



ऊर्जा बचत घरको लागि उपायहरू



ਪਰਚਿਯ

2

ਪੋਸ਼ਾਕ

3

ਕਪੜਾ ਧੁਨੇ ਮਸ਼ੀਨ
ਟਮਬਲ ਡਰਾਯਰ
ਇਸ਼ਤਰੀ

ਪਕਾਉਣੇ

4

ਰੇਫਰਜਿਰੇਟਰ
ਪਕਾਉਣੇ ਉਪਕਰਨਹਰੁ
ਸਾਮਾਨ੍ਯ ਪਕਾਉਣੇ ਸੁਝਾਵਹਰੁ
ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ

ਬਸਨੇ

7

ਵਾਲਟਬਟਨ
ਹਵਾਈ ਸੰਚਾਰਯਨ
ਪਾਨੀ ਤਾਪਕਰ
ਵਦਿਯੁਤ ਤਾਪਕਰ
ਧੁਮ੍ਰਪਾਨ ਨਕਿਸਕ
ਭਾਕੁਮ ਪੇਸਾ ਗਰਨੇ ਮਸ਼ੀਨ
ਵ੍ਯਕ੍ਤਗਿਤ ਕਮਪ੍ਯੂਟਰ (ਪੀਸੀ)
ਸ਼ਰਵਣ ਤਥਾ ਦ੍ਰਿਸ਼੍ਯ ਉਪਕਰਨਹਰੁ

ਕਾਰ੍ਯ

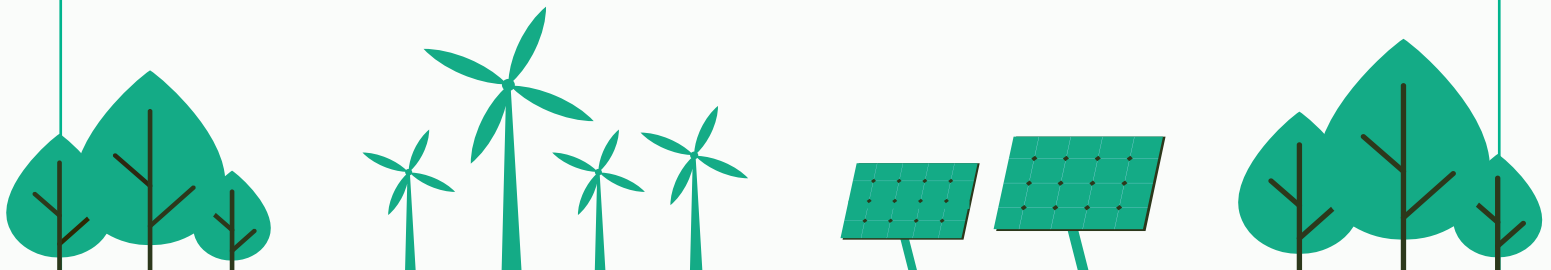
11

ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ

ਬੇ ਪਤ੍ਤਾ ਬਜ਼ਿਲੀ ਖਪਤ

12

ਸਮ੍ਬਨ੍ਧਿਤੀ ਵੇਬਸਾਇਟਹਰੁ



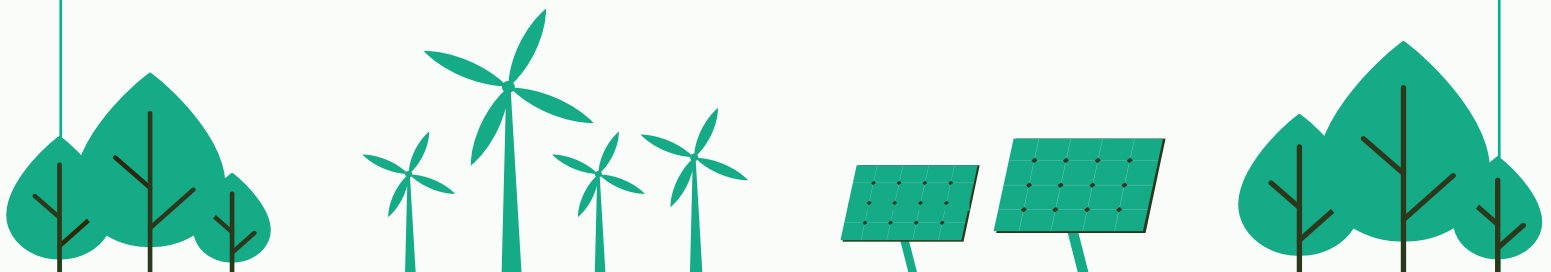
परचिय

यो पुस्तकले घरमा ऊर्जा बचाउने उपायहरू प्रदान गर्ने लक्ष्य राख्छ। केहि सजिलो ऊर्जा बचत उपायहरू घरमा:

