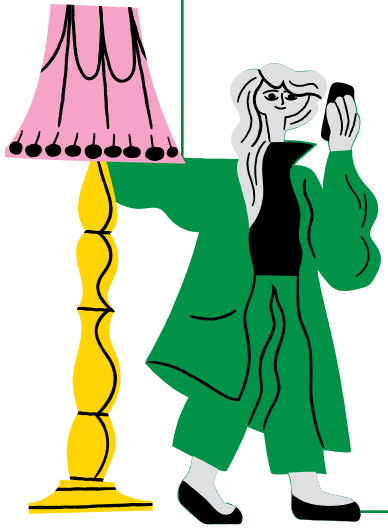



میتوانید برای صرفه جویی در پول و حفاظت از طبیعت به این شکل عمل کنید - اقتصاد چرخشی یا بازیافتی

در این بروشور اطلاعات و راهنمایی هایی کاربردی در مورد این که چگونه می توانید از نظر زیست محیطی و اقتصادی، زندگی بهتری داشته باشید، دریافت خواهید کرد. وقتی که در زندگی روزمره به انتخاب ها فکر کنید، می توانید در پول و طبیعت صرفه جویی کنید.

# اینگونه با مسئولیت زندگی کنید



- کمتر خرید کنید.
- محصولات با دوام خریداری کنید و ترجیحاً وسایل دست دوم بخرید.
- از وسایل به مدت طولانی و به دقت استفاده کنید و آنها را تعمیر نمایید.
- وسایلی که به آنها نیاز ندارید را برای استفاده مجدد اهدا کنید و یا بفروشید.
- به امانت بگیرید و کرایه کنید. نیازی نیست خودتان مالک همه چیز باشید. می توانید با دیگران هم بطور مشترک مالکیت وسایل را داشته باشید.
- زباله ها را تفکیک و بازیافت کنید. از ریختن زباله خودداری کنید.

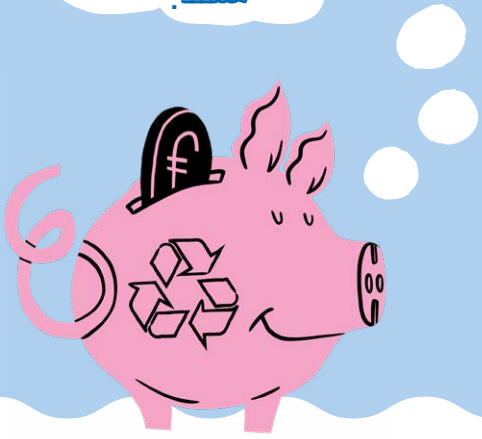
← انتخاب‌های پایدار در زندگی روزانه

تصویر روی جلد: Marjaana Malkamäki ,تصویر: Lille Santanen

# چرا انجام این کار به صرفه است؟

- **در پول صرفه جویی می کنید**: وقتی که وسایل با دوام و وسایل دست دوم خریداری می کنید، در پول صرفه جویی می نمایید. وقتی که وسایل را سرویس و تعمیر می نمایید، آنها بیشتر دوام می آورند. در این صورت نیازی نیست زیاد وسایل جدید بخرید.
- **از طبیعت محافظت می کنید**: وقتی کمتر وسایل جدید خریداری می کنید، کمک می کنید تا از طبیعت محافظت شود.
- **از تغییرات آب و هوایی جلوگیری می کنید**: وقتی کمتر وسایل جدید خریداری می کنید، حجم تولید، حمل و نقل و زباله ها را پایین می آورید. این عمل موجب کاهش انتشار گازهای گلخانه ای می شود و کمک می کند تا از تغییرات آب و هوایی جلوگیری شود.
- **با افراد جدید آشنا می شوید**: وقتی که وسایل را به امانت می گیرید و یا اجاره می کنید، می توانید با افراد جدید آشنا شوید. معاشرت با انسان ها و انجام کارهای مشترک به زندگی معنی می دهد.
- **از رفاه بهره مند می شوید**: وقتی طبیعت، اقتصاد و مردم در وضعیت خوبی هستند، حال شما هم بهتر است.

