thông thoáng khí tốt cho dàn mát phía sau tủ lạnh.
- Nếu đi vắng lâu nên tắt tủ lạnh và làm tan đá.

Kochen & Garen – das hilft sparen

Lan hat einen Elektroherd. Sie weiß, Kochen und Backen mit Strom ist viel teurer als mit Gas. Darum achtet sie umso mehr darauf, sparsam zu sein.

So gelingt es:

- Schnellkochtopf verwenden bei langen Garzeiten spart 60 % Energie.
- Passende Deckel für die Töpfe nehmen spart 50 % Energie.
- Restwärme der Herdplatte nutzen. Ein paar Minuten früher ausschalten spart bis zu 25 % Energie.
- Kochplatte und Topfboden sollten gleich groß sein (spart 15 % Energie).
- Wasserkocher verwenden spart 50 %.
- Backofentür nicht unnötig öffnen.
- Heiße Getränke in der Thermoskanne warm halten.

Nấu và làm chín – điều đó giúp tiết kiệm

Lan có một bếp nấu bằng điện. Cô biết là nấu và nướng lò bằng điện sẽ tốn kém nhiều hơn so với bằng khí ga. Chính vì thế mà cô càng chú trọng hơn trong việc sử dụng như thế nào để tiết kiệm.

Kết quả là:

- Sử dụng nồi nấu nhanh cho việc ninh như lâu tiết kiệm được 60 % năng lượng.
- Dùng nồi với nắp vung kín tiết kiệm được 50 % năng lượng.
- Tận dụng sức nóng còn lại của bếp điện. Tắt bếp trước một vài phút tiết kiệm đến 25 % năng lượng.
- Bếp nấu và đáy nồi cần phải bằng nhau (tiết kiệm 15 % năng lượng).
- Dùng ấm đun nước riêng tiết kiệm 50 %.
- Cửa lò nướng không mở một cách không cần thiết.
- Đồ uống nóng giữ nóng trong bình Têc-mốt.

Beleuchtung

Lan und Anna benutzen Energiesparlampen und sparen pro Lampe mindestens 50€. Energiesparlampen verbrauchen bis zu 80% weniger Strom als Glühlampen, weil eine 11W-Energiesparlampe so hell leuchtet wie eine 60W-Glühlampe.

Da Energiesparlampen 8-15 Mal länger halten, sind sie auf lange Sicht viel günstiger als Glühlampen, auch wenn sie zunächst teurer sind. Ihr Einsatz lohnt sich überall da, wo Licht ab 10 Minuten benötigt wird. Halogenlampen sind keine Energiesparlampen und halten etwa doppelt so lang wie Glühlampen.

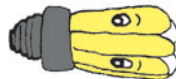
Schalten Sie das Licht aus, wenn Sie nicht im Raum sind!

Chiếu sáng

Lan và Anna dùng bóng đèn tiết kiệm điện và mỗi bóng tiết kiệm được 50€. Bóng đèn tiết kiệm điện tiêu hao ít điện hơn cho đến 80% so với bóng đèn sợi đốt, bởi một bóng đèn tiết kiệm điện loại 11 W chiếu sáng như một bóng đèn sợi đốt loại 60 W.

Do bóng đèn tiết kiệm điện có tuổi thọ lâu hơn từ 8 đến 15 lần nên về lâu dài sẽ có lợi hơn là bóng đèn sợi đốt, mặc dù lúc ban đầu giá có đắt hơn. Việc dùng bóng đèn loại này mang lại hiệu quả ở mọi nơi khi cần chiếu sáng từ 10 phút trở lên. Đèn halogen không phải là loại đèn tiết kiệm điện và chỉ có tuổi thọ gần gấp đôi đèn sợi đốt.

Hãy tắt đèn khi bạn không ở trong phòng!



Tipps beim Kauf von Energiesparlampen:

- Achten Sie auf das EU-Energiekennzeichen und kaufen Sie nur Lampen mit der Energieverbrauchsklasse A.
- Achten Sie auf die Nennlebensdauer auf der Verpackung.
- Es gibt zwei Größen: Sockel E27 (groß) und Sockel E14 (klein).
- Es gibt „Kaltstarter“ und „Warmstarter“ (siehe Glossar).
- Energiesparlampen gibt es inzwischen in allen möglichen Formen: z. B. kerzen-, birnen- oder kugelförmig.
- Es gibt sie in verschiedenen Lichtfarben:
 „warmweiß“ = 2.700-2.900 Kelvin
 „neutralweiß“ = etwa 4.000 Kelvin
 „tageslichtweiß“ = 5.000-6.500 Kelvin
- Es gibt auch dimmbare Typen.



Lời khuyên khi mua bóng đèn tiết kiệm điện:

- Hãy chú ý đến những ký hiệu EU về năng lượng và chỉ mua loại bóng đèn tiêu hao điện loại A.
- Hãy chú ý đến tuổi thọ được ghi trên bóng đèn.
- Có hai loại: đui đèn E7 (loại to) và đui đèn E14 (loại nhỏ).
- Có loại „khởi động lạnh“ và loại „ khởi động nóng“ (xem Từ vựng).
- Hiện giờ bóng đèn tiết kiệm điện có đủ các hình dạng khác nhau: ví dụ như hình ngọn nến, hình quả lê, hoặc tròn.
- Bóng đèn tiết kiệm điện có các màu ánh sáng khác nhau:
 „trắng ấm“ = 2.700-2.900 Kelvin
 „trắng vừa“ = khoảng 4.000 Kelvin
 „trắng ánh sáng ban ngày“ = 5.000-6.500 Kelvin
- Có cả loại bóng đèn tiết kiệm điện mà tự thay đổi được cường độ ánh sáng, sáng dần hoặc tối dần.

Raumtemperatur

Heizen verbraucht am meisten Energie im Haushalt: satte 70%. Hier ist Sparen besonders wichtig. So geht's einfach:

Maßvoll heizen

Jedes Grad Raumtemperatur weniger bedeutet 6% Heizkosten weniger. Zu hohe Raumtemperaturen sind außerdem ungesund und steigern die Gefahr von Erkältungen.

Empfohlene Raumtemperaturen

Küche 18° C
Wohn- und Essräume 20° C
Arbeits- u. Kinderzimmer 20° C
Schlafzimmer 17° C
Bad 24° C
nachts 16° C

Nhiệt độ trong phòng

Trong mỗi hộ gia đình, lò sưởi là tiêu tốn nhiều năng lượng nhất: đến 70%. Việc tiết kiệm ở đây là đặc biệt quan trọng. Điều này rất dễ thôi:

Sưởi dè dặt

Cứ giảm đi một độ trong nhà có nghĩa là bớt đi được 6% chi phí sưởi. Ngoài ra nhiệt độ quá cao trong nhà là không tốt cho sức khỏe và tăng nguy cơ bị cảm lạnh.

