



# إرشادات عامة

قُم بترشيد استهلاك الكهرباء والمياه لغدٍ أفضل

# المحتويات

01	.....مقدمة
03	.....نصائح هامة
04	.....الحمامات
05	.....المطبخ
07	.....الغسيل
08	.....ري الحدائق
10	.....الأماكن الخارجية
11	.....ترشيد الاستهلاك خلال الغسيل
12	.....أجهزة توفير المياه والطاقة
13	.....ترشيد الاستهلاك في الأماكن الخارجية
14	.....ترشيد الاستهلاك عندما تذهب للإجازة
15	.....نصائح بيئية
16	.....خطوات يُمكنك اتباعها
17	.....السعادة تبدأ مع الخيارات الذكية .....والحياة الذكية

**إخلاء مسؤولية:** يحتوي هذا الكتيب على مبادئ توجيهية عامة حول كفاءة استخدام المياه والطاقة المنزلية فقط. وقد يحتوي أيضاً على أخطاء وردت سهواً وبصورة غير مقصودة قد لا تتناسب مع الظروف الخاصة بالعديد من الاستخدامات المنزلية. ينبغي دوماً طلب خدمات الجهات المهنية المختصة قبل اتخاذ أي إجراءات أو تدابير فيما يتعلق بكفاءة استخدام المياه والطاقة المنزلية. الناشر لهذا الكتيب والمشاركون المستقلون غير مسؤولين بأي شكل من الأشكال عن أي أخطاء غير مقصودة وردت في هذا الكتيب، كما يخلون مسؤوليتهم تجاه أي شخص فيما يتعلق بأي بادرة تمت بشكل مباشر أو غير مباشر من قبل شخص ما، اعتمداً في بادرتة على ما ورد في مجمل هذا الكتيب أو في أي جزء منه.

# مقدمة

ويوجد لدى دولة الإمارات خططاً استراتيجية للحفاظ على مواردنا على مر السنوات، وزيادة فاعلية استهلاك الكهرباء والمياه، وتطوير وتشجيع استخدام مصادر الطاقة القابلة للتجديد مثل الطاقة الشمسية. وتقع المسؤولية على عاتق الجميع للمساهمة بالجهود المبذولة للحفاظ على المياه والكهرباء التي نملكها ليتسنى للأجيال القادمة الاستفادة منها كما نتعم نحن بها الآن. فهذه الموارد لن تستمر بالعبء إلى الأبد، لذا علينا عدم إهدار هذه النعم المتوفرة لنا اليوم.

فلنعمل جميعاً أطباء ومهندسين وعمال ومضيفين وموظفي مبيعات وطلبة... إلخ ونوحد جهودنا من أجل غد أفضل، ولنتذكر أن لكل شخص دور وأن لكل مفتاح إنارة أيضاً دور وأن كل ما نقوم به مهما صغر له أثره على المدى البعيد.

إن مواردنا من المياه والطاقة هي نعم أنعم الله بها على البشرية أجمع. فالبحيرات والأنهار والبحار والمحيطات، والأطمار، والجبال، والحياة النباتية والحيوانية، والمياه النظيفة التي تتدفق من الحفريات، والكهرباء التي تنير منازلنا، ومقدرتنا على طبخ وجباتنا، وإرشادنا على الطريق الصحيح ليلاً، والغطس في أحواض السباحة، ومراقبة أحداث العالم ونحن في مقاعد الراحة، والتسوق ليلاً أو نهاراً... كل ذلك من النعم التي علينا أن نتمتع بها جيداً.

فيسبب ازدياد الطلب، تناقص موارد المياه والكهرباء في دولة الإمارات العربية المتحدة وفي كافة أنحاء العالم، وتعمل الدولة جاهدة للمحافظة على هذه النعم التي أنعم الله بها علينا. وفي تصريح للسيد جيفري ساكس من مشروع الألفية التابع للأمم المتحدة أنه "لم يتبقى في العالم أي من الأنهار التي كانت تمدنا بمياه الشرب".





