



## نصائح لتوفير الطاقة

.نريد مساعدتك في توفير الطاقة .ارتفعت أسعار التدفئة والكهرباء بشكل حاد .لم تكلف الطاقة الكثير من قبل

### توفير الطاقة في المطبخ

- فقط افتح باب الثلاجة
- لا تضع الطعام الساخن في الثلاجة أو الفريزر
- قم بغلي كمية الماء التي تحتاجها فقط
- هذا أيضاً يحمي الفيتامينات .اغسل الفواكه والخضروات بالماء البارد
- .يستغرق وقتاً أطول ولكنه يوفر الكهرباء .ECOقم دائماً بماء غسالة الأطباق وتشغيل برنامج
- .استخدم الغطاء المناسب عند الطهي

### توفير الطاقة في غرفة المعيشة والمذاكرة

- لا تكتفِ بإغلاق التلفزيون بجهاز التحكم عن بعد ، ولكن بشكل كامل :لذلك .الاستعداد يكلف الكهرباء
- استخدم شريط طاقة به مفتاح لفصل العديد من الأجهزة مرة واحدة

### توفير الطاقة في الحمام

- اغسل يديك بالماء البارد
- خذ حماماً بدلاً من الاستحمام في حوض الاستحمام
- ليس دشاً ساخناً ، ولكنه دافئ .لا تستحم لفترة طويلة
- أغلق الدش أثناء وضع الصابون
- لا تدع الماء يتدفق عند الحلاقة أو تنظيف أسنانك
- وخاصة -هذا ينطبق على الحمامات والمطابخ .اضبط ذراع الخلط على البرودة عند إيقاف تشغيل الماء سخانات المياه الفورية
- درجة غالباً ما تكون كافية وتحمي 30 .استخدم فقط الغسالة مع حمولة كاملة ولا تغسلها ساخنة جداً الملابس.
- يستغرق وقتاً أطول ولكنه يوفر الكهرباء .ECOقم بتشغيل برنامج
- ويفضل أن يكون بالخارج على الشرفة أو النافذة مفتوحة -جفف الغسيل على الخط :حتى لو كان لديك مجفف ، إذا سمح الطقس بذلك

### توفير الطاقة في الشقة بأكملها

- أطفئ الأنوار عندما لا يكون هناك أحد في الغرفة
- قم بإطفاء التدفئة
- أغلق الأبواب
- لا تضع الملابس على المدفأة
- لا تضع الأثاث أمام المشعات
- هذا يكلف الكثير من الطاقة .وإلا ستبرد الغرفة .لا تقم بإمالة النافذة ، فقط افتحها بالكامل
- لا تسخن الشقة بالفرن