

تحقق من توفير الطاقة المجاني للمستأجرين في GEWOBA



- / Lasse dich zu Hause beraten
/ احصل على استشارة مجانية في منزلك
- / Erhalte kostenlose Energiesparhilfen im Wert von bis zu 70 Euro
/ احصل على مساعدات لتوفير الطاقة بقيمة تصل إلى 70 يورو
- / Spare Nebenkosten von bis zu 200 Euro pro Jahr ein
/ وفر ما يصل إلى 200 يورو في النفقات الجانبية سنويا

Melde dich an:

سجل الآن

0421 / 69 49 73 22

energiesparcheck@wabeq.de

Ein Projekt von:



GEWOBA

be/s

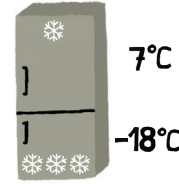
EnergieEffizienz

WaBeQ

Durchgeführt von:

Kühlen & Gefrieren

البراد والثلاجة



1.

Stelle den Kühlschrank auf 7 °C und den Gefrierschrank auf -18 °C ein.

ترك البراد على وضعية درجة حرارة 7 مئوية والثلاجة على درجة حرارة 18 درجة مئوية تحت الصفر

2.

Öffne die Kühlschrank-Tür möglichst selten und kurz.

فتح باب البراد او الثلاجة عند الحاجة فقط ولفترة وجيزة قدر الإمكان.



3.

Zu große Kühlgeräte verbrauchen sehr viel Strom – wähle die passende Größe für dich!

أجهزة التبريد الكبيرة جدا تستهلك الكثير من الطاقة، لذا يجب اختيار الحجم المناسب!



4.

Stelle nur abgekühlte Lebensmittel in den Kühlschrank.

وضع الأغذية الباردة فقط في البراد.



5.

Mache die Eisschicht im Gefrierschrank/Gefrierfach regelmäßig weg.

إذابة وإزالة جليد الثلاجة والمجمد. فتكوّن الجليد بشكل طفيف أمر طبيعي، ولكن تكوّن طبقة من الجليد تزيد من استهلاك الطاقة.



Kochen

الطهي او الطبخ



1.

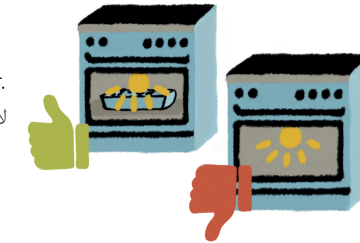
Benutze beim Kochen einen Deckel und achte auf die richtige Topfgröße.

يفضل استخدام غطاء للطنجرة اثناء الطبخ وكذلك الحجم المناسب للطنجرة

2.

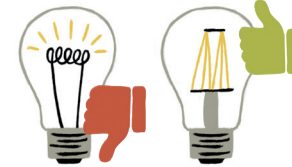
Heize den Backofen nicht vor.

لا تقم بتسخين الفرن مسبقا.



Beleuchtung

الإضاءة



1.

LEDs verbrauchen 80 % weniger Strom als Glühlampen.

مصابيح LED توفر 80 في المائة من الكهرباء مقارنة مع المصابيح العادية.



2.

Wirf Energiesparlampen nicht in den Hausmüll. Gib sie im Fachhandel (z. B. Drogeriemärkte) oder beim Recyclinghof zurück.

المصابيح الموفرة للطاقة تحتوي على كمية صغيرة من الزئبق ولذلك يجب أن تعاد الى مركز إعادة التدوير أو المحلات المتخصصة. وليس رميها في سلة المهملات الزباله

Arabisch

SAVE ENERGY, SAVE MONEY



GEWOBA

energie
konsens
der Klimaschutz

Elektrische Geräte

الاجهزة الكهربائية



1. Ein großer Fernseher verbraucht mehr Strom als ein kleiner.
التلفاز الكبير يستهلك طاقة او كهرباء اكثر من التلفاز الصغير

2. Kein Standby: Schalte Geräte nicht nur mit der Fernbedienung aus. Schalte sie stattdessen direkt am Gerät aus.

لا تطفئ الجهاز بجهاز التحكم عن بعد فقط ولكن مباشرة من الجهاز لتجنب وضع ال Stand-by



3. Standby-Modus? Nutze eine schaltbare Steckdosenleiste. Damit kannst du mehrere Geräte gleichzeitig ausschalten.

لوحات المقابس القابلة للإيقاف تقوم بفصل عدد من الأجهزة عن الشبكة في وقت واحد . او الوصلات الكهربائية

4. Stelle den Energiesparmodus ein: Am Computer, Spielekonsole, Fernseher und Handy.

ترك الاجهزة الكهربائية على وضعية التوفير في الطاقة سواء الكمبيوتر او التلفاز او الالعاب او الموبايل



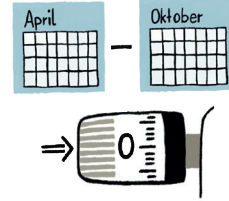
5. Beim Kauf von Geräten hilft das Effizienzlabel. Mit B verbraucht ein Gerät sehr wenig Strom und mit F sehr viel.

