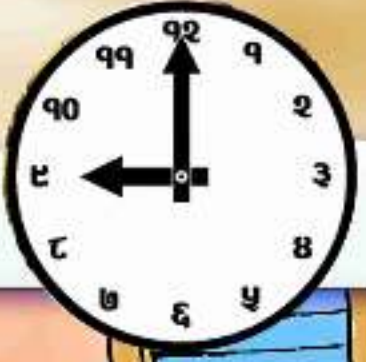


सुधारिएको चुलो हाम्रो श्रम र समयको बचत राम्रो

परम्परागत चुलो भएको अवस्थामा



सुधारिएको चुलो भएको अवस्थामा



सुधारिएको चुलो प्रयोग गर्नाले

- दाउराको प्रयोगमा कमी भई दाउरा जम्मा गर्ने समय, खर्च र मिहिनेत कम लाग्छ।
- आगोको राप भाँडामा मात्रै पर्ने हुँदा खाना छिटो पाक्छ र भाँडा सफा गर्न पनि सजिलो हुन्छ।
- घरभित्र धुवाँ-ध्वाँसो नहुनाले भित्ता, दलिन, बिजुलीको चिम र लुगाफाटा पनि कम फोहोर हुन्छन्।
- खाना पकाउँदा बचेको समय अन्य आयमूलक काममा लगाउन सकिन्छ।

स्वस्थ भाण्ड्या, खुशी परिवार



नेपाल सरकार
जनसंख्या तथा वातावरण मन्त्रालय
वैकल्पिक ऊर्जा प्रवर्द्धन केन्द्र
राष्ट्रिय ग्रामीण तथा नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम
जैविक ऊर्जा सब-कम्पोनेन्ट

सम्पर्क: पोस्ट बक्स नं.: १४३६४, काठमाण्डौ, नेपाल, फोन नं. +९७७-१-५५३९३९० फ्याक्स: +९७७-१-५५४२३९७



परम्परागत चुलोको प्रयोग घरभरि धुवाँ शरीरभरि रोग

आँखा चिलाउने र टाउको दुख्ने समस्या हुन्छ



कम तौलको बच्चा जन्मने सम्भावना हुन्छ



दम, खोकी, जस्ता रोग लाग्न सक्छ



परम्परागत चुलोको प्रयोगले हुने रोगहरू



सुधारिएको चुलोको प्रयोग गर्दा तल उल्लेखित खतराबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ ।

- विश्व स्वास्थ्य संगठनका अनुसार गरिब तथा अल्पविकसित राष्ट्रहरूमा मृत्युको चौथो प्रमुख कारक तत्वको रूपमा घरभित्रको वायु प्रदूषण रहेको छ ।
- यसैगरी, घरभित्रको वायु प्रदूषणबाट संसारभरि वर्षेनि ४० लाखभन्दा बढी मानिसको मृत्यु हुने गरेका छन् ।
- नेपालमा गरिएको एक अध्ययन अनुसार घरभित्रको वायुप्रदूषणले हरेक वर्ष लगभग ७,५०० भन्दा बढी मानिसको मृत्यु हुने गरेका छन् ।
- भान्छामा अत्याधिक समय विताउने महिला तथा बालबालिका नै यस समस्याबाट सबैभन्दा बढी प्रभावित हुने गरेका छन् ।
- परम्परागत चुलोको कारण आगोले पोल्ने र घर आगलागीको घटना समेत हुने गरेको पाइन्छ ।

स्वस्थ भान्छा, खुशी परिवार



नेपाल सरकार
जनसंख्या तथा वातावरण मन्त्रालय
वैकल्पिक ऊर्जा प्रवर्द्धन केन्द्र
राष्ट्रिय ग्रामीण तथा नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम
जैविक ऊर्जा सब-कम्पोनेन्ट

सम्पर्क: पोस्ट बक्स नं.: १४३६४, काठमाण्डौ, नेपाल, फोन नं. +९७७-१-५५३९३९० फ्याक्स: +९७७-१-५५४२३९७