آیا
می دانید که اقتصاد
چرخشی به معنی اقتصادی است
که در آن مواد و وسایل با صرفه جویی
و به طور معقول مصرف می شوند. این
عمل مقدار زباله ها را کاهش می دهد.
راهنمایی های این بروشور مثال
هایی از اقتصاد چرخشی
هستند.



# اهدا کنید، به امانت بگیرید، کار را خودتان انجام دهید

- خدماتی که در هلسینکی وجود دارند



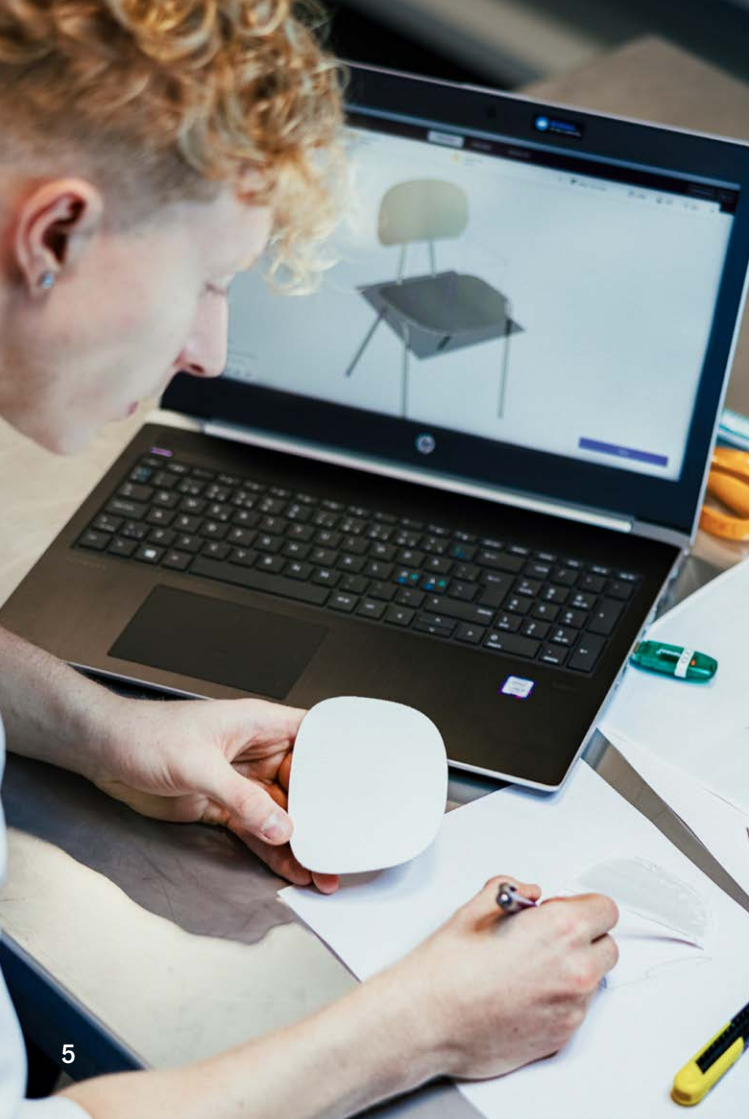
# کتابخانه ها

از کتابخانه ها می توانید کتاب ها، مجلات، فیلم ها و مطالب موسیقی به زبان های مختلف را به امانت بگیرید. علاوه بر این، می توانید انواع مختلف ابزار کار، وسایل ورزشی، ابزار موسیقی و وسایل متعدد دیگری را به امانت بگیرید. در کتابخانه های مختلف مجموعه های متفاوتی وجود دارد.