## نصائح هامة

### تكييف الهواء

• إن أجهزة التكييف تستهلك طاقة كبيرة لذلك قم بإطفائها عند خروجك من المنزل. عندما تكون في المنزل لا تترك أجهزة التكييف تعمل في الغرف غير المشغولة. وقم دائماً بمراقبة أي أداء غير طبيعي أو روائح غريبة أو دخان ... الخ تصدر من أجهزة التكييف أو التهوية والأجهزة الأخرى بالمنزل. وإذا لاحظت أي شيء غير عادي أغلق الجهاز فوراً واتصل بهيئة كهرباء ومياه دبي على الرقم 991 لمساعدتك



# الأضواء

## الغرف

- استعمل إنارة عملية، ضع الإنارة حيثما تحتاجها فقط بدلاً عن إضاءة الغرفة بأكملها
- استخدم المصابيح الموفرة (LED) للإضاءة الداخلية والخارجية حيث إن عمرها أطول وكفاءتها عالية مقارنة مع المصابيح التقليدية
- نظّف زجاجة المصباح الكهربائي بانتظام لأن زجاجة المصباح المتسخة والملوثة بالشحم تقلل ناتج الإضاءة بحوالي 10%
- ركب المعتمات "أداة لخفض التيار الكهربائي تدريجياً" في غرف الطعام أو غرف النوم
- عند شراء الإضاءة أو الثريات التي تعلق على السقف، حاول اختيار النوع الذي لا يحتوي على عدد كبيرة من المصابيح
- تأكد من أن كافة أبواب ونوافذ المنزل مغلقة جيداً عند تشغيل التكييف، فذلك يجعل المكيفات أكثر فعالية في استهلاك الطاقة
- نظف فلتري جهاز التكييف باستمرار خاصة في فصل الصيف
- يُحَبَّذ أن يكون لكل جهاز تكييف، بما في ذلك نظام التكييف المركزي، مفتاحاً كهربائياً وجهازاً مستقلاً للتحكم بدرجة الحرارة في كل غرفة
- اضبط جهاز التكييف عند درجة 24 مئوية في الصيف وتأكد من أنه موضوع على نظام التشغيل الأتوماتيكي لكي يغلق ويبدأ مرة أخرى على نظام الفترات الفاصلة.
- احكم اغلاق الفراغات في النوافذ والأبواب بسير مطاطي، لمنع تسرب الهواء إلى الخارج.
- استعمل مياه خزان الأسماك مرة أخرى لسقي

النباتات حيث أن ذلك يعمل كسماد جيد.

• قم بإغلاق الستائر والمواد الحاجبة وذلك حتى تعكس الحرارة بعيداً عن المنزل، وافتحها في حال عدم تعرض الواجهات الزجاجية لأشعة الشمس المباشرة حتى يدخل الضوء وذلك من أجل تقليل الحاجة إلى استعمال الإنارة الداخلية. استعمل مصباح ليالي في غرفة الأطفال الذين لا يحبون النوم في الظلام بدلاً من ترك مصباح الغرفة أو الحمام الملحق مضاء.

• حاول عدم تشغيل عدة أجهزة في نفس الوقت، كعدم تشغيل الفرن وسخان المياه في نفس الوقت.

• إنزع مقبس الكهرباء عن جهاز الحاسب الشخصي والأجهزة الالكترونية وشاحن الكهرباء عند عدم استعمالها فان معظم الأجهزة الكهربائية تستهلك الطاقة حتى في حال اطفائها.

• عند شراء تلفاز أو شاشة اختر الأعلى كفاءة وفقاً لمواصفات هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس (ESMA) فئة 4 أو 5 نجوم.



## الحمامات

تجنب الاستحمام لفترات طويلة، فإن تقصير فترة الاستحمام لمدة دقيقة أو دقيقتين يوفر حوالي 150 جالون من الماء شهرياً.

