



नेपाल नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम



विद्युतीय चुलो उपभोक्ताका लागि प्रयोगकर्ता पुस्तिका





विद्युतीय चुलो उपभोक्ताका लागि प्रयोगकर्ता पुस्तिका



प्रकाशकः

नेपाल नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम

सम्पर्क नः ९७७ ०१४४९८० १३ / ५९०३७९०

ईमेल: info@aepc.gov.np;

inforrep@nrepnepal.com

वेबसाइट: www.aepc.gov.np ;

www.nrepnepal.com



यस पुस्तिकामा उल्लेखित उपकरणहरूलाई सञ्चालनमा ल्याउन अघि, कृपया यो प्रयोगकर्ता पुस्तिकामा लेखिएका निर्देशनहरू ध्यानपूर्वक पढ्नु हुन र साथै यो पुस्तकलाई राम्रोसँग राख्न पनि अनुरोध गरिन्छ ।

पुस्तक तालिका

• पृष्ठभूमि	३
• संस्थागत परिचय	३
• विद्युतीय चुलो र यसका प्रकार.....	४
• इन्डक्सन चुलो भनेको के हो र यसले कसरी काम गर्छ ?.....	४
• इन्डक्सन चुलोमा कस्तो प्रकारको भाडाँ प्रयोग गर्न सकिन्छ ?	४
• इन्डक्सन चुलोका फाईदा तथा विशेषताहरू के-के छन् ?	४
• इन्डक्सन चुलोमा कस्ता परिकार पकाउन सकिन्छ ?	५
• इन्डक्सन चुलोको संचालन कसरी गर्ने ?	५
• इन्डक्सन चुलोको मर्मत सम्भार कसरी गर्ने ?	६
• इन्डक्सन चुलो प्रयोग गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू के के हुन् ?	६
• ईलेक्ट्रिक प्रेशर कुकर (ईपीसी) भनेको के हो ?	६
• ईपीसीका विशेषताहरू के के हुन ?	७
• ईपीसीमा खाना कसरी पकाउन सकिन्छ ?	८
• ईपीसी प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू के के हुन् ?	९
• ईपीसीको सरसफाई र मर्मत संभार कसरी गर्ने ?	१०
• ईपीसीको भण्डारण कसरी गर्ने ?	१०
• इन्फ्रारेड चुलो भनेको के हो र यसले कसरी काम गर्छ ?.....	११
• इन्फ्रारेड चुलोमा कस्तो प्रकारको भाडाँ प्रयोग गर्न सकिन्छ ?	११
• इन्फ्रारेड चुलोमा कस्ता परिकार पकाउन सकिन्छ ?	११
• इन्फ्रारेड चुलोको संचालन कसरी गर्ने ?	११
• इन्फ्रारेड चुलो प्रयोग गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू के के हुन् ?	१२
• इन्फ्रारेड चुलोको सरसफाई कसरी गर्ने ?	१२
• इन्फ्रारेड चुलोको भण्डारण कसरी गर्ने ?	१२



