Mitthem

EUROPEISKA UNIONEN
Europeiska regionala utvecklingsfonden

Hållbara tillsammans

السكن عمليا

السكن المستدام عمليا

أن الشقة التي تستأجرها هي شقة سكن ذو منفعة عامة، يملكها جميع مواطني بلدية سندسفال. إن إستئجار شقة يعني أنه لك الحق في إستخدام الشقة ولكن عليك أيضا مسؤولية العناية بها. لذلك، فإنه من المهم أن تهتم بشقتك لكي تتجنب الأضرار ذات التكاليف الباهظة.

تتعرض الشقة للإهتراء الطبيعي بسبب السكن فيها ولكن الإهتراء الغير طبيعي يتحمل تكاليفه المستأجر بنفسه عند إنتقاله من الشقة. لذلك يتم إجراء فحص لمعاينة الشقة عند الإنتقال من وإلى الشقة.

إذا كانت لديك أسئلة يرجي الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال.

أمثلة على الأشياء التي قد يكون عليك واجب التعويض عنها

•إذا كان من الضروري تنظيف الشقة بسبب التدخين في داخلها.
•أضرار بسبب المياه تكون أنت المتسبب بها.
•تغيير قفل الباب في حالة فقدانك للمفتاح.
•الأضرار في الشبابيك والأبواب.

ينص عقد الإيجار والقانون أنه على المتسأجر مسؤولية رعاية الشقة ومقتنياتها.

أمثلة على الأشياء التي من المتوقع أن تقوم بها أنت كمستأحر.

- الإجراءات البسيطة في الشقة، مثل تثبيت البراغي المحلولة أو ما يشابه ذلك.
- إستبدال مصابيح الإنارة.
- رعاية وتنظيف الشرفة، الفناء الخارجي، منطقة وقوف السيارات أو المدخل الخاص اذا كان لديك هذا.
- تغيير المصهر / الفيوز.

المطبخ

ما عليك القيام به

- قم بإذابة الثلج عن المجمدة مرة في السنة.
- قم بتنظيف مروحة المطبخ من حين إلى أخر بطريقة منتظمة.
- نظف المطبخ لكي تتجنب الحشرات الضارة.
- إستعمل مواد للجلي تحمل علامة صديقة للبيئة.
- إمسح الدهون من الأوعية بمناديل المطبخ الورقية قبل أن تغسلهم.

لا تفعل هذا الأمر

- صب الدهون في مجرى الصرف الصحي (البالوعة).
- رمي بقايا الطعام في مجرى الصرف الصحي (البالوعة).
- غسل الأطباق تحت الماء الجارية.
- تجمع النفايات داخل الشقة.
- ترك باب الفرن مفتوحا عند تشغيل الفرن.
- رمي بقايا القهوة في مجرى الصرف الصحي (البالوعة).

المطبخ

طريقة رمي الدهون

تتجمد الدهون عندما تبرد. مما يعني أنه عندما تصب الدهون في مجرى الصرف الصحي (البالوعة) فإنها ستتجمد في إنبوب الصرف الصحي. يمكن أن يتكون إنسداد مما قد يؤدي في نهاية المطاف إلى فيضانه.

ما عليك القيام به:

ثبت قمع لصب السوائل على قنينة بلاستيكية ومن ثم قم بصب الدهون المبردة من بقايا الطهي داخل القنينة. عندما تمتلىء القنينة قم بإزالة قمع صب الدهون

وأغلقها بالسدادة وأرمي القنينة في حاوية النفايات المنزلية القابلة للإشتعال.

تنظيف مروحة المطبخ

مروحة المطبخ هي جزء من نظام التهوئة في الشقة. يلتصق بالفلتر كل من الدهون والغبار، عندها لا تعمل التهوئة بشكل صحيح. الفلتر المتسخ في مروحة المطبخ قد يكون قابلاً للإشتعال أيضا.

ما عليك القيام به:

قم بنزع الشبك عن طريق الضغط بإستمرار على الزرين إلى الداخل وأسحب الشبك إلى الأسفل.

أزل الفلتر عن طريق الضغط على الكبستين إلى الأسفل. قم بغسل الفلتر بصابون غسل الأطباق والماء الساخن.

أعد تركيب الفلتر والحاملة إلى الشبك. ومن ثم قم بإعادة تركيب الشبك، إبدأ بالتركيب من الحافة الخلفية أولا، ومن ثم قم بالضغط على الحافة الأمامية.