- لا تدع المياه تتدفق أثناء غسل الوجه أو أثناء تنظيف أسنانك بالفرشاة أو الحلاقة.
- استبدل مصافي الحنفيات والغطاء العلوي للدوش في المنزل بأدوات تخفيض تدفق المياه. حيث أن أدوات تخفيض تدفق المياه التي تركيب على الحنفيات توفر أكثر من 30% من المياه
- عند تعديل درجات حرارة الماء، قم بتقليل نسبة تدفق الماء بدلاً من زيادتها لموازنة درجة حرارة الماء إن كانت باردة أو ساخنة جداً.
- أغلق سخانات المياه في الصيف لأن المياه تُسخن بشكل طبيعي في هذه الفترة من العام.
- قم برمي الأوساخ في سلة المهملات ولا ترمها في المراحيض، فهذا يزيد من عدد المرات التي يستعمل فيها المراحيض لإزالتها، وتزيد من احتمال انسداد المراحيض.
- قم بشراء مراحيض من الأنواع الجديدة المحسنة والذي يوجد به خيارين لإسقاط الماء، الأول لإسقاط المنخفض، والثاني للإسقاط العالي
- فذلك يوفر في استهلاك المياه.
- إذا كان زر إسقاط المياه يلتصق كلما قمت بضغطه ما يُسبب في تدفق كمية مياه أكثر من اللازم، فعليك القيام بتصليحه.
- عندما تغلق الصنبور أثناء تنظيف أسنانك بالفرشاة فإنك توفر حوالي 3 جالونات من المياه وعندما تملأ كوباً لغسل أسنانك بعد التنظيف فإنك توفر حوالي 4 جالونات من المياه.
- عند انتظارك حتى تسخن المياه بعد فتح الحنفية، لا تدع المياه المهدورة تذهب إلى مصرف المياه بل أحفظها في جردل أو زجاجة فارغة واستعملها لسقي النباتات المنزلية.
- اشتر مروحة هواء عادمة من نوع جيد ولا تشغلها لفترة طويلة.
- قم بعزل أنابيب المياه، ذلك سيسرع من إيصال الماء الساخن ويقلل من فقدان المياه نتيجة لانتظارك حتى تسخن المياه.

# المطبخ

عند غسل الصحون يدوياً قم باستعمال أقل كمية ممكنة من سائل الغسيل، حيث أن ذلك يقلل كمية الماء التي تحتاجها للشطف. في حال استعمال الغسالة الأوتوماتيكية قم بملئها بالكامل قبل تشغيلها، وإذا كانت غسالة الصحون جديدة قم بتقليص شطف الصحون قبل وضعها في الغسالة علماً أن الغسالات الأحدث يتم تنظيفها بشكل أفضل.

طبخ الطعام. استخدم مؤقت طبخ بدلاً من ذلك عند إعداد الوجبات الخفيفة ينبغي أن تستخدم فرن التحميص أو مقلاة كهربائية صغيرة أو جهاز المايكرويف، بدلاً عن الأفران الكبيرة لأن هذا يوفر من ثلث إلى نصف الطاقة المستهلكة

استخدم أوعية الطبخ ذات الضغط العالي لأنها تستهلك طاقة أقل من الأوعية العادية

الأفران ذات خاصية التنظيف الذاتي تستهلك كهرباء أقل من الأفران العادية، وينبغي استخدام ميزة التنظيف الذاتي عند الضرورة فقط

تأكد من نظافة الثلاجة أو جهاز التجميد من الثلج المتراكم على الأرفف أو على أركان الثلاجة أو إطفأهما لفترة قليلة للتخلص من الثلج المتراكم

• لا تدع الصنبور مفتوحاً أثناء غسل الخضار أو الفواكه بل يحذر ملاء وعاء أو حوض الغسيل حتى نصفه بالماء واستعماله للشطف وبعد ذلك لا تتخلص من المياه بل قم بإستخدامها لري النباتات

• حاول أن تخفض من عدد مرات فتح واغلاق باب الثلاجة

• ضع غطاء على إناء الطبخ أو إناء غلي الماء. فذلك يجعل الماء يغلي بشكل أسرع ويساعد في طبخ الطعام في مدة أقل

• واستخدم أواني مسطحة من الأسفل لأنها تلامس المصدر الحراري بشكل أفضل، وتأكد من إحكام الأغطية لتسريع نضج الطعام

• تجنّب فتح باب الفرن كثيراً، لأن ذلك يؤدي إلى خروج الحرارة من الداخل ما يُطيل من فترة