B يساعد عند شراء الاجهزة الكهربائية فانه بأن الجهاز موفر للطاقة . اما الرمز F فانه يعني بأن الجهاز يستهلك الكثير من الطاقة



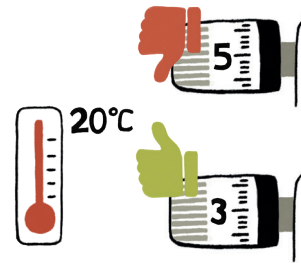
Heizen

التدفئة او السوفاج

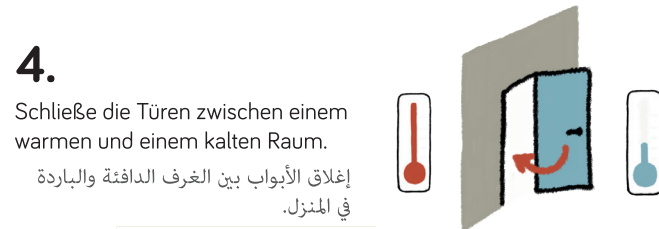


1. Stelle die Heizkörper von ca. April bis Oktober ganz aus.
ترك جهاز التدفئة او السوفاج مطفئ او مغلق في الفترة ما بين شهر 4 وشهر 10 من كل سنة

2. Verdecke die Heizkörper nicht durch Möbel oder Gardinen.
عدم عرقلة جهاز التدفئة بالأثاث أو تغطيته بالستائر.



3. Heize die Wohnräume den ganzen Tag gleichmäßig auf 19 - 21 °C (Stufe 3).
تدفئة غرف الجلوس يوميا بالتساوي من 19 إلى 21 درجة مئوية (وضع الجهاز المنظم للحرارة على المستوى 3 تقريبا)



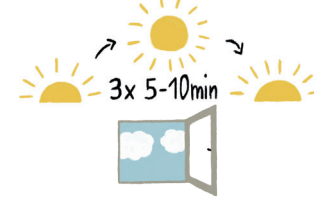
5. Heize auch wenig genutzte Räume und das Schlafzimmer leicht (16 - 17 °C, Stufe 2). Senke die Temperatur nachts und bei Abwesenheit nur um 2 - 3 °C ab (eine Stufe) – schalte die Heizung nicht ganz aus!

تدفئة نسبية حتى للغرف التي لا تُستخدم كثيرا ولغرفة النوم (خلال النهار) (16 إلى 17 درجة مئوية، وضع الجهاز المنظم للحرارة على المستوى 2 تقريبا). تخفيض الحرارة في الليل وأثناء غيابك عن البيت بـ 2 إلى 3 درجات مئوية فقط (مستوى واحد للجهاز المنظم للحرارة) - لا تطفئه تماما!



Lüften

التهوية



1. Lüfte 3 mal am Tag für 5 - 10 Minuten.
تهوية البيت بمعدل 3 مرات يوميا ولمدة 10 دقائق

2. Kleine Wohnungen oder viele Menschen brauchen besonders häufig frische Luft.
الشقق الصغيرة أو العدد الكبير من الناس يحتاجون إلى الهواء النقي مرات عديدة في اليوم.



3. Lüfte direkt nach dem Kochen, Baden oder Duschen.
تهوية البيت مباشرة بعد الطبخ، والاستحمام أو الاغتسال من خلال فتح الشبابيك .

4. Besonders schnell und gründlich: Querlüften („Durchzug“).
الطريقة الأفضل والأسرع لعملية التهوية في البيت تكون من خلال فتح الابواب والشبابيك

5. Mache beim Lüften die Heizung aus!
القيام بإطفاء التدفئة او السوفاج اثناء عملية التهوية وفتح الشبابيك

6. Öffne Fenster und Türen ganz (Kipp reicht nicht!).
افتح النوافذ أو الباب بشكل كامل. (فتحتها من الأعلى فقط لا يكفي!)



Wasser sparen

التوفير من الماء



1. Eine voll beladene Spülmaschine ist sparsamer als von Hand zu spülen.
غسل الأطباق في غسالة الاواني او الجلاية مملوءة أكثر اقتصادا من غسل الأطباق باليد

2. Wasche mit 30 °C. Das spart 3 mal so viel Strom wie mit 60 °C. Sammle deine Wäsche und wasche mit voller Trommel.
الغسيل في القسالة على درجة حرارة 30 مئوية توفر حوالي 3 اضعاف من الغسيل على 60 درجة مئوية

3. Beim Duschen verbraucht man viel weniger Energie und Wasser als beim Baden.
من الأفضل أخذ دش (سريع) بدلا من الاستحمام

4. Nutze die Spartaste an der WC-Spülung.
استخدام زر الاقتصاد في جهاز تنظيف المراحيض

5. Mit einem Spar-Duschkopf und einem Spar-Aufsatz am Wasserhahn kann man viel Wasser sparen.
استخدام رأس دش اقتصادي ووضع جهاز محدد لتدفق الماء في صنوبر حوض الغسيل، يساعدان على الاقتصاد في استعمال الماء

