

Arabic

# تضامن معنا و ساهم بتوفير الطاقة

## نصائح عامة لتوفير الطاقة

### انزع المقبس الكهربائي وأطفئ الجهاز.

افصل الشاحن الكهربائي عند عدم الاستخدام. وأطفئ الأجهزة الكهربائية بدلتركها بوضع الاستعداد.

### أطفئ الأضواء عندما لا تحتاجها

يرجى إطفاء الإنارة الكهربائية في الغرف, الحمام و المطبخ عندما لا يتواجد أحد في هذه الأماكن.

### ممنوع استخدام المدافئ الكهربائية

لأنها تستهلك الكثير من الطاقة و هي ممنوعة منعاً باتاً في السكن الجامعي.

### تهوية الغرفة و المطبخ

لا تفتح النافذة من الأعلى أثناء تشغيل التدفئة, بل أطفئ التدفئة وافتح النافذة بشكل كامل لبضع دقائق.

## نصائح خلال الطهي واستخدام الفرن

### استخدم غطاء على وعاء الطبخ

وضع الغطاء على الوعاء أثناء الطبخ يوفر نصف الطاقة والزمن.

### استخدم وضع المروحة في الفرن

يعتبر وضع مروحة الفرن 160 درجة بنفس فعالية التسخين العلوي والسفلي 200 درجة، حتى بدون تسخين مسبق، و تستطيع استخدام أكثر من صينية.

### استخدم الثلجة بطريقة صحيحة

اترك الطعام الساخن ليبرد قبل وضعه في الثلجة. فكر ماذا تريد من الثلجة قبل فتحها و حاول اغلقها بسرعة مرة ثانية

### استخدم سخان الماء الكهربائي

بواسطة السخان الكهربائي تستطيع تسخين الماء للقهوة والشاي و الطبخ أيضاً و يساعد على توفير الوقت والطاقة بشكل كبير

مبادرة صغيرة من كل شخص تؤدي الى نتائج كبيرة

**BAUVEREIN**  
KATHOLISCHE  
STUDENTENHEIME

