

Energiesparfibel



Inhaltsverzeichnis • Содержание

| | | | |
|--|----|--|----|
| Strom sparen • Экономить электричество | 4 | Wasser sparen • Экономить воду | 24 |
| Heimliche Stromfresser • Скрытые пожиратели тока | 5 | Reine Wäsche, saubere Umwelt • | |
| Neue Elektrogeräte • Новые электроприборы | 7 | Чистое белье – здоровая экология | 26 |
| In der Küche • На кухне | 8 | Mülltrennung • Разделение мусора | 27 |
| Kühlschrank • Холодильник | 10 | Gut sortiert und Geld gespart • | |
| Kochen und Garen • Варка и парка | 11 | Кто хорошо сортирует, экономит деньги | 28 |
| Beleuchtung • Освещение | 12 | Sondermüll und Sperrmüll • | |
| Heizen • Отопление | 14 | Особые и крупногабаритные отходы | 31 |
| Raumtemperaturen • Температура в помещении | 14 | Ergänzende Infos • | |
| Nach Bedarf heizen • Топить по мере надобности | 15 | Дополнительная информация | 32 |
| Wärmestau ist Wärmeklau • | | Ökostrom nutzen ist aktiver Klimaschutz • | |
| Тепловой застой равен краже | 16 | Пользование эко-током - активная защита климата ... | 32 |
| Lüften • Проветривание | 18 | Energiekennzeichen • Знаки энергоэкономичности | 34 |
| Richtig lüften • Проветривать надо правильно | 18 | Glossar • Глоссарий | 36 |
| Wie häufig soll gelüftet werden? • | | Beratungsadressen und Angebote • | |
| Как часто следует проветривать? | 20 | Адреса и услуги консультационных центров | 40 |
| Schimmel • Плесень | 21 | Weitere Infos • Еще немного полезной информации .. | 42 |

Liebe Leserinnen und Leser,

wir sind Familie Iwanow 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.“

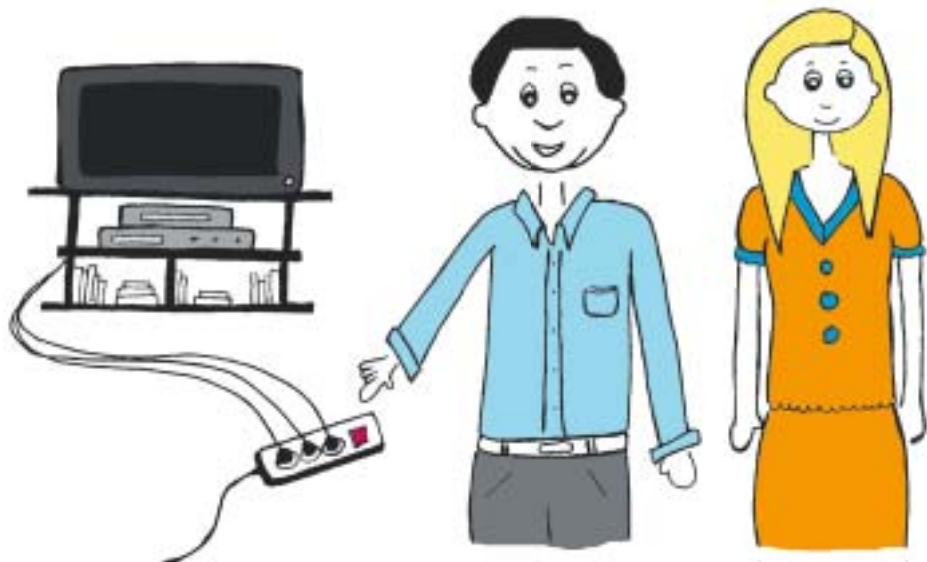
Дорогие читательницы и читатели!

Мы – семья Ивановых и семья Мы – семья Ивановых и семья Шмидт. С помощью этой брошюры мы хотим рассказать Вам о том, как дома и без особых усилий можно экономить энергию.

По крайней мере мы уже снизили расход энергии настолько, что это позволяет нам экономить до нескольких сотен евро в год. Кстати, мы не отказываем себе не в чем: просто мы стали пользоваться энергией намного эффективнее.