Nhiệt độ phòng để tham khảo

Bếp 18° C
Phòng khách và phòng ăn 20° C
Phòng làm việc và phòng trẻ con 20° C
Phòng ngủ 17° C
Phòng tắm 24° C
Ban đêm 16° C

Nach Bedarf heizen

- Bei längerer Abwesenheit und beim Lüften Heizung ganz abschalten.
- Bei 1-2 Wochen auf Frostschutzsymbol (*) oder ganz ausschalten.
- Bei 1-2 Tagen auf Stufe 1 stellen.
- Bei mehreren Stunden Abwesenheit auf Stufe 1 bis 2 stellen.
- Beim Lüften ganz zudrehen! Sonst geht die Wärme ungenutzt nach draußen. Das verbraucht viel Energie.

Weitere Tipps:

- Türen zu nicht oder weniger geheizten Räumen geschlossen halten.
- Undichte Fugen und Schlitze an Fenstern und Türen mit Dichtungsbändern bzw. Türbodenleisten abdichten (ab 5€) spart bis zu 15%.

Sưởi theo nhu cầu

- Khi vắng nhà lâu và khi mở cửa thông khí nhà nên tắt hẳn lò sưởi.
- Nếu vắng độ 1 đến 2 tuần, vặn chỉnh về nấc có hình bảo vệ chống đóng băng đường ống (*) hoặc tắt hẳn.
- Vắng nhà 1 đến 2 ngày nên để sưởi ở nấc số 1.
- Vắng nhà nhiều tiếng nên chỉnh ở nấc số 1 đến số 2.
- Khi mở cửa thông khí nhà nên vặn tắt hoàn toàn lò sưởi! Nếu không, hơi ẩm sẽ thoát ra ngoài vô ích. Điều đó sẽ làm mất nhiều năng lượng.

Một số lời khuyên khác:

- Đóng cửa các phòng không sưởi hoặc sưởi ít.
- Bịt kín các đường ghép hoặc kẽ hở ở các cửa sổ và cánh cửa bằng các dây đệm kín cũng như là nẹp mép sàn cánh cửa (từ 5€) sẽ tiết kiệm được đến 15%.

Wärmestau ist Wärmeclau

„Warum ist es nur immer so kalt in unserem Wohnzimmer? Ich hab doch die Heizung voll aufgedreht“, sagt Anna und sitzt bibbernd auf dem Sessel. „Ist doch klar“, sagt Paul „wenn der Sessel direkt vor dem Heizkörper steht, kann die Wärme nicht vorbei. So wird nur die Rückseite vom Sessel warm.“ Er rückt das Möbel mit Anna zur Seite.

Das stört die Wärmezirkulation:

- Heizkörperverkleidungen,
- Vorhänge über Heizkörpern und
- Wäsche auf dem Heizkörper trocknen.

Achten Sie darauf, dass die Thermostatventile nicht bedeckt sind, da sonst die Raumtemperatur nicht mehr richtig geregelt werden kann.

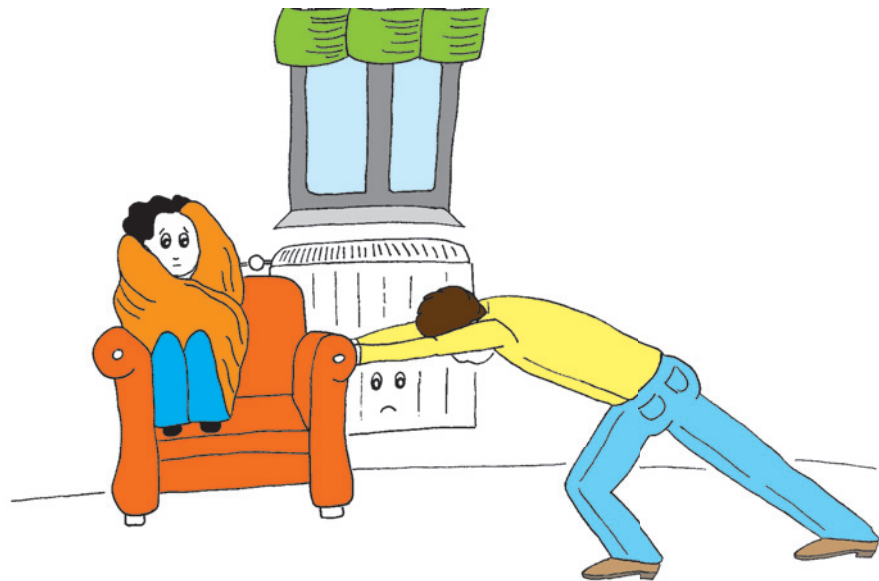
Cản khí ấm là đánh cắp khí ấm

„Tại sao trong phòng của mình lúc nào cũng lạnh thế nhỉ? Em đã vặn lò sưởi lên hết cỡ rồi cơ mà“, Anna nói và ngồi run lập cập trên chiếc ghế bành. „Điều đó thì rõ rồi“, Paul nói „nếu chiếc ghế bành ngự ngay trước lò sưởi thì khí nóng làm sao có thể đi qua được. Như thế thì chỉ có mặt sau của ghế là nóng thôi.“ Anh đẩy chiếc ghế cùng Anna qua một bên.

Chu trình chuyển động của khí nóng bị cản trở khi:

- Lò sưởi bị phủ kín,
- Rèm che trên lò sưởi và
- Phơi khô quần áo trên lò sưởi.

Bạn hãy chú ý không được che kín van chỉnh nhiệt độ, vì nếu như vậy nhiệt độ phòng không được chỉnh đúng nữa.



Richtig lüften

**Quer- oder Stoßlüften:
RICHTIG**

Immer mit weit geöffnetem Fenster lüften, am besten auch bei geöffneter Tür. So wird die Luft in kurzer Zeit ausgetauscht, ohne dass viel Wärme verloren geht. Im Winter reichen 5 Minuten zum Lüften. Dabei die Heizung zudrehen!

**Kipp- und Dauerlüften:
FALSCH**

Durch Dauerlüften bei gekipptem Fenster im Winter geht viel Heizenergie verloren, und es dauert lange, bis die Luft komplett ausgetauscht ist. Vor allem, wenn das Fenster direkt über der Heizung ist, geht viel Wärme ungenutzt nach draußen. Außerdem kühlen die Wände aus.