- عند شراء ثلاجة، اختر الثلاجات الموقّرة للطاقة أو ذات التصنيف منخفض الاستهلاك أو حاصلة على 4 أو 5 نجوم حسب ملصق هيئة المواصفات والمقاييس
- لا تضع ثلاجتك أو جهاز التجميد في درجة عالية من البرودة ويحبذ أن تحفظ الأطعمة الطازجة في أماكنها المخصصة لذلك عند 4 درجات مئوية وإذا كان لديك جهاز تجميد لفترات طويلة فينبغي وضعه عند 18 درجة مئوية
- يجب فحص الشريط المطاطي حول باب الثلاجة بانتظام
- ينبغي تنظيف ملفات التبريد الموجودة خلف الثلاجة مرة كل ستة أشهر على الأقل
- إن قمت بإسقاط مكعبات الثلج على الأرض لا ترمها في المصرف، بل قم بسقاية النباتات المنزلية بها
- ينبغي استخدام أدوات المطبخ الكهربائية ذات الحجم الصغير بدلاً من أدوات المطبخ ذات الحجم الكبير، مثل المحمصات والمقلاة الكهربائية
- تستهلك الأجهزة الكهربائية بعض الطاقة حتى عند إطفائها، لذا تأكد من فصل الخلطات وأدوات الطحن والعصارات وقدرور الضغط، كلياً عن الكهرباء بعد استخدامها
- حافظ على نظافة الغلاية بانتظام، تجنباً لتراكم ترسبات الماء في قاعها
- لا تستخدم المياه لتذويب اللحم المجمد. بل قم بتذويبها بتركها في الثلاجة طوال الليل أو استخدم الميكرويف لعمل ذلك
- استهلاك الكهرباء من خلال استخدام مروحة عدم عالية الجودة





# الغسيل

- تأكد من تنظيف فلتر الكتان الموجود في نشافة الغسالة قبل تشغيلها
- عند شراء آلة تجفيف الملابس، اختر نوعاً يحتوي على ميزة مراقبة الرطوبة الذي يرفع النشافة تلقائياً عند الانتهاء من تجفيف الملابس
- أعصر الملابس المغسولة من المياه الزائدة جيداً قبل وضعها في النشافة أو تعليقها على حبل الغسيل
- اشتر المكواة التي تحتوي على ميزة الغلق التلقائي، حيث أنها أكثر أمناً في حالات نسيان إطفاء المكواة بالإضافة إلى ميزة توفير الكهرباء
- تُعد مساحيق ومواد التنظيف السائلة بصفة عامة أفضل من ألواح صابون الغسيل لأنها تعمل بشكل أفضل في مختلف درجات المياه، كما أن بعضها مخلوط مع المبيض أو ملطف الأقمشة وبذلك تؤدي أكثر من وظيفة واحدة وتوفر الوقت والكهرباء

- عند القيام بعملية الغسيل، حاول تشغيل الغسالة الكهربائية عند غسل كمية كاملة من الملابس. وقم بتعديل درجة المياه حسب حجم الكمية التي تنوي غسلها
- عندما تنوي شراء غسالة كهربائية، اختر غسالة ذات كفاءة عالية
- اغسل ملابسك بالماء الدافئ عوضاً عن الماء البارد، فهذا سيقلل من استهلاك الماء بنسبة 50٪
- قم بغسل الملابس الداكنة بالماء البارد، فهذا سيساعد على الحفاظ على ألوان الملابس ويوفر من الطاقة المستهلكة
- لا تقم بتجفيف ملابسك أكثر من اللازم، فذلك سيوفر 15٪ من الطاقة المستهلكة. قم بتجفيف ملابسك على حبل الغسيل كلما أمكن ذلك
- قم بتجفيف الأقمشة الثقيلة والخفيفة بشكل منفصل فهذا سيقلل من فترة التجفيف





## ري الحدائق

قم بري حديقتك في الصباح أو المساء عندما تكون درجات الحرارة منخفضة  
فذلك يساعد في تخفيض مستوى تبخر المياه. وأفضل وقت للري هو قبل  
الثامنة صباحاً أو بعد السادسة مساءً.

- لمساعدة النباتات في الحفاظ على الرطوبة، قم بنشر طبقة من المهاد العضوي حول النباتات أو المرص، فهذا سيوفر الماء والوقت والتكلفة
- ليس من الضروري ري حديقتك بشكل يومي. قبيل اتباعك لجدول الري، قم بفحص رطوبة التربة من بوصتين إلى ثلاثة بوصات تحت سطح الأرض إن كانت الثلاثة بوصات الأولى جافة فهذا يعني أنها بحاجة إلى الري
- استخدم نظام الري بالتنقيط للشجيرات والشجر وذلك لتمكين وصول الماء إلى الجذور بشكل مباشر
- افحص صمامات المرشات بشكل منتظم في حال وجود تسرب
- أعد تنظيم تدفق المرشات الأوتوماتيكية خلال الفصول القادمة وفقاً لحاجة النباتات
- ضع صمام غلق تلقائي على المرشات لإغلاق الرش عند هطول المطر
- قم بري الحديقة على فترات متباعدة لتمكين النباتات من امتصاص الماء
- تجنّب زراعة النباتات في المناطق التي يصعب ربيها. خذ بعين الاعتبار زراعة النباتات في فصل الربيع والخريف والشتاء، عندما تكون شروط الري أقل من الفصول الأخرى
- ضع عدادات لقراءة نسبة الرطوبة في حديقتك لتحديد أي نباتات تحتاج إلى ري
- عند ري حديقتك، استخدم مؤقت لتذكيرك بوقت التوقف
- استفسر من المشاتل الزراعية المتخصصة حول اختيار النباتات، فبعض النباتات تتطلب رياً أقل من النباتات الأخرى