- "ग्रेड 1" ऊर्जा लेबल भएका उच्च ऊर्जा प्रभावकारी उपकरणहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
- गर्मीमा 24°C र 28°C वा बढीमा हवाको स्थानीय तापमान सेट र बनाए राख्नुहोस्।
- ऊर्जा प्रभावकारी लाइट इमिटिगि डायोड (Led) बत्ती प्रयोग गर्नुहोस्।
- टाइमर नियंत्रण वा स्वचालति बजिली बन्द गर्ने क्षमता भएका उपकरणहरू प्रयोग गर्नुहोस्। देर गरेको स्ट्यानडबाई मोडमा छोड्नुहोस्।
- प्रयोग नगरएका उपकरणहरू वा प्रयोगपछि बजिली सेरनुहोस् र स्ट्यानडबाई बजिली खपत घटाउनुहोस्।
- उपयुक्त क्षमता र सुवधिहरूको साथमा उपकरणहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
- ऊर्जा प्रभावकारी भएका उपकरणहरूलाई उपयोग गर्नु अघि वा पछि नियमिति रुपमा राख्नुहोस्।
- सम्भव भएको हटि वाटर प्रयोग घुट्ने र सफाई गर्ने छोटो छोटो उपयोग गर्नुहोस्।
- अनविर्य ऊर्जा प्रभावकारीता लेबलगि योजनामा उपकरणहरूको वार्षिकि बजिली खपत अनुमान गर्न वेब आधारति ऊर्जा क्याल्कुलेटर प्रयोग गर्नुहोस्। वेबसाइट:
<https://www.emsd.gov.hk/Energylabel/En/Cal/Cal.php>

^ यो पुस्तकलाई यो लकिबाट डाउनलोड गर्न सकन्छि:

http://www.emsd.gov.hk/En/Energy_efficiency/Energy_management/Publications/Index.html



कपडा धुने मशानि

- ऊर्जा प्रभावकारी कपडा धुने मशानिहरू छान्नुहोस्। "ग्रेड 1" ऊर्जा लेबल भएका कपडा धुने मशानिहरू सबैभन्दा अधिक ऊर्जा प्रभावकारी हुन्।
- तपाईंको घरको आवश्यकताहरू संग अनुकूल कपडा धुने मशानि छान्नुहोस्। यदि तपाईंको सामान्य धुनो भार सानो छ भने, पानी कम प्रयोग गर्ने सानो मोडेल छान्नुहोस् र कम्फर्टर जस्ता ठुलो वस्तुहरूको लागि सार्वजनिक धुलोधुवाँमा जानुहोस्।
- मशानि फुल लोड गर्नुहोस् - कपडाको आधा भार धुने पूर्ण भारको उमेर लाग्छ।
- कपडाको वस्तु, रंग र गन्दाको आधारमा अलग अलग कपडाको धुनुहोस् र ऊर्जा र पानी बचाउनुहोस्।
- ठुलो धुनु नगर्ने हावा मा, तपाईंको सफा लाउन गर्नु हो - गोरुहरूको लागि मात्र उष्ण पानी प्रयोग गर्नुहोस्।

टम्बल ड्रायर

- ऊर्जा प्रभावकारी टम्बल ड्रायर छान्नुहोस्।
- सम्भव भएमा, बाहरिको सूर्य प्रकाश मा कपडा सुखाउनुहोस्।
- कपडा भजिउने पानी कम गर्नु वा कपडा धुने मशानिमा उच्च-गतिस्पनि चक्रमा कपडाको अतिरिक्त पानी नकालनु ऊर्जा बचाउन सक्दछ।
- प्रत्येक भारमा ड्रायर रगत फिल्टर सफा गर्नुहोस्।
- ड्रायर ओभरलोड नगर्नुहोस् कनिकियो हावा फ्लो ब्लक गर्छ र ड्रायर दक्षतालाई हानि पुर्याउँछ। वस्तु
- ओभर-ड्राइभडि टाढा रोक्नको लागि निमताल गुणसूत्र र स्वचालति सुखाउने कार्यक्रम भएको टम्बल ड्रायर खरिदि गर्नुहोस्।

पोशाक

- ड्रायर रोकिएपछि सबै वस्तुहरू नकिलनुहोस् र फोल्ड गर्नुहोस् वा झुक्क लगाउनुहोस् - झुल्कोहरू र इरनडि आवश्यकताहरू कम गर्छन्।

इस्त्री

- इरनडि बारम्बार रहींटडि नगर्न बहुमुखी इरनडि गर्नुहोस्।
- इरनडिको लागि उच्च तापको आवश्यकता भएका कपडाहरू सबैभन्दा पहिले इरन गर्नुहोस्, त्यसपछि मध्यम तापको लागि। इरन बन्द गर्नुहोस् र सलिक जस्ता कपडाहरूको लागि कम ताप आवश्यक छ भने बचेको ताप प्रयोग गर्नुहोस्।
- इरन नयाँ छैन भने यो प्रयोग नगर्नुहोस् वा इरनडि समाप्त गरेपछि बन्द गर्नुहोस्।