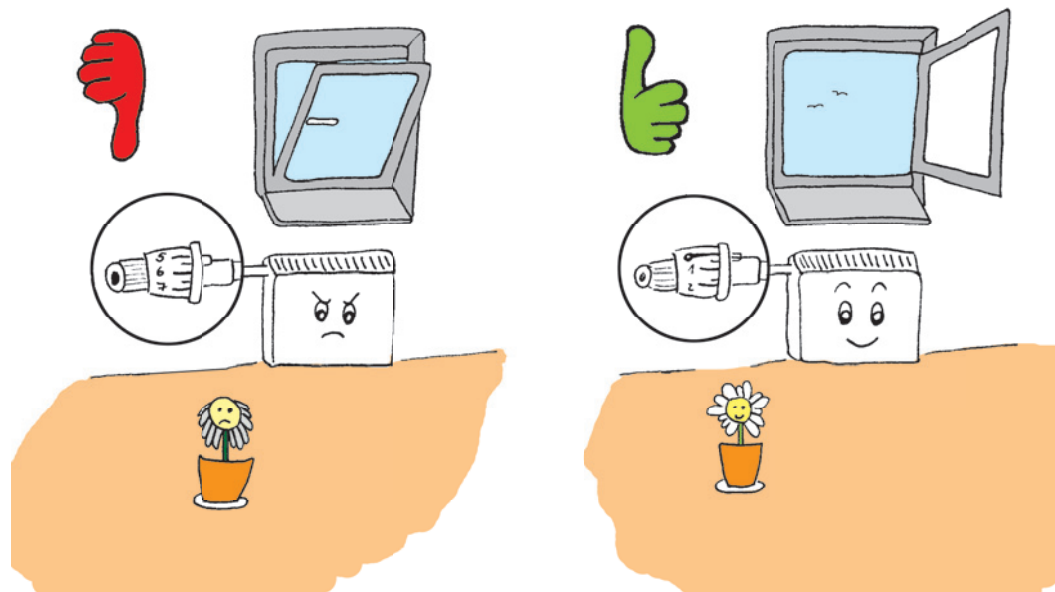
Thông khí cho đúng

**Thông khí đối lưu và thông khí đẩy:
ĐÚNG**

Khi thông khí cần mở rộng cửa sổ, tốt nhất là mở cả cửa ra vào. Như vậy trong một thời gian ngắn không khí sẽ được thay đổi mà không bị mất đi nhiều nhiệt. Vào mùa đông chỉ cần 5 phút thông khí là đủ. Khi đó phải tắt lò sưởi đi!

**Thông khí mở nghiêng cửa và thông khí kéo dài:
SAI**

Khi thông khí kéo dài bằng cách mở nghiêng cửa sổ trong mùa đông sẽ mất nhiều năng lượng sưởi và sẽ mất thời gian lâu để không khí phòng có thể thay đổi được hoàn toàn. Trước nhất là vì cửa sổ thường trực tiếp ở phía trên lò sưởi nên sẽ mất nhiều nhiệt vô ích ra bên ngoài. Ngoài ra, tường nhà sẽ bị lạnh đi



Wie häufig soll gelüftet werden?

Morgens nach dem Aufstehen die Wohnung komplett lüften. Vormittags und nachmittags genutzte Räume nochmals lüften. Abends vor dem Schlafengehen vor allem das Schlafzimmer lüften. Nach dem Duschen, Baden, Kochen oder Wäschetrocknen ist viel feuchte Luft im Raum. Dann intensiv lüften.

Tipp:

Wischen Sie nach dem Duschen die Kacheln des Badezimmers ab. Falls im Bad kein Fenster vorhanden ist, das nächstgelegene Fenster in einem anderen Raum öffnen. Dabei müssen alle anderen Türen in der Wohnung zu sein, damit die Feuchtigkeit sich nicht in der ganzen Wohnung verteilt.

Nên thường xuyên thông khí như thế nào?

Buổi sáng sau khi thức dậy nên thông khí toàn bộ phòng ở. Sáng và chiều nên thông khí những căn phòng đang sử dụng lần nữa. Buổi tối trước khi đi ngủ trước nhất phải thông khí phòng ngủ. Không khí trong phòng sẽ rất ẩm sau khi tắm vòi sen, tắm bồn, đun nấu hoặc phơi quần áo. Cho nên sau đó cần phải thông khí phòng với cường độ mạnh.

Lời khuyên:

Sau khi tắm xong nên lau đá lát tường. Nếu trong phòng tắm không có cửa sổ thì phải mở cửa sổ phòng bên cạnh. Khi đó phải đóng tất cả cửa phòng khác trong nhà để khí ẩm không tràn được vào toàn căn nhà.

Schimmel**Pilz erkannt – Gefahr gebannt**

Schimmelpilze erkennt man an schwarzen, weißen, gelben oder grünen Flecken in der Wohnung. Besonders gut gedeiht Schimmel

da, wo es kalt und feucht ist.

Zum Beispiel:

- über angekippten Fenstern,
- in kühlen Räumen und
- an kalten Außenwänden.



Dort kühlt sich die Luft ab und die Luftfeuchte schlägt sich als Tauwasser an der Wand nieder.

Schimmel kann in größerer Konzentration Atemwegserkrankungen, Allergien und Infektionen auslösen. Gerade im Schlafzimmer sollte er unbedingt entfernt werden.

Nấm mốc**Nhận biết nấm – Loại trừ nguy cơ**

Người ta nhận biết nấm mốc khi thấy những mảng tường nhà có màu đen, trắng, vàng hay xanh lục. Nấm mốc đặc biệt phát triển nhanh ở những nơi lạnh và ẩm.

Ví dụ như:

- ở phía trên chỗ cửa sổ mở nghiêng,
- trong những phòng lạnh và
- ở những bức tường ngoài lạnh.

Ở những chỗ đó khí bị lạnh đi và hơi ẩm trở thành sương thấm vào tường làm ổ tại đó.

Nấm mốc khi tập hợp tạo thành mảng lớn có thể gây ra những căn bệnh về đường hô hấp, dị ứng và các bệnh lây nhiễm. Chính tại phòng ngủ cần phải nhất thiết diệt trừ nấm mốc.

Aber erst muss die Ursache für die Feuchtigkeit festgestellt und beseitigt werden. Sonst kommt der Schimmel immer wieder oder kann sich weiter ausbreiten und große Schäden am Gebäude anrichten. Bei Schimmelbefall muss daher immer der Vermieter informiert werden.

Kleinere Stellen können Sie selbst mit 70-80%igem Spiritus entfernen.

Bei größeren Stellen muss Ihr Vermieter einen Fachmann beauftragen. Ihr zuständiges Gesundheitsamt, die Verbraucherzentrale oder der Berliner Mieterverein können Sie in solchen Fällen fachkundig beraten. Die wichtigsten Adressen finden sie auf den Seiten 40 und 41.