- قم بجمع النباتات التي تتطلب مقداراً مماثلاً من المياه، في منطقة واحدة كي لا تُعرض بعض النباتات إلى ري أكثر أو أقل من اللازم
- لا تقص الفروع المنخفضة في الشجر والشجيرات. وأتح الفرصة للفصلات من الأوراق النباتية أن تتراكم على التربة، فهذا يُقلل من نسبة تبخر المياه ويُحافظ على برودتها
- قم بتهوية التربة في حديقتك مرة واحدة سنوياً على الأقل لمساعدتها على الاحتفاظ بالرطوبة
- عند جز العشب، لا تقص العشب أقصر من 2.5 سم، لتكون محمية من أشعة الشمس الحارقة وتلخفيص معدل التبخر
- قم بري الجذور لا الأوراق
- قم بوضع المرشحات حيث يصل الماء إلى الحديقة وليس على أرضفه الطرقات
- قم بخلط السماد بالتربة، فالسماد مفيد جداً ويقوم بتطريب التربة ويزودها بالمواد المغذية. كما يحتفظ السماد المخلوط بالرطوبة ما يُقلل من معدلات الري
- تخلّص من الأعشاب الضارة أو النباتات الميتة من حديقتك، إذ تستهلك الماء بلا فائدة
- بإمكانك استخدام مياه الصرف الصحي المعالجة لري حديقتك أو نباتاتك. اتصل بالبلدية لتزوّدك بهذا النوع من المياه

## تخفيض التسرب

- راقب فواتير المياه والكهرباء التي تصلك وقارنها بعداد الماء والكهرباء. الفواتير العالية جداً قد تعني أن هناك تسرباً عليك فحصه. كما يُمكنك الاتصال على رعاية المتعاملين في الهيئة على الرقم 04 6019999
- الصنابير التي يوجد بها تسربات والتي تقطر بمعدل قطرة واحدة في الثانية يمكن أن تهدر حوالي 2700 جالون ماء في العام

## كيفية التأكد من وجود تسربات:

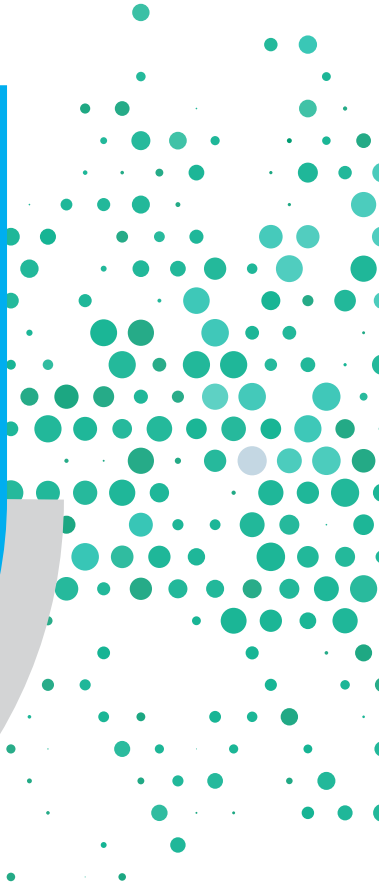
إذا لم تكن متأكداً من وجود تسرب قم بقراءة عداد المياه الخاص بك وكرر القراءة مرة أخرى بعد ساعتين مع التأكد من عدم استخدام المياه خلال هذه الفترة، فإذا اختلفت قراءة العداد هذا يعني أنه قد يكون هناك تسرب.

الحمام الذي يوجد به تسرب قد يهدر حوالي 200 جالون من المياه يومياً. إذا أردت التأكد من وجود تسرب في المراض ضع قطرة من مادة ملونة في الخزان، فإذا ظهر اللون في التجويف بدون إتمام دفق المياه فذلك يعني أن هناك تسرب.



