

# Wörterbuch

## Klimaschutz und Nachhaltigkeit



قاموس حماية المناخ والاستدامة  
Ferhenga parastina avhewa û domdariyê  
deutsch – kurdisch – arabisch



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



## Vielfalt in Hörde – Nachhaltigkeit und Umweltschutz im Quartier

Anfang 2022 wurde das mehrsprachige Wörterbuch von engagierten Ehrenamtlichen und Besucherinnen des Hörder Zentrums für Vielfalt erstellt. Der Gedanke hinter dem Projekt: Nachhaltigkeit sowie Umwelt- und Naturschutz betreffen alle Menschen gleichermaßen und wir können noch so kleine Maßnahmen ergreifen, um bewusster zu leben.

Über mehrere Monate haben sich die verantwortlichen Frauen innerhalb von Workshops und Infoveranstaltungen intensiv mit diesem Themenfeld auseinandergesetzt. Das Ergebnis ist ein mehrsprachiges Wörterbuch, das ein Basiswissen vermitteln und für einen nachhaltigen Umgang mit unseren Ressourcen inspirieren soll. Viel Spaß beim Lesen!



Foto:Robert Rutkowski

## Pirrengî li Hörde - domdarî û parastina jîngehê li navçeyê

Di destpêka 2022-an de, ferhenga pirzimanî ji hêla dilxwaz û mêvanên dilsoz ên Navenda Hörder ji bo Pirrengiyê ve hate afirandin. Fikra li pişt projeyê: Domdarî, parastina jîngehê û parastina xwezayê bandorê li her kesî dike û em dikarin tedbîrên herî piçûk jî bigirin da ku bi hişmendî bijî.

Di heyama çend mehan de jinên berpirsyar di komxebat û çalakiyên agahdarkirinê de bi giranî bi vê mijarê re mijûl bûn. Encam ferhengek pirzimanî ye ku armanc dike ku zanyariyên bîngehî ragihîne û mirovan teşwîq bike ku çavkanîyên me bi domdarî bikar bînin.

Di dema xwendinê de kêfxweş bibin!

## التنوع في Hörde - الاستدامة وحماية البيئة في المنطقة

في بداية عام ٢٠٢٢ ، تم إنشاء القاموس متعدد اللغات من قبل متطوعين متفانين وزوار لمركز Hörder للتنوع.

الفكرة وراء المشروع: الاستدامة وحماية البيئة والحفاظ على الطبيعة تؤثر على الجميع على قدم المساواة ويمكننا حتى اتخاذ أصغر التدابير للعيش بوعي أكبر.

على مدى عدة أشهر ، تعاملوا السيدات المسؤولات بشكل مكثف مع هذا الموضوع في ورش العمل والفعاليات الإعلامية. والنتيجة هي قاموس متعدد اللغات يهدف إلى نقل المعرفة الأساسية وإلهام الناس لاستخدام مواردنا بشكل مستدام.

استمتع أثناء القراءة!

# Inhaltsverzeichnis

Klima.....	6
bagûrdan المناخ	
Kohlendioxid – CO <sup>2</sup> .....	8
Karbondioksîtê - CO <sup>2</sup> ثاني اوكسيد كاربون -CO <sub>2</sub>	
Klimawandel .....	10
Guhertina avhewa تغير المناخ	
Erderwärmung .....	14
Germ bûna gerdonê احتباس الحراري	
Dürre.....	16
bêavî جفاف	
Wie können wir das Klima schützen?.....	18
em çawa dikarin avhewayê biparêzin? كيف نحمي المناخ؟	

Klimafreundliche Ernährung .....	20
parêza hewa-dostane النظام غذائي صديق للمناخ	
Klimafreundliche Ernährung ist.....	22
Xwarina hewa-dostane ew ... نظام غذائي صديق للمناخ	
Nachhaltigkeit .....	28
domdariya الاستدامة	
Nachhaltiger Konsum .....	30
Vexwarina domdar الاستهلاك المستدام	
Nachhaltiger Konsum ist.....	34
Vexwarina domdar ew ... الاستهلاك المستدام هو ...	
Notizen .....	42
notes ملحوظات	

# Klima

## Deutsch

Während das Wetter sich jeden Tag ändern kann, ist mit **Klima** das gesamte Wetter über eine längere Zeit in einem bestimmten Gebiet gemeint.

Zum Beispiel:

- Auf dem Erdteil Afrika ist das **Klima** oft sehr heiß. Und es ist sehr trocken.
- In Deutschland ist das **Klima** im Frühling und Sommer oft trocken und warm. Und im Herbst und im Winter oft nass und kalt.

Das **Klima** auf der Erde wird immer schlechter. Die Sommer werden immer heißer. Die Eisberge schmelzen. Es gibt immer mehr starke Stürme.



Foto:Nasa

# bagûrdan

## Kurdisch

Digel ku hewa dikare her roj biguhere, avhewa tê wateya hemî hewa di demek dirêj de li herêmek taybetî.

