

Памятка по энергосбережению для жителя многоквартирного дома

**Восемь практических шагов по рациональному использованию электрической
и тепловой энергии, газа, горячей и холодной воды в быту**

Москва
2021

Практические шаги по экономии энергоресурсов

Практический шаг 1

Экономия электрической энергии и воды начинается с правильного учета их потребления

Для учета электроэнергии в квартире используйте двух или трехтарифные электронные счетчики*.

Установка двухтарифного электронного счетчика дает возможность оплачивать в ночные часы (с 23:00 до 7:00 час.) по тарифу, в четыре раза ниже дневного. При использовании трехтарифного счетчика к 8 льготным ночным часам прибавляется 7 часов, рассчитываемых по среднему тарифу. При использовании многотарифных счетчиков платежи за электроэнергию снижаются до 30%.

Для учета расхода воды в квартире устанавливайте индивидуальные приборы учета (ИПУ) горячей и холодной воды. При отсутствии в квартире приборов учета, оплата за использование горячей и холодной воды определяется расчетным путем, как произведение норматива потребления в литрах на одного человека и стоимости кубического метра воды. Установка счетчиков воды в квартире позволяет производить оплату за воду по фактическому расходу и снижает платежи за нее до 40%. Срок окупаемости установки ИПУ составляет 3 – 6 месяцев.

* В соответствии с Федеральным законом от 27.12.2018 г. № 522-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ в связи с развитием систем учета электрической энергии (мощности) в РФ» с 01.07.2020 г. ответственность за приборы учета электроэнергии перешла к энергетическим компаниям (гарантирующим поставщикам в МКД).

Практический шаг 2

Современная энергосберегающая бытовая техника потребляет меньше электроэнергии

Проверенным способом снижения расхода энергоресурсов в быту является использование экономичных электроприборов.

Современную энергосберегающую бытовую технику желательно приобретать в специализированных магазинах. При этом обращайте внимание на потребляемую мощность и класс энергоэффективности электроприборов.

Самыми экономичными являются электрические приборы класса А, А+, А++, а самыми неэкономичными – приборы класса G. Информацию о классе энергоэффективности можно прочесть на этикетке электроприбора или получить у специалиста-консультанта магазина.

Бытовые приборы класса А и выше дороже, но с учетом меньшего (30 – 40%) энергопотребления и ежегодного роста тарифов на электроэнергию разница в цене окупается сравнительно быстро.

Для информации:

- Стандартный холодильник, выпущенный 15 – 20 лет, потребляет электроэнергии вдвое больше, чем современный энергоэффективный холодильник.
- С 1 марта 2021 г. в Евросоюзе вступили в силу новые правила маркировки энергоэффективности бытовых приборов. Одним из значительных изменений является введение QR-кода в правом верхнем углу новых этикеток. Сканировав QR-код, потребители могут найти доп. информацию о модели продукта, а также данные, касающиеся размеров и конкретных функций устройства.

Практический шаг 3

Экономия электроэнергии на освещении квартиры

На освещение квартиры приходится 15 – 20% всей потребляемой электроэнергии.

Способы экономии электроэнергии при использовании осветительных устройств:

- Максимально используйте естественное освещение.
- При выходе из комнаты более чем на 15 – 20 минут, выключайте свет. Около 30% электроэнергии тратится на освещение пустующих помещений.
- Используйте энергосберегающие и светодиодные лампы, работающие соответственно в 10 и 50 раз дольше ламп накаливания и потребляющие до 10 раз меньше электроэнергии. Светодиодные лампы по цене сопоставимы с энергосберегающими компактными люминесцентными лампами (КЛЛ) и не требуют специальной утилизации. При утилизации КЛЛ, соблюдайте правила безопасности, так как в них содержатся пары ртути.
- Не пользуйтесь постоянно верхним источником света - люстрой с 5 – 6 лампами. Чаще пользуйтесь местными (точечными) источниками освещения (торшер, бра, настольная лампа).
- Применяйте светлые материалы в отделке квартиры (они отражают до 80% света, а темные – лишь 15%). Светлые шторы или жалюзи, чистые окна, умеренное количество цветов на подоконниках увеличивают освещенность квартиры.
- Регулярно протирайте плафоны (пыль на плафонах снижает освещенность на 10 – 20%).

При выполнении указанных рекомендаций можно сэкономить на освещении до 50% электроэнергии.

Практический шаг 4

Экономия электроэнергии при использовании бытовой техники

Кухонная электроплита.

Электроплита – самый энергоемкий потребитель в квартире.