## الأماكن الخارجية

- قم بتغطية حوض السباحة، فذلك يقلل من التبخر ويبقي حوض السباحة نظيفاً، مما يُقلل من استخدام المواد الكيميائية
- عند تفريغ حمامات السباحة المتنقلة /المؤقتة بإعادة استخدام المياه لسقي النباتات حول منزلك
- إذا كان لديك نافورة في بيتك تأكد من أنها مجهزة بمضخات دائمة الدوران ليتم إعادة تدوير المياه
- استعمل دلو ممتليء بالمياه المخلوطة بالصابون لغسل سيارتك، أو استخدم خرطوم المياه ذو الفوهة القابلة للتعديل. ومن المفيد أن تغسل سيارتك بمقربة من حديقتك حيث ستقوم بري الحديقة بطريقة غير مباشرة
- قم بغسل حيواناتك الأليفة خارج البيت لتتمكّن من ري الحديقة في الوقت ذاته
- استخدم مكنسة لتنظيف مَمَر السيارات أو الرصيف من الرمال وأوراق الشجر المتساقطة بدلاً من غسلها بخرطوم الماء
- قم بتنظيف خزانات المياه لديك بشكل منتظم للمحافظة على نظافتها
- قم باختيار سيارة اقتصادية في استهلاك الوقود، علماً أن جالوناً واحداً من النفط الخام يتطلب 44 جالوناً من المياه لتكديره





## ترشيده الاستهلاك عند بناء منزل جديد

عند التخطيط لبناء منزل جديد لابد من الأخذ بعين الاعتبار الخطوات التي تجعل منزلك صديقاً للبيئة، وفي نفس الوقت يكون استهلاك الكهرباء والماء بصورة أكثر فعالية.

- تحدث مع المختصين في البلدية وكذلك مع المقاول لمعرفة معايير استهلاك الطاقة والماء، واختيار مواد البناء والتصميم الصديق للبيئة. استفسر عن الأنواع المختلفة للجدران وأنظمة الأنابيب والأسلاك وأنظمة العزل والحرارة والتبريد والنوافذ والإضاءة والمواد الداخلية التي تساعد على استهلاك الطاقة بكفاءة عالية وقد تكون التكلفة أكثر لكنك سوف تستعيدها من خلال توفيرك للطاقة والمياه.
- إذا كنت تبني منزلاً جديداً أو تقوم بتجديد النوافذ لا بد أن تضع في الحسبان تركيب نوافذ معينة مزدوجة الطبقات تُخفّض من درجة الحرارة، وبالتالي تساعد على المحافظة على درجة حرارة المنزل. قم باختيار النوافذ التي يكون معدل تسرب الهواء فيها 0.3 قدم مكعب في الدقيقة أو أقل.
- لاتستعمل النوافذ الكبيرة في كل أنحاء المنزل.
- فذلك سيسمح للحرارة بالدخول.
- إذا كنت تفكر في تركيب نظام تكييف مركزي تأكد من أن يكون هناك مفتاح تشغيل منفصل في كل غرفة.
- اختر الأجهزة الكهربائية (كالغسالات والثلاجات وغسالات الصحون) والحاصلة على تصنيف أعلى (4 أو 5 نجوم) من هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس (ESMA).
- قم بشراء مراوح عادمة ذات نوعية عالية الجودة.
- تأكد من تركيب أجهزة موفرة للماء على صنابير المياه والدوش، واستثمر في شراء صنابير ودوش للحمام ذو تدفق محدود.
- عندما تخطط حديقة منزلك خذ بعين الاعتبار استهلاك الطاقة والمياه.

# أجهزة توفير المياه والطاقة

- معتمات الإنارة
- والحاصلة على 4 أو 5 نجوم من هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس
- شاشات أعلى كفاءة وحاصلة على 4 أو 5 نجوم من هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس
- العازلات المطاطية على النوافذ والأبواب، لمنع الهواء من التسرب داخلاً أو خارجاً
- مستشعرات ومؤقتات التحكم في الإضاءة
- موفرات استهلاك الماء على الصنابير والدوش
- سخانات المياه المركبة تحت مغسلة المطبخ أو الحمام لتوفير المياه الساخنة فوراً
- مصابيح LED
- نظام الري بالتقطير للشجر والنباتات في الحدائق
- مصابيح الإنارة للحدائق التي تعمل على الطاقة الشمسية