Bo nimûne:

- Li parzemîna Afrîkayê avhewa gelek caran pir germ e. Û pir hişk e.
- Li Almanyayê di bihar û havînê de avhewa gelek caran şil û germ e. Û gelek caran di payîz û zivistanê de şil û sar.

Avhewa li ser rûyê erdê her ku diçe xirabtir dibe. Havîn germtir dibin. Berfên qeşayê dihelin. Her ku diçe bahozên xurt zêdetir dibin.

# المناخ

## Arabisch

بينما يمكن أن يتغير الطقس من يوم لآخر ، فإن المناخ يعني الطقس العام خلال فترة زمنية في منطقة معينة. على سبيل المثال: • في قارة إفريقيا ، يكون المناخ حارًا جدًا في كثير من الأحيان. وهي جافة جدًا. المناخ في ألمانيا غالبًا ما يكون رطبًا ودافئًا في الربيع والصيف وغالبًا ما يكون رطبًا وباردًا في الخريف والشتاء. المناخ على الأرض يزداد سوءًا. الصيف يزداد سخونة وسخونة. الجبال الجليدية تنوب. هناك المزيد والمزيد من العواصف القوية.



# Kohlendioxid – CO<sup>2</sup>

## Deutsch

Wenn **Kohle, Erdöl oder Erdgas verbrennt**, entsteht ein Gas: Kohlendioxid oder **CO<sub>2</sub>**. Kohlendioxid ist ein unsichtbares Gas, das wir nicht riechen können. Es gibt viel davon in unserer Atmosphäre, das ist ganz natürlich.

In den grünen Teilen der **Pflanzen** geschieht genau **das Umgekehrte**: Die Pflanzen können das Kohlendioxid wieder aufspalten und **Sauerstoff in die Luft abgeben**.



# Karbondîoksîtê - CO<sup>2</sup>

## Kurdisch

Dema komir, nefta xav an gaza xwezayî dişewite, gazek çêdibe: karbondîoksît an jî CO<sub>2</sub>. Karbondîoksît gazeke nexuyayî ye ku em nikarin bîhn bikin. Di atmosfera me de gelek tişt hene, ew xwezayî ye.

Di beşên kesk ên riwekan de, tam berovajî vê yekê diqewime: riwek dikarin carbondîoksîtê dîsa bişkînin û oksîjenê berdin hewayê.

# ثاني اوكسيد كاربون - CO<sub>2</sub>

## Arabisch

عندما يحترق الفحم أو النفط الخام أو الغاز الطبيعي ، يتم تكوين غاز: ثاني أكسيد و الاوكسجين . ثاني أكسيد الكربون هو غاز غير مرئي لا يمكننا شممه. هناك الكثير منه في غلافنا الجوي ، إنه طبيعي.

يحدث العكس تمامًا في الأجزاء الخضراء من النباتات: يمكن للنباتات تكسير ثاني أكسيد الكربون مرة أخرى وإطلاق الأوكسجين في الهواء.

## Klimawandel 1/2

### Deutsch

Noch nie war so **viel CO2 in der Luft** und noch nie war es so heiß wie in den vergangenen fünf Jahren: 2019 war, global betrachtet, das zweitwärmste Jahr seit Beginn der Messung in 1881. Das **Klima** verändert sich.

Zum Beispiel:

Die Sommer werden immer heißer. Es gibt nur wenig Regen. Und im Winter gibt es nur noch wenig Schnee.

Die Stürme auf der Welt werden stärker. Und die Eisberge schmelzen.

Das ist der **Klimawandel**.



Foto:Markus Spiske

## Guhertina avhewa 1/2

### Kurdisch

Di hewayê de çu carî ew qas CO2 tunebû û qet bi qasî pênc salên borî ne germ bû: Ji perspektîfek gerdûnî, 2019 sala duyemîn a germtirîn bû ji dema ku pîvandî di 1881 de dest pê kir. Avhewa diguhere. Bo nimûne: Havîn germtir dibin. Baran hindik dibare. Û zivistanê berf pir hindik dibare. Li cîhanê bahoze xurtir dibin. Û berfê dihelin.

Ango guherîna avhewayê ye.

## تغير المناخ ١/٢

### Arabisch

لم يسبق أن كان هناك الكثير من ثاني أكسيد الكربون في الهواء ولم يكن الجو حارًا كما كان في السنوات الخمس الماضية: من منظور عالمي، كان عام ٢٠١٩ ثاني أكثر الأعوام دفئًا منذ بدء القياسات في عام ١٨٨١. المناخ يتغير.

على سبيل المثال:

الصيف يزداد سخونة. هناك القليل من المطر. وفي الشتاء يتساقط القليل من الثلج. العواصف في العالم تزداد قوة. والجبال الجليدية تذوب.

هذا هو تغير المناخ.

## Klimawandel 2/2

### Deutsch

Seit etwa hundert Jahren gibt es **viel mehr CO<sub>2</sub>** in der Atmosphäre als vorher. Wir Menschen holen sehr viel Kohlenstoff in Kohle, Erdöl oder Erdgas aus dem Erdboden.

