



توفير الكهرباء توفير للمال

تبريد وتجميد المواد الغذائية



- درجة الحرارة المثالية في الثلاجات تتراوح بين 4م° و 6م°.
- درجة الحرارة المثالية في أجهزة الفريزر تبلغ -18م°.
- كلما انخفضت درجة الحرارة، ازداد استهلاك الكهرباء.
- احرص على عدم وجود عوائق أمام فتحات التهوية.
- إذابة الثلج بانتظام: تراكم كميات كبيرة من الثلج تدل على أن درجة حرارة التبريد منخفضة بشدة، أو تدل على تلف مطاط إحكام غلق الباب – مما يترتب عليه زيادة كبيرة في استهلاك الكهرباء
- اترك الأطباق الساخنة تبرد أولاً ثم ضعها في الثلاجة أو الفريزر.
- ينبغي ألا توضع الثلاجات بجوار الموقد.
- يمكن لأسرة مكونة من 4 أفراد توفير حوالي 28-70 يورو سنوياً.

استخدام غسالة الأطباق بشكل صحيح



- اختر برنامج التوفير: اغسل الأطباق في درجات حرارة منخفضة. فالتسخين يتطلب الكثير من الطاقة.
- التعبئة الكاملة: لا تقم بتشغيل غسالة الأطباق إلا عندما تصبح ممتلئة.
- الغسل الأولي باليد ليس ضرورياً: كل ما يمكن وضعه في غسالة الأطباق وقابل للغسل فيها، ينبغي غسله في الغسالة.
- فغسل الأطباق في حوض الغسل يحتاج ماء أكثر وبالتالي طاقة أكثر.
- الإيقاف الكامل للتشغيل: الكثير من غسالات الأواني تستهلك الطاقة أثناء وضع الاستعداد للتشغيل.
- عن طريق خفض درجة حرارة الغسيل من 70 الي 50 درجة مئوية يمكنك توفير 30% من الكهرباء.

غسل الغسيل



- خفض درجة حرارة: غسلة واحدة بدرجة حرارة 30 م° باستخدام أحد المنظفات تقضي على 99% من البكتيريا وتوفر ما يصل الي 50% تقريبا من الطاقة، مقارنة بالغسل بدرجات الحرارة الأعلى. كما أن هذه الطريقة تحافظ على الملابس التي يتم غسلها.
- استخدام البرنامج القصير: الغسل الأولي غير ضروري إلا في حالات استثنائية، مثلا في حالة الغسيل شديد الإتساخ.
- التعبئة الكاملة: أملاً حلة الغسالة جيدا وأترك فراغا فوق الغسيل يساوي عرض يدك، وضع قطع الغسيل الواحدة تلو الأخرى. مع الملاحظة أن التعبئة الزائدة أيضا ليست جيدة، لأن هذا يؤثر على فعالية الغسيل.

تدفئة الماء بالكهرباء مكلفة



- تدفئة الماء بالكهرباء سهلة ولكن مكلفة. يمكن أن تصل تكاليف استهلاك أسرة مكونة من 4 أفراد الي 500 يورو أو أكثر في السنة الواحدة.
- تدفئة الماء بالكهرباء تكون فقط مفيدة، عندما نادرا ما يؤخذ الماء، أو حيث يجب أن توضع أنابيب الماء الساخن على مسافات طويلة.

تجفيف الغسيل



- حبال نشر الغسيل بدلا عن مجفف الغسيل: فهي على كل حال أرخص لأنها لا تستهلك أي قدر من الكهرباء.
- إذا كان لديك مجفف غسيل، ثم مضخة حرارية. استخدم مجفف التكييف، لأنه لا يطلق الرطوبة على هواء الغرفة.
- قم بالعصر الأولي للغسيل في الغسالة بأقصى عدد لفات للعصر. كلما قلت الرطوبة المتبقية، كلما كان أكثر توفيراً عند مجفف الغسيل.
- يراعي عند استخدام مجففات الغسيل الالتزام بكمية الماء الموصى بها وتنظيف مصفاة الوبر بعد كل عملية تجفيف.

الطهي



- دائما ضع غطاء على الإناء.
- اختر شعلة موقد تتناسب مع حجم الإناء.
- أطفئ الموقد مبكرا بعض الشيء- استخدم السخونة المتبقية.
- غلاية الماء وغلاية البيض أكثر توفيراً من وضع إناء به ماء على الموقد.
- في عمليات الطهي الطويلة نسبياً ينصح باستخدام وعاء الطهي بالضغط.
- يعد جهاز الميكروويف الأكثر فعالية مع الوجبات قليلة الحجم.

