



لنبدأ من الآن في خفض استهلاكنا

... ونوفر المال!

مزيد من المعلومات لتقليل الاستهلاك وتوفير المال
مما تواجه أزمة الطاقة

niedersachsen.de

لنافة لأصحاب المنازل

klimaschutz-niede



داد الطاقة ونصائح حول توفير الطاقة

، المستهلك المشورة بشأن توفير الطاقة أو (بشأن الرسوم) بشأن عقود إمداد الكهرباء والغاز.

يمكنك حجز موعد عبر الإنترنت أو عبر الهاتف على 0511 911 96-0

« verbraucherzentrale-niedersachsen.de »

نصائح لتوفير الطاقة لذوي الدخل المنخفض

في "فحص توفير الكهرباء"، تتلقى الأسر ذات الدخل المنخفض نصائح مجانية حول كيفية توفير الطاقة في منازلهم، بالإضافة إلى عناصر تساهم في توفير الطاقة والمياه. يمكن أيضًا تلقي المشورة عبر الإنترنت أو عبر الهاتف.

للإطلاع على تفاصيل الاتصال أو الفريق المساعد لتوفير الطاقة في منطقتك:

« stromspar-check.de/standorte »

نصيحة بشأن العبء المالي الزائد

يوصي مركز استشارات المستهلك في ساكسونيا السفلى بأن يقوم جميع المستهلكين المهتمين أو المتأثرين بالديون أو هؤلاء الذين تتراكم عليهم المديونيات الزائدة بالتواصل مع أحد مراكز استشارات المستهلك المعترف بها رسميًا أو التواصل مع أحد مراكز استشارات إعسار المستهلك في أقرب وقت ممكن.

يمكنك العثور على أحد مراكز استشارات الديون الإقليمية هنا:

« meine-schulden.de/beratungsstellen »

ملاحظة: النصائح الجادة بخصوص الديون مجانية.

إجابات على الأسئلة المتداولة حول أزمة الطاقة

« niedersachsen.de/energiekrise/faq »

الناشر:

مكتب الصحافة والإعلام لحكومة ولاية ساكسونيا السفلى

مستشار ولاية ساكسونيا السفلى

2 شارع بلانك | 30169 هانوفر | Pressestelle@stk.niedersachsen.de

أغسطس 2022



أسباب تجعلنا بحاجة ماسة لتوفير الطاقة الآن:

- زيادة الأعباء المالية على كل أسرة ارتفاع أسعار الغاز والكهرباء
 - كلما زاد استخدامنا للغاز الآن، أصبح من الأصعب بكثير علينا توفير احتياجاتنا اللازمة منه في موسم البرد
- كل كيلوواط توفره في الساعة يخفف عنك أعباء مصاريفك ويساعدنا جميعًا خلال فصل الشتاء القادم!

كل مقيم في شقة سكنية يمكنه المساهمة في توفير

على الأقل 300 يورو من تكاليف الكهرباء كل عام. وكل منزل يضم أسرة واحدة يمكنه توفير 400 يورو سنويًا!

أجهزة التلفاز والوسائط - أطفئ تلك الأجهزة تمامًا دون وضعها في وضع الاستعداد لتوفير التكاليف



المصابيح والإضاءة - لا تشغل المصابيح إلا عند الحاجة (لا تشغلها في الغرف غير المستخدمة، ولا تشغل أضواء كثيرة، أو أي أضواء للزينة)



أجهزة الحاسوب المكتبية والشخصية والشاشات والموجه - نشط وضع توفير الطاقة وأغلق الأجهزة تمامًا في الليل باستخدام مقابس يمكن إغلاقها



الفرن - شغل وظيفة تدوير الحرارة في الفرن التي توفر 20% من الاستهلاك مقارنة بالحرارة العلوية/السفلية؛ عادةً ما يكون التسخين المسبق غير ضروري



الموقد - الطهي بوضع غطاء على القدر يوفر نصف الطاقة



الغسالة - استخدام برامج توفير الطاقة، ولا تستخدم برامج الغسيل الساخن (90 درجة مئوية)، واملأ الغسالة بالكامل



غسالة الأطباق - استخدام برامج توفير الطاقة، ولا تشغلها إلا عندما تكون ممتلئة بالكامل



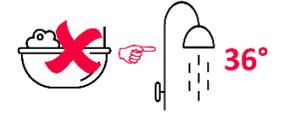
الثلاجة - اضبط درجة حرارة التبريد عند 7 درجات أو ما يقابلها من الإعدادات



ملحوظة: سخانات المروحة الكهربائية ليست بديلاً ملائماً للمدفأة! إنها تستهلك الكثير من الكهرباء.

توفير تكاليف التدفئة والمياه الساخنة

استخدم الدش بدلاً من حوض الاستحمام، مع مياه دافئة بدلاً من ساخنة



اجعل مدة الاستحمام قصيرة قدر الإمكان (5 دقائق) وأوقف الماء عند استخدام سائل الاستحمام



امسح شبكة أنابيب التدفئة

يجب أن يكون الأثاث والستائر والأغطية الأخرى على مسافة كافية (20 إلى 30 سم) من شبكة أنابيب التدفئة.



اضبط درجة حرارة التدفئة بشكل صحيح يساهم خفض درجة حرارة التدفئة بمقدار درجة واحدة في توفير 6% من الطاقة. القيم الإرشادية لدرجات حرارة الغرفة:

20 درجة إلى 22 درجة مئوية في غرفة المعيشة (المستوى 3)
17 درجة إلى 18 درجة مئوية في المطبخ وغرفة النوم (المستوى 2.5)

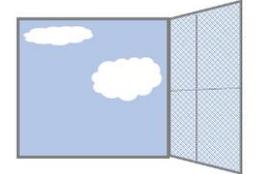


نصيحة: تستهلك التدفئة عند المستوى 5 الكثير من الطاقة. ومع ذلك، فإنه لا يؤدي إلى التدفئة بشكل أسرع من المستويات من 3 إلى 4.

التهوية بشكل صحيح

اعتمد على الهواء النقي للتخلص من الرطوبة! افتح نافذة واحدة

أو أكثر على مصراعها لمدة 5-10 دقائق تقريبًا عدة مرات في اليوم (3 مرات).



مهم: قفل فتح النوافذ، أغلق ترموستات التدفئة تمامًا ولا تفتحه مرة أخرى إلا بعد الإغلاق. تجنب إمالة النوافذ أثناء فترة التدفئة والأيام الباردة!

البيانات:

الرموز: lemborgvector/stock.adobe.com

رموز "توفير تكاليف التدفئة والمياه الساخنة": Irene/stock.adobe.com