

verbraucherzentrale



Energieberatung



verbraucherzentrale

Baden-Württemberg

لمحة عن مصروفات الطاقة

عروض الدعم في منطقة رافنسبورغ

خدمة المشورة بشأن الطاقة التابعة لمركز حماية المستهلكين في بادن فورتمبيرغ ج.م. تقدم لك المشورة حول جميع المسائل المتعلقة بالطاقة. يمكنك تلقي مشورتنا الشخصية في 13 مركزًا للمشورة في بادن فورتمبيرغ. مركز حماية المستهلكين في بادن فورتمبيرغ عبارة عن جهة مستقلة ومحيدة. تم إعداد هذا الكتيب ليكون بمثابة دليل للمستهلكين الذين لديهم أسئلة حول الطاقة / مصروفات الطاقة. حيث يقدم لك الكتيب نظرة عامة عن جهات الاتصال المعنية ويمنحك نصائح وسبل مساعدة سريعة لحل المشكلات.

إذا كانت لديك أي أسئلة، فيمكنك الاتصال بمركز مشورة الطاقة في مركز حماية المستهلكين في بادن فورتمبيرغ مباشرة:

مركز حماية المستهلكين في بادن فورتمبيرغ ج.م.
Paulinenstraße 47, 70178 Stuttgart
رقم الهاتف: **0711 669110**
esh-energieberatung@vz-bw.de



لمحة عن مصروفات الطاقة

عروض الدعم في رافنسبورغ

فهرس المحتويات

- التبريد والتجميد 10
- الطهي والخبز 10
- المياه الدافئة 11
- الإضاءة والحاسب الآلي والتلفاز 11
- توفير الطاقة في شقة إيجار 12

ديون الطاقة

ماذا تفعل إذا خرجت مصروفات الطاقة عن السيطرة؟

- هل أنت مُهدد بقطع التيار الكهربائي - ما العمل؟ 14
- القروض لسد ديون التيار الكهربائي 17
- أين يمكنني الحصول على المزيد من المشورة؟ 19
- قرص لتركيب أجهزة قياس استهلاك الكهرباء 21

تخفيض استهلاك الطاقة

خدمة المشورة

حول الطاقة من مركز حماية المستهلكين في بادن فورتمبيرغ ج.م.

- المشورة لديك في المنزل 4
- مراكز المشورة في الموقع في رافنسبورغ 5

نصائح بشأن الطاقة

نصائح سهلة لتوفير الطاقة في المنزل

- مقدار التوفير المحتمل سنويًا 6
- التدفئة 8
- التهوية 9
- الغسيل & التجفيف 9

4 | تخفيض استهلاك الطاقة

يسر مستشار الطاقة الخاص بك الإجابة على أي أسئلة قد تكون لديك حول فاتورة التدفئة الخاصة بك.

خدمة مشورة الطاقة
من مركز حماية المستهلكين
في بادين فوتترمبرغ

كيف أحصل على موعد لتلقي المشورة؟

1. يمكنك تحديد موعد على الخط الساخن المجاني **0711 669110**

2. حيث يحضر المستشار إلى منزلك.

3. تستغرق المشورة حوالي ساعة.

4. وبعد جلسة المشورة، سنتلقى تقريرًا موجزًا في غضون أربعة أسابيع. وفيه يمكنك قراءة كل شيء مرة أخرى وتلقي النصائح!

تنبيه: التقرير ليس شهادة مقدمة من خبير!

المشورة لديك في المنزل

بالقليل من الجهد يمكن للمستهلكين توفير قدرًا كبيرًا من الطاقة. ويُساعد تلقي المشورة في ذلك عن طريق توفير لمحة عامة عن استهلاك الكهرباء واستهلاك المياه وتوضيح طرق بسيطة للتوفير.

