Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

SMART WATER ADVICE

ਪਾਣੀ-ਕੁਸ਼ਲ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਕਿਵੇਂ ਫਿੱਟ ਕਰਨੇ ਹਨ?

ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਪਾਣੀ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਸਾਨ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਵਰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਮਾਂ ਲਿਆ ਜਾਵੇ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਾਣੀ-ਕੁਸ਼ਲ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਲਗਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਕਈ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਖ਼ਰਚੇ ਅਤੇ ਗ੍ਰੀਨਹਾਊਸ ਗੈਸਾਂ ਦੇ ਨਿਕਾਸ ਨੂੰ ਵੀ ਘਟਾਓਗੇ। ਪਾਣੀ-ਕੁਸ਼ਲ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਚਾਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਾਲ ਵਿੱਚ 35,000 ਲੀਟਰ ਤੱਕ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ

- ਇੱਕ ਐਡਜਸਟੇਬਲ ਸਪੈਨਰ ਦੀ।
- ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੱਪੜੇ ਦੀ।
- ਸਟੀਲ ਵੂਲ ਦੀ।
- ਟੈਫਲੋਨ ਟੇਪ ਦੀ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਨਵੇਂ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਨਾਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬਦਲਣਾ ਹੈ?

1. ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ਾਵਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨਾਨ-ਸਲਿੱਪ ਮੈਟ ਵਿਛਾਓ।
2. ਪੁਰਾਣੇ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਦੇ ਪੇਚ ਖੋਲ੍ਹੋ। ਇਸਨੂੰ ਢਿੱਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਾਇਦ ਸ਼ਿਫਟਰ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਇਸ ਲਈ ਟੈਪਵੇਅਰ ਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਢੱਕ ਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ।
3. ਜੇਕਰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਸ਼ਾਵਰ ਫਿਟਿੰਗ ਬਦਲੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਜ਼ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ।
4. ਸਟੀਲ ਵੂਲ ਨਾਲ ਥ੍ਰੈਡਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁੱਕਾ ਲਓ।

5 ਹੁਣ ਸ਼ਾਵਰ ਦੇ ਥ੍ਰੈਡ 'ਤੇ ਟੈਫਲੋਨ ਟੇਪ ਦੀ ਲਗਭਗ 6 ਵਾਰ ਘੜੀ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਪੇਟੋ, ਟੇਪ ਦੇ ਰੋਲ ਦੀ ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ, ਤਾਂ ਜੋ ਤਣਾਅ ਬਣੇ ਅਤੇ ਫਿਟਿੰਗ ਕੱਸ ਕੇ ਲੱਗੇ।

6 ਕੰਧ ਵਾਲੀ ਫਿਟਿੰਗ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਢਿੱਲੀ ਜਾਂ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਪਲੰਬਰ ਨੂੰ ਬੁਲਾਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੋਗੇ ਕਿ ਸ਼ਾਵਰ ਦਾ ਪਾਣੀ ਕੰਧ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਖ਼ਰਾਬ ਕਰ ਦੇਵੇ।

7 ਜੇਕਰ ਇਹ ਮਜ਼ਬੂਤ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਨਵਾਂ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

8 ਸ਼ਾਵਰ ਆਰਮ ਨੂੰ ਟਿਕਾਣੇ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਨਾ ਵਰਤੋਂ, ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਪੇਚ ਨੂੰ ਘੁੰਮਾਉਣ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਉਲਟੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਟੈਫਲੋਨ ਸੀਲ ਨੁਕਸਾਨੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

9 ਅੰਤ ਵਿੱਚ, ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਨੂੰ ਠੀਕ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਕੱਸ ਦਿਓ।

10 ਜੇਕਰ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਟੈਫਲੋਨ ਸੀਲ ਟੁੱਟ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਹਟਾ ਕੇ ਨਵੀਂ ਟੈਫਲੋਨ ਟੇਪ ਲਗਾਉਣੀ ਪਵੇਗੀ।

11 ਜੇਕਰ ਹੋਜ਼ ਫਿਟਿੰਗ ਬਦਲੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੰਧ ਵਾਲੀ ਫਿਟਿੰਗ ਕੱਸੋ, ਫਿਰ ਹੋਜ਼ ਲਗਾਓ। ਜੇਕਰ ਹਾਈ-ਲੋ ਆਰਮ ਵਾਲਾ ਸ਼ਾਵਰ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਵਿਵਲ ਨੌਬਜ਼ ਕੱਸ ਕੇ ਲੱਗੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸਿੱਧਾ ਖੜ੍ਹਾ ਰਹੇ।

12 ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਸ਼ਾਵਰ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਤੇ ਪਾਣੀ ਲੀਕ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ। ਜੇਕਰ ਲੀਕ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਨੂੰ ਹਟਾਓ, ਟੈਫਲੋਨ ਟੇਪ ਬਦਲੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਲਗਾਓ।

13 ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਸ਼ਾਵਰਹੈੱਡ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲਵੋ, ਪਰ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਛੋਟੇ ਸ਼ਾਵਰ ਲੈਣਾ ਅਜੇ ਵੀ ਪਾਣੀ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

The Water Conservancy ਯੂ-ਟਿਊਬ ਚੈਨਲ 'ਤੇ 'ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ' ਵੀਡੀਓ ਗਾਈਡਾਂ ਦੇਖੋ।

SMART WATER ADVICE

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਵੇਖੋ:
www.smartwateradvice.org

ਪੇਸ਼ਕਰਤਾ
the water conservancy