



**ДОПЪЛНИТЕЛНА ИНФОРМАЦИЯ,
УКАЗАНИЯ И СЪВЕТИ ЩЕ НАМЕРИТЕ
НА НАШАТА ИНТЕРНЕТ СТРАНИЦА**

**Безплатни предложения за консултации на няколко езика на
Общинския център за интеграция Вупертал**

Екип „Пристигане и участие“ за бежанци и допуснати лица

Friedrich-Engels-Allee 28, 42103 Wuppertal, 3. етаж

Приемно време: понеделник – петък, 09:00 – 12:30 ч

Проект „У дома във Вупертал“ за новопристигнали от ЕС

Berliner Str. 165, 42277 Wuppertal

Телефон: 0202 70516777

Приемно време: понеделник – четвъртък, 11:00 – 16:00 ч

петък, 11:00 – 13:30 ч

**Лица за контакт в Центъра за работа Вупертал при въпроси относно
подаването на заявление**

Гореща телефонна линия за обслужване: 0202 747630

Работно време: понед. – сряда: 08:30 – 16:00 ч,

четв.: 08:30 – 17:30 ч и, петък: 08:30 – 12:30 ч

Данни за контакт за лични посещения на: www.jobcenter.wuppertal.de

**Консултации във връзка с договори за енергия и други съвети за
пестене на енергия**

Verbraucherzentrale Wuppertal (Централа за потребителите Вупертал)

Schloßbleiche 20, 42103 Wuppertal

Телефон: 0202 693758

Работно време: понеделник, 10:00 – 17:00 ч

вторник, 10:00 – 18:00 ч, сряда, затворено

четвъртък, 10:00 – 18:00 ч, петък, 10:00 – 14:00 ч

**Консултации по телефона за клиенти на WSW при трудности с
плащанията**

Гореща телефонна линия: 0202 569 7772

Часове за консултации: понеделник – сряда, 09:00 – 15:00 ч

четвъртък, 09:00 – 18:00 ч

Illustrationen: © rawpixel.com...freepik | © nnebbk...vecteezy.com | © Stadt Wuppertal Medienzentrums...Ines Heuwinkel

СЪВЕТИ ЗА ПЕСТЕНЕ НА ЕНЕРГИЯ В ЕЖЕДНЕВИЕТО

НАМАЛЕТЕ ПОТРЕБЛЕНИЕТО НА ЕНЕРГИЯ,
ЗА ДА ПЕСТИТЕ ЕНЕРГИЯ И ПАРИ

**ENERGIESPARTIPPS FÜR DEN ALLTAG //
ENERGY SAVING TIPS FOR DAILY
LIFE // ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗΣ
ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ
ΖΩΗ // أي حل ي ف ق ا ط ل ا ر ي ف و ت ح ي ا ص ن // SFATURI DE ECONOMISIRE
A ENERGIEI PENTRU VIAȚA DE ZI CU
ZI // PORADY DOTYCZĄCE OSZCZĘDZA-
NIA ENERGII W ŻYCIU CODZIENNYM //
CONSEILS POUR ÉCONOMISER
L'ÉNERGIE AU QUOTIDIEN**



ЗАЩО Е СПЕШНО НЕОБХОДИМО ДА СЕ ПЕСТИ ЕНЕРГИЯ?

- Цените на тока и газа продължават да растат
- Газът трябва да стигне за цялата зима, пестеливата употреба спомага за това

КАК МОЖЕ ДА СЕ ПЕСТИ ТОК В ЕЖЕДНЕВИЕТО?



ЕЛЕКТРОННИ УРЕДИ

- Изключвайте телевизорите и компютрите не само с дистанционното управление, а използвайте разклонители с прекъсвач на тока
- Активирайте „енергоспестяващия режим“ на уредите



ХЛАДИЛНИК

- Правилна температура: 7 °C в хладилника и -18 °C във фризера
- Редовно отстранявайте леда от стените на фризера



ГОТВЕНЕ & ПЕЧЕНЕ

- При готвене използвайте капак върху тенджерата и само малко вода
- Във фурната използвайте вентилаторната функция, в повечето случаи не е необходимо предварително загряване
- За вода за чай, кафе, бульон винаги използвайте кана за гореща вода



ПРАНЕ & СУШЕНЕ

- Пълнете пералнята максимално
- Перете на ниска температура (20 – 60 °C)
- Използвайте енергоспестяваща програма
- Използвайте сушилнята за пране възможно най-малко



МИЯЛНА МАШИНА

- Използвайте миялна машина, по възможност не мийте на ръка
- Пускайте само когато тя наистина е пълна
- Използвайте енергоспестяваща програма



ОСВЕТЛЕНИЕ

- Включвайте осветлението само в стаята, в която стоите
- Използвайте енергоспестяващи лампи

КАК МОЖЕ ДА СЕ ПЕСТИ ГАЗ И ТОПЛА ВОДА?



ВЗЕМАНЕ НА ДУШ & ВАНА

- При вземане на душ вместо на вана разходът на топла вода е много по-малък
- Вземайте душ с топла, не с гореща вода и по възможност за кратко време



ОТОПЛЕНИЕ

- Не поставяйте мебели, завеси и др. пред радиаторите
- 20 °C е добра температура за всекидневната (степен 3)
- 17 °C са достатъчни за спалнята и кухнята (степен 2)
- При затопляне на степен 5 се консумира много енергия, но затоплянето не е много по-бързо, отколкото на степен 3 или 4



ПРОВЕТРЯВАНЕ

- Няколко пъти на ден отворяйте изцяло няколко прозореца за 5 до 10 минути
- Преди отваряне спрете отоплението, след затваряне на прозорците отново пуснете отоплението
- Не дръжте прозорците отворени отгоре цял ден