عرض المشورة:

تساعدك المشورة في منزلك على إيجاد طرق لتوفير الطاقة. حيث يحضر مستشار الطاقة إلى منزلك لتقديم المشورة ويُساعدك في أي أسئلة قد تكون لديك حول استهلاكك للطاقة. ويُقدم لك الدعم في المواضيع التالية:

••• توفير التيار الكهربائي

••• التدفئة والتهوية

5 | تخفيض استهلاك الطاقة

وكالة الطاقة في رافينسبورغ

تقدم لك وكالة الطاقة في رافينسبورغ المشورة بشأن كافة القضايا المتعلقة بـ"الطاقة". حيث تقدم لك مشورة مجانية حول الطاقة. يعمل المستشارون بشكل مستقل ويقدمون لك المشورة بشكلٍ محايد.

وكالة الطاقة في رافينسبورغ ش.ذ.م.م

Zeppelinstraße 16

88212 Ravensburg

رقم الهاتف **0751 7647070**

info@energieagentur-ravensburg.de



في بعض البلديات أيضًا تقدم وكالة الطاقة جلسات مشورة بشكلٍ دائم في مبنى البلدية. ويمكنك طلب المواعيد الخاصة بذلك مباشرة من وكالة الطاقة!

مراكز المشورة في الموقع بدائرة رافينزبرغ
مركز حماية المستهلكين في مقر فريدريشهافن



مركز حماية المستهلكين في بادن فورتمبيرغ ج.م.

مركز المشورة في فريدريشهافن

Riedleparkstraße 1

88045 Friedrichshafen



يمكنك أيضًا حجز موعد للحصول على المشورة حول الطاقة عن طريق الاتصال على الرقم **0711 669110** أو بالاستعلام عن جميع العروض الأخرى من مركز حماية المستهلكين

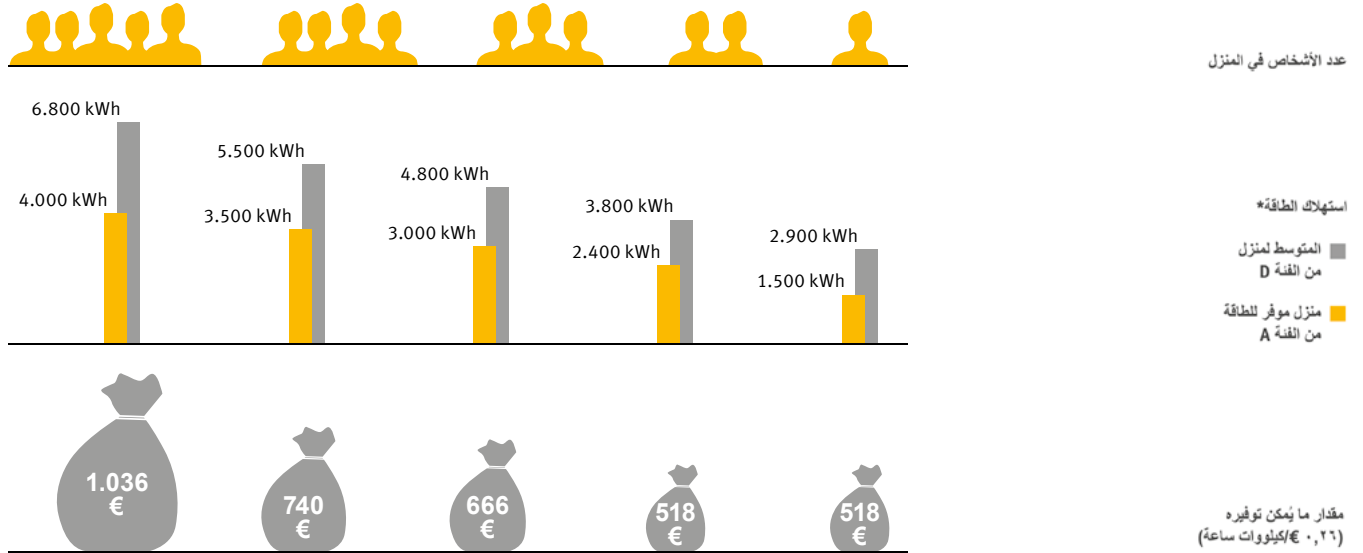
يتم تقديم المشورة بالتعاون مع وكالة الطاقة في رافينسبورغ.