Это – не только экономия денег, но и защита экологии, а также ценных энергоресурсов. Благодаря нам в воздух попадает меньше CO₂, который, не в последнюю очередь, является виновником потепления климата. Наш девиз: Столько, сколько нужно, но по возможности поменьше.

Strom sparen • Экономить электричество



Heimliche Stromfresser

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

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

Скрытые пожиратели тока

Михаил сам лично проверил измерительным устройством: его телевизор потребляет 12 Вт/ч в режиме «stand-by», а когда выключен - 4 Вт/ч.

Поэтому теперь все электроприборы Миша подключает через розеточную панель с выключателем стоимостью 3,50€. Так, одним нажатием клавиши он может отключить всех скрытых пожирателей энергии, за счет чего семья Михаила экономит более 100€ в год.

В Германии потери энергии из-за холостого хода приборов достигают в сумме 4 млрд. € в год!

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.

Режим «stand-by»

Множество приборов потребляют энергию круглосуточно, хотя они вроде бы и не работают. Это видно по светящейся лампочке или часам на передней панели прибора. Режим «stand-by» создает излишние затраты – около 200€ в год в расчете на одну семью.

«Мнимое» выключение

Телевизор, стиральная машина, компьютер, заряжающие устройства для аккумуляторов – множество электроприборов, даже когда они выключены, продолжают поедать ток до тех пор, пока штекер в розетке. Определить это можно по нагреву или гудению блока питания.

Совет:

применяйте розеточные панели с выключателем, отключая их после завершения пользования электроприборами.

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.



Новые электроприборы помогают экономить

Со временем более дорогой, но более экономичный бытовой прибор позволит сэкономить много тока. Поэтому при покупке новинки следует учитывать аспект энергопотребления.

Информация об этом указывается на энергетическом этикетке ЕС для электроприборов. Он позволяет сопоставлять друг с другом различные виды бытовой техники по уровню их энергоэкономичности. Каждый прибор относится к одному из классов – от А до G.

Буквой А обозначается более низкий энергозатрат, а G – наивысший. Самые энергоэффективные холодильники и морозильники имеют маркировку «A+» и «A++». Обзор наиболее важных знаков и лейблов Вы найдете на стр. 34.

Strom sparen • Экономить электричество



In der Küche

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

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

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

На кухне

Света хвастается перед Анной своими новыми кухонными помощниками: посудомойкой и холодильником. «Теперь с холодильником энергокласса «A++» я смогу сэкономить около 70 % платы за электроэнергию», - говорит Света. – «За 10 лет мой старый холодильник израсходовал энергии почти что на 1.000€, а новому потребуется за такое же время всего лишь 300€».

Благодаря новой посудомойке Света экономит вдвойне: за счет меньшего расхода электроэнергии и воды.

Совет: лучше пользоваться посудомойкой, чем мыть посуду вручную. Расход воды сокращается более чем наполовину, однако лишь при полной загрузке машины.

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 $+7^{\circ}\text{C}$, 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.



Холодильник служит бесперебойно

Советы по экономии электроэнергии:

- Старый холодильник следует заменить новым по прошествии 15 лет.
- Не оставляйте надолго открытой дверь холодильника или морозильника.
- Оптимальная температура: в холодильнике $+7^{\circ}\text{C}$, в морозильнике -18°C .
- Не рекомендуется устанавливать холодильник/морозильник вблизи батареи, плиты или в зоне воздействия прямых солнечных лучей.
- Размораживайте холодильник при образовании избыточного слоя льда.
- Не помещайте горячую еду в холодильник.
- Следите за доступом воздуха к испарителю в виде трубчатого змеевика на задней стенке холодильника.
- При длительном отсутствии отключить и разморозить холодильник/морозильник.

Kochen & Garen – das hilft sparen

Sveta 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.

Варка-парка: это помогает экономить

Дома у Светы электроплита. Зная, что готовить на газу – будь то варка или выпечка – намного дешевле, она старается готовить еду как можно более экономно.