**به امانت بگیرید**: دستگاه های سوراخ کن یا دریل‌ها، راکت های تنیس، هدفون ها، دستگاه های اندازه گیری ضربان قلب، چوب های اسکی، کفش های اسکیت و آلات موسیقی.

**به تفریح و سرگرمی بپردازید، کار کنید، پرینت کنید**: در کتابخانه ها می توانید از کامپیوتر ها استفاده کنید. می توانید پرینت هم بکنید. در برخی از کتابخانه ها می توانید بازی های مختلفی را انجام دهید، خیاطی کنید یا پیانو بنوازید.

← برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد کتابخانه های شهر هلسینکی به زبان های فنلاندی و انگلیسی به این آدرس مراجعه کنید



تصویر : Jussi Hellsten



تصویر: Karun Verma

# فارامو (Varaamo)

Varaamo خدمات رزرو مکان شهرداری هلسینکی است. در Varaamo مکان ها و دستگاه های مختلفی وجود دارند که می توان آنها را بطور رایگان یا با قیمت مناسب برای استفاده خود رزرو کنید. می توانید اتاق های برگزاری جلسه، میز کار، مکان جشن، مکان رویدادها، استودیو، خانه های ییلاقی، کلبه ها و سوناها را رزرو کنید. می توانید دستگاه های مختلفی مانند چاپگرهای سه بعدی و دستگاه های خیاطی را هم رزرو کنید و استفاده نمایید.

← مکان ها و دستگاه های شهرداری را در آدرس رزرو کنید
(صفحات به زبان های فنلاندی و انگلیسی)



# دوچرخه های شهرداری

دوچرخه های شهرداری دوچرخه هایی هستند که استفاده از آنها برای عموم آزاد است. می توانید دوچرخه های شهرداری را برای یک روز، یک هفته یا کل فصل کرایه کنید. وقتی که در صفحات اینترنتی دوچرخه های شهرداری رزرو ادامه دار انجام دهید، می توانید دوچرخه را برای مدت چند ماه هم کرایه کنید. یک سفر می تواند حداکثر یک ساعت طول بکشید.
دوچرخه ها از بهار تا پاییز در دسترس هستند.

← در اینترنت در آدرس ثبت نام کنید و دوچرخه های شهرداری برای مدت مناسب برای خودتان کرایه کنید
(صفحات به زبان های فنلاندی و انگلیسی)




تصویر: Jussi Hellsten



تصویر: Vesa Laitinen

# امور تعمیرات

در امور تعمیرات می‌توانید لباس‌های آسیب‌دیده و سایر منسوجات را همراه با دیگران تعمیر کنید. گاهی اوقات کالاها را نیز همینطور. در این امور تعمیرات، شرکت‌کنندگان با هم مهارت‌های جدیدی می‌آموزند و اغلب داوطلبانی برای کمک و ارائهٔ مشاوره حضور دارند. نام این امور تعمیرات می‌تواند برای مثال کافه تعمیر، کارگاه تعمیر، شهر تعمیر یا کارگاه خیاطی باشد (korjauskahvila, korjauspaja, korjauskaupunki, ompelupaja).
امور تعمیرات معمولاً رایگان هستند و در نقاط مختلف هلسینکی برگزار می‌شوند.

← در تقویم رویدادهای هلسینکی جستجو کنید



# مراکز اجتماعی

مراکز اجتماعی هلسینکی مکان‌هایی هستند که ورود به آنها برای همه آزاد است و در آن‌ها می‌توانید در طیف گسترده‌ای از فعالیت‌ها شرکت کرده و با افراد دیگر ملاقات کنید. بسیاری از مراکز اجتماعی دارای چرخ‌های خیاطی هستند که می‌توان به‌صورت رایگان از آن‌ها استفاده کرد. شما همچنین می‌توانید در جلسات خیاطی با مربی شرکت کنید، جایی که در زمینه تعمیر و تغییر لباس‌ها به شما مشاوره و کمک ارائه می‌شود.