6 | تخفيض استهلاك الطاقة

استهلاك الطاقة الكمية التي يمكنك توفيرها سنويًا

جديرٌ بالذكر أن مصروفات الطاقة، أي المياه الدافئة والتدفئة والكهرباء، باهظة الثمن في ألمانيا. ومن ثمّ، فالأمر يستحقّ تقليل استخدام الطاقة حتى يمكنك توفير بعض الأموال.

فيما يلي مقدار ما يمكنك توفيره عند ترشيد استخدام الطاقة:



* Data: Stromspiegel Deutschland 2021/22, values for one- and two-family homes with electric water heating (Class A–G)

** Source: strom-report.de, Forecast average household electricity price for 2023

كيف يمكنني التدفئة بطريقة سليمة؟

نشعر بالراحة عندما تكون درجة حرارة الغرفة بين 18 و22 درجة. وبحسب الغرفة التي نتواجد فيها، قد تكون هناك درجات حرارة أخرى مناسبة بصورة أكبر. وفيما يلي نظرة عامة موجزة:

غرفة المعيشة: 20 درجة

غرفة النوم: 18 - 16 درجة

المطبخ: 18 درجة

الحمام: 24 - 21 درجة

غرفة الأطفال،

غرفة العمل: 21 - 20 درجة



8 | نصائح بشأن الطاقة

يوجد "مقبض دوار" (ترموستات) في المدفأة. ويشير هذا "المقبض الدوار" إذا لم تتواجد في المنزل، يمكنك خفض درجة التدفئة إلى المستوى 2. إلى مستوى دفاء شفتك.

مهم: لا تحول المدفأة في الشتاء أبدًا إلى 10! 

••• لا تضع الأثاث أو تعلق الستائر أمام المدفأة!

••• لا تضع الملابس على المدفأة!

المستوى 1 = 12 درجة

المستوى 2 = 16 درجة تقريبًا

المستوى 3 = 20 درجة

المستوى 4 = 24 درجة

المستوى 5 = 28 درجة تقريبًا

إذا قمت بضبط "المقبض الدوار" على المستوى 3 في غرفة المعيشة والمستوى 2.5 في غرفة النوم، فستحصل على درجة حرارة الغرفة المثالية. ورفع درجة الحرارة لن يُعجل بالتدفئة، بل سيزيد التكلفة!

تحتوي بعض الشقق على مدفأة تحتاج إلى التيار الكهربائي. وهذه المدفأة مكلفة للغاية. يمكنك معرفة هذه المدفأة من وجود كابل الكهرباء بها. برجاء تلقي المشورة إذا كانت لديك مثل هذه المدفأة.



الغسيل والتجفيف

عندما تغسل ملابسك، انتبه إلى درجة الحرارة. بالنسبة للغسيل ذي درجة الاتساخ الطبيعية، يكفي غسله بدرجة حرارة 30 درجة. عند الغسيل بدرجة حرارة 30، يمكنك توفير الوقود. وكلما استخدمت درجة حرارة غسيل أعلى، تزداد تكلفة الغسيل التي تتكبدها!

من الأفضل تجفيف الغسيل على حبل الغسيل أو على حامل التجفيف. ولكن إذا كنت لا ترغب في الاستغناء عن مجفف الملابس، فقم بعصر الغسيل قبل تجفيفه. وللقيام بذلك، اضبط الجهاز على 1200 لفة.



كيف يُمكنني التهوية بطريقة صحيحة؟

الهواء النقي جيد! يمكن أيضًا منع تفشي العفن عند التهوية بشكل صحيح. وهذا الأمر بالغ الأهمية، خصوصًا في فصل الشتاء.

••• افتح النافذة بالكامل 3 مرات يوميًا على الأقل. يجب أن تترك النافذة مفتوحة لمدة 5-10 دقائق. إذا قمت بامالة النافذة فحسب، فيجب عليك التهوية لفترة أطول مما يزيد من الحاجة إلى الطاقة.

••• قم بالتهوية بعد الطهي.

