



SPOLOČNOSŤ OCHRANY SPOTREBITEĽOV



Ako doma ušetriť energiju a peniaze?

**Ako šetriť na kúrení
Najväčší "žrúti" energie v domácnosti
Samovýrobcovia elektriny
Energetická chudoba**

www.sospotrebitelov.sk

Máte spotrebiteľský problém?

Volajte poradňu S.O.S. Poprad na 0944 533 011.

email: info@sospotrebitelev.sk

Môžeme vám poradiť, keď:

- nerozumiete svojim faktúram alebo vyúčtovaniu energií
- máte problémy s platením účtov za energie
- chcete sa zorientovať v dotáciách na obnoviteľné zdroje energií
- chcete zvýšiť energetickú účinnosť svojej domácnosti

Obrátiť sa na nás môžete aj s inými spotrebiteľskými dotazmi, napríklad:

- pri problémoch s reklamáciou v kamennom obchode alebo e-shope
- pri problémoch s dodaním či vrátením tovaru kúpeného v kamennom obchode alebo e-shope
- pri problémoch s nevýhodnými či nespravodlivými zmluvami
- pri nespokojnosti s prácou remeselníkov a podomových predajcov
- pri problémoch s nevyžiadanými zásielkami

Kontakty:

Spoločnosť ochrany spotrebiteľov (S.O.S.)
Poprad



052/286 1300, 0944 533 011



info@sospotrebitelev.sk



<https://www.sospotrebitelev.sk/kontakt/>

Spotrebiteľská poradňa Bratislava
Spotrebiteľská poradňa Trnava
Spotrebiteľská poradňa Poprad
Spotrebiteľská poradňa Košice



SPOLOČNOSŤ OCHRANY SPOTREBITEĽOV

Ako doma ušetriť energiu a peniaze?

Podľa právneho stavu k 31.10.2020 pripravil redakčný kolektív združenia.

Spoločnosť ochrany spotrebiteľov (S.O.S.), Poprad

IČO: 420 884 53, Bajkalská 2335/3, 058 01 Poprad

www.sospotrebitelev.sk

100

95

75

25

5

0

Milí spotrebiteľia energií,

jedným zo spôsobov ako ušetriť na platbách za spotrebované energie je rýchlejšia dostupná modernizácia budov a spotrebičov, ktoré doma používame, zavádzaním opatrení na zníženie spotreby energií a zvyšovanie ich energetickej účinnosti. Okrem toho, že vďaka nim ušetríte, budete žiť šetrnejšie aj vo vzťahu k životnému prostrediu. Ako sa teda dá znížiť spotreba energií? A aké zmeny nás v energetike čakajú?

Požiadavka zvýšiť energeticкую účinnosť vyplýva predovšetkým z legislatívy Európskej únie. Slovenská republika motivuje občanov, aby energiami šetrili vytváraním dotačných programov, z ktorých môžu čerpať prostriedky napr. na kúpu kotla na biomasu, tepelné čerpadlo, plynový kondenzačný kotol, inštaláciu fotovoltických panelov, slnečných kolektorov, zateplenie fasády či výstavbu domov s nulovou potrebou energie. Viacero jednoduchých opatrení však môže zaviesť takmer každý, okamžite a bez väčších nákladov.

Prečítajte si náš spotrebiteľský manuál a dozviete sa viac.

Ing. Michal Fáber,
predseda združenia



O S.O.S. Poprad

Službe spotrebiteľom sa venujeme už viac ako desať rokov. Prevádzkujeme štyri poradenské centrá v Bratislave, Trnave, Poprade a Košiciach, kde spotrebiteľom pomáhame mimosúdne riešiť ich spory s predajcami a dodávateľmi služieb. Každoročne riešime stovky vašich podnetov a sťažností.

Na stránke

www.sospotrebitelev.sk prinášame aktuálne články so spotrebiteľskou problematikou, upozorňujeme na rôzne nekalosti a podvody a ponúkame tiež užitočné online nástroje ako napríklad kalkulačka, ktorá vám ukáže ako skrotiť najväčších žrútov energie v domácnosti.

Najväčšou výhodou S.O.S. Poprad je jeho úplná nezávislosť okrem iného vďaka absolútnej absencii príjmov z reklamy. Služby pre spotrebiteľov financujeme prevažne z verejných zdrojov.

