



verbraucherzentrale



Energieberatung

verbraucherzentrale

Baden-Württemberg

КРАТКИЙ ОБЗОР ЗАТРАТ НА ЭНЕРГИЮ

Предложения помощи в округе Тюбинген



Консультационный отдел по энергопотреблению центра по защите прав потребителей в земле Баден-Вюртемберг предоставит вам консультации по всем вопросам, связанным с энергопотреблением. Вы можете получить у нас индивидуальную консультацию в 13 консультационных отделах в земле Баден-Вюртемберг. Центр по защите прав потребителей в земле Баден-Вюртемберг не зависит от поставщиков и придерживается нейтральной позиции. Данная брошюра предназначена для оказания помощи потребителям, у которых есть вопросы, связанные с энергопотреблением / с затратами на энергию. Брошюра предлагает вам перечень контактных лиц и предоставляет вам советы и быструю помощь в решении проблем.

Если у вас есть какие-либо вопросы, вы можете напрямую обратиться в консультационный отдел по энергопотреблению центра по защите прав потребителей в земле Баден-Вюртемберг:



Центр по защите прав потребителей в земле
Баден-Вюртемберг

Паулиненштрассе 47, 70178 Штутгарт

Тел.: **0711 669110**

Электронная почта: energieberatung@vz-bw.de

КРАТКИЙ ОБЗОР ЗАТРАТ НА ЭНЕРГИЮ

Предложения помощи в районе Тюбинген

СОДЕРЖАНИЕ

Снижение потребления энергии

Консультационный отдел по энергопотреблению центра по защите прав потребителей в земле Баден-Вюртемберг

- Базовая проверка 4
- Местные консультационные отделы в районе Тюбинген 5

Советы по энергосбережению

Простые советы по энергосбережению для дома

- Ваш годовой потенциал экономии энергии 6
- Отопление 8
- Вентиляция 9
- Стирка и сушка 9
- Охлаждение и замораживание 10

- Приготовление пищи и выпечка 10
- Горячая вода 11
- Освещение, компьютер и телевизор 11
- Экономия энергии в арендуемой квартире 12

Долги за потребленную энергию

Что делать, если нет возможности погасить задолженность за потребленную энергию?

- Возникла угроза отключения электроэнергии – что можно сделать? 14
- Кредиты на погашение задолженности за электроэнергию 17
- Где я могу получить дополнительную консультацию? 19

4 | Снижение потребления энергии



КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ ПО ЭНЕРГОПОТРЕБЛЕНИЮ ЦЕНТРА ПО ЗАЩИТЕ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ В ЗЕМЛЕ БАДЕН-ВЮРТЕМБЕРГ



БАЗОВАЯ ПРОВЕРКА

Даже приложив небольшие усилия, потребители могут сэкономить много энергии. Помогает в этом базовая проверка, которая предоставляет обзор потребления электроэнергии и воды и показывает достаточно простые возможности для экономии.

Консультационные услуги:

Базовая проверка поможет вам найти возможности для экономии энергии. Для проверки к вам домой приедет консультант по энергопотреблению и поможет вам решить вопросы, связанные с экономией энергии. Вам будет оказана помощь в следующих вопросах:

❖ Экономия электроэнергии

❖ Отопление и вентиляция

Ваш консультант по энергопотреблению также ответит на любые вопросы, связанные с расчетом расходов на отопление.



КАК МОЖНО ЗАПИСАТЬСЯ НА БАЗОВУЮ ПРОВЕРКУ?

1. Вы согласовываете дату проведения базовой проверки по телефону бесплатной горячей линии **0800-809802400**
2. Консультант приезжает к вам домой.
3. Консультация длится около 1 часа.
4. После консультации вы получите краткий отчет в течение четырех недель. Здесь вы можете прочитать все еще раз и получить советы!

Внимание: Отчет НЕ является экспертным заключением!

