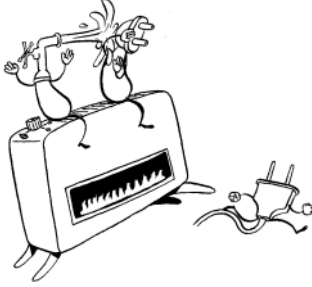
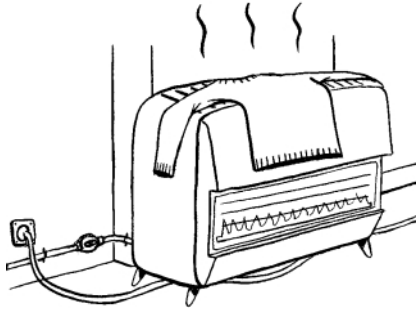


للعيش بشكل أفضل
القسيمة رقم 11 : توفير استهلاك الماء والطاقة
العربية - Arabe



التدفئة

- قوموا بالتدفئة بشكل كافي ، لا أكثر من اللزوم .
- لا تدفئوا إلا الغرف التي تعيشون فيها.
- عند تهوية المسكن، إقطعوا التدفئة.
- إذا شعرتكم بالبرد، من الأفضل أن ترتدوا سترة بدل أن تشغلو التدفئة.
- احذروا أجهزة التدفئة الصغيرة المتحركة. إستعملوا أجهزة التدفئة المساعدة ، أقلّ ما يمكن ، واحترسوا من أجهزة التدفئة الخطرة (التي تعمل على النفط أو البوتان).
- إذا استطعتم، إعزلوا المسكن.
- عندما تخرجون من المسكن، خفضوا التدفئة.
- نظفوا أجهزة التسخين بشكل دوري ، إذ إنها تعمل بشكل أفضل عندم تنزعون الغبار عنها.
- أحرصوا على أن لا تغطي الستائر جهاز التدفئة (ضياح في الحرارة وأخطار حريق).
- خلال الليل، لا تخفضوا التدفئة لأقل من 16-17 درجة مئوية ، و إلا سيلزمكم الكثير من الطاقة صباحاً لإعادة التدفئة.
- تجنبوا تجفيف الغسيل الرطب على أنابيب جهاز التدفئة (خطر حريق على جهاز تسخين أو على جهاز تدفئة كهربائي).



القوائم المتوفرة

الإجراءات	7- تنظيف المداخن
1- البحث عن مسكن	8- الرطوبة
2- زيارة المسكن والإقامة فيه	9- الصيانة والتصليلات
3- عقد الإيجار والاستئجار	10- مخاطر أكسيد الكربون (أو أكسيد الفحم)
4- التأمين ضد الحريق	للعيش بشكل أفضل
5- نظام السكن	11- التوفير في استهلاك الماء والطاقة
الأخطار	
6- السكن والصحة	

هذه القسيمة متوفرة باللغات التالية :

الألمانية	الفارسية
الإنكليزية	الفرنسية
العربية	الروسية
الإسبانية	التركية

Adaptation sur base des brochures réalisées par le CIRÉ et Convivence/Samenleven
Traduction : Bruxelles-Accueil
Mise à jour : Octobre 2006
Mise en page et adaptation : Alix Francart
Dessins : Thomas Decoster
Éditrice responsable : Frédérique Mawet

Coordination et Initiatives pour et avec les Réfugiés et les Étrangers

Rue du Vivier, 80-82 B-1050 Bruxelles
+322/629.77.10

<http://www.cire.be/> cire@cire.irisnet.be

Avec l'appui de la Région de Bruxelles-Capitale



تعليمية !

خذ القسيمة ذاتها باللغة الفرنسية ، لتتعلم المفردات .

الغاز والكهرباء

- أطفئوا الأضواء عندما تغادرون أية غرفة أو المسكن.
- إستعملوا مصابيح اقتصادية، أو مصابيح النيون ، إذا أمكنكم ذلك.
- عندما تطبخون ، ضعوا غطاء على الطنجرة ، فهكذا تستهلكون طاقة أقل من الطبخ في الفرن.
- إذا كنتم تطبخون على الكهرباء ، استخدموا أوعية على قياس صفيحة الطبخ (لتجنب ضياع الطاقة)، واقطعوا الكهرباء عن صفيحة الطبخ قبل نهاية الطبخ .
- أطبخوا بكمية قليلة من الماء، بهذا تستهلكون أقل قدر من الطاقة، ويكون الطعام صحياً أكثر.
- إن **الطبخ على الغاز** يستهلك طاقة أقل بمرتين من الطبخ على الكهرباء.
- يجب التخلص من الجليد المتراكم في **الثلاجة والبراد** بانتظام، لأن استهلاك الكهرباء يتضاعف بعد وصول الجليد إلى سماكة أربعة سنتيم .

