

Energiesparfibel

Wollen auch Sie
Energie und Kosten
sparen?



Czy także Ty
chcesz oszczędzać
energię i koszty?



Inhaltsverzeichnis • Spis treści

Strom sparen • Oszczędzamy prąd	4	Wasser sparen • Oszczędzamy wodę	24
Heimliche Stromfresser • Ukryte pożeracze prądu	5	Reine Wäsche, saubere Umwelt •	
Neue Elektrogeräte • Nowe urządzenia elektryczne	7	Czyste pranie – czyste środowisko	26
In der Küche • W kuchni	8	Mülltrennung • Segregacja odpadów	27
Kühlschrank • Lodówka	10	Gut sortiert und Geld gespart •	
Kochen und Garen • Gotowanie	11	Prawidłowo sortujesz – oszczędzasz pieniądze	28
Beleuchtung • Oświetlenie	12	Sondermüll und Sperrmüll •	
Heizen • Ogrzewanie	14	Odpady specjalne/odpady wielkogabarytowe	31
Raumtemperaturen • Temperatura w pomieszczeniach ..	14	Ergänzende Infos •	
Nach Bedarf heizen • Ogrzewamy w miarę potrzeby	15	Informacje Uzupełniające	32
Wärmestau ist Wärmeklau •		Ökostrom nutzen ist aktiver Klimaschutz •	
Za dużo ciepła – to ciepło zmarnowane	16	Pobierasz ekologiczny prąd – aktywnie chronisz klimat ..	32
Lüften • Wietrzenie	18	Energiekennzeichen • Oznaczenia energetyczne	34
Richtig lüften • Prawidłowe wietrzenie	18	Glossar • Słowniczek	36
Wie häufig soll gelüftet werden? •		Beratungsadressen und Angebote •	
Jak często należy wietrzyć?	20	Adresy punktów doradztwa	40
Schimmel • Pleśń	21	Weitere Infos • Dalsze informacje	42

Liebe Leserinnen und Leser,

wir sind Familie Kowalski 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.“

Drogi Czytelniczki i Czytelnicy,

autorami tej broszury są dwie rodziny: Kowalscy i Schmidowie. Wspólnie chcemy pokazać, jak bez wielkich nakładów można oszczędzać energię we własnym mieszkaniu.

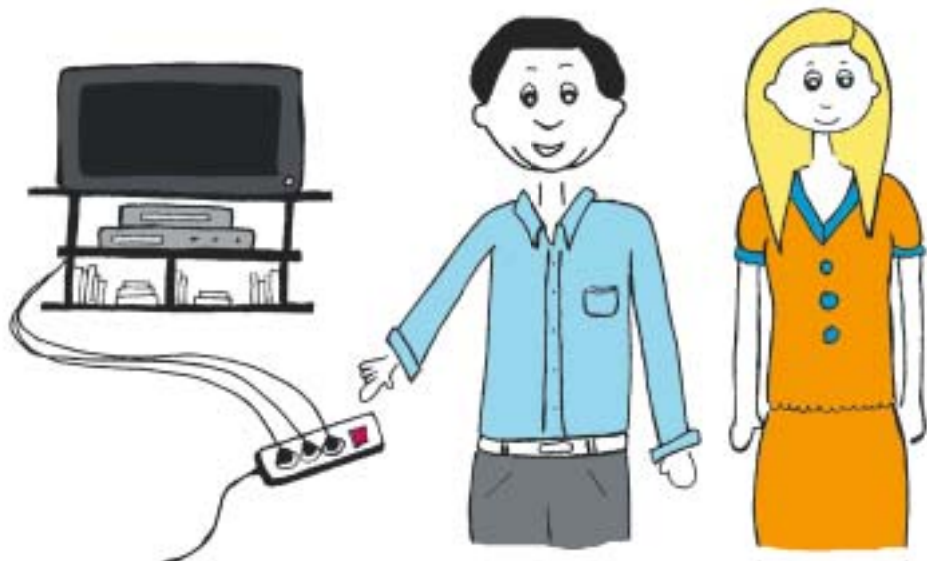
Udało się nam zredukować zużycie energii tak znacznie, że co roku oszczędzamy po kilkaset Euro. A przy tym nie musimy z niczego rezygnować. Po prostu efektywniej wykorzystujemy energię.