पृष्ठभूमि

परम्परागत ऊर्जा जस्तै दाउरा, गुईठा, कृषि अवशेष आदिको प्रयोगले वन विनास तथा धुँवाले गर्दा प्रदुषण भई मानव स्वास्थ्य र वातावरणमा प्रतिकूल असर परेको छ। हालको अवस्थामा नेपालको करिब ६० प्रतिशत भन्दा बढि जनसंख्या दैनिक खाना पकाउनका लागि परम्परागत ठोस जैविक इन्धनमा निर्भर छन्। परम्परागत इन्धन बाल्दा राम्ररी नबल्ने हुनाले यसबाट निस्कने अत्याधिक धुवाँसँगै असंख्य विषाक्त कणहरू र थुप्रै हानिकारक रसायनहरू निस्कन्छन् जसले गर्दा भान्छा कोठा भित्र बस्ने सबै व्यक्तिहरू त्यसको जोखिममा पर्नसक्छन्। फलस्वरूप श्वास प्रश्वास, मुटु, छाती तथा फोक्सो सम्बन्धी रोगहरू लाग्ने सम्भावना पनि बढ्छन्। विश्व स्वास्थ्य संगठनको एक अध्ययन अनुसार नेपालमा धुवाँजन्य रोगहरूको कारणले गर्दा वर्षेनी करिब २२,८०० मानिसहरूको मृत्यु हुने तथ्याङ्क रहेकोछ। यसबाहेक, ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिंचाइ मन्त्रालयद्वारा जारी श्वेतपत्र २०७५ बमोजिम देशलाई विद्युतमा आत्मनिर्भर बनाउन, देशभित्र खपत हुने ऊर्जाका अन्य स्रोतहरूलाई विद्युतीय ऊर्जाले विस्थापित गरी व्यापार घाटा कम गर्न र सबैलाई दिगो, भरपर्दो, सर्वसुलभ, गुणस्तरीय र स्वच्छ ऊर्जा उपलब्ध गराउन 'हरेक बस्ती ऊर्जा बस्ती' र 'घर घरमा विद्युतीय चुलो' को अवधारणामा जोड दिइएको छ। तसर्थ भान्सामा खाना पकाउन स्वच्छ ऊर्जाका लागि विद्युतीय चुलोको प्रयोग गर्नु एक उपयुक्त विकल्प हो। यसै सन्दर्भमा बेलायत सरकारको आर्थिक सहयोगमा वैकल्पिक ऊर्जा प्रवर्द्धन केन्द्रद्वारा संचालित नेपाल नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम मार्फत यो प्रविधि प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्य रहेको छ।

संस्थागत परिचय

१. नेपाल नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रमको परिचय:

नेपाल सरकार वैकल्पिक ऊर्जा प्रवर्द्धन केन्द्र र बेलायती दूतावास, काठमाडौं को साभेदारीमा सञ्चालित नेपाल नवीकरणीय ऊर्जा कार्यक्रम २०७५ माघमा सुरु भई २०८० को असार मसान्त सम्म संचालन हुनेछ र यस कार्यक्रम अन्तर्गत प्रदेश २, लुम्बिनी प्रदेश र कर्णाली प्रदेशमा नवीकरणीय ऊर्जा सम्बन्धी विभिन्न क्रियाकलापहरू कार्यान्वयन गरिनेछ। यस कार्यक्रमले नेपाल सरकार तथा निजी क्षेत्रलाई न्यून कार्बन उत्सर्जन सम्बन्धी परियोजनाहरूमा लगानी बृद्धि गर्न अभिप्रेरित गर्नेछ। कम्तिमा ९५००० घरधुरीहरूमा विद्युतीय चुलो जस्ता अन्य स्वच्छ ऊर्जा प्रविधिहरूको पहुँच पुऱ्याउन यस कार्यक्रमको लक्ष्य रहेको छ।

नेपाल सरकार तथा निजी क्षेत्रलाई न्यून कार्बन उत्सर्जन सम्बन्धी परियोजनाहरूमा लगानी बढाउन यस कार्यक्रमले अभिप्रेरित गर्नेछ। यस्ता वातावरण मैत्री परियोजना मार्फत गरिबी न्यूनीकरण र आर्थिक समृद्धिमा टेवा पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ।



विद्युतीय चुलो र यसका प्रकार

सरल भाषामा भन्दा विजुलीबाट चल्ने चुलोलाई विद्युतीय चुलो भनिन्छ। विद्युतीय चुलो विभिन्न प्रकारका छन् जसमध्ये इन्डक्सन चुलो, राइस कुकर, इन्फ्रारेड, ईलेक्ट्रिक प्रेशर कुकर (ईपीसी), इत्यादि बजारमा सजिलै पाउन सकिन्छ। यीमध्ये इन्डक्सन चुलो र ईपीसी सबैभन्दा दक्ष (efficient) हो र कम पावरमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ साथै अन्य विद्युतीय उपकरण भन्दा कम समय र कम बिजुलीको खपतमा खाना पकाउन मद्दत पुऱ्याउँछ।

१. इन्डक्सन चुलो भनेको के हो र यसले कसरी काम गर्छ ?