••• قم بالتهوية عند تجفيف الغسيل في شقتك. في بعض الأحيان، لا يُسمح بتجفيف الغسيل داخل بعض الشقق المستأجرة. وهذا الأمر منصوص عليه في عقد الإيجار الخاص بك!

الطهي والخبز



••• استخدم غطاءً على الأواني والمقالي عند الطهي.

••• قم بغلي الماء مسبقاً في غلاية المياه.

مهم: الفرن ليس مدفأة. من فضلك لا تستخدمه لتدفئة منزلك!



التبريد والتجميد

لا تفتح الثلاجة أو المجمد إلا لفترة وجيزة. دع الطعام يبرد قبل أن تضعه في الثلاجة. يُرجى عدم وضع الثلاجة بالقرب من المدفأة أو الموقد. احرص على عدم تكوّن طبقات سميكة من الثلج في المجمد الخاص بك.

كيف أضبط الثلاجة / المجمد بشكل صحيح:

••• يجب أن تكون حرارة الثلاجة حوالي 7 درجات. وهذا يطابق المستوى 2 أو 3.

••• يجب أن تكون درجة حرارة المجمد حوالي 18- درجة. ويجب تذكّر إذابة الثلج منه بانتظام. حيث تتسبب طبقة الثلج البالغة نصف سنتيمتر في الاستهلاك الإضافي المرتفع للكهرباء.

ويمكنك قياس كلا درجتَي الحرارة بميزان حرارة!

الإضاءة والحاسب الآلي والتلفاز



❖... اشترِ مصابيح LED!

❖... قم بإطفاء الأنوار عندما تغادر الغرفة!

❖... لا تترك الأجهزة في "وضع الاستعداد"! هذا يعني أنه إذا لم يكن لديك مقبس متعدد به مفتاح قلاب تستخدمه لإيقاف تشغيله، فقم بفصل كابل الطاقة من المقبس. الأجهزة تستهلك الكهرباء حتى في "وضع الاستعداد".

المياه الدافئة

المياه الدافئة عالية الثمن لأنها تحتاج إلى الطاقة!

❖... استحم تحت الدش بدلاً من الاستحمام في البانيو!

❖... استحم تحت الدش لمدة 5 دقائق فقط!

❖... اغسل الأواني في الحوض، ولا تترك المياه جارية!



توفير الطاقة في الشقة المستأجرة

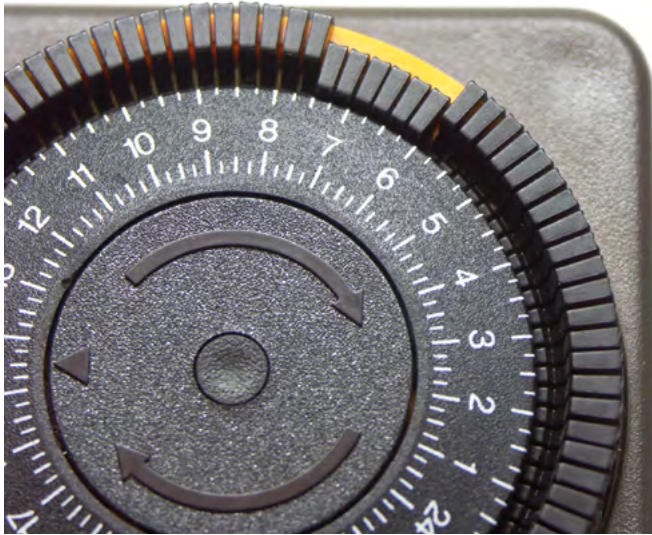


إذا كنت تعيش في شقة مستأجرة، فلن تكون لديك عادةً إمكانية تجديد الشقة بحيث يمكنك تقليل مصروفات التدفئة والماء الدافئ. إلا إنك بوصفك مستأجرًا لديك أيضًا الفرصة لتغيير بعض الأشياء الصغيرة لتقليل مصروفات الطاقة المتكبدة:

إذا كنت تخطط لشراء جهاز جديد، فعليك مراعاة فئات الطاقة. حيث توجد تصنيفات جديدة للطاقة مُطبقة منذ مارس 2021!