Zmniejsza to nie tylko nasze wydatki, ale chroni też środowisko i cenne zasoby energetyczne. Z pewnością ograniczyliśmy np. emisję dwutlenku węgla, współodpowiedzialnego za ocieplenie klimatu na świecie.

Nasze hasło:

„Tak dużo, ile trzeba, tak mało, ile możliwe.“

Strom sparen • Oszczędzamy prąd



Heimliche Stromfresser

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

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

Ukryte pożeracze prądu

Tomek sam sprawdził to przy użyciu prądomierza: jego telewizor w ustawieniu Stand-by zużywa na godzinę 12 watów i 4 waty gdy jest wyłączony!

Dlatego Tomek przyłącza teraz wszystkie urządzenia do zbiorczego gniazdka z wyłącznikiem. Ta podłużna listwa z gniaздkami kosztowała 3,50€. Tomek może jednym ruchem wyłącznika włączyć lub wyłączyć wszystkie ukryte pożeracze prądu, a jego rodzina oszczędza ponad 100€ w roku.

Straty wywoływane takim jałowym zużyciem prądu ocenia się w Niemczech na 4 miliardy € rocznie!

Strom sparen • Oszczędzamy prąd

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.

Ustawienie Stand-by

Wiele urządzeń zużywa w ciągu doby spore ilości prądu, choć wcale nie są włączone. Pobór prądu sygnalizują świecące się lampki lub wskazania czasu. Pozostawianie tych aparatów w ustawieniu Stand-by niepotrzebnie kosztuje każde gospodarstwo domowe ok. 200€ rocznie.

Pozornie wyłączone

Telewizory, pralki, komputery, ładowarki do akumulatorów – wiele takich urządzeń elektrycznych, mimo że są wyłączone, pobiera prąd gdy tylko wtyczka tkwi w gniazdku. Poznać to można po tym, że wtyczka lub zasilacz są ciepłe albo wydają drgania.

Nasza rada:

Warto korzystać z podłużnych zbiorczych gniazdek z wyłącznikiem, które skutecznie odcinają pobór prądu.

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.



Nowy sprzęt pomaga oszczędzać prąd

Eventualnie droższe, ale posiadające wyższą sprawność energetyczną sprzęty gospodarstwa domowego, pomagają długofalowo zaoszczędzić wiele prądu.

Informacji na ten temat dostarcza informator publikowany przez UE. Umożliwia on porównanie urządzeń pod względem zużycia energii. Każdy ze sprzętów sklasyfikowany jest w jednej z klas zużycia energii od A do G.

Litera A oznacza najmniejsze zużycie energii, litera G – najwyższe. Najsprawniejsze energetycznie lodówki i zamrażarki posiadają oznakowanie „A+“ lub „A++“. Informacje na ten temat znajdziesz na stronie 34.

Strom sparen • Oszczędzamy prąd



In der Küche

Kasia 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 Kasia. „Mein alter Kühlschrank verbrauchte in 10 Jahren ca. 1.000€, der neue wird in derselben Zeit nur 300€ verbrauchen.“

Mit ihrer neuen Spülmaschine spart Kasia 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.

W kuchni

Kasia pokazuje Annie swych nowych kuchennych pomocników: zmywarkę do naczyń i lodówkę. „Mogę teraz zaoszczędzić prawie 70 % kosztów prądu, bo kupiłam lodówkę klasy, A++“, cieszy się Kasia. „Moja stara lodówka pożarła w ciągu 10 lat ok. 1.000€, nowa w takim samym czasie zużyje prądu tylko za 300€.“

Nowa zmywarka daje zaś podwójne oszczędności: zużywa o wiele mniej prądu i wody.

Nasza rada:

korzystaj ze zmywarki zamiast zmywać ręcznie. Zużyjesz w ten sposób o połowę mniej wody – pod warunkiem, że całkowicie wypełnisz zmywarkę.

Strom sparen • Oszczędzamy prąd

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.



Lodówka = nieustanna praca

Tak oszczędzasz prąd:

- Wymień starą lodówkę najpóźniej po 15 latach.
- Drzwi lodówki i zamrażarki trzymaj zawsze zamknięte.
- Temperatura: w lodówce +7° C, w zamrażarce -18° C.
- Lodówki i zamrażarki nie stawiaj w pobliżu kaloryferów czy pieca, chroń je przed promieniami słonecznymi.
- Jeśli pojawi się warstwa lodu, lodówkę natychmiast rozmroź.
- Nie wstawiaj nic ciepłego do lodówki.
- Zapewnij swobodny przepływ powietrza za tylną ścianką lodówki lub zamrażarki.
- W przypadku dłuższej nieobecności wyłącz i rozmroź lodówkę.