إذابة الثلج من المجمدة

عندما تكون المجمدة مليئة بالثلج فإنها تستهلك المزيد من الكهرباء. لذلك، من الجيد إذابة الثلج عن المجمدة مرة واحدة في السنة على الأقل. علاوة على توفير المال عندما تستهلك كهرباء أقل فإن الطعام يكون أفضل. قد تكون فكرة جيدة أن نقوم بإذابة الثلج من المجمدة في فصل الشتاء، عندها يمكن أن يبقى الطعام مجمد في الهواء الطلق في هذه الأثناء.

أنظر الى المجمدة من حين إلى اخر حتى لا تتدفق المياه إلى الأرض.

ما عليك القيام به

قم بإزلة الطعام من المجمدة. أطفيء المجمدة وأترك باب المجمدة مفتوحا.

دع الجارور الأخير في المجمدة داخلها لكي تتجمع به المياه المذابه. ضع منشفة على الأرض أمام المجمدة. دع الثلج يذوب ويقع من تلقاء نفسه. لا تحاول سحق أو إستعمال الة حادة لكي تبعد فيها الثلج، ممكن أن يؤدي هذا الأمر إلى كسر المجمدة.

تأكد من أن المجمدة ناشفة تماما قبل البدء بتشغيلها من جديد. ضع المواد الغذائية في المجمدة بعد أن تكون قد وصلت درجة حرارة المجمدة إلى الحرارة الصحيحة.

غرفة الحمام

ما عليك القيام به

- أغلق الصنبور / حنفية الماء أثناء تفريش الأسنان.
- إنتضح / خذ دوش لمدة قصيرة بدلا من الإستحمام أو الإنتضاح الطويل / الدوش قترة طويلة..
- إستخدم ستارة الحمام لكي تبقى الماء داخل المنضحة / الدوش.
- ضع سلة للمهملات داخل الحمام لكي ترمي فيها النفيات حتى لا ترميها في مجري الصرف الصحي.

لا تفعل هذا الأمر

- تركيب المنضحة اليدوية / الدوش اليدوي.
- حفر ثقوبا في جدران الحمام، مما قد يؤدي الى أضرار الرطوبة.
- ترش الماء في جميع أنحاء الحمام كطريقة للتنظيف.
- رمي في المرحاض غير البول، البراز ومناديل الحمام الورقية.
- إستعمل مواد لفتح الإنسدادات في أنبوب الصرف الصحي مثل الصودا الكاوية Kaustiksoda.

الحمام

خاتم / قفل الماء ومصرف المياه الارضي (البالوعة)

إذا كانت الماء تتدفق ببطء من حوض غسيل اليدين أو المنضحة / الدوش، فإن هذا الأمر يعود إلى الشعر، بقايا الصابون والأوساخ التي تكون عالقة وتشكل الإنسداد. هذا الأمر يعيق تدفق المياه بعيدا.

ما عليك القيام به بأماكن التغسيل

قم بتغطية فتحة تصريف الماء باصبع الباهم أو بشريط لاصق. أضغط بسلاكة الحوض فوق فتحة الصرف الصحي. إملىء نصف حوض غسيل اليدين بالماء ومن ثم قم بالضغط على سلاكة الحوض إلى الأعلى ومن ثم إلى الأسفل. أذا لم تساعدك سلاكة الحوض، أو أذا لم يكن لديك سلاكة للحوض، جرب أن تنظف خاتم / قفل المياه تحت حوض غسيل اليدين.

ضع وعاء تحت حوض غسيل اليدين لمنع سقوط المياه المتسخة على الأرض. قم بفك الجزء السفلي من خاتم / قفل الماء باليد. لا تستعمل أيه أدوات، لإنها قد تتسبب بكسر خاتم / قفل المياه.

قم بعد ذلك بإعادة تركيب القاعدة بدقة. تأكد من أن شريط مانع التسرب موجود في مكانه ومن ثم تأكد من عدم تسرب الماء. إذا لم تتدفق الماء بالرغم من هذا الإجراء، يرجى الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال.

ما عليك القيام به في المنضحة / الدوش

أرفع المصفاية، تجد تحتها خاتم / قفل المياه. أرفع خاتم / قفل المياه إلى الأعلى ونظف كل الشعر والأشياء الأخرى العالقة بداخله. ومن ثم أعد تركيب خاتم / قفل المياه إلى مكانه واضغط عليه بشدة وإحكام.