Auch verbrennen wir mehr Wald als nachwächst. Darum kann der Wald **weniger CO<sub>2</sub> in Sauerstoff umwandeln** und es gibt immer mehr Kohlendioxid in der Atmosphäre.

Das fördert die Erderwärmung und den Klimawandel.



Foto:Matt Palmer

## Guhertina avhewa 2/2

### Kurdisch

Nêzîkî sed sal in di atmosferê de ji berê zêdetir CO<sub>2</sub> heye. Em mirov di komir, nefta xam an jî gaza xwezayî de karbonek mezin ji erdê derdixin. Em jî ji mezinbûnê zêdetir daristanan dişewitînin. Ji ber vê yekê daristan dikare kêmtir CO<sub>2</sub> veguherîne oksîjenê û di atmosferê de karbondîoksît her ku diçe zêdetir dibe.

Ev germbûna gerdûnê û guherîna avhewayê pêşve dike.

## تغير المناخ ٢/٢

### Arabisch

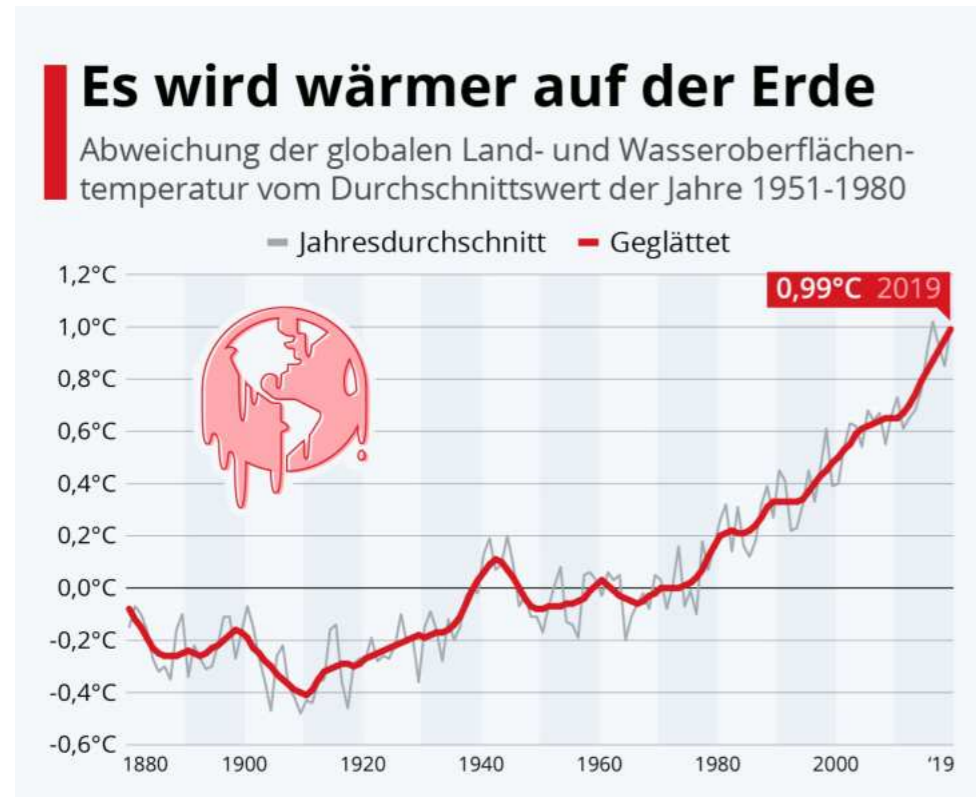
منذ حوالي مائة عام ، كان هناك الكثير من ثاني أكسيد الكربون في الغلاف الجوي أكثر من ذي قبل. نحن البشر نستخرج قدرًا كبيرًا من الكربون من الأرض في الفحم أو النفط الخام أو الغاز الطبيعي. نحن أيضًا نحرق غابات أكثر مما تنمو مرة أخرى. هذا هو السبب في أن الغابة يمكن أن تحول كمية أقل من ثاني أكسيد الكربون إلى أكسجين وهناك المزيد والمزيد من ثاني أكسيد الكربون في الغلاف الجوي.

هذا يعزز الاحترار العالمي وتغير المناخ.



# Erderwärmung

Deutsch



# Germ bûna gerdonê

Kurdisch

Ji nirxa navînî ya salên 1951-1980-an dîrketina germahiya erd û avê ya cîhanê

# احتباس الحراري

Arabisch

انحراف درجة حرارة سطح الأرض والمياه العالمية عن متوسط القيمة للأعوام ١٩٥١-١٩٨٠



# Dürre

## Deutsch

Viel zu wenig Regen: Bei 1,5 Grad Erderwärmung kommt es in Mitteleuropa im Durchschnitt zu 2,6 Dürremonaten pro Jahr, bei zwei Grad sind es 2,8 Monate. Im Mittelmeerraum sind es sogar 3,2 beziehungsweise 3,7 Dürremonate – mit entsprechend schweren Folgen für die Landwirtschaft. Es wachsen viel weniger Kartoffeln, Weizen, Äpfel,...