Nhưng trước nhất phải xác định được nguyên nhân gây ra hơi ẩm và loại trừ nó. Nếu không, nấm mốc sẽ lại xuất hiện và có thể tiếp tục lan rộng ra và gây ra những thiệt hại cho cả tòa nhà. Trong trường hợp bị nấm mốc tấn công cần phải báo ngay cho chủ nhà biết.

Đối với những mảng nấm mốc nhỏ bạn có thể tự diệt trừ bằng cồn 70-80%.

Đối với những mảng nấm mốc lớn hơn, chủ nhà của bạn phải giao cho một người chuyên nghiệp. Trong những trường hợp này, Sở y tế chủ quản của bạn, Trung tâm người tiêu dùng hoặc Hội những người thuê nhà Berlin có thể tư vấn một cách chuyên nghiệp cho bạn. Bạn sẽ tìm thấy những địa chỉ quan trọng nhất tại trang 40 và 41.

Schimmel

Schimmel vermeiden

- Oft und ausreichend lüften!
- Türen zu weniger beheizten Räumen geschlossen halten. Denn mit der Wärme gelangt auch Feuchte in den kühleren Raum.

Ausreichend heizen

Räume nicht auskühlen lassen. In Räumen mit kalten Außenwänden sollten die Temperaturen nicht unter 20°C sinken, auch hier regelmäßig und ausreichend lüften.

Möbel im Abstand von 5-10 cm zur Wand aufstellen. Vor allem hinter großen Schränken kann bei mangelndem Luftaustausch schnell Schimmel entstehen.



Nấm mốc

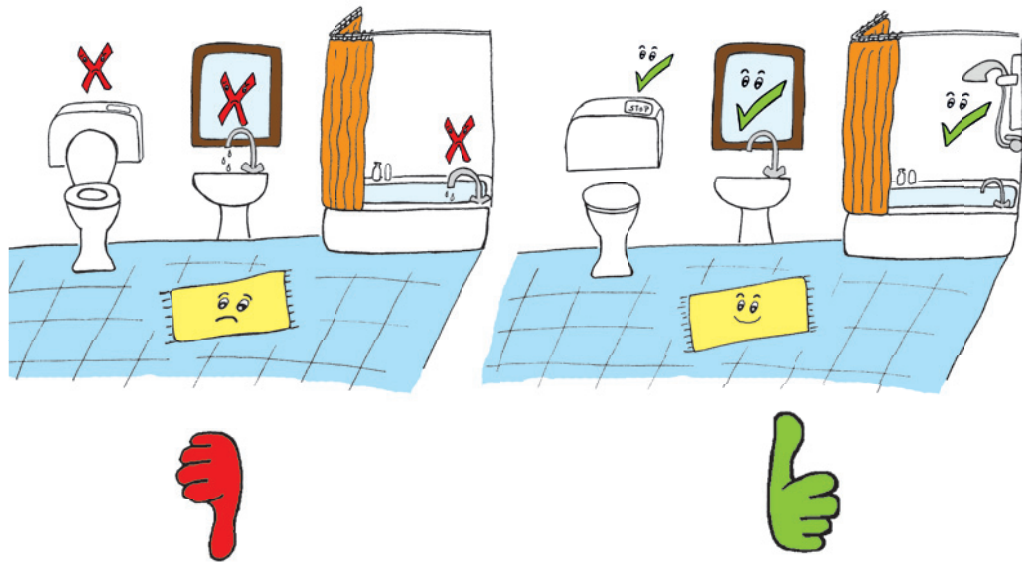
Tránh nấm mốc

- Thông khí thường xuyên và đúng cách.
- Đóng cửa những căn phòng ít được sưởi. Bởi vì hơi ẩm cũng vào được những phòng lạnh hơn cùng với hơi nóng.

Sưởi đầy đủ

Không để cho phòng lạnh. Tại những phòng tường ngoài lạnh thì không nên để nhiệt độ xuống thấp hơn 20°C, ở phòng này cũng phải thông khí thường xuyên và đầy đủ.

Đề các đồ đạc, bàn ghế, giường tủ cách tường 5-10 cm. Nhất là đằng sau những tủ lớn thì nấm mốc có thể xuất hiện nhanh chóng nếu như thiếu sự trao đổi khí.



Wasser sparen in Bad und WC

Wenn Sie Wasser sparen, dann sparen Sie die Kosten für Wasser, Abwasser und für die Energie zum Erwärmen. Familie Lan hat ihre jährlichen Wasserkosten von 1.200€ stark reduziert.

Tipps zum Wassersparen:

- Duschen statt Baden. Denn Baden verbraucht dreimal so viel Wasser. Bei 7 Personen spart Familie Lan 76.000 Liter im Jahr.
- Toilettenspülung mit Spülstopp-Taste spart 50% Wasser ein. Das Nachrüsten ist ganz einfach.
- Tropfende Wasserhähne reparieren. Bis zu 50 Liter Trinkwasser verbraucht ein undichter Wasserhahn am Tag. Das sind 18.000 Liter im Jahr.
- Ein Sparduschkopf spart 35% Wasser.

TIẾT KIỆM NƯỚC TRONG BỒN TẮM VÀ TOA LẾT

Khi các bạn tiết kiệm nước, tức là các bạn tiết kiệm tiền nước, tiền nước thải, tiền năng lượng để đun nóng. Hàng năm gia đình Nam đã giảm mạnh tiền nước đến 1.200€.

Một vài chỉ dẫn để tiết kiệm nước:

- Tắm vòi hơn tắm bồn. Vì tắm bồn tốn hơn ba lần nước. Với 7 người gia đình Nam một năm tiết kiệm được 76.000 lít.
- Giật nước Toalet bằng nút dừng tiết kiệm được 50% nước. Cách lắp đặt hoàn toàn đơn giản.
- Chữa lại vòi nước bị nhỏ giọt. Vòi nước không kín một ngày tiêu tốn đến 50 lít nước sạch. Một năm là 18.000 lít.
- Dùng vòi tắm tiết kiệm giảm được 35% nước.

