

# Экономно расходуйте электроэнергию!



## ЭЛЕКТРОПРИБОРЫ

- Используйте удлинитель с функцией выключения.
- Включайте на компьютере или ноутбуке режим экономии энергии.
- Не включайте режим ожидания (Stand-by).



## СВЕТ

- Включайте свет только тогда, когда это необходимо.
- Используйте LED лампочки или энергосберегающие.



## Охлаждающая техника

- Не оставляйте холодильник открытым на длительное время.
- Установите температуру **7 °C** и в морозильной камере **-18 °C**.
- Установка в более прохладном месте экономит потребление энергии.



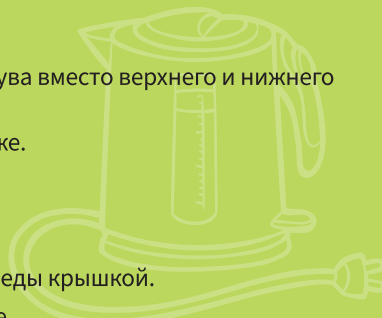
## ЭЛЕКТРОПЛИТА

- Не перенагревайте плиту.
- Используйте режим конвекции или обдува вместо верхнего и нижнего подогрева.
- Открывайте дверь плиты как можно реже.



## ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЕДЫ

- Накрывайте посуду для приготовления еды крышкой.
- Кипятите воду в электрическом чайнике.
- Используйте остаточное тепло от конфорок.





## ДУШ

- Помните, что одна полная ванна воды затрачивает в **4 раза** больше воды, чем прием душа.
- Выключайте воду, когда наносите мыло, шампунь или гель для душа.
- Используйте насадку-экономайзер для душа



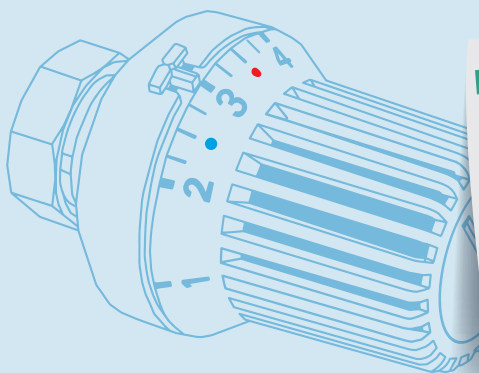
## СТИРАЛЬНАЯ МАШИНА

- Используйте режим стирки **60°C** вместо режима **90 °C**.
- Используйте программу экономии энергии.
- Сушите белье на свежем воздухе.



## ПРОВЕТРИВАНИЕ ПОМЕЩЕНИЯ

- Для проветривания открывайте окна полностью. Проветривайте помещение **трижды** в день **5 -10 минут**.
- Закрывайте двери в комнату, чтобы сохранить тепло.
- Отрегулируйте температуру помещения в пределах нормы.



### Нормы температурного режима:

- гостиная и детская комната **20°C** (режим 3).
- Спальня и кухня **18°C** (2-3 режим).
- Ванная комната **20-22°C** (3-4 режим).

3 наилучшими пожеланиями:



## Дополнительная информация и помощь:

### Stadt Salzgitter

E-Mail: [gas-stromrueckstaende@stadt.salzgitter.de](mailto:gas-stromrueckstaende@stadt.salzgitter.de)  
Telefon: (05341) 839-3944

### Caritasverband Salzgitter e.V. Schuldnerberatung, Sozialberatung

E-Mail: [schlinga@caritas-sz.de](mailto:schlinga@caritas-sz.de)  
Telefon: (05341) 18916-0

### WEVG Salzgitter GmbH & Co. KG

E-Mail: [beratung@wevg.com](mailto:beratung@wevg.com)  
Telefon: (05341) 408-211