

Варка и мойка

После приготовления пищи кладите грязную посуду в посудомоечную машину. Мыть посуду в посудомоечной машине с полной загрузкой выгоднее, чем мыть ее руками.

Простые и полезные советы

- Подогревайте булочки на специальной решетке, устанавливаемой сверху тостера, а не в духовом шкафу.
- Не осуществляйте предварительного разогрева духового шкафа.
- При наличии такой возможности осуществляйте приготовление пищи с циркуляцией воздуха.
- Микроволновую печь используйте только для того, чтобы разогреть небольшие порции пищи.
- Перед тем как поместить посуду, сковородки и кастрюли в посудомоечную машину, не нужно их ополаскивать – достаточно удалить крупные остатки пищи.
- Используйте экономный режим работы посудомоечной машины (с температурой около 50 °C).

Простые и полезные советы

- Готовьте сразу большое количество пищи – это экономит время и деньги.
- Кладите продукты глубокой заморозки для их приготовления в микроволновую печь, кастрюлю или на сковородку, предварительно немного или полностью разморозив.
- Пользуйтесь электрическим чайником.
- Включайте самовар только тогда, когда это необходимо.
- Запуск посудомоечной машины один раз в месяц в режиме с температурой 65 °C предотвратит образование в ней скоплений жира и защитит ее от поломки.

Экономичная покупка

- Приобретайте духовые шкафы, имеющие класс эффективности энергопотребления A++.
- Современные посудомоечные машины работают тихо, а если по расходу энергии и воды они к тому же соответствуют классу эффективности A+++, то и чрезвычайно экономично.

Kochen und spülen

Nach dem Kochen darf das Geschirr in die Spülmaschine. Eine voll beladene Maschine ist sparsamer, als von Hand abzuspülen.

Einfach (und) gut

- Brötchen auf dem Brötchenaufsatz des Toasters aufbacken statt im Backofen.
- Den Backofen nicht vorheizen.
- Wenn möglich mit Umluft backen und braten.
- Mikrowelle nur zum Erwärmen kleiner Portionen nutzen.
- Geschirr und Töpfe nicht vorspülen, sondern nur grob von Essensresten reinigen, bevor sie in die Spülmaschine kommen.
- Sparprogramm (etwa 50 °C) der Spülmaschine nutzen.

Wenig Aufwand

- Größere Portionen kochen und backen – spart Zeit und Geld.
- Tiefkühlgerichte möglichst an- oder aufgetaut in die Mikrowelle oder den Topf geben.
- Einen elektrischen Wasserkocher nutzen.
- Samowar nur bei Bedarf anschalten.
- Ein Spülgang mit 65 °C einmal pro Monat beugt Fettablagerungen in der Maschine vor und schützt vor einem technischen Defekt.

Sparsam kaufen

- Bei Backöfen auf Energieeffizienzklasse A+ achten.
- Moderne Spülmaschinen sind leise und mit Energieeffizienzklasse A+++ für Energie- und Wasserverbrauch auch super sparsam.

energiekonsens



energiekonsens это независимое некоммерческое агентство в земле Бремен, занимающееся защитой климата. Наша цель — сделать использование энергии насколько возможно эффективным и безопасным для климата.

Для этого агентство инициирует и поддерживает проекты, ориентированные на частных лиц, фирмы, строительные компании, а также государственные и общественные учреждения.

energiekonsens ist die gemeinnützige und unabhängige Klimaschutzagentur für das Land Bremen.

Unser Ziel ist es, den Energieeinsatz so effizient und klimafreundlich wie möglich zu gestalten. Wir initiieren und fördern Projekte, die sich an private Haushalte, Unternehmen, Bau-schaffende und Institutionen richten.