← با فعالیت های مراکز اجتماعی آشنا شوید(صفحات به زبان‌های فنلاندی و انگلیسی)





تصویر: Vesa Laitinen

# مرکز بازیافت پایتخت و حومه
## (Kierrätyskeskus)

مرکز بازیافت پایتخت و حومه یک شرکت با منفعت عمومی است. این شرکت از مصرف دوباره لباس ها و وسایل حمایت و تشویق می کند و در مورد مسائل مربوط به محیط زیست اطلاعات ارائه می دهد. علاوه بر این، این شرکت امکان انجام کار را در اختیار بیکاران قرار می دهد.

فروشگاه های این مرکز بازیافت در مکان های مختلف پایتخت و حومه قرار دارند.

**اهدا کنید و یا خریداری نمایید**: البسه، کتابها، ظروف، دوچرخه ها، وسایل مبلمان منزل، فرش ها و موکت ها، پارچه های خانگی، اسباب بازی ها، صفحات و دیسک های موسیقی، دستگاه های خانگی و وسایل الکترونیکی.

**بطور رایگان بردارید**: در همه فروشگاه ها بخش هایی نیز وجود دارند که از آنها می توان بطور رایگان وسایلی را برداشت.



تصویر: Jussi Hellsten

← در این آدرس با کار مرکز بازیافت به زبان های فنلاندی و انگلیسی آشنا شوید



تصویر : Jussi Hellsten

# مرکز بازیافت
## (Stara)

مرکز بازیافت Stara اموال شهرداری هلسینکی که از مصرف خارج شده اند را به فروش می رساند. دستگاه ها و وسایل تکی در کل سال در مزایده در صفحات اینترنتی kiertonet.fi فروخته می شوند. وسایل نقلیه و دستگاه های کار و وسایل منقول بزرگ دیگر در جلسه مزایده جداگانه در بهار و پایز به فروش می شوند.

**خریداری کنید**: دستگاه های کار و دستگاه های کوچک، دستگاه های ورزشی، ابزار کار دستی، مواد ساختمانی و وسایل نقلیه.

← در این آدرس اطلاعات تماس **Stara** را مشاهده کنید، سؤال کنید و انتقادات و پیشنهادات خود را ارائه نمایید (به زبان های فنلاندی و انگلیسی)





تصویر: Karun Verma

# آموزشگاه کارگران هلسینکی
## (Työväenopisto)

آموزشگاه کارگران هلسینکی آموزشگاهی است که استفاده از آن برای عموم آزاد است. این آموزشگاه در رشته های مختلف و به زبان های مختلف، دوره های آموزشی ارائه می دهد.

← در این آدرس با کار آموزشگاه کارگران آشنا شوید (به زبان های فنلاندی و انگلیسی)

مهارت های دستی را یاد بگیرید. از بین هزاران دوره آموزشی و رویداد، می توانید دوره های آموزشی متعدد تعمیر و تجدید وسایل و پارچه ها را پیدا کنید.

← در این آدرس در خدمات **ilmonet.fi** ثبت نام کنید (به زبان های فنلاندی و انگلیسی)



# فروشگاه های دست دوم در محوطه حیاط و پارک

آیا می دانستید که می توانید وسایل مصرف شده خود را در حیاط ها و پارک های عمومی به فروش برسانید؟

اگر وسایل خود را با پهن کردن بساط بر روی زیر انداز می فروشید و مانع عبور و مرور اشخاص در آن ناحیه نمی شوید، برای فروش نیازی به داشتن مجوز از شهرداری ندارید. با این حال به یاد داشته باشید که آن مکان را تمیز کنید و وسایلی که فروخته نشده اند را با خود ببرید.

