

نصائح وارشادات

نسبة الى السكن في المساكن البلدية

مهم جدا ان تكون البيئة الداخلية في المنزل جيدة. تشمل البيئة الداخلية الجيدة كل ما له علاقة بالاضاع الكيميائية والجسدية المؤثرة علينا داخل المنزل. البيئة الداخلية الجيدة مهمة للصحة والارتياح والمقدرة على التعلم. يمكن ان تؤدي نسبة الرطوبة العالية الى نمو الفطريات (الفطر). الفطريات والرطوبة العالية تؤدي الى المشاكل الصحية. ينصح ان تكون نسبة رطوبة الهواء متدنية قدر الامكان. لكي نستطيع ذلك، مهم ان يتبع المستأجر النصائح والارشادات التي وضعتها ب ك اي في المنشور.

1. التهوية

الغاية من التهوية هي ادخال الهواء الطلق الى المسكن. يعني ان الهواء الرطب جراء التحمم او طهي الطعام الخ، يجب ان يخرج. ليس هناك تجهيزات للتهوية في بعض مساكن ب ك اي، لذلك مهم جدا ان يساعد المستأجر بان يكون الهواء طلقا داخل المنزل. بعض النصائح والارشادات البسيطة:

- ▶ المساكن المجهزة بساحب الهواء الميكانيكي فوق الطباخ (فلتر الهواء) يجب ان يبقى مشغلا على اخف درجة. لو كان هناك طهي للطعام يجب عندئذ تقوية امكانية السحب الى درجة اعلى.
- ▶ من المستحسن عدم وضع الستائر المحكمة لمنع دخول النور لو تم تعليقها، اسحبها الى الخلف بعيدا عن الزجاج خلال النهار بحيث يدخل ضوء النهار والحرارة الى الداخل.



- ▶ الحرارة المرتفعة في الداخل تعطي هواء سيء ورطب. الحرارة الداخلية المعقولة هي 22.5 درجات.

- ▶ نشف الملابس على حبل الغسيل خارج المنزل صيفا ولو لم يكن هناك رطوبة في الهواء الخارجي في الخريف والشتاء يمكن ان ينشف الغسيل في الخارج كل السنة.



- ▶ لو تم تنشيف الغسيل في الداخل، دع فتحة التهوية مفتوحة في الشباك او على الحائط.
- ▶ 10 دقائق يوميا في الصباح للتهوية من فتحة التهوية في الحائط او النافذة في كل غرف النوم وهوء.

اما مساكن ب ك اي الحديثة فهناك تهوية متوازنة تسهل عملية وجود الهواء الجيد النوعية في الداخل ولكن هنا ايضا مهم جدا اتباع بعض النصائح:

- ▶ تكون المساكن الحديثة مجهزة بساحبات الهواء التي تجعل التحكم بالهواء الداخل والخارج اوتوماتيكيا ولذلك لايجب على المستأجر تشغيل ساحبات الهواء الكهربائية.
- ▶ اما المساكن المجهزة بفتحات التهوية الصغيرة المخصصة في السقف في كل الغرف، هنا يدخل الهواء ويخرج اوتوماتيكيا. يجب على المستأجر ان لا يحكم اغلاق (سد) هذه الفتحات
- ▶ يجب ان لاتغلق (تسد) فتحات التهوية على الحائط، يجب ان تبقى مفتوحة كما هو موضح في الصورة.



- ▶ لمنظومة التهوية ايضا فلتر يجب تغييره مرة في السنة. تقوم ب ك اي بهذا.
- ▶ مهم فتح النوافذ في المساكن الحديثة البناء في غرف النوم للتهوية كل عشر دقائق.

2 النظافة

الغبار هو نوع من طائرات الانزلاق الصغيرة جدا الهوائية، اجنحة الانزلاق في الهواء او الانزلاق بمظلة القفز مطلية بمواد كيميائية يمكن ان تدخل اجسامنا وهذا امر غير جيد. الغبار المنساب في الهواء يتم تنفسه (شهيقا) ويكون له تأثير كبير على الصحة او الامراض. مهم جدا ان يكون المطبخ نظيفا لتجنب الحشرات/ الحيوانات الضارة مثل الصراصير. النظافة الصحيحة امر مهم جدا في العمل من اجل بيئة داخلية جيدة وصحية.

