• कैसे करें...

एसी की मेंटेनेंस...

बारिश का मौसम अपने साथ ताजगी और सुकून लेकर आता है। इसके साथ ही इस मौसम में घर में मौजूद इलेक्ट्रॉनिक सामानों की देखभाल करने की भी जरूरत पड़ती है। बरसात के दिनों में कीट-मच्छरों का प्रकोप बढ़ जाता है, जिससे एसी यूजर्स को कई सारी परेशानियों का सामना करना पड़ जाता है। ऐसे में आज हम यहां कुछ टिप्स बताने वाले हैं, जिनसे आप मानसून में अपने एसी के रखरखाव को बेहतर बना सकते हैं।

- एयर फिल्टर को हर 2-3 सप्ताह में साफ करते रहें। यह धूल और गंदगी को जमा होने से रोकेगा और हवा के प्रवाह को भी ठीक रखने में मद करेगा। साथ ही, कूलिंग कॉइल को साल में कम से कम एक बार पेशेवर की मदद से साफ जरूर करवाएं। इससे एसी की लाइफ बढ़ सकती है।
- एसी में लगी ड्रेन पाइप को नियमित रूप से साफ करना

जरूरी है, ताकि उसमें से पानी ठीक से निकलते रहे। ड्रेन पाइप अगर बहुत ज्यादा भरा हुआ होगा तो पानी के रिसाव में दिक्कत हो सकती है। साथ ही, एसी को नुकसान भी पहुंचा सकता है।

- मानसून शुरू होने से पहले किसी पेशेवर से एसी का निरीक्षण अवश्य करवाएं। यह किसी भी संभावित समस्या का पता लगाने और उन्हें ठीक करने में मदद करेगा। इसके अलावा, कूलेंट गैस के स्तर की जांच करवाना भी जरूरी है, क्योंकि कम कूलेंट गैस के कारण एसी स्लो काम कर सकती है।
- बिजली के कनेक्शन की जांच पहले ही कर लें। अगर किसी तरह की दिक्कत या तार ढीला या क्षतिग्रस्त है, तो इसे पहले ठीक करवा लें।
- यदि संभव हो तो, एसी का वह हिस्सा जो घर के बाहर लगा होता है, उसके ऊपर वाटर प्रूफ की छतरी लगा लें। यह एसी को अधिक पानी से बचाएगा और इसे अच्छे से काम करने में मदद करेगा।

• परेशानी...

उड़ने वाले बरसाती कीड़े

इस समय देश के लगभग हर हिस्से में मानसून ने दस्तक दे दी है। बारिश का मौसम जितना सुहावना लगता है, उतना ही इसके साथ कई तरह की समस्याएं भी साथ आती है। बरसात के मौसम को कीड़े-मकौड़े का मौसम माना जाता है। इस मौसम में घर में केंचुए, कनखजूरे और कीड़े-मकौड़े निकलने की समस्या आम होती है। इन्हीं में से एक है उड़ने वाली चीटिंया। बारिश के दिनों में घरों में शाम को बत्ती जलाते ही इनकी भरमार होने लगती है।

रात में घरों की रोशनी देखकर उड़ने वाले चींटे बल्ब के आस-पास चक्कर लगाना शुरू कर देते हैं। ऐसे में एक के बाद एक करके बल्ब के आसपास ये अच्छी खासी संख्यां में इक्ट्ठे हो जाते हैं। ऐसे में कुछ आसान तरीकों की मदद से आप ना सिर्फ चीटियों को घर से भगा सकते हैं, बल्कि बारिश के मौसम में भी उन्हें घर के अंदर आने से भी रोक सकते हैं। आइए जानते हैं उड़ने वाले चीटों को घर से भगाने के तरीके।

एसेंशियल ऑयल स्प्रे करें- उड़ने वाले चीटियों से राहत पाने के लिए घर में एसेंशियल ऑयल यूज करें। एसेंशियल ऑयल की महक से चीटे-चीटियां घर में नहीं आते हैं और जो घर में होते ही वो भी चले जाते हैं। इसके लिए आप एक लीटर पानी लेकर इसमें आधा चम्मच एसेंशियल ऑयल मिक्स करें और इसको किसी स्प्रे बॉटल में भर कर रख लें। दीवार और दरवाजों पर स्प्रे करें।