در هلسینکی مکان هایی نیز وجود دارند که مردم در تابستان در آنجا جمع می شوند و وسایل خود را می فروشند. در این دست دوم فروشی ها، برگزار کننده خاصی وجود ندارد، بلکه هر فروشنده ای مسئولیت غرفه فروش خود را بر عهده دارد. در صورتی که فروشندگان زیادی به محوطه پارک بیایند و برای فروش از ساختار فروش نظیر میز و صندلی استفاده شود، باید مجوز دریافت نمود.



تصویر: Ninni West

- در این آدرس می توانید در فصل تابستان، دست دوم فروشی های واقع در محوطه پارک را جستجو کنید (صفحات به زبان فنلاندی، با کلمه "**kirppis**" جستجو کنید)
- در این آدرس برای دست دوم فروشی، درخواست مجوز کنید (به زبان های فنلاندی یا انگلیسی)

# خدمات را از روی نقشه پیدا کنید




## خدمات نقشه پایتخت و حومه

نقشه دسترسی به خدمات یک نقشه الکترونیکی است که از آن می توان براحتی خدمات مختلفی نظیر مدارس، درمانگاه ها و کتابخانه ها را جستجو نمود. خدمات اقتصاد چرخشی و خیلی از ارائه کنندگان خصوصی خدمات هم در این پوشه وجود دارند. در این پوشه انتخاب کنید که چه خدماتی را جستجو می کنید و مکان فعالیت آنها را در روی نقشه می بینید.

**پیدا کنید**: دست دوم فروشی ها، خدمات کتابخانه ها، مکان های بازیافت، مکان های استفاده مشترک، خدمات امانت دهی و خدمات کرایه.

← می توانید در این آدرس خدمات نقشه پایتخت و حومه را پیدا کنید (به زبان های فنلاندی و انگلیسی)

# تفکیک زباله ها

## – اطلاعات را پیدا کنید





تفکیک زباله ها از این نظر که زباله ها خطری ایجاد نکنند، مهم است. وقتی که زباله ها بدرستی تفکیک می شوند، از مواد آنها می توان محصولات جدید را تولید نمود.

# HSY، یعنی خدمات محیط زیستی منطقه هلسینکی

HSY خدمات شهری مربوط به آب و فاضلاب و جمع آوری و مدیریت زباله را ارائه می کند. این سازمان اطلاعات تولید می کند و فعالانه در اقتصاد چرخشی فعالیت می کند.

**راهنمای زباله - صفحات جستجو**: آیا نمی دانید که زباله خود را کجا می توانید ببرید؟ راهنمای زباله شما را راهنمایی می کند. راهنمای زباله در صفحات اینترنتی HSY وجود دارد. نام زباله را در فیلد جستجوی این صفحات بنویسید. راهنمای زباله به شما می گوید که این زباله چه زباله ای است و آن را کجا می توانید ببرید.

**دستورالعمل ها**: در صفحات اینترنتی HSY، راهنمایی ها و بروشورهای مختلف تفکیک زباله های خانگی وجود دارند. این راهنمایی ها و بروشورها به زبان های مختلفی نظیر فنلاندی، سوئدی، انگلیسی، روسی، عربی، سومالیایی، فرانسوی، دری، سورانی و تیگرینیا وجود دارند.



تصویر: Hannu Bask / HSY

- راهنمای زباله **HSY** در این آدرس وجود دارد (به زبان های فنلاندی و انگلیسی)
- در این آدرس بروشورهای الکترونیکی را بخوانید و یا بطور رایگان برای ارسال به منزل خود سفارش دهید

# صفحات InfoFinland

خدمات اینترنتی InfoFinland.fi صفحات اینترنتی چند زبانه است. این صفحات اطلاعات زیاد و مهمی را به مهاجرین در فنلاند و اشخاصی که در حال برنامه ریزی برای مهاجرت به فنلاند هستند، ارائه می کند. در این صفحات، راهنمایی هایی در مورد تفکیک و بازیافت زباله ها وجود دارد.

