

# 15 TIPS

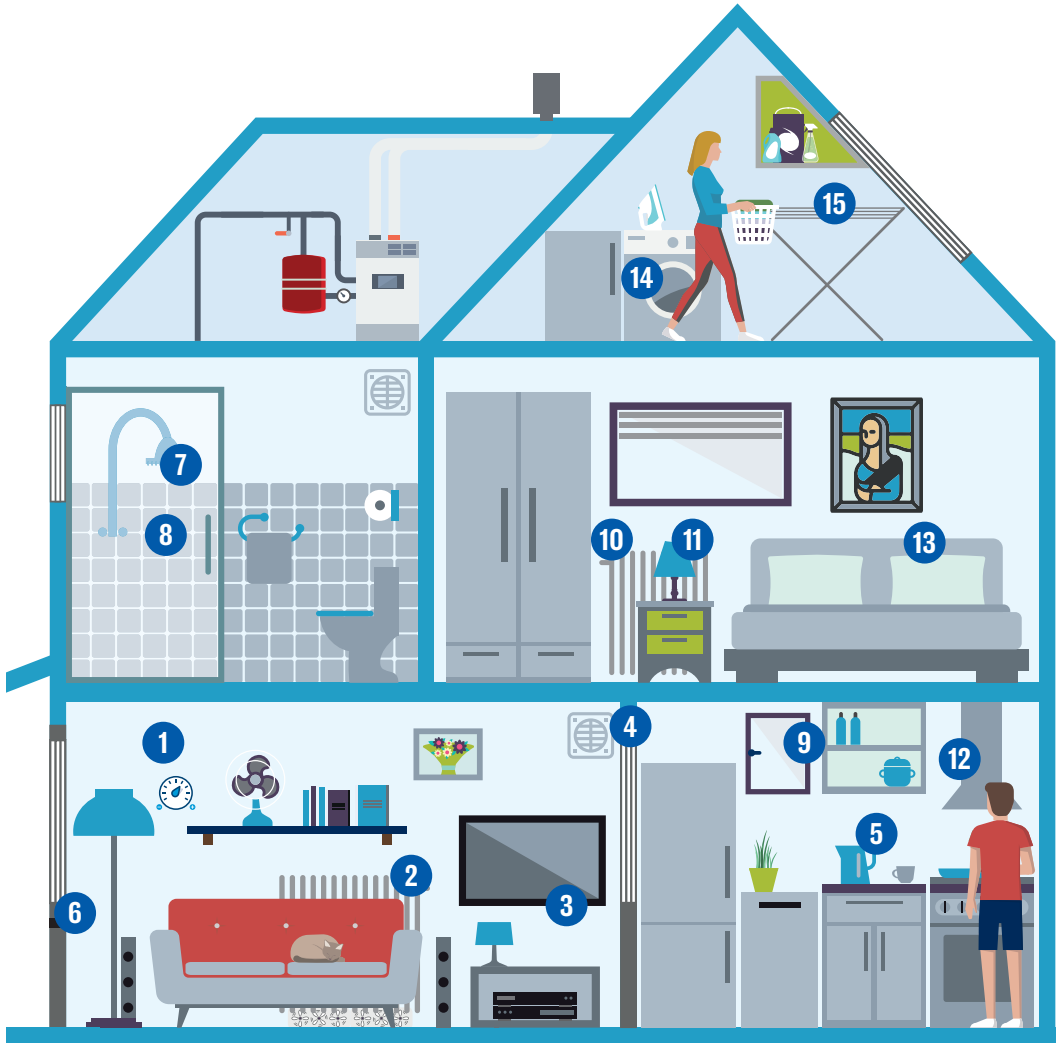
om makkelijk te besparen  
op je energierekening



Û-THUIS

## 15 نصيحة

للتوفير بيسر في فاتورة طاقتك



# 15 TIPS

Bij een gasprijs van 1 euro per m<sup>3</sup> bespaar je met deze tips 750 euro per jaar.\* Is jouw gasprijs nu hoger? Dan bespaar je nog meer geld.

## 15 نصيحة

توفر بواسطة هذه النصائح عندما يكون سعر المتر المكعب من الغاز 1 يورو 750 يورو في السنة.\* هل أن سعر الغاز أعلى بالنسبة لك؟ توفر عندئذ مالا أكثر من ذلك.

