

## **PROJEKT: Aktívny spotrebiteľ energií**

**VECNE VYHODNOTENIE REALIZÁCIE PROJEKTU** (január-december 2023)

### **AKTIVITA 2: Séria 7 workshopov pre denné centrá seniorov, organizácie zdravotne znevýhodnených občanov, študentov a profesijné skupiny (advokáti, mediátori, súdni úradníci)**

V sledovanom období sme zorganizovali 18 workshopov v Bratislave, Poprade, vo Svite, Vysokých Tatrách, Spišskej Novej Vsi a obci Byster. Zúčastnilo sa ich spolu 359 účastníkov z radov seniorov (209), zdravotne hendikepovaných spotrebiteľov (46), študentov (92) a právnych profesionálov ako advokáti a mediátori (12). Workshopy realizovali dvaja lektori Ing. Michal Kundra (10) a Ing. Soňa Ďurčová (8) Ku všetkým workshopom prikladáme prezenčné listiny a k dispozícii je na požiadanie aj fotodokumentácia.

### **AKTIVITA 3: Zvyšovanie úrovne ochrany spotrebiteľa na energetickom trhu prostredníctvom spotrebiteľských manuálov a publikácií**

V rámci projektu sme pripravili a distribuovali publikáciu Ako sa orientovať na trhu s energiami? v počte 500 sk a 600 ks obojstranných letákov 10 vecí, ktoré nepatria do mikrovlnky/Čo by ste nemali dávať do umývačky riadu, Čo robiť, aby vám vypraná bielizeň nezapáchala/Ako často prať jednotlivé druhy oblečenia, 5 jednoduchých krokov, ako doma šetriť energiu/Ako správne skladovať jedlo v chladničke.

Naša online kampaň s radami pre spotrebiteľov ako doma šetriť energie v rámci 11 príspevkov na Facebooku a Instagrame zasiahla 172 185 používateľov (Twitter – 71 používateľov).

Online banery sme spracovali aj do promo videa, ktoré je zverejnené na našom Youtube.

Informácie boli tiež distribuované spolu 5490 odberateľom dvoch našich mailových spotrebiteľských newsletterov.

V rámci projektu sme pripravili a na webovej stránke združenia zverejnili štyri články s radami pre spotrebiteľov na energetickom trhu. Podľa štatistík si ich otvorilo spolu 10 118 čitateľov.

S použitím spolufinancovania z iných projektov sme tiež vyrobili/vytlačili a spotrebiteľom distribuovali A4 zakladače, perá a lupy s odkazom na projekt.

## MERATEĽNÉ UKAZOVATELE PRE ROK 2023

**Pre rok 2023 sme si na stanovené obdobie január-december 2023 určili nasledujúce ciele:**

**CIELE 1.1- až 1.4:** zrušené zníženým výšky požadovanej dotácie a plánovaného rozpočtu

**CIEĽ 2.1: Usporiadať 7 workshopov pre denné centrá seniorov, organizácie ľudí so zdravotným znevýhodnením, študentov a profesijné skupiny odborníkov po celom Slovensku**

- v sledovanom období sme prezenčnou formou v spolupráci s dennými centrami a klubmi dôchodcov, Úniou nevidiacich Slovenska, samosprávami, mediátormi a vyššími územnými celkami realizovali spolu 18 workshopov pre seniorov, zdravotne hendikepovaných spotrebiteľov, študentov a profesionálov z radov mediátorov a advokátov

**CIEĽ 2.2:** cieľ zrušený zníženým výšky požadovanej dotácie a plánovaného rozpočtu

**CIEĽ 2.3:** cieľ zrušený zníženým výšky požadovanej dotácie a plánovaného rozpočtu

**CIEĽ 3.1: Online kampaň na zvýšenie energetickej gramotnosti**

- online kampaň realizovaná na sociálnych sieťach Facebook, Instagram a Twitter, aj prostredníctvom mailového newslettera Spotrebiteľský newsfilter, Youtube a s použitím online kalkulačky na výber energeticky efektívnejších spotrebičov

**CIEĽ 3.2: Výsledky kampane spracované do správy**

- podrobná správa je prílohou tohto hodnotenia

**CIEĽ 3.3: Dva druhy spotrebiteľských manuálov**

- v rámci projektu sme pripravili spotrebiteľský manuál Ako sa orientovať na trhu s energiami v počte 500 ks, a vytlačili a distribuovali 600 ks troch druhov obojstraných informačných letákových manuálov ako správne používať elektrospotrebiče v domácnosti a šetriť pri tom energiu i životné prostredie.