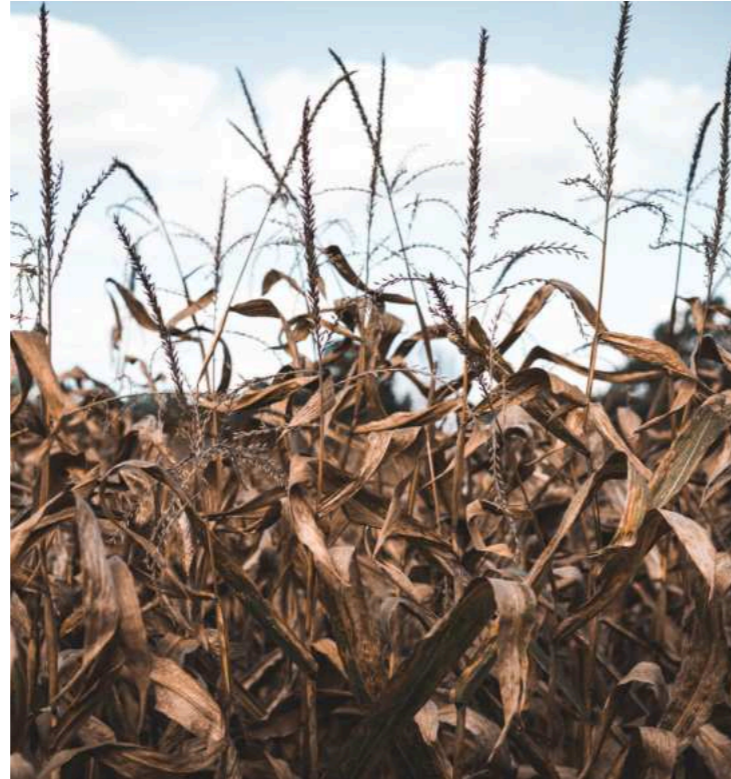


Foto:Keagan Henman

# bêavî

## Kurdisch

Baranek pir hindik: Germahiya gerdûnî ya 1,5 pileyî, li Ewropaya Navîn salê navînî 2,6 meh ziwa dibe, di du dereceyan de 2,8 meh e. Li herêma Deryaya Navîn 3,2 û 3,7 meh hişkesalî heye - bi heman awayî encamên giran ji bo çandiniyê. Pir kêr kartol, genim, sêv, ...



Foto:Ivars Krutainis

# جفاف

## Arabisch

أمطار قليلة جدًا: عند ارتفاع درجة حرارة الأرض بمقدار ١,٥ درجة، يعاني وسط أوروبا من متوسط جفاف يبلغ ٢,٦ شهرًا سنويًا، عند درجتين وهو ٢,٨ شهر. في منطقة البحر الأبيض المتوسط، هناك ٣,٢ و ٣,٧ شهر من الجفاف - مع عواقب وخيمة على الزراعة. عدد أقل بكثير من البطاطس والقمح والتفاح ...

# Wie können wir das Klima schützen?

## Deutsch

Große Hitze, extreme Unwetter: keine Frage, der Klimawandel ist da. Wir müssen unseren CO2-Ausstoß jetzt reduzieren - aber wie? Experten haben fünf Sektoren mit dem größten Einsparpotential identifiziert: Industrie, Verkehr, Energie, Gebäude, Landwirtschaft. Aber auch zuhause in den eigenen vier Wänden kann man etwas fürs Klima tun.

Hier kommen Tipps, Hinweise und Anregungen zum Klimaschutz im Alltag.



Foto:Cottonbro Studio

em çawa dikarin avhewayê biparêzin?

## Kurdisch

Germahiya mezin, bahozên tund: pirs jê tune, guherîna avhewa li vir e. Divê em niha emîsyonên xwe yê CO2 kêmbikin - lê çawa? Pisporan pênc sektorên xwedî potansiyela taserûfê ya herî mezin destnîşan kirin: Pîşesazî, veguhastin, enerjî, avahî, çandinî. Lê hûn dikarin di çar dîwarên xwe de ji bo avhewa li malê jî tiştê bikin.

Li vir ji bo parastina avhewa di jiyana rojane de serişte, şîret û pêşniyar hene.

# كيف نحمي المناخ؟

## Arabisch

حرارة شديدة ، عواصف شديدة: لا شك في ذلك ، تغير المناخ هنا. علينا تقليل انبعاثات ثاني أكسيد الكربون لدينا الآن - ولكن كيف؟ حدد الخبراء خمسة قطاعات تتمتع بأكبر إمكانات توفير: الصناعة ، النقل ، الطاقة ، المباني ، الزراعة. ولكن يمكنك أيضًا أن تفعل شيئًا ما من أجل المناخ في منزلك باستخدام جدرانك الأربعة.

فيما يلي بعض النصائح والتلميحات والاقتراحات لحماية المناخ في الحياة اليومية.



# Klimafreundliche Ernährung

## Deutsch

Durch die Herstellung von Lebensmitteln entstehen unter anderem viele Treibhausgase wie CO<sub>2</sub>.