Способы экономии электроэнергии:

- Используйте кастрюли с утолщенным обточенным дном, диаметром, равным размеру конфорки. Посуда с искривленным дном приводит к перерасходу электроэнергии до 40 – 60%.
- Используйте кастрюли с крышками (без крышки расход электроэнергии в 3 раза больше и на 30% увеличивается время приготовления пищи). Сразу после закипания жидкости переключайте на низкотемпературный режим готовки.
- Пользуйтесь только исправной плитой (полопавшиеся, со сколами и вздутиями, грязные нагревательные элементы ведут к перерасходу электроэнергии).
- Используйте остаточное тепло – выключайте конфорку чуть раньше полной готовности пищи.
- Выбирайте электроплиты со стеклокерамической или индукционной панелями класса А.
- Используйте энергоэкономичную посуду. Самой экономичной является посуда из нержавеющей стали с полированным дном.

Соблюдение перечисленных рекомендаций обеспечит до 40% экономии электроэнергии.

Кроме того, экономить электроэнергию вам поможет **индукционная плита**. Это электрическая плита со стеклокерамическими индукционными конфорками. Принцип действия индукционной конфорки основан на использовании энергии электромагнитного поля.

Достоинства:

- Экономичность (индукционная плита греет непосредственно посуду, отключается сразу после ее снятия).

- Безопасность (варочная поверхность не нагревается, об нее невозможно обжечься).
- Функционал (больше возможностей, т.к. индукционные плиты оснащены большим количеством программ за счет регулировки мощности и температуры. Вы также можете ими управлять со своего мобильного телефона).

Недостатки:

- Специальная посуда (для готовки на индукционной поверхности требуются кастрюли и сковородки из ферромагнитного материала (например, железо).
- Магнитное излучение (запрещено готовить на такой плите людям с кардиостимуляторами).
- Высокая цена и трудоемкий ремонт данного оборудования.

Электрочайник

Выбирайте электрочайники проверенных производителей.

Для двух чашек чая или кофе не кипятите полный чайник.

Энергозатраты на кипячение 0,4 литра воды составят 25% от энергии, затраченной на нагрев полного чайника.

Своевременно удаляйте накипь в электрочайнике. Теплопроводность накипи в 40 раз ниже, чем у металла, поэтому вода в чайнике с накипью нагревается медленнее, при этом расход электроэнергии увеличивается.

Стиральная машина – автомат.

Как сэкономить электроэнергию при стирке?

Энергопотребление стиральной машины можно снизить на 40%, выполняя следующие советы:

- Покупайте экономичные стиральные машины класса А и выше, расходующие меньше электроэнергии, воды и порошка.

- Для экономии воды выбирайте машину с фронтальной загрузкой.
- Избегайте перегрузки и неполной загрузки стиральной машины (перерасход электроэнергии 10 – 15%).
- Только при сильно загрязнённом белье устанавливайте высокую температуру стирки.
- При неправильно выбранной программе стирки перерасход электроэнергии достигает 30%.
- Используйте стиральную машину в ночное время (при установленном ночном тарифе на электроэнергию).

Электроутюг

Рекомендации по энергосбережению при глажении:

- Покупайте электроутюг с регулятором температуры и регулятором плавной подачи пара. При глажении регулируйте температуру нагрева и подачу пара.
- Используйте теплоотражающую гладильную доску.
- Старайтесь не пересушивать белье.
- Заранее выключайте утюг и доглаживайте остатки белья, пока он не остыл.

При выполнении рекомендаций расход электроэнергии при глажении снижается на 20%.

Холодильник. Морозильная камера

Рекомендации по энергосбережению при использовании холодильной техники:

- Устанавливайте холодильник в самом прохладном месте кухни.
- Экономная работа холодильника и морозильной камеры обеспечивается при заполнении его на 3/4 объема, четверть пространства должна быть свободной для циркуляции холодного воздуха.
- Не помещайте в холодильник горячие продукты и открытые емкости.

- Открывайте холодильник как можно реже, не оставляйте дверцу открытой. В современных холодильниках при открытой более 60 сек. двери включается звуковой сигнал.
- Регулярно проверяйте степень загрязнения и целостность резинового уплотнителя двери. Даже при небольшой щели в уплотнении расход электроэнергии увеличивается на 20 – 30%.
- Установите терморегулятор камеры охлаждения и морозильной камеры в соответствии с инструкцией.

Выполнение рекомендаций обеспечит сокращение **потребления энергии на 15 – 20%**.

Для информации:

Сегодня трудно поверить, что еще 40-50 лет назад холодильник служил исключительно для сохранения свежести продуктов. Возможности холодильников постоянно расширяются, и самые передовые модели уже способны выполнять следующие функции:

- Отслеживать сроки годности продуктов.
- Анализировать закупки и планировать следующие покупки, исходя из продуктовой корзины владельцев.
- Следить за объемами продуктов и предупреждать о необходимости пополнить запасы.
- синхронизироваться с другими кухонными устройствами.

