

صرفه جویی در مصرف برق - به همین راحتی است

با این نکات، یک خانواده چهار نفره می تواند سالانه ۳۰ درصد در مصرف برق تا ۱۰۰۰ کیلووات در ساعت صرفه جویی کند



آشپزخانه

یخچال و فریزر



فقط در را برای مدت کوتاهی باز کنید



-18°

یک سانتی متر ذوب شود

+6° -
+7°

یک کیلووات در ساعت

برق می تواند:

یک ×
شستشو
درجه



۱۵
تشرت



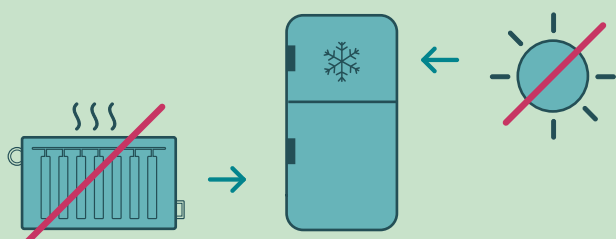
۱۰۰ ساعت



یک نهار

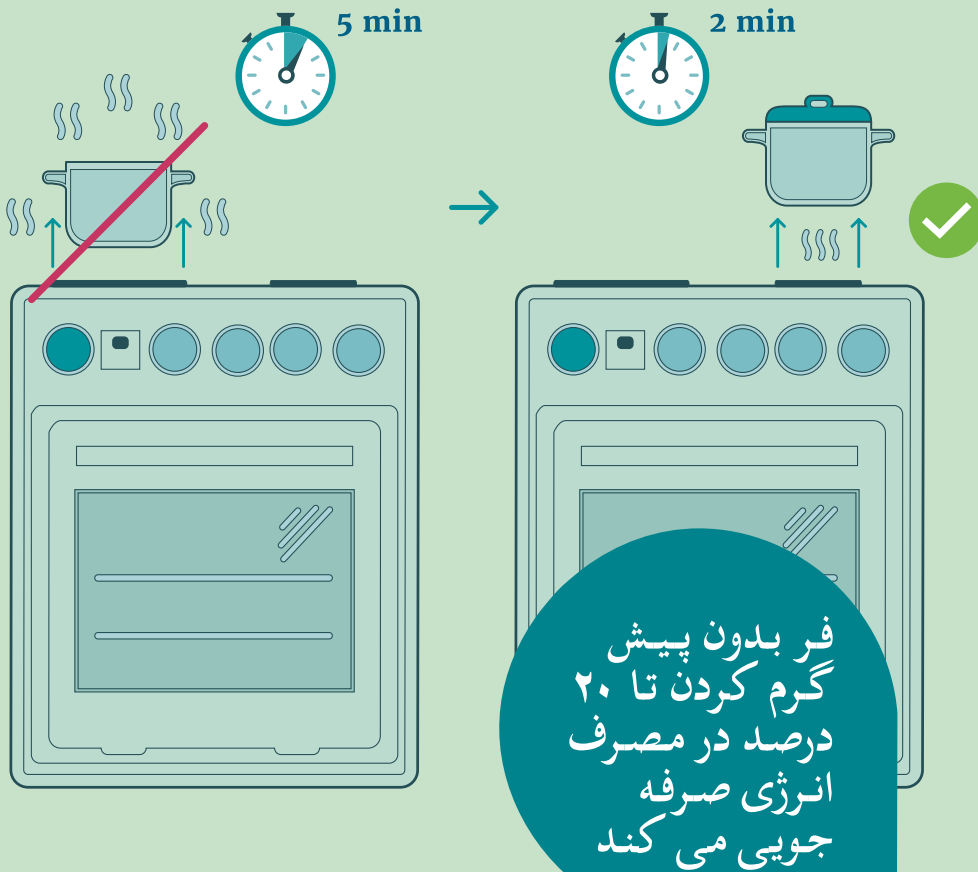


۱۳۰
تکه نان
توست



یخچال جای خنک ۵ درصد در مصرف برق صرفه جویی می کند

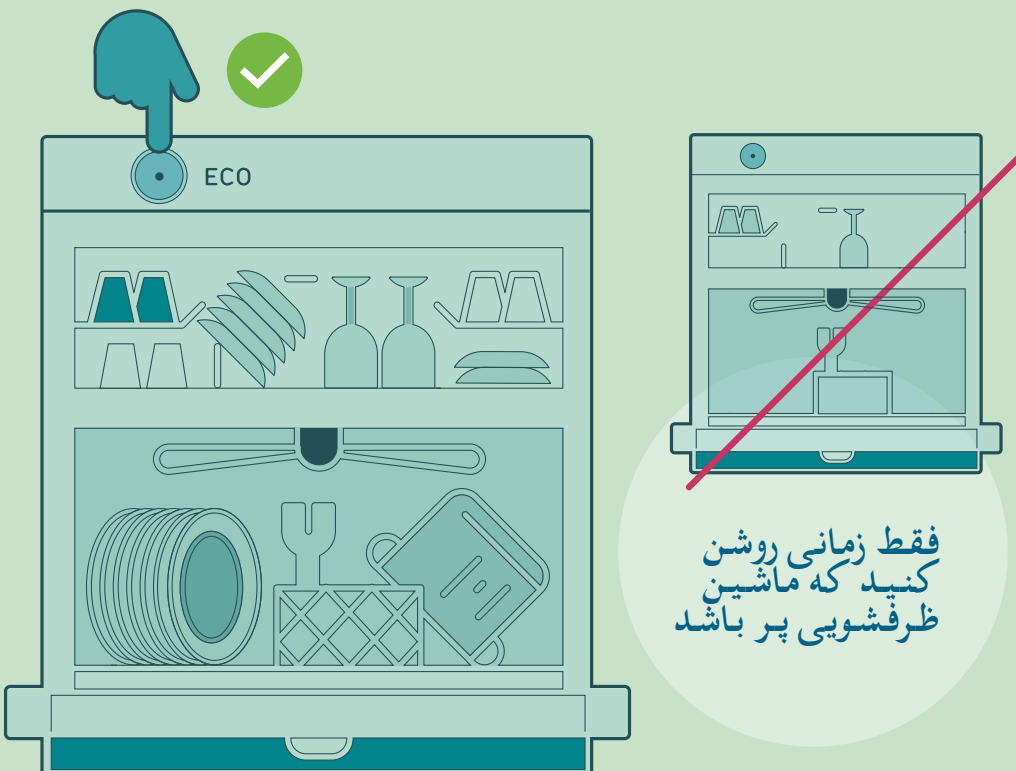
پخت و پز



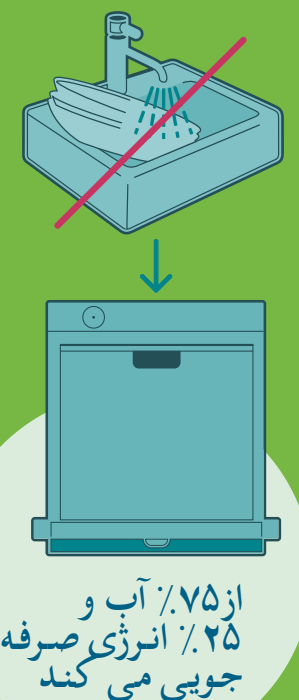
