

ક્લાઇમેટ ચેઇન્જ (આબોહવા / વાતાવરણ પરિવર્તન) થતુ અટકાવો

અનિશ્ચિત વાતાવરણ / આબોહવા પરિવર્તન એ હમણાંના સમયમાં ખૂબ જ સહજ બની ગયું છે અને તે આપણી અને સમગ્ર જીવસૃષ્ટિ માટે નાશવંત છે. ખૂબ જ સાહજિકપણે દરેક ઋતુમાં આબોહવા પરિવર્તન જોવા મળે છે તેનું મુખ્ય કારણ પણ આપણી વિવેકબુદ્ધિ અને સમજણ વગર પ્રદૂષણ ફેલાવવાનું છે. હવે, સમાજમાં પર્યાવરણ માટે ઘણી જાગૃતિ આવવા લાગી છે કારણ કે, તેની માટે ઘણી લોક જાગૃતિ છે.

શું તમે જાણો છો કે તમે અનિશ્ચિત વાતાવરણ / આબોહવા પરિવર્તન થતુ અટકાવવા માટે ખૂબ નાના-નાના પ્રયત્નો કરી પર્યાવરણ માં ખૂબ જ સકારાત્મક પરિણામ લાવી શકો છો. અહીં, આબોહવા પરિવર્તન ને ધ્યાનમાં રાખી ને સરળ ઉપાય આપવામાં આવ્યા છે જેને અનુસરી ને તમે પર્યાવરણમાં સકારાત્મક પરિવર્તન લાવી શકશો.

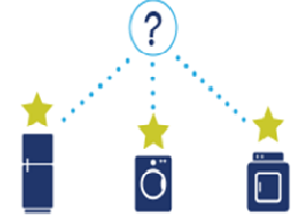
૧. કાર્યક્ષમ લાઇટ ના બલ્બનો ઉપયોગ કરવો

તમારા ઘરનાં CFL / LED લાગવાનો આગ્રહ રાખો. જેનું મુખ્ય કારણ તે વધુ કાર્યક્ષમ છે. તેના ઉપયોગથી પૈસા અને ઊર્જા નો બચાવ કરી શકાય છે.



૨. વધુ ઊર્જાક્ષમ વીજ ઉપકરણોનો ઉપયોગ

વીજ ઉપકરણની પસંદગી / ખરીદી કરતા પૂર્વે તેની ઉપરનાં એનર્જી લેબલને વિશે માહિતી મેળવો કારણ કે, ઇકો-લેબલ્સથી વીજ ઉપકરણની કાર્યક્ષમતાનો અંદાજ આવી શકશે. તે કે તેથી વધુ સ્ટાર લેબલ્સ લેવાનો આગ્રહ રાખો. વધુ કાર્યક્ષમ ઉપકરણો ઊર્જા અને પૈસા બચાવે છે.



૩. વિવેકપૂર્ણ કોમ્પ્યુટર / લેપટોપ / મોબાઇલ / આઇ-પેડ / ટેબ્લેટનો અને પ્રિન્ટરનો ઉપયોગ

ડેસ્કટોપના બદલે લેપટોપ વસાવવાનો આગ્રહ રાખો - તે પાંચ ગણી ઓછી ઊર્જા વાપરે છે. જો તમે ડેસ્કટોપ લેવાનું વિચારી રહ્યા હોવ તો એલ.સી.ડી. સ્ક્રીનવાળું અને epeat ના ઇકો-લેબલ્સ તપાસીને લેવાનો આગ્રહ રાખો. સતત કોમ્પ્યુટરની સ્પીડને ચકાસતા રહેવું તે ઊર્જા અને સમય બચાવવા માટે અગત્યનું પાસું છે.

પાવર મેનેજમેન્ટ કરવાનો આગ્રહ રાખીને કામ ન હોય ત્યારે (સ્વીચ-ઓફ) કરો. પ્રિન્ટ લેવાના બદલે ઇ-મેઇલ કરવાનો આગ્રહ રાખો. યાદ રહે, પ્રિન્ટ લેવા માટે વપરાતા કાગળ માટે લાખો વૃક્ષો પૃથ્વી પર ઓછા થાય છે. પ્રિન્ટ લેવી જ પડે તો બંને બાજુ લેવાનો આગ્રહ રાખો.



યાદ રહે: ઇન્કજેટ પ્રિન્ટર કરતાં લેસર પ્રિન્ટર વધુ ઊર્જા વાપરે છે. તેથી ઊર્જા બચાવવા માટે ઇન્કજેટ પ્રિન્ટરનો ઉપયોગ કરો.