इन्डक्सन चुलो भनेको विजुलीबाट चल्ने आधुनिक चुलो हो जसले अन्य विद्युतीय उपकरण भन्दा कम समय र कम बिजुलीको खपतमा खाना पकाउन मद्दत पुऱ्याउँछ। साथै यस चुलोले कुनै पनि रूपमा आगो उत्पन्न गर्दैन। तसर्थ यसमा खाना पकाउँदा पङ्किने वा आगो लाग्ने डर हुँदैन। इन्डक्सन चुलोले भाँडालाई तताउन इलेक्ट्रोमैग्नेटिक ऊर्जा प्रयोग गर्दछ। यसले गर्दा ताप पैदा हुन्छ र यही तापले भाँडाको पिँध तातो भई त्यसभित्र राखिएको पानी वा अन्य खाद्य सामग्रीहरू तातेर खाना पाक्छ। यसरी भाँडोको पिँध मात्रै तात्छ, चुलो तात्दैन। यो अनौठो प्रक्रिया आधुनिक युगमा खाना पकाउने अति लोकप्रिय प्रविधि हुन गएको छ।



इन्डक्सन चुलोमा कस्तो प्रकारको भाँडा प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

माथिको अनुच्छेद मा वर्णन गरिए अनुसार, इन्डक्सन चुलोले इलेक्ट्रोमैग्नेटिक ऊर्जा प्रयोग गर्दछ त्यसैले भाँडाको बाहिरी तलको सतह फलामको अर्थात् चुम्बकीय सामग्रीबाट बनेको हुनुपर्छ जस्तै फलाम (कास्ट आइसन) वा चुम्बकीय स्टेनलेस स्टील। भाँडाको भित्री भाग एल्युमिनियम वा फलामको अर्थात् चुम्बकीय सामग्री नभए पनि हुन्छ।

इन्डक्सन चुलोका फाईदा तथा विशेषताहरू के-के छन् ?

इन्डक्सन चुलोका निम्न अनुसारका फाईदाहरू छन्।

- इन्डक्सन चुलोमा खाना पकाउँदा ग्याँस जस्तै आगोको रापलाई नियन्त्रण गर्न सकिन्छ तर ग्याँस भन्दा पनि बढि सहि र सटिक तरिकाले।
- अन्य उपकरण भन्दा इन्डक्सन चुलोमा खाना पकाउन छिटो, सफा, प्रयोग गर्न सजिलो, सुरक्षित र अधिक ऊर्जा किफाइती छ।



- यस चुलोले कुनै पनि रुपमा आगो उत्पन्न गर्दैन। तसर्थ पड्किने वा आगो लाग्ने डर हुदैन ।
- चुलोको वजन लगभग १.५-२ किलोग्राम सम्म मात्रै हुने हुदाँ कुनै पनि ठाउँमा जहाँ विद्युतको प्लग हुन्छ, त्यस ठाउँमा सजिलै सार्नमिल्छ ।
- यसमा लाग्ने इन्धन खर्च ग्यास भन्दा करिब ४० प्रतिशत सम्म कम हुन सक्छ ।

इन्डक्सन चुलोमा कस्ता परिकार पकाउँन सकिन्छ ?

यस चुलोमा इन्डक्सन बेस् भएको भाँडाको प्रयोग गरेर लगभग सबै किसिमको खानाको परिकार पकाउन सकिन्छ जस्तै भात, दाल, तरकारी, मासु, गेडागुडी, रोटी, आदि ।

इन्डक्सन चुलोको संचालन कसरी गर्ने ?