إذا كان لديك نوع أخر من أنواع مصرف المياه الأرضي (البالوعة) قد لا يكون من الممكن تنظيفه بهذه الطريقة. يرجى الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال للمزيد من المعلومات.

أرمي فقط البول، البراز ومناديل الحمام الورقية في المرحاض.

كل أنواع النفايات الأخرى يجب رميها في القمامة. رمي الاوساخ في المرحاض ليس فقط مشكلة في الصرف الصحي، بل يمكن أن يؤدي أيضا إلى فيضان شقتك وشقة جيرانك إذا علقت الأوساخ في أنابيب الصرف.

الحمام

تجنب أضرار المياه

الحمام هو المكان الأكثر شيوعا الذي يحصل فيه أضرار الرطوبة والعفن. العفن هو خطر على الصحة وإصلاح أضرار الرطوبة يكلف الكثير من المال. لذلك، من المهم أن نحاول تجنب أضرار الرطوبة والمياه.

السبب الشائع لأضرار المياه هو التنظيف الغير سليم للحمام.

- لا تحدث ثقوب في الجدران لإنها تتلف مانع التسرب وتؤدي إلى وصول الرطوبة إلى الجدران مما يتشكل العفن.
- لا ترش كامل جدران الحمام بالمياه بإستخدام مرشة المنضحة / مرشة الدوش. إستعمل بدلا من ذلك مساحة الأرض الطويلة أو الكاشطة.
- في حال وصول المياه إلى الأرض خارج الحمام، إستعمل كاشطة الأرض لكي تسير المياه إلى إنبوب الصرف الصحي (البالوعة) أو إمسحها بمنشفة.

قم بتوفير المياه

في العديد من الشقق التابعة إلى "ميت هم" Mitthem يتلقى المتسأجر فاتورة بتكاليف المياه التي إستخدمها. من خلال الحد من إستهلاك المياه يمكنك توفير كلٌ من الطاقة والمال.

- خذ دوش قصير بدلاً من الإستحمام الطويل.
- أغلق الماء أثناء تفريش الأسنان.
- أغسل الأطباق والملابس عندما تكون الآلة ملأنة.
- إستعمل وعاء للغسيل إذا كنت تجلي يدويا.
- بلغ عن الصنوبر / الحنفية أو المرحاض إذا كانو يقطرون الماء، يرجي الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال.

الحمام

إغلاق المياه

إذا حصل تسرب للمياه في الشقة وتحتاج غلى إغلاق المياه، لديك إمكانية القيام بهذا الأمر من غرفة الحمام.

ما عليك القيام به

للمستأجرين الذين لديهم كرسي المرحاض معلق بالحائط يوجد فتحة في الجدار فوق كرسي المرحاض. ثابته مع مغناطيس. داخل الفتحة يوجد صمامان أزرق وأحمر يمكنك إغلاق المياه من خلالهم. ومن ثم يرجي الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال.

إذا كان كرسي المرحاض مثبت على الأرض، عندها لا يمكنك بنفسك القيام بإغلاق المياه في الشقة، لذا، عليك الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال مباشرة عند بدء تسرب المياه في الشقة.

توصيلات المياه

بصفتك مستأجر لا يسمح لك إجراء أي من توصيلات الماء الخاصة بك. مثلا تركيب منضحة يديوية / دوش يدوي في حوض غسل اليدين. التركيب الخاطئ للمنضحة اليدوية / الدوش اليدوي هو سبب رئيسي للأضرار التي تحدث بسبب المياه. إذا كانت لديك أسئلة يرجي الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال.

الكهرباء والتدفئة

ما عليك القيام به

- أطفئ الأنوار عند مغادرتك للغرفة.
- قم بإذابة الثلج عن المجمدة مرة في السنة لكي تقلل من إستهلاك الكهرباء.
- دع المكان أمام جهاز التدفية خاليا من الأثاث لكي تنتشر الحرارة.
- قم بالتهوئة السريعة بدلاً من ترك النوافذ مفتوحة.

لا تفعل هذا الأمر

- إذا كانت الأشياء بدون قابس كهربائي، فلا تقم بتوصيلهم بنفسك.
- لا يسمح لك بسحب توصيلات كهرباء خاصة بك، مثلا عدة مآخذ كهربائية (فيش للتزود بالكهرباء).
- لا يسمح لك بتصليح مصهر الأمان الكهربائي / الفيوز التالف بنفسك. لإن هذا الأمر غير آمن.
- لا يسمح بتمديد سلك قطع وصل (سلك كهربائي ذو قوابس من الطرفين لتطويل شريط اخر) للحصول على الكهرباء في الخارج أو على الشرفة.
- لا تحشر الأسلاك والكابلات بين الأبواب والنوافذ.