Darum achten immer mehr Menschen beim Einkaufen nicht nur darauf, ob es gut schmeckt. Sondern zum Beispiel auch darauf, ob die Lebensmittel so hergestellt wurden, dass sie dem Klima und der Umwelt so wenig wie möglich schaden.



Foto:Katie Smith

# parêza hewa-dostane

## Kurdisch

Hilberîna xwarinê, di nav tiştên din de, gelek gazên serayê yên wekî CO<sub>2</sub> çêdike.

Ji ber vê yekê her ku diçe bêtir mirov ne tenê bala xwe didin ka dema kirînê tama wê xweş e. Lê her weha, bo nimûne, gelo xwarin bi vî rengî hatî hilberandin ku kêr zêde zirarê bide avhewa û jîngehê.

# النظام غذائي صديق للمناخ

## Arabisch

ينتج عن إنتاج الغذاء ، من بين أمور أخرى ، العديد من غازات الدفيئة مثل ثاني أكسيد الكربون.

هذا هو السبب في أن المزيد والمزيد من الناس لا يهتمون فقط بما إذا كان مذاقها جيدًا عند التسوق. ولكن أيضًا ، على سبيل المثال ، ما إذا كان يتم إنتاج الطعام بطريقة لا تضر بالمناخ والبيئة بأقل قدر ممكن.

# Klimafreundliche Ernährung ist...1/3

## Deutsch

Die Fleischproduktion erzeugt sehr viele Treibhausgase, die schlecht für das Klima sind. Weniger Fleisch und öfter vegetarische Gerichte mit Linsen, Erbsen oder Bohnen ist besser für Umwelt und Klima.

Bio-Fleisch ist für die Umwelt etwas verträglicher und es geht den Tieren in der Regel auch besser. Aber es ist kaum gesünder als konventionelles Fleisch.

Der größte Vorteil für die Gesundheit ist der stark eingeschränkte Einsatz von Antibiotika.

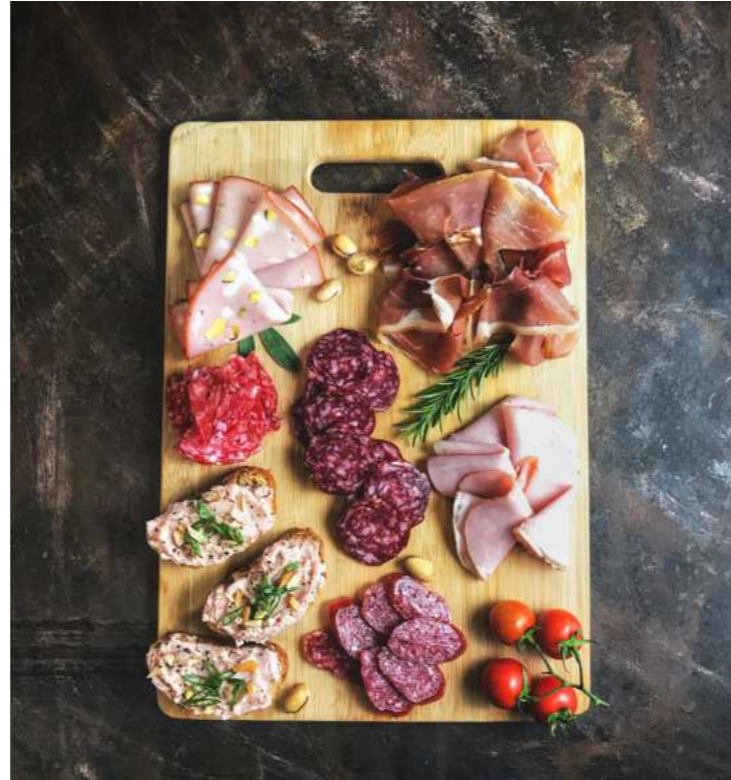


Foto:Nicolas Postiglioni

# Xwarina hewa-dostane ew ... 1/3

## Kurdisch

Hilberîna goşt gelek gazên serayê yên ku ji bo avhewayê xirab in derdixe. Kêm goşt û pirî caran xwarinên zebze yên bi nîsk, baqil an fasûlî ji bo jîngehê avhewayê çêtir e.

Goştê organîk hinekî jîngehê xweştir e û heywan jî bi gelemperî xweştir in. Lê ew ji goştê adetî ne tenduristtir e. Feydeya herî mezin a tenduristiyê karanîna antîbiyotîkan bi sînorkirî ye.

# نظام غذائي صديق للمناخ ١/٣

## Arabisch

ينتج عن إنتاج اللحوم الكثير من غازات الاحتباس الحراري الضارة بالمناخ. قلة اللحوم وغالبًا ما تكون الأطباق النباتية مع العدس والبازلاء والفاصوليا أفضل للبيئة والمناخ.

اللحوم العضوية صديقة للبيئة بدرجة أكبر ، كما أن الحيوانات أفضل حالًا أيضًا. لكنها ليست صحية أكثر من اللحوم التقليدية. أكبر فائدة صحية هي الاستخدام المحدود للغاية للمضادات الحيوية.



