

نصائح وإرشادات لتوفير الطاقة (ماء - كهرباء - بترول / غاز)

الماء

- 1-مياه الحنفية في ألمانيا صالحة للشرب! مما يعني تكلفة أقل وتجنب لاستهلاك القوارير البلاستيكية المضرّة للبيئة.
- 2- استخدم الدوش بدل حوض الاستحمام، فالإغتسال بحوض الاستحمام يستهلك كمية مياه أكثر خمسة أضعاف الإغتسال بالدوش-استخدم رأس دوش اقتصادي.
- 3-عدم ترك المياه جارية أثناء فرك الشعر والجسم بالصابون أو الشامبو.
- 4-عدم ترك المياه جارية أثناء تنظيف الاسنان وعند الحلاقة.
- 5-عدم شطف الأواني تحت المياه الجارية.
- 6- استخدم الغسالة الأوتوماتيكية وآلة غسل الصحون فقط عندما تكون ممتلئة-الكمية القليلة تسبب استهلاك المزيد من الماء والكهرباء- اشطف الأطباق خفيفة الاتساخ لفترة قصيرة- استخدم الزر الاقتصادي للشطف بعد كل ثلاث دورات غسيل فقط- درجة الحرارة المنخفضة تؤدي إلى تلوث وانسداد الخرطوم في الغسالة وآلة غسل الصحون.
- 7-لأصحاب الحدائق: استخدم مياه الأمطار للسقاية.

الكهرباء

- 1-عدم ترك أي جهاز في المنزل في وضعية الاستعداد Stand-by! اذ يصل استهلاك الأجهزة للكهرباء وهي في وضعية الاستعداد إلى 40€ لكل جهاز في السنة! خاصة القديمة منها كالتلفزيون، الريسيفير، آلة القهوة، جهاز الراوتر، شبكة الانترنت اللاسلكية والهواتف.
- 2-عدم ترك الاجهزة التي تعمل بالبطارية (الموبايلات) على الشحن لفترة أطول من اللازم! قم بإزالة كابل الشاحن من المقبس بعد الاستخدام.
- 3-استخدم مصابيح توفير الطاقة (LED):
تحتاج المصابيح التقليدية الى طاقة كهربائية حوالي عشرة أضعاف ماتحتاجه مصابيح LED -تبلغ تكلفة شراء مصابيح LED أكثر من المصابيح التقليدية إلا أنها تستمر فترة أطول وبالكاد تستهلك الكهرباء، حيث أن 3 أو 5 واط لمصابيح LED كافية لإضاءة الغرفة. تتواجد مصابيح توفير الطاقة LED في متاجر الأجهزة الكهربائية أو متاجر

السوبرماركت الكبيرة وبعرض خاص!
احرص على إطفاء الإنارة في الغرف الغير مستخدمة خاصة عند مغادرة أي غرفة
(العلية أو السقيفة، المستودع او بيت الدرج).

4-الثلاجة

لا يجب أن تستغرق عملية وضع الأغراض في الثلاجة بعد الانتهاء من التسوق الكثير من الوقت، مع الحرص على فتح باب الثلاجة لفترات قصيرة عند تناول الطعام من الثلاجة. عادة يكفي ضبط درجة حرارة الثلاجة على المستوى 2، أما في فترات الصيف الحار يجب رفع درجة الحرارة الى المستوى 4.

عند التنظيف يجب إيقاف الثلاجة ومن ثم إعادة تشغيلها بعد الانتهاء من التنظيف.

5-المجمدات او الفريزر

تستهلك المجمدات الكثير من الكهرباء، لذلك بكافة الأحوال، يجب ضبط المجمدة على -18 درجة، كما يستهلك تراكم الثلج على الجدران الداخلية للفريزر 4 أضعاف كمية الكهرباء، لذلك يجب تذويب الثلج في المجمدة بشكل منتظم.

6- يجب نزع الكلس بانتظام عن كل من غلاية الماء/ آلات القهوة / آلات غسل الصحون والغسيل. فطبقة الكلس الرقيقة المتركمة من قبل تستهلك 3 اضعاف الطاقة المطلوبة.

7-الموقد الكهربائي/ الغاز -

-أطفئ ألواح التسخين قبل 10 دقائق من انتهاء الطهي، فالحرارة المتبقية فيها كافية لإنهاء عملية طهي الطعام، الأمر ذاته ينطبق أيضاً على الفرن.

-لاستخدم الفرن أبداً لتدفئة المطبخ.

-إبقاء المواقد الكهربائية والأفران نظيفة، فالقشور العالقة على ألواح التسخين تزيد من استهلاك الطاقة الكهربائية.

-لانقم بتشغيل الفرن لتحميص قطعة خبز واحدة.

- احرص دائماً على أن يكون حجم ألواح التسخين مناسب لحجم قدر الطهي، فالألواح التسخين الأكبر أو الأصغر من القدر تستهلك طاقة أكثر من الطاقة المطلوبة.

استخدم أواني الطبخ ذات القعر أو الأرضية الثقيلة قدر الإمكان؛ فالأواني ذات القعر السميك تأخذ الحرارة بشكل أفضل وتعتبر أوفر للطاقة. تأكد دائماً من إطفاء الفرن وجميع ألواح التسخين بعد الإنتهاء من الطهي.

لتجهيز القهوة او الشاي احرص دائماً على غلي الكمية المطلوبة من الماء لا أكثر.