Так получится лучше:

- Сковорода при долгом времени приготовления экономит 60 % энергии.
- Хорошо прилегающая крышка кастрюли экономит 50 % энергии.
- Используйте остаточное тепло плиты. Выключив зону нагрева раньше, Вы сэкономите до 25 % энергии.
- Дно кастрюли должно соответствовать диаметру конфорки (экономия 15 %).
- Приборы для кипячения воды дают экономию 50 % энергии.
- Не открывайте без надобности дверцу духовки.
- Горячие напитки лучше всего держать в термосе.

Beleuchtung

Sveta 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!

Освещение

За счет применения энергосберегающих ламп Света и Анна экономят не менее 50€ на каждой лампе. По сравнению с обычными расход энергии у них меньше почти на 80%. Экономичная лампа на 11 Вт дает примерно такое же освещение, как обычная мощностью 60 Вт.

Так как энергосберегающие лампы в 8-15 раз дольше служат, они – с учетом длительной перспективы – выгоднее традиционных, хотя вначале и дороже. Все это, если учесть, что свет горит более 10 минут. Галогенные лампы не энергосберегающие; в среднем они служат вдвое дольше обычных ламп.

Покидая после всех помещение, не забывайте гасить свет!



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.



Советы по приобретению энергосберегающих лампочек:

- Обращайте внимание на энерголейбл ЕС и покупайте только лампочки класса энергопотребления А.
- Обратите внимание также и на номинальный срок службы, указанный на упаковке.
- Есть два типоразмера цоколя: E27 (обычной величины) и меньший E14 (он же миньон).
- Предлагаются лампы с так наз. холодным и теплым стартом (см. глоссарий).
- Сегодня имеются энергосберегающие лампы самых различных форм, напр., в виде свечи, грушевидные или шарообразные.
- Имеются лампы, дающие различный свет: от «тепло-белого» = 2.700-2.900 К и «нейтрально-белого» = около 4.000 К до «дневного белого» = 5.000-6.500 К.
- Есть также диммерные лампы с регулируемым уровнем освещенности.

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

Температура в помещении

В домах больше всего энергии уходит на обогрев помещений – 70% с лишним проц. Именно здесь особенно важно экономить, и сделать это весьма просто:

Умеренный обогрев

Понижение температуры помещения всего лишь на один градус сулит уменьшение затрат на тепло (на 6%). Любое ее завышение не только вредит здоровью, но и повышает опасность простудных заболеваний.

Рекомендуемая температура в

кухне 18° C

жилой и столовой комнатах 20° C

кабинете и детской комнате 20° C

спальне 17° C

ванной комнате 24° C

ночное время 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%.

Топить по мере надобности

- В случае длительного отсутствия и при проветривании выключить отопление.
- При отсутствии в течение 1-2 недель: установить регулятор на символе (*) или выключить отопление.
- При отсутствии в течение 1-2 дней: отметка 1.
- При отсутствии в течение нескольких часов – на отметке 1 или 2.
- При проветривании выключить полностью! Иначе будет наблюдаться утечка тепла, а, значит, тратится уйма энергии.

Дополнительные советы:

- Закрыть двери неотапливаемых или мало отапливаемых помещений.
- При негерметичности стыков окон и дверей, а также образовании щелей уплотнительная лента или планка порога двери (от 5€) сэкономят до 15% тепла.

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.

Тепловой застой равноценен краже

«Почему у нас всегда так холодно? Ведь батарея включена на полную», - говорит Анна, сидя в кресле и ощущая легкий озноб. «Ясно почему», - отвечает Пауль, - «ведь ты креслом закрываешь батарею, тут уж никакому теплу не прорваться дальше спинки кресла». Встав, он молча отодвигает кресло с сидящей в нем Анной в сторону.

Это препятствует циркуляции тепла:

- облицовка радиаторов отопления,
- занавески над ними и
- сушка белья на и перед батареями.

Обратите внимание на то, чтобы на термостатных вентилях не лежало никаких вещей, ибо это нарушает правильную регулировку температуры.



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.