100

95

75

25

5

0

Ako ušetriť na kúrení

Za dostatočnú teplotu sa v obývačke všeobecne považuje 20°C, v spálni je to 17°C. Vhodným nastavením rôznych teplôt počas dňa za pomoci termostatov možno ušetriť až 20% energie potrebnej na vykurovanie. K únikom tepla tak dochádza iba ak sú radiátory zakryté alebo nie sú odvzdušnené.

Ušetriť možno aj efektívnym vetraním, ktoré má byť krátke, ale intenzívne. K veľkým tepelným stratám totiž dochádza napríklad, ak je celý deň otvorená vetračka.

Tepelnému úniku zabránia aj kvalitné okná s viacpočetnými sklami a zateplenie fasády, čo si vyžaduje finančné náklady, ktoré by sa vám po, z dlhodobého hľadiska rádo vo desiatich až dvadsiatich rokoch, mali vrátiť. Pri rastúcich cenách energie to však môže byť aj skôr.

Ak vás naopak v lete trápi teplo, asi uvažujete o kúpe klimatizácie. Klimatizácia však spotrebúva veľké množstvo energie, preto treba zvážiť napríklad aj investíciu do špeciálnych zatemňovacích závesov, ktoré bránia prieniku svetla, a teda aj tepla. Veľmi účinné bývajú vonkajšie žalúzie, hoci najmä na starších domoch ich inštalácii bránia pamiatkári, spoločenstvo vlastníkov bytov či správca bytového domu.

Vo všeobecnosti nás doma najviac stojí kúrenie a ohrev teplej vody. Aby ste teplo v miestnostiach udržali čo najdlhšie, pri nastavovaní vykurovania používajte **termostat a časovač**. Kúrenie a ohrev vody nastavte len na čas, kedy je to potrebné, napr. aby sa zaplo ráno, 30 minút pred tým ako vstávate, a vyplo pred vašim odchodom z domu.

Ohrev vody nastavte v rozmedzí od 40°C do 60°C (v závislosti od veľkosti zásobníka a počtu osôb v domácnosti). Tu platí pravidlo – čím vyššia teplota vody, tým vyššie náklady a tepelné straty.

Počas dňa nechajte dovnútra svietiť slnko, aby sa miestnosť vyhriala.

Podvečer **zatiahajte závesy**, aby teplo neunikalo cez okná. **Pozor!** Vo vykurovacom období by sa tepelné zdroje (radiátory) nemali prekryvať záclonami, závesmi či sedačkou, zamedzíte tým odvádzaniu tepla do vykurovanej miestnosti. Hlavne v bytoch, kde sú na radiátoroch pomerové merače tepla by takéto prekrytie znamenalo chladnejšie izby a vyššie náklady na kúrenie. Merač tepla by síce nameral viac, no teplo by nešlo do miestnosti.

Utesnite medzery okolo okien a dverí, aby neprepúšťali studený vzduch dnu a teplý vzduch von.

www.sospotrebitelov.sk

100

95

75

25

5

0

V CHLADNIČKE UDRŽIAVAJTE BEZPEČNÚ TEPLOTU OD 0 DO 5°C

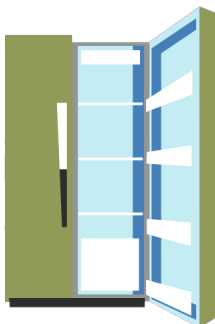
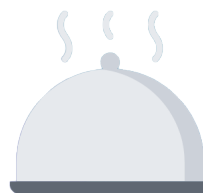


Nepreháňajte to:

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

Nechajte zvyšky jedla vychladnúť:

Pred vložením do chladničky ho nechajte vychladnúť. No nie prídlho, aby sa nepokazilo.

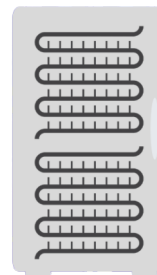


Skontrolujte tesnenie dverí:

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.



100

95

75

25

5

0



Udržujte miestnosť, v ktorej sa zdržiavate počas dňa najdlhšie, na teplote **20-21°C**, a spaľňu, pred tým ako idete spať, vykúrite na **18°C**.

V miestnostiach, ktoré dlhodobo alebo krátkodobo (v priebehu dňa) nepoužívate, **nastavte požadovanú teplotu maximálne o 5°C nižšiu ako je teplota používaných miestností**. V prípade podchladenia stien môže dochádzať k zníženiu tepelno-izolačných vlastností stien a následné vykúrenie je energeticky neefektívne.

Udržujte **radiátory a ohrievače čisté a odkryté**, aby teplý vzduch mohol prúdiť. Závesy dajte za radiátory, aby ste stratu tepla minimalizovali. Neblokujte radiátory nábytkom ani inými predmetmi.