الكهرباء والتدفئة

إستبدال مصاهر الأمان / الفيوزات

تحتوي خزانه مصاهر الأمان الكهربائية على مصاهر الأمان / الفيوزات التي تحمي من التحمل الزائد. إذا كنت تشغل العديد من الأجهزة الكهربائية في نفس الوقت يمكن عندها أن إحدى أو عدد من مصاهر الأمان / فيوزات تتوقف عن العمل وينقطع التيار الكهربائي.

ما عليك القيام به

إبحث عن النقطة الملونه في طرف مصهر الأمان / الفيوز. إذا كانت النقطة الملونه قد إنفصلت عن مصهر الأمان / الفيوز فهذا يعني أن مصهر الأمان / الفيوز تالف. إستبدل مصهر الأمان / الفيوز التالف بمصهر أمان / فيوز جديد بحيث يكون له نفس اللون مثل اللون الموجود في أسفل اللوحة التي تحمل مصاهر الأمان / الفيوزات. لا تحاول أبدا تصليح مصهر الأمان / الفيوز – قد يتسبب ذلك في الحريق!

تحتوي بعض الشقق على مصاهر أمان / فيوزات اتوماتيكية. عندما تعثر على المسبب للحموله الزائدة وتصححه، قم بإعادة ضبط زر مصهر الأمان / الفيوز الذي سقط برفعه الى الأعلى.

إذا لم لديك قابس كهربائي

بصفتك مستأجر يسمح لك فقط بتوصيل الأشياء التي يمكن توصيلها بقابس كهربائي. لا يسمح بالقيام بالتوصيلات الأخري إلا من قبل كهربائيين مصرح لهم بذلك. إذا كانت لديك أسئلة تتعلق بالتوصيلات الكهربائية يرجي الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال

الكهرباء والتدفئة

قاطع التسريب الأرضي

يوجد في العديد من الشقق قاطع للتسريب الأرضي. هو يكتشف إذا كان هناك خطأ ما في نظام الطاقة الكهربائية، عندها يقطع التيار الكهربائي عن منزلك لحمايته.

ما عليك القيام به

قم بتشغيل قاطع التسريب الأرضي مرة أخرى. إذا توقف عن العمل مرة اخرى، إسحب الجهاز الذي أوصلته أخيرا من الكهرباء إذا كنت تعرف أيا منهم ومن ثم قم بتشغيل قاطع التسريب الأرضي من جديد.

إذا لم تكن تعرف أية من الأجهزة التي تم توصيلها أخيرا، قم بفك/ إغلاق جميع مصاهر الأمان / الفيوزات ومن ثم قم بتشغيل قاطع التسريب الأرضي. أعد تركيب/ رفع مصاهر الأمان / الفيوزات واحدا تلو الأخر الى أن يتوقف قاطع التسريب الأرضي عن العمل مرة اخرى، عندها تعرف بأن الجهاز الذي يتسبب بالعطل هو موصول على مصهر الأمان / الفيوز هذا. إفعل الأمر نفسه مع جميع الاجهزة الموصولة على مصهر الأمان / الفيوز هذا. عندما يتوقف قاطع التسريب الأرضي عن العمل تعرف حينها أية من الاجهزة هو المتسبب بهذا الأمر.

إذا لم يعمل قاطع التسريب الأرضي رغم أنك قمت بفك جميع مصاهر الأمان / الفيوزات يرجي الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال.

لماذا ينفصل قاطع التسريب الأرضي؟

السبب الأكثر شيوعا لتوقف قاطع التسريب الأرضي عن العمل هو أن احدى الأجهزة الكهربائية لامستها الرطوبة. لذلك يكون واحد من هذه الأجهزة هو السبب.

- غلاية الماء الكهربائية.
- جهاز صنع القهوة الكهربائي.
- المكواة.
- شاحن الهاتف الجوال.
- الأجهزة المتصلة بالقابس الكهربائي على الشرفة.

الكهرباء والتدفئة

التدفئة

يجب أن تكون درجة حرارة الشقق التابعة لـ "ميت هم" Mitthem كحد أدني 20 درجة مئوية في وسط الغرفة.