Reine Wäsche, saubere Umwelt

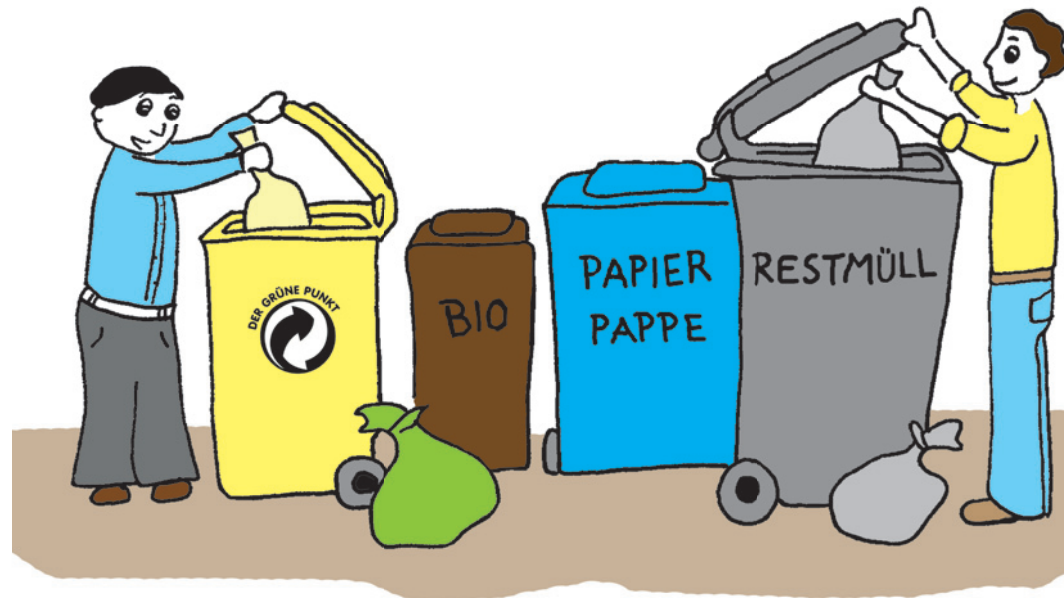
Energiesparendes Waschen und Trocknen:

- Nur mit voll beladener Maschine waschen.
- Niedrige Waschttemperaturen reduzieren den Stromverbrauch um 30-40%. Bei normaler Wäsche reichen 40°, bei weißer Wäsche 60°.
- Waschmittel richtig dosieren.
- Energiesparprogramme verlängern den Waschgang. Das Waschmittel weicht länger ein und Sie können eine Temperaturstufe niedriger wählen.
- Wäscheleine oder Wäscheständer zum Trocknen nutzen.
- Nicht vorwaschen. Schmutzige Wäsche vor dem Waschen einweichen.

QUẦN ÁO SẠCH, MÔI TRƯỜNG SẠCH

Giặt và sấy khô theo chế độ tiết kiệm năng lượng :

- Chỉ giặt khi máy đầy quần áo.
- Nhiệt độ giặt thấp giảm tiêu tốn điện 30-40%. Quần áo bình thường thì 40° C là đủ, quần áo trắng thì 60° C.
- Xà phòng giặt cho đúng liều lượng.
- Các chương trình tiết kiệm năng lượng kéo dài quá trình giặt. Xà phòng giặt ngấm mềm quần áo lâu hơn và các bạn có thể chọn mức nhiệt độ thấp hơn.
- Sử dụng dây phơi và giá phơi quần áo.
- Không giặt trước. Ngâm quần áo hẳn trước khi giặt.



Gut sortiert und Geld gespart

VERPACKUNGEN	PAPIER / PAPPE	BIOGUT	RESTABFALL
<p>Kunststoffe, Becher, Flaschen, Folien, Schaumstoffe, Metallverpackungen, Aluminiumfolie, -deckel und -schalen, Flaschenverschlüsse, Getränke- und Konservendosen, Verbundverpackungen, Milch- u. Saftkartons,</p> <p>KEIN Glas!!!</p>	<p>Bücher, Hefte, Kartons (z. B. Waschkartons), Kataloge, Knüllpapier, saubere Prospekte, Schreibpapier, Verpackungen aus Papier (z. B. Mehl und Zuckertüten), Zeitschriften, Zeitungen</p> <p>KEIN Schmutziges oder beschichtetes Papier!!!</p>	<p>Blumen und Gartenabfälle, Eierschalen, Essensreste, (auch Gekochtes), Kaffeesatz samt Filter, verdorbene Lebensmittel, Obst- und Gemüsereste (auch von Zitrusfrüchten), Tee und Teebeutel</p> <p>KEINE Windeln, Asche, Katzenstreu oder Staubsaugerbeutel!!!</p>	<p>Asche und Aschenbecherinhalte, eingetrocknete Farben, verschmutzte Folien, Fotos, Filme, Gemüse- und Obstkisten, Geschirr, verarbeitetes Holz, Hygieneartikel, Katzenstreu, verschmutztes Papier, Spiegel- und Fensterglas, Spielzeug, Staubsaugerbeutel, Textilien, Windeln</p>

Gläser nach Weiß-, Grün- und Braunglas trennen!

Vorlage: BSR

Phân loại cho tốt và tiết kiệm tiền

BAO BÌ	GIẤY/BÌA	RÁC SINH HỌC	RÁC THẢI
<p>Chất nhựa dẻo, Cốc nhựa, Chai nhựa, Giấy nilon, Bọt mút</p> <p>Bao bì kim loại Giấy nhôm, Nắp và vỏ nhôm, Nắp chai lọ, Đồ hộp nước uống và đồ hộp thực phẩm</p> <p>Bao bì tổng hợp Hộp sữa và hộp nước quả</p> <p>Không được vớt thủy tinh!!!</p>	<p>Sách vở, Bìa các tông (thí dụ hộp xà phòng bột), Mực sách, Giấy loại, Tờ quảng cáo sạch, Giấy viết, Bao bì bằng giấy (thí dụ túi bột và túi đường), Tạp chí, Báo chí</p> <p>Không được vứt giấy bản và giấy lót nhựa!!!</p>	<p>Hoa và rác nhà vườn, Vỏ trứng, Thức ăn thừa (kể cả nấu chín), Cặn cà phê kể cả giấy lọc, Thực phẩm, Hoa quả và rau thừa hư hỏng (kể cả chanh quả), Bã chè và túi chè</p> <p>Không được vứt bã lót, tàn thuốc, chất thải ở mèo và túi hút bụi!!!</p>	<p>Tàn thuốc lá và phế thải thuốc lá Màu, giấy nilon khô, phim, ảnh bản Thùng rau và thùng hoa quả, Bát đĩa, Gỗ, Đồ vệ sinh đã qua sử lý, chất thải ở mèo, Giấy lộn, Kính gương và kính cửa sổ bản, Đồ chơi, Túi hút bụi, Vải vóc, Tã lót</p>

Thủy tinh phân loại theo màu trắng, xanh lá cây và nâu!

Gut sortiert und Geld gespart

Verpackungen, Glas, Papier und Bioabfälle können wieder verwertet werden. Diese Wertstoffe müssen vom Restmüll getrennt gesammelt werden – richtig sortiert in die entsprechenden farbigen Tonnen. Dadurch werden Rohstoffe eingespart und auch Betriebskosten. Denn die Entsorgung von Verpackungen mit dem Grünen Punkt wurde schon beim Einkaufen bezahlt.