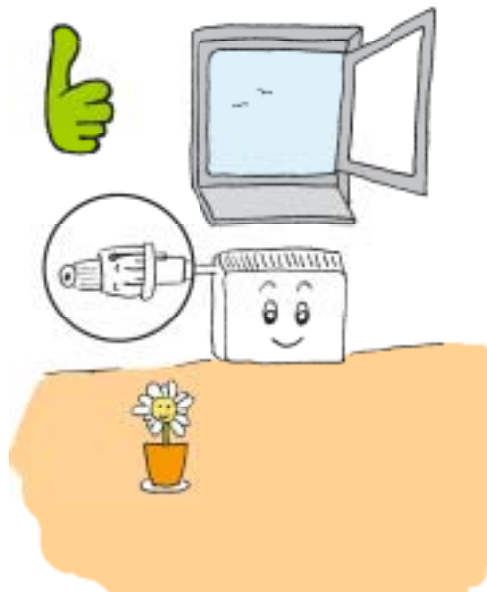
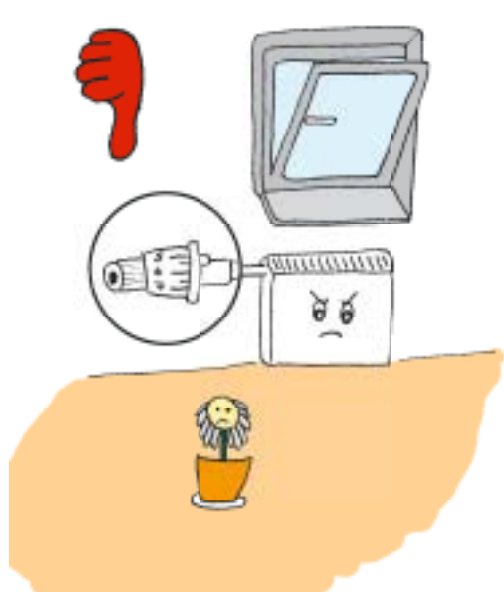
Проветривать надо правильно

Поперечное или ударное проветривание: ПРАВИЛЬНО

Проветривать всегда следует при широко открытом окне, еще лучше – с распахнутой дверью, что обеспечивает быстрый обмен воздуха без значительной потери тепла. Зимой для этого достаточно 5 минут. При этом каждый раз не забывайте выключать отопление!

Откидное и длительное проветривание: НЕПРАВИЛЬНО

Во время длительного проветривания в зимнее время при откидном окне теряется большое количество тепловой энергии и уйма времени уходит на достижение полного воздухообмена. Если окно размещается над радиатором, то прежде всего происходит большая утечка тепла, причем одновременно охлаждаются также стены.



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.

Как часто следует проветривать?

Каждое утро после подъема необходимо проветрить квартиру. В первой и во второй половине дня следует повторно проветривать используемые помещения, а вечером перед сном – прежде всего спальню. После принятия душа или ванны, варки или сушки белья в квартире влажный воздух. Необходимо интенсивно проветривать.

Совет:

после принятия душа протрите сухой тряпкой облицовочную плитку в ванной комнате. Если там нет окна, откройте окно в соседнем помещении. При этом остальные двери должны быть закрыты, что предотвращает распространение влажности по всей квартире.

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.

Плесень

Грибок опознан – опасность устранена

О наличии плесневых грибов в квартире говорит факт появления черных, белых, желтых или зеленых пятен. Особенно хорошо плесень произрастает в прохладных сырых местах.

Например:

- над чуть прикрытыми окнами,
- в прохладных помещениях и
- на холодных внешних стенах.

В результате охлаждения воздуха влага оседает там на стенах в виде мельчайших капель.

При больших концентрациях плесень может вызывать заболевания дыхательных путей, аллергию и инфекцию. Прежде всего в спальне она должна быть устранена без малейшего промедления.

Lüften • Проветривание

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.



Но сперва следует установить причину возникновения влаги и устранить ее. Иначе плесень появится снова или даже распространится еще больше, причиняя также большой ущерб зданию. Поэтому всегда при появлении плесени следует информировать об этом квартиросдатчика.

Небольшие пятна можно устранить самим 70-80-процентным спиртовым раствором.

При большом скоплении плесени владелец квартиры обязан обратиться за помощью к специалистам. В районном Ведомстве здравоохранения, Обществе защиты прав потребителей или Берлинском союзе квартиросъемщиков Вам дадут компетентный совет. Перечень основных адресов Вы найдете на стр. 40 и 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.