КОНСУЛЬТАЦИОННЫЕ ОТДЕЛЫ В ОКРУГЕ ТЮБИНГЕН

Центр по защите прав потребителей в Ройтлингене



**Центр по защите прав потребителей в земле
Баден-Вюртемберг**
Консультационный отдел в Ройтлингене
Канцляйштрассе 20
D-72764 Ройтлинген

Вы также можете записаться на базовую проверку или узнать обо всех других предложениях центра по защите прав потребителей по телефону **0711 669110**.

Базовые проверки проводятся в сотрудничестве с некоммерческим обществом с ограниченной ответственностью «Агентство по защите климата в округе Тюбинген».



Агентство по защите климата в районе Тюбинген

Агентство по защите климата в районе Тюбинген предоставит вам консультации по всем вопросам, связанным с энергопотреблением. Оно предлагает вам бесплатную консультацию по энергопотреблению. Консультанты не зависят от поставщиков и предоставляют вам консультации, придерживаясь нейтральной позиции.



Некоммерческое общество с ограниченной ответственностью «Агентство по защите климата в округе Тюбинген»

Доблерштрассе 13
72074 Тюбинген
Телефон **07071 567 960**
info@agentur-fuer-klimaschutz.de

Время работы телефонной линии:

Понедельник и вторник:

с 08:30 до 12:00

и с 14:00 до 17:00

Среда: с 08:30 до 12:00

и с 13:00 до 15:00

Пятница: с 08:30 до 12:00

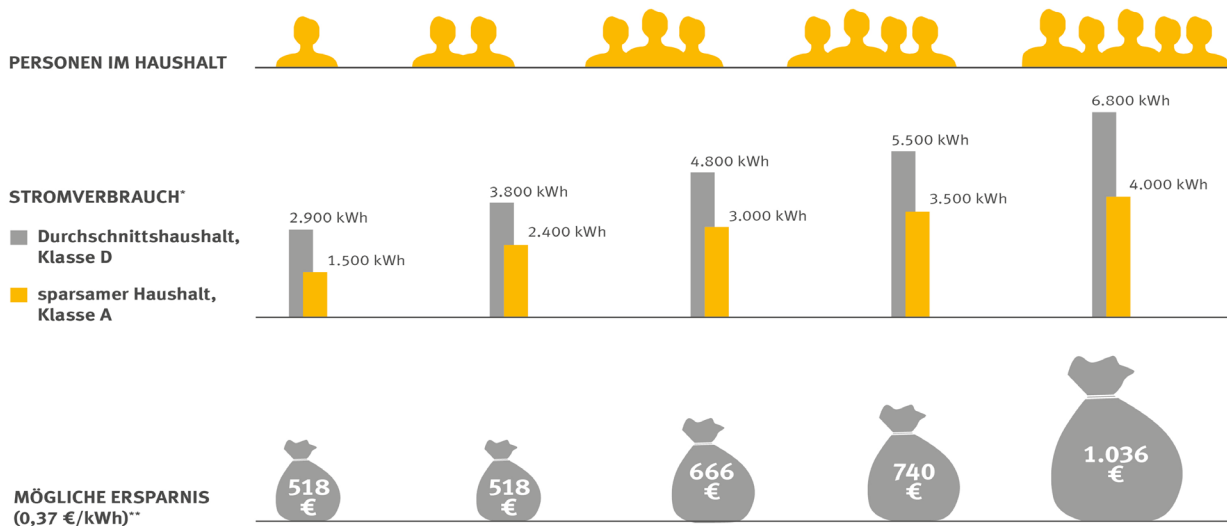
6 | Советы по энергосбережению

Затраты на энергию, т. е. на горячую воду, отопление и электричество, являются в Германии очень высокими. Поэтому вам выгодно использовать меньше энергии, чтобы платить меньше денег.