13 | نصائح بشأن الطاقة



••• إذا كان لديك مساحة فارغة بين المدفأة والجدار، فيمكنك سدها بما يسمى "الألواح العازلة". ويجب لصق هذه الألواح جيدًا بحيث لا تكون هناك فجوات. يرجى مناقشة ذلك الأمر مع المالك مسبقًا!

••• أغلق النوافذ والأبواب بشريط مانع للتسرب وباستخدام ما يسمى بموانع التسريب المزودة بفرشاة.

قم بتركيب أجهزة توقيت. يتيح ذلك إيقاف تشغيل أجهزتك تلقائيًا دون الحاجة إلى تذكرة.

••• تعمل رأس حنفية المياه المزودة بمصفاة على تقليل تدفق المياه. حيث تخرج كمية أقل من المياه من فوهة الصنبور، مما يساهم في توفير المياه بشكل فعال.

••• تضمن رؤوس الدش الموفرة للمياه استخدام كميات أقل من المياه، وبالتالي توفير الأموال.

جديرٌ بالذكر أن التوفير يُجدي ثماره فقط في مرافق الاستحمام والصنابير، حيث يوجد ضغط في الوصلات. إذا لم تكن متأكدًا، فاسأل المالك أو أحد الشركات المتخصصة!

أنت مُهدد بقطع التيار الكهربائي ما العمل؟

متى يمكن لمورد الطاقة قطع الكهرباء عنك؟

❖... لم تدفع 100 يورو على الأقل.

❖... ستتلقى إنذارًا بقطع التيار قبل أربعة أسابيع.

تنبيه: قطع الإمداد بالطاقة

ورفع قطع الإمداد بالطاقة يكلفك مصروفات!



❖... يتم إبلاغك بقرار قطع التيار برسالة قبل ثمانية أيام عمل من تنفيذ قطع التيار.

❖... لم ترد بعد على اتفاقية التسوية الخاصة بمورد الطاقة ولم تقدم له عرضًا للدفع.

إذا لم تدفع المبالغ الشهرية المستحقة أو المدفوعات الإضافية من الفاتورة السنوية وكانت عليك مستحقات متأخرة بقيمة 100 يورو على الأقل، فسوف يُنذرك مورد الطاقة بقطع الطاقة.

قبل انقضاء ثمانية أيام عمل من تنفيذ قطع التيار، ستتلقى إشعارًا كتابيًا بذلك مرة أخرى. وبالتزامن مع هذا الإخطار، ستتلقى عرضًا لسداد ديون الطاقة على أقساط، مما يُساعدك في تجنب قطع الإمداد بالطاقة.



ديون الطاقة | 15

4. تقدم بطلب للحصول على قروض: يُمكنك التّقدم بطلب للحصول على قرض من مقدم الإعانات الاجتماعية. يمكنك معرفة كيفية القيام بذلك من العنوان "قروض ديون الكهرباء".

5. استغل عروض المشورة: إذا كنت بحاجة إلى المزيد من الدعم، فاتصل بمركز المشورة. يمكنك أن تجد الدعم تحت عنوان "أين يمكنني الحصول على المزيد من المشورة".



لديك الخيارات التالية لمنع قطع التيار الكهربائي:

1. موانمة الوضع بالسداد مُسبقاً: إذا كنت تعلم أنك تستخدم قدرًا متزايدًا من الطاقة، فقم بموانمة وضعك بالسداد مُسبقًا في وقتٍ مُبكر. فهذا قد يمنع تكبدك مدفوعات إضافية مرتفعة في الفاتورة النهائية. ويسر مورد الطاقة المختص بك مساعدتك في تحديد مبلغ السداد المُسبق المناسب.

2. استخدم خيارات المساعدة الذاتية: تعامل بشكلٍ إيجابي، وقم بالرد على الرسائل التي يُرسلها مورد الطاقة المختص بك. هل يمكنك دفع المطالبات من رصيدك الاحتياطي؟

3. التواصل مع مورد الطاقة: إذا تلقيت إنذارًا بقطع التيار الكهربائي، فيجب على مورد الطاقة المختص بك أن يقدم لك اتفاقية تسوية! يمنحك ذلك فرصة لسداد ديون الكهرباء على أقساط مدتها 6 إلى 18 شهرًا.