- सबै भन्दा पहिले खाना पकाउने तयारी भई सकेपछि भान्सा कोठा होस वा आफुले रोजेको खाना पकाउने ठाउँमा १५ एम्पेयर करेन्ट प्रवाह भएको पावर सकेट मा बत्ती भए ,नभएको हेर्नु पर्दछ ।
- त्यस पछि पकाउने भाँडा चुलो माथि राखेर (खोल्ने र बन्द गर्ने) ON/OFF बटन लाई एक पटक थिचेर (खोल्नु) ON गर्नु पर्दछ ।
- पावर ON गरिसकेपछि स्क्रीनमा डिग्री वा वाटमा अंकहरु देखा पर्छन र आफुले पकाउने खाना कुनै हो त्यसै अनुसार Function बटनलाई थिच्नु पर्दछ । आफ्नो आवश्यकता अनुसार छिटो वा मध्यम बनाई खाना पकाउन सकिन्छ ।
- यदि दाल वा गेडागुडी पकाउने सोच भए २-४ घण्टा अघि नै भिजाएर राख्दा खाना छिटो पाक्छ र तरकारी हो भने तरकारीको टुक्राहरु एकनासले काट्नु पर्दछ यसो गर्दा विद्युतको खर्च घट्ने हुन्छ ।
- पावर ON गर्नासाथ पाक्न थालेको संकेत पाएपछि पावरलाई घटाइदिनु पर्दछ यसो गर्दा विद्युतको खर्च घटाउन सकिन्छ ।
- खाना पाकिसके पछि चुलो बन्द गरी खानाको भाडालाई चुलोबाट निकाल्नु पर्दछ । खानाका सबै परिकारहरु पाकी सकेपछि पावर केबललाई पावर सकेटबाट निकालिदिनु पर्दछ ।
- सबै खाना पाकीसकेपछि सफा कपडाले चुलो सफा गरी सुरक्षित स्थानमा राख्नु पर्दछ ।
- कुनै पनि मर्मत कार्य गर्नु गराउनु परेमा बितरक कम्पनिलाई नै गराउनु पर्ने हुन्छ अन्यथा कम्पनिको वारेन्टी र ग्यारेन्टी मान्य हुने छैन ।



इन्डक्सन चुलोको मर्मत सम्भार कसरी गर्ने ?

- खाना पाकी सकेर चुलोको पावर अफ गरिसकेपछि पावर सकेटबाट केवल निकालेर चुलोको माथिल्लो भागलाई भिजेको सफा कपडाले पुछेर सफा गरी राख्नु पर्दछ ।
- यो प्रक्रिया प्रत्येक पटक खाने कुरा पकाएपछि नियमित रूपमा गरिराख्नु पर्दछ ।
- यति गर्दागर्दै कथमकदाचित चुलोले काम गर्न छाड्यो वा बिग्रियो भने सम्बन्धित कम्पनिलाई तुरुन्त जानकारी गराएर कम्पनिको सर्भिस सेन्टरमा पुर्याउनु पर्दछ र नियमानुसार सर्भिस सेन्टर मार्फत मर्मत कार्य गर्नु पर्दछ ।

इन्डक्सन चुलो प्रयोग गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु के के हुन् ?

- चिसो वा भिजेको हातले इन्डक्सन चुलोको स्वीच अन/अफ गर्नुहुँदैन ।
- यो चुलो प्रयोग गर्ने समयमा अन्य बढी विद्युत खपत गर्ने उपकरण प्रयोग गर्नु हुँदैन र एउटै पावर सकेटमा चुलो सहित अन्य उपकरणहरु एकै समयमा चलाउनु हुँदैन ।
- चुलो प्रयोग गर्न भान्सामा छुट्टै पावर सकेटको व्यवस्था गर्नुपर्दछ । चुलो प्रयोग गर्दा मल्टीप्लगको प्रयोग नगरी मुख्य लाइनमा मात्रै चलाउनु पर्छ ।
- इन्डक्सन चुलोसँग मिल्ने इन्डक्सन बेस् भएको भाँडा मात्र प्रयोग गर्नुपर्छ ।
- बिजुलीको पावर वा भोल्टेज कम वा बढी हुँदा इन्डक्सन चुलो चलाउनु हुँदैन ।
- खाना पकाई रहेको समयमा चुलोलाई एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा सार्नु हुँदैन ।
- यो चुलोको प्रयोग चिसो ठाउँमा र आगोको नजिक गर्नु हुँदैन ।
- बच्चाहरुले सजिलै छुन नसक्ने ठाउँमा यो चुलो राख्नु पर्छ ।
- चुलोको माथि चुम्बकीय बस्तु जस्तै चक्कु, चम्चा, काँटा राख्नु हुँदैन ।
- चुलोमा खाली भाँडा राखेर अत्याधिक तताउनु हुँदैन ।
- चुलोको पंखाभिन्न साडला पस्न तथा फोहर जम्न दिनु हुँदैन ।

२. ईलेक्ट्रिक प्रेशर कुकर (ईपीसी) भनेको के हो ?