Za radiátory umiestnite **radiátorovú fóliu**, teplo sa vďaka nej vráti do miestnosti, a neunikne von.

Miestnosti veľmi neochladzujte, a vetrajte **krátko a intenzívne**.

Na prehľadné kľúčové dierky na dverách **pripevnite kryty**.

100

95

75

25

5

0

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 vajíec

tu umiestňujte mäso, hydinu a morské plody

plastové boxy sú vhodné na skladovanie ovocia a zeleniny

100

95

75

25

5

0

Ako ušetriť pri používaní spotrebičov a osvetlení

Doma dnes máme elektrické zariadenia, o ktorých sa napríklad našim starým rodičom ani len nesnívalo. Ako na chode domácnosti ušetriť a pritom si zachovať pohodlie? Máme pre vás pár osvedčených rád...

Na čo sa sústrediť pri kúpe nového spotrebiča?

Vieme, je to klišé, ale podstatná by nemala byť len cena. Všimajte si energetický štítok, na ktorom je uvedená energetická trieda. Spotrebič s triedou A je najúspornejší a oproti „najhoršiemu“ s triedou G nám vo všeobecnosti môže ušetriť až 30% energie, a teda aj 30% peňazí na jeho chod. Pri chladničke sa to môže vyšplhať až na 50%. Hoci teda pri kúpe spotrebiča vyššej energetickej kategórie na začiatku zaplatíme trochu viac, v krátkom čase sa nám investícia vráti a kvalitnejší spotrebič nám bude šetriť peniaze aj potom. Od januára 2021 platí nový systém klasifikácie a na energetických štítkoch nájdete už len energetické triedy A až G (A+, A++ a A+++ sa už používať nebudú). V súčasnosti môžeme na trhu kúpiť len spotrebiče maximálne do kategórie D.

Dnes už výrobcovia uvádzajú aj priemernú spotrebu spotrebičov za rok. Tento údaj vám napovie, koľko vás ročne bude stáť jeho používanie.

Ako ušetriť pri používaní chladničky a mrazničky

Najväčším konzumentom elektriny je v domácnosti chladnička. Energiu potrebuje 24 hodín, denne, počas celého roka. Jej podiel na celkovej spotrebe môže predstavovať až 20%.

Vyberte si veľkosť chladničky, ktorá zodpovedá vašim potrebám. Poloprázdna chladnička spotrebuje viac energie ako plná, pretože pri jej otváraní dochádza k väčšej výmene vzduchu. Pred kúpou sa teda zamyslite, koľkým členom domácnosti bude slúžiť. Priemerný chladiaci priestor na jednu osobu je cca 60 l, plus 25 l mraziaceho priestoru. Ušetriť sa dá aj správnym nastavením teploty.

Veľa ľudí sa spotrebičov zbavuje až v momente, keď doslúžia, hoci pri chladničkách starších ako desať rokov sa oplatí porovnať ich spotrebu s novším typom a zväziť kúpu novej chladničky skôr.

Správnym miestom pre chladničku je chladné miesto, bez priameho slnečného svitu, ďalej od sporáka, aj radiátora. Ak tieto rady dodržíte, chladnička bude fungovať lepšie a bude mať menšiu spotrebu.

Udržujte **správnú teplotu**, pre normálny chod chladničky je to +5°C, pre mrazničku -18°C.