Aber: Müll, der unsortiert in die farbigen Tonnen wandert, muss noch mal bezahlt werden. Am teuersten ist der Restmüll, der in die graue Tonne kommt.

Noch umweltfreundlicher ist die Vermeidung von Abfall z. B. durch Verzicht auf Plastiktüten!

Phân loại cho tốt và tiết kiệm tiền

Bao bì, thủy tinh, giấy và rác sinh học có thể tái sử dụng lại được. Các vật liệu tái sinh này cần được nhặt tách ra khỏi rác thải – phân loại cho đúng vào các thùng màu phù hợp. Qua đó tiết kiệm được nguyên liệu và chi phí sản xuất. Vì việc sử lý bao bì có dấu hiệu Vòng tròn có mũi tên màu xanh lá cây đã được thanh toán khi mua.

Nhưng: Rác không phân loại được chuyển vào các thùng màu bị tính tiền một lần nữa. Đặc nhất là rác thải được vứt vào thùng màu xám.

Có thể thân thiện với môi trường hơn bằng cách tránh xả rác thí dụ như qua việc không dùng túi nilon!

Sondermüll & Sperrmüll

Müll, der Schadstoffe enthält wie Farben, Lacke, Chemikalien, Altöl, Batterien, Energiesparlampen und Medikamente muss bei den sechs Schadstoffstellen der Berliner Stadtreinigung (BSR) abgegeben werden.

Bis zu 20 kg pro Haushalt und Tag sind kostenlos. Alte Elektrogeräte und bis zu 2 Kubikmeter Sperrmüll (alte Möbel, unbelastetes Holz, Matratzen, Teppiche, Bodenbeläge aus PVC) können kostenlos bei allen Recyclinghöfen der BSR abgegeben werden. Eine Abholung durch die BSR kostet Geld.

Weitere Infos und Adressen unter:
030 / 7592-4900 oder www.bsr.de



Rác đặc biệt & Rác công kênh

Rác chứa các chất độc hại như màu, sơn, hóa chất, dầu cũ, pin, đèn tiết kiệm điện và thuốc thang cần được chuyển đến nộp tại sáu cơ sở chứa chất độc hại của của công ty vệ sinh Berlin (BSR).

Mỗi gia đình trong ngày có thể mang đến 20 kg không mất tiền. Thiết bị điện cũ và rác công kênh cho đến 2 mét khối có thể mang đến tất cả các sân trạm tái sinh của công ty vệ sinh Berlin mà không mất tiền (đồ gỗ cũ, gỗ tấm, nệm giường, thảm, tấm lót nền nhà từ nhựa PVC). Nếu để công ty vệ sinh Berlin đến mang đi thì sẽ phải trả tiền.

Các thông tin và địa chỉ theo như dưới đây:
030 / 7592-4900 hoặc www.bsr.de

Ökostrom nutzen ist aktiver Klimaschutz

Sie fördern mit erneuerbaren Energien umweltfreundliche Energiegewinnung und verzichten auf umweltschädliche Atom- und Kohlekraftwerke. Ökostrom ist oft schon günstiger als die Tarife von konventionellen Stromanbietern. Wichtig! Entscheiden Sie sich für einen Stromanbieter, der zu 100% sauberen Ökostrom anbietet.

Mehr Informationen unter der kostenfreien Hotline:
0800 / 762 68 52 oder
www.gruenerstromlabel.de

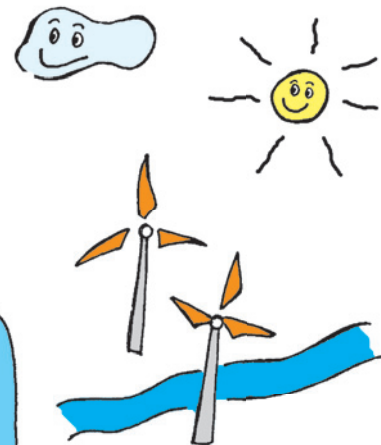
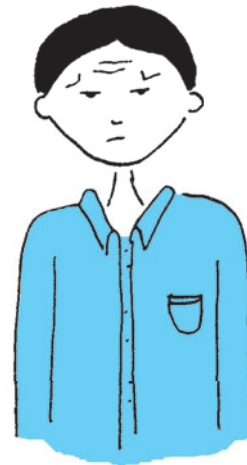
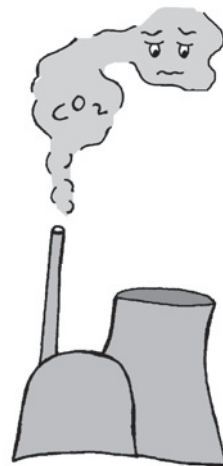
Der Wechsel geht ganz einfach, schnell und ist für Sie kostenlos. Kontaktieren Sie den Stromanbieter Ihrer Wahl, er wird sich um alles Weitere kümmern.

Dùng điện sạch là bảo vệ môi trường một cách tích cực

Họ tạo ra các sản phẩm năng lượng hợp với môi trường bằng các nguồn năng lượng mới và từ bỏ các nhà máy điện nguyên tử và nhà máy điện than. Điện sạch thường rẻ hơn so với các biểu giá của các nhà cung cấp điện thông thường. Quan trọng là! Bạn hãy quyết định cho mình một nhà cung cấp điện có khả năng cung cấp tới 100% điện sạch.

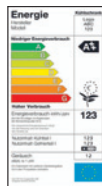
Các thông tin khác theo đường dây nóng không mất tiền dưới đây:
0800 / 7626852 hoặc
www.gruenerstromlabel.de

Việc thay đổi rất đơn giản, nhanh gọn và không mất tiền cho bạn. Bạn hãy liên hệ với nhà cung cấp điện lựa chọn của bạn, họ sẽ chăm lo các bước tiếp theo.



Energiekennzeichen**EU-Label (EU-Energieetikett)**

Gibt den Stromverbrauch der Haushaltsgroßgeräte an. A signalisiert den geringsten Energieverbrauch, G den höchsten. Bei Kühl- und Gefriergeräten sind „A+“ und „A++“ wesentlich sparsamer als nur A. Gesetzlich vorgeschrieben.

**GEEA-Energiesparzeichen**

Gibt einen niedrigen Stand-by-Verbrauch an, sagt jedoch nichts über den Stromverbrauch beim Betrieb des Gerätes aus.

**Euroblume (Eco Label)**

Das europäische Umweltzeichen wird für umwelt- und verbraucherfreundliche sowie langlebige Produkte verliehen. Produkte: z. B. Energiesparlampen, Leuchten, Haushalts- und Elektrogeräte.