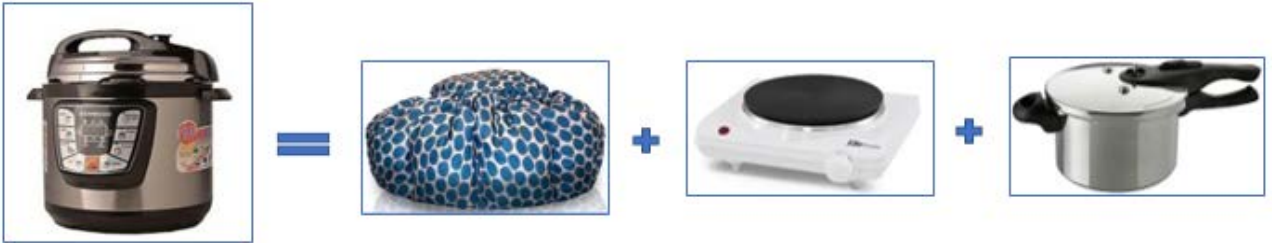
ईलेक्ट्रिक प्रेशर कुकर (वा मल्टि कुकर) एक विद्युतीय उपकरण हो जसलाई ईलेक्ट्रिक हटप्लेट, प्रेशर कुकर र इन्सुलेटेड हटबक्सको संयोजन भन्न सकिन्छ र यसमा पूर्ण स्वचालित नियन्त्रण प्रणाली हुन्छ । ईलेक्ट्रिक



प्रेसर कुकरको मुख्यतया तीन भाग हुन्छन: पहिलो भित्री भाँडो, दोस्रो कुकरको बेस र तेस्रो भागलाई ढक्कन वा बिको भनिन्छ । खाना पकाउनका लागि भान्सीले सबै सामग्रीहरू भित्री भाँडोमा राखि सकेपछि ईपीसीमा भएको बटन मध्ये उपयुक्त बटन थिच्नु पर्छ र त्यसपछि खाना आफै पाक्छ । ईलेक्ट्रिक प्रेशर कुकरले वाफ प्रेशर मा काम गर्दछ अर्थात् सील गरिएको भाँडामा, भाल्भले वाफ प्रेशर नियन्त्रण गर्दछ । कुकर भित्र उच्च वाफ प्रेशर बन्छ, जसले खानालाई छिटो पकाउन मद्दत गर्दछ र यो उपकरण खाना पकाउनको लागि अन्य ईलेक्ट्रिक उपकरणहरू भन्दा सस्तो प्रमाणित भएको छ ।



ईपीसीलाई तल देखाइएको चित्रको रूपमा व्याख्या गर्न सकिन्छ ।



ईलेक्ट्रिक प्रेशर कुकर = इन्सुलेटेड हटबक्स + ईलेक्ट्रिक हटप्लेट + प्रेशर कुकर

ईपीसीका विशेषताहरू के के हुन ?

- ईपीसीमा खाना पकाउँदा अरु उपकरण भन्दा छिटो पाक्छ किनकि यसमा बनेको वाफ प्रेशरले पानीको तापक्रमलाई बढाउँदछ र पानी छिटो उम्लिन्छ ।
- इन्धनको रूपमा स्वच्छ ऊर्जा (विजुली) को प्रयोग हुने हुदाँ धुवाँजन्य प्रदुषण हुँदैन जसले गर्दा स्वास्थ्य तथा वातावरणमा नकारात्मक असर पर्दैन ।
- ईपीसी किन्दा सुरुमा अलि धेरै लागत लागे पनि यसको उच्च कार्य दक्षताका कारण यसमा खाना पकाउँदा कम विजुलीको खपत हुन्छ र दुरगामी प्रयोग गर्दा अन्य विद्युतीय खाना पकाउने उपकरणहरूको तुलनामा सस्तो प्रमाणित हुन्छ ।
- ईपीसी प्रयोग गर्न सजिलो छ किनभने यसमा खाना पकाउँने क्रममा यसलाई हेरिनु पर्दैन र साथसाथै अन्य कार्यहरू पनि गर्न सकिन्छ ।
- यसको सरसफाइ गर्न सजिलो छ ।