**ZÁVEREČNÉ ZHRNUTIE:** Všetky stanovené merateľné ukazovatele sme splnili na viac ako 100%. Po období pandémie a komplikovanejšej komunikácii so zraniteľnými spotrebiteľmi považujeme za veľký úspech, že sa nám podarilo

zorganizovať 18 prezenčných workshopov v rôznych kútoch Slovenska pre veľmi rôzne cieľové skupiny.

Je pre nás veľmi motivačné tiež zistenie, že problematika úspor energie a nových energetických trendov spotrebiteľov i samosprávy veľmi zaujíma a viaceré kluby dôchodcov i nevidiaci si nás už „objednali“ aj na budúci rok. Tiež nás veľmi teší, že energetická gramotnosť sa stáva témou už aj na základných a stredných školách a podarilo sa nám naštartovať spoluprácu aj s mladými ľuďmi.

Výrazný je tiež počet spotrebiteľov, ktorých sa nám podarilo zaujať najmä vďaka našim online aktivitám. Len štyri články, ktoré sme v rámci tohto projektu zverejnili na našej webovej stránke, si otvorilo viac ako 10 118 čitateľov, online energetickú kalkulačku použilo 9 095 spotrebiteľov a naše video si pozrelo ďalších vyše 50 spotrebiteľov. O naše publikácie a informačné letáky prejavili záujem aj ďalšie seniorské denné centrá, vzdelávacie inštitúcie či napríklad Centrá právnej pomoci.

Profesionálne pripravený obsah workshopov modifikovaný na mieru pre jednotlivé cieľové skupiny posilnil našu pozíciu spotrebiteľského združenia, ktoré sa špecializuje na oblasť energetiky aj v radoch dodávateľov a kontrolných či dozorných orgánov. Tento projekt hodnotíme vysoko pozitívne, s významným prínosom v oblasti prevencie a zvyšovania energetickej gramotnosti spotrebiteľov, ako aj posilňovania úrovne ochrany spotrebiteľa na energetickom trhu.

## **VYSVETĽUJÚCI KOMENTÁR K ČERPANIU ŠTÁTNYCH DOTÁCIÍ MHSR K JEDNOTLIVÝM POLOŽKÁM**

- čerpanie položiek hradených zo štátnej dotácie v období realizácie projektu od 1.1.2023 do 31.12.2023

**NÁKLADY NA AKTIVITU 2** - z alokovaných 4000 eur na workshopy sme vyčerpali 3600 eur na odmeny pre lektorov S. Ďurčovú a M. Kunderatu, 161,17 eur bolo použitých na občerstvenie pre účastníkov workshopov a 309 eur stáli perá pre účastníkov, ktoré boli súčasťou informačných materiálov, ktoré na workshopoch dostali.

Sumu 70,17 eur, ktorá prevyšuje pridelenú sumu 4 000 eur, sme doplatili formou spolufinancovania.

**NÁKLADY NA AKTIVITU 3** - z alokovaných 3000 eur sme v sledovanom období vyčerpali 919 eur na prípravu a tlač publikácií a informačných letákov, a tiež 638 eur na prípravu a realizáciu online kampane

**NÁKLADY NA ODMENY**

**odmena pre koordinátora projektu** - alokovanú sumu 1350 eur sme vyčerpali v plnej výške

**Spolu výška poskytnutej štátnej dotácie na projekt.....7 000 eur**

**Nevyčerpaných ostáva.....22,83 eur**

V Poprade, 9.1.2024



Petra Vargová Čakovská,

podpredsedníčka S.O.S.