बेकिंग सोडा का इस्तेमाल करें- घर से उड़ने वाले चीटों को भगाने के लिए बेकिंग सोडा से भी होममेड स्प्रे भी तैयार कर सकते हैं। इसके लए 1 लीटर पानी में बेकिंग सोडा मिक्स करके स्प्रे बोतल में भर दें। अब इस स्प्रे को खिड़की, दरवाजों और लाइट्स के आस-पास स्प्रे कर दें। इससे चीटे घर के बाहर निकल जाएंगे।

बारिश के दिनों में घर को कीड़े-मकोड़ों से सुरक्षित रहने के लिए आप चाहे तो घर में नीम के तेल को स्प्रे कर सकते हैं। आयुर्वेद में उड़ने वाले चींटी और कीड़े-मकौड़े से बचने का ये ही एक आसान उपाय बताया है। काली स्क्रीन बारिश के दिनों में रोशनी से कीड़ों को राहत मिल जाती है। घर की खिड़कियां और जालीदार दरवाजों पर काली स्क्रीन लगाने से घर में कीड़े नहीं आते है।

बारिश से पौधों को कैसे बचाएं

ज्यादा पानी जमा होने से जड़ें सड़ सकती हैं और पौधा मर सकता है। गीली और नम परिस्थितियां फंगस और बैक्टीरिया के लिए अनुकूल होती हैं, जिससे पौधों में रोग हो सकते हैं।

भारी बारिश से पौधे के तने कमजोर हो सकते हैं और गिर सकते हैं। बारिश के मौसम की शुरुआत से पहले, पौधों के नीचे की पत्तियों को तोड़कर हटा दें। पानी भरने पर ये पत्तियां गल जाती हैं...

भारी बारिश से पौधों को बचाने और उनकी देखभाल करने के लिए आप इन टिप्स को अपना सकते हैं। जैसे, अगर आपके बगीचे में कहीं पानी जमा हो रहा है, तो उसे मिट्टी या रेत से भर दें। जरूरत के मुताबिक ड्रेन पाइप का इस्तेमाल करें। पौधों की नियमित तौर पर जांच करते रहें कि उन्हें कोई क्षति तो नहीं हुई है। टूटे हुए तनों, पीली पत्तियों या सड़न के संकेतों को नजरअंदाज न करें।

- पहले से ऐसे रोग-प्रतिरोधी किस्मों के पौधों को चुनें, जो रोगों और बदलते हुए वातावरण के प्रति सहनशील हों। कीड़ों या फंगस वाले स्थान पर कीटनाशकों या नीम के तेल को पानी में मिलाकर छिड़काव करें। रोग ग्रस्त पौधे या खरपतवार को नियमित रूप से नष्ट करें। आईएमडी के मानकों के मुताबिक, एक दिन में 124.5 और 244.4 मिमी के बीच होने वाली बारिश को बहुत भारी बारिश के रूप में परिभाषित करता है।
- ज्यादा पानी जमा होने से जड़ें सड़ सकती हैं और पौधा मर सकता है। गीली और नम परिस्थितियां फंगस और बैक्टीरिया के लिए अनुकूल होती हैं, जिससे पौधों में रोग हो सकते हैं। भारी बारिश से पौधे के तने कमजोर हो सकते हैं और गिर सकते हैं। बारिश के मौसम की शुरुआत से पहले, पौधों के नीचे की पत्तियों को तोड़कर हटा दें। पानी भरने पर ये पत्तियां गल जाती हैं। अत्यधिक बारिश होने पर पौधों को थोड़े समय के लिए छतरी या प्लास्टिक शीट से ढक दें।
- पौधों के आधार के चारों ओर 1-2 इंच (2.5-5.1 सेमी) मोटी परत में ऑर्गेनिक मल्च बिछाएं। इससे बारिश धीमी हो जाती है और भारी तूफान के दौरान मिट्टी और जड़ों को नुकसान से बचाया जा सकता है। मल्च खरपतवारों को नियंत्रित करने में भी मदद करता है और मिट्टी को नम रखता है। मिट्टी की सतह पर ढलान बनाएं ताकि पानी आसानी से बह सके। मिट्टी की सतह पर गीली घास, पुआल या चूरा बिछाएं। यह मिट्टी को धीरे-धीरे पानी को सोखने और मिट्टी के कटाव को रोकने में मदद करेगा।
- ज्यादा नमी की वजह से पौधे सड़ या खराब हो जाते हैं, इसलिए सूखी घास का इस्तेमाल करें। इससे मिट्टी की नमी नियंत्रित रहेगी। तेज बारिश के दौरान, घास की मदद से पौधे को ढका जा सकता है। इससे बारिश के पानी से बह जाने वाले पोषक तत्वों की भरपाई करने में मदद मिलेगी। हरी खाद फसलें मिट्टी में नाइट्रोजन और कार्बनिक पदार्थों को जोड़ने में मदद करती हैं। कवर क्रॉप मिट्टी के क्षरण को रोकने और पोषक तत्वों को संरक्षित करने में मदद करते हैं।
- बारिश के दौरान मिट्टी की गुणवत्ता का ध्यान रखने के लिए, सूखी मिट्टी बनाने के लिए उसमें कोकोपीट या गोबर की खाद मिलाएं। इससे बारिश की तेज बारिश और लगातार पानी से चिकनी मिट्टी में जलभराव की समस्या नहीं होगी। मिट्टी में अच्छी मात्रा में कंपोस्ट मिलाएं, जिससे मिट्टी की संरचना बेहतर होगी और जलधारण क्षमता बढ़ेगी।