Kochen & Garen – das hilft sparen

Kasia 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.

Gotowanie

Kasia ma kuchnię elektryczną. Wie o tym, że gotowanie i pieczenie przy użyciu prądu jest znacznie droższe niż na gazie. Tym bardziej stara się być oszczędna.

Tak zaoszczędzisz prąd:

- Użycie szybkowaru, gdy potrawa wymagają długiego gotowania, zaoszczędzi 60 % energii.
- Szczelna pokrywka na garnku zaoszczędzi 50 % energii.
- Wykorzystuj pozostałe ciepło płyty grzewczej. Wyłączenie np. piecyka elektrycznego o kilka minut wcześniej zaoszczędzi do 25 % energii.
- Płyta grzewcza i dno garnka winny być tych samych rozmiarów (15 % energii mniej).
- Czajnik elektryczny zużywa o 50 % energii mniej.
- Nie otwieraj niepotrzebnie drzwiczek do piekarnika.
- Gorące napoje przechowuj w dzbanku-termosie.

Strom sparen • Oszczędzamy prąd

Beleuchtung

Kasia 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!

Oświetlenie

Kasia i Anna zdecydowały się na żarówki energooszczędne i oszczędzają na każdej lampie co najmniej 50€. Żarówki energooszczędne zużywają do 80% mniej prądu od tradycyjnych, gdyż żarówka energooszczędna 11 W świeci tak jasno, jak tradycyjna żarówka 60 W.

Ponieważ żarówki energooszczędne wytrzymują od 8 do 15 razy dłużej, są oczywiście bardziej opłacalne, choć ich zakup jest droższy. Warto je stosować wszędzie tam, gdzie światło pali się dłużej niż 10 minut. Lampy halogenowe nie są lampami energooszczędnymi, ale są ok. dwóch razy trwalsze od żarówek tradycyjnych.

Wyłączaj światło w pomieszczeniu, kiedy w nim nie przebywasz!



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.



O tym pamiętaj przy kupnie żarówek energooszczędnych

- Pamiętaj o unijnym oznakowaniu i kupuj tylko żarówki oznaczone literą A.
- Zwróć uwagę na podaną na opakowaniu żywotność żarówki.
- Pamiętaj, że są dwie wielkości: z wkrętem E27 (duży) i wkrętem E14 (mały).
- W sprzedaży są żarówki o „zimnym starcie“ i „ciepłym starcie“ (patrz: Słowniczek).
- Żarówki energooszczędne można już nabyć we wszystkich kształtach (świeca, kula, gruszka).
- Ich światło ma różne barwy:
„białe ciepłe“ = 2.700-2.900 kelwinów
„białe neutralne“ = ok. 4.000 kelwinów
„białe dzienne“ = 5.000-6.500 kelwinów
- W sprzedaży są też żarówki z płynną zmianą siły światła.

Heizen • Ogrzewanie

Raumtemperaturen

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

Ogrzewanie

Ogrzewanie pochłania najwięcej energii w gospodarstwie domowym, gdyż aż 70%. Zatem tu oszczędzać trzeba najkonsekwentniej. Najłatwiej postępując tak:

Ogrzewaj z umiarem

O jeden stopień niższa temperatura w pomieszczeniach to o 6% niższe koszty ogrzewania. Warto przy tym pamiętać, że nadmierna temperatura jest niezdrowa i zwiększa niebezpieczeństwo zaziębień.

Zalecane temperatury pomieszczeń

kuchnia 18° C

pokój mieszkalny i jadalny 20° C

pokój dziecięcy i do pracy 20° C

sypialnia 17° C

łazienka 24° C

nocą generalnie 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 Schlitz an Fenstern und Türen mit Dichtungsbändern bzw. Türbodenleisten abdichten (ab 5€) spart bis zu 15%.