*Prílohy*

- 1. Harmonogram a vyhodnotenie online kampane Aktívny spotrebiteľ energií*
- 2. Fotodokumentácia spotrebiteľských manuálov a materiálov na workshopy*

## 1. Harmonogram kampane: Aktívny spotrebiteľ energií

Print screen obrázok/baner	text/message	Dátum zverejnenia a kde /Facebook, Instagram.../
	<p>Záujem o workshopy ako doma šetriť energiu a peniaze rastie</p> <p><a href="https://www.sospotrebitelov.sk/aktuality/zaujem-o-workshopy-ako-doma-setrit-energiu-a-peniaze-rastie/">https://www.sospotrebitelov.sk/aktuality/zaujem-o-workshopy-ako-doma-setrit-energiu-a-peniaze-rastie/</a></p>	<p>23.10.2023</p> <p><a href="http://www.sospotrebitelov.sk">www.sospotrebitelov.sk</a></p> <p>888 - reached</p>
	<p>Energetický trh prechádza rýchlou transformáciou a nové pravidlá môžu byť pre niektoré skupiny spotrebiteľov zložité či mätúce.</p> <p>Spoločnosť ochrany spotrebiteľov (S.O.S.) Poprad v súčasnosti realizuje sériu vzdelávacích workshopov s názvom "Ako doma šetriť energiu a peniaze" a dnešným dňom spúšťa aj online kampaň na sociálnych sieťach s názvom "Aktívny spotrebiteľ energií". Obe aktivity majú za cieľ naučiť spotrebiteľov efektívne používať domáce spotrebiče a zároveň naučiť</p>	<p>26. 10. 2023</p> <p>FB reach - 105</p>

	<p>spotrebiteľov čítať a rozumieť faktúram za energie, ktoré domácnosti dostávajú.</p> <p>Sledujte našu kampaň, inšpirujte sa, skúste niektoré tipy zaviesť do života vo vašej domácnosti a šetrite - vašu energiu ale hlavne vaše financie.</p> <p>Ak máte záujem o realizáciu školenia vo vašom meste či organizácii, kontaktujte nás na <a href="mailto:info@sospotrebiteľov.sk">info@sospotrebiteľov.sk</a>.</p>	
<p><b>Vždy počkajte, kým nemáte dostatok špinavej bielizne, aby ste práčku naplnili ...</b></p> <p>Vaša práčka spotrebuje rovnaké množstvo vody a energie, či periete jeden pár ponožiek alebo celý set postelnej bielizne. Alebo využite práčku s inteligentným programom. Pri aktívnom riadení môže rodina za rok ušetriť na prani až 200 € (ušetrené 1 pranie do týždňa).</p> <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt <b>Alfamy spotrebiteľ energií</b> je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>31.10.2023</p> <p>FB a INSTA - 288 reached</p>
<p><b>Prací prostriedok dávajte rozumne ...</b></p> <p>Pri veľkom množstve mydlovej peny práčka pracuje viac, a minie aj väčšie množstvo energie ako keď je peny menej. Prací prostriedok používajte presne podľa návodu. Veľa pracího prostriedku zanecháva na prádle flaky a jeho zvyšky zostávajú v práčke vo forme masu. Vedieť ako, že nepravdivým použitím pracího prostriedku padá záruka na práčku!</p> <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt <b>Alfamy spotrebiteľ energií</b> je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>1.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 2 697 reached</p>
<p><b>Oblečenie vždy perte radšej v studenej, ako v horúcej či teplej vode ...</b></p> <p>Vďaka kvalite súčasných pracích prostriedkov ho rovnako dobre vyperiete pri nižšej teplote vody a miniete pri tom aj menej energie. Práničom na nižších teplotách môže 4-členná rodina ušetriť aj 200 € ročne.</p> <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt <b>Alfamy spotrebiteľ energií</b> je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR 2021 na podporu spotrebiteľských vzťahov.</p>		<p>2.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 8 565 reached</p>