Вот столько вы можете сэкономить, если будете потреблять меньше энергии:

ПОТРЕБЛЕНИЕ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ

Ваш годовой потенциал экономии



** Quelle: strom-report.de
Prognose des durchschnittlichen Haushaltsstrompreises für 2023

* Daten: Stromspiegel Deutschland 2021/22,
Werte für Ein- und Zweifamilienhaus mit elektrischer Warmwasserbereitung (Klasse A-G)

КАК ПРАВИЛЬНО ОТАПЛИВАТЬ ЖИЛЬЕ?

Мы чувствуем себя комфортно, когда температура в помещении составляет от 18 до 22 градусов. В зависимости от того, в какой комнате мы находимся, оптимальными могут быть другие значения температуры. Вот краткий обзор:

Гостиная:	20 градусов
Спальня:	16-18 градусов
Кухня:	18 градусов
Ванная:	21 - 24 градуса
Детская комната, рабочая комната:	20 - 21 градус



8 | Советы по энергосбережению

На вашем отопительном приборе есть «поворотная ручка» (термостат). С помощью этой «поворотной ручки» устанавливается уровень отопления в вашей квартире.

Уровень 1 = 12 градусов

Уровень 2 = примерно 16 градусов

Уровень 3 = 20 градусов

Уровень 4 = 24 градуса

Уровень 5 = примерно 28 градусов

Таким образом, если вы установите термостат с помощью «поворотной ручки» на уровень 3 в гостиной и на уровень 2,5 в спальне, вы получите оптимальную комнатную температуру. При установке радиатора отопления на более высокий уровень помещение не прогревается быстрее, а затраты увеличиваются!

В некоторых квартирах есть отопительные приборы, которые используют электроэнергию. Эти отопительные приборы являются особо дорогостоящими. Вы можете узнать этот отопительный прибор по кабелю электропитания. Приходите на консультацию, если у вас есть этот отопительный прибор.

Если вы не будете находиться дома, установите отопительный прибор на уровень 2.



Важно: Никогда не устанавливайте отопительный прибор на уровень 0 зимой!

❖ Не ставьте мебель и не вешайте шторы перед радиаторами отопления!

❖ Не кладите одежду на радиаторы!



КАК ПРАВИЛЬНО ПРОВЕТРИВАТЬ ПОМЕЩЕНИЕ?

Свежий воздух - это хорошо! Также можно не допустить образования плесени, если мы правильно проветриваем помещение. Это очень важно зимой.

- ❖ **Полностью открывайте окно не менее 3 раз в день. Следует оставить окно открытым в течение 5-10 минут. Если вы только приоткрываете окно сверху, вам нужно будет дольше проветривать помещение, а это увеличивает расход энергии.**
- ❖ **Осуществляйте проветривание после приготовления пищи.**
- ❖ **Осуществляйте проветривание, если вы сушите белье в квартире. Иногда в арендуемой квартире не разрешается сушить белье. Это указано в вашем договоре аренды квартиры!**

СТИРКА И СУШКА

Во время стирки белья обращайте внимание на температуру. Температура 30 градусов является достаточной для стирки белья без сильных загрязнений. Стирая при температуре 30 градусов вы экономите деньги. Чем более горячую воду вы используете во время стирки, тем больше ваши расходы!

Лучше всего сушить белье на бельевой веревке или на сушилке. Но если вы не хотите отказываться от сушильной машины, отожмите белье перед сушкой. Для этого установите скорость отжима 1 200 оборотов в минуту.



ОХЛАЖДЕНИЕ И ЗАМОРАЖИВАНИЕ

Открывайте холодильник или морозильную камеру только на непродолжительное время. Позвольте блюдам остыть перед тем, как положить их в холодильник. Не ставьте устройство возле отопительного прибора или плиты. Следите за тем, чтобы в морозильной камере не образовался толстый слой льда.

Как правильно отрегулировать холодильник / морозильную камеру:

❖ В холодильнике должна быть температура около 7 градусов. Это, приблизительно, уровень 2 или 3.

❖ В вашей морозильной камере должна быть температура около -18 градусов.

Не забывайте ее регулярно размораживать.

Слой льда толщиной в пол сантиметра обеспечивает высокий дополнительный расход электроэнергии.