## ترشيد الاستهلاك في المكتب

- قم بضبط أجهزة الكمبيوتر والطابعات والفاكس لانتقل إلى وضعية الإيقاف أو النوم (Sleep or Standby) بعد مرور نصف ساعة من وقف العمل بها وكلما قلت الفترة كلما زاد توفير الكهرباء
- أطفئ جميع أنواع الإضاءة وأجهزة الحاسب الآلي غير المستعملة بعد مغادرة جميع الموظفين
- تقاسم الأجهزة غير الضرورية مع زملائك كلما أمكن لتقليل استهلاك الكهرباء
- لا تطبع أو تنسخ أية أوراق ما لم تكن تحتاجها وحاول دائماً استعمال الأوراق المعاد تدويرها
- اقترح تركيب الصنابير التي تعمل عن طريق أجهزة الاستشعار والتي تعمل عند وضع يديك تحتها وتغلق بمجرد انتهائك من الغسيل
- استعمل الباب الدوار بدلاً من الباب العادي فالأبواب الدوارة تقلل من خروج الهواء البارد
- حاول استخدام الدرج بدلاً من المصعد كلما أمكن ذلك، فذلك يوفر في الكهرباء ويمنحك فرصة لممارسة بعض التمارين

إذا كان هنالك زجاجات مياه غير فارغة ومهملة في المكتب، استخدمها لسقاية النباتات الموجودة في المكتب أو لتحضير الشاي والقهوة، فالمياه المغلية صحية وصالحة للشرب لأن الغلي يقضي على البكتريا

في نهاية الأسبوع تأكد من أن جميع الأجهزة والمصابيح مطفأة ومقابسها الكهربائية منزوعة وأنه لا يوجد جهاز يعمل دون حاجة لذلك وتشمل كلمة الأجهزة الحاسب الآلي وأجهزة النسخ والعرض، وجهاز صنع القهوة، والغلايات الموجودة في المطبخ...الخ. وكذلك تأكد من أن كافة الحنفيات مغلقة تماماً في الحمامات ولا تقطر - تخيل حجم الماء الذي قد يهدر خلال عطلة نهاية الأسبوع



# ترشيد الاستهلاك عندما تذهب للإجازة

## تفعيل خاصية خارج المنزل.

- ي إطار مبادرة «الحياة الذكية» تقدم هيئة كهرباء ومياه دبي خاصية «خارج المنزل»، التي تساعدك على مراقبة استهلاكك للكهرباء والمياه عن قرب عند عدم تواجدك في المنزل، حيث سيتم إرسال تفاصيل الاستهلاك إلى بريدك الإلكتروني بشكل يومي أو أسبوعي. سجّل الدخول إلى حسابك لدى هيئة كهرباء ومياه دبي على تطبيقها الذكي أو موقعها الإلكتروني لمعرفة المزيد عن مبادرة «الحياة الذكية».

- تأكد من إطفاء جميع أجهزة التكييف ومصابيح الإنارة الموجودة في البيت. ومن المهم جداً التأكد من إغلاق صنابير المياه والتأكد من عدم وجود أي تسربات في الصنابير أو الأنابيب، فمن المحتمل ان يتسبب تسرب المياه من الصنبور أو الأنابيب في إغراق المنزل إذا لم يكن هناك أحد موجود فيه
- قم بفصل جميع الوصلات الكهربائية من منافذها، واغلق مفتاح الكهرباء الرئيسي
- أغلق جميع توصيلات المياه إلى الأجهزة وتأكد أن صمام المياه الرئيسي مغلق
- أغلق سخان الماء
- ركب جهاز الاستشعار أو مؤقت زمني للإضاءة وبذلك تضيء لمبات الإضاءة الخارجية حول المنزل واللمبات الأخرى خلال الساعات التي يجب أن تعمل فيها فقط