<p><b>Neumývajte si zuby pod tečúcou vodou ...</b></p> <p>Zubnú kefku si predtým navlhčíte a vodu na vyplachovanie úst si pripravíte vopred do pohára. Počas umývania zubov (2 min.) sa pri otvorenom kohútiku míňa cca 10-15 litrov. Pri 6-člennej rodine je to spolu 14 000 litrov vody za rok, čo predstavuje 40 € pri studenej a 140 € pri teplej vode.</p>   <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt Miesto spotrebiteľov je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>3.11.2023</p> <p>FB and INSTA - 19 571 reached</p>
<p><b>Programovateľný termostat môže náklady na vykurovanie znížiť až o 20% ...</b></p> <p>V mnohých prípadoch sa počítateľné náklady vrátia vo forme úspory hneď prvý rok (čo predstavuje ročnú úsporu od 100 až do 300 € v závislosti od veľkosti obytnej plochy).</p>   <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt Miesto spotrebiteľov je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR 2021 na podporu energetických služieb.</p>		<p>6.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 250 reached</p>
<p><b>Počas dňa nastavte termostat na konštantnú hodnotu a v noci teplotu znížte...</b></p> <p>Časté zmeny nastavenia teploty spôsobujú zbytočné energetické straty. Lekári odporúčajú spať pri izbovej teplote 18-19 °C. Buďte mať zdravý spánok a ešte aj ušetriť.</p>   <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt Miesto spotrebiteľov je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>7.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 176 reached</p>
<p><b>Vykurovanie a ohrev teplej vody môže zhltnúť až polovicu sumy, ktorú platíte za energie...</b></p> <p>Neprekrývajte radiátory nábytkom či závesmi, bráňte tým cirkuláciu teplej vody do celej miestnosti a zbytočne platíte viac.</p>   <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt Miesto spotrebiteľov je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR 2021 na podporu energetických služieb.</p>		<p>9.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 14 006 reached</p>
<p><b>Menšia spotreba ohrievanej vody znamená nižšie účty!</b></p> <p>Sprchová hlavica s rôznym prístekom môže znížiť spotrebu vody pri sprche o 25 - 40 % bez toho, aby ste prišli o svoj doterajší komfort. Úsporná sprchová hlavica môže 4-člennej rodine v bytovom dome s centrálnym zásobovaním tepla ušetriť ročne aj 300 €. </p>   <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt Miesto spotrebiteľov je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>8.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 12 369 reached</p>
<p><b>Máte staršie, zle osadené okenné rámy?</b></p> <p>Máte vám uniknúť až 30 % tepla. Zmútra aplikujte jednoduchý prúžok gumy (tesnenie), na vonkajšej strane použite tmeľ. Zvýšite tak tepelný komfort vašej domácnosti.</p>   <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt Miesto spotrebiteľov je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>10.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 231 reached</p>

<p><b>Cez zle zateplené podkrovia môže uniknúť až 25 % tepla...</b></p> <p>Tieto straty zníži až asi 30 cm izolácie. Cez otvorený nepoužívaný komin všetok horúci vzduch z miestnosti unikne už za hodinu. Zabráňte ho, aby vám peniaze zbytočne nesiekli. <i>„Najve komkom“</i></p> <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt <i>Masový spotrebiteľ</i> (www) je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>13.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 215 reached</p>
	<p>Na čo myslieť pri začatí vykurovacej sezóny, ak bývate v bytovke či paneláku</p> <p><a href="https://www.sospotrebitelov.sk/aktuality/na-co-mysliet-pri-zacati-vykurovacej-sezony-ak-byvate-v-bytovke-ci-panelaku/">https://www.sospotrebitelov.sk/aktuality/na-co-mysliet-pri-zacati-vykurovacej-sezony-ak-byvate-v-bytovke-ci-panelaku/</a></p>	<p>13.11.2023</p> <p><a href="http://www.sospotrebitelov.sk">www.sospotrebitelov.sk</a></p> <p>956 reached</p>
<p><b>Nenabíjajte telefón celú noc, na nabitie stačia 1-2 hodiny...</b></p> <p>Odpojte spotrebiče, ktoré sa nepoužívajú každý deň. Vyskúšajte automatické časovacie zariadenia či ovládač na ich diaľkové vypnutie v celej domácnosti.</p> <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt <i>Masový spotrebiteľ</i> (www) je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>14.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 460 reached</p>
<p><b>Varíte často?</b></p> <p>Uistite sa, že panvica zodpovedá rozmeru plameňáku varnej dosky. Priložením pokrievky na hrniec, šarlatíte čas a ušetríte energiu! Potrebný na uvarenie o 50 %. Pri indukčnej varnej doske šetríte čas aj energiu.</p> <p>MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY Projekt <i>Masový spotrebiteľ</i> (www) je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.</p>		<p>16.11.2023</p> <p>FB a INSTA - 248 reached</p>





Priemerná teplota dva dni po sebe klesla pod 13°C a oficiálne sa začala vykurovacía sezóna. Keďže väčšina bytových domov na Slovensku je pripojená na centrálny zdroj tepla (CZT) , teda centrálnu kotolňu, a platby za teplo na vykurovanie a prípravu teplej vody tvoria v bytových domoch zvyčajne viac ako tretinu, niekedy až polovicu celkových nákladov na energie, pripravili a zhrnuli sme pre vás <https://tinyurl.com/hkwzueyu> niekoľko tipov a rád ako optimalizovať a efektívne využívať teplo a energiu v bytových domoch počas nasledujúcich zimných mesiacov.