www.sospotrebitelov.sk

100

95

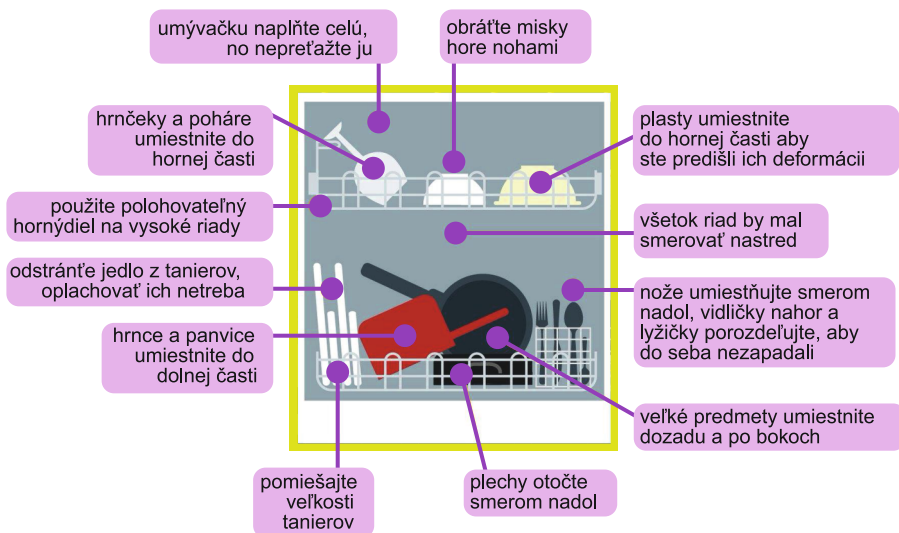
75

25

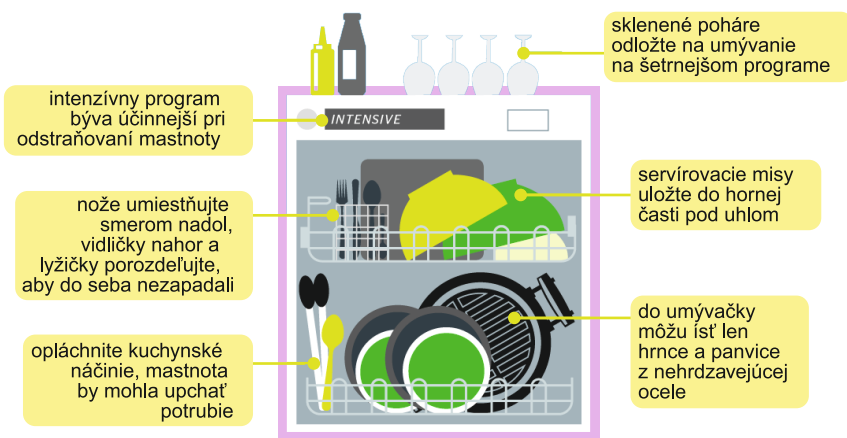
5

0

AKO SPRÁVNE ULOŽIŤ RIAD DO UMÝVAČKY



...PO GRILOVAČKE



100

95

75

25

5

0

Vnútornú teplotu kontrolujte teplomerom, zníženie vnútornej teploty o 2°C znamená zvýšenie spotreby elektriny asi o 15%.

Chladničku aj mrazničku **otvárajte** čo najmenej, a len na **krátky čas**. Čím častejšie v nich dochádza k výmene vzduchu, tým viac sa zvyšuje ich spotreba elektriny.

Poriadok v potravinách. Prehľadné usporiadanie vám umožní nemať chladničku otvorenú dlho, kým niečo nájdete. Dostatok miesta medzi potravinami zabezpečuje potrebnú cirkuláciu vzduchu.

Námraza vo vnútri chladiaceho či mraziaceho priestoru, väčšia než päť milimetrov, zvýši spotrebu mrazničky až o 30%. Preto chladničku a mrazničku, ktoré takú funkciu nemajú, **rozmrazujte** minimálne raz za 6 mesiacov.

Aby sa námraza netvorila, tekuté potraviny v chladničke skladujte v uzavretých obaloch alebo nádobách. Teplé jedlo nechajte najprv úplne vychladnúť, až potom ho do chladničky vložte.

Udržujte **chladič** na zadnej steny **čistý**. Prach na chladiacej mriežke môže spotrebu podstatne zvýšiť.

Za zadnou stenou chladničky nechajte aspoň 10 cm miesta od steny, aby mohla efektívne odvádzať teplo, ktoré vzniká pri výrobe chladu.

Dôležitou súčasťou chladničky je aj tesnenie dverí. Pravidelne (aspoň raz ročne) ho umývajte vlažnou vodou. Ak je tesnenie pretrhnuté alebo stvrdlo, treba ho vymeniť.

Ako ušetriť pri používaní práčky, umývačky a sušičky

Práčku, sušičku a umývačku riadu vždy **naložte doplna** - jedno plné naloženie spotrebuje menej energie, ako dve polovičné.

Práčka tvorí z celkovej spotreby elektriny až 13%. Práčka z 90. rokov má spotrebu ešte o 30% vyššiu ako aktuálne modely. Navyše nové typy pračiek sú úspornejšie aj čo sa týka množstva spotrebovanej vody. Vyberajte však programy, ktoré umožňujú nastaviť pranie polovičného množstva vecí a sľubujú aj úsporu vody, pretože tá spravidla polovičná nie je.