**KÝ HIỆU NĂNG LƯỢNG****Ký hiệu EU về năng lượng**

Chỉ sự tiêu tốn điện của các thiết bị lớn trong gia đình. A chỉ sự tiêu tốn điện ít nhất, G cao nhất. Đối với các thiết bị như tủ lạnh và tủ đông đá thì A+ và A++ tiết kiệm hơn nhiều so với chỉ là A. Đã có quy định pháp lý.

Ký hiệu tiết kiệm năng lượng GEEA

Chỉ việc tiêu tốn điện ít ở chế độ chờ standby, nhưng không chỉ về sự tiêu tốn điện của thiết bị trong lúc vận hành.

Bông hoa Euro (ký hiệu Eco)

Dấu hiệu về môi trường tiêu chuẩn châu Âu được cấp cho các sản phẩm hợp với môi trường và người tiêu dùng cũng như về độ lâu bền. Các sản phẩm: thí dụ như đèn tiết kiệm điện, đèn chiếu sáng, thiết bị gia đình và thiết bị điện.

Der blaue Engel

Es werden vor allem die Umweltverträglichkeit der Materialien, Verbot verschiedener Stoffe, Stromverbrauch, ergonomische Gesichtspunkte und Verbraucherservice geprüft. Produkte: Papierprodukte, Farben, Lacke, Batterien, Möbel, Bürogeräte etc.

**Energy Star**

Grundlage für die Vergabe des Labels ist der Stand-by-Verbrauch, der einen bestimmten Wert nicht überschreiten darf.

Produkte: Bürogeräte, vor allem Computer und Monitore.

**Thiên thần xanh**

Trước hết người ta kiểm tra sức bền của vật liệu đối với môi trường, cấm một số chất khác nhau, sự tiêu tốn điện, các phương diện hợp với điều kiện làm việc của con người và phục vụ người tiêu dùng. Các sản phẩm: Các sản phẩm giấy, màu, sơn, pin, đồ gỗ, thiết bị văn phòng v.v.

Ngôi sao năng lượng

Cơ sở để cấp dấu là mức tiêu tốn điện ở chế độ chờ standby, mà không được vượt quá một giá trị nhất định.

Các sản phẩm: thiết bị văn phòng, trước hết là máy tính và màn hình.

Glossar

Akkumulator (Abk.: Akku): Ein Akku ist ein Speicher für elektrische Energie. Er lässt sich bis zu tausendmal aufladen.

Energieverbrauchsklassen: Es gibt sieben Energieverbrauchsklassen von A bis G, wobei A für einen sehr niedrigen und G für einen sehr hohen Verbrauch steht. Bei Kühl- und Gefriergeräten gibt es noch die Klasse A+ und A++ zur Kennzeichnung besonders verbrauchsarmer Geräte.

Halogenlampen: Halogenlampen strahlen sehr konzentriertes, brillantes Licht aus, ähnlich dem natürlichen Tageslicht. Sie verbrauchen weniger Strom als Glühlampen und halten etwa doppelt so lange. Halogenlampen sind keine Energiesparlampen!

Kaltstarter: Leuchtstofflampen, die sofort erstrahlen, aber meist nicht so lange halten.

Leerlauf: Ein Gerät verbraucht Strom, ohne die eigentliche Funktion zu erfüllen, z.B. im Stand-by-Betrieb oder wenn es nur scheinbar ausgeschaltet ist.

(Kompakt-) Leuchtstoffröhren bzw. -lampen: Sie verbrauchen nur etwa 15% der Energie von Glühlampen und können bis zu siebenmal so lange brennen. Es gibt sie in verschiedenen Lichtqualitäten für beinahe jeden Anwendungszweck. Auch den Unterschied zwischen Warmstarter und Kaltstarter beachten.

Glossar

Netzschalter: Ein echter Ausschalter am Gerät, der das Netzteil vom Stromnetz trennt.

Netzteil: Das Netzteil versorgt das Gerät mit Strom und ist entweder in das Gerät integriert oder wird separat mit dem Gerät verbunden, z. B. bei Mobiltelefon-Ladegeräten.

Schaltbare Steckerleiste: Steckdosenleiste mit Ausschalter. Mit einem Griff kann man mehrere Geräte (inkl. Netzteile) ganz ausschalten und wieder einschalten. Stand-by (Bereitschaftsstellung/-schaltung/-betrieb): Das Gerät kann z. B. mit einer Fernbedienung eingeschaltet werden oder ist empfangsbereit.

Strommessgerät: Es misst z. B. bei Haushaltsgeräten die Leistungsaufnahme und/oder den Stromverbrauch und kann je nach Modell auch die Stromkosten berechnen.

Thermostatregler (-ventil): Damit lässt sich die Raumtemperatur am Heizkörper regeln. Der Thermostat reagiert auf die Raumwärme und reguliert entsprechend den Warmwasserzufluss in den Heizkörper. Dadurch wird die gewünschte Raumtemperatur konstant gehalten. Thermostatregler sind inzwischen gesetzlich vorgeschrieben.

Warmstarter: Leuchtstofflampen, die nach dem Einschalten erst mit Verzögerung angehen, da sie eine Elektrodenvorheizung besitzen.

Từ vựng

Bình điện: Bình điện là nơi chứa năng lượng điện. Nó cho phép nạp điện đến nghìn lần.

Các cấp tiêu hao năng lượng: Có bảy cấp tiêu hao năng lượng từ A đến G, qua đó A chỉ sự tiêu thụ điện rất ít và G chỉ sự tiêu thụ điện rất cao. Đối với các thiết bị như tủ lạnh và tủ đông còn có các cấp A+ và A++ để đánh dấu các thiết bị có mức tiêu thụ điện đặc biệt ít.

Đèn halogen : Đèn halogen có ánh sáng rất tập trung và sáng chói, tương tự như ánh sáng ban ngày tự nhiên. Nó tiêu tốn điện ít hơn là đèn sợi đốt và dùng lâu được khoảng gấp đôi thời gian. Đèn halogen không phải là đèn tiết kiệm năng lượng.

Khởi động nguội: Đèn huỳnh quang sáng ngay không qua đốt nóng trước nhưng phần lớn không dùng được lâu.

Chạy không tải: Thiết bị tiêu tốn điện mà chưa thực hiện một chức năng gì, thí dụ như ở chế độ chờ standby hoặc tường như đã tắt.

Đèn ống neon, đèn ống huỳnh quang: Nó tiêu thụ chỉ bằng khoảng 15% năng lượng so với đèn sợi đốt và có thể dùng lâu đến bảy lần. Đèn này có nhiều loại theo chất lượng ánh sáng khác nhau phù hợp với mục đích sử dụng của mỗi người. Cũng nên chú ý phân biệt giữa khởi động nóng và khởi động nguội.