چگونه می توانم آب را بطور اقتصادی بجوشانم؟



ظرفشویی / ماشین ظرفشویی



چرا ماشین ظرفشویی؟



حمام

لباسشویی / ماشین لباسشویی



ماشین را به خوبی
پر کنید

با وسایل مدرن،
۳۰-۴۰ درجه برای
لباسشویی تمیز
کافی است - این
باعث صرفه جویی
در مصرف انرژی
می شود

چرا برنامه صرفه جویی

در انرژی؟

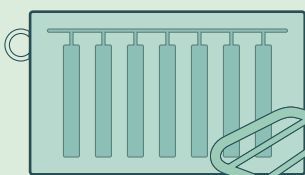


در مصرف انرژی و
آب بسیار صرفه
جویی می شود، حتی
اگر زمان بیشتری
طول بکشد

خشک کردن لباسشویی / تناب



لباس های شسته شده
را در اتاق های گرم
آویزان کنید



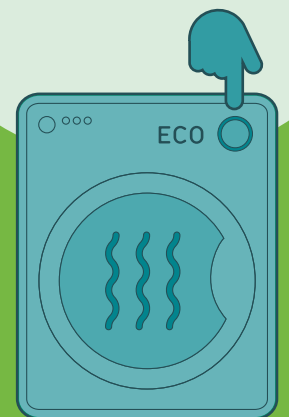
خشک کردن لباس روی شوفاژ یعنی
هزینه بالاتر