عندما يشعر الترموستات (منظم درجة الحرارة اتوماتيكيا) أن درجة الحرارة في الغرفة قد وصلت إلى 12 درجة مئوية ، يتم إغلاق تدفق المياه عبر جهاز التدفئة. يبرد جهاز التدفئة بصورة مؤقته وهذا هو السبب يجعلكم تشعرون بأن جهاز التدفئة بارد عندما تكون درجة الحرارة الخارجية تحت الصفر.

أذا كنت تشعر بالبرد، قم بالعمل التالي:

- لا يمكن للحرارة أن تنتشر في الغرفة إذا كنت تضع قطع الأثاث الكبيرة أو الستائر الطويلة أمام جهاز التدفئة. يجب أن تكون هناك مساحة 40 سم مساحة خالية على الأقل أمام جهاز التدفئة لكي يعمل بشكل صحيح.

- تأكد من شريط مانع التسرب حول النوافذ وأبواب الشرفات إذا كان تالفاً أو مفقوداً. وإلا فإن الحرارة ستتسرب منه. تحقق من شريط مانع التسرب وقم بالإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال إذا كان شريط مانع التسرب تالف أو مفقود.

- لا تغلق أجهزة التهوئة في الشقة. لقد تم بناء المنازل المعدة للتأجير بطريقة تجعل الحصول على دوران فعال للهواء. إذا أغلقت أجهزة التهوئة أو سدت فسيوقف دوران الهواء عن العمل بطريقة فعالة.

جهاز التدفئة بارد؟

ليس من المؤكد أن جميع اجهزة التدفئة قد تكون ساخنة. في بعض الأحيان لا يلزم أكثر من جهاز تدفئة واحد لكي تكون درجة حرارة الغرفة 20 درجة مئوية. لذلك، فإنه من المهم أن تتحقق من درجة الحرارة في منتصف الغرفة.

ليس دائما يكون كامل جهاز التدفئة ساخن. إذا كان ساخن من الأعلى، هذا يعني بأن كل شيئ على ما يرام. على عكس ذلك إذا كان جهاز التدفئة ساخن من الأسفل أو يصدر أصوات مثل تدفق المياه في داخله؟ عندها قد يحتاج جهاز التدفئة الى التهوئة. اتصل بمكتب الأبلاغ عن الأعطال.

النفايات

ما عليك القيام به

- لا تشتري أشياء لا تحتاجها. لإنها ستكون نفايات في النهاية.
- أحتفظ ببقايا الطعام وجهز منهم وجبة لتناولها في مركز العمل.
- لا تشتري منتجات ذات العلب الغير الضرورية.
- أشتري المستعمل بدلا من الجديد. هذه الطريقة تحد من كمية النفايات.

لا تفعل هذا الأمر

- رمي النفايات على الأرض.
- أن تأخذ معك إلى المنزل الأشياء التي رماها الأخرين.
- وضع النفايات في الأماكن المشتركة مثل مدخل الدرج.
- رمي بقايا الذبائح في غرفة النفايات.
- رمي الأدوية في القمامة، بل يجب تسليمهم إلى الصيدلية.
- رمي الأكياس البلاستيكية في نفس حاوية نفايات فضلات الطعام.

النفايات

فرز فضلات الطعام

إذا كانت توجد حاوية بنية اللون لنفايات الطعام في المكان الذي ترمي فيه النفايات فعليك فرز بقايا الطعام. يتم تجميع نفايات بقايا الطعام لتحويلها إلى الغاز الحيوي لتشغيل المركبات.

ما عليك القيام به

قم برمي نفايات بقايا الطعام في كيس ورقي بني مخصص لتجميع نفايات بقايا الطعام. عندما تكون مستعدا لرمي الكيس، ضعه في الحاوية البنية. يمكن لك أن ترميه بعد عدة أيام أو عندما يمتلئ الكيس لغاية الخط المتقطع. إذا ملئت الكيس أكثر ذلك فيكون من الصعب إغلاقه.

لكي يعمل الكيس على النحو المطلوب يجب وضع الكيس الورقي داخل الحاملة المخصصة له. إذا لم يكن لديك حاملة للكيس في المنزل، يرجى الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال.

من المهم أن لا تضع النفايات الأخرى في الحاوية البنية مثل البلاستيك، المعدن والزجاج.