Ogrzewaj według potrzeb

- Podczas dłuższej nieobecności i wietrzenia wyłącz ogrzewanie.
- Nieobecność przez 1-2 tygodnie: nastaw ogrzewanie na symbol (❄) lub całkowicie wyłącz.
- Nieobecność przez 1-2 dni: nastaw ogrzewanie na stopień 1.
- Podczas kilkugodzinnej nieobecności nastaw stopień 1 lub 2.
- Podczas wietrzenia całkowicie wyłącz ogrzewanie! Inaczej ciepło bezużytecznie uciekać będzie na zewnątrz, powodując wysokie zużycie energii.

Dalsze rady:

- Drzwi do nieogrzewanych lub chłodniejszych pomieszczeń trzymaj zamknięte.
- Uszczelnienie fug i szpar w oknach i drzwiach taśmą lub listwą uszczelniającą (koszt do 5€) oszczędza do 15% energii.

Wärmestau ist Wärmeklau

„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.

Przeegrzewanie to marnotrawstwo

„Dlaczego w naszym pokoju zawsze jest tak zimno? Przecież ogrzewanie jest maksymalnie odkręcone“, pyta siedząca w fotelu i drżąca z zimna Anna. „To jasne“, odpowiada Paul, „jeżeli fotel stoi tuż przed grzejnikiem, to ciepło nie znajduje ujścia i nagrzany jest tylko tył fotela.“ Poczym odsuwa w bok fotel wraz z siedzącą na nim Anną.

To blokuje cyrkulację ciepła:

- obudowy kaloryferów,
- zasłony wiszące nad kaloryferami oraz
- suszone na nich rzeczy.

Nie przykrywaj niczym zaworów termostatów, gdyż inaczej przestaje prawidłowo działać regulacja temperatury w pomieszczeniu.



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.

Prawidłowe wietrzenie

PRAWIDŁOWO:

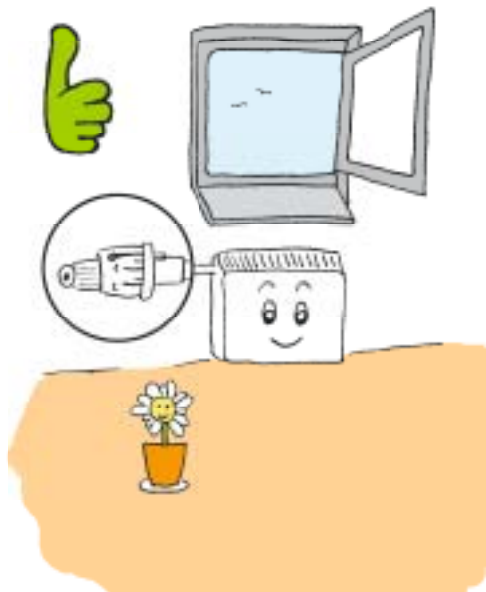
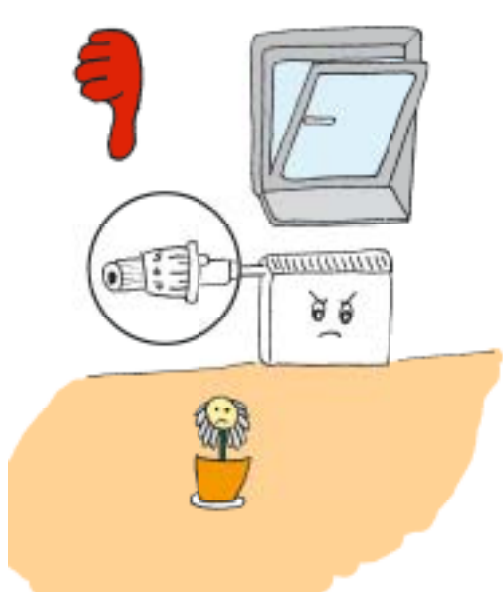
wietrzymy krótko i w poprzek mieszkania

Wietrzyć należy zawsze przy szeroko otwartym oknie, najlepiej również i przy otwartych drzwiach. Zapewnia to szybką wymianę powietrza bez jednoczesnej utraty zbyt dużej ilości ciepła. Zimą wystarczy 5 minut. Przedtem zakręć ogrzewanie!

NIEPRAWIDŁOWO:

długie wietrzenie przy uchylonym oknie

Długotrwałe wietrzenie przy uchylonym oknie zimą prowadzi do nadmiernej utraty energii cieplnej i znacznie wydłuża wymianę powietrza w pomieszczeniu. Zwłaszcza wtedy, gdy okno znajduje się bezpośrednio nad ogrzewaniem, znaczna ilość ciepła ucieka niepotrzebnie na zewnątrz. Oprócz tego następuje wyziębienie ścian.