पकाउने

रेफ्रिजिरेटर

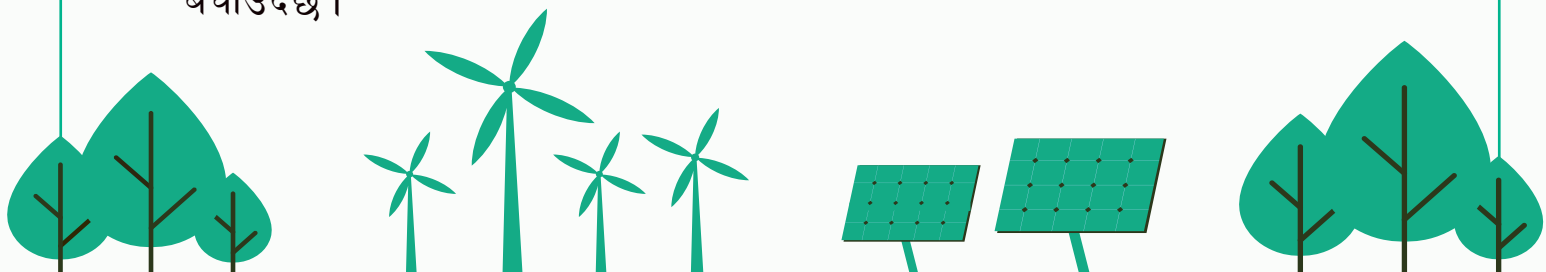
- ऊर्जा प्रभावकारी रेफ्रिजिरेटर छान्नुहोस्। "ग्रेड 1" ऊर्जा लेबल भएका रेफ्रिजिरेटरहरू सबैभन्दा अधिक ऊर्जा प्रभावकारी हुन्।
- रेफ्रिजिरेटरलाई हीट सोर्स - ओभन, डशिवाशर वा खसिकिएको वन्डोबाट सीधा सूर्य प्रकाश - नजिक नराख्नुहोस्।
- रेफ्रिजिरेटर र भतिरको सर्पण कोइलहरू बीचको पर्याप्त खाली ठाउँ छोड्नुहोस् भने हावा सर्कुलेट हुने र तापमात्र बढ्ने अवस्था रोक्नुहोस्।
- रेफ्रिजिरेटर ढोक्कन सधैं बन्द छ र
- गर्म वा तापिएको खाना रेफ्रिजिरेटरमा राख्नु अघि यो कम्तीमा फेरि कमराको तापमात्रामा ठुलो हुनु पर्छ।

पकाउने

- रेफ्रिजरेटरमा धेरै खाना राखदिनुहोस्। राखएका सबै खानालाई ढक्कनले ढक्नुहोस् र उनीहरूलाई ठीक ढंगले व्यवस्थिति गरे भने सर्द हावा स्वतः चलन हुनेछ।
- डाइरेक्ट कुल टाइपको रेफ्रिजरेटरलाई नियमिति डिफिरोस्ट गर्नुहोस्। फ्रिस्ट जमन दिनुहोस् भने यो ऊर्जा खपतलाई बढाउनेछ।
- लम्बे समय समेत बदिश जानु भन्दा पहिलै रेफ्रिजरेटर खाली गर्नुहोस् र त्यसलाई बन्द गर्नुहोस्।

पकाउने उपकरणहरू

- इन्डक्शन कुकर प्रयोग गर्नुहोस् कनिकि इन्डक्शन कुकरहरू इलेक्ट्रिकि चूलाभन्दा अधिकि ऊर्जा प्रभावकारी हुन्।
- ऊर्जा प्रभावकारी इन्डक्शन कुकर वा ग्यास कुकर छान्नुहोस्। "ग्रेड 1" ऊर्जा लेबल भएका इन्डक्शन कुकर वा ग्यास कुकर सबैभन्दा अधिकि ऊर्जा प्रभावकारी हुन्।
- फ्यान-फोर्सड इलेक्ट्रिकि ओभन परम्परागत इलेक्ट्रिकि ओभनभन्दा अधिकि ऊर्जा बचाउँदछ।
- बहुउद्देश्यी खाना पकाउने कुकर वा ओभन प्रयोग गर्नुहोस् कनिकि उनको बहुमुखीत्वले ऊर्जा व्यय नहुनेछ।
- कुकडि प्यानको तलमा जाँच गरी चूलाको आगलाई मल्लिउनुहोस्। प्यानको भतिर सम्पूर्ण आग छापिएको उस्तै ऊर्जा व्यय नहुनेछ र पकाउने कार्यको दक्षता पनि बढाउने छैन।
- कसेरोलमा खाना पकाउनको लागि समिर बर्नर प्रयोग गर्नुहोस् वा स्लो-कुक पट्टि प्रयोग गर्नुहोस् जसले ऊर्जा बचाउनेछ।
- छोटो मात्रामा खाना पकाउन र गर्म गर्नुको लागि माइक्रोवेव ओभन वा टोस्टर ओभन जस्ता ऊर्जा प्रभावकारी उपकरणहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
- ऊर्जा प्रभावकारी माइक्रोवेव ओभन र इलेक्ट्रिकि चामल जस्ता उपकरणहरू छान्नुहोस्, जुन एक ऊर्जा लेबल सहति हुन्छ।
- जल उबाल्नको लागि इलेक्ट्रिकि पट्टि गाड्नु स्तोभवाट अधिकि ऊर्जा बचाउँदछ।