هذه هي نفايات بقايا الطعام

- بقايا الطعام (النيئة أو المطبوخة)
- الخبز.
- الخضراوات، الجذور والفواكه.
- بقايا القهوة وفلتر القهوة، بقايا الشاي وأكياس الشاي.
- الأرز، الطحين والمعكرونة.
- البيض وقشور البيض.
- القشور من الحيوانات البحرية القشرية.
- العظام الصغيرة من اللحوم، السمك والطيور.
- الزهور وأوراقها (لكن ليس التربة).

النفايات

الفرز بالحاويات وإعادة التدوير

يوجد في كل غرفة نفايات أو بيت البيئة عدد من الحاويات الزرقاء. هذه الحاويات مخصصة لفرز العلب القابلة للإحتراق بحيث يمكن إعادة تدويرها لتصبح أشياء جديدة وبهذه الطريقة نخفف من إستغلال موارد الأرض.

ما عليك القيام به

لا ينبغي أن ترمي العلب كنفايات قابلة للأحتراق، بل تفرز لإعادة تدويرها. إذا إشتريت الأشياء التي تحتوي على العناصر التالية: مثل قنينة الكاتشاب أو عبوة من المربى، فإن هذه تعد علب.

ترمى العلب والصحف في الحاويات الزرقاء حسب نوع المادة التي تتكون منها. هناك ستة أنواع من الفرز.

- العلب الورقية.
- العلب البلاستيكية.
- العلب المعدنية.
- علب الزجاج الملون.
- علب الزجاج الغير ملون.
- الصحف.

الأشياء التي ليست علب، ولم يتم شرائها لأجل محتواها، ليس لها مكان في الحاويات الزرقاء. بل هي نفايات منزليه قابلة للحرق ويتم رميها في الحاويات الخضراء أو الحاويات العميقة للنفايات المنزلية القابلة للإحتراق.

بالإضافة إلى الحاويات الزرقاء يوجد أيضا حاويات للبطاريات، مصادر الإضاءة والأجهزة الألكترونية الصغيرة، يجب فرزها أيضا وعدم وضعها مع النفايات القابلة للإحتراق.

النفايات الضخمة

النفايات الضخمة هي الأشياء الكبيرة مثل الأثاث، الدراجات الهوائية وأجهزة التلفزيون. لا يجب وضع النفايات الضخمة في غرفة تجميع النفايات، بل يجب أخذها إلى إحدى مراكز إعادة التدوير التابعة للبلدية. يوجد في بعض عقاراتنا غرفة للنفايات الضخمة.

النفايات

النفايات الخطرة

إذا كان النفايات التي تريد رميها لها صوت، مضيئة أو تتحرك، فإنها تحتوي على الإلكترونيك. مما يجعلها من النفايات الخطرة ولا يجب رميها في القمامة بل يجب إيداعها إلى إعادة التدوير. هناك نقص في بعض المعادن التي تستخدم لتصنيع الإلكترونيات لذلك، من المهم فرزها بحيث يمكن إعادة تدويرها.

ما عليك القيام به

إذا كان يوجد حاوية للأجهزة الإلكترونية الصغيرة، البطاريات ومصادر الضوء في غرفة النفايات عندكم، يمكنك إيداعها هناك. إذا كانت لديك إمكانية الوصول إلى غرفة النفايات الضخمة يمكنك إيداع ألأجهزة الإلكترونية الاكبر حجما مثل أجهزة التلفزيون هناك. إذا لم يكن لديك إمكانية الوصول إلى هكذا أماكن يمكنك إيداع الإلكترونيات، مصادر الضوء والبطارايات في مركز إعادة التدوير. يمكنك أيضا إيداع البطاريات في بعض متاجر المواد الغذائية.

ا لمواد الكيميائية

إذا كنت تريد رمي مادة كيميائية، مثل الطلاء، زيت المصباح، فإنها نفايات خطرة. وتعتبر أيضا الأشياء كطلاء الأظافر وسبراي الشعر نفايات خطرة. المواد الكيميائية التي ترمي في المكان الخطاء تشكل خطرا كبيرا مثل الحريق في شاحنة نقل النفايات أو غرفة النفايات الضخمة. لذلك، قم بإيداع موادك الكيميائية في إحدى مراكز إعادة التدوير الثلاثة المأهولة في بلدية سندسفال.

غرفة غسيل الملابس

ما عليك القيام به

- إختر مساحيق الغسيل المصنفة صديقة للبيئة.
- إستعمل فقط الكمية الضرورية من مسحوق الغسيل.
- لا تستخدم مطريات الغسيل، فهي ليست جيدة للبيئة ولا للملابس.
- أترك غرفة الغسل في حالة جيدة للشخص الذي سيقوم بالغسيل من بعدك.
- قم بإزالة الوبر من فلتر مجففة الغسيل.