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.

Jak często należy wietrzyć?

Rano po wstaniu z łóżka przewietrzyć całe mieszkanie. Przed południem i po południu przewietrzyć ponownie pomieszczenia, z których się korzystało. Wieczorem, przed pójściem na spoczynek, przewietrzyć przede wszystkim sypialnię. Po prysznicu, kąpieli, gotowaniu lub suszeniu bielizny w pomieszczeniu gromadzi się dużo wilgotnego powietrza. Należy je zatem intensywnie przewietrzyć.

Nasza rada:

Po wzięciu prysznicu wytrzyj kafelki w łazience. Jeżeli w łazience nie ma okna, otwórz okno w najbliższym pomieszczeniu. Wszystkie inne drzwi w mieszkaniu muszą być zamknięte, aby wilgoć nie rozprzestrzeniła się po całym mieszkaniu.

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.

Pleśń Pojawił się grzyb – usuwanie zagrożenia

Pleśń poznaje się po czarnych, białych, żółtych lub zielonych plamach na ścianach lub suficie. Szczególnie dobrze rozwija się ona tam, gdzie jest zimno i wilgotno.

Na przykład:

- nad uchylonymi oknami,
- w chłodnych pomieszczeniach i
- na zimnych ścianach zewnętrznych.

W tych miejscach schładza się powietrze, a zawarta w nim wilgoć osadza się na ścianie lub suficie w postaci wody kondensacyjnej.

Lüften • Wietrzenie

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

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.

Pleśń występująca w dużej koncentracji może powodować schorzenia dróg oddechowych, wywoływać alergię i infekcje. Zwłaszcza w sypialni należy ją bezwzględnie usunąć.

Najpierw jednak należy ustalić przyczynę wilgoci, a następnie ją zlikwidować. W przeciwnym wypadku pleśń będzie się stale pojawiać lub też rozprzestrzeni się jeszcze bardziej, powodując znaczne szkody w budynku. Dlatego o wystąpieniu pleśni należy zawsze informować wynajemcę mieszkania.



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.

Pleśń

Jak uniknąć pleśni?

- wietrzyć często i wystarczająco
- zamykać drzwi do pomieszczeń słabiej ogrzewanych, gdyż wraz z ciepłem do chłodniejszego pomieszczenia przedostaje się również wilgoć.

Wystarczająco ogrzewać

Nie wychładzać pomieszczeń. W pomieszczeniach, w których znajdują się zimne ściany zewnętrzne, temperatura nie powinna spadać poniżej 20°C. Jednocześnie należy je regularnie i wystarczająco wietrzyć.

Meble ustawiać w odstępnie 5-10 cm od ściany. Zwłaszcza za dużymi szafami, przy braku wymiany powietrza, może dojść do powstania pleśni.



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 Iwanow 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 Iwanow 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.

Oszczędzamy wodę w łazience i toalecie

Oszczędzając wody oszczędzasz na opłatach za wodę i odbiór ścieków oraz za energię potrzebną do podgrzewania wody. Rodzina Kowalskich potrafiła znacznie obniżyć swe opłaty za wodę, które wynosiły 1.200€ rocznie.

Jak zaoszczędzić wody?

- Zastąp kąpiel w wannie prysznicem. W czasie kąpieli zużywasz trzykrotną ilość wody. 7-osobowa rodzina Kowalskich oszczędza 76.000 litrów wody rocznie.
- Wyposażona w funkcję "stop" słuźczka toaletowa oszczędza 50 % wody. Doposażenie toalety jest proste.
- Napraw nieszczelne krany. Ciekący kran zużywa do 50 litrów wody pitnej dziennie. To 18.000 l wody rocznie.
- Wodooszczędna głowica prysznica pozwala zaoszczędzić 35 % wody.

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.

Czyste pranie – czyste środowisko

Jak prać i suszyć energooszczędnie?

- Pierz tylko wtedy, gdy pralka jest pełna.
- Niższe temperatury wody zmniejszają zużycie prądu o 30-40%.
Do prania kolorów wystarczy 40°, do białych rzeczy 60°.
- Właściwie dozuj proszek lub płyn do prania.
- Energooszczędne programy spowalniają pranie. Dłużej oddziałuje środek pralniczy, wobec czego można nastawić niższą temperaturę.
- Susz pranie na sznurku lub zwykłej suszarce.
- Nie stosuj wstępnego prania. Lepiej namocz bieliznę przed praniem.



