تۆ ئەتوانیت زۆر شت بکەیت بۆ کەمکردنەوەی تێچوونەکانی وزە لە ماڵەوەدا، لە هەمان کاتیشدا کۆنترۆڵی باشترت لەسەر بەکارهێنانی وزە ئەبێت. ئەم وردەنامۆژگارییانە بەتاقی بکەرەوە، ئەوسا فشاری سەر هەردووک ژینگە و کەش کەمدەکاتەوە و لەهەمان کاتیشدا پارەی زۆرترت لە جیزدانەکەتدا ئەبێت!

- بایسکل زیاتر لێخورە! باشترین دە کیلۆمەتر لە ڕێگای تەرخانکراو بۆ بایسکل لێئەخوردرێت!.

لە ئاو وەرنەدرێن، ئەمەش لەوانەیە بۆ نموونە، ببێتە هۆکاری هەستەوەری. تایتی زۆر کەم ئەبێتە هۆکاری پاکنەبوونەوەی جلەکان.

١. گەرمی

- پلەی گەرمی ژوورەوە یەک پلە داگرە و تێچوونەکانی وزە تا پێنج لەسەد کەمبکەرەوە.
- خۆت دوورخەرەوە لە دانانی مۆبێلە لەبەردەم شوفاژەکاندا (گەرمکەرەکاندا)، ئەوسا گەرمایی باشتر ئەگاتە ناو ژوورەکە

٢. ئاوی گەرم

- هەمو ڕۆژێک دوش بۆ ماوەیەکی کەمتر بکە – لە ١٠ خولەک کەمی بکەرەوە بۆ ٥ خولەک، بەم شێوەیە نیزیکەی ٨٠٠ کیلۆوات ساڵانە پاشەکەوت ئەکەیت.
- بەڵوعەکانت بگۆرە بە بەڵوعەکە یان دەمی دوشەکە ئاوی کەمتر فرێ بدات و نیزیکەی ٢٥ لەسەد وزەی ئاوی گەرم پاشەکەوت بکە.
- واشەری بەڵوعەکان بگۆرە ئەگەر دڵۆپەیان کرد.

٣. ئامێرەکان لەسەر ستاندبای

زۆر ئامێر کە لەدوورەوە ئەکۆژێنرێنەوە (کۆنترۆڵ لەدوورەوە) و لەدۆخی ستاندبای ئەمێننەوە، ئەوسا وزەیەکی ناپێویست بەکارئەهێنن.

- هەرچی ئامێرەکانی ماڵەوە هەیە لە پلاگێکەوە بکوژێنەرەوە . ئەوسا ناپێویست وزە بە فیرۆ نادەیت.
- پڕکەرەوەی مۆبایڵ لە پلاگەکە دەربهێنە کاتێک کە بەکار ناهێنرێت، ئەوسا مەترسی ئاگرکەوتنەوە کەمدەکەیتەوە!

٤. ڕووناکیی

گڵۆپە ناکاریگەرەکە لابراوە و زۆر بژاردەی تری باشی کاریگەر بۆ وزە هەن!

- گڵۆپی لێد LED لەو جێیەی کە لەبارە بەکاربهێنە. ئەوانە بەراوورد لەگەڵ گڵۆپی تردا ٨٠-لەسەد کاریگەرترن.
- لەو جێیەی جڵەوگیری ئەگونجێت،بەکاربهێنە بۆ نموونە، جڵەوگیریی ڕووناکیی بە ڕۆژ بژاردەیەکی باشە.
- ئەگەر تیشکە گەرمەکەی گڵۆپەکەت ئەوێت، پلەی گەرمی ڕەنگ K. 2 700 – 3 000هەڵبژاردە بکە. بیر لەوەش بکەرەوە کە ئیندێکسی ڕەنگدانەوە، Ra، ئەبێت کەمەکەی ٨٠ بێت. زانیاریی لەسەر پاکەتی گڵۆپەکە نووسراوە
- ← گڵۆپەکە دوای خۆت بکوژێنەرەوە!

٥. جل و قاپ شتن

تۆ ئەگەر بە مەکینەی قاپ بشۆییت وزە پاشەکەوت ئەکەیت بەراوورد لەگەڵ ئەوەی کە بەدەست قاپ بشۆییت، ئەمە ئەگەر تۆ ئاوی سارد لە قاپەکان وەردەیت کاتێک مەکینە بەکارئەهێنیت. مەکینە تازەکان تۆزێک چەوریان پێخۆشە - تۆ تەنها پاشماوەی خواردنەکە لێکەرەوە. مەکینەکە پڕکە!

- جلوبەرگ لەسەر ئەوپەڕی ٤٠ پلە بشۆ، تەنها ئەو جلانەی کە زۆر پیس پێویستیان بە ٦٠ پلەی گەرمییە. مەکینەکە پڕکە!

- هەمیشە لەسەر ژەممۆکەدانی(ئەندازەی پێشنیارکراو) پاکەتەکە بڕۆ. تایتی زۆر، کەف زۆر ئاکات و مەترسی ئەوە هەیە کە جلەکان باش ئاوەرنەدرێن، ئەمەش لەوانەیە بۆنموونە ببێتە هۆکاریی هەستەوەری. تایتی زۆرکەم ئەبێتە هۆی پاکنەبوونەوەی جلەکان.

