

نصائح صغيرة، أثر كبير

نصائح لتوفير الطاقة في المنزل

توفير طاقة التدفئة



التهوية السليمة

التهوية عن طريق فتح النوافذ كليا بدلا من فتحها في وضع الإمالة. قوموا أولا بضبط الترموستات على الدرجة صفر، ومن ثم بفتح النوافذ بشكل كامل لمدة 5-10 دقائق. قوموا بعدئذ بإغلاق النوافذ ومن ثم بضبط الترموستات من جديد على درجة الحرارة المطلوبة.

ضبط درجة حرارة الغرفة المثالية

وإغلاق أبواب الغرف دوما. المكتب الاتحادي للبيئة ينصح بدرجات الحرارة التالية:

20 درجة مئوية غرفة الجلوس 18 درجة مئوية المطبخ 17-18 درجة مئوية غرفة النوم 20-22 درجة مئوية الحمام

ضبط درجة الحرارة بالدرجة المثوية عند توفر أجهزة ترموستات ذكية. وفي غير هذه الحالة ضبطها عند **الدرجة 2** (16 درجة مئوية تقريبا) حتى **الدرجة 3** (20 درجة مئوية تقريبا). خفض درجات الحرارة ليلا، ولكن انتبهوا: على الأقل 17-18 درجة مئوية في غرفة النوم و 14-15 درجة مئوية في سائر الغرف الأخرى، وإلا لكان هناك خطر في نشوء عفن فطري.

إحكام إغلاق النوافذ والأبواب

يكل بساطة باستعمال أشرطة مانعة للتسرب تحصلون عليها بتكلفة قليلة من متجر أدوات البناء.

لا تضعوا أية أغراض أمام الدفايات

واهتموا بتنظيفها (إزالة الغبار عنها) بانتظام. حافظوا على مسافة فاصلة تعادل على الأقل 20-50 سم ما بينها وبين الستائر والكنيات وغير ذلك من قطع الإثاث.

توفير الماء الساخن



استخدام الجلاية

استخدموا برنامج الجلاية القصير والموفر بدلا من غسل الأواني باليد.

استخدام الماء البارد قدر الإمكان

خفض درجة حرارة الماء لبضع درجات قليلة كاف من أجل الاستحمام باستخدام الدوش، الأيدي والخضار يمكن غسلها بالماء البارد.

إغلاق الماء بين الحين والآخر

مثلا أثناء التصيتن، ووضع الشامبو على الشعر وتنظيف الأسنان.

استعمال الدوش بدلا من البانيو

الاستعمال باستخدام البانيو يستهلك قرابة 120 لتر من الماء، أما استخدام الدوش فيستهلك قرابة نصف الكمية فقط. بل وأقل من ذلك عند استخدام رأس دوش موفر للماء. بل وأكثر توفيراً من ذلك حتى هو الاستعمال باستخدام منشفة اغتسال صغيرة.

توفير الكهرباء



نشر الغسيل

وتركه يجف في الهواء بدلا من استخدام مجفف الملابس. لا تنسوا التهوية بانتظام للوقاية من نشوء العفن الفطري!

غسل الملابس

بدرجة حرارة ضئيلة وباستخدام البرنامج الاقتصادي أو البرنامج الموفر للطاقة. استهلاك الكهرباء ينخفض بنسبة 40% عند الغسل بدرجة حرارة 30 بدلا من 40 درجة مئوية.

عند الطهي

استعمال طناجر بأغطية والطبخ على عين موقد ملائمة.

الفرن

الاستخدام بدون تسخين مسبق مع تشغيل وظيفة تدوير الهواء.

المزيد من المعلومات والنصائح:

www.stadtwerke-geestacht.de/energiesparen



الهاتف الذكي

إطفاء الواي فاي والبلوتوث وخدمات تحديد المواقع عند عدم الحاجة إليها. فمن شأن هذا أن يوفر الكثير من الكهرباء ويزيد من عمر البطارية.

إطفاء الأجهزة

وضع الاستعداد وضع توفير الطاقة يستهلكان كهرباء لا لزوم لها. لذا يتعين إطفاء الأجهزة بالكامل. استخدموا لهذا الغرض وحدة مقابس متعددة أجهزة بمفتاح قطع.



توفير الطاقة هو أيضا حماية للمناخ

نصائح صغيرة، أثر كبير

معا يمكننا أن نحرك الكثير. بل أن علينا أن نقوم بذلك أيضا!
كل مساهمة مهما صغرت مهمة في التعامل مع الموارد.
بإمكانكم حتى بمجهود ضئيل نسبيًا أن توفرُوا الكثير من الطاقة في منزلكم، ما
يقي بدوره جيوبكم وبيئتنا في آن واحد.