17.11.2023  
 FB  
 6 919 reached

**Zvážte energeticky efektívnu chladničku...**

Prevážka novej chladničky s vysokou energetickou účinnosťou môže stať 40 € menej, stará neefektívna chladnička sa však ako 200 €. Do chladničky nekladajte horúce potraviny. Mirazníka naplnená na 75 % funguje oveľa efektívnejšie ako keď je naplnená do posledného miesta alebo naprázdno, keď je takmer prázdna.


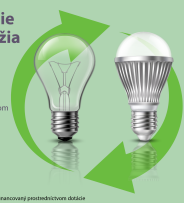



MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY  
 Projekt Akčný rozpočet energií je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.

20.11.2023  
 FB a INSTA - 230 reached

**LED žiarovky sú síce drahšie ako tie „tradičné“, no vydržia 10x dlhšie a spotrebujú menej energie...**

5 wattová LED poskytuje rovnaké svetlo ako 40 wattová tradičná žiarovka. Pri výmene všetkých žiaroviek v 3-izbovom byte, môžete za rok ušetriť na elektrickej energii až 120 €.


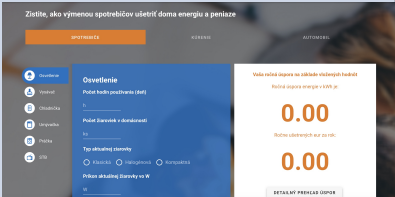



MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY  
 Projekt Akčný rozpočet energií je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR.



21.11.2023  
 FB a INSTA - 533 reached

	<p>Nový systém výpočtu ceny tepla v bytových domoch je spravodlivejší, negatívne sa dotkne neobývaných bytov a bytov, kde na kúrení šetria na úkor susedov</p>	<p>21.11.2023</p> <p><a href="http://www.sospotrebitelov.sk">www.sospotrebitelov.sk</a></p> <p>7540 reached</p>
	<p><a href="https://www.sospotrebitelov.sk/aktuality/novy-system-vypoctu-ceny-tepla-v-bytovych-domoch-je-spravodlivejsi-negativne-sa-dotkne-neobyvanych-bytov-a-bytov-kde-na-kureni-setria-na-ukor-susedov/">https://www.sospotrebitelov.sk/aktuality/novy-system-vypoctu-ceny-tepla-v-bytovych-domoch-je-spravodlivejsi-negativne-sa-dotkne-neobyvanych-bytov-a-bytov-kde-na-kureni-setria-na-ukor-susedov/</a></p>	
	<p>Začala nová vykurovacia sezóna a po prvýkrát sa v bytových domoch na Slovensku použije nový výpočet. Mal by byť výhodnejší pre domácnosti s vyššou spotrebou, krajné či rohové byty a byty, ktoré nedobrovoľne vykurojú aj susedov, ktorí majú svoje radiátory účelovo vypnuté. Kliknite na článok nižšie a prečítajte si ako sa menia pravidlá rozpočítavanie nákladov za teplo od 1.1.2023</p>	<p>24.11.2023</p> <p>FB</p> <p>17 817 reached</p>
	<p>Nový výpočet nákladov za teplo by mal byť výhodnejší pre domácnosti s vyššou spotrebou, krajné či rohové byty a byty, ktoré nedobrovoľne vykurojú aj susedov, ktorí majú svoje radiátory účelovo</p>	<p>24.11.2023</p> <p>Twitter</p> <p>16 reached</p>


