



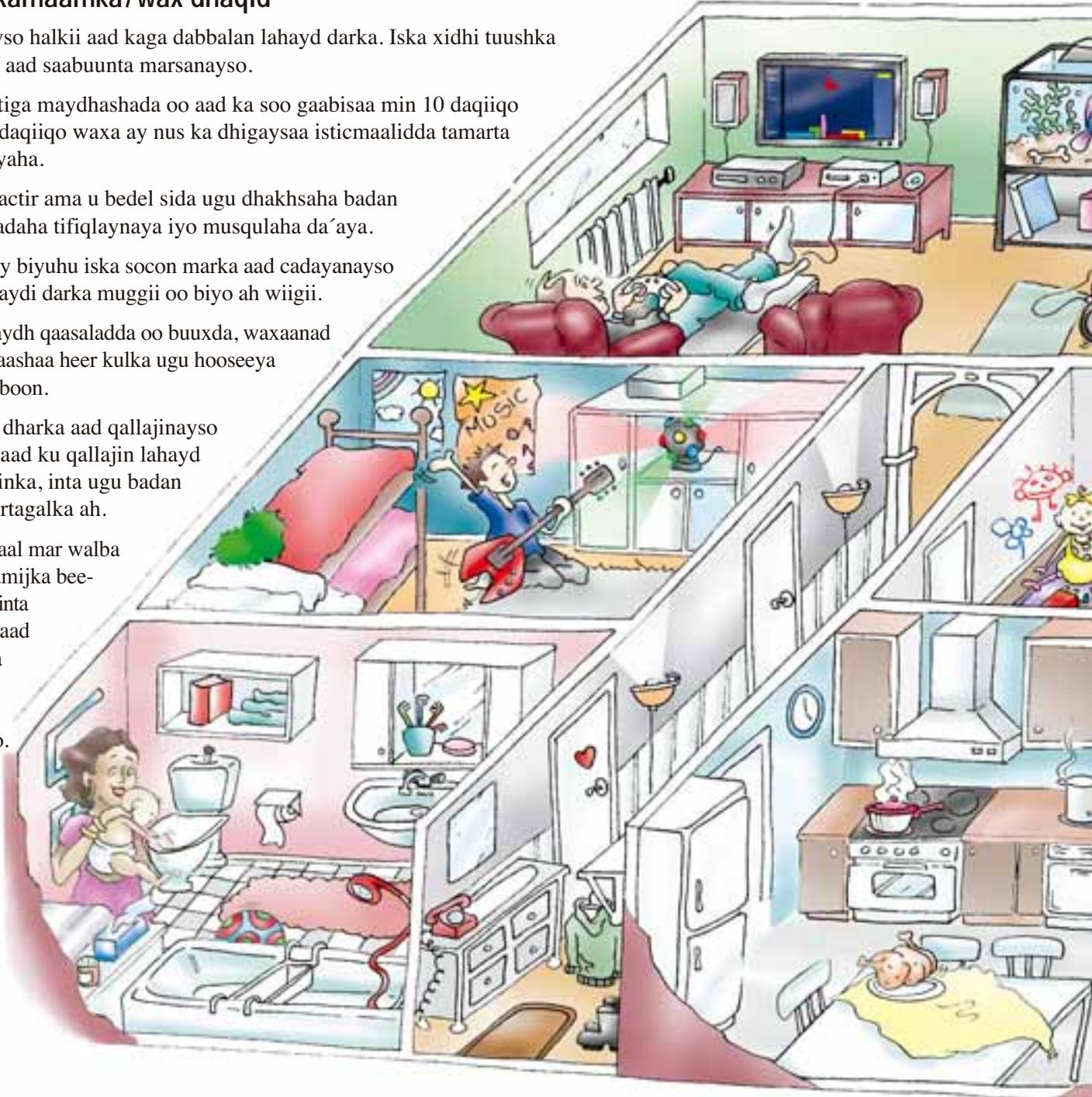
Kaydso tamarta

*– Oo isku fillaysii
qasnadda qoyska*

Tilmaamo tamar kaydsi oo wanaagsan oo

Qolka xamaamka/wax dhaqid

- » Qubayso halkii aad kaga dabbalan lahayd darka. Iska xidhi tuushka marka aad saabuunta marsanayso.
- » Wakhtiga maydhashada oo aad ka soo gaabisaa min 10 daqiiqo ilaa 5 daqiiqo waxa ay nus ka dhigaysaa isticmaalidda tamarta iyo biyaha.
- » U dayactir ama u bedel sida ugu dhakhsaha badan qasabadaha tifiqlaynaya iyo musqulaha da'aya.
- » Yaanay biyuhu iska socon marka aad cadayanayso – oo kaydi darka muggii oo biyo ah wiigii.
- » Ku maydh qaasaladda oo buuxda, waxaanad isticmaashaa heer kulka ugu hooseeya ee habboon.
- » Wadh dharka aad qallajinayso halkii aad ku qallajin lahayd mashiinka, inta ugu badan ee suurtagalka ah.
- » Isticmaal mar walba barnaamijka beekhaaminta marka aad dharka maydhayso.



