



RAZEM

przez kryzys energetyczny

niedersachsen.de/
Energiekrise



Niedersachsen. Klar.

Zmniejsz zużycie teraz

... i oszczędzaj pieniądze!

Dodatkowe informacje o redukcji zużycia energii i oszczędzaniu pieniędzy

Dolna Saksonia – razem przez kryzys energetyczny

» niedersachsen.de/energiekrise

Punkty doradztwa energetycznego dla właścicieli domów

» klimaschutz-niedersachsen.de



Doradztwo w zakresie umów na dostawę energii i wskazówki dotyczące oszczędz.

Centrum doradztwa konsumenckiego oferuje porady dotyczące oszczędzania energii na temat umów na dostawę energii elektrycznej i gazu. Na spotkanie w sprawie konsultacji można umówić się online lub telefonicznie, pod numerem 0511 911 96-0.

» verbraucherzentrale-niedersachsen.de

Porady dotyczące oszczędzania energii dla osób o niskich dochodach

W ramach programu „Stromspar-Check” gospodarstwa domowe o niskich dochodach otrzymują bezpłatne porady dotyczące oszczędzania energii, a także artykuły ułatwiające oszczędzanie energii i wody. Z konsultacji można również skorzystać online lub telefonicznie.

Dane kontaktowe lub zespół doradców ds. oszczędzania energii elektrycznej w Twojej okolicy:

» stromspar-check.de/standorte

Doradztwo w sprawie nadmiernych obciążeń finansowych

Centrum doradztwa konsumenckiego Dolnej Saksonii zaleca wszystkim konsumentom zagrożonym lub borykającym się z problemem zadłużenia jak najwcześniejszy kontakt z oficjalnym centrum doradztwa dla dłużników oraz do spraw upadłości konsumenckiej.

Regionalne centra doradztwa dla osób zadłużonych:

» meine-schulden.de/beratungsstellen

Uwaga: porady w sprawach poważnego zadłużenia są bezpłatne.

Odpowiedzi na często zadawane pytania (FAQ) dotyczące kryzysu energetycznego

» niedersachsen.de/energiekrise/faq



Jak oszczędzać energię na co dzień

**Każda zaoszczędzona kilowatogodzina
to ulga dla Twojego portfela i dla nas wszystkich
na nadchodzącą zimę.**

Dlaczego musimy oszczędzać energię od zaraz:

- rosnące obciążenia finansowe dla każdego gospodarstwa domowego w związku ze wzrostem cen gazu i energii elektrycznej
- im więcej gazu zużywamy teraz, tym trudniejsza będzie realizacja dostaw w sezonie zimowym



Każda zaoszczędzona kilowatogodzina to ulga dla Twojego portfela i dla nas wszystkich na nadchodzącą zimą.

Oszczędność kosztów energii elektrycznej

Gospodarstwo domowe w budynku wielorodzinnym może obniżyć koszty energii elektrycznej o co najmniej **300 euro** rocznie.

W przypadku domu jednorodzinnego oszczędności mogą sięgnąć nawet co najmniej **400 euro** rocznie!



Urządzenia telewizyjne i multimedialne – dzięki zastosowaniu gniazdek z wyłącznikami można wyeliminować koszty poboru prądu przez urządzenia w trybie czuwania



Oświetlenie – włączaj światło tylko tam, gdzie jest potrzebne (nie zostawiaj włączonego światła w pomieszczeniach, z których nie korzystasz, zrezygnuj z dekoracji świetlnych)



Notebook/komputer/monitor/router – włącz tryb oszczędzania energii i całkowicie wyłączaj urządzenia na noc za pomocą gniazdek z wyłącznikami



Piekarnik – funkcja termoobiegu w piekarniku oszczędza 20% energii w porównaniu z grzaniem góra-dół; nagrzewanie piekarnika zwykle nie jest konieczne



Kuchenska – gotując w garnku przykrytym pokrywką zużywamy o połowę mniej energii



Pralka – korzystaj z programów energooszczędnych, nie gotuj prania (90°), ładuj pralkę do pełna



Zmywarka – korzystaj z programów energooszczędnych, włączaj urządzenie dopiero wtedy, gdy jest całkowicie wypełnione

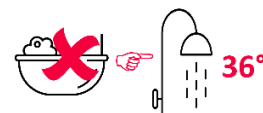


Lodówka – ustaw wyższą temperaturę chłodzenia (7°C lub porównywalna)

Uwaga: termowentylatory elektryczne NIE SĄ korzystną alternatywą dla instalacji grzewczej.

Zużywają one dużo energii elektrycznej.

Oszczędność kosztów ogrzewania i CWU



36° Bierz prysznic zamiast kąpeli, ciepły zamiast gorącego



5 min. Skróć prysznic do 5 minut i zakręcaj wodę, kiedy się namydłasz



Usuń przeszkodę przed grzejnikami

Meble, zastony i zabudowy powinny znajdować się w odpowiedniej odległości (20 do 30 cm) od grzejnika.

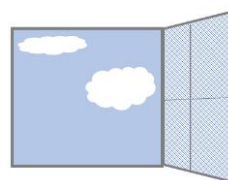


Ustaw prawidłową temperaturę ogrzewania

Obniżenie temperatury ogrzewania już o 1°C pozwala zaoszczędzić 6% energii.

Orientacyjne wartości temperatury w pomieszczeniach:
20° do 22°C w części mieszkalnej (poziom 3)
17° do 18°C w kuchni i sypialni (poziom 2,5)

Wskazówka: ogrzewanie na poziomie 5 zużywa dużo energii. Pomieszczenia nie nagrzewają się znacznie szybciej, niż na poziomie 3 do 4.



Prawidłowo wietrz pomieszczenia

Wymień wilgotne powietrze na świeże.

Kilka razy dziennie (3x)

otwieraj **szeroko** jedno lub więcej okien na ok. 5–10 minut.

Ważne: **PRZED** otwarciem okien zakręć całkowicie termostaty na grzejnikach i odkręć je ponownie dopiero **PO** zamknięciu okien.

W sezonie grzewczym i w zimne dni unikaj uchylania okien.

Prawa autorskie do grafik:

Ikony: leMBERGvector/stock.adobe.com

Ikony „Oszczędność kosztów ogrzewania i CWU”: Irene/stock.adobe.com