Посудомоечная машина

Посудомоечные машины потребляют немного энергии и не тратят большое количество воды.

Полезные советы, помогающие снизить расход электроэнергии и воды:

- Покупайте посудомоечную машину, имеющую высокий класс энергоэффективности (A, A+, A++). Такая машина имеет хорошую теплоизоляцию (для сохранения тепла и сокращения расхода энергии), эффективную систему фильтрации.
- Старайтесь использовать экономичную программу для слегка загрязненной посуды.

- Проверяйте чистоту фильтров.

Кухонная газовая плита

Способы экономии природного газа при приготовлении пищи на газовой плите:

- Пламя горелки не должно выходить за пределы дна кастрюли, сковородки, чайника (экономия газа до 50%).
- Грязное или пригоревшее дно посуды приводит к перерасходу газа.
- Устанавливайте под горелки прокладки из алюминиевой фольги, при этом экономится газ, не пачкается и меньше греется верхняя часть плиты.
- Проверяйте плотность прилегания дверцы духовки к корпусу плиты.

Выполнение приведенных рекомендаций обеспечивает сокращение потребления газа.

Практический шаг 5

Энергосбережение при использовании радиотелевизионной и другой аппаратуры

Телевизор, аудиотехника, электронные гаджеты

Электроприборы, находящиеся в режиме «ожидания»: телевизор, музыкальный центр и даже зарядное устройство, включенное в розетку без мобильного телефона, потребляют некоторое количество электроэнергии.

Практические советы по экономии:

- При покупке телевизора, аудиотехники и электронных гаджетов отдавайте предпочтение классу А и выше.
- Применяйте режим «ожидания» электроприборов, когда вы прерываете их работу на непродолжительное время, в других случаях – выключайте их. Это также снизит и опасность выхода из строя дорогостоящей техники.
- Размещайте телевизор в равномерно освещенном месте, это позволит снизить уровень яркости и контраста экрана.

При выполнении рекомендаций можно сэкономить до 15 – 20 % потребляемой электроэнергии.

Персональный компьютер или ноутбук

Способы экономии электроэнергии при работе с компьютером или ноутбуком:

- Используйте режим энергосбережения компьютера. Установите параметры, при которых монитор будет отключаться через определенное время простоя (4-5 мин.). Чуть позже и системный блок входит в спящий режим.
- Не пользуйтесь монитором с максимальными параметрами яркости, это вредно для зрения и увеличивает электропотребление.
- При продолжительной паузе в работе выключайте компьютер.

➤ Включайте принтер непосредственно при печати.

Выполнение рекомендаций обеспечивает экономию до 30% электроэнергии.

Практический шаг 6

Рациональное потребление горячей и холодной воды

Около 97% всей воды на Земле находится в морях и океанах. И только 3% составляют запасы пресной воды (из них 2% заключены в айсбергах и льдах Антарктиды. Доступная пресная вода лишь 1 %). Поэтому воду необходимо беречь и расходовать ее самым рациональным образом.

Рекомендации по экономии горячей и холодной воды в квартире:

- Установите приборы учета горячей и холодной воды. В этом случае оплата идет по фактическому расходу воды. При этом у жителей квартиры появляется мотивация экономии.
- Предпочитайте душ приему ванны. Принимая душ, вы расходуете около 100 литров воды, для наполнения ванны необходимо порядка 200 литров.
- Применяйте для душа современные экономичные распылители или сетчатые насадки со встроенным аэратором.
- Приобретайте унитаз с двумя режимами смыва.
- При выборе смесителей отдавайте предпочтение рычажным.
- Устанавливайте регуляторы расхода воды на смесителях.
- При чистке зубов включайте кран в начале и конце процедуры. Для полоскания рта, наберите стакан воды.
- При мытье посуды не держите кран постоянно открытым под проточной водой, лишь споласкивайте ее.
- Экономичнее мыть овощи и фрукты в кастрюле или раковине, а не проточной водой.

Кроме того, регулярный контроль и поддержание сантехнических приборов в нормальном техническом состоянии – важное звено в процессе сбережения воды.

Несколько советов по обслуживанию квартирной сантехники:

- Используйте современную экономичную водоразборную арматуру.
- Следите за исправностью санитарно-технических устройств, не допускайте свищей в трубах, утечек в разъемах арматуры.
- Своевременно чините или меняйте неисправную сантехнику.

В случае обнаружения утечек воды из-за неисправности, регулирующей или запорной арматуры, а также других протечек, необходимо устранить дефекты.