٦. ساردکەر و بەستەر

ساردکەر و بەستەر(یەخچاڵ و فریزەر) زۆر وزە بەکارئەبەن، چونکە هەمیشە داگیرساون. بەر هەمێک هەڵبژاردە بکە کە وزەکەی بەباش نیشانەکراببێت. ڕۆژی ئەمڕۆ بەرهەم هەن کە بەم هێمایانە نیشانەکراون .A+++ و ++A

- پلەی گەرمی دروست دابنێ، ١٨ پلە بۆ بەستەر و نیزیکەی ٥ پلە بۆ ساردکەرەکە.
- تۆزی پشتی ساردکەرەکە(یەخچاڵەکە) و فریزەرەکە ناوبەناو بە گسکی کارەبا پاکبکەرەوە. بەم شێوەیە وزەی کەمتر سەرف ئەکات و مەترسی ئاگرکەوتنەوە کەمدەکاتەوە
- ئەوەت بیربێت کە بەڕێکوپێکی فریزەکە لەسەهۆڵ خاوێن بکەیتەوە!

٧. چێشتلێنان

- ئاوگەرمکردن لە بویلەر(ئاویگەرم کوولێنەر) وزە پاشەکەوت ئەکات. ئەگەر تەباخی کارەبایی کە(ئامێری ئەلەکتریک گەیشتی تێدابێت) induktion، بەم شێوەیە چێشتلێنانەکەت لەڕوی وزەوە کاریگەر ئەبێت.
- سەرقاپی مەنجەڵ بنێرەوە، بەم شێوەیە نیزیکەی ٣٠ دەرسەد گەرمی پاشەکەوت ئەکەیت، بەراوورد لەگەڵ مەنجەڵی بێ سەرقاپ.
- خۆراکی بەستو لە ساردکەرەوەکەدا(یەخچاڵەکەدا) خاوبێتەوە پێداویستی بەگەرمی لە ساردکەرەوەکەدا کەمتر ئەکاتەوە. سوود لەو گەرمییە وەربگرە کە لە چاوی تەباخەکەدا ئەمێنێتەوە، ئەتوانیت بۆ نموونە چاوەکە بکوژێنیتەوە و لێگەڕێت پەتاتەکە لەسەر گەرمی دوای کوژانەوەکە بکوڵێت.

٨ فاتورەی کارەبا

بەرهەمهێنانی کارەبا ئەتوانێت لە هەندێک دۆخدا کاریگەریی نەرێنی لەسەر ژینگەو کەش هەبێت. هەڵبژاردنێکی چالاکانە بکە و بەرهرمهێنانی ئەو کارەبایە هەڵبژێرە کە لە سەرچاوەی وزەیەکەوە دێت کە شیاوی تازەبوونەوەیە. چاوێک بە گرێبەستی کارەباکەتدا بخشێنەرەوە و گەیشەری

کارەبا بگۆرە، کارەبایەک هەڵبژێرە کە بە *Bra Miljöval* نیشانەکراوە بەم شێوەیە وزەیەکت دەستئەکەوێت کە شیاوی تازەبوونەوەیە و بۆ ژینگە باشترە.

٩. گۆڕینی سیستەمی گەرمیی

ئەگەر لە ماڵێکدا ئەژیت کە نەوت یان کارەبای ڕاستەوخۆ بۆ گەرمکردن بەکارئەهێنێت، ئەوا بیرۆکەیەکی باشە کە بیر لە گۆڕینەوەی بۆ شتێکی تر بکەیت، سیستەمێکی گەرمکردن کە ژینگەدۆستانەتر بێت. لێکۆڵینەوە بکە ئایا تۆ بواری بەستنەوەی ماڵەکەت بە گەرمی لەدوورەوە، سووتەمەنی لە زیندەوەر پەیدابوو یان شێوازێک لە پەمپی گەرمی هەیە. پێش ئەوەی بیگۆڕیت یەکەم شت لێکۆڵینەوە لەوە بکە ئای دەکرێت پێداویستی وزە لەڕێگەی ئاخنینی پەنجەرەکانەوە، جوداکەرەوەی زیادە یان پەنجەرەگۆڕینەوە کەمبکرێتەوە

١٠. گواستنەوە

- ئوتومبیلی ژینگە هەڵبژاردە بکە کاتێک ئوتومبیلی تازە ئەکڕیت. بە لێخورینێکی باشەکەوتانەوە، هەوای دروست لە تایەکاندا و ئەتومبیلێکی باش بۆ ژینگە، ئەتوانیت مەسرەفی سووتەمەنی ٢٠ لەسەد کەمبکەیتەوە.
- تایەیەک هەڵبژێرە کە نیشانەکردنی وزەی بە A کرابێت، کاتێک تایەی تازە ئەکڕیت. بیرت بێت کۆنترۆڵی پەستانی هەوای تایەکان بکەیت.

© 2016 Energi- och klimatrådgivningen i Stockholmsregionen