व्यवस्थित भान्सा, हाम्रो आकांक्षा

भन्ज्याल, ढोकोको उचित व्यवस्था हुनुपर्छ



भान्छामा बाहिने सामानहरु मिलाएर राख्नुपर्छ



व्यवस्थित भान्सा



आवश्यक दाउरा चुलोको छेउमा राख्नुपर्छ



बाहिर पर्याप्तगुणने पानीको उचित निकासको व्यवस्था गर्नुपर्छ

हामीले निम्नानुसारका गतिविधिबाट हाम्रो भान्छालाई व्यवस्थित बनाउन सक्छौ ।

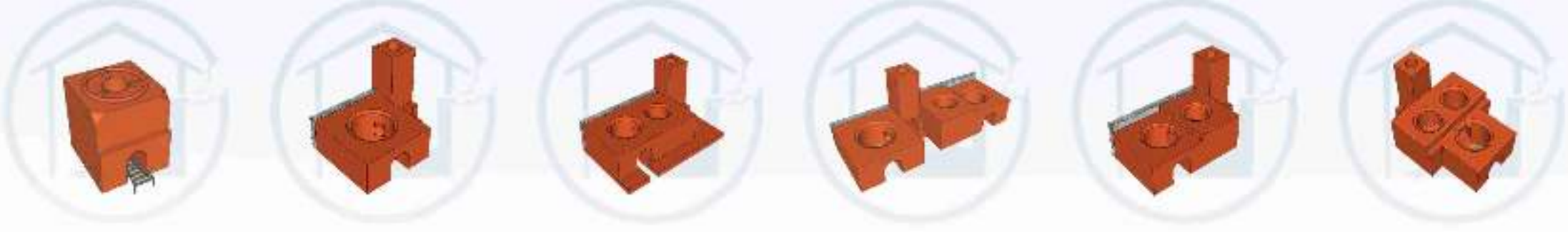
- खाना पकाउनु अघि सबै सामग्रीको तयारी गर्नुपर्दछ । तरकारीलाई स-साना टुक्रा पारेर काट्ने, चामल, दाल तथा गोडागुडीलाई आवश्यकता अनुसार भिजाएर राख्ने, खाना छोपेर पकाउने र प्रेसर कुकर प्रयोग गर्नाले समय र इन्धन दुवै बचत गर्न सकिन्छ ।
- चिमनीसहितको चुलो बनाउँदा भान्छाको बाहिर पट्टि चिमनी-निकास अनिवार्य रूपमा प्रयोग गर्नु पर्दछ, होइन भने धुवाँ घरभित्रै फर्किने, भित्ता कालो हुने र दाउरा राख्ने मुखबाट आगो बाहिर आउने समस्या हुन्छ । साथै, हरेक १०-१५ दिनमा चिमनीलाई सफा पनि गर्नुपर्दछ ।
- भान्छाबाट खेर जाने पानीको लागि उचित निकासका साथै फोहर मैलाको उचित व्यवस्थापन गर्नु पर्दछ ।
- घर बनाउने योजना गर्दा नै घरका अन्य भागहरु जस्तै भान्छालाई पनि विशेष ध्यान दिनुपर्दछ । व्यवस्थित भान्छा नै घरको शोभा हो ।

स्वस्थ भान्सा, खुशी परिवार



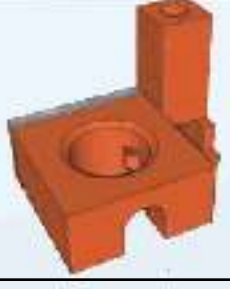
नेपाल सरकार
जनसंख्या तथा वातावरण मन्त्रालय
वैकल्पिक ऊर्जा प्रवर्द्धन केन्द्र
राष्ट्रिय ग्रामीण तथा नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम
जैविक ऊर्जा सब-कम्पोनेन्ट

सम्पर्क: पोस्ट बक्स नं.: १४३६४, काठमाण्डौ, नेपाल, फोन नं. +९७७-१-५५३९३९० फ्याक्स: +९७७-१-५५४२३९७



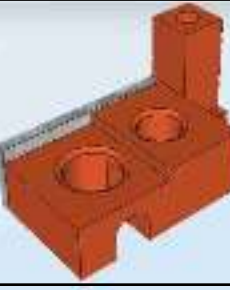
सुधारिएको चुलोका विविध प्रकार परिवारको आवश्यकता अनुसार

माटो, गोबर, भुसलगायत स्थानीय सामग्री, आवश्यकता अनुसारको फलामको डण्डीहरू (रड) र चिमनी-निकास प्रयोग गरी स्थानीय तालिम प्राप्त स्टोभ मास्टरहरूले चलन चल्तीको ज्याला लिई निम्नानुसारका माटोका सुधारिएको चुलो बनाइदिन्छन् ।