## Klimafreundliche Ernährung ist...2/3

### Deutsch

Weniger Lebensmittel aus weit entfernten Ländern essen, die mit dem Flugzeug oder LKW nach Deutschland kommen: Kiwis, Avocados, Mangos und Ananas.

Besser sind Obst und Gemüse, die gerade in Deutschland wachsen und von einem Bauernhof in der Nähe kommen. Das spart Transportwege und ist deshalb besser für das Klima. Auch viele Supermärkte verkaufen solche **regionalen** Lebensmittel.



Foto:Tom Paolini

Xwarina hewa-dostane ew ... 2/3

### Kurdisch

Ji welatên dûr ên ku bi balafir an kamyonê tîn Almanayê kêr xwarinê bixwin: kiwî, avokado, mango û ananas.

Fêkî û sebzeyên ku niha li Almanayê şîn dibin û ji çandiniyeke nêzîk tîn çêtir in. Ev rêyên veguhastinê xilas dike û ji ber vê yekê ji bo avhewayê çêtir e. Gelek supermarket jî xwarinên herêmî yên weha difroşin.

نظام غذائي صديق للمناخ ٢/٣

### Arabisch

تناول كميات أقل من الطعام من البلدان البعيدة التي تأتي إلى ألمانيا بالطائرة أو الشاحنات: الكيوي والأفوكادو والمانجو والأناناس.

الفواكه والخضروات التي يتم زراعتها حاليًا في ألمانيا والتي تأتي من مزرعة قريبة أفضل. هذا يوفر طرق النقل وبالتالي فهو أفضل للمناخ. العديد من محلات السوبر ماركت تباع أيضًا مثل هذه الأطعمة الإقليمية.

# Klimafreundliche Ernährung ist...3/3

## Deutsch

Möglichst wenig Lebensmittel wegwerfen, denn für jedes Lebensmittel wird viel Energie und Wasser verbraucht. In Deutschland werden jährlich Millionen Tonnen Lebensmittel weggeschmissen. Pro Person sind es etwa 82 kg. Vieles ist noch essbar, obwohl das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) abgelaufen ist.

Hier kann auch jede und jeder von uns Lebensmittel retten:  
[foodsharing-dortmund.de/mitmachen](http://foodsharing-dortmund.de/mitmachen)



Foto:Narain Jashanmal

Xwarina hewa-dostane ew ... 3/3

## Kurdisch

Ji ber ku ji bo her xwarinê gelek enerjî û av tê bikaranîn, bi qasî ku pêkan kêma xwarinê bavêjin.  
Li Almanyayê her sal bi milyonan ton xwarin tê avêtin. Her mirovek dora 82 kg e. Gelek hîn jî tê xwarin, her çend dîroka herî baş a berî (roja herî baş) qediyaye.

Her yek ji me dikare li vir xwarinê xilas bike: [foodsharing-dortmund.de/mitmachen/](http://foodsharing-dortmund.de/mitmachen/)

نظام غذائي صديق للمناخ ٣/٣

## Arabisch

تخلص من أقل قدر ممكن من الطعام ، لأنه يتم استخدام الكثير من الطاقة والمياه لكل طعام. في ألمانيا ، يتم التخلص من ملايين الأطنان من الطعام كل عام. يبلغ حوالي ٨٢ كجم للشخص الواحد. لا يزال الكثير صالحًا للأكل ، على الرغم من انتهاء صلاحية لا يزال قابلاً للأكل (الأفضل قبل التاريخ).

يمكن لكل فرد منا توفير الطعام هنا:

[foodsharing-dortmund.de/mitmachen/](http://foodsharing-dortmund.de/mitmachen/)

# Nachhaltigkeit

## Deutsch

Wir Menschen brauchen die Natur zum Leben. Dazu gehören der Boden, das Wasser und die Luft.

**Nachhaltigkeit** heißt, dass Natur sich immer wieder gut erneuern kann. Alle Menschen sollen heute gut und gesund leben. Und wir müssen dafür sorgen, dass unsere Kinder und Enkel auch noch gut und gesund leben können. Damit es **Nachhaltigkeit** gibt, müssen Menschen zusammenarbeiten. Auch **Politik und Firmen** müssen dafür zusammenarbeiten.



Foto:Anna Shvets

# domdariya

## Kurdisch

Ji bo em mirov bijîn pêwîstiya me bi xwezayê heye. Di nav vê de ax, av û hewa heye.

Domdarî tê wê wateyê ku xweza her gav dikare xwe baş nû bike. Divê hemû mirov îro baş û tendurist bijîn. Û divê em piştrast bin ku zarok û neviyên me jî dikarin baş û saxlem bijîn. Ji bo ku domdarî hebe, divê mirov bi hev re bixebitin. Siyaset û şîrket jî ji bo vê yekê divê bi hev re bixebitin.

# الاستدامة

## Arabisch

نحن البشر بحاجة إلى الطبيعة لنعيش. وهذا يشمل التربة والماء والهواء.