نصائح مفيدة لنظافة جيدة (فعالة):

- ▶ يجب عدم حفظ المواد الغذائية بالقرب من الارض. يجب حفظها في الثلاجة او الخزانة في علب محكمة الاغلاق.
- ▶ تخلص من بقايا الطعام في المطبخ يوميا.
- ▶ اغسل المنزل من الداخل (امسح الغبار واغسل الارض) كل 14 يوما.
- ▶ اغسل الجدران والاسقف بالصابون بقطعة قماش مرة في السنة.
- ▶ يستحسن عدم غسل الارض الخشبية بالكثير من الماء. يجب فقط تبليل خرقة التغميل بالماء والصابون. لو كان هناك بقع على الارض امسحها بخرقة اخرى من القماش لتزيلها.
- ▶ الارض البلاستيكية او البلاط (سيراميك) يجب غسلها بكمية من الماء، يجب تبليل الخرق القماشية بالكثير من الماء لكي تكون مبتلة تماما و ثم يتم عصر الماء منها.
- ▶ لو صببت الماء دون قصد على الارض، امسحها ونشفها مباشرة.
- ▶ يجب تنشيف الماء في ارض الحمام.
- ▶ اما الذين لديهم مضخة مياه ساخنة يجب عليهم تنظيف الغبار بالمكنسة الكهربائية بشكل معتاد على الاقل مرتان سنويا (خريف وشتاء).
- ▶ اغسل فلتر هواء المطبخ على الاقل 4 مرات سنويا.
- هناك فلتر للهواء داخل ساحب الهواء في المطبخ. بالامكان نزع لغسله. بالامكان غسل الفلتر داخل ماكينة الغسيل او رشه بالماء والصابون لتنظيفه. يؤدي هذا الى نوعية هواء افضل للوقاية من الحرائق في اقنية ساحب الهواء والمنزل.

3 الصيانة

الغاية من التعريف بمسؤولية الصيانة هي لتأمين المستوى المعتاد المستمر للصيانة المنزلية وان البيئة الداخلية والخارجية عند المستأجر بيئة حسنة.

مسؤولية المستأجر للصيانة:

في الداخل:

- ▶ نظف مصرف مياه الدوش مرتان شهريا
- انزع الغطاء ونظف البقايا (الاساخ العالقة) والشعر. اغسل المصرف والغطاء قبل ارجاعهم لمكانهم



- ▶ بدل اللمبات في الداخل والخارج.
 - لو ان المصباح الكهربائي او اللمبة لا يشتغلان فتكون عادة اللمبة داخل المصباح هي التالفة. لذلك يجب على المستأجر نزع الشاشة/الغطاء الزجاجي لللمبة، تبديل اللمبة القديمة بالجديدة. بالامكان شراء اللمبات من الدكان (الكانوت) او السوبر ماركت.
- ▶ تبديل بطاريات جهاز انذار الحرائق مرة في السنة.
 - بالامكان شراء البطارية في الكانوت .
- ▶ تزييت الاقفال
 - لو ان القفل اضحى بطيئا وهناك صعوبة في لف المفتاح يجب ان يتم تزييته بزيت الاقفال. بالامكان شراء زيت الاقفال في السوبر ماركت (الكانوت / الدكان).
 - لو كان الباب يصدر صريرا لدى فتحه او اغلاقه فيجب تزييت مفصلات الباب.

في الخارج:

- ▶ قص الحشيش امام المنزل ورتب حوض الزهور والشجيرات.
 - لدى ب ك اي ماكينات قص الحشيش بامكان المستأجر استعارتها. اتصل بنا لو لم يكن هناك ماكين لقص الحشيش في منزلك.
 - لو كان هناك عدد من المستأجرين الذين يتشاركون الفناء الخارجي فان على المستأجر مسؤولية وضع برنامج لتوزيع مسؤولية قص الحشيش فان هذه مسؤولية مشتركة.
 - لو كان هناك حوض امام المنزل فيجب متابعة تربيته بنزع الاعشاب الغير مرغوب بها وقص الشجيرات او نباتات التزيين.
- ▶ انزع النفايات الموجودة حول المسكن.
 - يجب رمي كل النفايات في حاويات النفايات المخصصة لكل منزل. لو لم يكن هناك حاوية للنفايات تواصل مع ب ك اي.
- ▶ ضب النفايات حسب النوع (انظر الى التوضيح تحت النقطة رقم 4)
- ▶ الحاجة الى رش الحساء او جرف الثلوج حسب الضرورة. لكي يكون بامكان المستأجر والآخرين الدخول الى منازلهم والخروج منها.



ب ك اي مسؤولين عن:

- ▶ النظافة الخارجية ودهن (صبغ) المنزل.
- ▶ غير متأكد، تواصل مع ب ك اي هاتف: 53002500 او البريد الالكتروني post@bke.as

4 تعريب النفايات (ضبها بحسب الصنف)

المقصود بتعريب النفايات هو ضبها حسب الصنف بحيث يمكن ارجاع المادة (الصنف) للمواد الخام ومنها لمنتجات جديدة بافضل طريقة ممكنة للبيئة. يجد المرء على صفحات س اي ام الالكترونية معلومات عن تصنيف النفايات باللغات المختلفة:

<http://sim.as/ditt-avfall/kjeldesortering-pa-ulike-sprak/>

- ▶ ان ضب النفايات وتصنيفها هي مسؤولية المستأجر. هناك اربعة انواع من الحاويات لانواع النفايات المختلفة:
 - النفايات البيولوجية (الغطاء البني):