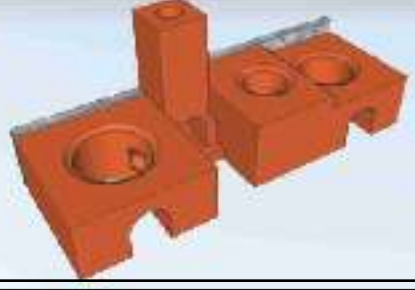
एक मुखे चुलो

यो चुलो सानो (४-५ जना) परिवारका लागि उपयुक्त हुन्छ । यसलाई घरमा पालिएका पशुहरूका लागि कुँडो (खोले) पकाउन, भोज भतेर आदि विशेष अवसरमा यसलाई अतिरिक्त चुलोको रूपमा पनि लिन सकिन्छ । यसलाई आवश्यकतानुसार ठूलो-सानो पनि बनाउन सकिन्छ ।



दुई मुखे चुलो

यो चुलो (६-१० जना) परिवारका लागि उपयुक्त हुन्छ । यसको भाँडा राख्ने दुवै मुखहरू फरक सतहमा हुने हुँदा खाना पकाउँदा भाँडाहरू आपसमा ठोकिदैनन् (रोजाइ अनुसार समान सतहको पनि बनाउन सकिन्छ) । यसका दुवै मुखलाई एकै चोटि प्रयोग गर्नुपर्दछ । यसलाई पनि आवश्यकतानुसार ठूलो-सानो बनाउन सकिन्छ ।



तीन मुखे बहुउद्देश्यीय चुलो

यो एक मुखे र दुई मुखे चुलोलाई जोडेर बनाइन्छ । यसरी बनाउँदा एउटै चिमनीलाई दुवै चुलोहरूको लागि साभ्ना हुनेगरी बनाइन्छ । यसमा कुनै एउटा वा दुवै चुलोहरू एकै साथ प्रयोग गरिने सुविधा हुन्छ तर एउटा मात्र चुलो प्रयोग गर्दा अर्को चुलोको चिमनीसँग जोडिएको प्वाल भने बन्द गर्नुपर्दछ ।



तीन मुखे चुलो

यो चुलो खासगरी चिया, खाजा तथा खाना पाइने साना होटलहरूका लागि ठीक हुन्छ । यसलाई पनि आवश्यकतानुसार ठूलो-सानो बनाउन सकिन्छ ।



घरायसी रकेट चुलो

दाउराको धेरै बचत गर्ने र खाना छिटो पकाउने क्षमता भएको घरायसी रकेट चुलो आवश्यकतानुसार ठूलो-सानो गरी ४-१० जनाको परिवारलाई ठीक हुने गरी बनाउन सकिन्छ । यसमा आगो एकदमै राम्रो सँग बल्ने हुँदा भान्छा भित्र धुँवा परम्परागत चुलोको तुलनामा थोरै हुन्छ । यसलाई निश्चित ठाँउमा जडान गर्न वा सार्न मिल्ने गरी पनि बनाउन सकिन्छ ।



व्यवसायिक संस्थागत रकेट चुलो

यो चुलो खासगरी व्यवसायिक प्रयोग जस्तै चिया, खाजा तथा खाना पाइने साना तथा मझौला होटलहरूमा वा छात्रावास, मेस र धार्मिक स्थलहरूका लागि उपयुक्त हुन्छ । धेरै पशुहरू भएको अवस्थामा कुँडो (खोले) पकाउन र दूध तताउन पनि यसको प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ । यसलाई पनि आवश्यकतानुसार ठूलो-सानो बनाउन सकिन्छ ।