- गमले के ऊपर तक 3 भाग मिट्टी और 1 भाग गोबर की खाद को मिक्स करके भरें। गमले का ऊपर का हिस्सा खाली छोड़ने पर उसमें पानी भर जाएगा और पौधे सड़ जाएगा। पानी की कमी के दौरान ड्रिप इरिगेशन का उपयोग करें, जिससे मिट्टी का संरक्षित रहेगा और पानी का सही इस्तेमाल होगा।

■ साभार : हेजि

• समस्या...

घर में सीलन

बारिश का मौसम शुरू होते ही घर में सीलन की समस्या भी होने लगती है। ऐसे में पेंट और वॉल आर्ट भी खराब होने लगते हैं। जिसके कारण कई बार लाखों रुपये का नुकसान भी हो जाता है। इन समस्या से निजात पाने के लिए आप चाहे तो कुछ आसान हैक्स को फॉलो कर सकते हैं। चलिए जानते हैं कैसे आप अपने घर को वाटरप्रूफ बनाकर अपने घर को इस मानसून में बारिश से बचा सकती हैं। घर को सीलन से बचाने के लिए आप चाहे तो वाटर प्रोटेक्शन केमिकल को सीमेंट में मिलाकर लगा सकती हैं। इसे पूरे जगह पर लगाने की जरूरत नहीं है। इसे आप उन जगहों पर भी लगा सकती हैं जहां पर सीलन काफी ज्यादा होती है। एक बार जब यह सूख जाएं तो आप इसपर पेंट कर सकते हैं। सीलन की दिक्कत उन जगहों पर ज्यादा होती हैं जहां पानी रुक जाता हैं। अगर आपके घर के छत पर भी पानी रुक जाती हैं तो आपको उसे हटाना होगा। ऐसे में बारिश शुरु होने से पहले ही आपको मरम्मत करवा लेना चाहिए ताकि बारिश के दिनों में आपको सीलन की समस्या से परेशान ना होना पड़ें।

• उबला हुआ अंडा...

शरीर में कमजोरी है तो उबला हुआ अंडा खाएं। एक अंडे में करीब 6 ग्राम प्रोटीन होता है। इसका लगातार सेवन करने से आपके शरीर में प्रोटीन की कमी दूर होगी और आपको ताकत मिलेगी। आयरन से भरपूर अंडा बॉडी में आयरन की कमी को दूर करता है। बॉडी में आयरन की कमी से थकान रहती है चक्कर आते हैं ऐसे में आपके लिए अंडा बेहद उपयोगी है। बॉडी में आयरन की कमी को पूरा करने के लिए अंडे के पीले वाले हिस्से का सेवन करें। तनाव बच्चे से लेकर युवा और बुजुर्गों तक का साथी बन चुका है। तनाव से उबरने के लिए डाइट में रोज उबला हुआ अंडा लें। अंडे में विटामिन बी 12 होता है।