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. Waschmittelkartons), 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

Sortowanie odpadów w interesie środowiska i własnego portfela

OPAKOWANIA	PAPIER / PAPA	BIO-ODPADY	POZOSTAŁE ODPADY
<p>tworzywa sztuczne, kubki, butelki, folie, tworzywa piankowe, opakowania metalowe, folia aluminiowa, przykrywki i foremki z folii aluminiowej, kapsle od butelek, puszki po napojach i konserwach, opakowania foliowane, kartony po mleku i sokach, Nie wrzucaj szkła!!!</p>	<p>książki, zeszyty, kartony i pudełka, np. po proszku do prania, katalogi, papier biurowy i papier do pakowania, prospekty, opakowania papierowe (np. torebki po mące lub cukrze), czasopisma, gazety, Nie wrzucaj papieru zanieczyszczonego lub foliowanego!!!</p>	<p>kwiaty i odpady ogrodowe, skorupki jajek, resztki potraw (także gotowanych), osad na naparzonej kawie wraz z filtrem, zepsuta żywność, resztki warzyw i owoców (także cytrusowych), herbata i woreczki do parzenia herbaty, Nie wrzucaj zużytych pieluch, popiołu, trocin używanych jako podściółka dla zwierząt, pełnych worków z odkurzaczy!!!</p>	<p>popiół i zawartość popielniczek, farby w stanie zasuszonym, folie, także zabrudzone, fotografie, taśmy filmowe, skrzynki po owocach i warzywach, zastawa domowa, drewno, również obrobione, artykuły higieniczne, trociny używane jako podściółka dla zwierząt, papier w stanie zanieczyszczonym, lustra i szkło, zabawki, worki z odkurzaczy, materiały tekstylne, pieluchy</p>

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!

Prawidłowo posortujesz – mniej zapłacisz

Opakowania, szkło, papier i bio-odpady mogą być ponownie wykorzystane. Te cenne surowce wtórne muszą być zbierane oddzielnie: odpowiednio posortowane i we właściwych kolorowych pojemnikach. Daje to oszczędności na surowcach i kosztach pracy, gdyż koszt utylizacji opakowań z zielonym punktem opłacamy już przy zakupie towaru.

Pamiętaj jednak:

Za nieposortowane odpady, które wrzucisz do kolorowego pojemnika, trzeba będzie jeszcze raz zapłacić, gdyż wylądują one razem z pozostałymi odpadami. A utylizacja tych odpadów (z szarego pojemnika) kosztuje najwięcej.

Najwięcej jednak zrobisz dla środowiska unikając odpadów: zrezygnuj np. przy zakupach z plastikowych torebek!

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



Odpady specjalne i wielkogabarytowe

Odpady, które zawierają substancje szkodliwe, a zatem farby, lakiery, chemikalia, zużyty olej, baterie, żarówki energooszczędne i medykamenty – muszą być oddawane w jednym z sześciu punktów odbioru odpadów szkodliwych, prowadzonych przez berliński Zakład Oczyszczania Miasta (BSR).

Odpady tego rodzaju można oddawać bezpłatnie w ilości do 20 kg na jedno gospodarstwo domowe dziennie. Stare urządzenia elektryczne i odpady wielkogabarytowe (do 2 m³), jak np. stare meble, drewno, materace, dywany czy wykładzina podłogowa z PVC, mogą być bezpłatnie oddawane w jednym z trzech punktów recyclingowych BSR. Natomiast za odbiór i takich odpadów u klienta BSR pobiera opłaty.

Dalsze informacje i adresy pod numerem
030 / 7592-4900 lub adresem 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 / 7626852 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.

Pobierasz ekologiczny prąd – aktywnie chronisz klimat

Zawierając umowę na dostawę energii ze źródeł odnawialnych opowiadasz się za przyjaznym środowisku pozyskiwaniem energii i przeciw szkodliwym dla środowiska elektrowniom atomowym i węglowym. Eko-prąd bywa już dziś tańszy od oferowanego przez sprzedawców konwencjonalnej energii. Ważne! Wybierz takiego dostawcę, który w 100 % oferuje prąd ze źródeł odnawialnych.