	vypnuté	
	<p>Pozor na zavádzanie a greenwashing pri energetickom telemarketingu</p> <p><a href="https://www.sospotrebitelov.sk/aktuality/pozor-na-zavadzanie-a-greenwashing-pri-energetickom-telemarketingu/">https://www.sospotrebitelov.sk/aktuality/pozor-na-zavadzanie-a-greenwashing-pri-energetickom-telemarketingu/</a></p>	<p>27.11.2023</p> <p><a href="http://www.sospotrebitelov.sk">www.sospotrebitelov.sk</a></p> <p>734 reached</p>
	<p>Možno aj vás v posledných mesiacoch telefonicky kontaktoval dodávateľ elektriny či plynu, aby ste si za mesačný príplatok "objednali" sadenie stromčekov či energiu z "obnoviteľných" zdrojov. Ak sa v telefóne stretnete s nasledujúcimi tvrdeniami, zbystrite pozornosť a kontaktuje nás alebo Energetického ÚRSO Ombudsmana, pretože môže ísť o nekalú praktiku či greenwashing.</p>	<p>28.11.2023</p> <p>FB</p> <p>420 reached</p>
	<p>5 rád ako sa chrániť pred nekalými obchodnými praktikami...</p> <p>Energetický ÚRSO Ombudsman sa v súčasnosti najčastejšie stretáva s podnetmi na uzatváranie zmlúv na doplnkové služby k existujúcim zmluvám na dodávku energií. Odberatelia si nie sú vedomí, že takto</p>	<p>28.11.2023</p> <p>FB</p> <p>10 721 reached</p>

	<p>telefonicky uzatvorili novú zmluvu, často na inú službu, ako je dodávka energií, prípadne si nie sú vedomí podmienok jej uzatvorenia. Ak úrad vyhodnotí obchodnú praktiku ako nekalú, môže dodávateľovi uložiť finančnú sankciu.</p>	
	<p>Teplovzdušný ventilátor, elektrický radiátor alebo iný prenosný elektrický ohrievač vzduchu sú veľkými žrútmí elektriny a môžu byť aj nebezpečné. Aké najčastejšie chyby robíme pri ich používaní sa dozviete v našom článku.</p>	<p>29.11.2023 FB 664 reached</p>
	<p>Osvetlenie, vysávač, chladnička, umývačka riadku, práčka či televízor.</p> <p>Skroťte najväčších žrútov elektriny vo svojej domácnosti.</p> <p>Ak chcete presne vedieť ako výmenou spotrebičov ušetriť doma energiu a peniaze, kliknite si na našu energetickú kalkulačku</p> <p><a href="https://kalkulacky.sospotrebitelov.sk">https://kalkulacky.sospotrebitelov.sk</a> a preverte si svoju</p>	<p>5.12.2023 FB 9 095 reached</p>

	domácnosť.	
	<p>Ste majiteľmi krajných, rohových bytov a bytov, ktoré doteraz nedobrovoľne vykurovali aj susedov? Podľa novej vyhlášky ušetríte! SOS pripravila vzorový príklad porovnania dvoch bytov s rozlohou 80 m<sup>2</sup>. Viac info:  <a href="https://rtvs.sk/televizia/archiv/13986/437658#635">https://rtvs.sk/televizia/archiv/13986/437658#635</a>          ...</p> <p>#EnergyEfficiency #RTVS #Energie</p>	<p>5.12.2023</p> <p>Twitter</p> <p>32 reached</p>
	<p>Osvetlenie, vysávač, #chladnička, umývačka, #práčka či #televízor. Skroťte najväčších žrútov elektriny v domácnosti! Výmenou spotrebičov môžete ušetriť doma #energiu a #peniaze. Kliknite na našu energetickú kalkulačku <a href="https://kalkulacky.sospotrebitelev.sk">https://kalkulacky.sospotrebitelev.sk</a> a preverte si svoju domácnosť.</p>	<p>5.12.2023</p> <p>Twitter</p> <p>24 reached</p>

	<p>Podľa novej vyhlášky ceny tepla v bytových domov si približne 10 % - 15 % bytov priplatí. Naopak, majitelia krajných, rohových bytov a bytov, ktoré doteraz nedobrovoľne vykurovali aj susedov ušetrí. Pozrite si vzorový príklad porovnania dvoch bytov s rozlohou 80 m<sup>2</sup>, ktorý pre reportáž</p> <p><a href="https://www.rtv.s.sk/televizia/archiv/13986/437658#635">https://www.rtv.s.sk/televizia/archiv/13986/437658#635</a> pripravila Spoločnosť ochrany spotrebiteľov.</p> <p>Novému systému výpočtu ceny tepla sa venujeme aj v našom článku, ktorý nájdete tu:</p> <p><a href="https://www.sospotrebitelov.sk/..../novy-system-vypoctu.../">https://www.sospotrebitelov.sk/..../novy-system-vypoctu.../</a></p>	<p>6.12.2023</p> <p>FB</p> <p>5 343 reached</p>
	<p><a href="https://youtu.be/N3uhqQA9Y8s?si=3SlwQDbBPP4IWFkG">https://youtu.be/N3uhqQA9Y8s?si=3SlwQDbBPP4IWFkG</a></p>	<p>14.12.2023</p> <p>YouTube kanal SOS</p> <p>50 reached</p>
	<p>Aktívny spotrebiteľ energií</p> <p>Energetický trh prechádza rýchlou transformáciou a nové pravidlá môžu byť pre niektoré skupiny spotrebiteľov zložité či mätúce. Aby sme im pomohli sa v nich lepšie orientovať, zorganizovali sme pre nich už <a href="#">10 vzdelávacích workshopov</a></p>	<p>29. 11. 20203</p> <p>Newsletter</p> <p>2613 odberateľov</p>