چرا باید از استفاده ماشین

خشک کن اجتناب کرد؟

مقدار زیادی برق مصرف
می کند - حدود ۲۰۰
کیلووات در ساعت در
سال برای یک خانواده

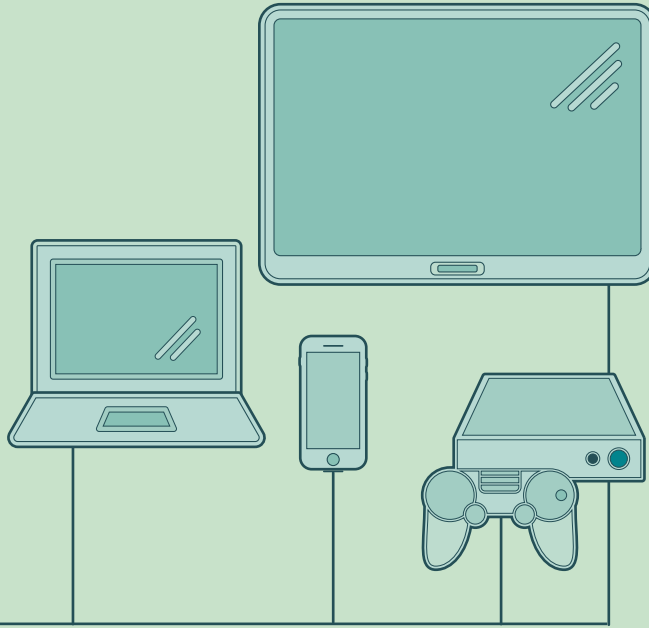
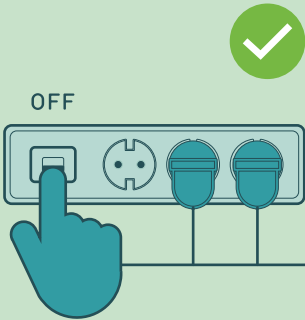
اگر استفاده لازم است،
درجه اکو انتخاب کنید



اتاق نشیمن

لوازم برقی

استفاده از نوار پریز برق:
حتی در حالت آماده به
کار، این دستگاه‌ها انرژی
زیادی مصرف می‌کنند



چرا حالت ذخیره

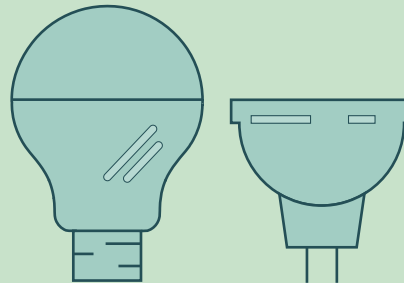
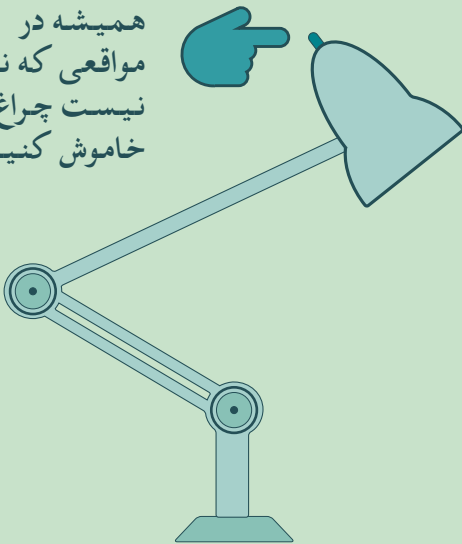
انرژی؟



می‌توانید
حدود ۱۰ درصد
در مصرف برق
صرفه جویی
کنید

روشنایی

همیشه در
مواقعی که نیاز
نیست چراغ را
خاموش کنید



نسبت به لامپ معمولی LED مزایای چیست؟

< ۹۰ درصد مصرف انرژی کمتر
< ۱۰-۲۵ برابر طول عمر بیشتر

بال ای دی های

شکسته چه کنیم؟



در زیاده های
خانگی نریزید

نقطه جمع آوری
فروشگاه لوازم
الکترونیکی

می‌توانید دستگاه‌های صرفه‌جو در مصرف انرژی و نکاتی را برای خرید و استفاده از آنها در این آدرس بیابید:

www.topprodukte.at

مراکز مشاوره انرژی با کمال میل شما را به شما راهنمایی خواهند کرد: www.klimaaktiv.at/energieberatung

معلومات

۲۰۲۰ اتحادیه اروپا تحت موافقتنامه شماره ۸۸۹۳۸۵ بودجه دریافت کرده است. / مسئولیت Horizon حق هرگونه ادعای اعتراض علیه افرادی که این محتوی را درست کرده اند سلب میشود. / این پروژه از برنامه تحقیق و نوآوری و نه کمیسیون اروپا مسئولیتی در قبال استفاده از اطلاعات موجود در اینجا را ندارند. / این کار مرکز (ایجنسی) CINEA محتوی این مطالب تنها بر عهده نویسندگان است. لزوماً منعکس کننده نظر اتحادیه اروپا نیست. / نه مرکز (ایجنسی) انرژی / Altan Sahin, Kerstin Schilcher / است. / متن و ادیت (Attribution/NonCommercial/NoDerivatives) Creative Commons 4.0 International license: انرژی اتریش دارای جواز وین ۲۰۲۲ / Barbara Lewall: مشاوره محیط زیست / تصویر و گرافیک (Eva-Marie Lems, Sabine Vogel) اتریش / و