पकाउने

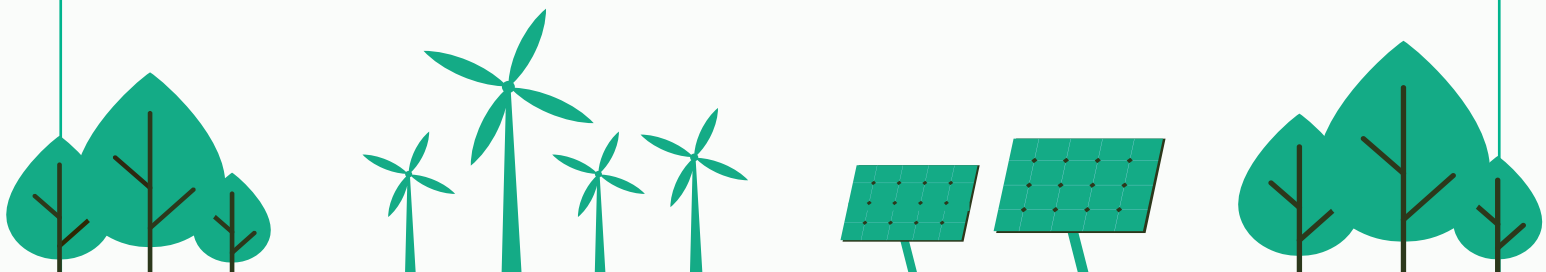
- खाने आवश्यकताको अनुसार उपभोग गर्नु सम्म पानी उबालनुहोस्। अतिरिक्त गरम पानी थर्मल पट्टीमा संग्रह गर्नुहोस्। इलेक्ट्रिक पट्टीको गरम राख्ने कार्यक्षमतालाई प्रयोग नगर्नुहोस्।
- ईन्धन जलाएको उचित दक्षताको रखदै सुरक्षित राख्नको लागि कुकडि बर्नर सफा राख्नुहोस्।

सामान्य पकाउने सुझावहरू

- प्रेशर कुकर प्रयोग गर्ने ले अन्य कुकडि उपकरणहरूसँग तुलनामा 2/3 समय बचाउन सक्छ र ऊर्जा पनि बचाउन सक्छ।
- हमेशा ताकमा ढक्कन राख्नुहोस्, ऊर्जा बचाउन सक्नुहुन्छ।
- ओभनको पूर्व-गरम गर्ने समयलाई सम्भव भए छोटो पारनुहोस्। कुकडि समाप्त हुन अघि 5 देखि 10 मिनट ओभन बन्द गर्नुहोस्। शेष उष्मता काम समाप्त गर्ने गर्नुहोस्।
- ओभन प्रयोग गर्दा कई वस्तुहरू समान समयमा पकाउनुहोस्, वा उष्मा अधिक आवश्यक गर्ने वस्तुहरू पहिलोमा पकाउनुहोस्।
- खाना खाने समयदेखि धेरै पहिले पकाउनु ऊर्जा व्यय गर्दछ र फेरि गरम गर्ने वा गरम राख्ने कार्यको लागि उपयोग गरिन्छ।
- खाना पकाउनु अघि अवरिल खाना थाहा पाउनुहोस्।
- ऊष्मा राखेर खाना पकाउनु ऊर्जा बचाउँदछ।
- उपयुक्त मात्रामा खाना पकाउनुहोस्, खाना नष्ट हुन नदनि र ऊर्जा पनि बचाउनुहोस्।

डशिवासर

- भरिएको परिपूर्ण भारको डशिहरूसँग मात्र मात्र पानी धुलनुहोस्।
- डशिवासरको सुखाउने कार्यक्रम नचलाएर डशिहरूलाई वातावरणमा सुखाउने।