Плесень

Избегать появления плесени:

- Достаточно и часто проветривать!
- Двери мало отапливаемых помещений держать закрытыми: в прохладное помещение вместе с теплом проникает также и влага.

Обеспечить достаточный обогрев

Не давать охладиться помещениям. В комнатах с холодными внешними стенами температура не должна быть ниже 20° C; их следует проветривать регулярно и в достаточной мере.

Устанавливать мебель на расстоянии 5-10 см от стены. Прежде всего за громоздкими шкафами плесень поселяется довольно-таки быстро из-за недостаточной циркуляции воздуха.

Wasser sparen • Экономить воду



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.

Экономить воду в ванной и туалете

Экономя воду, Вы экономите на расходах за водоснабжение и канализацию, а также теплотенергию. Чета Ивановых смогла значительно сократить свои «водные» расходы, составлявшие 1.200€ в год.

Советы по экономии воды:

- Душ вместо ванны, ибо при этом расходуется в три раза меньше воды. Так как в семье Ивановых семь человек, то в год экономится 76.000 литров воды.
- Унитазы с кнопкой экономного смыва позволяют экономить до 50 % воды. Довольно простое переоборудование.
- Ремонт текущих кранов. Ведь только один капающий кран дополнительно расходует в день до 50 литров или 18.000 литров питьевой воды в год.
- Экономная душевая насадка помогает сберечь 35 % воды.

Reine Wäsche, saubere Umwelt

Энергосберегающее мытьё и сушка:

- 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.

Чистое бельё – здоровая экология

Энергосберегающее мытьё и сушка:

- Стирать исключительно при полной загрузке машины.
- Стирка при низких температурах сокращает расход энергии на 30-40%. Для нормально загрязнённого белья достаточно 40°, белого - 60°.
- Правильная дозировка стирального средства.
- Энергосберегающие программы удлиняют время стирки. Моющее средство дольше воздействует на бельё, поэтому выберите следующий, более низкий температурный режим.
- Для сушки белья используйте бельевую веревку или специальное устройство.
- Предварительная стирка не нужна. Сильно загрязнённое бельё лучше заранее замочить



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

Кто хорошо сортирует, тот экономит деньги

| УПАКОВКА | БУМАГА / КАРТОН | БИООТХОДЫ | ПРОЧИЙ МУСОР |
|--|--|--|--|
| <p>Искусств материалы, Стаканчики, Бутылки, Пленка, Пенопласт, Металлическая упаковка, Алюминиевая фольга, крышки и емкости, Укупорка бутылок, Банки, из-под, напитков и консервные банки, Тетраупаковка, Картонные пакеты из-под молока и соков</p> <p>НИКАКОГО стекла !!!</p> | <p>Книги, тетради, Картонные коробки (напр., стир. порошки), Каталоги, Оберточная бумага, чистая Проспекты, Писчая бумага Бумажная упаковка (напр., пакеты из-под муки и сахара), Журналы, Газеты</p> <p>НИКАКОЙ загрязненной или импрегнированной бумаги !!!</p> | <p>Цветы и садовые отходы, Яичная скорлупа, Пищевые отходы (в т.ч. вареные), Кофейная гуща с фильтром, Пищевые продукты, испорченные Овощные и фруктовые отходы (в т.ч. цитрусовые), Чай и чайные пакетики</p> <p>НИКАКИХ бумажных пеленок, а также золы, стружки из кошачьих туалетов или пакетов для пылесосов!!!</p> | <p>Зола и содержимое пепельниц, Краска, засохшая Пленка, загрязненная Фотографии, пленка, Ящики из-под овощей и фруктов, Посуда, Изделия из дерева, Предметы гигиены, Стружка из кошачьих туалетов Бумага, загрязненная Зеркальное и оконное стекло, Игрушки Пакеты для пылесосов, Текстильные изделия, Бумажные пеленки</p> |

Сортировка стекла по цвету: белое, зеленое, коричневое!

По данным BSR

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!

Кто хорошо сортирует, тот экономит деньги

Упаковка, стекло, макулатура и биоотходы поддаются переработке. Эти ценные материалы должны правильно собираться в предназначенных для них цветных мусороконтейнерах, т.е. отдельно от остального мусора. Это позволяет экономить сырье и производственные затраты. Ибо деньги за вторичную переработку упаковок с «Зеленой точкой» были уже заплачены при покупке.