ا تفعل هذا الأمر

- ملئ الغسالة بالماء. بل هي تملاء نفسها بنفسها.
- إستعمال غرفة غسيل الملابس لأمور آخرى بخلاف غسل الملابس.
- غسل حمالات الصدر بالغسالة بدون وضعها في الكيس المخصص للغسيل.

غرفة غسيل الملابس

الغسيل في غرفة الغسيل

جميع الغسالات تملأ بالماء بنفسها والبعض منهم يقوم بتقدير كمية مسحوق الغسيل بنفسها. من المهم على الجميع أن يحافظوا على أوقاتهم وعدم الغسيل في المواعيد المحجوزة لشخص اخر.

ما عليك القيام به

عندما تكون الغسالة ملآنة بالملابس يستخدم حوالي 70 مل من مسحوق الغسيل للغسلة. إن صب المزيد من مسحوق الغسيل لا يجعل من غسيلك أنظف، بل قد يعني أنه قد يبقى مسحوق الغسيل عالقا على الملابس.

من الشائع إستعمال مطري الغسيل ولكن في الواقع هو منتج غير ضروري. كن حريصا عند إستعمالك له. تجنب إستخدام المواد الكيميائية التي في الواقع لا تحتاجها.

لتوفير الموارد، من الجيد ملء الغسالة ولكن من المهم أيضا عدم ملء الغسالة أكثر من اللازم. لأن ذلك قد يتسبب بكسرها. من المهم أيضا إستخدام كيس غسيل الملابس عند غسل الملابس التي تحتوي على محاور حديدية، اشياء معقوفة قاسية أو أزرار مثل حمالات الصدر.

كيفية ترك غرفة غسيل الملابس في حالة جيدة.

- إحترم مواعيد الغسيل من خلال أن تنهي وقت غسيلك على الموعد المحدد.
- قم بإزالة الوبر من فلتر مجففة الغسيل.
- نظف خزانه التنشيف.
- أكنس وأمسح الأرض بممسحة مبللة.
- نشف الغسالة وجرن الغسيل.

عامة

ما عليك القيام به

- تحقق من جهاز إنذار الحريق بشكل دوري.
- إذا كنت تشك بوجود الحشرات الضارة قم بالإبلاغ عن هذا الأمر مباشرة.
- كن حريصاً على الجدران والأرضيات في الشقة.
- عندما تكون في الخارج حافظ على أن يكون الحيوان الأليف مربوط بسلسلة.
- قم بالتقاط المخلفات التي يتركها حيوانك الأليف بعد إكمال إحتياجاته.

لا تفعل هذا الأمر

- وضع الأشياء على الدرج لأنها تسبب خطر الحريق..
- إستعمال الكلور، فإنه مضر بالبيئة.
- التدخن بالقرب من المدخل أو الأماكن المشتركة الأخرى.
- في المباني المصنفة خالية من التدخين لا يسمح بالتدخين في جميع أرجاء المبنى.

عامة

التنظيف

بما أن الأرضيات في الشقة مختلفة، يجب أن تنظف بطرق مختلفة. بعض الأمكان أكثر حساسية من غيرها، ولكي نتجنب الأضرار، من المهم أن يتم التنظيف بطريقة صحيحة.

ما عليك القيام به

الأرضيات الخشبية حساسة على الماء، لذلك، يجب تنظيفها بشكل دوري بالمكنسة الكهربائية لمنع الأوساخ من الإلتصاق. إذا كنت رغم ذلك بحاجة إلى تنظيف الأرضيات الخشبية، إستخدم اقل قدر ممكن من الماء على قطعة قماش. يجب أن تكون رطبة فقط، وليست مبللة. إذا كنت بحاجة إلى إستخدام المنظفات فعليك إستخدام "Såpa" أي سائل التنظيف المصنوع من زيت الصنوبر. تأكد دائما من تجفيف الأرض من الماء.

منتجات التنظيف

كلما قل إستخدام المواد الكيميائية في المنزل، يكون ذلك أفضل. إذا كنت ترغب في إستخدام المواد الكيميائية للتنظيف فمن الجيد إختيار المنتجات التي تحمل علامة صديق للبيئة، الأوزة او Eu Ecolabel. العلامات هذه تعني أن المنتوج قد تم تكييفه مع البيئة.