Pri zvolení nižšej teploty prania šetríte nielen elektrinu, dlhšie pranie je k oblečeniu šetrnejšie, takže vydrží dlhšie a v práčke sa menej usádza vodný kameň.

Perte na nižších teplotách. Znížením teploty z 90°C na 60°C ušetríte asi 25% energie. Úspory pri znížení teploty na 40°C sú ešte výraznejšie.

100

95

75

25

5

0

ČO BY STE NEMALI DÁVAŤ DO UMÝVAČKY RIADU



kuchynské nože



nože mixéra



teflónové panvice



medené hrnce



hliníkové hrnce



drevené lyžice a
dosky na krájanie



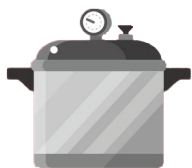
termo hrnčeky
a fľaše



strieborný príbor



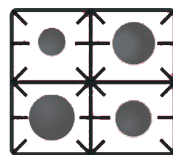
odmerky s potlačou



pokrievky
tlakových hrncov



liatinové panvice



varné mriežky
na sporák

Predpieranie žerie veľa energie, využívajte ho len pri veľmi znečistených odevoch. Regulujte **otáčky v práčke**. Ak sušíte bielizeň v sušičke, je lepšie použiť vyššie otáčky, kde sa z bielizne odstráni viac vody, a tým ušetríte čas a energiu sušičky.

Ak prádlo vyprané v práčke sušíte klasicky, príliš vysoké otáčky môžu oblečenie výrazne pokrčiť, čo si následne vyžiada väčšiu spotrebu elektriny pri žehlení. Ak bielizeň sušíte v byte na sušiaci, množstvo odparovanej vody spôsobuje vlhkosť, musíte viac vetrať a teplo uniká.

Vodu ušetríte aj používaním umývačky riadu. Ak stále radšej riad umývate ručne, kým odstraňujete hrubú špinu, podložte si väčšiu misu s vodou, a až následne riad oplachujte.

Ak váš spotrebič takú možnosť ponúka, používajte **programy na úsporu energie a/aj vody**.

Sušička nepatrí medzi spotrebiče, ktoré doma nevyhnutne potrebujeme, preto jej kúpu v rámci znižovania spotreby elektriny v domácnosti neodporúčame. Kondenzačné sušičky s **tepelným čerpadlom** však oproti klasickým majú **až o 50 % nižšiu spotrebu**, pretože čerpadlo dokáže využiť aj teplo z kondenzácie.

Ak bielizeň po sušení žehlíte, nenechajte ju úplne vyschnúť, aby ste ju nemuseli naparovať, žerie to viac elektriny. Žehličku zbytočne nenechávajte „v teplej rezerve“ a radšej ju vypnite.

Ako ušetriť pri používaní sporáku, rúry a mikrovlnky

Využívajte **teplotnú reguláciu**. Variť začnite na najvyššom stupni, a hneď, keď dosiahnete potrebnú teplotu, prepnite na nižší stupeň. Proces prípravy sa tým nepreruší, ale usporíte energiu.

Varte s **pokrievkou**, ktorá dobre prilieha k nádobe, pretože už pri milimetrovej medzierke dochádza k výrazným stratám tepla v nádobe. Pri varení s pokrievkou spotrebujete **4-krát** menej energie.

Využívajte zbytkové teplo. Elektrický sporák pár minút pred dovarením vypnite a na dokončenie jedla využite teplo, ktoré z platne stále sála.

Používajte správnu **veľkosť hrnca** a primerané **množstvo vody**. Zbytočne veľký hrniec a príliš veľa vody spomaľuje proces varenia a zvyšuje spotrebu. Používajte nádoby, ktoré dobre a celou plochou priliehajú k ohrevnej ploche. Hrniec s malým priemerom na väčšej ohrevnej platni spôsobuje zbytočný únik tepla.

Na rýchlu a efektívnu prípravu jedla je vhodné použiť tlakový hrniec (kuchta, papiňák...).

www.sospotrebitelov.sk

100

95

75

25

5

0

10 POTRAVÍN, KTORÉ NEPATRIA DO MIKROVLNKY

- 1 vajcia natvrdo uvarené
- 2 chilli papričky
- 3 listová zelenina
- 4 zvyšky ryže
- 5 paradajkové omáčky
- 6 voda
- 7 papierové tašky
- 8 polystyrén
- 9 pšeničné vaky
- 10 nič