خنک در طول تابستان

گرما را بیرون نگه دارید - پنجره ها را در روز ببندید و صبح و شب تهویه کنید



محافظت در برابر گرمای تابستان

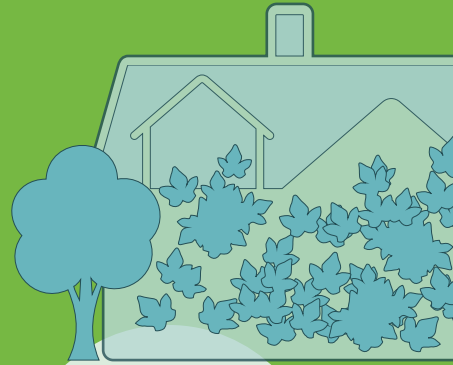
گرما را بیرون نگه دارید



گیاهان داخل اتاق را خنک و هوا را مرطوب می کنند



چرا گیاهان به خنک ماندن فضا کمک می کنند؟



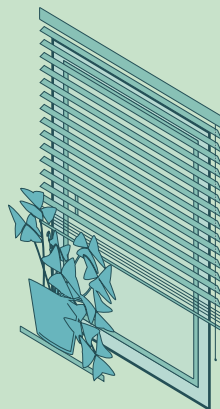
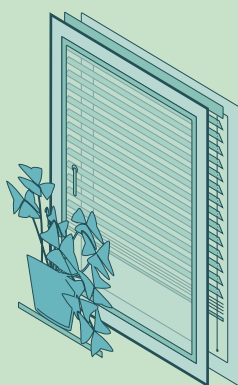
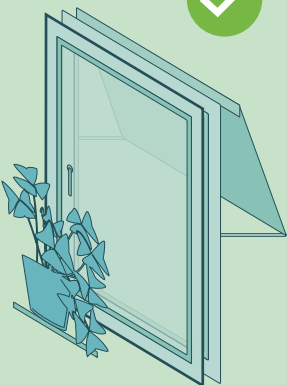
گیاهان باعث کاهش گرمایش ساختمان می شوند ...