تعني الاستدامة أن الطبيعة يمكنها دائمًا تجديد نفسها جيدًا. يجب أن يعيش جميع الناس اليوم بشكل جيد وصحي. وعلينا أن نضمن أن أطفالنا وأحفادنا يمكنهم أيضًا أن يعيشوا بشكل جيد وصحي. من أجل وجود الاستدامة، يجب على الناس العمل معًا. يجب على السياسة والشركات أيضًا العمل معًا لتحقيق ذلك.



# Nachhaltiger Konsum

## Deutsch

Was wir kaufen, ist nicht egal. Immer mehr Menschen möchten mit ihrem Einkauf dazu beitragen, **Belastungen für Natur und Umwelt** zu verringern und die **Arbeitsbedingungen in ärmeren Ländern zu verbessern**.

Dabei helfen Siegel, wie z. B. der **Blaue Engel**, das **Fairtrade** Zeichen



# Vexwarina domdar

## Kurdisch

Em çi bikin ne girîng e. Bi kirîna wan, bêtir û bêtir mirov dixwazin alîkariyê bikin ku bandora li ser xweza û jîngehê kêr bikin û şert û mercên xebatê li welatên xizan baştir bikin.

Mohrên wekî B. Melekê Şîr, ew Nîşana Fairtrade

# الاستهلاك المستدام

## Arabisch

لا يهم ما نشتريه. مع شرائها ، يريد المزيد والمزيد من الناس المساعدة في تقليل التأثير على الطبيعة والبيئة وتحسين ظروف العمل في البلدان الفقيرة.

المساعدين مثل . الملاك الأزرق ،  
و علامة التجارة العادلة

# Nachhaltiger Konsum

## Deutsch

Der blaue Umwelt-Engel ist ein Zeichen für nachhaltige Produkte. Zum Beispiel: Papier, auch Toilettenpapier, Putzmittel, Waschmittel, Kaffeefilter, Taschentücher, Stifte, Kühlschränke,...

Fairtrade kennzeichnet Waren, die aus **fairem Handel** stammen und bei deren Herstellung bestimmte **soziale, ökologische und ökonomische Kriterien** eingehalten wurden.



Foto:Niclas Illg

# Vexwarina domdar ew

## Kurdisch

Melekê jîngehê şî ji bo hilberên domdar sembolek e. Mînak: kaxiz, her weha kaxizên tuwaletê, paqijker, paqijker, parzûnên qehweyê, destmal, pêûs, sarinc, ...

Bazirganiya adil eşyayên ku ji bazirganiya adil tîn û çêkirina wan bi hin pîvanên civakî, ekolojîk û aborî re tevdigere nas dike.

# الاستهلاك المستدام هو ...

## Arabisch

الملاك البيئي الأزرق هو رمز للمنتجات المستدامة. على سبيل المثال: الورق، بما في ذلك ورق التواليت، وعوامل التنظيف، والمنظفات، وفلاتر القهوة، والمناديل، والأقلام، والثلاجات،...

تحدد التجارة العادلة البضائع التي تأتي من التجارة العادلة والتي يتوافق تصنيعها مع معايير اجتماعية وبيئية واقتصادية معينة



# Nachhaltiger Konsum ist...

## Deutsch

- den Wasserverbrauch zu senken, denn Wasseraufbereitung braucht Energie (CO2).
- Wäsche **nicht heißer als nötig** zu waschen. Auf den Kochwaschgang kann man verzichten.
- **Waschen bei 30 und 40 Grad** ist in einem normalen Haushalt völlig ausreichend.
- **Einmal im Monat** eine Wäsche mit **60 Grad**, damit Mikroorganismen aus der Waschmaschine verbannt werden.
- Wer eine Wäsche bei 60 Grad anmacht, der verbraucht so viel Energie, als würde er beinahe zweimal bei 40 Grad oder dreimal bei 30 Grad waschen.



Foto:PlanetCare

# Vexwarina domdar ew

## Kurdisch

vexwarina avê  
ji ber ku tedawiya avê hewceyê enerjîyê  
(CO2) ye.

- Cilşûştinê ji pêwîst germtir neşuştin. Hûn dikarin bêyî çerxa şuştina kelandî bikin.
- Şuştina di germahiya 30 û 40 derece normal e Budçe bi tevahî têr.
- Mehê carekê di germahiya 60 dereceyan de bişon da ku mîkroorganîzmeyên makîneya cilşûştinê werin girêdan.
- Kesên ku cilşûştinê di germahiya 60 dereceyan de vedikin bi qasî 2 caran di germahiya 40 dereceyan de an jî sê caran di germahiya 30 dereceyan de bişon bi qasî enerjîyê bi kar tînin.

# الاستهلاك المستدام هو...

## Arabisch

استهلاك المياه  
لأن معالجة المياه تحتاج إلى طاقة (ثاني أكسيد  
الكربون).

- لا تغسل الملابس الساخنة أكثر من اللازم. يمكنك الاستغناء عن دورة الغليان.
- - الغسل عند ٣٠ و ٤٠ درجة عادي - الميزانية كافية تماما. - يغسل مرة واحدة في الشهر عند درجة حرارة ٦٠ درجة مئوية حتى تلتصق الكائنات الدقيقة من الغسالة.
- - أي شخص يقوم بتشغيل الغسيل عند ٦٠ درجة يستخدم قدرًا كبيرًا من الطاقة كما لو كنت تغسل مرتين تقريبًا عند ٤٠ درجة أو ثلاث مرات عند ٣٠ درجة.