Однако: За попадание другого мусора в один из цветных контейнеров приходится платить вдвойне при его переработке. Дороже всего обходится прочий мусор в контейнерах серого цвета.

Экологичнее всего избегать лишнего мусора, отказавшись, напр., от использования пластиковых пакетов!

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



Особые и крупногабаритные отходы

Мусор, содержащий вредные вещества, такие как краска, лак, химикаты, отработанное масло, батарейки, энергосберегающие лампочки и медикаменты, подлежит сдаче в шести пунктах сбора вредных веществ Берлинского предприятия по уборке города (BSR).

До 20 кг в расчете на одну семью в день можно сдавать бесплатно. Старую бытовую технику и до 2 кубометров крупногабаритного мусора (мебель, изделия из экологически чистой древесины, матрасы, ковры и паласы из PVC) можно сдать бесплатно на площадках рисайклинга предприятия BSR. Если работники BSR приезжают к Вам домой, то за эти услуги надо платить.

Подробную информацию и адреса можно получить по телефону:
030 / 7592-4900 или на сайте 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.

Пользование эко-током – активная защита климата

Прибегая к возобновляемым источникам энергии и своим отказом от атомных и угольных электростанций, негативно влияющих на экологию, Вы способствуете производству экологически чистой энергии. Эко-ток часто оказывается намного выгоднее традиционного.

Важно! Сделайте выбор в пользу одного производителя и поставщика на 100 % экологически чистого тока. Более подробная информация по бесплатному хотлайну: 0800 / 7626852 или на сайте www.gruenerstromlabel.de

Эта смена проста, быстро осуществима и бесплатна для Вас. Установите контакт с избранным Вами энергопоставщиком, и он позаботится о всех дальнейших шагах.



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.



Znaki energoekonomičnosti

Лейбл ЕС (энергоэтикетка ЕС)

для расхода энергии крупными бытовыми электроприборами. «А» сигнализирует минимальный объем потребления, «G» – очень высокий. Самые экономичные холодильники и морозильники имеют маркировку «A+» и «A++». Лейбл обязателен по закону.

Знак GEEA

указывает на низкий расход энергии в режиме «stand-by», однако ничего не говорит об объеме потребляемого тока во время эксплуатации.

«Евроцветок» (эко-лейбл)

для изделий, безвредных для экологии и безопасных для потребителя, а также имеющих долгий срок службы.

Продукты: напр., энергосберегающие лампочки, светильники, бытовая техника и электроприборы.

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.



«Голубой ангел»

Прежде всего знак подтверждает соответствие экологическим критериям для материалов, запрет различных веществ; контролирует расход энергии, эргономические аспекты и удобство пользования для потребителя. Продукты: бумажная продукция, лаки и краски, батарейки, мебель, офисная техника и т. д.

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.



«Energy Star»

Критерий для присвоения лейбла – строгое соответствие уровню расхода энергии в режиме «stand-by». Продукты: офисная техника, прежде всего компьютеры и мониторы.

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.

Глоссарий

Аккумулятор (нем. сокр.: Akku): накопитель электрической энергии, допускающий многократную зарядку (вплоть до тысячи раз).

Блок питания от сети: снабжает прибор электричеством; он может быть интегрированным или дополнительного подключения, напр., заряжающие устройства для мобильных телефонов.

Галогенные лампы: эти лампы излучают насыщенный яркий свет, наподобие дневного. Они расходуют значительно меньше электричества, чем обычные лампы накаливания, и их срок службы почти в два раза дольше. Но к энергосберегающим галогенные лампы не относятся

Классы энергопотребления: сегодня существует семь классов энергопотребления, которые обозначаются латинскими буквами – от А до G, причем «А» сигнализирует минимальный объем потребления, а «G» – очень высокий. Для холодильников и морозильников существуют дополнительно классы «А+» и «А++»; ими маркируются наиболее экономичные агрегаты.

Лампы с теплым стартом: люминесцентные лампы, которые после включения начинают светиться спустя некоторое время, т.е. с предварительным нагревом электродов.

