

# स्वस्थ घर के लिए सुझाव

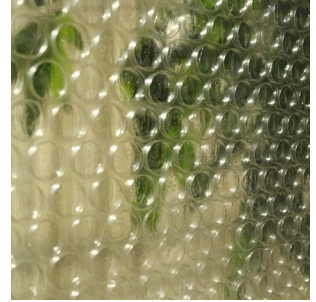
अपने घर को गर्म और नमी से मुक्त रखें।



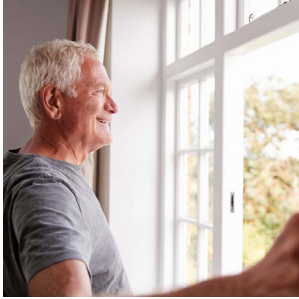
घर का तापमान 20°C रखें और सिर्फ उन्हीं कमरों को गर्म करें जिनमें आप रहते हैं।



सुबह पर्दे खोल दें और शाम को सूरज ढलने से पहले बंद कर लें।



खिड़कियों पर बबल रैप या विंडो किट लगाकर खुद ही डबल ग्लेज़िंग करें।



रोज़ाना 15 मिनट के लिए सभी खिड़कियाँ खोलें (सर्दी में भी), फिर बंद कर दें।



रसोई और बाथरूम के एज़ॉस्ट फैन चलाएं।



जहाँ तक हो सके, कपड़े बाहर ही सुखाएं।

और अधिक जानकारी के लिए [ecomatters.org.nz/homeadvice](https://ecomatters.org.nz/homeadvice) पर जाएँ।

Auckland Council की सहायता से।



EcoMatters



Auckland Council  
Te Kaunihira o Tāmaki Makaurau

# स्वस्थ घर के लिए सुझाव

पानी और बिजली के बिल कम करें



नहाने में कम समय लगाएं -  
चार मिनट का लक्ष्य रखें।



कम पानी खर्च करने वाला  
शॉवर हेड लगाएँ या कंट्रोलर  
इस्तेमाल करें।



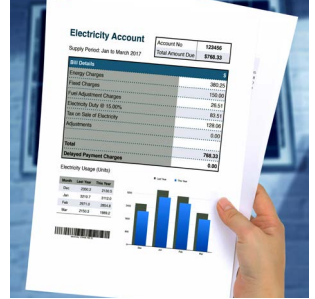
LED बल्ब का  
इस्तेमाल करें।



कपड़े धोते समय ठंडे पानी  
का इस्तेमाल करें।



इस्तेमाल न होने पर  
उपकरण बंद कर दें।



अपने लिए सही बिजली  
योजना चुनने के लिए  
अलग-अलग पावर प्लान  
की तुलना करें।

और अधिक जानकारी के लिए [ecomatters.org.nz/homeadvice](http://ecomatters.org.nz/homeadvice)  
पर जाएँ।

Auckland Council की सहायता से।