от холодильника до посудомоечной машины

Strom einfach gespart - von Kühlschrank bis Spülmaschine



Foto: fotolia.de © Bernd Libbach

Холодить и морозить

Холодильник стоит на каждой кухне, зачастую с ним соседствует морозильник. Они работают 24 часа в сутки на протяжении всего года и поэтому относятся к тем бытовым приборам, которые потребляют наибольшее количество электроэнергии.

Простые и полезные советы

- Кладите в холодильник только уже остывшие продукты.
- Как можно реже открывайте и как можно быстрее закрывайте дверцу холодильника.
- Размораживайте холодильник и морозильник. В небольшом налете инея нет ничего страшного, а вот слой льда повышает потребление электроэнергии.
- Не закрывайте вентиляционную решетку и содержите ее в чистоте.

Мелочи, не требующие больших усилий

- Приобретите термометр для холодильника. Поддерживая температуру 7 °C вместо 5 °C, вы сэкономите десять процентов электроэнергии. Для глубокой заморозки абсолютно достаточно температуры -18 °C.
- Удаляйте пыль с теплообменника на задней стенке.

Экономичная покупка:

- Лучше всего приобретать холодильники, имеющие класс эффективности энергопотребления A+++.
- Маркировку с указанием класса энергопотребления ЕС можно найти на любом электроприборе.
- Слишком большие холодильники потребляют слишком много электроэнергии – выбирайте для себя холодильник подходящего размера!



Foto: fotolia.de © Guillermo Iobo

Kühlen und gefrieren

Ein Kühlschrank steht in jeder Küche, oft sogar ein Gefriergerät. Sie sind rund um die Uhr das ganze Jahr im Einsatz und gehören damit zu den größten Stromverbrauchern im Haushalt.

Einfach (und) gut

- Nur abgekühlte Lebensmittel reinstellen.
- Tür möglichst selten und kurz öffnen.
- Kühl- und Gefriergerät abtauen. Ein leichter Reifansatz ist normal, eine Eisschicht erhöht den Stromverbrauch.
- Lüftungsgitter frei und sauber halten.

Wenig Aufwand

- Ein Kühlschrankthermometer kaufen. 7 °C statt 5 °C spart zehn Prozent Strom. Zum Tiefkühlen sind -18 °C völlig ausreichend.
- Wärmetauscher an der Rückwand entstauben.

Sparsam kaufen

- Kühlgeräte am Besten mit Effizienzklasse A+++ kaufen. Das EU-Energielabel ist an jedem Gerät zu finden.
- Zu große Kühlgeräte verbrauchen zu viel Strom – die passende Größe auswählen!

Стирка и сушка

Стирка белья с кипячением – это вчерашний день. В современных машинах и с сегодняшними стиральными порошками белье становится чистым и при 30 °C. Реже пользуйтесь сушилкой для белья.

Простые и полезные советы

- Стирая в воде с температурой 40 °C вместо 60 °C, вы сэкономите 50 процентов электроэнергии, а с температурой 30 °C – даже 70 процентов.
- Собирайте белье и при стирке загружайте барабан полностью.
- Лучшего способа сушки белья, чем развешивание его на веревке на улице, пока не придумано!

Мелочи, не требующие больших усилий

- При стирке в мягкой воде, которой пользуются жители Бремена, достаточно минимального (!) указанного количества моющего средства. Мерные стаканчики можно бесплатно заказать у производителя моющего средства.
- Хорошо отжимайте белье (мы рекомендуем выбирать скорость вращения центрифуги не менее 1500 оборотов в минуту), тогда его последующая сушка в сушилке будет более быстрой и экономичной.

Экономичная покупка:

- Приобретайте стиральную машину класса эффективности A+++ в сравнении с машиной класса A+ она потребляет на 25 процентов меньше энергии. Обращайте внимание на класс эффективности отжима (A).
- Приобретайте сушилку, оснащенную тепловым насосом и имеющую класс эффективности A+++.