سایه زدن

۱. ایدآل: سایه خارجی

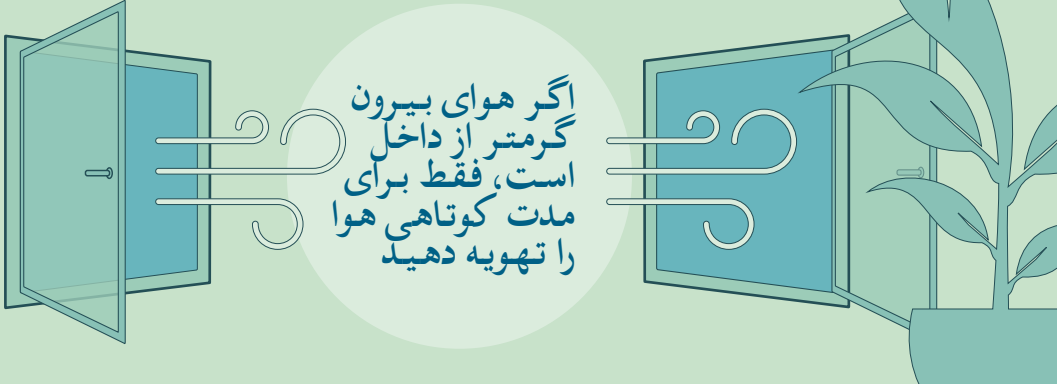
۲. همچنین مناسب: کرکره بین شیشه ها

۳. اثر کمتر در خنک ماندن هوا: کرکره داخلی



و جلوی پنجره سایه می اندازند

تهویه مناسب

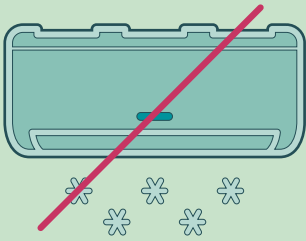


اگر هوای بیرون گرمتر از داخل است، فقط برای مدت کوتاهی هوا را تهویه دهید



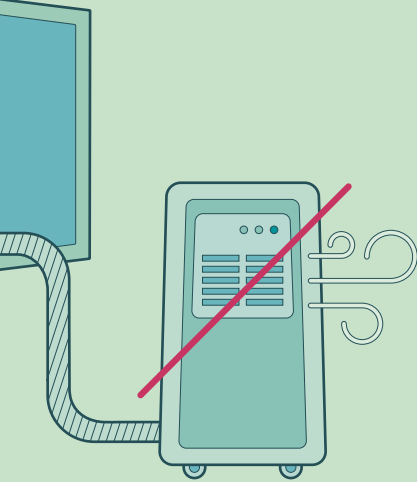
بهترین حالت برای خنک شدن در شب

از ایرکاندیشن خودداری کنید

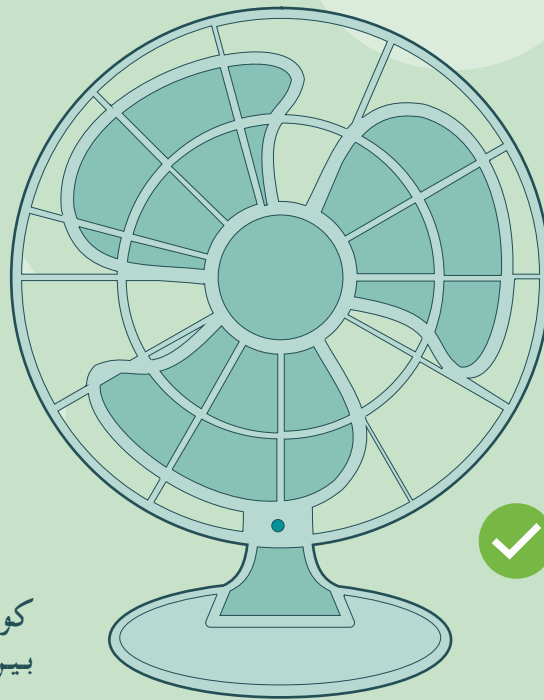


۱ کولر به اندازه ۶۶ پیکه برق مصرف می کند

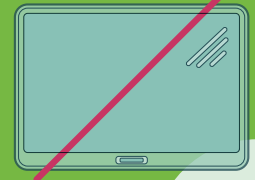
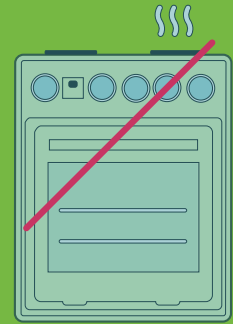
پیکه ها هوا را خنک می کنند و ارزان ترین هستند



کولر سیار مصرف برق خانواده را بین ۱۰ تا ۱۵ درصد افزایش می دهد



چرا وسایل الکتریکی را تا حد امکان کمتر روشن کنیم؟



گرما تولید می کنند



اطلاعات و نکاتی برای زندگی بهتر با آب و هوای راحت را می توانید در : www.topprodukte.at/services
مراکز مشاوره انرژی با کمال میل به شما مشاوره خواهند داد: www.klimaaktiv.at/energieberatung

معلومات

۲۰۲۰ اتحادیه اروپا تحت موافقتنامه شماره ۸۸۹۳۸۵ بودجه دریافت کرده است. / مسئولیت Horizon حق هرگونه ادعا و اعتراض علیه افرادی که این محتوی را درست کرده اند سلب میشود. / این پروژه از برنامه تحقیق و نوآوری و نه کمیسیون اروپا مسئولیتی در قبال استفاده از اطلاعات موجود در اینجا را ندارند. / این کار مرکز (ایجنسی) CINEA محتوی این مطالب تنها بر عهده نویسندگان است. لزوماً منعکس کننده نظر اتحادیه اروپا نیست. / نه مرکز (ایجنسی) انرژی / Altan Sahin, Kerstin Schilcher / است. / متن و ادیت (Attribution/NonCommercial/NoDerivatives) Creative Commons 4.0 International license: انرژی اتریش دارای جواز وین ۲۰۲۲ / Barbara Lewall: مشاوره محیط زیست / تصویر و گرافیک (Eva-Marie Lems, Sabine Vogel) اتریش / و

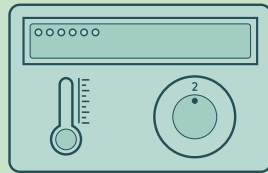
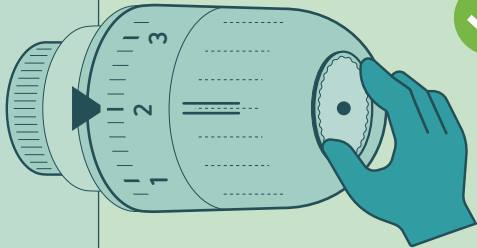