Dalsze informacje pod bezpłatnym numerem telefonu: 0800 / 7626852 lub
www.gruenerstromlabel.de

Zmiana dostawcy prądu to sprawa łatwa, szybka i bezpłatna. Wystarczy skontaktować się z wybranym dostawcą, a resztą zajmie się już on sam.



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.



Oznaczenia energetyczne

Etykieta energetyczna UE

podaje ile energii zużywa elektryczny sprzęt gospodarstwa domowego. Litera A sygnalizuje najmniejsze zużycie energii, natomiast litera G najwyższe. W przypadku lodówek i zamrażarek wyroby posiadające oznakowanie „A+“ lub „A++“ są znacznie oszczędniejsze od oznaczonych samą literą A. Istnieje obowiązek ustawy odpowiedniego znakowania wyrobów.

Znak oszczędnego zużycia energii GEEA informuje

o niskim zużyciu energii w ustawieniu Stand-by, jednakże nie mówi nic o zużyciu energii przez pracujące urządzenie.

Euro-kwiat (Eco Label)

Europejski znak ochrony środowiska przyznawany jest wyrobom trwałego użytku, korzystnym dla środowiska i dla użytkowników. Przykłady: lampy i żarówki energooszczędne, sprzęt gospodarstwa domowego, urządzenia elektryczne.

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.



Błękitny anioł

W kontekście tego znaku sprawdza się wpływ materiałów na środowisko, wprowadza zakazy używania określonych materiałów, bada się zużycie energii elektrycznej, ergonomię oraz poziom obsługi serwisowej. Przykłady: wyroby papierowe, farby i lakiery, bateria, meble, urządzenia biurowe itp.

Energy Star

Kryterium nadania tego znaku jest nieprzekraczanie określonego poziomu zużycia energii w trybie Stand-by. Przykłady: urządzenia biurowe, w tym przede wszystkim komputery i monitory.

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.

SŁOWNICZEK

Akumulator: urządzenie do magazynowania energii elektrycznej. Czynność naładowania może być powtarzana do tysiąca razy.

Klasy zużycia energii: Określono siedem klas zużycia energii, oznaczonych literami A do G, przy czym litera A oznacza bardzo niskie, a litera G bardzo wysokie zużycie energii. W przypadku lodówek i zamrażarek wprowadzono dodatkowe klasy A+ oraz A++, przyznawane urządzeniom o szczególnie niskich parametrach zużycia energii.

Lampy halogenowe: lampy halogenowe emitują bardzo skoncentrowane, klarowne światło, zbliżone do naturalnego światła dziennego. Zużywają one mniej energii od konwencjonalnych lamp żarowych i mają dwa razy dłuższą trwałość. Lampy halogenowe nie są lampami energooszczędnymi!

Lampy z ciepłym startem: świetłówki, które zapalają się z pewnym opóźnieniem, gdyż wymagają podgrzania wstępnego przy użyciu wewnętrznych elektrod.

Lampy z zimnym startem: świetłówki, które emitują światło natychmiast, mają jednakże krótszą trwałość.

Listwa z gniazdkami wyposażona w wyłącznik: posługując się taką listwą można za pomocą jednego wyłącznika odłączyć lub przyłączyć do sieci kilka urządzeń (w tym także zasilaczy) naraz.

Praca jałowa/bieg jałowy: urządzenie zużywa prąd nie wykonując przy tym swych funkcji, jak np. przy ustawieniu Stand-by lub gdy urządzenie jest tylko pozornie wyłączone.

SŁOWNICZEK

Prądomierz: służy do mierzenia poboru mocy oraz/lub zużycia prądu przez urządzenia gospodarstwa domowego i – w zależności od konstrukcji – może także obliczać koszt zużytego prądu.

Regulator (zawór) termostatu: służy do regulacji temperatury pomieszczenia przez nastawianie grzejnika. Termostat reaguje na temperaturę w pomieszczeniu i reguluje odpowiednio dopływ gorącej cieczy w urządzeniu grzejnym. Umożliwia to utrzymanie stałej temperatury w pomieszczeniu. Obecnie obowiązek instalowania termostatów nakłada ustawa.

Stand-by: ustawienie włącznika urządzenia w biernej gotowości do pracy. Urządzenie można zaktywizować np. przy pomocy pilota.