1

ca. €120 p/jaar  
حوالي 120 يورو في السنة

Zet de thermostaat  
1°C lager

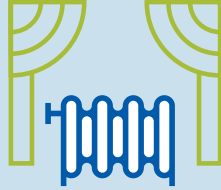


ضع منظم الحرارة على درجة  
واحدة اقل

2

tot €30 p/jaar  
لغاية 30 يورو في السنة

Houd je verwarming  
vrij van spullen

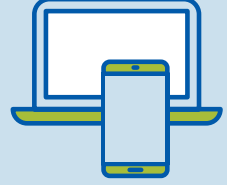


اجعل مدفأة خالية من  
الأغراض

3

tot €75 p/jaar  
لغاية 75 يورو في السنة

Zet je apparaten uit en  
niet op stand-by

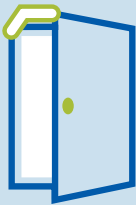


أطفئ أجهزتك ولا تضعها في  
وضع الاستعداد

4

tot €250 p/jaar  
لغاية 250 يورو في السنة

Sluit alle deuren in huis



أغلق جميع الأبواب داخل  
المنزل

5

TIP  
نصيحة

Gebruik niet te veel  
water in de waterkoker

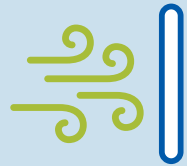


لا تضع الكثير من الماء في  
غلاية الماء

6

tot €50 p/jaar  
لغاية 50 يورو في السنة

Breng tochtstrips en een  
brievenbusborstel aan



ضع شرائط منع التيار الهوائي  
وشريط فرشاة صندوق الرسائل

7

tot €60 p/jaar  
لغاية 60 يورو في السنة

Plaats een water-  
besparende douchekop



ركب رأس دوش موفر للماء

8

tot €90 p/jaar  
لغاية 90 يورو في السنة

Douche niet langer dan  
5 minuten



لا تستحم لفترة أطول من 5 دقائق

9

TIP  
نصيحة

Ventileer de ruimte waar  
je bent

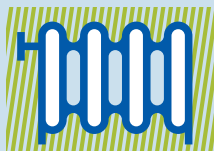


قم بتهوية الغرفة التي  
تكون فيها

10

tot €60 p/jaar  
لغاية 60 يورو في السنة

Plaats folie achter je  
verwarming

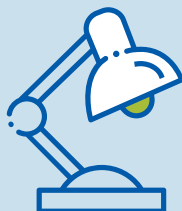


ضع عازلا خلف المدفأة

11

tot €8 p/lamp  
لغاية 8 يورو لكل مصباح

Gebruik ledlampen



استخدم مصابيح LED

12

ca. €310 p/jaar  
حوالي 310 يورو في السنة

Verwarm alleen de ruimte  
waar je bent



قم بتدفئة الغرفة التي تكون  
فيها فقط

13

ca. €120 p/jaar  
حوالي 120 يورو في السنة

Zet de thermostaat  
's nachts op 15 graden

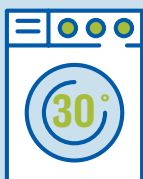


ضع منظم الحرارة ليلا  
على 15 درجة

14

tot €20 p/jaar  
لغاية 20 يورو في السنة

Was vaak op een lage  
temperatuur



قم بغسل الملابس غالبا  
بدرجة حرارة منخفضة

15

tot €75 p/jaar  
لغاية 75 يورو في السنة

Hang je was aan de lijn  
(en gebruik geen droger)



انشر غسيلك على الحبل  
(ولا تستخدم مجففة ملابس)

## Bespaar energie en geld

Veel mensen passen wel een paar tips toe, maar niet alles. Met een woning van één gezin kun je ca. 750 kuub gas besparen, oftewel 750 euro per jaar.

Heb je alle tips toegepast en is je energierekening nog steeds te hoog? Kijk op [www.provincie-utrecht.nl/onderwerpen/energie-en-klimaat/wat-kunt-u-zelf-doen](http://www.provincie-utrecht.nl/onderwerpen/energie-en-klimaat/wat-kunt-u-zelf-doen)

Wil je andere mensen uit de buurt helpen om energie te besparen? Kijk op [www.nmu.nl/project/energie-ambassadeurs-opleiden/](http://www.nmu.nl/project/energie-ambassadeurs-opleiden/)

\* Gegevens & bedragen komen van Milieu Centraal ([www.milieucentraal.nl](http://www.milieucentraal.nl)). Voor het berekenen van besparingen over een langere termijn (15 tot 25 jaar) gaat Milieu Centraal uit van de volgende energieprijzen; 1 euro voor een kuub (m<sup>3</sup>) gas en 22 cent voor een kilowattuur (kWh) stroom. **Kijk op je energiecontract voor je eigen prijs per m<sup>3</sup> en reken uit wat je precies kunt besparen.**

© 2023 concept, design & copyright: [www.manufesta.nl](http://www.manufesta.nl)

## وفر الطاقة والمال

يطبق الكثير من الأشخاص بضع نصائح، ولكن ليس جميعها. يمكنك في حالة منزل لأسرة توفير حوالي 750 متر مكعب من الغاز، أو 750 يورو في السنة.

هل طبقت النصائح ولا تزال فاتورة الطاقة الخاصة بك مرتفعة؟ أنظر على [www.provincie-utrecht.nl/onderwerpen/energie-en-klimaat/wat-kunt-u-zelf-doen](http://www.provincie-utrecht.nl/onderwerpen/energie-en-klimaat/wat-kunt-u-zelf-doen)

هل تريد مساعدة أشخاص آخرين بالقرب منك في توفير الطاقة؟ أنظر على [www.nmu.nl/project/energie-ambassadeurs-opleiden/](http://www.nmu.nl/project/energie-ambassadeurs-opleiden/)

\* البيانات والبيانات والمبالغ من Milieu Centraal ([www.milieucentraal.nl](http://www.milieucentraal.nl)). تنطلق Milieu Centraal لحساب التوفير لمدة أطول (15 إلى 25 سنة) من أسعار الطاقة التالية:  
1 يورو للمتر المكعب (m<sup>3</sup>) غاز و22 سنت للكيلوواط في الساعة (kWh) كهرباء.  
أنظر عقد الطاقة الخاص بك من أجل سعر الغاز للمتر المكعب الخاص بك واحسب ما يمكنك توفيره بالضبط.  
© 2023 مسودة، التصميم وحقوق الطباعة: [www.manufesta.nl](http://www.manufesta.nl)