

نصائح هامة في توفير الطاقة

التوفير دليل على الفكر المستنير
إن مصابيح الإضاءة الموفرة للطاقة أكثر كفاءة في استهلاك الكهرباء من المصابيح التقليدية وتدوم لفترة أطول بعشر مرات. قم عندما تغير مصابيح الإضاءة في المرة القادمة قم ...

عند خروجك من المنزل أطفئ الأنوار
لكن عادت أن تطفئ النور في كل مرة تخرج فيها من الغرفة. وتذكر أن تفعل ذلك في مكان عمك أيضاً.

لست بحاجة إلى برودة الجليد لتتعم بالراحة والتبريد
عندما تضبط درجة حرارة المكيف، ارفع الحرارة بدرجة واحدة أو درجتين، فلن تشعر بفرق كبير، ولكنك ستحدث فرقاً في استهلاكك للكهرباء. تذكر أيضاً إغلاق المكيف عندما خروجك من ...

اغلق سخان المياه
تستغرق معظم سخانات المياه ٢٠ دقيقة فقط لتسخن كمية كافية من الماء للاستحمام، قم بتعويده نفسك على إغلاق سخان المياه عند عدم استخدامه.

لوقت الاستحمام، استخدم الدوش بدلاً من ملي حوض الاستحمام
يتطلب تسخين الماء الكثير من الطاقة، ويمكنك أن تأخذ دوشاً سريعاً لأن ذلك يوفر الماء أكثر بثلاث مرات من استخدام حوض الاستحمام عند ملئه بالماء الساخن. بالإضافة إلى توفير ...

الشمس أفضل بديل لنشافة الغسيل
لدينا الكثير من أشعة الشمس في الإمارات، لذلك يمكنك استخدام هذه الطاقة الطبيعية بدلاً من النشافة الكهربائية لتجفيف الغسيل، لن يكلفك إطار كبير لنشافة الغسيل إلا دراهم ...

حافظ على اعتدال معدلات الطاقة
معظم الأجهزة الكهربائية الحديثة تأتي مع تقييم لكفاءتها في توفير الطاقة. إذا كنت تنوي شراء جهاز جديد، أحرص على اختيار الجهاز الأكثر كفاءة لتوفير الطاقة وأسأل البائع ...

لا داعي لرفع حرارة الغسالة للحصول على أفضل غسيل
كلما أمكن اضبط درجة حرارة الغسالة على ٣٠ درجة مئوية. ستوفر بذلك الطاقة وتحصل على نفس النتيجة الممتازة.

لا تضغط زر التشغيل إذا كان الغسيل قليل
لا تستخدم الغسالة حتى يكون لديك كمية كافية من الغسيل لملئها بالكامل.

لا تترك الأجهزة في وضع الاستعداد - أوقفها وافصلها عن الكهرباء
إذا تركت جهاز التلفزيون أو الكمبيوتر في وضع الاستعداد طوال الليل، ستجد أنه يستهلك تقريباً نفس كمية الكهرباء كما لو كان في وضع التشغيل. تذكر أن تغلقه وتفصل الكهرباء ...

املا الفجان ولا تملأ الغلاية
إذا أردت تحضير فجان واحد أو فجانين من المشروبات الساخنة، لا تغلي إلا تلك الكمية من الماء في غلاية الشاي.

قل وداعاً للتوصيلات الكهربائية المخلقة
إذا كانت لديك توصيلة كهربائية غير مستخدمة مشبوبة في مصدر الكهرباء، فأنت تهدر بذلك الكثير من الكهرباء. ضعها في وضع الإيقاف والأفضل من ذلك هو أن تفصلها عن الكهرباء نهائياً ...

ازل الجليد من الفريزر: لتوفير المزيد من توكودا
تحتاج ثلاجات الفريزر، وخصوصاً الكبيرة منها إلى إزالة الجليد بشكل دوري لكي تعمل بكفاءة أكبر. متى كانت آخر مرة أزلت فيها الجليد من جهاز الفريزر؟

نصائح مفيدة لتوفير المياه

يهدر كل فرد في دولة الإمارات حوالي ٢٥٢ لتر من الماء في اليوم!
استخدم الدش للاستحمام!
في كل مرة تستخدم فيها الدش للاستحمام بدلاً من الحوض، يصل مقدار ما توفره إلى ٢٨ لتر من الماء في اليوم، أي أنك تحصل على نفس النظافة بماء أقل. وفي وقت أسرع

فكر قبل غسل سيارتك!
لا داعي لغسيل سيارتك كل يوم، وإن قررت غسل سيارتك، استخدم الدلو بدلاً من خرطوم المياه. ستوفر عندها ما يقدر بـ ١٨٠ لتراً في كل مرة تغسل فيها السيارة.