Świetlówki lub lampy kompaktowe: zużywają one tylko ok. 15% energii w porównaniu ze zwykłymi żarówkami i mogą palić się siedmiokrotnie dłużej. Są do nabycia w różnych wariantach barwy światła i nadają się niemal do każdego celu. Warto pamiętać o różnicy pomiędzy świetlówkami z zimnym i ciepłym startem.

Wyłącznik sieciowy: rzeczywisty wyłącznik danego urządzenia, oddzielający je od sieci.

Zasilacz: służy do zasilania urządzenia w energię elektryczną i jest albo zintegrowany w danym urządzeniu, albo też połączony z nim za pomocą kabla (np. ładowarka telefonu komórkowego).

Beratungsadressen und Angebote • Adresy punktów doradztwa i ich oferty

Verbraucherzentrale Berlin e.V.

Hardenbergplatz 2

10623 Berlin

Telefon 030 / 21485-260

www.verbraucherzentrale-berlin.de

Oferta doradcza:

- doradztwo w zakresie oszczędzania energii
- ogrzewanie, zużycie energii do celów ogrzewczych, koszty ogrzewania
- ciepła woda
- występowanie pleśni w pomieszczeniach mieszkalnych, zdefiniowanie przyczyn, ocena z punktu zdrowotności, usunięcie pleśni
- tematy związane z wynajmem mieszkań, kosztami eksploatacyjnymi, rozliczeniem kosztów ubocznych

Należy zamówić termin i opłacić usługę.

Bürgerberatung Energie & Umwelt

Sauerbruchstraße 23

14109 Berlin

Telefon 030 / 3016090

www.gfl-online.de

Oferta doradcza:

- oszczędzania energii w gospodarstwie domowym
- ogrzewanie
- koszty prądu i ogrzewania
- ciepła woda

Krótkie informacje telefoniczne:

wtorki i czwartki 11.00-14.00

Doradztwo osobiste:

wtorki 14.00-18.00

Opłata: 5,- €

Beratungsadressen und Angebote • Adresy punktów doradztwa i ich oferty

Berliner Mieterverein

Doradztwo w godzinach otwarcia biura lub w uzgodnionych terminach pod numerem telefonu 030 / 226260. Wymagane jest członkostwo w Stowarzyszeniu Lokatorów.

- tematy związane z wynajmem mieszkań/ rozliczeniem kosztów eksploatacyjnych
- rozliczenia kosztów ubocznych (także kosztów ogrzewania)
- pleśń

Berliner Stadtreinigungsbetriebe (BSR)

Telefon 7592-4900; www.bsr.de

- utylizacja odpadów, recykling
- odpady specjalne, odpady wielkogabarytowe

ElektrogeräteCheck

www.co2online.de

- porównywanie urządzeń elektrycznych
- lista urządzeń o parametrach energooszczędnych

Urzędy Zdrowia w poszczególnych dzielnicach

Doradztwo telefoniczne;
www.gesundheitsamt-berlin.de

- powstawanie pleśni w pomieszczeniach mieszkalnych

Berliner Mietergemeinschaft

Möckernstraße 92

10963 Berlin

www.bmgev.de,

Telefon 030 / 2168001

Bezplatne dla członków, dla innych osób za opłatą.

- tematy związane z wynajmem mieszkań/ rozliczeniem kosztów eksploatacyjnych
- rozliczenia kosztów ubocznych (także kosztów ogrzewania)
- wady mieszkań, m.in. pleśń

Ergänzende Infos • Informacje uzupełniające

Weitere Infos • Dalsze informacje
Kostenlose Broschüren zum Bestellen/Herunterladen •
Zamów lub ściągnij przez Internet bezpłatne broszury

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

Ogrzewanie, szczególnie oszczędny sprzęt gospodarstwa domowego, oświetlenie, wietrzenie

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

Informacje i rady wokół takich tematów, jak Stand-by, oszczędne i efektywne oświetlenie oraz sprzęt gospodarstwa domowego
Telefon 0800 / 0736734 (bezpłatny)
www.initiative-energieeffizienz.de

Impressum • Impressum

Za uprzejmym zezwoleniem
BUND Berlin e.V.



Crellestraße 35
10827 Berlin
Telefon 030 / 787900 - 0
Fax 030 / 787900 - 18
www.bund-berlin.de

Herausgeber • Wydawca



... 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

Tekst i koncepcja: BUND Berlin e.V.

Juni 2009

kostenlose Hotline 0800 / 54648888