Jikada

- » Qaboojisadu waxay ku taagnaanaysaa heer kulka $+5^{\circ}\text{C}$, tallaajadduna -18°C .
- » Barafka ka gur qaboojisada iyo tallaajadda ugu yaraan hal mar sanadkiiba.
- » U nadiifi oo u huufari si joogto ah xagga dambe ee qaboojisada iyo tallaajadda.
- » Iskeed u dhalaali cuntada ku barafowday qaboojiyaha, halkii aad ka isticmaali lahayd biyo kulul ama mikrada.
- » Cuntada kulul qabooji ilaa ay la mid noqonayso heer kulka qolka inta aanad gelin qaboojisada iyo tallaajadda.
- » Weligaa ha isticmaalin digsi ka yar saxanka dabka, mar walbana dabool isticmaal.
- » Sida ugu tamar – kaydinta badan ee biyaha loo kulleeyaa waa in aad ku diiriso biyo – kariye ama mikrada.
- » Isticmaal forno wax ku dubidda isla marka aad cuntada karinayso.

o beekhaaminaya lacagta iyo deegaanka



Qolka fadhiga/qolka hurdada

- » Isticmaal nalalka tamarta beekhaamiya ama nalalka "LED", marka aad qolka ka baxaysana sii demi. Iibsigooda ayaa qaali ah laakiin waxa aad kaga faa'iidaysaa isticmaalka tamarta oo yaraada!
- » U laydhi si wanaagsan adiga oo hawada u furaya wakhti kooban.
- » U isticmaal wakhtiyeeeye ifinta dhirta, quraaradda kalloona iyo waxyaalaha kale ee aan u baahnayn in ay daarnaadaan 24ka saac.
- » Heer kulka guriga ku hay 20°C, weliba qolka hurdadu ha ka hooseeyo. Haddii aad ka safrayso guriga waxaba ku filan 15°C.
- » Ku ururi dhammaan xidhiidhyada korontada, dab qaybiso leh mawjad – xidhe, markaa waxa aad ka baaqsanaysaa in xubinta iska taagnaantu (standby) ay koronto kaa xaddo.
- » Ka saar battari – cabbeeyaha iyo gudbiyeyaasha fiishta korontada, marka aan la isticmaalayn.
- » U bedel bateriyada ku jira ciyaaraha carruurta kuwa la cabbayn karo.

- » Xidh foornada haddii ay madhantahay wax ka badan 30 daqiiqo.
- » Weelka ku dhaq – dhaq tashti ama meel godan oo leh fur.
- » Ku maydh mishiinka weelka oo buuxa. Isticmaal heer kul hoose, badiyaaba waxa ay keenaysaa natiijo isku mid ah.

Isticmaalka korontada

Qalab	Isticmaalka	qarashka sanadkii
Mishiinka weelka	1 mar/maalintii	613 kr
Mikrada	7 daqiiq/maalintii	76 kr
Huufar	1 saac/wiigii	62 kr
Qaboojiye	24 saad/maalintii	200 kr
Tallaajad	24 saac/maalintii	465 kr
Bun-kariye	1 saax/maalintii	350 kr
Qasaalad	2 saac/maalintii	1 752 kr
Dhar qallajiye	1 saac/maalintii	876 kr
Kaawiyad	1 saac/wiigii	62 kr
Timo-qallajiye	1 saac/wiigii	62 kr
Quraarad kalluun	24 saac/maalintii	631 kr
TV (plasma/LCD)	3 saac/maalintii	329 kr
TV (dhuunta-sawirka)	3 saac/maalintii	184 kr
10 laambado if badan	5 saac/maalintii	1 314 kr
10 laambado tamar yar	5 saac/maalintii	241 kr

(Qiimaha korontada ee la xisaabiyey oo khidmadaha oo dhan lagu daray = 1,20 kr/kWh)



Isku fillaysii qasnadda qoyska

Qof waliba wuxu rabaa lacag badan oo jeebka ugu hadha. Hab wanaagsani waa in aad kaydsato tamarta nololmaalmeedka gurigaaga. Boqolaal lacag ah oo dheeraad ah ayey kuu kaydinarsaa. Isla markaas aad isku fillaysiinayso qasnaddii qoyska, waxa aad taageeraysaa deegaan fiican oo ay ka helaan facyaasha soo socdaa in ay ku noolaadaan bulsho wakhti dheer sii waarta.

Wakaaladda tamarta, xafiiska tamarta ee Sydost, degmooyinka, shirkadaha guryaha iyo ururo, waxa ay si wada jir ah isugu dubba rideen warbixinta qoraalkan oo koobaysa talooyinka tamar kaydsga ee ugu wanaagsan.

Si ay dadka ugu badan ee suurtagalka ahi u helaan warbixintan waxa qoraalka loo turjumay ilaa toban af oo kala duwan – af carabi, af ingiriisi, afka Finland, af kurdi, af Eeraani, af Turki, af Jarmal, af soomaali, af Soraani iyo af Isbaanish.

Si taxadar leh u akhri. Waxa ka faa'iidaya dhaqaalahaaga iyo cimiladeena labadaba.

Ka akhri wax dheeraad ah oo ku saabsan tamarta iyo deegaanka:

- » www.energimyndigheten.se
- » www.energikontorsydost.se
- » www.blienergismart.se