صرفه جویی در هزینه گرمایش در زمستان

یک درجه سانتیگراد
حرارت کمتر اتاق
یعنی ۶٪ هزینه
کمتر گرمایش



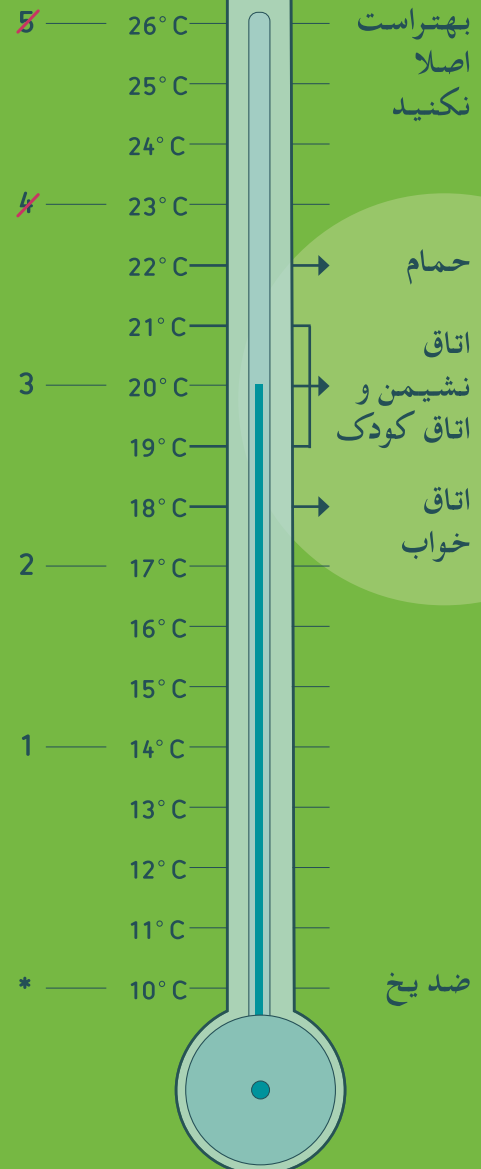
حرارت را کم کنید



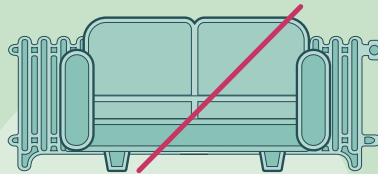
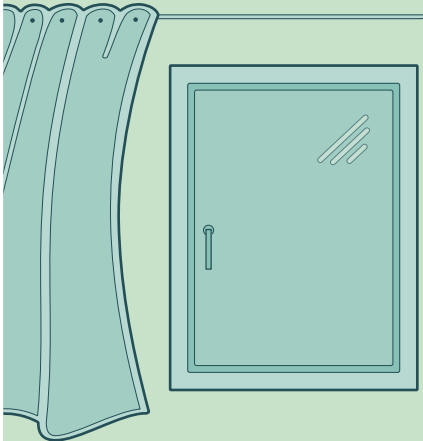
تنظیم ترموستات روی ۱۷ تا ۱۹
درجه سانتیگراد (درجه دو) در شب
تا ۱۰ درصد در هزینه های گرمایش
کم می کند.

چقدر آپارتمان را گرم کنیم؟

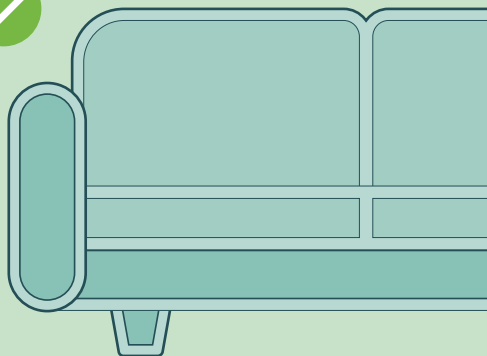
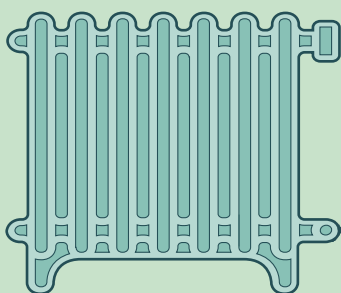
درج ترموستات