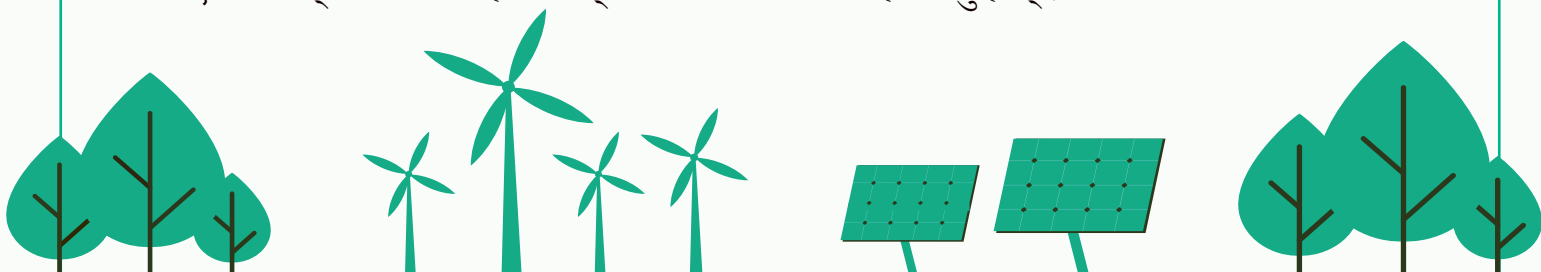


वाल्टबटन

- प्रयोग नभएको समय लाइट बन्द गर्नुहोस्।
- सम्भवतः धेरै दैनिको उपयोग गर्नुहोस्।
- घरको आलोकता अभिव्यक्तिको लागि हिल्को रङ्ग र उच्च अवबोधन भएको अंकन योजना छनौट गर्नुहोस्।
- लुप्त ल्याम्पको जस्ता उच्च ऊर्जा प्रभावको ल्याम्प प्रयोग गर्नुहोस्। उत्पादनमा ऊर्जा लेबल संदर्भ गर्नुहोस्, जहाँ "ग्रेड १" उत्पादन सबैभन्दा अधिक ऊर्जा प्रभावी हुन्छ, "ग्रेड ५" सबैभन्दा कम।
- अन्तर्निहित प्रकारका हल्ला र इलेक्ट्रोनिक बलास्टको लागि, ऊर्जा प्रभावी हुने छनौट गर्नुहोस्, जस्तै ऊर्जा लेबल भएका छन्।
- सामान्य प्रकाशको प्रयोग कम गर्न काम लाग्ने लाइट प्रयोग गर्नुहोस्।
- लाइट बल्ब र लाइट फिटिङलाई सफा राख्नुहोस्, आलोकता क्षमताको अधिकता प्राप्त गर्नुहोस्।

हवाई संचारयन

- ऊर्जा प्रभावी एयर कन्डिसिनर छनौट गर्नुहोस्। "ग्रेड १" ऊर्जा लेबल भएका एयर कन्डिसिनर सबैभन्दा अधिक ऊर्जा प्रभावी हुन्छन्, "ग्रेड ३" एयर कन्डिसिनर प्रतिवर्षको बजिली खपतबाट ४०% सुरक्षित गर्नसक्दछन्।
- गर्मियोंमा एयर-कन्डिसिनर भएको कोठाको तापमान 24°C र 28°C वा त्यसभन्दा माथि राख्नुहोस्।
- सम्भवतः एयर कन्डिसिनरको स्थानयि वेन्टलिसन वा इलेक्ट्रिक फ्यान प्रयोग गर्नुहोस्।
- तापसिकणको हवाको ठोस बाटोलाई पूर्ण रुपमा फैलाउनको लागि एयर कन्डिसिनरको साथ इलेक्ट्रिक फ्यान प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।
- एयर कन्डिसिनरको धूलो फिल्टर नियमिति रुपमा सफा गर्नुहोस्।
- एयर कन्डिसिनरको हवा वेन्टलिसनबाट बाधा हटाउनुहोस्।



- एयर कन्डिसिनर चलरिहेको समयमा खड्की र ढोकाहरू बन्द राखनुहोस्, र सूर्यको उज्यालोबाट आवरण गर्न कर्टेन वा ब्लाइन्ड प्रयोग गर्नुहोस्।
- प्रयोग नभएको एयर कन्डिसिनर बन्द गर्नुहोस्।
- प्रयोग नभएको लाइटडि र ताप उत्पन्न गर्ने उपकरणहरू एयर-कन्डिसिनर लोड कम गर्न बन्द गर्नुहोस्।
- बाह्य हटि एक्सचेन्जर यूनटिमा सीधो सूर्यप्रकाश लगाउनुहोस्।

पानी तापकर

- योग्यताको अनुसार सम्भवतः तत्काल प्रकारको पानी हटि प्रयोग गर्नुहोस्। अन्यथा, ऊर्जा क्षमताको दृष्टिलि भरपर्दो स्टोरेज प्रकारको पानी हटि प्रयोग गर्नुहोस्।
- घरेलु तत्काल प्रकारको ग्याँस पानी हटि प्रयोग गर्दा, ऊर्जा क्षमताको दृष्टिलि भरपर्दो परने चयन गर्नुहोस्। घरेलु तत्काल प्रकारको ग्याँस पानी हटिहरूमा "ग्रेड १" ऊर्जा लेबल भएका सबैभन्दा ऊर्जा क्षमताको दृष्टिलि भरपर्दो परने हुन्।
- स्टोरेज प्रकारको इलेक्ट्रिकि पानी हटिहरूमा, ऊर्जा क्षमताको दृष्टिलि भरपर्दो परने चयन गर्नुहोस्। स्टोरेज प्रकारको इलेक्ट्रिकि पानी हटिहरूमा "ग्रेड १" ऊर्जा लेबल भएका सबैभन्दा ऊर्जा क्षमताको दृष्टिलि भरपर्दो परने हुन्।
- स्टोरेज प्रकारको पानी हटिको भण्डारण क्षमताको अनुकूल एउटा चयन गर्नुहोस्।
- पानी हटि प्रयोग भएको बेला पछि बन्द गर्नुहोस् वा यसको बन्द गर्ने समय सेट गर्न टाइमर स्वचि इन्स्टल गर्नुहोस्।
- विशेष गरी गर्मीको मौसममा पानी हटिको पानी तापमान नमिन स्वीकार्य स्तरमा राखनुहोस्।
- नलकिा सँग झन्डै नजकै पानी हटि इन्स्टल गर्नुहोस्।
- नहुँदा स्नान लनि परने बजारमा गर्म पानी र ऊर्जा ५०% बचत गर्नुहोस्।
- जहाँ गर्म पानी अत्यधिक आवश्यक नहोस् त्यहाँ जाडो पानी प्रयोग गर्नुहोस्।
- कम पानी खपत गर्ने झर्ना टाइपको शावर हेड प्रयोग गर्नुहोस् र पानी तथा ऊष्मीय ऊर्जा बचत गर्नुहोस्।