هل تم قطع التيار الكهربائي عنك ولا تعرف ما العمل؟



الخطوة الأولى هي الاتصال بمورد الطاقة المختص بك. اشرح له وضعك المالي الحالي واسأل عن طرق إلغاء قطع التيار. إذا لم تتمكن من سداد ديون الطاقة الخاصة بك، فتتحقق مما إذا كان مكتب العمل / مصلحة الشؤون الاجتماعية يمكنهم منحك قرضًا لسداد ديون الطاقة. إذا كنت بحاجة إلى المزيد من الدعم والمشورة، فهناك العديد من مراكز المشورة في منطقة فرايبورغ.

قروض سداد ديون الطاقة

إذا كنت مهذبًا بقطع التيار الكهربائي بسبب ديون الطاقة، فيمكنك التقدم بطلب للحصول على قرض من مكتب العمل أو مصلحة الشؤون الاجتماعية. شروط ذلك هي:

- ❖... ألا يكون لديك أموال خاصة يمكنك استخدامها.
- ❖... أن يفشل الوصول لاتفاق تسوية مع مورد الطاقة.
- ❖... ألا توجد وسائل أخرى يمكن القيام بها لتجنب قطع التيار.

مهم: يمكن للموظفين أيضًا التقدم بطلب للحصول على قرض من مصلحة الشؤون الاجتماعية. ويتم تحديد ما إذا كنت ستلتقى قرضًا بحسب حالتك الفردية الفعلية. لا يتعين على مكتب العمل / مصلحة الشؤون الاجتماعية الموافقة على القرض.



أين يمكنني التقدم بطلب للحصول على القرض؟
إذا كنت تعيش في مدينة رافنسبورغ ولا تحصل على أي إعانات من
مركز العمل:



مدينة رافنسبورغ - التعليم والشؤون الاجتماعية والرياضة
قسم المساعدات الاجتماعية
Seestraße 9
88214 Ravensburg
رقم الهاتف: **0751 82182**



مدينة وينجارتن
Kirchstraße 1
88250 Weingarten
رقم الهاتف: **07514050**
البريد الإلكتروني: info@weingarten-online.de



أين يمكنني التقدم بطلب للحصول على القرض؟
إذا كنت تحصل على إعانات من مكتب العمل في منطقة رافنسبورغ:



مكتب العمل في منطقة رافنسبورغ
Sauterleutestraße 34
88250 Weingarten
رقم الهاتف: **0751 858000**



أين يمكنني تلقي المزيد من المشورة؟



المشورة الاجتماعية العامة في باد فالديزه
Robert-Koch-Straße 52
88339 Bad Waldsee
رقم الهاتف: **07524 4011680**
البريد الإلكتروني:

asb-bw@caritas-bodensee-oberschwaben.de

المشورة الاجتماعية العامة في لويتكيرش
Marienplatz 11
88299 Leutkirch
رقم الهاتف: **07561 90660**
البريد الإلكتروني:

asb-ltk@caritas-bodensee-oberschwaben.de

المشورة الاجتماعية العامة (ASB) تعتبر دليلاً يدعمك، مثلاً، في حالة وجود أزمات مالية وأسئلة حول التقدم بطلب للحصول على الإعانات الاجتماعية، وما إلى ذلك. حيث تساعدك على تخفيف حدة معاناتك وتقدم لك يد العون للبحث عن أسباب وطرق الخروج من الأزمة. كما تعتبر المشورة الاجتماعية العامة (ASB) أيضاً وكالة وسيطة لبعض الخدمات المتخصصة الأخرى.