При выполнении всех рекомендаций экономия воды составит от 20 – 30%.

Информация к размышлению

Сколько воды в литрах мы в среднем тратим при выполнении одной водной процедуры:

- Мытье рук - 6 л.
- Чистка зубов при открытом кране - до 15 л.
- Прием душа - порядка 100 л.
- Прием ванны - до 200 л.
- Споласкивание унитаза - 6 – 8 л.
- Один цикл стиральной машины - 45 – 60 л.
- Один цикл посудомоечной машины - 15 – 20 л.
- Мытье посуды при полностью открытом кране в течение 10 мин. – 150 л.
- Мытье овощей и фруктов под проточной водой в течение 1 мин. – 15 л.

Следуя практическим советам памятки, можно при выполнении водных процедур сэкономить десятки литров воды. Если каждый 3-й житель многомиллионной Москвы экономит ежедневно хотя бы 10 литров водопроводной воды, то общая экономия ее в масштабах мегаполиса составит порядка 140 тыс. м³ в год.

Экономия жителями города воды в допустимых пределах снижает нагрузку на источники водоснабжения и городское хозяйство столицы и, что не маловажно, приводит к экономии семейного бюджета.

Практический шаг 7

Способы сохранения тепла в квартире

Утепляйте квартиру, чтобы не мерзнуть зимой и не включать электрообогреватели:

- Замените чугунные радиаторы на биметаллические или алюминиевые, теплоотдача последних выше на 40 – 50%.
- Не укрывайте отопительные приборы декоративными плитками, длинными шторами – снижение теплоотдачи на 10 – 12%. Можно установить жалюзи на окна вместо длинных штор, препятствующих циркуляции теплого воздуха от батарей.
- Для более эффективной работы батарей, установите за ними стандартные теплоотражающие экраны.
- Требуйте от управляющих компаний ежегодную промывку трубопроводов и батарей системы отопления (повышение эффективности теплоотдачи батарей на 15 – 40%).
- Мебель в комнатах расставляйте так, чтобы не было препятствий циркуляции теплого воздуха от батарей.
- Для поддержания в квартире комфортных условий в зимнее время необходимо ее утеплить: застеклить и утеплить балкон или лоджию; уплотнить окна (или установить энергосберегающие пластиковые окна), входные и балконные двери; укрыть полы толстыми коврами или паласами.
- При наличии индивидуального прибора учёта тепловой энергии устанавливайте на батареях отопления терморегуляторы, обеспечивающие в комнатах заданную комфортную температуру воздуха (экономия до 15%).

Практический шаг 8

Анализ результатов пошаговой экономии энергоресурсов в квартире

В памятке даны простые доступные советы и практические шаги по их реализации.

Подсчитаем, какую экономию на оплате коммунальных услуг может получить семья из трех человек в Москве при выполнении хотя бы нескольких энергосберегающих мероприятий:

✓ При установке счетчиков воды экономия по оплате за водоснабжение квартиры составит порядка 1000 руб.

✓ Приготовление пищи на современной кухонной электроплите позволит сэкономить порядка 30 кВт*час в месяц, или в денежном выражении более 150 руб.

✓ При замене в квартире одной лампы накаливания мощностью 60 Вт на светодиодную 7 Вт мы имеем экономию порядка 40 руб. в месяц. В квартире таких ламп не менее 20 штук. Реальная экономия – порядка 400 руб. в месяц.

✓ Следуя советам памятки при эксплуатации радиотелевизионной аппаратуры и других электроприборов, находящихся в квартире, мы можем сэкономить более 500 руб. в месяц.

Следуя рекомендациям восьми практических шагов памятки по энергосбережению, среднестатистическая семья из 3-х человек может реально экономить около 2000 руб. ежемесячно на оплате коммунальных услуг.

ЭКОНОМИТЬ электроэнергию, газ, тепло и воду – для семейного бюджета ВЫГОДНО!

Полезная информация

Телефоны организаций, обеспечивающих жителей города Москвы энергоресурсами:

ПАО «Мосэнергосбыт» (по вопросам обеспечения электроэнергией и установки электросчетчиков)
Тел. +7 (499) – 550 – 9 – 550

ПАО «МОЭК» (по вопросам отопления и горячего водоснабжения)
Тел. +7 (495) 539 – 59 – 59

МГУП «Мосводоканал» (по вопросам обеспечения холодной водой и установки приборов учета)
Тел. +7 (499) 763 – 34 – 34

ОАО «Мосгаз» (по вопросам обеспечения газом и установки газового оборудования)
Тел. +7 (495) 660 – 20 – 01
+7 (495) 660 – 20 – 02
+7 (495) 660 – 60 – 80