# نصائح بيئية

## تلوث المياه

- العديد من مواد التنظيف الكيميائية المستخدمة في المنازل سامة، لذا حاول استخدام أي بدائل غير سامة أو أقل سمية إن كان ذلك مُمكنًا
  - لا ترمِ المواد الكيميائية غير المرغوب بها أو زيوت الطبخ في حوض الغسيل. فذلك يُمكن أن يُسبب ضرراً بالغاً لنظام الصرف الصحي
  - استخدم مواد التنظيف قليلة الفوسفات أو الخالية من الفوسفات
- ## المباني الخضراء
- كن مؤيداً لفكرة تطوير المباني والبيوت الخضراء في كافة أنحاء الإمارات العربية المتحدة
  - تعتمد المباني الخضراء على تصميم يحمي البيئة والموارد، وتقلص من تكاليف الصيانة والتشغيل. إذ تؤثر بدرجة بسيطة على البيئة، وذلك عن طريق استخدام الحد الأدنى من الموارد، كما أنها توفر لقاطنيها الراحة والإنتاجية. وتتمثل الفوائد الأخرى لتلك البيوت في تقليل تلوث الهواء والمياه وينتج عنها كمية محدودة من النفايات و طاقة تعمل بكفاءة عالية وفعالية و طاقة متجددة وتقلل من إضرار المناطق الطبيعية
  - تقوم دبي بالترويج لقوانين المباني الخضراء، ونأمل يوماً ما أن تكون أغلبية المنازل والمباني فيها صديقة للبيئة





## خطوات يُمكنك اتباعها

إن كنت مهندساً أو طبيباً أو محامياً أو فناناً أو رجل أعمال، فكن نموذجاً وقُدوةً للآخرين في ترشيد الطاقة في مكان عملك وساعد في توعية الآخرين.

- إذا لاحظت أي تسرب للمياه أو أنابيب مكسورة أو مفتوحة عندما تكون في الخارج أو أي سلك كهربائي بارز أو ليس في موضعه كن مواطناً صالحاً ومتعاوناً و قم بإعلام هيئة كهرباء ومياه دبي، حتى يتم إتخاذ إجراء سريع لإصلاح العطب وتوفير طاقتنا ومياهنا
- إذا رأيت عمالاً يقومون بأعمال إصلاح للكهرباء قرب منزلك، أظهر تقديرك وكن ممتناً لما يفعلون، فهم يعملون من أجلك
- **كن معلماً ومرشداً:**
  - ناقش مع أفراد أسرتك وأصدقائك مفهوم المحافظة على الطاقة وساهم في نشر الوعي
  - يتعلم الأطفال بسرعة، لذا يجب تثقيفهم حول كيفية تطبيق مفهوم ترشيد الكهرباء والماء في حياتهم اليومية. حفزههم وأعطهم الجوائز عندما يتقيدون بتوجيهاتك، فذلك سيشجعهم على تكرار هذا التصرف المفيد.
- حاول أن تناقش معهم مواضيع تتعلق بالبيئة وأهمية الحفاظ عليها
- اطلع خادمتك على أساليب وطرق المحافظة على الماء والكهرباء، فقد تكون غير مدركة لهذه الطرق والأساليب
- قم بتوزيع المنشورات ووضع الملصقات في أماكن الوضوء في المساجد القريبة لتعليم المصلين على ضرورة الحفاظ على المياه وعدم الإسراف في استخدامها حيث يقربهم ذلك إلى الله
- كن نشطاً وشارك في الفعاليات والمناسبات المهمة مثل يوم البيئة العالمي ويوم الأرض، و قم بزيارة منصة الترشيد في معرض تكنولوجيا المياه والطاقة والبيئة (ويت)



## السعادة تبدأ مع الخيارات الذكية و الحياة الذكية



استلم إشعارات  
بالاستهلاك المرتفع  
للكهرباء والمياه\*



احصل على  
عروض حصرية



تعزف إلى  
تفاصيل الفاتورة



قارن استهلاكك  
مع المنازل  
المماثلة

- مبادرة «الحياة الذكية» من هيئة كهرباء ومياه دبي تساعدك على مراقبة استهلاكك بسهولة وبسر واتخاذ قرارات ذكية لترشيد الاستهلاك وجعل حياتك أكثر سعادة.
- ادخل إلى حسابك على تطبيق الهيئة الذكي أو الموقع الإلكتروني واستفد من المزايا العديدة التي نوفرها لك.

سعدتكم أولويتنا  
#الجميع\_مسؤول

- \*لمن لديهم العدادات الذكية.
- تعتزم الهيئة الانتهاء من تركيب العدادات الذكية في جميع أرجاء دبي في نهاية 2020.



 DEWAOFFICIAL  
customercare@dewa.gov.ae | www.dewa.gov.ae

إكسبو 2020 دبي  
الإمارات العربية المتحدة



شركاء المنظمة الرسمية

رؤيتنا  
مؤسسة رائدة عالمياً مستدامة ومبتكرة  
ص.ب 564، دبي، الإمارات العربية المتحدة  
هاتف: +971 4 601 9999