Foto: fotolia.de © tycoon101

Waschen und Trocknen

Kochwäsche, das war einmal. Mit modernen Maschinen und heutigen Waschmitteln wird die Wäsche auch bei 30 °C sauber. Wäschetrockner selten benutzen.

Einfach (und) gut

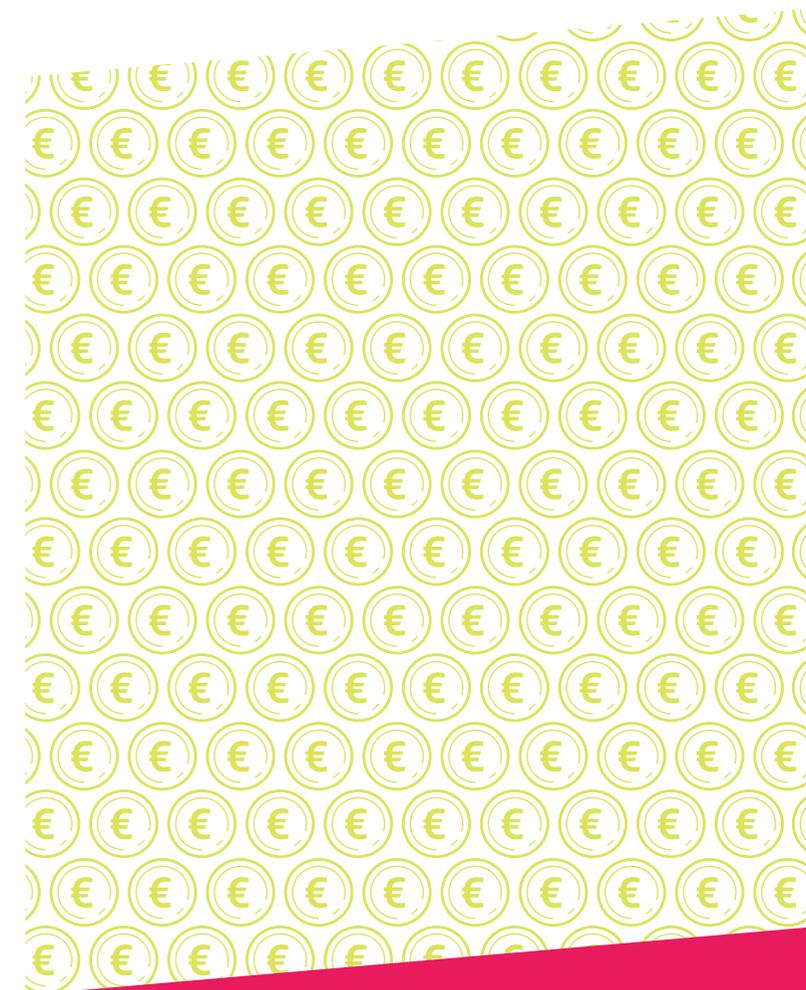
- Mit 40 °C statt 60 °C waschen, das spart die Hälfte an Strom, 30 °C spart sogar 70 Prozent.
- Wäsche sammeln und mit voller Trommel waschen.
- Wäsche draußen auf der Leine trocknen – unschlagbar!

Wenig Aufwand

- Für das weiche Bremer Wasser reicht die kleinste (!) angegebene Menge Waschmittel. Dosierbecher können kostenlos beim Waschmittelhersteller bestellt werden.
- Wäsche gut schleudern (wir empfehlen mindestens 1.500 UpM), dann geht's im Trockner schneller und preiswerter.

Sparsam kaufen

- Waschmaschine kaufen mit Effizienzklasse A+++ verbraucht gegenüber einem A+-Gerät 25 Prozent weniger Energie. Auf Schleuderkategorie A achten.
- Wäschetrockner mit Wärmepumpe und Effizienzklasse A+++ kaufen.



energiekonsens
Am Wall 172/173
28195 Bremen
Telefon 0421/376671-0
www.energiekonsens.de