Вы можете измерить температуру в холодильнике и морозильной камере с помощью термометра!

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПИЦЦЫ И ВЫПЕЧКА



❖ Во время приготовления пищи накрывайте кастрюли и сковородки крышками.

❖ Воду предварительно вскипятите в чайнике.



Важно: Духовка не является отопительным прибором. Не используйте ее для обогрева квартиры!

ГОРЯЧАЯ ВОДА

Горячая вода стоит дорого, потому что для ее нагрева требуется энергия!

…❖ Душ вместо ванны!

…❖ Принимайте душ не дольше 5 минут!

…❖ Мойте посуду в кухонной раковине, а не под проточной струей, не позволяйте воде вытекать зря!



ОСВЕЩЕНИЕ, КОМПЬЮТЕР, ТЕЛЕВИЗОР



…❖ Купите светодиодные лампы!

…❖ Выключайте свет, когда выходите из комнаты!

…❖ Не оставляйте свои устройства в «режиме ожидания»! Это означает, что, если у вас нет удлинителя с тумблером, который можно выключить, следует отсоединить сетевой шнур от розетки. Устройства потребляют электроэнергию даже в «режиме ожидания».

12 | Советы по энергосбережению

Если вы собираетесь купить новое устройство, следует обращать внимание на класс энергопотребления. С марта 2021 года действует новая классификация энергоэффективности!



ЭКОНОМИЯ ЭНЕРГИИ В АРЕНДУЕМОЙ КВАРТИРЕ

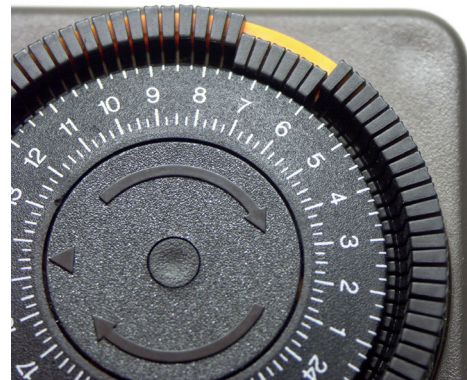


Если вы живете в арендуемой квартире, у вас зачастую нет возможности сделать в ней ремонт, чтобы снизить расходы на отопление и горячую воду. Но у вас, как у арендатора, есть возможность внести небольшие конструктивные изменения, чтобы снизить затраты на электроэнергию:

❖ Если у вас достаточно места между отопительным прибором и стеной, вы можете утеплить стену с помощью так называемых «теплоизоляционных панелей». Панели необходимо хорошо приклеить, чтобы не было щелей. Предварительно согласуйте эти изменения с вашим арендодателем!

❖ Уплотните окна и двери уплотняющей лентой и так называемыми щеточными уплотнителями.

Установите таймеры. С их помощью можно автоматически выключать ваши устройства, даже не задумываясь об этом.



14 | Долги за потребленную энергию

ВОЗНИКЛА УГРОЗА ОТКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ – ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ?

Когда поставщик может отключить электроэнергию?

Если вы не оплатите ежемесячные авансовые платежи или дополнительный платеж из годового счета, вы получите напоминание об оплате. Если вы не отреагируете на это, и ваша задолженность по оплате составит не менее, чем 100 евро, поставщик электроэнергии пригрозит вам отключением и одновременно предложит вам погасить долг за электроэнергию в рассрочку. За восемь рабочих дней до отключения вы получите еще одно письменное уведомление.



- ⚡ Вы не заплатили не менее, чем 100 евро.
- ⚡ Четыре недели тому назад последовала угроза отключения.
- ⚠ **Внимание: За отключение и подключение электроэнергии взимается плата!**
- ⚡ За восемь рабочих дней вас известили письмом об отключении.
- ⚡ Вы пока еще не отреагировали на предложение вашего поставщика заключить с ним договор о рассрочке оплаты и не сделали ему предложение об оплате.