100

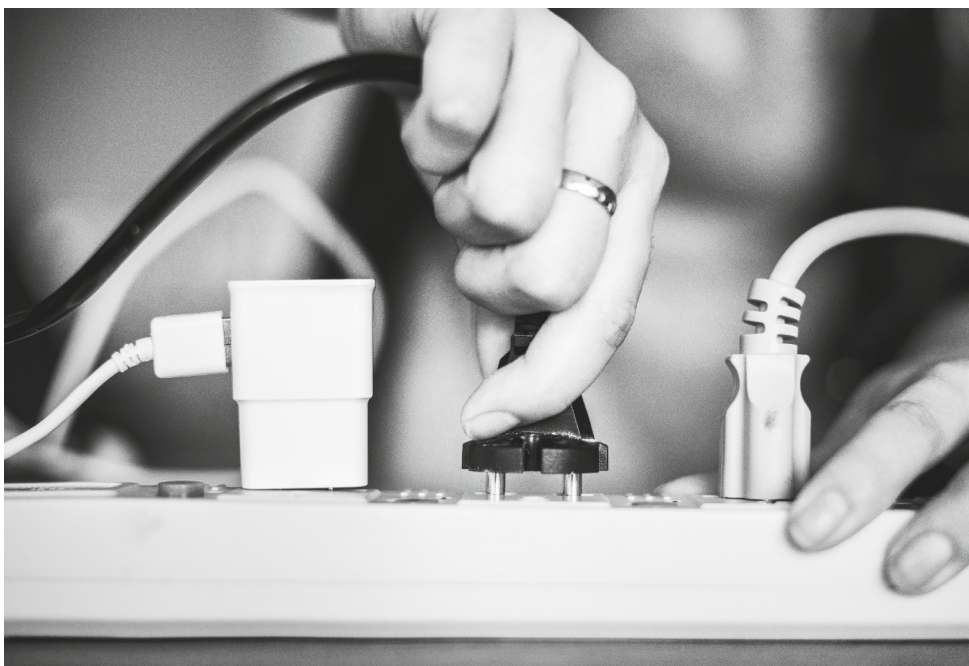
95

75

25

5

0



Jedlo si zachová takmer všetky živiny a uvaríte ho v priemere o 50 až 70% rýchlejšie. Šetríte teda energiu aj čas. Nové indukčné dosky zohrievajú iba priestor pod hrncom a sú o 30% úspornejšie.

Pri použití plynového sporáku buďte opatrní pri **používaní odsávača pár**. Ak je odsávanie príliš intenzívne, môže strhávať plameň a viac tepla odchádza preč.

Rúru **nepredhrievajte veľmi dlho**, hneď po dosiahnutí požadovanej teploty do nej jedlo vložte a pár minút pred dopečením ju vypnite. Teplo, ktoré z nej ešte sála, na dokončenie jedla postačí. To sa oplatí zvlášť u tých typov zariadení, kde sa teplota znižuje pomaly.

Pravidelne vnútorný priestor rúry čistite. Znečistené plochy vedú teplo horšie. Tepl vzdušná rúra rozvádza teplo rovnomerne po celej rúre, čo umožňuje piecť viac jedál naraz.

Jedlo zohrievajte v **mikrovlnnej rúre**, ušetríte tým až 70% energie oproti ohrevu na sporáku. Je však potrebné zvoliť primeraný čas a teplotu, jedlo sa rýchlejšie a lepšie ohreje, ak je na tanieri rozložené rovnomerne.

Pri varení vody používajte **rýchlovarnú kanvicu**, no neplňte ju zbytočne doplna, prevárajte vždy len toľko vody, koľko v danom momente potrebujete.

100

95

75

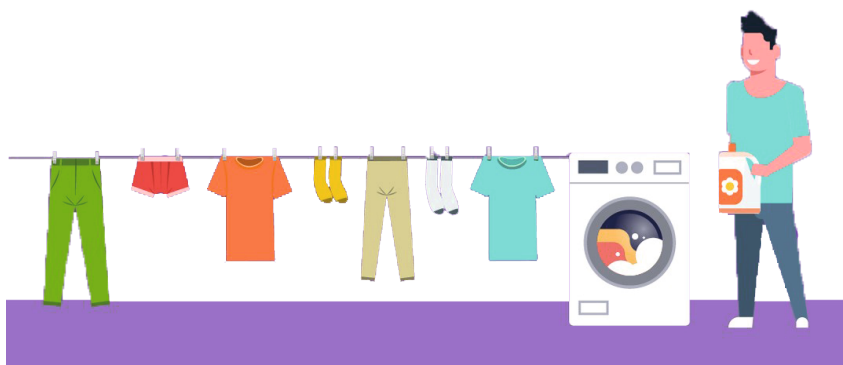
25

5

0

ČO ROBIŤ, ABY VÁM VYPRANÁ BIELIZEŇ NEZAPÁCHALA

- Prádlo sušte rýchlo a dôkladne.
- Práčku pravidelne čistite, aby tesnenie na dverách nebolo špinavé, bubon plesnivý a nádobka na prací prášok zanesená.
- Nenechávajte mokré veci v práčke (maximálne 8-12 hodín).
- Vyhnite sa nadmernému preplneniu bubna.
- Používajte parfumovanú aviváž (okrem prania syntetických látok).