لا تنس أن تفلق صنوبر المياه
عند تنظيف أسنانتك أو الحلاقة أو غسل الخضروات والفاكهة، تذكر بأن تغلق صنوبر المياه عندما لا تحتاجه، وستوفر حوالي ٣٤ لتراً في اليوم.

اختر رأس الصنوبر الصحيح!
يمكنك الآن شراء رأس موثر للمياه وتركيبه على صنابير المياه ورؤوس الدش. هذه الأدوات قادرة على توفير ١.٧ لتراً في اليوم.

لا تهدر القطرات، وستوفر الجالونات
الجالونات مهيأة لإفطار متراكم، لذا أحكم إغلاق الصنابير، ولا تؤجل إصلاح ما يحتاج إلى إصلاح.

لا تعد التسريب يؤدي إلى التخريب!
اصح أو تسرب للمياه حال اكتشافه بداخل أو خارج المنزل، وإن اكتشفت أي تسريب في الشارع، قم بالتبليغ عنه إلى الجهات المختصة.

إعادة الاستحمام توفر لك الماء والمال
تعي الحكمة والتدبير في استهلاكك للماء، مثلاً، قم بغسل الخضروات في وعاء، ثم استعمل الماء المتبقي لري الحديقة.

عند شطف المراحيض يمكنك توفير الكثير!
حاول أن تقلل من كمية الماء المستخدم لكل عملية شطف، ولتحقيق ذلك هناك عدة طرق، أبسطها هو وضع خنثى حجرية أو فنية في خزان المراحيض. أما إن رغبت بشراء مراحيض جديدة، فاحرص على أن يكون له ضغط مزدوج لتوفير المياه.

تخلص من مناديك وضعها في سلة المهملات!
يمكنك توفير الكثير من الماء برمي المناديل الورقية المستعملة في سلة المهملات بدلاً من شطفها في المراحيض.

تمهل قبل أن تغسل!
لا تستخدم غسالة الملابس أو غسالة الصحون إلا عند توفر كمية كافية لملاء الغسالة بالكامل.

لا تملأ الغلاية من أجل كوب واحد!
إن رغبت بكوب من القهوة، قم بغلي ما نحتاجه فقط.

اختر النباتات المحلية!
عند تصميم حديقة، اختر النباتات المحلية التي تحتاج إلى مقدار أقل من المياه وتتلاءم مع المناخ هنا.

عند ري الحديقة استخدم الماء بشكل اقتصادي!
قم بتعديل رشاشات المياه المستخدمة لري حرك العشب وبنائتك، لتعمل عند الحاجة فقط، والتزم بريها في الصباح الباكر أو في المساء فقط.

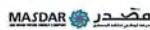
كن نزيلاً مقتصدًا!
تستهلك الفنادق كميات هائلة من الطاقة، لذلك نرجو أن تفكر بحكمة أثناء إقامتك في أحد أبسط هذه الطرق هي إعادة استهلاكك للمناشف بقدر الإمكان، واستمر باتباع نصائحنا أثناء إقامتك في الفندق.

ولا تنسى أن تتصغ الصغار باستمرار!
إن حث الأطفال على المشاركة أمر في غاية الأهمية، نرجو أن تشجع الأطفال على التحدث بشأن ترشيد المياه - تحدث مع مدرستهم واقترح عليهم أن يشاركوا في المسابقات التي تدعم ترشيد المياه. ستجد الكثير من الأفكار المفيدة الأخرى على موقع برنامج أبطال المدارس.

* تم التوصل إلى هذه الأرقام بناء على عدد من الافتراضات، يمكن الاطلاع على التفاصيل في قسم التجميل على موقع أبطال الإمارات.



انضموا إلى heroesoftheuae.ae لتوفير المياه والمال وحماية الإمارات.



مطبوع على أوراق معاد تصنعها 100%



انضموا إلى heroesoftheuae.ae لتوفير طاقتكم ونقودكم وحماية الإمارات.



TOP TIPS FOR SAVING ENERGY

BE BRIGHT! SAVE MONEY!

Energy saving lightbulbs are much more efficient than the traditional version and last up to 10 times longer. Next time you need to replace a bulb, take the energy saving option. You can save a very worthwhile AED 806* by making this switch.

GOING OUT? TURN IT OFF!

Get into the simple habit of switching lights off whenever you leave a room. And remember to do it at work too!

IT'S COOL TO BE A LITTLE WARMER!

Once you've adjusted your AC to the temperature you want, turn it back up just 2-3 degrees. You'll hardly know the difference, but it will make a difference to your consumption. Also remember to turn it off when you leave your home. That 2 degree difference can save you around AED 245* a year!

TURN OFF YOUR WATER HEATER!

Most heaters only take 20 minutes to heat enough water for a shower, so get into the simple habit of switching it off when you do not need it.

