

ኣብ መእከቢ ጎሓፍ ዚጉሓፍ ጎሓፍ

ናይ መግቢ ጎሓፍ
ተረፍመረፍ ክሸነ፡ ኣብ ቀጠልያ ሳንባ ዋራይ ክግበር ይግባእ። ልዑል ዝደረጃኡ ባህርያዊ ድኹዲን ነጻዲ ተሽከርካርትን፡ ሕዋስ ክብ ዘይብሉ ተረፍመረፍ ምግቢ ከወጽእ ይከኣል እዩ።

ኣብነታት ተረፍመረፍ ምግቢ
ኣብ ምኽባን ዝተርፍ ነገራት፡ ተረፍመረፍ ምግቢ፡ ዋሑን ቡን፡ ፍረታት፡ ኣሕምልቲ፡ ቀጠፍ ሻይ፡ ሰጋ፡ ኣዕጽምቲ፡ መለግለጋይ ዓሳን ቅርፍራፍን፡ ቅራፍ ድንሽ፡ ማርጋሪን፡ ጅብና፡ ፋጋ እንቋቋቅ፡ ዘይቲ ብልዒ። ቁርጽራጽ ዕምባባታት ድማ ኣብ ቀጠልያ ሳንባታት ክግበር ይከኣል እዩ።



ኣብ ቀጠልያ ሳንባታት፡ ተረፍመረፍ ምግቢ እንተዘይኮይነ፡ ካልእ ከቅመዋ የብሉን - ኣብ ግዜ ምፍልላይ ጎሓፍ ከጸግም ዚኽእል ነገር ክህሉ የብሉን!
ንዘለኩም ጎሓፍ ብግቡእ ፈላጊኹም ብምጉሓፍኩም ነመስግነኩም!

(Vetlanda, Sävsjö)
Njudung Energi
0383-76 38 00 www.njudung.se

ተረፍ ጎሓፍ
ተረፍ ጎሓፍ፡ ክብ መትሓዘታት፡ ጋዜጣታት፡ ተረፍመረፍ ጎሓፍን ሓደገኛ ጎሓፍን ምስፈልግኩም-ዎ ዝተርፍ ነገር እዩ። ገዜፍ ኣኩብ ጎሓፍ ንኺይህሉ፡ ተረፍ ጎሓፍ ብሓዊ ከምዚቻጸል ኪኸውን ኣለዎ።

ኣብነታት ተረፍ ጎሓፍ
ሳንባታት ንፋሳዊ መጽረጊ (ቫኩም)፡ መሕጸቢ ኣሰፓስላታት፡ ካይላ፡ ሰራጫኪክስ፡ ገዜፍ ኩባያ፡ መስተዋ ብኬራ፡ ፎርግ ዚጻወር ዋርመ-ዝ፡ ጎሓፍ ድመ፡ ሒላብ፡ መነጻጽዒ፡ ዝሒላ ሓምኹሽቲ፡ ጸሰጣታት፡ ሳንባታት ቀልቀል ክልቢ፡ መጽረጊ ስኒ፡ ትምባኹ፡ ተረፍ ሸጋራ፡ ተረር ቆርቦት መጽሓፍቲ፡ ዓለባታት፡ ሳእንታት፡ ባምቡላታት (ኤሊትሪካዊ ዘይኮነ)፡ ናይ ፕላስቲክ መምተሪ፡ ማስቲካ፡ ሸምዓታት፡ ወረቆት ክሸነ፡ መጸራረዪ ጨርቅታትን ኣብ ባዞ እተተኸሰ ኣትከልትን።



ምሉእ ብምሉእ ቀጠልያ ንዘይኮነ ድማ ቀያሕቲ ሳንባታት ወይ ካልእ ናይ ፕላስቲክ ሳንባታት ተጠቐሙ።
ንተረፍ ጎሓፍ፡ ቀጠልያ ሳንባታት ብፍጹም ኣይትጠቐሙ!