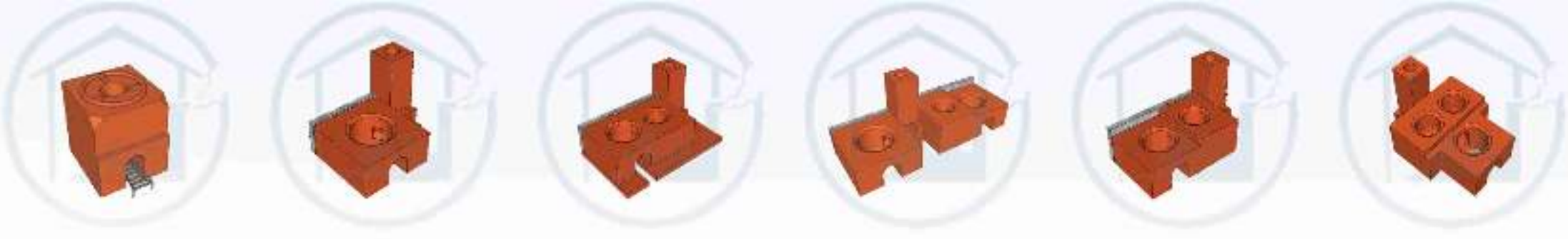
- माथि उल्लेखित सबै प्रकारका चुलो आफूसँगै भएका भाँडाहरू मध्ये धेरैजसो प्रयोग हुने भाँडाहरूलाई मिल्ने गरी बनाउन सकिन्छ ।
- माथि उल्लेख गरिएका भन्दा बाहेक विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय उद्योगहरूमा निर्मित उच्च गुणस्तर भएका विभिन्न मोडलका फलामे (फलाम र माटोले बनेको) चुलोहरू पनि बजारमा उपलब्ध छन् । यीमध्ये कतिपय चुलोहरूमा नेपाल सरकारले अनुदानको पनि व्यवस्था गरेको छ ।

स्वस्थ भाण्ड्या, खुशी परिवार



नेपाल सरकार
जनसंख्या तथा वातावरण मन्त्रालय
वैकल्पिक ऊर्जा प्रवर्द्धन केन्द्र
राष्ट्रिय ग्रामीण तथा नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम
जैविक ऊर्जा सब-कम्पोनेन्ट

सम्पर्क: पोस्ट बक्स नं.: १४३६४, काठमाण्डौ, नेपाल, फोन नं. +९७७-१-५५३९३९० फ्याक्स: +९७७-१-५५४२३९७



सुधारिएको चुलो राम्रो, स्वस्थ जीवन हाम्रो



स्वास्थ्यसम्बन्धी सुधारिएको चुलोको फाइदाहरू

- घरभित्रको धुवाँमा हुने हानिकारक कण र खतरनाक ग्यासको मात्रा धेरै हदसम्म घट्ने भएकोले क्यान्सर, निमोनिया, दम, खोकी, स्वाशनली तथा फोक्सोका रोग, मुटु रोग, मोतीबिन्दु, आँखा चिलाउने र टाउको दुख्ने जस्ता रोगहरूबाट बच्न सकिन्छ।
- कम तौलको बच्चा जन्मिने, गर्भ तुहिने र आगोले पोलिने सम्भावना पनि कम हुन्छ।



श्रम र समय बचतका फाइदाहरू

- दाउराको खर्चमा कम्तीमा ४० प्रतिशत कमी आउने हुनाले दाउरा संकलनमा लाग्ने समयको बचत हुन्छ।
- खाना पकाउन छिटो हुने र भाँडा सफा गर्न पनि सजिलो हुने हुनाले गृहिणीको कार्यभार निकै कम हुन्छ। यसले गर्दा आराम गर्न र परिवारका सदस्यहरूको हेरविचार गर्ने अवसर प्राप्त हुन्छ।



आर्थिक फाइदाहरू

- महिलाको बचत भएको (पकाउने र दाउरा संकलन गर्न लाग्ने) समयलाई अन्य आयमूलक काममा उपयोग गर्न सकिन्छ।
- इन्धन आयात गर्न लाग्ने खर्चमा कमी आउँछ।
- ग्रामीण क्षेत्रमा चुलो निर्माणकर्तालाई स्व:रोजगारीको अवसर मिल्छ।
- धुवाँजन्य रोगको कमीले औषधिमा लाग्ने खर्चमा बचत हुन्छ।

स्वस्थ भाण्ड्या, खुशी परिवार



नेपाल सरकार
जनसंख्या तथा वातावरण मन्त्रालय
वैकल्पिक ऊर्जा प्रवर्द्धन केन्द्र
राष्ट्रिय ग्रामीण तथा नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम
जैविक ऊर्जा सब-कम्पोनेन्ट

सम्पर्क: पोस्ट बक्स नं.: १४३६४, काठमाण्डौ, नेपाल, फोन नं. +९७७-१-५५३९३९० फ्याक्स: +९७७-१-५५४२३९७