Từ vựng

Công tắc mạng: Là công tắc gắn bên thiết bị giúp cho việc ngắt điện từ lưới điện khỏi dây cắm điện.

Phần dây cắm điện: Phần dây cắm điện cung cấp cho thiết bị có điện và hoặc là được gắn trong thiết bị hoặc được nối riêng với thiết bị, thí dụ như bộ phận nạp điện của điện thoại di động.

Dụng cụ đo điện: Thí dụ như dùng để đo công suất các thiết bị gia đình và/hoặc mức tiêu tốn điện và tùy theo kiểu loại cũng có thể tính được tiền điện.

Van chỉnh nhiệt độ: Qua đó cho phép điều chỉnh được nhiệt độ phòng tại lò sưởi. Bộ phận điều nhiệt ứng biến theo nhiệt độ phòng và điều chỉnh dòng nước nóng chảy vào lò sưởi một cách tương ứng. Qua đó nhiệt độ phòng được giữ không đổi như mong muốn. Van chỉnh nhiệt độ hiện nay đã được quy định pháp lý.

Khởi động nóng: Đèn huỳnh quang sau khi bật một lúc mới sáng vì phải đốt nóng trước điện cực.

Hộp ổ cắm có công tắc: Hộp ổ cắm với công tắc tắt. Với một động tác người ta có thể tắt và bật lại hoàn toàn rất nhiều thiết bị (kể cả phần dây cắm).

Chế độ chờ standby (chế độ sẵn sàng – sẵn sàng bật – sẵn sàng hoạt động): Thí dụ thiết bị có thể được bật bằng điều khiển từ xa hoặc đã sẵn sàng hoạt động.

Beratungsadressen und Angebote • Địa chỉ các Trung tâm tư vấn và các dịch vụ

Trung tâm người tiêu dùng Berlin

Hardenbergplatz 2
10623 Berlin
Điện thoại 030 / 21485-260
www.verbraucherzentrale-berlin.de

Các khả năng tư vấn:

- Tư vấn tiết kiệm năng lượng
- Lò sưởi, tiêu tốn năng lượng lò sưởi, tiền lò sưởi
- Nước nóng
- Gây tạo nấm mốc trong các phòng ở, xác định nguyên nhân, đánh giá về tình trạng sức khỏe, cách khắc phục
- Câu hỏi của người thuê nhà/chi phí hoạt động, tính tiền phụ phí
(Cần báo trước và trả lệ phí)

Tư vấn cho công dân về năng lượng và môi trường

Sauerbruchstraße 23
14109 Berlin
Điện thoại 030 / 3016090
www.gfl-online.de

Các khả năng tư vấn:

- Tiết kiệm năng lượng trong gia đình
- Lò sưởi
- Tiền điện và tiền lò sưởi
- Nước nóng

Thông tin ngắn qua điện thoại:

thứ ba và thứ năm, 11.00-14.00 giờ

Tư vấn trực tiếp:

thứ ba, 14.00-18.00 giờ

5,- € Lệ phí

Beratungsadressen und Angebote • Địa chỉ các Trung tâm tư vấn và các dịch vụ

Công ty vệ sinh Berlin (BSR)

Điện thoại 030 / 7592-4900
www.bsr.de
• Sử lý rác, tái sử dụng
• Rác đặc biệt, rác công kênh

Sở y tế của các quận Berlin

Tư vấn qua điện thoại
www.gesundheitsamt-berlin.de
• Gây tạo nấm mốc trong các phòng ở

Hội người thuê nhà Berlin

Tư vấn theo các giờ làm việc quy định cũng như theo lịch hẹn trước
Điện thoại 030 / 226260, cần thẻ hội viên
• Câu hỏi của người thuê nhà/chi phí hoạt động
• Tính tiền phụ phí (cả tiền lò sưởi)
• Nấm mốc

Cộng đồng người thuê nhà Berlin

Möckernstraße 92
10963 Berlin
Điện thoại 030 / 2168001
www.bmgev.de
Cần thẻ hội viên và lệ phí tư vấn

- Câu hỏi của người thuê nhà/chi phí hoạt động
- Tính tiền phụ phí (cả tiền lò sưởi)
- Sai sót nhà thuê, kể cả nấm mốc

Kiểm tra lại thiết bị điện

www.co2online.de
• So sánh các thiết bị điện (cho không),
• Danh sách các thiết bị tiết kiệm năng lượng

Ergänzende Infos • THÔNG TIN BỔ XUNG

Weitere Infos • Các thông tin khác

Kostenlose Broschüren zum Bestellen/Herunterladen •

Các sổ tay cầm nang không mất tiền có thể đặt/in ra từ mạng

Deutsche Energie-Agentur GmbH

Telefon 030 / 726165 - 600

E-Mail: info@dena.de, www.dena.de

„Energiespartipps für Haushaltsgeräte“

„Strom sparen mit Beleuchtung“

„Stand-by-Verluste stoppen“

„Nicht zu viel bezahlen für TV, HiFi & Co“

„Energiesparlampen Kostenvergleich“

Verbraucherzentrale

„Feuchtigkeit und Schimmelbildung in Wohnräumen“

Bund der Energieverbraucher

www.energienetz.de

Heizen, besonders sparsame Haushaltsgeräte, Beleuchtung, Lüften

Umweltbundesamt

Telefon 0340 / 2103 - 0

E-Mail: info@umweltbundesamt.de

www.umweltbundesamt.de

„Energie sparen im Haushalt“

„Hilfe! Schimmel im Haus“

„Trink was – Trinkwasser aus dem Hahn“

Initiative Energieeffizienz

Informationen und Tipps rund um die Themen

Stand-by, energieeffiziente Beleuchtung und

Haushaltsgeräte

Telefon 0800 / 0736734 (kostenlos)

www.initiative-energieeffizienz.de

Impressum • Nhà in

Mit freundlicher Genehmigung des
BUND Berlin e.V.



Crellestraße 35

10827 Berlin

Telefon 030 / 787900 - 0

Fax 030 / 787900 - 18

www.bund-berlin.de

Herausgeber • Nhà xuất bản



... MEHR ALS GEWOHNT

HOWOGE

Wohnungsbaugesellschaft mbH

Ferdinand-Schultze-Straße 71

13055 Berlin

Telefon 030 / 5464 - 0

Fax 030 / 54641260

info@howoge.de

www.howoge.de

Text & Konzept: BUND Berlin e.V.

Mai 2009

đường dây nóng gọi miễn phí 0800 / 54648888