Лампы с холодным стартом: эти люминесцентные лампы начинают светиться почти мгновенно, однако их срок службы чаще всего не продолжителен.

(Компактные) люминесцентные трубки или лампы: они потребляют всего лишь на 15% меньше энергии, чем лампы накаливания, однако их срок службы почти что в семь раз дольше. Почти для

Глоссарий

любого применения сегодня имеются лампы, дающие различный свет. Здесь, однако, необходимо учитывать различие по холодному и теплomu старту.

Режим готовности «stand-by»: с помощью дистанционного устройства соответствующий прибор может включаться или находиться в режиме готовности.

Розеточная панель с выключателем: легким движением руки возможно полностью выключить или снова включить множество электроприборов (включая блоки питания).

Сетевой выключатель: устройство, обеспечивающее полное отключение блока питания.

Термостатный регулятор (и вентиль): позволяет регулировать на радиаторе температуру в помещении. Термостат реагирует на окружающее тепло, регулируя с учетом этого подачу горячей воды в батарею. Благодаря этому удается постоянно поддерживать желаемую комнатную температуру. Применение термостатных регуляторов предписывается законом.

Токоизмерительное устройство: в отношении бытовой техники с его помощью измеряется, в частности, потребляемая мощность и/или расход энергии. В зависимости от модификации возможно также вычислить стоимость энергозатрат.

Холостой ход: прибор расходует электроэнергию даже без выполнения своей основной функции, напр., в режиме «stand-by» или когда он не полностью отключен.

Beratungsadressen und Angebote • Адреса и услуги консультационных центров

Verbraucherzentrale Berlin e.V.

Hardenbergplatz 2

10623 Berlin

Telefon 030 / 21485-260

www.verbraucherzentrale-berlin.de

Beratungsangebot:

- Energiesparberatung
- Heizung, Heizenergieverbrauch, Heizkosten
- Warmwasser
- Schimmelbildung in Wohnräumen, Ursachenermittlung, gesundheitliche Bewertung, Beseitigung
- Mieterfragen/Betriebskosten, Nebenkostenabrechnung (Anmeldung erforderlich und gebührenpflichtig)

Bürgerberatung Energie & Umwelt

Sauerbruchstraße 23

14109 Berlin

Telefon 030 / 3016090

www.gfl-online.de

Beratungsangebot:

- Energiesparen im Haushalt
- Heizung
- Strom- und Heizkosten
- Warmwasser

Telefonische Kurzauskünfte:

Di u. Do, 11.00-14.00

Persönliche Beratung:

Di, 14.00-18.00

5,- € Gebühr

Beratungsadressen und Angebote • Адреса и услуги консультационных центров

Berliner Stadtreinigungsbetriebe (BSR)

Telefon 7592-4900

www.bsr.de

- Abfallentsorgung, Recycling,
- Sondermüll, Spermüll

Gesundheitsämter der Berliner Bezirke

Telefonische Beratung

www.gesundheitsamt-berlin.de

- Schimmelbildung in Wohnräumen

Berliner Mieterverein

Beratung zu den jeweiligen Öffnungszeiten
sowie nach Terminvereinbarung unter

Telefon 030 / 226260,

Mitgliedschaft erforderlich

- Mieterfragen/Betriebskosten
- Nebenkostenabrechnung (auch Heizkosten),
- Schimmel

Berliner Mietergemeinschaft

Möckernstraße 92

10963 Berlin

www.bmgev.de,

Telefon 030 / 2168001

Mitgliedschaft bzw. Beratungsgebühr

- Mieterfragen/Betriebskosten
- Nebenkostenabrechnung (auch Heizkosten)
- Mietmängel, auch Schimmel

ElektrogeräteCheck

www.co2online.de

- Vergleich von Elektrogeräten (kostenlos)
- Liste energiesparender Geräte

Ergänzende Infos • Дополнительная информация

Weitere Infos • Еще немного полезной информации

Kostenlose Broschüren zum Bestellen/Herunterladen •

Эти бесплатные брошюры можно заказать или скачать с сайта

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 • Импрессум

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 • Издатель



... 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

kostenlose Hotline 0800 / 54648888