- यसमा खाना पकाउँदा अन्य प्रेशर कुकर जस्तो सीटीहरूको संख्या गन्नु पर्दैन किनभने यसमा फिक्स टाइमर भएको कारणले खाना पाकिसकेपछि आफै निभ्छ ।
- ईपीसी सँग कुनै आवाज र कुनै चुहावट बिना सुखद खाना पकाउने अनुभव लिन सकिन्छ।
- ईपीसी एक, प्रयोग अनेक । यसलाई प्रेशर कुकर, स्टीमर, राईस कुकरको रूपमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।
- छोटो खाना पकाउने समय अर्थात अन्य खाना पकाउने विधिहरू भन्दा यसमा पकाएको खाना पोषक र स्वादिलो हुन्छ ।
- यसमा पकाएको खाना धेरै बेर सम्म तातो रहन्छ ।

ईपीसीमा खाना कसरी पकाउन सकिन्छ ?

१. खाना पकाउन भन्दा पहिलाको तयारी

- सब भन्दा पहिला ईपीसीलाई राम्रोसँग सफा गरेर समान सतहमा राख्नुहोस् र बिको खोल्नुहोस् ।
- ईपीसीको बाहिरी केस, भित्री भाँडो र हटप्लेटमा कुनै किसिमको खाने कुरा अड्केको छैन भने सुनिश्चित गर्नुहोस् ।
- भित्री भाँडो बाहिरी केसमा राख्नुहोस् र पक्का गर्नुहोस् कि यो हटप्लेटमा छोएर बसेको छ।
- भित्री भाँडोमा सबै सामग्री, नुन मसाला आदि र पानी राख्नुहोस् र सुनिश्चित गर्नुहोस् कि सम्पूर्ण सामग्रीहरू भाँडोको भित्री भागमा देखाईएको अधिकतम रेखा भन्दा माथि वा न्यूनतम रेखा भन्दा तल नहोस् ।
- त्यसपछि बिकोलाई राम्रो सँग बन्द गर्नुहोस् र निश्चित गर्नुहोस् कि त्यो पूर्ण रूपमा बन्द छ ।
- त्यसपछि पावर कर्डलाई प्रेशर कुकरको पछाडि भएको सकेटमा घुसाउनुहोस् र पावर कर्ड प्लगलाई पावर सकेटमा जोड्नुहोस् । प्रेशर कुकर बिप हुनेछ र प्रयोगको लागि तयार हुन्छ ।

२. ईपीसीमा खाना पकाउनका लागि केहि चरणहरु

- ईपीसीको भित्री भाँडोमा सबै सामग्री, नुन मसाला आदि र पानी राख्नुहोस् । यसमा पकाउँदा अन्य उपकरणहरू भन्दा कम पानी चाहिन्छ ।
- बिकोलाई राम्रो सँग बन्द गर्नुहोस् र सुनिश्चित गर्नुहोस् कि त्यो पूर्ण रूपमा बन्द छ ।



- त्यसपछि आफ्नो आवश्यकता अनुसार रेगुलेटरलाई निश्चित खानाको परिकारको लागि लाग्ने समयको आधारमा टाइमर सेट गर्नुहोस् । केहि समय पश्चात भित्री भाँडोमा प्रेशर बन्छ र खाना पाक्न शुरू हुन्छ ।
- जब टाइमरले खाना पकाउने काम समाप्त भएको जनाउँदछ, त्यसपछि स्टीमलाई स्वतः रुपमा निस्कन दिनुपर्छ जसले सामान्यतया १० मिनेट सम्म लिनसक्छ, वा प्रेशर भाल्भलाई कपडाको प्रयोगले उठाएर तुरुन्त निकाल पनि सकिन्छ ।
- पूर्ण रुपमा स्टीम निस्के पछि मात्र बिको खोल्नुहोस् र त्यसपछि भोजन खानको लागि तयार हुन्छ ।

ईपीसी प्रयोग गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु के के हुन् ?