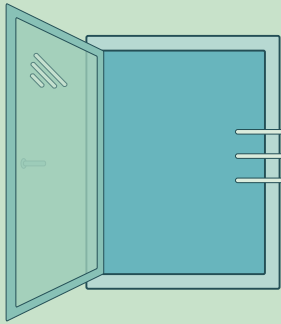
اطراف شوفاها را آزاد نگه دارید



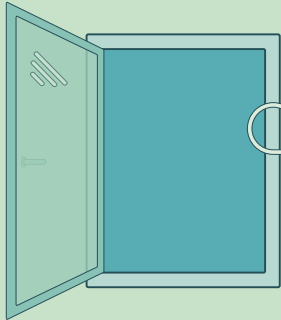
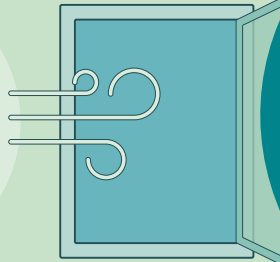
مبلمان و پرده های
جلوی شوفا باعث می
شود تا ۱۲ درصد هزینه
گرمایش بیشتر شود



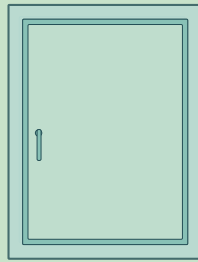
تهویه مناسب هوا



بهتر است تهویه منظم به مدت ۳-۵ دقیقه انجام شود...



یا به طور منظم به مدت ۵-۱۰ دقیقه تهویه کنید



سه دلیل خوب برای تهویه اتاق:

جلوگیری از کپک زدن

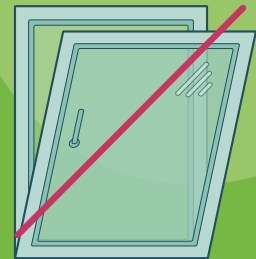
حذف مو آلوده کننده هوا

حفظ سلامتی، تنفس هوای تازه

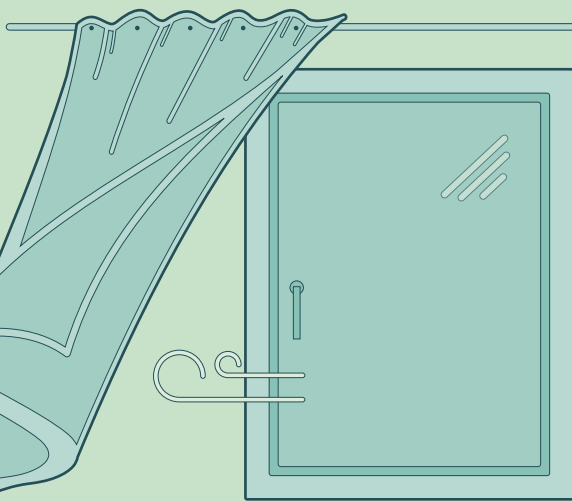
چگونه از رشد کپک

جلوگیری کنیم؟

لای پنجره را باز نگذارید: دیوارها خنک می شوند. هوای تازه کمی می آورد



درزگیری در و پنجره ها



از مواد درزگیری مناسب استفاده کنید



درزگیری در و پنجره ها

- < همیشه بعد از پخت و پز و حمام کردن هوا را تهویه کنید
- < مبلمان را جلوی دیوارهای بیرونی قرار ندهید
- < پنجره ها و در های گیر را درزگیری کنید

اطلاعات و نکات مربوط به گرمایش را می توانید در آدرس زیر بیابید: www.klimaaktiv.at/heizen
مراکز مشاوره انرژی با کمال میل به شما مشاوره خواهند داد: www.klimaaktiv.at/energieberatung

معلومات

۲۰۲۰ اتحادیه اروپا تحت موافقتنامه شماره ۸۸۹۳۸۵ بودجه دریافت کرده است. / مسئولیت Horizon حق هرگونه ادعا و اعتراض علیه افرادی که این محتوی را درست کرده اند سلب میشود. / این پروژه از برنامه تحقیق و نوآوری و نه کمیسیون اروپا مسئولیتی در قبال استفاده از اطلاعات موجود در اینجا را ندارند. / این کار مرکز (ایجنسی) CINEA محتوی این مطالب تنها بر عهده نویسندگان است. لزوماً منعکس کننده نظر اتحادیه اروپا نیست. / نه مرکز (ایجنسی) انرژی / Altan Sahin, Kerstin Schilcher / است. / متن و ادیت (Attribution/NonCommercial/NoDerivatives) Creative Commons 4.0 International license: انرژی اتریش دارای جواز وین ۲۰۲۲ / Barbara Lewall: مشاوره محیط زیست / تصویر و گرافیک (Eva-Marie Lems, Sabine Vogel) اتریش / و



صرفه جویی در مصرف آب – همینقدر ساده است

هر قطره آبی که در خانه استفاده می کنیم - از توالت تا دوش، آب آشامیدنی گرانبهایی است



صبح بخنی!

