

# راهنمای تهیه مسکن برای پناهندگان در اسکاتلند

## هزینه های انرژی

جزوه 8 - نوامبر 2009

Farsi

اگر مجوز اقامت به شما داده شده است، مسئولیت هزینه های انرژی با شما است که شامل هزینه های برق و گاز مورد استفاده برای گرمایش، روشنایی، پخت و پز، و غیره می شود. این جزوه به شما توضیح می دهد که برای کاهش هزینه ها و پرداخت قبوض سوخت خود چه کارهایی باید انجام داد.

توصیه های عملی درباره پرداخت هزینه های گرمایش و صرفه جویی در هزینه ها، در وب سایت شلتر اسکاتلند قابل دستیابی است:

[http://scotland.shelter.org.uk/getadvice/advice\\_topics/paying\\_for\\_a\\_home/paying\\_for\\_heating\\_during\\_cold\\_weather](http://scotland.shelter.org.uk/getadvice/advice_topics/paying_for_a_home/paying_for_heating_during_cold_weather)

### من مجوز اقامت دارم- اکنون وضعیت چگونه است؟

پس از دریافت مجوز اقامت در انگلستان از نهاد مرزی انگلستان، دیگر یک پناهجو محسوب نمی شوید. یعنی این نهاد دیگر از شما حمایت مالی نخواهد کرد و شما مسئول پرداخت هزینه انرژی استفاده شده خواهید بود.

### چه باید کرد؟

- اولین اقدام، ثبت مقادیر کنتورها است، که شبیه تصویر نشان داده شده در اینجا هستند. در صورت داشتن یک انشعاب اصلی گاز، یک کنتور گاز نیز در خانه شما وجود خواهد داشت. در صورتی که نحوه خواندن کنتور را نمی دانید، از دوستان خود بخواهید که به شما کمک کنند. اگر در یک مجتمع مسکونی یا یک آپارتمان زندگی می کنید، از نگهبان ساختمان کمک بخواهید.



- برای ثبت اطلاعات خود و ارائه مقادیر مصرف انرژی به تامین کنندگان انرژی، با آنها تماس بگیرید. اگر از ماهیت تامین کننده برق (یا گاز) خود مطمئن نیستید، از صاحبخانه بپرسید.

## چگونه هزینه های انرژی خود را کنترل کنم؟

اسکاتلند در مدت زمستان سرد است و هزینه های انرژی نیز بالا است. شما می توانید به روشهای زیر هزینه های انرژی را کاهش دهید:

- کاهش استفاده از انرژی
- کنترل بهیجگی قیمتی که تامین کنندگان به شما ارائه می کنند
- افزایش درآمد

بخشهای بعدی در مورد هریک از این موارد اطلاعاتی را در اختیار شما قرار می دهند.

## چگونه انرژی کمتری مصرف کنم؟

انرژی را که بابت آن هزینه می پردازید، هدر ندهید. شما می توانید:

- در هنگام تاریکی پرده ها را کنار بزنید.
- در صورت داشتن، از دوش به جای حمام استفاده کنید.
- از کتری برای جوشاندن آب فقط به مقدار مورد نیاز خود استفاده کنید – در هر بار استفاده آن را کاملاً پر نکنید.
- چراغ اتاقهایی را که از آنها استفاده نمی کنید، خاموش کنید.

توصیه های بیشتر در مورد صرفه جویی در انرژی را در وب سایت اتحادیه صرفه جویی در انرژی (Energy Saving Trust) بیابید:

<http://www.energysavingtrust.org.uk/What-can-I-do-today/Getting-started>

اگر خانه شما سرد و بادگیر است، می توانید اصلاحاتی در آن اعمال کنید (یا از صاحبخانه خود بخواهید که این کار را انجام دهد). این کار می تواند به سادگی نصب چند مانع باد بر روی دربها و پنجره ها یا تعویض سیستم گرمایش باشد. اگر خانه خود را خریده یا آن را از یک مالک حقیقی اجاره کرده باشید، می توانید برای عایق کردن یا تعویض بخاری ها و لوازم فرسوده از یک کمک هزینه یا وام سبک استفاده کنید.

میزان صرفه جویی در انرژی و هزینه را در صورت استفاده از کنترل کننده انرژی خانگی، در وب سایت اتحادیه صرفه جویی در

انرژی (Energy Saving Trust) ببینید:

<http://www.energysavingtrust.org.uk/proxy/view/full/165/homeenergycheck>

همچنین می توانید از تلفن رایگان 0800 512 012 برای تماس با یک مشاور استفاده کنید. می توانید از این طریق اطلاعات کسب کرده و با نهادهایی که می توانند کمک بیشتری انجام دهند، در تماس باشید.

## چگونه می توانم بهترین قیمت را از تامین کننده انرژی خود بگیرم؟

قبل از هر چیز، از پذیرش یک کنتور پیش پرداختی خودداری کنید؛ این روش گرانترین راه پرداخت هزینه های انرژی است. تامین کننده شما تمهیدات مختلفی اندیشیده است که به مراتب مناسبتر هستند – مثلاً، برای خرید گاز و برق خود از یک شرکت واحد، تخفیف در نظر گرفته شده است. اگر یک حساب بانکی داشته باشید، پرداخت ماهیانه از طریق Direct Debit می تواند برای شما ارزانتر تمام شود.

وب سایتهای زیادی وجود دارند که می توانند در مورد دریافت بهترین قیمت به شما اطلاعات ارائه کنند؛ مانند وب سایت صرفه جویی در هزینه ها (Save on your bills):

<http://www.saveonyourbills.co.uk/>

## چگونه می توانم درآمد خود را افزایش دهم؟

داشتن یک چک مزایا، حتی در صورت اشتغال، ارزش زیادی دارد. بهترین راه برای دریافت آن، مراجعه به یک مرکز مشاوره مالی است. برای دریافت اطلاعات مربوط به نزدیکترین مرکز، با خط راهنمای GAIN به شماره 0808 801 1011 تماس بگیرید. همچنین به جزوه 7 از این مجموعه با عنوان "مزایای مربوط به مسکن و پرداختهای دیروقت اجاره" نگاهی بیندازید. این جزوه در وب سایت شورای مهاجرت اسکاتلند در دسترس است.

## اطلاعات بیشتر را از کجا می توان دریافت کرد؟

شما می توانید با نهادهای زیر تماس بگیرید:

### یک مشاور انرژی محلی

با این شماره رایگان تماس بگیرید: 0800 512 012

### یک مرکز حقوقی محلی

برای دریافت اطلاعات مربوط به نزدیکترین مرکز، با خط راهنمای GAIN به شماره 0808 801 1011 تماس بگیرید.