सामान्य चेतावनी

- कृपया ईलेक्ट्रिक प्रेशर कुकर प्रयोग गर्नु अगाडि यससँग प्रदान गरिएको उपयोगकर्ता पुस्तिका राम्रोसँग पढ्नु होला ।
- यसको सरसफाई र मर्मत कार्य बच्चाहरुले नगर्न सल्लाह दिइन्छ ।
- पावर कर्ड बिगिएको खण्डमा ईपीसी को प्रयोग नगर्न सल्लाह दिइन्छ ।
- ईपीसी र पावर कर्ड बच्चाहरुबाट टाढा राख्नुपर्छ ।
- विद्युतीय झटकाको जोखिम रोक्नको लागि ईपीसी, पावर कर्ड र पावर प्लगलाई पानी वा अन्य कुनै तरल प्रदार्थ बाट टाढा राख्नुपर्छ ।
- पूर्ण रुपमा वाफ ननिस्के सम्म ईपीसीको बिको खोल्नु हुँदैन ।
- प्रत्येक प्रयोग पछि, प्रेशर नियन्त्रण भाल्भ र सुरक्षा फ्लोट भाल्भ जाम नभएको सुनिश्चित गर्नुपर्छ ।
- भित्री भाँडो खाली भएको बेला कहिल्यै पनि ईपीसी संचालन गर्नुहुँदैन ।
- सम्पूर्ण सामग्रीहरु भित्री भाँडोको भागमा देखाईएको अधिकतम रेखा भन्दा माथि वा न्यूनतम रेखा भन्दा मुनि राख्नु हुँदैन ।



ईपीसीको सरसफाई र मर्मत संभार कसरी गर्ने ?

- ईपीसीको सरसफाई गर्नु अगाडि जहिले पनि यसको पावर कर्डलाई सकेटबाट निकाल्नुपर्छ । त्यसैगरी यसको बिको अथवा भित्री भाँडो बाहिर निकाल्नु अगाडि जहिले पनि ईपीसी चिसो भएको सुनिश्चित गर्नुपर्छ ।
- ईपीसीको सरसफाई गर्दा यसको बेसलाई कहिले पनि पानीमा डुबाउनु हुँदैन ।
- ईपीसीको बाहिरी तथा भित्री भागलाई चिसो कपडाले पुछेर सफा गरे पुग्छ ।
- ईपीसीको भित्री भाँडो ननस्टिक धातु वा स्टेनलेस स्टीलले बनेको हुँदा यसलाई भाँडा माभने साबुन र पानीले सजिलै सफा गर्न सकिन्छ ।
- ईपीसीको बिको वा ग्यासकेटमा खाने कुरा अड्केको खण्ठमा तातो पानीमा भिजाएर पुरानो टूथब्रशले माभ्नु पर्छ ।

ईपीसीको भण्डारण कसरी गर्ने ?

- ईपीसीलाई भण्डारण गर्नु अगाडि यसलाई पूर्ण रूपमा चिसो, सफा र सुक्खा बनाउनु पर्छ ।
- ईपीसीको पछाडि भएको सकेटबाट पावर कर्डलाई निकाल्नु पर्छ ।
- त्यसपछि ईपीसीको भित्री भाँडोलाई बाहिरी केसमा राख्नुपर्छ ।
- ईपीसीमा हावा आवतजावत हुनका लागि यसको बिको लाई छुट्टै राख्नुपर्छ ।
- यसलाई सफा, सुक्खा र बच्चाहरू नपुग्ने ठाउँमा भण्डारण गर्नुपर्छ ।
- ईपीसीको माथि कुनै पनि भारी वस्तु राख्नु हुँदैन ।



३. इन्फ्रारेड चुलो भनेको के हो र यसले कसरी काम गर्छ ?

इन्फ्रारेड चुलो भनेको बिजुलीबाट चल्ने आधुनिक चुलो हो जसले कम समय र कम बिजुलीको खपतमा खाना पकाउन मद्दत पुऱ्याउँछ । इन्फ्रारेड चुलोले खाना पकाउन इन्फ्रारेड ऊर्जा गर्दछ ।



इन्फ्रारेड चुलोमा कस्तो प्रकारको भाडाँ प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

घरको समतल पिध भएका सबै प्रकारका भाडाँहरू इन्फ्रारेड चुलोमा खाना पकाउनका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

इन्फ्रारेड चुलोमा कस्ता परिकार पकाउन सकिन्छ ?