У вас имеются следующие возможности для предотвращения отключения:

- 1 Заранее скорректируйте авансовые платежи:** Если вы знаете, что расходуете больше энергии, заблаговременно скорректируйте свои авансовые платежи. Таким образом можно не допустить появления больших дополнительных платежей в окончательном счете. Ваш поставщик поможет вам рассчитать подходящий авансовый платеж.
- 2 Помогите себе сами:** Начните действовать и отвечайте на письма вашего поставщика. Вы можете оплатить задолженность из своих сбережений?
- 3 Свяжитесь с поставщиком электроэнергии:** В случае угрозы отключения электроэнергии ваш поставщик должен предложить вам заключить с ним договор о рассрочке оплаты! Этот договор предоставляет вам возможность погасить долг за электроэнергию в рассрочку в течение 6-18 месяцев.

4 Подайте заявление на получение кредита: У вас есть возможность подать заявление на получение кредита в органы социальной защиты. Как это сделать, вы можете узнать в разделе «Кредиты на погашение задолженности за электроэнергию».

5 Воспользуйтесь консультационными услугами: Если вам нужна дополнительная поддержка, обратитесь в консультационный отдел. Информацию о нем можно найти в разделе «Где я могу получить дополнительную консультацию».



16 | Долги за потребленную энергию

i ВАМ ОТКЛЮЧИЛИ ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЮ, И ВЫ НЕ ЗНАЕТЕ, ЧТО ДЕЛАТЬ?

В первую очередь вы должны позвонить вашему поставщику электроэнергии. Объясните свое текущее финансовое положение и узнайте, какие есть возможности для того, чтобы не допустить отключения. Если вы не можете оплатить долги за потребленную энергию, узнайте, может ли центр занятости / отдел социального обеспечения предоставить вам кредит на погашение задолженности за электроэнергию. Если вам нужна дополнительная поддержка и консультация, в округе Тюбинген есть различные консультационные отделы.

Дополнительную информацию и контактные данные можно найти на сайте:

www.kreis-tuebingen.de/energieschulden



КРЕДИТЫ НА ПОГАШЕНИЕ ЗАДОЛЖЕННОСТИ ЗА ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЮ



Если вам грозит отключение из-за долгов за потребленную электроэнергию, вы можете подать заявление на получение кредита в центр занятости или отдел социального обеспечения. Условия:


- ❖ У вас нет собственных средств, которые вы можете использовать.
- ❖ Не удалось заключить с поставщиком электроэнергии договор о рассрочке оплаты.
- ❖ Не существует других возможностей для того, чтобы не допустить отключения электроэнергии.




Важно: Занятые лица также могут подать заявление на получение кредита в отдел социального обеспечения. Вопрос о том, получите ли вы кредит, будет решаться на основе вашего конкретного отдельного случая. Центр занятости / отдел социального обеспечения не обязан предоставлять вам кредит.

ГДЕ Я МОГУ ПОДАТЬ ЗАЯВЛЕНИЕ НА ПОЛУЧЕНИЕ КРЕДИТА?


Если вы получаете пособия в центре занятости Тюбингена:

 **Центр занятости Тюбингена**
Шляйфмюленвег 68
72070 Тюбинген
Тел.: **07071 56520**

Если вы живете в **городе Тюбинген** и не получаете пособия в центре занятости:

 **Город Тюбинген - социальная помощь**
Дерендингер штрассе 50
72072 Тюбинген
Тел.: **07071 204-1850**

Если вы живете в **округе Тюбинген** и не получаете пособия в центре занятости:

 **Администрация округа Тюбинген -
отдел социального обеспечения**
Вильгельм-Кайль-Штрассе 50
72072 Тюбинген
Тел.: **07071 207-2002**



**ГДЕ Я МОГУ ПОЛУЧИТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬ-
НУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ?**

**Служба социального консультирования Диякониче-
ского центра Тюбингена**

Диякония Тюбингена
Хехингер штрассе 13
72072 Тюбинген
Тел.: **07071 9304-70**

Здесь вы можете получить помощь при подаче заявления на полу-
чение социальных выплат или в том случае, когда вы находитесь в
затруднительном материальном положении.