- كل انواع بقايا الطعام
- تفالة القهوة
- فلتر القهوة
- اكياس الشاي الصغيرة
- قشور البيض

- بقايا الجمبري وقشريات اخرى
 - الزهور اليابسة
 - زهور الزينة القديمة بدون مزهرية
 - اوراق الشجر وبقايا نفايات الحديقة
 - نشلرة الخشب
 - اوراق التنشيف للمطبخ والمحارم الورقية
 - كرتونات حفظ البيض
 - كميات صغيرة من ورق الجرائد
 - العظام والريش
 - النفايات الورقية (الغطاء الازرق):
 - جرائد
 - اوراق الدعايات
 - المجلات الاسبوعية
 - ورق الكتابة
 - ورق الاستنساخ
 - المغفلات (الظروف)
 - علب الكرتون الخفيف
 - كرتونات
 - كرتونات الشرب
 - النفايات الاخرى (الغطاء الاسود):
 - النفايات الغير ممكن تصنيفها وتوزيعها
 - النفايات الخاصة (الغطاء الاحمر): يتم تسليمها الى س اي ام هوليندز دالين او الحاوية الحمراء وتسلم الى س اي ام هوليندز دالين لدى امتلاؤها. تسليم النفايات الخاصة يكون مجانا.
 - كل انواع البطاريات
 - النفايات الكهربائية
 - بقايا الدهان (الصباغ)
- ▶ يجب وضع الحاوية ذات اللون الصحيح تماشيا مع برنامج س اي ام لنقلها.
- الرابط لبرنامج لم النفايات لبلدية بيملو هو: <http://sim.as/min-kommune/?kommune-valg=bomlo>

لا يجب وضع الحاويات بهذا الشكل:



انما يجب وضعها بالشكل هذا:

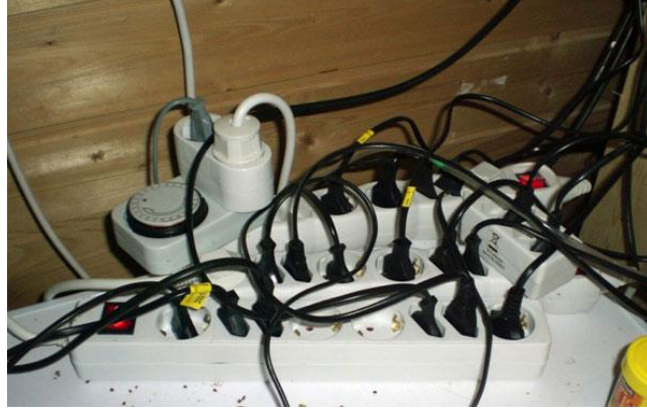


5 الحرائق

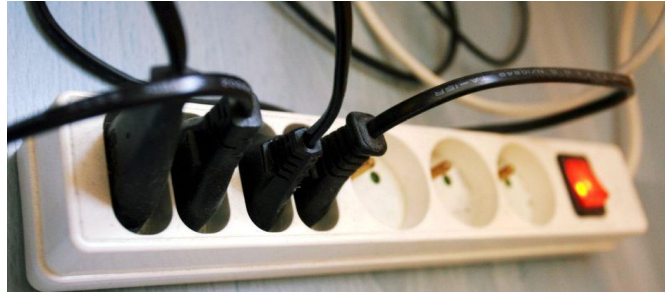
تدبير مهم:

▶ انتبه الى ان تكون محولات توصيل الكهرباء غير متضررة وانه ليس هناك الكثير من الكابلات المشبوكة بها في الوقت نفسه.

يجب ان لا يكون شكلها هكذا:



يجب ان يكون شكلها هكذا:



- ▶ لا تنشف الملابس على سخانات الحائط الكهربائية
- ▶ اطفئ كل الشموع المضاءة لدى خروجك من الغرفة
- ▶ بدل بطاريات كل اجهزة اذار الحرائق مرة في السنة.
- بالامكان شراء البطارية لجهاز اذار الخرائق من السوبر ماركت (الدكان/الحانوت)
- ▶ استعمل غسالة الملابس والنشافة فقط اثناء وجودك في المنزل
- ▶ افحص جهاز اذار الحرائق مرة في السنة
- اضغط على زر الاختبار في جهاز اذار الحرائق حتى تسمع صوت بييب. عند بدء الجهاز باصدار صوت بييب توقف عن ضغط الزر والجهاز يتوقف من تلقاء نفسه.
- ▶ اقلب قارورة اطفاء الحريق 4 مرات سنويا. يجب ان يكون على السهم اللون الاخضر في ساعة المؤشر جانب المسكة.
- ارفع قارورة اطفاء الحرائق عن قاعدة التثبيت على الحائط واقلبها رأسا على عقب مرتان.

