

تعلم معنا كيف
تقلل استهلاك
الكهرباء وتحمي
البيئة

دليل إرشادي للطالبات والعاملين حول أساليب ترشيد استهلاك الطاقة داخل الكلية وخارجها.

تحت رعاية

- الأستاذ الدكتور/ خالد الدرندي - رئيس جامعة الزقازيق
- الأستاذة الدكتورة/ حنان النحاس - نائب رئيس الجامعة
- لشؤون خدمة المجتمع وتنمية البيئة
- الأستاذة الدكتورة/ رانيا محمد غرب - عميدة كلية علوم الرياضة بنات
- الأستاذة الدكتورة/ نادية طاهر شوشة - وكيل الكلية
- لشؤون خدمة المجتمع وتنمية البيئة



إرشادات عامة في ترشيد الطاقة

إن ما يمر به الوطن من ظروف صعبة يتطلب الترشيد في إستهلاك الطاقة الكهربائية، وذلك من خلال إدارة إستخدام الأجهزة الكهربائية وإطفاء غير اللازم منها وإستخدامها بإدارة وحكمة، وعدم تشغيلها في وقت واحد خصوصاً في الفترة المسائية ما بين الساعة لسابعة مساءً والساعة العاشرة مساءً في فترة التوقيت الصيفي، والفترة من الساعة الخامسة مساءً إلى الثامنة مساءً في فترة التوقيت الشتوي؛ كل ذلك يسهم كثيراً في خفض النفقات الرأسمالية والتشغيلية لتوليد الطاقة الكهربائية.



تعاون معنا في الحد من الإسراف في إستهلاك الطاقة الكهربائية وذلك بإطفاء المصابيح الكهربائية في الغرف التي لا يجلس فيها أحد، وإطفاء الأجهزة الكهربائية التي لا نحتاجها. تذكر أخي المواطن أنك عندما تطفى مصباحاً لا تحتاجه فإنك تقدم لغيرك فرصة لتشغيل جهاز ربما يكون في أمس الحاجة إليه.

في ظل هذه الظروف الراهنة ندعوك أخي المواطن إلى:



١. التوقف عن إنارة الأسوار الحد الحدايق

٢. حافظ على نظافة المصاييح الكهربائية

٣. ليس من الضروري تشغيل الغسالة يومياً

٤. عدم تكرار فتح الثلجة

٥. إطفاء المصاييح والأجهزة الكهربائية قبل مغادرتك المنزل.

٦. تطفئ جهاز التلفزيون في حالة عدم استخدامه

٧. استفد من شمس الصيف في تجفيف الغسيل



أولاً: إرشادات لرفع كفاءة إستخدام الثلاجة



١. قلل عدد مرات فتح الثلاجة

٢. تأكد من تغطية الأغذية المطبوخة

٣. لا تضع الثلاجة بالقرب من أي مصدر حراري

٤. إعمل الصيانة الدورية للثلاجة

٥. نظف مكثف الثلاجة (الشبك الخلفي) مرتين على الأقل سنوياً.

٦. تأكد من صلاحية موانع التسرب المطاطية حول باب الثلاجة (الشبر)

٧. تأكد من ترك مسافة كافية بين الثلاجة والحائط



ثانياً: إرشادات لرفع كفاءة إستخدام الغسالة

١. تجنب تشغيل الغسالة يومياً

٢. لا تحمل الغسالة أكثر من الحمل المخصص لها

٣. وراعي أن يكون الماء متناسباً مع كمية الغسيل.



ثالثاً: إرشادات لرفع كفاءة إستخدام المكواة الكهربائية

١. قم بعملية الكي خارج ساعات الذروة في النظام الكهربائي

٢. نظم عملية الكي بشكل إسبوعي وخاصة للكميات الكبيرة.

٣. تجنب كي الملابس الرطبة





إرشادات عند الطهي



لتوفير الغاز المستهلك لعملية الطهي في المنازل، يجب إتباع الإرشادات التالية:-

١. اسلق الخضار واللحوم بكميات مياه قليلة.



٢. لا تفتح باب الفرن أثناء عملية الطهي الا عند الضرورة.

٣. لا تنسى اعيين الطباخ مشتعلة في حالة عدم استخدامها.

٤. استخدم طناجر البخار ما أمكن لانها تقال من وقت الطهي.



٥. ابقى الوعاء مغلق أثناء الطبخ قدر الإمكان.

٦. تجنب ان لا تزيد فترة التسخين الاولى للفرن عن خمسة دقائق.

إرشادات في الإنارة



١. إستفد من ضوء النهار للإنارة.

٢. إستخدم المصابيح الفلورية (النيون)

٣. إستخدم اللمبات الموفرة للطاقة

٤. نَظِّف مصابيح الإنارة بشكل دوري.

٥. إطفاء مصابيح الغرف غير المشغولة.

٦. وحدّ من إستخدام الكشافات الكهربائية للإنارة

٧. إستخدم الإضاءة الموجهة بدلاً من الإضاءة العامة.





إرشادات في التكييف



عند حلول فصل الصيف تأكد مما يلي:-

١. اضبط درجة الحرارة داخل المنزل على درجة ٢٤ درجة مئوية

٢. اعمل على صيانة أجهزة التبريد وتنظيف الفلاتر بشكل دوري ومنتظم.

٣. أغلق الستائر لمنع دخول اشعة الشمس أثناء عمل جهاز التبريد.

٤. اختر القدرة المناسبة لجهاز التكييف المناسب للمساحة المراد تبريدها.

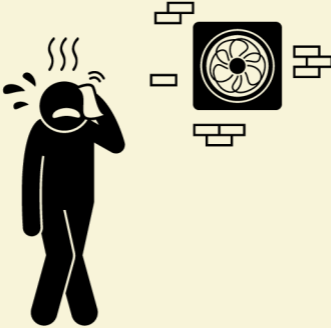


عند حلول فصل الشتاء تأكد من إجراء عمليات الصيانة التالية:-

1. عمل صيانة جيدة لنظام التدفئة
2. عالج أي تسرب للمياه الساخنة من المواسير أو المضخة
3. اعزل أنابيب التدفئة لتقليل كمية الحرارة المفقودة منها.
4. احرص على أن يكون لهب المدفأة مائلاً إلى الزرقة.
5. أشعل المدافئ في أماكن مفتوحة ومهواة.



إرشادات في العزل الحراري والرطوبة



إن من أبسط الإجراءات التي تتخذها في منزلك لحمايته من الرطوبة الداخلية التي تظهر على شكل عفن أسود خلف الخزائن والستائر والزوايا؛ أن تقوم بتركيب مراوح الشفط في الحمامات والمطابخ مع مراعاة إغلاق أبوابها باستمرار؛ وكذلك تهوية المنزل أثناء عمل التدفئة في الصباح والمساء من خلال فتح الشبائيك لمدة زمنية قصيرة.



لا حظ الفرق:



منزل معزول حراريا	منزل غير معزول حراريا
١. يدفا بسرعة فائقة	١. يحتاج وقتا طويلا لتدفئته شتاء
٢. توفير يصل من 40 - 50 %	٢. مصاريف وقود عالية للتدفئة
٣. تكاليف أجهزة التدفئة اقل.	٣. تكاليف كبيرة لأجهزة التدفئة
٤. جو معتدل صيفا	٤. جو داخلي حار صيفا
٥. لا يؤدي إلى الرطوبة الداخلية	٥. قد يؤدي إلى الرطوبة الداخلية
٦. يضيف هدوء نفسي وراحة جسمانية	