ምምሕዳር ከተማ ኤክሰጆ (Eksjö)
Eksjö Energi AB
0381-19 20 20 www.eksjoenergi.se

ናብ ማእከል ዳግማይ ምምስራሕ ጎሓፍ ዚውሰድ ወይ ጎሓፍ ብእትእክብ ናይ ጸዕነት ማኪና ዝእክብ ጎሓፍ

ሓደገኛ ጎሓፍ
እተፈለለዩ ዓይነታት ጎሓፍ ገዛ፡ ብዘለ መገዳ ሓደገኛ ዝኾነ ወይ ንኸኾነ ተኸእሎ ዘለዎም ስለዝኾነ፡ ክብ ካልእ ዓይነት ጎሓፍ ክፈለለዩ ኣለዎም።

ኣብነታት ሓደገኛ ጎሓፍ፡ ኣሰቆን፡ ተረፍ ኮላን ሸርኒቶን፡ ዘይቲ ሞተሪ፡ ቀለም ጽፍራ፡ ጨና፡ ሕብረ ጸትሪ፡ ዋርሑ ዘይኮነ መንጸጊ ታኒካታት፡ ቀለምን ከም ኣምፑላት፡ ፍሎረሰንት፡ ኤሊትሪካዊ መሳርሒ ገዛ፡ ኤሊትሪካዊ ባምቡላታት፡ ሰዓታትን ባትርታትን ዝኣመሰሉ ዘጠቓልል ዝኣረገ ኤሊትሪካዊ ኣቅሓን እዩ።



ሓደገኛ ጎሓፍ፡ ቅድሚ ኣብ ካሌታ ምግባር ብግቡእ ክብ ካልእ ጎሓፍ እተፈለለየ ኪኸውን ኣለዎ። ኣብቲ ናይ ፋብሪካኪ መትሓዘ ዘየሎ ከሚካላት፡ ምልክት ከግበረሉ ይግባእ።

ኣብ ገዛ ኢፓርትማ ትቅመጡ እንተኻይንኩም፡ ነቲ ሓደገኛ ጎሓፍ ኣበይ ክትወስድዎ ከምዝግብኣኩም ንምፍልጥ ንኣካራዪ ሕተቱ።

መድኅኒታትን ስሪንጋታትን
እዚ፡ ኩሉ ግዜ ናብ ቤት መድኅኒት ክውሰድ ይግባእ።

ምምሕዳር ከተማ ኣፕቪዲንግ (Uppvi-
dinge)
Uppvidinge
KOMMUN
0474-470 75 www.uppvidinge.se

መትሓዘታትን ጋዜጣታትን፡ ናብ መደበር ዳግማይ ምምስራሕ ጎሓፍ ኪውሰድ ኣለዎ።

ናይ ወረቆት መትሓዘ
ባኩታት፡ ሕጽፍጻፍ ባኩታት፡ ናይ ወረቆት ሳንባታት፡ ብወረቆት እተሰርሐ ካርቶናት ጸባ/መጸጽ ጸባ/ጽማቕ።

ናይ ፕላስቲክ መትሓዘ
ናይ ፕላስቲክ መትሓዘታት፡ ናይ ፕላስቲክ ገንኢ፡ ጀሪካን፡ ንኣሸቱ ሳንኬሎታት፡ ፖሊስትሪን፡ ናይ ፕላስቲክ ሳንባታት፡ ናይ ፕላስቲክ ቱቦታት፡ ዝምላእ ባኩ፡ ናይ ፕላስቲክ መሸፈኒ፡ መጠቕለሊ ፕላስቲክ፡ ናይ ፕላስቲክ ሳዳናት፡ ዋርሑ ናይ ፕላስቲክ መንጸጊ

ናይ ዋርመ-ዝ መትሓዘ
መኽደን ዘይብሉ ገንኢታትን ሳርማታትን ዋርመ-ዝ - መስተዋ ብኬሪ ወይ ካይላ ኣይኮነን!

ናይ ሓዲን መትሓዘ
ታኒካ፡ ናይ ኣሎጫንዩም መጠቕለሊ፡ መኽደን ዋርመ-ዝ፡ ናይ ሓዲን መኽደን፡ ዋርሑ ናይ ሓዲን መንጸጊ
ጋዜጣታትን እተተኸሰ ነገራትን
ክታሎጋት፡ መዋዕውዒ መንኹራት፡ ገበር መጽሓፍ

መደበራት ዳግማይ ምምስራሕ ጎሓፍ፡ ብFTI ይመሓደር
ተሌዎን 0200-88 03 11
www.ftiab.se

ምምሕዳር ከተማ ንኣነቢ (Aneby)
Aneby Miljö & Vatten AB
0380-463 70 www.amaq.se