100

95

75

25

5

0

Ako ušetriť pri používaní televízora, počítača a mobilu

Nenechávajte spotrebiče (TV, video, notebook, PC s príslušenstvom, hi-fi veža, mikrovlnná rúra, satelitná súprava, nabíjačka...) v pohotovostnom, tzv. **stand-by režime**, pretože aj v tomto stave „žerú“ elektrinu. Pohotovostný režim znamená, že spotrebič je zapojený v sieti, hoci nie je zapnutý. Používa sa vďaka tomu pohodlnejšie, napríklad prostredníctvom diaľkových ovládačov, alebo slúži pri zabezpečení automatického nahrávania programov. Odber elektriny je však v tomto režime nepretržitý. Za hodinu zapnutého televízora zaplatíte menej, ako za 23 hodín, počas ktorých je televízor síce vypnutý, ale zapnutý do zásuvky. Lepšie je použiť predlžovacie šnúry s multi zásuvkovou lištou s vypínačom. Alebo na vypínanie STB režimu používajte zásuvky na diaľkové ovládanie.

Čím väčší televízor máte, a o čo viac je v ňom pridaných funkcií, tým vyššia je jeho spotreba.

Vypínajte televízor, počítač či video hry, keď ich nepoužívate.

Notebook je výrazne úspornejší ako počítač.

Výmenou starého monitora počítača za LCD monitor môžete ušetriť až 70% energie.

Mobilné telefóny zbytočne nenechávajte v nabíjačke. Hneď po nabití **nabíjačku odpojte zo siete.**



www.sospotrebitelov.sk

100

95

75

25

5

0

AKO ČASTO PRAŤ RÔZNE DRUHY OBLEČENIA



Viete, čo znamenajú symboly ošetrovania na vašom oblečení?



žehliť pri ľubovoľnej teplote



žehliť pri nízkej teplote (110°C)



žehliť pri strednej teplote (150°C)



žehliť pri vysokej teplote (200°C)



materiál nevhodný na žehlenie



pri žehlení nepoužívať naparovanie

100

95

75

25

5

0

Ako ušetriť pri osvetlení

Vyberajte si **úsporné žiarovky**, LED svetelné zdroje a kompaktné žiarivky vám ročne ušetria od 10 do 15 EUR na elektrine. Pri výmene klasických žiaroviek začnite v priestoroch, kde sa svieti pravidelne a dlho.

Pri odchode z miestnosti vždy **vypínajte svetlá**.

Počas dňa odtiahnite závesy a zdvihnite žalúzie, aby ste nechali svietiť slnko namiesto svetiel.

Na chodbách, v šatníkoch, komorách a ostatných miestnostiach, kde sa nepohybujete často, nainštalujte **pohybové snímače**. Pozor, tam sa kompaktná žiarivka nehodí, pretože počas krátkeho pobytu v miestnosti často nedosiahne ani plný svetelný tok.

Pre intenzívne lokálne osvetlenie náročnejších činností používajte **svietidlá s priamym osvetlením**.

Dbajte na správny **výber farby svetla**. Tam, kde oddychujete, voľte teplé svetlo, ktoré má žltú farbu. V miestnostiach, kde pracujete, uprednostnite studené teplo s modrastým nádychom.

Pri svietení je dôležité zamyslieť sa nad využitím priestoru, vhodné je mať viac svetiel v miestnosti a rozsvetovať ich podľa potreby.

Samovýrobcovia elektriny

Okrem záväzku zvýšiť energetickú účinnosť musí Slovenská republika aj vyrábať viac elektriny z obnoviteľných zdrojov, teda slnka, vody a vetra. V tejto súvislosti sa používa pojem samovýrobcovia elektriny, teda tí spotrebitelia či domácnosti, ktorí si aspoň časť elektriny pre vlastnú spotrebu vyrobia sami, z obnoviteľných zdrojov. V našich podmienkach sú to zvyčajne domácnosti, ktoré majú solárne panely či tepelné čerpadlá.