FEEL THE POWER OF THE SHOWER!

Heating water takes energy so take a quick shower as it uses around three times less water than a hot bath. And as well as saving energy, showering also saves you time. This could save you a massive AED 570* a year!

HANG IT ALL!

We have plenty of sun and warmth here, so use it to dry your clothes instead of the tumble dryer. A large laundry frame only costs a few dirhams.

GET YOUR RATINGS RIGHT!

Most kitchen appliances these days have an energy-efficiency rating. If you're buying one, choose the one that's the most energy efficient and ask the supplier if they have this information.

DON'T MAKE THAT HOT WASH SO HOT!

Where possible, run your machine at 30° C cycle. It will save energy and the results will be just as good.

WAIT BEFORE YOU WASH!

Don't use the washing machine until you have enough laundry to fill it to its capacity.

DON'T STAND BY, SWITCH OFF AND UNPLUG!

If you leave your TV or computer on standby overnight, it uses almost as much electricity as it does when it's switched on. Remember to turn it off and unplug!

FILL THE CUP, NOT THE KETTLE!

If you're only making one or two hot drinks, only boil that amount of water in the kettle.

SAY NO TO EXPENSIVE EXTENSIONS!

If you have an extension lead connected to a wall point and it's switched on, you're needless wasting power. Switch off and - better still - unplug it!

NEED A REGULAR DEFROST

Freezers - especially large chest freezers - need a regular defrost to work efficiently. When was the last time you defrosted yours?

* These potential savings are calculated using a tariff rate of 24 fils per Kilowatt Hour for a 200m² property. This is the average tariff for a Dubai expatriate resident. The tariff rate can be considerably higher for managed properties, similarly if you live in a larger property, or have high energy consumption habits you could save considerably more than we suggest in our energy saving tips. We have assumed that the average household will take two showers per day instead of baths.

We have calculated the savings that will be achieved by changing only 30 light bulbs from every day light bulbs to energy efficient bulbs

Join heroesoftheuae.ae to save energy, money and the UAE



TOP TIPS FOR SAVING WATER

The average UAE resident can waste up to 252 litres of water per day!

FEEL THE POWER OF THE SHOWER!

Each time you take a 5-minute shower instead of a bath, you will save 38* litres of water per day. It saves time too and gets you just as clean.

BE CONSCIOUS ABOUT CAR CARE!

Please don't wash your car every day; it really isn't necessary. If you wash it at home use a bucket, not a hose and save up to 180 litres of water per wash!!

SWITCH IT OFF!

When you're brushing your teeth, shaving, or washing vegetables or dishes, remember to switch the tap off when you're not actually using the water. You can save up to 34* litres per day!

TARGET A BETTER TAP!

Install water saving devices for your taps and shower heads. This can save up to 107* litres per day!

TAKE A TIP ABOUT DRIPS!

Dripping taps waste hundreds of litres of water, so please turn yours off tightly. If the drip persists, get it fixed.

DON'T LEAVE LEAKS FOR WEEKS!

Fix any leaking pipes and taps promptly, inside and outside the home. And if you ever spot a leak in the street, be a good citizen and report it to your local utility company.

USE IT, DON'T LOSE IT!

Think about how you could use water more consciously. For instance, you could wash your vegetables in a bowl, then use that water for the garden.

FLUSH WITH SUCCESS!

Pop a water-saver in your toilet tank to reduce the amount of water used per flush by up to 11%. A simple brick or 1.5 litre bottle will do. And if you're buying a new system, choose a water-saving dual-flush system.

PUT THAT TISSUE IN THE TRASH!

You can save lots of water by putting tissues in a trash can instead of flushing them away.

WAIT BEFORE YOU WASH!

Don't use the washing machine or dishwasher until you have enough to load it to its capacity.

FILL THE CUP, NOT THE KETTLE!

If you're only making one or two hot drinks, only boil that amount of water in the kettle.

GO NATIVE!

It's best to choose native plants as they need less water and do better in this climate.

GO EASY ON THE GREENS!

Adjust your sprinklers so you only water the lawn, only water your plants when you need to and only water them in the early morning or the evening.

BE A GOOD GUEST!

Hotels use huge amounts of energy and water. So please stay water-conscious when you're staying in one. For instance, make sure to re-use the towels and sheets, as much as you can and continue to follow all our other tips.

AND DON'T FORGET THE CHILDREN!

Getting children involved is absolutely vital. Please help to promote water conservation among the young ones - talk to their school and suggest they participate in water conservation competitions. You'll find lots more ideas on the Heroes schools programme website.

*numbers are calculated using a series of assumptions, full details available in the Heroes of the UAE fact sheet in the downloads section of the website.



Join heroesoftheuae.ae to save water, money and the UAE.



Printed on 100% recycled paper