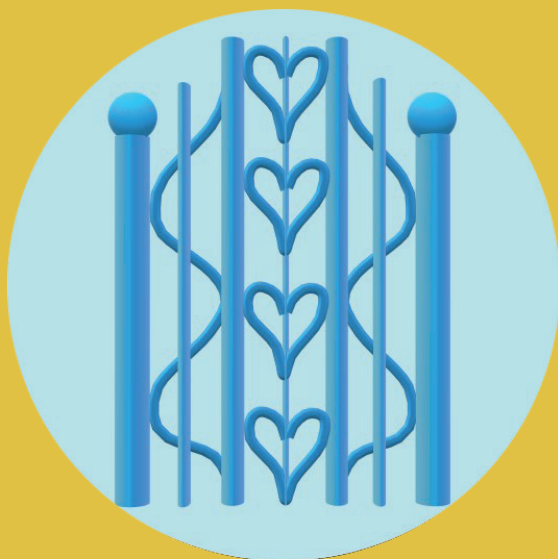


# نکات مفید برای شما

شما می توانید هزینه های خود را کاهش دهید و در عین حال از مزایای انرژی و اقلیم خوب برخوردار شوید. در سفری به انرژی خوب و هوشمند تر به ما بپیوندید، در جایی که راهنمای سفر شما، مشاور انرژی و آب و هوا در شهرداری شما است.



برای باز کردن در و پوشه خوش آمدید

Energirådgivare

Goda råd gratis!



## شما میتوانید توفیر ایجاد کنید و تبدیل به یک قهرمان روز شوید!



برای راهنما هایی روزانه هوشمندانه تر با خدمات مشاور انرژی و آب و هوا در شهرداری خود تماس بگیرید

این نکات در پروژه ”توصیه های انرژی و آب و هوا برای سوئدی های جدید“ توسط شهرداری Storfors گرده آوری شده است. این پروژه ها با همکاری شهرداری های Hammarö, Karlstad, Kristinehamn و اجرا می شود که در سال ۲۰۲۲ توسط آژانس انرژی تامین مالی می شود  
مدیران پروژه Othman Hanan

[www.energimyndigheten.se](http://www.energimyndigheten.se) och [www.storfors.se](http://www.storfors.se)



FILIPSTADS  
KOMMUN



STORFORS  
KOMMUN



KARLSTADS KOMMUN



Hammarö



Kristinehamns  
kommun

# منابع و پول را در زندگی روزمره هوشمندانه خود ذخیره کنید

یک شرکت بازرگانی برق را انتخاب کنید  
شارژ را از برق بکشید و حالت آماده به کار را خاموش کنید  
حرارت را یک درجه کم کنید، می تواند ۵٪ در انرژی صرفه جویی کند  
کتری برقی موثرتر (کم مصرف تر) از قابلمه است  
در زمان کوتاه تری دوش بگیرید  
سردوشی با فشار کم می تواند ۸۵ تا ۳۰ درصد آب را ذخیره کند  
کالاهای دارای برچسب محیط زیست را انتخاب کنید  
قبل از خرید از برچسب انرژی استفاده کنید  
چراغ های لد (led) می توانند ۹۰٪ درصد انرژی ذخیره کنند  
درصد غذاهای سبز و تولید محصولات محلی را افزایش دهید  
کاهش ضایعات مواد غذایی، می تواند ۳۰٪ از منابع را ذخیره کند  
ضایعات مواد غذایی را برای بازیافت در مخزن (ظرف مخصوص) جمع آوری کنید  
دوچرخه سواری برای سلامتی و محیط زیست مفید است  
سفر با قطار می تواند ۹۰٪ دی اکسید کربن را ذخیره کند  
یک ماشین کم مصرف را برانید و هم سواری را ارائه دهید  
تعمیر کردن، استفاده مجدد، مرتب سازی و همچنین بازیافت  
روغن پخت و پز را برای بازیابی در مخزن (ظرف مخصوص) جمع آوری کنید  
محصولاتی که برای محیط زیست خطرناک می باشند (مانند باتری، لامپ،  
رنگ، وسایل برقی ...) به مرکز بازیابی تحویل داده می شوند  
تاثیر غذا بر آب و هوا را ببینید [www.matkalkylatorn.se](http://www.matkalkylatorn.se)  
برای اطلاع بیشتر [www.energimyndigheten.se](http://www.energimyndigheten.se)  
لطفا به دوستان خود بگویید!

Foto: Michael Johansson  
Illustrationer: Tina Näslund