૪. વાહનનો ઉપયોગ ટાળો

ચાલવાનો, સાયકલ ચલાવવાનો અથવા જનમાર્ગ પર ચાલતા જાહેર પરિવાહનનો ઉપયોગ કરવાનો મહત્તમ આગ્રહ રાખો. એક અભ્યાસ મુજબ, જો તમે વાહન ચલાવતા ન હોય તો દર ૫ કિ.મી.એ ૧.૫ કિ.ગ્રા. કાર્બન ડાયોક્સાઇડ બચાવી શકો છો. LPG, CNG અને સૌર ઊર્જા થી ચાલતા વાહન ને પ્રાધન્ય આપો.



નોંધ: તમે જો ચાલીસ સેકન્ડ કે વધુ સમય માટે ઉભા રહેવાના હોવ તો વાહનના મશીનને બંધ કરો

૫. નિયમિતપણે વાહન ના ટાયરની હવા ચકાસો

તમારા વાહનની હવા માપસર રાખો જેનાથી, તમારા વાહનની કાર્યક્ષમતામાં વધારો થઈ શકે છે. પેટ્રોલથી દર લિટરે વાતાવરણમાં ૨.૫ કિલો કાર્બન ઉમેરાય છે. રેડીયલ ટાયરનો ઉપયોગ કરીને વાહનમાં ૩ થી ૭% ઇંધણ બચાવી શકો છો.



૬. પાણીનો કાળજીપૂર્વક ઉપયોગ કરો

સતત નળ ચાલુ ન રાખી પાણીનો બગાડ અટકાવો. દાંત સાફ કરતી વખતે, દાઢી કરતી વખતે, હાથપગ કે ચહેરો ધોતી વખતે પૂર્વે નિશ્ચિત કરેલ પાણીનો જ ઉપયોગ કરો. પાણીના ફુવારા અથવા ટબનો ઉપયોગ કરવાને બદલે, ડોલમાં પાણી ભરી ને નાહવાનો આગ્રહ રાખો. તમારી આસપાસમાં રહેતા લોકો ને વરસાદના પાણીનો સંગ્રહ કરવા માટે પ્રોત્સાહ આપો. પાણી ને ગરમ કરવા માટે ઊર્જા કાર્યક્ષમ હીટીંગ ઉપકરણો નો જ ઉપયોગ કરવો.



૭. પ્લાસ્ટીક નો ઉપયોગ ટાળો

ઘરની બાહર જતી વખતે કાપડની થેલી સાથે રાખો. પેપર જે પુનઃ નિર્મિત (recycled) હોય તેનો જ ઉપયોગ કરો. ઓન લાઇન ખરીદી ટાળો અને તેમાં વધુ પડતું પેકેજિંગ થતું હોય તેવી પ્રદૂષણ ફેલાવનારી વસ્તુઓનો ઉપયોગ ન કરશો. પ્લાસ્ટિક પેકેજિંગમાં આવતી દરેક વસ્તુ ઉપર રહેલા પ્લાસ્ટિક ના રેસીન આઇડેન્ટીફિકેશન કોડ તપાસીને લેવો. તે પર્યાવરણ અને આપણા શરીર માટે વધુ લાભદાયી છે. માત્ર એક જ વાર વપરાશમાં આવતા પ્લાસ્ટિક નો વિરોધ કરો અને તમારી આસપાસના લોકો ને પ્લાસ્ટિક વિશે માહિતી આપો.



૮. ઓફીસ અને ઘરના એ.સી. ના તાપમાન ને શરીરના થર્મોસ્ટેટ પ્રમાણે રાખો

એ.સી. ખરીદતી વખતે તેના ઇકો લેબલ્સ નો અભ્યાસ કરી લેવો અને જ્યારે પણ ચાલુ કરો ત્યારે એ.સી. ૨૫° C પર જ રાખો. આવી સરળ સમજૂતી થી તમે વર્ષે ૮૦૦ કિ.ગ્રા. કાર્બન ડાયોક્સાઇડ બનતો અટકાવી શકશો. એ.સી.ને ૨૫° C રાખવાથી તમારા બિસ્સા અને તમારા શરીરને યોગ્ય આરામ મળશે. ૨૫° C થી ઓછું તાપમાન આપણા શરીર માટે પણ હાનીકારક છે.