Záujem stať sa samovýrobcom rastie nielen kvôli klesajúcej cene zariadení na výrobu elektriny z obnoviteľných zdrojov, aj vďaka legislatíve Európskej únie. Tá členské štáty zaväzuje zjednodušiť administratívu spojenú s povolením stavby a prevádzky týchto zariadení. Navyše sa na samovýrobcov musí pamätať aj pri tvorbe taríf elektriny či podpore formou výkupných cien. Keďže technologický pokrok napreduje veľmi rýchlo, je potrebné prepracovať podmienky predaja prebytku vyrobenej elektriny do siete a umožniť skladovanie elektriny v batériách.

S elektrinou z obnoviteľných zdrojov súvisia aj tzv. dynamické zmluvy, vďaka ktorým bude môcť zákazník premenlivo spotrebávať elektrinu po vlastnom rozhodnutí v čase, kedy bude jej cena najnižšia.

100

95

75

25

5

0

Boj s energetickou chudobou a projekt STEP

Ak potrebujete pomoc, kontaktujte nás ešte dnes!

Energetickou chudobou sa označuje situácia, kedy domácnosť nie je schopná platiť účty za spotrebované energie. Právne predpisy v Slovenskej republike pojem energetická chudoba definujú ako stav, kedy priemerné mesačné výdavky domácnosti na spotrebu elektriny, plynu, tepla na vykurovanie a na prípravu teplej úžitkovej vody tvoria významný podiel na priemerných mesačných príjmoch domácnosti. Čo predstavuje významný podiel už nie je špecifikované. V zahraničí sa energetická chudoba určuje podľa výšky príjmov, pričom zásadnú rolu môže hrať aj vek či zdravotný stav spotrebiteľa. Práve zvýšenie energetickej účinnosti v jednotlivých domácnostiach i všeobecne v rámci Slovenska môže pomôcť energetickú chudobu znížiť.

Na možné riešenia problému energetickej chudoby sa zameriava aj medzinárodný projekt STEP, ktorý Spoločnosť ochrany spotrebiteľov (S.O.S) Poprad realizuje spolu so spotrebiteľskými organizáciami z Čiech, Poľska, Litvy, Lotyšska, Bulharska, Cypru, Portugalska a Veľkej Británie (podrobne na www.step.eu/sk).

V rámci tohto projektu poskytujeme energetické poradenstvo spotrebiteľom, ktorí z rôznych dôvodov nevládzu či nestíhajú platiť svoje účty za energie, žijú v zdravotne či sociálne nevyhovujúcich podmienkach, nedokážu svoj dom vykúriť či naopak v lete schladiť, alebo sa priamo cítia ohrození energetickou chudobou.

Máte ťažkosti s platením účtov za energie?

Volajte poradňu S.O.S. Poprad na 0944 533 011 alebo 052/286 1300.

email: info@sospotrebitelev.sk



<https://www.stepenergy.eu/sk/>

www.sospotrebitelev.sk

Využite naše praktické online kalkulačky a iné nástroje

Energetická úspora, rýchly prepočet vašej finančnej situácie, vzory podaní a ďalšie

Uvažujete o kúpe nového spotrebiča, auta či energeticky efektívnejšom vykurovaní domácnosti? Nie ste si istí, či váš rodinný rozpočet zvládne ďalší úver? Odložili ste si splátky hypotéky? Odpovede na tieto otázky vám pomôžu nájsť naše kalkulačky, ktoré spotrebiteľia môžu používať úplne bezplatne. Nájdate ich na <https://www.sospotrebiteľov.sk/kalkulacky/>

Spotrebiteľský newsfilter

Zaujímate sa o svoje spotrebiteľské práva? Chcete byť informovaní o novinkách z digitálneho prostredia, energetiky, finančných služieb, telekomunikácií či napríklad potravín? Stali ste sa obeťou neseriózneho obchodníka? Prihláste sa na odber nášho online mesačníka Spotrebiteľský newsfilter na webovej stránke www.sospotrebiteľov.sk a viac vám nič neunikne.

Túto i ostatné publikácie S.O.S. Poprad si môžete objednať telefonicky na 0944 533 011 alebo emailom na info@sospotrebiteľov.sk.



www.sospotrebiteľov.sk



Projekt STEP financuje výskumný a inovačný program Európskej únie Horizon 2020 na základe dohody o grante č. 847080.