**دستورالعمل ها**: راهنمایی های تفکیک به 12 زبان وجود دارند. این زبان ها عبارتند از فنلاندی، سوئدی، انگلیسی، روسی، استونیایی، اوکراینی، فرانسوی، اسپانیایی، ترکی استانبولی، چینی، فارسی و عربی.

← اطلاعات بیشتر در مورد زباله ها و بازیافت در آدرس



تصویر: Maija Astikainen

# وقتی که تفکیک می کنید، به این شکل عمل کنید

- فقط زباله هایی که ظرف زباله مخصوص خود را دارند را به اتاق زباله شرکت ساختمانی ببرید. زباله باید در داخل ظرف زباله جا شود.
- اتاق زباله و محیط زیست را پاکیزه نگه دارید تا این که موش ها افزایش پیدا نکنند.
- دستگاه های الکترونیکی، وسایل بزرگ یا زباله های خطرناک نظیر داروها، باتری های معمولی، باتری های قابل شارژ، رنگ ها یا مواد شیمیایی را نباید به اتاق زباله برد.
- داروها را به داروخانه و باتری ها را به فروشگاه ببرید. به یاد داشته باشید که قطب های باتری ها را باچسب نواری بپوشانید.
- اگر دسترسی به خودروی شخصی دارید، می توانید وسایل بزرگ را به ایستگاه تفکیک و تحویل زباله (Sortti-asema) ببرید.
- اگر دسترسی به خودروی شخصی ندارید، می توانید برای وسایل بزرگ، خدمات حمل و نقلی را که مشمول هزینه هستند، سفارش دهید. نام خدمات حمل و نقل (Sortti-nouto) است.



تصویر: Suvi-Tuuli Kankaanpää / HSY / Keksi Agency

- از این آدرس از صفحات اینترنتی HSY، خدمات **Sortti-nouto** سفارش دهید
- از این آدرس ساعات کار ایستگاه های تفکیک و تحویل زباله را نگاه کنید
- از این آدرس مراکزجمع آوری را به زبان های فنلاندی یا انگلیسی مشاهده کنید

# لینک ها به خدمات



- کتابخانه ها helmet.fi
- مکان ها و دستگاه های شهرداری را رزرو کنید varaamo.hel.fi
- دوچرخه های شهرداری را کرایه کنید hsl.fi/kaupunkipyorat
- امور تعمیرات hel.fi/tapahtumat
- خانه های اجتماعی hel.fi/yhteisotalot
- مرکز بازیافت منطقه پایتخت kierratyskeskus.fi
- استارا stara.hel.fi
- دوره های آموزشی و رویدادهای آموزشگاه های کارگران tyovaenopisto.hel.fi
- دوره های آموزشی آموزشگاه های ملی و آموزشگاه های کارگران منطقه پایتخت ilmonet.fi
- نقشه دسترسی به خدمات منطقه پایتخت palvelukartta.hel.fi
- راهنمای زباله خدمات محیط زیستی منطقه هلسینکی hsy.fi/jateopas
- اطلاعاتی در مورد فنلاند، زباله ها و بازیافت infofinland.fi/fa
- ایستگاه های تفکیک و تحویل زباله hsy.fi/sorttiasemat
- مراکز بازیافت بر روی نقشه kierratys.info
- دست دوم فروشی های واقع در پارک در فصل تابستان stadissa.fi
- انتخاب‌های پایدار در زندگی روزانه hel.fi/zendegipaydar

Tämä on farsinkielinen kiertotaloutta käsittelevä esite.

Helsinki

فضای شهر
هلسینکی


**آدرس مراجعه**
Työpajankatu 8
00580 Helsinki

**آدرس پستی**
PL 58200
00099 Helsingin kaupunki

**شماره تلفن مرکز**
+358 (0)9 310 2611

**hel.fi/kaupunkiymparisto**



بروشورهای فضای شهر 2026:1