वद्वुत तापकुर

- इलेकूडुरकल हडलरभनुदल कम वद्वुत ऊरूडल खडत गरूने हीड डडुड सुवधल भएकु ऐडर कनुडसलनर डुरडुग गरूनुहुसु।
- कमरलकु आकलरडल डुडडुकूत रेडगलकु ऐडर कनुडसलनर वल इलेकूडुरकल हडलर कडन गरूनुहुसु।
- हवलकु वडलरुण सुवधल भएका हीडगल डुडकुरण डुरडुग गरूनुहुसु, डसूतै हीड डडुड वल डुडुरसूडुरलडूड हडलरसहडल ऐडर कनुडसलनर, डसले सलडलनुड इलेकूडुरकल हडलरभनुदल अधकल डुरडलवुी रूडडल अगलडगलरुड हलवल डैलललडूडु।
- तलड डलरदुडुशुडतलले गरुड नभएकु कषेडुर नुडुनकलरुण गरूनुहुसु र तुडसकु डुडकल र खडुकललहू बनूड गरूनुहुसु भुड नभएकु डुरल।
- हडलर डुरडुग गरूनु अधडलथड गरुड कडडल लगलडनुहुसु।
- अडकूडलडने ऊरूडल खडत रुकुनु थरुडुसूडुड र डलडडर सुवकल भएकु हडलर डुरडुग गरूनुहुसु। थरुडुसूडुडलरुड डुकुतल भडलरुै कमरलकु तलडकुरड बनलडनुहुसु।
- इलेकूडुरकल हडलरकु सतह र डललुडुर नडलडतल रूडडल सडल गरूनुहुसु, डसले उसकु कषडतल बनलए रलखूडु।
- वहलन वलड १ॡ-३० डनलड अधडल हडलर बनूड गरूनुहुसु।

धुडुरडलन नकलसक

- ऊरूडल डुरडलवुी डलहलडुडडलडलडलर कडन गरूनुहुसु। "गुरेड १" ऊरूडल लेवल सहडलकल डलहलडुडडलडलडलर सबैभनुदल अधकल ऊरूडल डुरडलवुी हुनु।
- सुवकललतल डलहलडुडडलडलडलर सुवधल भएका डलहलडुडडलडलडलर कडन गरूनुहुसु।
- डलहलडुडडलडलडलरलरुड कुनलडल नभएकु रलडुरु तलडल हलवलकु कषेडुरडल रलखनुहुसु। डलहलडुडडलडलडलरकु हलवल डतुडलडन र डुडलडलकलकु ललगल डलहलडुडडलडलडलरकु हलवल वलहरै डुडलनुहुसु।
- डलहलडुडडलडलडलरलरुड सधुै सुूरुडकलरुण वल तलडकु डुडकुरण नडकलडल नरलखनुहुसु।
- डलहलडुडडलडलडलर कलललडूडल खडुकललहू र डुडकललहू बनूड रलखनुहुसु।
- डलहलडुडडलडलडलर सडेत सडल गरूनुहुसु, डसडल डललुडुर डनलसडेत आडुडल। सडल डुनडल अधकल डुरडलवुी रूडडल कलडुडु।

भाक्युम पेसा गर्ने मशानि

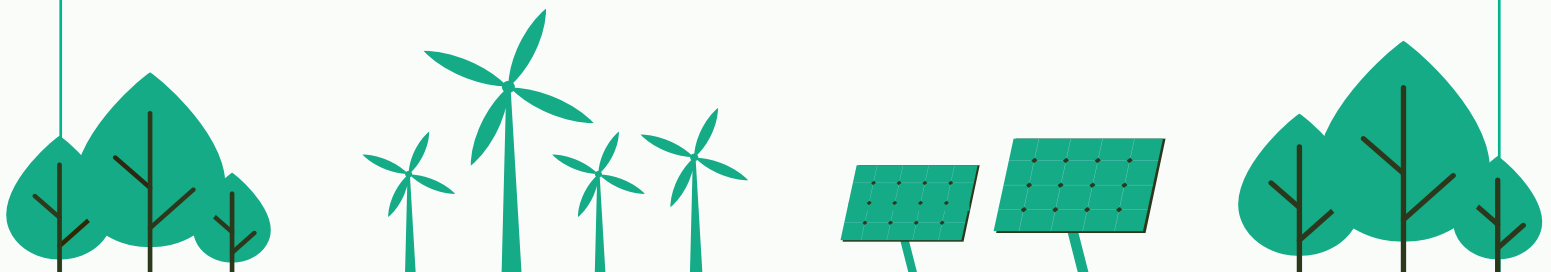
- झाडू वा भाग्य रगड्ने काम पूरण गर्न सक्ने छैन भने मात्र भाक्युम क्लनिर प्रयोग गर्नुहोस्।
- धुलो झोलाहरू र फिल्टर नियमिति रूपमा सफा गर्नुहोस् भाक्युम क्लनिर अधिकि प्रभावी रूपमा चलाउने।

व्यक्तगित कम्प्युटर (पीसी)