در حمام

هنگام مسواک زدن و اصلاح، شیر آب را ببندید



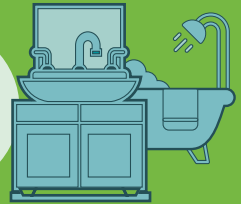
همواره اهرم را روی «سرد» قرار دهید



استفاده روزانه از آب ما

برای هر نفر

44 لیتر



40 لیتر



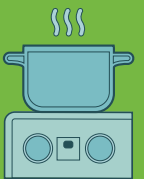
15 لیتر



6 لیتر



2 لیتر



2 لیتر

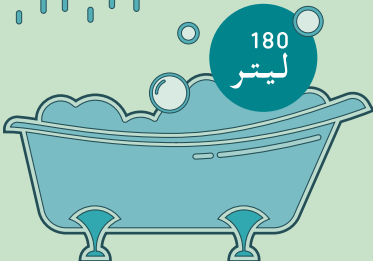


فقط 30 لیتر با سر دوش اقتصادی

60 لیتر



180 لیتر



روزانه 130 لیتر آب آشامیدنی وارد سرویس بهداشتی یک خانواده می شود

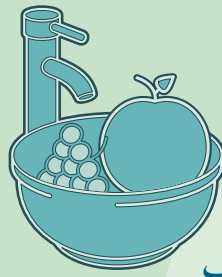
استفاده از دکمه اقتصادی 50 درصد در مصرف آب صرفه جویی می کند



مقرون به صرفه در طول روز

در آشپزخانه و حیاط

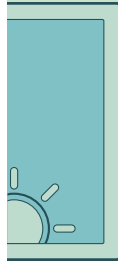
از برنامه Eco استفاده کرده و همیشه به طور کامل بارگیری کنید



مواد غذایی را بشویید و از آب آن برای آبیاری گیاهان مجدد استفاده کنید

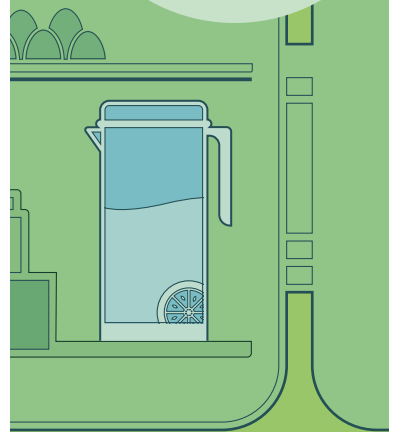


بهتر است صبح زود و عصر آبیاری کرد



آب آشامیدنی

آب لوله کشی اتریش بهتر از هر نوشیدنی تشنگی را برطرف می کند و سالم تر است



همیشه یک ظرف آب آشامیدنی در یخچال بگذارید تا خنک شود

نکات فنی



شیرهایی که چکه می کنند و توالت های دارای نشستی را به سرعت تعمیر کنید



حداکثر 60 درجه



دیگ را روی حداکثر 60 درجه و تنظیم کنید ECO حالت

آب گرم

لباس ها را تنها با بار کامل در لباسشویی بشویید

گرم کردن آب با کتری سریعتر است و در مصرف انرژی صرفه جویی می شود

عایق بندی لوله های آب گرم به صرفه جویی در مصرف انرژی کمک می کند



مشاوره صرفه جویی در مصرف انرژی و لوازم اقتصادی به صرفه جویی در انرژی کمک می کند. در صورت برآورده شدن شرایط، به عنوان بخشی از برنامه تامین بودجه اقلیم و انرژی، مشاوره و وسایل صرفه جویی در انرژی را به صورت رایگان دریافت خواهید کرد

برای مشاوره اولیه اینجا را کلیک کنید: www.caritas.at/hilfe-angebote/nothilfe/energiesparberatung/en

چاپ

هرگونه ادعای مسئولیت قانونی علیه افرادی که این محتوا را ایجاد کرده اند مستثنی است. این پروژه از برنامه تحقیقاتی و نوآوری افق ۲۰۲۰ اتحادیه اروپا تحت موافقتنامه کمک مالی شماره ۸۸۹۳۸۵ کمک مالی دریافت کرده و نه کمیسیون اروپا مسئولیتی در قبال استفاده از اطلاعات موجود در اینجا بر عهده CINEA است. مسئولیت محتوای این مطالب تنها بر عهده نویسندگان است. محتوا لزوماً منعکس کننده نظر اتحادیه اروپا نیست. نه اعتبار/غیر تجاری/بدون ویرایش... متن و ویرایش: آلمان ساهین، کرسستین شیلشر (سازمان انرژی اتریش) Creative Commons 4.0 International Lizenz: ندارند. مجوز این اثر توسط سازمان انرژی اتریش صادر شده است تصویر و گرافیک: باربارا لیوال وین ۲۰۲۳

