



# ਘਰ ਵਿੱਚ ਊਰਜਾ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨਾ

## ਆਪਣੀ ਊਰਜਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਸਿਆਣੇ ਬਣੋ

ਘਰ ਵਿੱਚ ਊਰਜਾ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨਾ, ਊਰਜਾ ਬਿੱਲਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸੌਖਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨੀ ਘੱਟ ਊਰਜਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਓਨਾ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਬੱਚਤ ਕਰੋਗੇ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਘਰੇਲੂ ਉਪਕਰਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਈਕਰੋਵੇਵ, ਫ਼ੋਨ ਚਾਰਜਰ, ਮੋਡੈਮ, ਕੇਤਲੀਆਂ ਅਤੇ ਟੋਸਟਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਊਰਜਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਉਹ ਉਪਕਰਨ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਊਰਜਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਉਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਨਿੱਘੇ ਅਤੇ ਠੰਢੇ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੀਟਰ, ਅਤੇ ਏਅਰ-ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ। ਏਥੇ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਇਹਨਾਂ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

## ਨਿੱਘਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਕਰਨ 'ਤੇ ਪੈਸੇ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋ ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀਟਿੰਗ ਜਾਂ ਕੂਲਿੰਗ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ। ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਿੱਘਾ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਵਾਸਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ। ਜਗ੍ਹਾ ਜਿੰਨੀ ਛੋਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਓਨਾ ਹੀ ਨਿੱਘਾ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ ਸਸਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਸਰਦੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਨਿੱਘ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਗਰਮਾਹਟ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪਰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ।
- ਆਪਣੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀਆਂ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਖੱਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

## ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ



ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੱਪੜੇ ਧੋਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਗਰਮ-ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਠੰਢੇ-ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਲਗਭਗ 115 ਡਾਲਰ ਦੀ ਬੱਚਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਨਿੱਘਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ



20°C

ਆਪਣੇ ਹੀਟਰ ਨੂੰ 20 ਡਿਗਰੀ 'ਤੇ ਸੈੱਟ ਕਰੋ।



ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਹੈ ਜੋ ਨਿੱਘੇ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਠੰਢਾ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿੱਘਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੋਂ। ਇਹ ਸਿੱਧੇ ਲਾਏ ਹੀਟਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਊਰਜਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।



ਆਪਣੀ ਹੀਟਿੰਗ ਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਚਾਲੂ ਰੱਖਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਬਿਜਲੀ ਵਾਲੇ ਕੰਬਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਹ ਹੀਟਰ ਨਾਲੋਂ ਲਗਭਗ 20 ਗੁਣਾ ਸਸਤਾ ਹੈ।

## ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ



24°C

ਪੈਸੇ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਨੂੰ 24 ਡਿਗਰੀ 'ਤੇ ਸੈੱਟ ਕਰੋ।



ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੱਖਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਪੱਖੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਨੂੰ ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਸਸਤਾ ਤਰੀਕਾ ਹਨ।



ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬਾਹਰੀ ਪਰਦੇ (ਬਲਾਈਂਡ) ਹਨ, ਤਾਂ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੱਲੇ ਕਰ ਦਿਓ ਤਾਂ ਜੋ ਗਰਮ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।