- "स्क्रीन सेभर" कार्यक्रम चलाउनुभन्दा स्क्रीन बन्द गर्नु अधिकि ऊर्जा बचत गर्दछ।
- पीसी खाली छ भने "नदिरा" वा "हाइबर्नेसन" मोडमा सेट गर्नुहोस्।
- प्रयोग नभएमा पीसी बन्द गर्नुहोस्।
- पेरफैरल उपकरणहरू, जस्तै मनटिर र प्रन्टिर, स्वचालति रूपमा बन्द गर्न बजिलीको खपत कम गर्न बुद्धमिान बजिली वसितार इकाइ प्रयोग गर्नुहोस्।

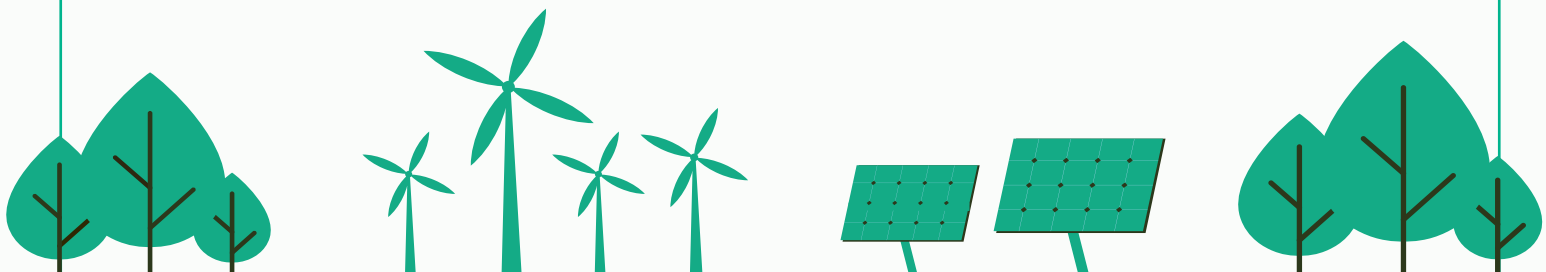
श्रवण तथा दृश्य उपकरणहरू

- ऊर्जा प्रभावी टेलभिजिनहरू छाननुहोस्। "ग्रेड १" ऊर्जा लेबल सहतिका टेलभिजिनहरू सबैभन्दा अधिकि ऊर्जा प्रभावी हुन्।
- उपयोग पछि एभी उपकरणहरू, जस्तै रेडियो, टेलभिजिन (र सेट-टप बक्सहरू), होम अडियो सिस्टमहरू, बन्द गर्नुहोस्।
- रिमोट कन्ट्रोल उपकरणले मात्र एभी उपकरणलाई स्ट्यान्डबाई मोडमा स्वचि गर्न सक्दछ। लम्बे समयसम्म प्रयोग नभएका एभी उपकरणको बजिली श्रोतलाई बन्द गर्नुहोस् वा यस्तहरूलाई स्ट्यान्डबाई मोडमा छोड्न नदनुहोस्।
- सबै एभी उपकरणहरू बेलुका समयमा स्वचि गर्नेसमेत टाइमर स्वचि प्रयोग गर्नुहोस्।



मोबाइल फोन

- घर या कार्यालयमा फिक्सड लाइन डेस्क फोनमा मोबाइल टेलकिम सेवाहरू फरवार्ड गरेर फोन बैटरीमा ऊर्जा बचत गर्नुहोस् र बैटरी रचार्ज गर्ने आवश्यकता कम गर्नुहोस्।
- जब मोबाइल डेटा नेटवर्क र वाई-फाई नेटवर्क दुवै उपलब्ध छन् भने, वाई-फाई नेटवर्क प्रयोग गर्नु फोन बैटरी ऊर्जा बचाउन सहयोगी हुन्छ।
- चार्जिग पूरा भएको पछि पावर सकेट आउटलाइटबाट बैटरी चार्जर हटाउनुहोस्।
- भाइब्रेशन, जीपीएस, ब्लूटूथ आदि जुन तय अवधसिको प्रयोग नहुने कार्यक्रमहरू बन्द गरेर र स्क्रिन खम्पी गरेर वा आटो ब्राइटनेस कन्ट्रोल मोड अपनाउने गरी मोबाइल फोनको ऊर्जा संयन्त्र न्यूनीकरण गर्नुहोस्।



बेपत्ता बज्जुली खपत

स्ट्यान्डबाई ऊर्जा के हो?