	<p><u>"Ako doma šetriť energiu a peniaze"</u>. Hlavným cieľom týchto aktivít je naučiť spotrebiteľov efektívne používať domáce spotrebiče a rozumieť faktúram za energie.</p>	
<p>Ako sa stať aktívnym spotrebiteľom energií</p> 	<p>Ako aktívne šetriť energie v domácnosti</p> <p>Energetický trh sa rýchlo mení a spotrebiteľia často nerozumejú zložitým vzťahom a novým trendom, ktoré prichádzajú. V rámci projektu <b>Aktívny spotrebiteľ energií</b> učíme spotrebiteľov ako rozpoznať nekalé praktiky, orientovať sa v právach a rozumieť obchodným podmienkam. V našom <a href="#">videu</a> radíme, ako ušetriť správnym používaním domácich spotrebičov.</p>	<p>13.12.2023</p> <p>Newsletter</p> <p>2877 odberateľov</p>
	<p>Prihláste sa na odber nášho Spotrebiteľského newsfiltra a budete mať prehľad nielen o diani na Slovensku, ale v celej EÚ <a href="https://tinyurl.com/ye2avj fz">https://tinyurl.com/ye2avj fz</a></p>	<p>19.12.2023</p> <p>FB a INSTA</p> <p>19 670 reached</p>
	<p>Informačný YouTube kanál pre spotrebiteľov <a href="https://tinyurl.com/mryjtzwy">https://tinyurl.com/mryjtzwy</a></p>	<p>19.12.2023</p> <p>FB a INSTA</p> <p>31 298 reached</p>

 <p>Máte záujem o aktuálne zaujímavosti a trendy z oblasti spotrebiteľskej ochrany?</p> <p><b>Neviete si poradiť s reklamáciou či iným spotrebiteľským problémom?</b></p> <p>Prihláste sa na odber nášho Spotrebiteľského newsfiltra a budete mať prehľad nielen o dianí na Slovensku, ale v celej EÚ.</p> <p>ODOBERAŤ</p> <p>www.sospotrebiteľov.sk</p>	<p>Prihláste sa na odber nášho Spotrebiteľského newsfiltra a budete mať prehľad nielen o dianí na Slovensku, ale v celej EÚ</p> <p><a href="https://tinyurl.com/ye2avjtz">https://tinyurl.com/ye2avjtz</a></p>	<p>19.12.2023</p> <p>Twitter</p> <p>23 reached</p>
 <p>Informačný YouTube kanál pre spotrebiteľov</p> <p>youtube.com/@sospotrebiteľov</p> <p>Tipy, rady, užitočné odporúčania...</p> <p>Stuďte nás, a vždy budete vedieť viac...</p> <p>ODOBERAŤ</p>		<p>19.12.2023</p> <p>Twitter</p> <p>31 reached</p>

Spolu: 172 185 dosah/reach cez sociálne siete (Facebook, Instagram, Twitter a Youtube) a 5490 odberateľov emailového newslettera

#### Minuté financie:

- 470 EUR na FB kampaň (príspevky: 1.11.2023 - 25 eur, 2.11.2023 - 25 eur, 3.11.2023 - 50 eur, 8.11.2023 - 50 eur, 9.11. - 50 eur, 17.11.2023 - 30 eur, 24.11.2023 - 30 eur, 28.11.2023 - 30 eur, 5.12.2023 - 30 eur, 19.12.2023 - 150 eur)
- 168 eur za grafiku banerov a video