## Nachhaltiger Konsum ist...

### Deutsch

- Energie zu sparen.
- in allen Räumen, in denen sich niemand aufhält, das Licht ausschalten und Energiesparlampen oder LED statt Glühbirnen verwenden.



Foto:John Cameron

- elektrische Geräte an eine abschaltbare Steckerleisten anzuschließen. Der Stand-by-Modus frisst unnötig Strom.
- richtig zu lüften bei abgestellter Heizung.



Foto:co2online.de

## Vexwarina domdar ew

### Kurdisch

Teserûfa enerjîyê Li hemû odayên ku kes lê nîne, ronahiyê vemirînin û li şûna ampûlên ronahiyê lampayên enerjîyê an LED-ê bikar bînin.

Amûrên elektrîkê bi kekek hêzê ya ku dikare were qut kirin ve girêdin. Moda stand-by elektrîkê bêhewce dixwe.

ku bi germkirinê vegirtî bi rêkûpêk hewayê bike

## الاستهلاك المستدام هو...

### Arabisch

في جميع الغرف التي لا يوجد فيها أي شخص ، أطفئ الأنوار واستخدم المصابيح الموفرة للطاقة أو مصابيح LED بدلاً من المصابيح الكهربائية.

قم بتوصيل الأجهزة الكهربائية بشريط طاقة يمكن إيقاف تشغيله. يستهلك وضع الاستعداد الكهرباء دون داع.

- للتهوية بشكل صحيح مع إطفاء التدفئة ٤/٣ مراتٍ يوميًا

# Nachhaltiger Konsum ist...

## Deutsch

- Recycling zu unterstützen und Papier und Glas in die dafür vorgesehenen Container zu werfen.
- Scheinbar nutzlos gewordene oder kaputte Produkte werden mithilfe des Upcyclings in neuwertige Produkte umgewandelt.  
**Upcycling statt Wegwerfen.**



Foto: Sigmund

# Vexwarina domdar ew

## Kurdisch

Piştgiriya vezîvirandinê bikin û kaxiz û cam bavêjin nav konteynerên destnîşankirî

Berhemên ku xuya dikin bêkêr bûne an jî şikestî bi alîkariya upcycling vediguherin hilberên nû. Upcycling şûna avêtina dûr.

# الاستهلاك المستدام هو...

## Arabisch

دعم إعادة التدوير ورمي الورق والزجاج في الحاويات المخصصة

المنتجات التي يبدو أنها أصبحت عديمة الفائدة أو مكسورة يتم تحويلها إلى منتجات جديدة بمساعدة إعادة التدوير. إعادة التدوير بدلاً من التخلص منها.

## Nachhaltiger Konsum ist...

### Deutsch

reparieren und tauschen, verschenken statt wegwerfen. Für jedes neue Gerät oder Kleidungsstück sind Ressourcen nötig und ihre Produktion ist auch immer mit CO2-Emissionen verbunden. Geteilte Autos, getauschte Kleider, geliehene Werkzeuge – Dinge gemeinschaftlich zu nutzen, ist eine gute Strategie für Nachhaltigen Konsum. **Beispiele in Dortmund: Jacke wie Hose, Repair-Cafés, EDG Möbelbörse, öffentliche Bücher-schränke,...**



## Vexwarina domdar ew

### Kurdisch

Tamîr bikin û biguhezînin, li şûna avêtinê bidin. Çavkaniyên ji bo her amûrek nû an cilê nû hewce ne, û hilberîna wan her dem bi belavkirina CO2-ê ve girêdayî ye. Otomobîlên hevpar, cil û bergên guhertî, amûrên deynkirî - karanîna tiştan bi hev re stratejiyek baş e ji bo vexwarina domdar. Li Dortmundê: çakêt û pantor, qehwexaneyên tamîrkirinê, danûstendina mobîlya EDG, pirtûkxaneyên giştî,...

## الاستهلاك المستدام هو...

### Arabisch

الإصلاح والاستبدال، تبرع به بدلاً من التخلص منه. الموارد المطلوبة لكل جهاز أو قطعة ملابس جديدة، ويرتبط إنتاجها دائماً بانبعاثات ثاني أكسيد الكربون. السيارات المشتركة والملابس المستعارة والأدوات المستعارة - يعد استخدام الأشياء معاً استراتيجية جيدة للاستهلاك المستدام. أمثلة في دورتموند: السترات مثل السراويل، ومقاهي الإصلاح، وتبادل أثاث EDG، وخزائن الكتب العامة، ...



## Impressum

Herausgeber: CHANCENGLEICH in Europa e.V.  
Konzept und Inhalt: Beate Vogel, Majida Murad,  
Sajeda Murad  
Grafik und Layout: Vincent Walz

Mit freundlicher Unterstützung des  
Umweltamtes Dortmund, 2021



Und

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



Foto: Noah Buscher