التدفئة (التدفئة بالغاز أو الزيت)

-يُفضّل إذا أمكن عدم إستئجار شقق تعتمد على الكهرباء للتدفئة !

- عدم استعمال السخّان أو المدفئة إذا أمكن، و في حال استخدامه يجب عدم ابقائه موصولاً بالكهرباء لفترات طويلة.

مُراقب الصقيع- يثبّت عادة في مرحاض خارجي، حيث يضبط على درجة منخفضة ويتم تشغيله فقط حين تكون درجات الحرارة فوق درجة التجمّد بقليل. لا تستخدمه للتدفئة!

- حافظ على درجة حرارة المنزل بحدود المستوى 2 أو 3 خلال اليوم حتى وإن كنت خارجه، فالمنزل يبرد كثيراً في فصل الشتاء مما يتطلب الكثير من الطاقة لإعادة تدفئته مجدداً، علاوةً على خطر حدوث التعفن. قم برفع درجة حرارة التدفئة حال تواجدك في المنزل على أن تكون درجة الحرارة القصوى للغرفة 21 درجة مئوية (إذا لزم الأمر إرتدي ملابس أكثر دفئاً) وكل درجة تدفئة إضافية تعني 10 إلى 20 في المئة استهلاك طاقة أكثر! (على حسب نسبة العزل للمبنى)

لا تضع النافذة بالوضع المائل في فصل الشتاء، بل افتح النافذة 3 مرات في اليوم لمدة 5 إلى 10 دقائق تقريباً، مع ضبط مفتاح التكييف أثناء ذلك على درجة الصفر-عدم وضع قطع الأثاث أو تعليق الستائر، الملابس أو المناشف إلى جانب المشعاع أو الراديتور. إبقاء الأبواب الداخلية مغلقة بين الغرف المختلفة درجات حرارتها أثناء النهار والليل، وتثبيت شريط العزل Molto على الأبواب والنوافذ إذا لزم الأمر.

لا يجب تسخين الحمام طوال اليوم، إذ يكفي رفع درجة حرارة التدفئة بدرجة أعلى قبل نصف ساعة من استخدام الحمام مساءً، وبدرجة أو درجتين أعلى أثناء النهار- ضبط التخفيض أثناء الليل في الفترة مابين الساعة 10 إلى الساعة 6 -إسدال الستائر وإغلاق الأباجور ليلاً إن وجد، فذلك يحافظ على الحرارة في المنزل بشكل أفضل -غسل اليدين بالماء البارد.

تجنب العفن

- 1- يجب عدم وضع قطع أثاث كبيرة على الجدران الخارجية بشكل عام .
- 2- ينبغي وضع درجة الحرارة في فصلي الربيع والخريف على النحو التالي:
في كل من المطبخ، غرفة المعيشة وغرفة الأطفال 2 درجة مئوية كحد أقصى، في الحمام 21 درجة مئوية، وليلاً في غرفة النوم 14 درجة مئوية، وكقاعدة عامة كلما انخفضت

- درجة حرارة الغرفة كلما أصبح من الضروري تهويتها.
- 4- عدم إيقاف التدفئة بشكل كامل أثناء اليوم، فالبرودة الدائمة وإعادة التدفئة في المنزل مكلفة أكثر من الحفاظ على درجة حرارة منخفضة.
- 5- عدم تدفئة غرفة النوم من غرفة المعيشة فتسخين غرفة النوم الغير مدفئة، يعطي حرارة فقط؛ هذا يعني أن الهواء الرطب في غرفة النوم يزيد من كثافة الرطوبة مما يتسبب بنمو العفن -يجب تسخين كل غرفة بشكل منفصل.
- 6- تغيير الهواء في الشقة صباحاً بشكل كامل، ولذلك من الأفضل فتح النافذة في كل غرفة بشكل واسع لتميرير الهواء بين 5 و 10 دقائق. التهوية مرة واحدة في اليوم ليست كافية، لهذا يجب التهوية صباحاً وبعد الظهر مرة أخرى في الغرف التي يمكث فيها الأشخاص - إجراء تغيير كامل للهواء مساءً وفي غرفة النوم أيضاً- في حال غيابك عن الشقة لأيام ليس بالإمكان التهوية طبعاً، ولكن ليس من الضروري أيضاً، في هذه الحالة تكفي التهوية صباحاً ومساءً.
- 7- في حال وجود حمام داخلي بدون نوافذ، قم بالتهوية عن طريق أقصر ممر (من خلال غرفة أخرى) مع الإبقاء على أبواب الغرف الأخرى مغلقة، خاصة بعد الاغتسال أو الاستحمام، إذ لا يجب أن ينتشر البخار في باقي أرجاء الشقة على نحوٍ متماثل .
- 8- كميات بخار الماء الكبيرة (مثال: في المطبخ) عند تراكم البخار، يجب طرد الهواء للخارج بأسرع وقت ممكن- في هذه الحالة أيضاً يجب إغلاق الأبواب لمنع انتشار البخار بكامل الشقة.
- 9- إذا كان من الضروري تجفيف الملابس داخل الشقة لعدم امكانية استخدام غرفة التجفيف، يجب تهوية الغرفة التي فيها الغسيل مع الإبقاء على الباب مغلقاً.
- 10- يجب التهوية بعد كي الملابس.
- 11- يجب التهوية أيضاً أثناء الطقس الماطر في حال لم يكن المطر على النافذة مباشرة، فالهواء البارد في الخارج أكثر جفافاً من هواء الغرفة الدافئة.