Bra Miljöval

SVANENMÄRKET

EU Ecolabel www.ecolabel.eu

الكلور

الكلور هو سيء لأنه يحتوى على هيبوكلوريت الصوديوم natriumhypoklorit. إنه يقتل البكتيريا، مما يبدو وكأنه جيد، ولكن هذا يعني أنه يقتل البكتيريا الحميدة التي تقوم بتنقية مياهنا.

يوجد العديد من منتجات التنظيف التي هي جيدة للبيئة ولكنها تنظف أيضا. إختر منتج للتنظيف يحمل علامة صديق للبيئة وكن إقتصاديا عند إستعماله.

السلامة من الحريق

لسلامة الجميع، يوجد في كل شقة جهاز إنذار الحريق. إذا بدأ جهاز إنذار الحريق لديك يصفر صفرة واحدة ومن ثم يصمت لبعض الوقت قبل ان يبدأ بالصفير مرة أخرى، هذا يعني أن بطارية جهاز إنذار الحريق قد بدأت بالنفاذ. أما أن تقوم بتبديل البطارية بنفسك أو عليك الإتصال بمكتب الإبلاغ عن الأعطال وعندها يأتي مضيف الحي "kvartersvärd" ويغير البطارية. تحتوي بعض الشقق على جهاز إنذار الحريق مزود ببطارية مدمجة.

يمكنك إختبار جهاز إنذار الحريق لديك من خلال الضغط المطول على زر الإختبار، إذا كان مضخم الصوت والبطارية يعملون عندها سيبدأ الجهاز بالصفير.

ما عليك القيام به

فك جهاز إنذار الحريق من مكانه عن طريق برمه بإتجاه اليمين. قم بإزالة البطارية الموجودة في خلف جهاز إنذار الحريق وبدل البطارية ببطارية جديدة. عندما تضع البطارية الجديدة في جهاز إنذار الحريق، تأكد من أن النتوئات دخلت بالشكل الصحيح في مكانها. قم ببرم الجهاز بإتجاه اليسار لغاية أن تثبت مرة ثانية. قم بإجراء إختباره إذا كان يعمل.

طرق تجنب الحريق

- راقب عندما يكون الشمع مضاء.
- لا تشغل الأجهزة الكهربائية عندما لا تكون في المنزل .
- تأكد من أنك قمت بإيقاف الطباخ قبل مغادرتك للمنزل.
- قم بتنظيف مروحة المطبخ.
- لا تضع الأغراض على الدرج.
- لا تشحن الهاتف المحمول في الليل.
- أفصل الشاحن من الكهرباء عندما لا تستعمله.

عامة

الحشرات الضارة

تنتشر الصراصير وبق الفراش بسهولة وبالتالي من المهم على الجميع العمل معا لإبادتهم. أتصل فورا بمكتب الإبلاغ عن الأعطال إذا كنت تشك بوجود الحشرات الضارة في بيتك.

مكافحة الحشرات الضارة في بيتك لا تكلفك شيئا.

تجذب الحشرات الضارة نفسها نحو الطعام لذلك، أن الطريقة الجيدة لتجنب هذا الأمر هو التأكد من تنظيف المنزل وعدم وجود أي من بقايا الطعام مكشوفاً.

بلغ عن الحشرات الضارة مباشرة

إذا كانت توجد في بيتك حشرات ضارة، فمن المهم الإتصال فورا بمكتب الإبلاغ عن الأعطال على رقم الهاتف . 060-13 95 00

من الإتحاد الأوروبي يتعاون فيه "ميت سفاري فاتتن و اففال" MittSverige Vatten & avfall و "ميت هم"Mitthem من أجل مستقبل أكثر إستدامة.

من خلال مدرسة الإستدامة المتعددة اللغا نريد تعزيز الإندماج والإلهام لإختيار البيئة الجيدة في حياتنا اليومية. الهدف من ذلك هو تقليل كميات النفايات وإستخدام المياه والطاقة في بعض العناوين المختارة في منطقة "نكستا" Nacksta و "شونسباري" Skönsberg.

هناك هدف مهم اخر وهو تطوير نموذج للتدريب والإشراف والذي يمكن إستخدامه للإندماج والحياة العملية.

Mitthem

MittSverige Vatten&Avfall

تم تمويل المطبوعات من قبل مشروع "نستدام معا"
Hållbara tillsammans
بدعم من صندوق التنمية الإقليمية في الإتحاد الاوروبي.

EUROPEISKA UNIONEN
Europeiska regionala utvecklingsfonden