**Служба социального консультирования Каритас в
регионе Шварцвальд-Гау**

Центр Каритас в Тюбингене
Хехингер штрассе 43
72072 Тюбинген
Тел.: **07071 7962-0 (можно записаться также в Роттен-
бурге)**

Общая служба социального консультирования является коорди-
национным центром для решения всех социальных проблем, не-
зависимо от вашего возраста, национальности или религиозной
принадлежности.



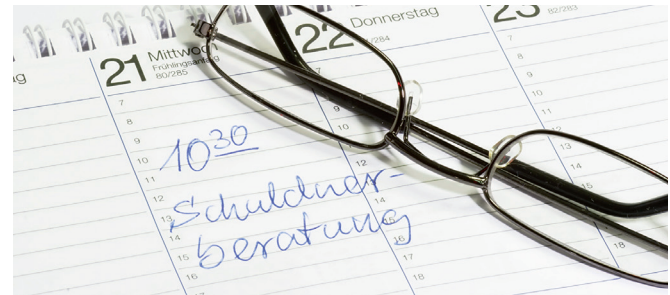
**Отдел в округе Тюбинген по консультированию лиц,
имеющих долговые обязательства**

Отдел в Тюбингене по консультированию лиц, имеющих
долговые обязательства
Вилла Метц - Хехингер Штрассе 13
72072 Тюбинген
Тел.: **07071 9304-871**

Здесь вы можете получить помощь, если у вас есть проблемы, свя-
занные с долгами. Отдел по консультированию лиц, имеющих дол-
говые обязательства, предоставит вам консультации по финансо-
вым вопросам и поможет вам в решении денежных проблем.

Время работы телефонной линии:
Понедельник - четверг: с 09:00 до 11:00

Записаться на прием можно во время работы телефонной линии
по телефону!



Здесь вы можете найти так называемую «карту влажности». С помощью этой карты вы можете увидеть, насколько высока влажность в вашей квартире. Она может помочь вам во время проветривания. У вас также есть термометр на карте, с помощью которого вы можете измерить температуру в помещении.



ВЫХОДНЫЕ ДАННЫЕ

Издатель

Центр по защите прав потребителей

в земле Баден-Вюртемберг

Сотрудники консультационного отдела по

энергопотреблению

Паулиненштрассе 47

70178 Штутгарт

По состоянию на: март 2022 г.

Напечатано на бумаге,

изготовленной из макулатуры

© Центр по защите прав потребителей

в земле Баден-Вюртемберг

Список авторов фотографий и иллюстраций:

© Bildagentur PantherMedia: serggn, Titel | Ralf Kalytta, S. 2 und S. 15 | Volker Riechert, S. 8 | Sandralise (YAYMicro), S. 9 | toa55 (YAYMicro), S.10 | gualtiero boffi, S. 11 | Rupert Trischberger, S. 11 | gemena-com (YAYMicro), S. 12 | Andriy Popov (123rf.com), S. 12 | Frank-Peter Funke S. 13 | Chris Schäfer, S. 14 | Mila Markovic78 (YAYMicro) S. 16 | Birgit Reitz-Hofmann, S.19 | ChiccoDodiFC, S. 17 | © g-stockstudio (shutterstock.com), S.18 | © Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.: S.6 und S.20 | Tatiana Gladskikh (shutterstock.com), S.7

Проект «Консультирование по энергопотреблению домохозяйств с низким уровнем дохода» финансируется министерством окружающей среды Баден-Вюртемберга из государственных средств, выделенных парламентом земли Баден-Вюртемберг.

Поддерживается:



Федеральным
министерством
экономики
и защиты климата

на основании поста-
новления федерального
парламента ФРГ



Baden-Württemberg
МИНИСТЕРСТВО ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ,
КЛИМАТА И ЭНЕРГЕТИКИ

verbraucherzentrale

Baden-Württemberg