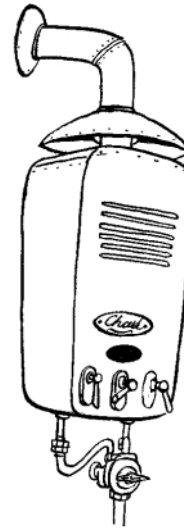


لتفادي تراكم الجليد :

1. لا تتركوا باب الثلاجة مفتوحاً بدون سبب
2. اتركوا الأطعمة تبرد قبل وضعها في الثلاجة

- نظفوا القضبان المتشابكة الخلفية للثلاجة حتى لا تسخن أكثر من اللزوم مما يزيد استهلاك الطاقة.
- أطفئوا نواصت الأجهزة الكهربائية (التلفزيون والفيديو) وافصلوا أجهزة الشحن عن المآخذ الكهربائية (الهواتف المحمولة والبطاريات).
- لا يجب ترك نواصة سخانة الماء مضاءة بدون سبب .
- اضبطوا حرارة سخانة الماء على 45 درجة مئوية (المطبخ والحمام).

نظفوا سخانة الماء من الرواسب الكلسية على الأقل كل سنتين . فهذه الرواسب تتسبب بزيادة الوقت اللازم لتسخين الماء مما يؤدي إلى استهلاك المزيد من الكهرباء.



التعرفة الاجتماعية

هناك تعرفة مخفضة للكهرباء والغاز للأشخاص الذين يستفيدون من **مدخول الإدماج الاجتماعي** أو الذين يحصلون على **المساعدة الاجتماعية المالية** من قبل ال CPAS (طالبي اللجوء لا يستفيدون من هذه المساعدة). إن طلب الاستفادة من التعرفة الاجتماعية يجب أن يرفق بشهادة من مركز المساعدات الاجتماعية (CPAS).

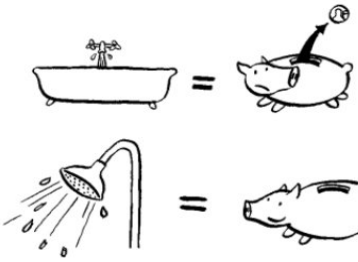
SIBELGA

Chaussée d'Ixelles, 133 – 1050 Bruxelles
Rue des poissonniers, 3 – 1000 Bruxelles
Square E. Machtens, 17 – 1080 Bruxelles

02/549.41.00

الماء

- من الأفضل أن تأخذوا **دوشاً** بدل الحمام، إذ إن الماء المستهلكة خلال الحمام تعادل 3 مرات الماء المستهلكة خلال الدوش.
- أغلقوا **الحنفيات جيّداً** وغيّروا الوصلات إذا لزم الأمر. إذ إن الحنفية التي تقطر ماء بعد إغلاقها ، أو طرّادة الماء التي تتسرب منها الماء ، من الممكن أن تصرفا 3 إلى 4 لترات ماء في ساعة.



- شغّلوا آلة غسل الملابس عندما تمتلئ فقط ، وإستعملوا **البرامج القصيرة ذات الحرارة المنخفضة**. (30 درجة مئوية للثياب الملونة و 60 درجة مئوية للثياب البيضاء)
- ضعوا **قنينة ملآنة ماء في خزان المراوض** ، وذلك لتخفيض كمية الماء المستهلكة كل مرة تستعملون طرّادة الماء .

التعرفة التضامنية

تطبق هذه التعرفة على كل الأشخاص المسجلين في سجلات المواطنين . وإذا لم تكن هذه وضعيتكم، بإمكانكم طلب **شهادة إقامة من البلدية** (أحياناً يكون الإلحاح ضرورياً).

Intercommunale Bruxelloise de Distribution d'Eau

Rue aux laines, 70 - 1000 Bruxelles

Tél. : 02/518.81.11