الخبز



- استخدام وظيفة الهواء الساخن: فهذا يحتاج حوالي 20 م° أقل مقارنة مع درجة الحرارة العليا. يمكن وضع العديد من الصواني في نفس الوقت.
- لا تقم بتسخين الفرن إلا عند الضرورة.
- اطفئ الفرن مبكرا بعض الشيء- استخدم السخونة المتبقية.
- استخدم الانحلال الحراري فقط كل بضعة أشهر.
- الطهي والخبز بصورة صحيحة- يمكن لأسرة مكونة من أربعة أفراد توفير ما يقارب 59 يورو سنويا.

الأجهزة الصغيرة: التلفزيون، الكمبيوتر وما شابه ذلك

- الأجهزة الكهربائية الصغيرة أصبحت أكثر تحديدا لاستهلاك الكهرباء: التلفزيون، مشغل DVD، أجهزة ألعاب الفيديو، جهاز الاستريو، والكمبيوتر الشخصي. فهي تمثل حوالي ربع استهلاكنا من الكهرباء بما في ذلك أثناء وجودها في وضع الاستعداد، والمعدل في تزايد.
- إيقاف وضع الاستعداد للتشغيل: أفضل الأجهزة غير المستخدمة عن شبكة الكهرباء تماما، ما لم يتم فقدان البيانات المخزنة.
- المشتركات الكهربائية القابلة للإيقاف، والمفاتيح الخاصة، ومؤقتات الإيقاف وما يشابهها من أجهزة تعد وسائل مساعدة جدا.
- الكمبيوتر يستهلك الطاقة حتى في وضع السكون. من الأفضل إيقاف الكمبيوتر كليا. وهذا ينطبق أيضا على الشاشة. شاشة التوقف غير ضرورية.



تجنب الاستهلاك عن طريق وضع الاستعداد للتشغيل، يمكن لأسرة مكونة من أربعة أفراد توفير ما يقارب 67 يورو سنويا.

الإضاءة

- أغلق المصابيح عندما لا تحتاجها، فهذا يوفر للمال.
- استخدم المصابيح الموفرة للطاقة أو لمبات LED بدلا عن المبات المتوهجة ذات الاستهلاك العالي. استبدل لمبات الهالوجين ذات الجهد المنخفض بدلا عن لمبات الهالوجين مع طلاء الأشعة تحت الحمراء أو عاكسات LED باستخدام لمبات توفير الطاقة أو لمبات LED يمكنك تقليل الكثير من استهلاك الطاقة للإضاءة.



أجهزة تبريد الغرف والمكيفات

- أجهزة تبريد المكان والمكيفات تستهلك قدر كبير من الكهرباء. وهذا يشكل عبئا على البيئة وكذلك ميزانية الأفراد بتسبب جهاز التبريد المتوسط في ارتفاع تكاليف الكهرباء في شهر واحد ما يعادل ثلاجة الفريزر ذات الكفاءة طول العام.
- في الصيف عند ارتفاع درجات الحرارة بالنهار أبق النوافذ مغلقة. لا تقم بتهوية الغرف إلا في ساعات الليل الأكثر برودة.
- حاجب الشمس الخارجي أكثر فعالية من الانظمة الداخلية: الستائر الشرائحية الخارجية تمنع دخول معظم الحرارة تماما.
- المروحة تحتاج الكهرباء أقل بكثير من أجهزة التكييف.



اتصل علينا، يسعدنا ان نقدم لك المشورة



DIE UMWELTBERATUNG (01) 803 32 32
service@umweltberatung.at www.umweltberatung.at

هيئة التحرير: فبراير 2018، الناشر: Die Wiener Volkshochschulen GmbH, Lustkandlgasse 50, 1090 Wien. المسئول عن المحتوى: ماريو ريدير، مدير الإدارة. فريق التحرير: Team BWE, DIE UMWELTBERATUNG. الترجمة: د. مسرة بشير. تصميم: مونیکا كوبا، DIE UMWELTBERATUNG هي مؤسسة من VHS Wien بتمويل من. Wiener Umweltschutzabteilung – MA