



घर में ऊर्जा की खपत को 20 प्रतिशत तक कम करें – कुछ शुरुआती सुझाव
बेहतर सेहत एवं साफ़ सुथरे वातावरण के लिए



घर में ऊर्जा की खपत को 20 प्रतिशत तक कम करें – कुछ शुरुआती सुझाव
बेहतर सेहत एवं साफ़ सुथरे वातावरण के लिए



ऊर्जा की खपत घर में कम करने के लिए कुछ सुझाव:

- दिन के समय (गर्म करने के लिए) थर्मोस्टेट को 10 सेल्सियस और/ या रात के समय 20 सेल्सियस कम पर सेट करें; (ठंडा करने के लिए) थर्मोस्टेट को 10 सेल्सियस और/या रात के समय 20 सेल्सियस ज्यादा पर सेट करें।
- सर्दी के मौसम में घर की गर्मी को बनाए रखने के लिए रात में खिड़कियों की कवरिंग को बन्द रखें और दिन में धूप के समय खोल दें; गर्मी के मौसम में घर को ठंडा रखने के लिए धूप में खिड़कियों की कवरिंग को बन्द रखें।
- फ्रिज के फिल्टर को नियमित रूप से (आमतौर पर दो महीने में एक बार) साफं करें या बदल दें।
- कपड़े धोने के लिए गरम पानी के बजाय ठंडा पानी प्रयोग करें।
- वाशिंग मशीन में कपड़े सुखाने के साइकल्स आधे कर दें। कपड़े हवा में लटकाकर सुखाएं या फिर ड्रायर पूरा भरने पर ही चलाएं।
- फर्नेस या एयर-कंडीशनर इस्तेमाल करते समय प्रयोग में न आने वाले कमरों के दरवाजे तथा एयर-वेन्ट बन्द कर दें।
- फ्रिज के पीछे लगी क्वायलों पर जमी धूल-मिट्टी को बुझा से या वैक्यूम क्लीनर से हटाएं।
- डिवाइवाइडर को पूरा भरने पर ही चलाएं; “एनर्जी सेविंग” या “लाइट वाइ साइकल” में धुलाई करें; “एयर ड्राई ऑप्शन” इस्तेमाल करें।
- लाइट, कम्प्यूटर, टी.वी. और डी.वी.डी. का इस्तेमाल न होने पर उन्हें बन्द करें; “फैण्टम” या “स्टैण्ड बाई” पावर का इस्तेमाल कम करने के लिए उपकरण को पावर बार में लगाकर स्विच से बन्द करें।
- इस्तेमाल के बाद हर बार फॉयस-प्लेस के डैम्पर या एयर-टाइट दरवाजे को बन्द कर दें।
- बिजली के साधारण बल्बों को कम ऊर्जा की खपत वाले बल्बों से बदल दें।



घरों में और सड़क पर ऊर्जा की खपत को 20 प्रतिशत तक कम करने के बारे में अधिक जानकारी के लिए 20/20 प्लानर की मुफ्त प्रति प्राप्त करें
www.cleanairpartnership.org/2020 या 416.392.2020

ऊर्जा की खपत घर में कम करने के लिए कुछ सुझाव:

- दिन के समय (गर्म करने के लिए) थर्मोस्टेट को 10 सेल्सियस और/ या रात के समय 20 सेल्सियस कम पर सेट करें; (ठंडा करने के लिए) थर्मोस्टेट को 10 सेल्सियस और/या रात के समय 20 सेल्सियस ज्यादा पर सेट करें।
- सर्दी के मौसम में घर की गर्मी को बनाए रखने के लिए रात में खिड़कियों की कवरिंग को बन्द रखें और दिन में धूप के समय खोल दें; गर्मी के मौसम में घर को ठंडा रखने के लिए धूप में खिड़कियों की कवरिंग को बन्द रखें।
- फ्रिज के फिल्टर को नियमित रूप से (आमतौर पर दो महीने में एक बार) साफं करें या बदल दें।
- कपड़े धोने के लिए गरम पानी के बजाय ठंडा पानी प्रयोग करें।
- वाशिंग मशीन में कपड़े सुखाने के साइकल्स आधे कर दें। कपड़े हवा में लटकाकर सुखाएं या फिर ड्रायर पूरा भरने पर ही चलाएं।
- फर्नेस या एयर-कंडीशनर इस्तेमाल करते समय प्रयोग में न आने वाले कमरों के दरवाजे तथा एयर-वेन्ट बन्द कर दें।
- फ्रिज के पीछे लगी क्वायलों पर जमी धूल-मिट्टी को बुझा से या वैक्यूम क्लीनर से हटाएं।
- डिवाइवाइडर को पूरा भरने पर ही चलाएं; “एनर्जी सेविंग” या “लाइट वाइ साइकल” में धुलाई करें; “एयर ड्राई ऑप्शन” इस्तेमाल करें।
- लाइट, कम्प्यूटर, टी.वी. और डी.वी.डी. का इस्तेमाल न होने पर उन्हें बन्द करें; “फैण्टम” या “स्टैण्ड बाई” पावर का इस्तेमाल कम करने के लिए उपकरण को पावर बार में लगाकर स्विच से बन्द करें।
- इस्तेमाल के बाद हर बार फॉयस-प्लेस के डैम्पर या एयर-टाइट दरवाजे को बन्द कर दें।
- बिजली के साधारण बल्बों को कम ऊर्जा की खपत वाले बल्बों से बदल दें।



घरों में और सड़क पर ऊर्जा की खपत को 20 प्रतिशत तक कम करने के बारे में अधिक जानकारी के लिए 20/20 प्लानर की मुफ्त प्रति प्राप्त करें
www.cleanairpartnership.org/2020 या 416.392.2020