૯. પુનઃ વાપરી શકાય / નવીન ઉપકરણોનો જ ઉપયોગ કરો



બચતમાં જ સમજદારી છે. તે જેટલું ઝડપ થી સમજાવે તે જ આપણાં હિતમાં છે. સૌર ઉર્જા નો મહત્તમ ઉપયોગ કરી ને જીવનશૈલી વધુ સરળ બનાવી શકાય છે. પાણી ગરમ કરવા માટે ઇલેક્ટ્રીક ગીઝરના બદલે સોલર વોટર હીટરનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ જેથી ૧૦૦ લીટર પાણી ગરમ કરવા માટે ૧૫૦૦ યુનિટ જેટલું વીજળીનું બિલ બચાવી શકાય છે. લાઇટ કરવા માટે તેવા જ ઉપકરણનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. જેની બેટરી સૂર્ય પ્રકાશથી ચાર્જ કરી શકાય. સૂર્ય કુકરમાં પૌષ્ટિક ગુણ ગુમાવ્યા વગર દાળ-ભાત અને શાકભાજી બનાવી શકાય છે. જો તમને અનુકૂળ હોય તો ગાય ના મળ-મૂત્ર અને ગામડા માં સામૂહિક ભીના કચરામાંથી બાયોગેસ બનાવીને તેને વાપરવાથી ઉર્જા બચાવી શકાય છે.

૧૦. વધુ વૃક્ષો વાવો અને તેનું જતન કરો

વૃક્ષ તેના જીવનકાળમાં ૧ ટનથી પણ વધુ કાર્બન ડાયોક્સાઇડ ને ઓક્સીજન માં રૂપાંતરીત કરે છે.

ઘર માં અને ઘર ની આસપાસ શક્ય હોય તેટલા સ્થાનિક ઔષધીય વૃક્ષો ની વાવણી કરો અને આ બાબતે અન્ય ને પણ જાગૃતિ આપો. ભારતમાં ૧ વ્યક્તિ માટે ૨૮ વૃક્ષ જ છે તેવું તારણ, એક અભ્યાસથી બહાર પડ્યું છે. તે માટે, વૃક્ષનું જતન કરવું કે પતન એ આપણે વિચારવું રહ્યું.



૧૧. વીજ ઉપકરણ ઉપયોગમાં સાવચેતી રાખો

ઘરના તમામ વીજ ઉપકરણો જેવા કે - ટીવી, ફ્રીઝ, માઇક્રોઓવન, પંખો, બલ્બ, વોશીંગ મશીન, એ.સી. કોમ્પ્યુટર, મોબાઇલ અને અન્ય ને કામપૂર્ણ થતાં બંધ કરી દો. યાદ રાખી ને ઘરમાં સવારે અને સાંજે કુમળા સૂર્ય પ્રકાશ પ્રાપ્ત હોય ત્યારે બારી બારણા ખુલ્લા રાખો અને ઉર્જા બચાવો, આમ કરવાથી, હજારો કિલો કાર્બનડાયોક્સાઇડ બચાવી શકાય છે.



૧૨. Reduce, Reuse, Refuse, Recycle, Repair and Rethink (ઓછું વાપરો, પુનઃ વાપરો, સ્પષ્ટ ના કહો, સ્વરૂપ રૂપાંતર કરો અને રીપેર કરો અને ફરી વિચારો.)

● ઓછું વાપરો (Reduce) :-

જરૂર વગર ખરીદી કરવાનું ટાળો અને સંગ્રહવૃત્તિ ટાળો.

● પુનઃ વાપરો (Reuse):-

નવું ખરીદવાનું ટાળો, પુનઃ ઉપયોગમાં લેવાનું વલણ અપનાવો અને તમારો ઉપયોગ થઈ ગયા બાદ તે વસ્તુ અન્યને દાનમાં આપી દો.

● સ્પષ્ટ ના કહો (Refuse):-

પુનઃ વાપરી ના શકાય તેવી ચીજવસ્તુ ને ખરીદી કરવાનું ટાળો. જેનાથી પ્રદૂષણ વધુ ના ફેલાય. માત્ર એક જ વાર વપરાશમાં આવતી ચીજવસ્તુ નો સદંતર વિરોધ કરો.

● એક સ્વરૂપ માંથી અન્ય સ્વરૂપમાં રૂપાંતર કરો (Recycle) :-

એકવાર ઉપયોગમાં લેવાઈ ગયા બાદ તેને ફેંકી દેવાના બદલે તેનું સ્વરૂપ બદલી નાખો અને તેને પુનઃ ઉપયોગ કરો.

● રીપેર કરો (Repair):-

વસ્તુ બગડી હોય તો નવી ખરીદવાના બદલે તેને સુધારવાનું જાતે શીખી જાઓ.

● ખરીદી પૂર્વે વિચાર કરો (Rethink):-

વસ્તુની ખરીદી ખૂબ જ સમજ વિચારી ને કરો. જેથી લીધા પછી તમારા કે પ્રકૃતિ માટે બોજરૂપના બને.