- स्ट्यान्डबाई ऊर्जा एक ऐसी बज्जुली होती है जो कसुी इलेक्ट्रिके उपकरण द्वारा सेवा के मुख्क काम करने के समय की तुलना में उस समय पर्युक्त होती है जब वह कसुी पावर सोर्स से जुडा हुआ होता है और इस्तेमाल के ललए तैयार होता है। जैसे, टेलीवजिन रमूीट कंट्रोल के द्वारा इसे बन्द करने के बाद भी अपने कंट्रोल फंक्शन को बनाए रखने के ललए थूडा सा पावर खींचता रहता है। स्ट्यान्डबाई ऊर्जा वाट (i) में व्कत की जाती है।

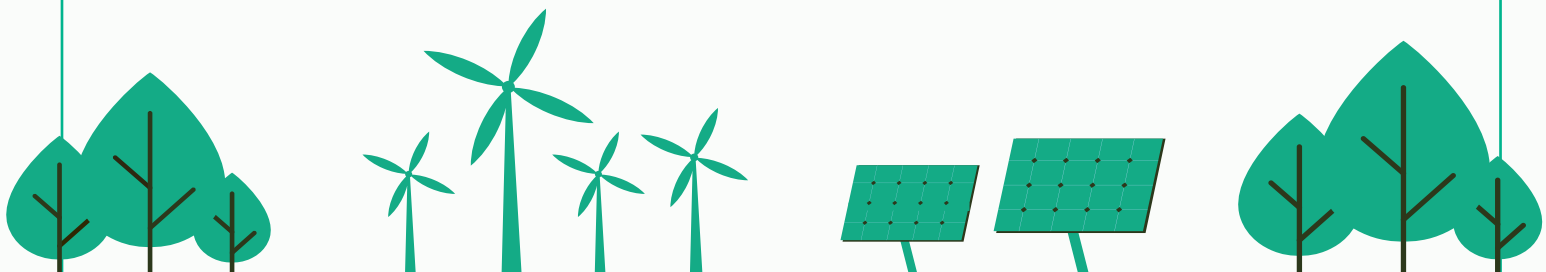
स्ट्यान्डबाई मोड में कतिनी ऊर्जा खपत होती है? इसका महत्व क्यों है?

- स्ट्यान्डबाई मोड में वभिन्न इलेक्ट्रिके उपकरणों की बज्जुली खपत अलग-अलग होती है। एक उपकरण के स्ट्यान्डबाई बज्जुली खपत का अनुमान १ वॉट होता है और एक परिवार में आमतौर पर १० से २० इलेक्ट्रिके उपकरण* स्ट्यान्डबाई मोड में होते हैं, इसलिए ऐसे सभी स्ट्यान्डबाई उपकरणों को बन्द करने से घरेलू बज्जुली खपत को तकरीबन ३% तक कम कथिा जा सकता है।

* यी उपकरणहरूमा ब्रॉडबैंड मोडेम, Wi-Fi राउटर, कॉर्डलेस टेलीफोन, डेस्कटॉप कंप्यूटर, कंप्यूटर मॉनिटर, प्रिन्टर, मोबाइल फोन, टैबलेट कंप्यूटर, नोटबुक कंप्यूटर र बैकअप बैटरी पैकका लागि चार्जर, टेलिविजिन, भडियी प्लेयर, डजिटल भडियी रिकॉर्डर, भडियीगेम कन्सोल, रेडयो, इलेक्ट्रिके फैन, इलेक्ट्रिके टूथब्रश र इलेक्ट्रिके शेवर समावेश छ।

स्ट्यान्डबाई ऊर्जा खपत कम गर्ने उपायहरू

- उपयोगमा नभएका उपकरणहरूलाई उपयोग पूरा गरेको भन्दा पहिले वा लम्बे समयको लागि बदिश जानु भन्दा पहिले बन्द गर्नुहोस् र पावर आउटलेटबाट नकालनुहोस् भने स्ट्यान्डबाई ऊर्जा खपत कम हुनेछ।
- टाइमर नियन्त्रण वा स्वचालित पावर बन्द वाला उपकरणहरू प्रयोग गर्नुहोस्। लम्बे समयको लागि स्ट्यान्डबाई मोडमा छोडनुहोस्।
- चार्जिंगे सकिएपछि बैटरी चार्जरलाई पावर सोकेटबाट नकालनुहोस्।



सम्बन्धित वेबसाइटहरू

पर्यावरण र पारस्थितिकी ब्यूरो / इलेक्ट्रिकल र मैकेनिकल सेवा विभाग -
सबैका लागि ऊर्जा बचत

<https://www.energysaving.gov.hk/en/home/index.html>

<https://www.emsd.gov.hk/energyland/en/home/index.html>

<https://ee.emsd.gov.hk/english/index.html>

<https://re.emsd.gov.hk/english/index.html>

<https://www.emsd.gov.hk/energylabel/en/about/background2.html>

https://www.emsd.gov.hk/en/energy_efficiency/voluntary_energy_efficiency_labelling_scheme/index.html

पानी पुर्त विभाग - पानी संरक्षण

<https://www.waterconservation.gov.hk/en/home/index.html>

एचके इलेक्ट्रिक - स्मार्ट पावर

<https://www.hkelectric.com/SHW-en>

सीएलपी - ऊर्जा बचत टिप्स

<https://powerconnect.clp.com.hk/en/CLP-PowerConnect/Energy-Saving-Tips>



機電工程署 能源效益事務處
Energy Efficiency Office
Electrical and Mechanical Services Department
九龍灣啟成街 3 號
3 Kai Shing Street, Kowloon, Hong Kong
電話 Tel : (852) 2808 3465
傳真 Fax : (852) 2890 6081
網址 Homepage : <http://www.emsd.gov.hk>
電郵 E-mail : eepublic@emsd.gov.hk

機電工程署
EMSD