## 2. Fotodokumentácia spotrebiteľských manuálov a propagačných materiálov na workshopy



### ČO ROBIŤ, ABY VÁM VYPRANÁ BIELIEŽEN NEZAPÁCHALA

**Prádlo sušte rýchlo a dôkladne.**

**Práčku pravidelne čistíte, aby tesnenie na dverách nebolo špinavé, bubon plesnivá a nádobka na prací prášok zanesená.**

**Nenechávajte mokré veci v práčke (maximálne 8-12 hodín).**

**Vyhňte sa nadmernému preplneniu bubna.**

**Keď neperiete, nechávajte dvere na práčke otvorené.**

MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY  
Projekt Aktívny spotrebiteľ energií je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR

### AKO ČASTO PRAŤ RÔZNE DRUHY OBLEČENIA

**Viete, čo znamenajú symboly ošetrovania na vašom oblečení?**

	žehliť pri ľubovoľnej teplote		materiál nevhodný na žehlenie		žehliť pri nízkej teplote (110°C)
	žehliť pri strednej teplote (150°C)		žehliť pri vysokej teplote (200°C)		pri žehlení nepoužívať naparovanie

### 5 JEDNODUCHÝCH KROKOV AKO DOMA ŠETRIŤ ENERGIU!

- Nezakrývajte radiátory!** Vykurovanie priestoru a ohrev vody môže tvoriť až 50% vašich účtov za energiu. Zakrytie radiátorov nábytkom, závesmi či mokrym oblečením zabráňuje, aby teplo z nich prúdilo do miestnosti a musia tak byť zapnuté zbytočne oveľa dlhšie.
- Zateplite si podkrovie!** Môže sa tu zbytočne strácať až 25% tepla vašej domácnosti. Už 30 cm základnej izolácie tento problém vyrieši.
- LED žiarovky:** Áno, vieme, že ich nákupná cena je vyššia, ale vydržia 10x dlhšie ako "tradičné" žiarovky a spotrebujú oveľa menej energie. Náklady na ich kúpu sa vám tak rýchlo vrátia.
- Odpojte nabíjačky a elektrické spotrebiče z úsporného režimu, nenabíjajte telefón cez noc!** Pohotovostný režim a nočné nabíjanie môže zbytočne spotrebu vašej domácnosti navýšiť až o 10%.
- Skontrolujte chladničku:** Väčšina dnes predávaných modelov má až o 45% nižšiu spotrebu ako chladničky vyrobené pred 15 rokmi. Zbytočnú náspotrebu spôsobuje opotrebovaný kompresor, netesné dvere či starnutie chladiva. Námrza hrubšia ako 3 mm môže zvýšiť spotrebu elektriny až o 75%. Ideálna teplota v chladničke je 5°C. V mrazničke -18°C. Už zníženie o 2°C spotrebu chladničky zvyšuje o 15%.

MINISTERSTVO HOSPODÁRSTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY  
Projekt Aktívny spotrebiteľ energií je financovaný prostredníctvom dotácie Ministerstva hospodárstva SR

### AKO SPRÁVNE SKLADOVAŤ JEDLO V CHLADNIČKE

najvyššie ukladajte jedlo, ktoré netreba variť, ako napríklad **údeniny, zvyšky jedla či koláče**

ideálne na skladovanie **mliečnych výrobkov a vajec**

tu umiestňujte **mäso, hydinu a morské plody**

plastové boxy sú vhodné na skladovanie **ovocia a zeleniny**

**V CHLADNIČKE UDRŽIAVAJTE BEZPEČNÚ TEPLOTU OD 0 DO 5°C**

**NEPREHÁŇAJTE TO**  
Do chladničky dávajte len toľko jedla, aby sa nedotýkalo poličky nad ním.

**NECHAJTE ZVÝŠKY JEDLA VYCHLADNÚŤ**  
Pred vložením do chladničky ho nechajte vychladnúť. No nie pridho, aby sa nepokazilo.

**SKONTROLUJTE TESNENIE DVERÍ**  
Keď je tesnenie dverí poškodené či zvlnené, dvere poriadne nedoliehajú a chladnička nefunguje ako má.

**PREČISTITE KONDENZAČNÉ CIEVKY**  
Nahromadený prach na kondenzačných cievkach môže brániť prúdeniu tepla.

Priláste sa na odber nášho online Spotrebiteľského newsfitera na webovej stránke [www.sopotrebiteľov.sk](http://www.sopotrebiteľov.sk)



*...vieme dospieť k dohode...*