أين يمكنني تلقي المزيد من المشورة؟



مؤسسة الشماسة في منطقة سوابيا العليا، بحيرة بودنسي المشورة الاجتماعية العامة
Weinbergstraße 10
88214 Ravensburg
رقم الهاتف: **0751 95223120**

رابطة كاريتاس في بحيرة بودنسي في منطقة سوابيا العليا المشورة الاجتماعية العامة
Seestraße 44
88214 Ravensburg
رقم الهاتف: **0751 362560**
البريد الإلكتروني:

asb-rv@caritas-bodensee-oberschwaben.de

أين يمكنني تلقي المزيد من المشورة؟



منطقة رافينسبورغ
المشورة بشأن الديون والإفلاس
مبنى الحكومة II



Gartenstraße 107
88212 Ravensburg

رقم الهاتف: 0751 853179، أو 853181 أو 853182
البريد الإلكتروني: schuldenberatung@rv.de

منطقة رافينسبورغ
المشورة بشأن الديون والإفلاس
فرع وانجين



Liebigstraße 1
88239 Wangen بالتوكيل.

رقم الهاتف: 07522 9963681
البريد الإلكتروني: schuldenberatung@rv.de

أطلقت شركة المشورة بشأن الديون ومؤسسة خدمة المواطنين في مقاطعة رافينسبورغ برنامجًا قصيرًا لتجنب قطع الطاقة عن الأشخاص والأسر المتضررة بشكل خاص. إذا كان لديك أي أسئلة حول هذا البرنامج، فيرجى الاتصال بالمكاتب المذكورة أعلاه مباشرة.

تأجير جهاز قياس استهلاك الكهرباء



مؤسسة **Bad Wurzacher Tafel**
Rosengarten 3
88410 Bad Wurzach
رقم الهاتف: **07522 7075118**



مؤسسة **Wangener Tafel**
Buchweg 6
88239 Wangen
رقم الهاتف: **07522 7075597**



يمكنك استعارة أجهزة لقياس استهلاكك للتيار الكهربائي مجانًا من المواقع المذكورة أعلاه. ويمكنك مقياس الاستهلاك معلومات حول أكبر الأجهزة التي تستهلك الطاقة في منزلك والأشياء التي ستنتفع من شراء إصدارات جديدة منها.

تأجير جهاز قياس استهلاك الكهرباء



الشراء العادل في فاينغارتن
متجر السلع المستعملة
Waldseerstraße 4
88250 Weingarten
رقم الهاتف: **0751 7646314**



شركة **Tafeln im Altkreis Wangen** ش.ذ.م.م
مؤسسة **Leutkircher Tafel**
Isnyerstraße 5/1
88299 Leutkirch



مؤسسة **Isnyer Tafel**
Espantorstraße 17
88316 Isny im Allgäu



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Klimaschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR UMWELT, KLIMA UND ENERGIEWIRTSCHAFT

الصور / إتياتات الصور:

© وكالة التصوير PantherMedia: serggn | العنوان | Ralf Kalytta
ص. 2 و. 15 | Gladskikh Tatjana (sutterstock.com)
ص. 7 | Volker Riechert (YAYMicro) | 8
ص. 9 | toa55 (YAYMicro) | 10 | gualtiero boffi
ص. 11 | Rupert Trischberger | 11 | gemenacom
(YAYMicro) | 12 | Andriy Popov (123rf.com) | 12
ص. 12 | Frank-Peter Funke | 13 | Chris Schäfer | 14 |
ChiccoDodiFC | 16 | Mila Markovic78 (YAYMicro)
ص. 17 | Birgit Reitz-Hofmann | 18 | © اتحاد مراكز حماية
المستهلكين ج.م. ص. 6

يتم تمويل مشروع "مشورة الطاقة للأسر ذات الدخل
المنخفض" من قبل وزارة البيئة في بادن فورتمبيرغ،
ويتمويل من أموال الدولة بالصورة التي وافق عليها
برلمان ولاية بادن فورتمبيرغ.

هيئة التحرير

الناشر

مركز حماية المستهلكين

بادن فورتمبيرغ ج.م.

فريق مشورة الطاقة

Paulinenstraße 47

70178 Stuttgart

الإصدار: سبتمبر: 2023/08

مطبوع على ورق معاد التدوير بنسبة

100 بالمائة

© مركز حماية المستهلكين

بادن فورتمبيرغ ج.م.

verbraucherzentrale

Baden-Württemberg