यस चुलोमा घरमा भएका जुनसुकै भाँडाको प्रयोग गरेर लगभग सबै किसिमको खानाको परिकार पकाउन सकिन्छ जस्तै भात, दाल, तरकारी, मासु, गेडागुडी, रोटी, आदि ।

इन्फ्रारेड चुलोको संचालन कसरी गर्ने ?

- इन्फ्रारेड चुलो प्रयोग गर्नु अगाडि यससँग प्रदान गरिएको उपयोगकर्ता पुस्तिका राम्रोसँग पढ्नुहोस् ।
- सब भन्दा पहिला इन्फ्रारेड चुलोलाई एक सुख्खा र समतल सतहमा राख्नुहोस् ।
- चुलोसँग दिइएको पावर कर्डलाई खोलेर १२० भोल्टको पावर आउटलेटमा घुसाउनुहोस् र पावर सकेटको स्विच अन गर्नुहोस् ।
- अब जुन भाडाँमा खाना पकाउने हो त्यो भाडाँ चुलो माथि बसाल्नुहोस् र चुलोको अन/अफ बटनलाई थिचेर चुलो अन गर्नुहोस् । आफ्नो आवश्यकता अनुसार चुलोको तापक्रम बढाउन वा घटाउन पनि सकिन्छ ।
- खाना पाकिसकेपछि चुलोको अन/अफ बटनलाई थिचेर चुलो अफ गर्नुहोस् र पावर सकेटको स्विच पनि अफ गर्नुहोस् र अन्त्यमा पावर कर्डलाई पावर सकेटबाट भिक्नुहोस् ।
- चुलो अफ गरिसकेपछि पनि केहिबेर सम्म चुलोले खाना तताउने काम गर्छ ।
- चुलो पूर्ण रुपमा चिसो नभएसम्म यताउता सार्न हुँदैन ।



इन्फ्रारेड चुलो प्रयोग गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु के के हुन् ?

- चिसो वा भिजेको हातले इन्फ्रारेड चुलोको स्वीच अन/अफ गर्नुहुँदैन ।
- यो चुलो प्रयोग गर्ने समयमा अन्य बढी विद्युत खपत गर्ने उपकरण प्रयोग गर्नु हुँदैन र एउटै पावर सकेटमा चुलो सहित अन्य उपकरणहरु एकै समयमा चलाउनु हुँदैन ।
- चुलो प्रयोग गर्न भान्सामा छुट्टै पावर सकेटको व्यवस्था गर्नुपर्दछ । चुलो प्रयोग गर्दा मल्टीप्लगको प्रयोग नगरी मुख्य लाइनमा मात्रै चलाउनु पर्छ ।
- विजुलीको पावर वा भोल्टेज कम वा बढी हुँदा इन्फ्रारेड चुलो चलाउनु हुँदैन ।
- खाना पकाई रहेको समयमा चुलोलाई एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा सार्नु हुँदैन ।
- यो चुलोको प्रयोग चिसो ठाउँमा र आगोको नजिक गर्नु हुँदैन ।
- बच्चाहरुले सजिलै छुन नसक्ने ठाउँमा यो चुलो राख्नु पर्छ ।
- चुलोमा खाली भाँडा राखेर तताउनु हुँदैन ।

इन्फ्रारेड चुलोको सरसफाई कसरी गर्ने ?

- सबभन्दा पहिला चुलोको अन/अफ बटनलाई थिचेर अफ गर्नुहोस् र पावर कर्डलाई पावर सकेटबाट फिक्नुहोस् । चुलो सफा गर्नु अघि पूर्णरूपमा चिसो भएको सुनिश्चित गर्नुहोस् ।
- हरेक पटक खाना पाकिसकेपछि चुलोको बाहिरी भागलाई चिसो कपडाले पुछेर सफा गर्नु पर्दछ ।
- चुलोको सरसफाई गर्दा कडा खालको सफाई भोल अथवा साबुनको प्रयोग गर्नु हुँदैन यसको निरन्तर प्रयोगले उपकरणलाई स्क्वाच गर्दछ, र त्यसपछि सफा गर्न अझ गाह्रो बनाउँदछ ।

इन्फ्रारेड चुलोको भण्डारण कसरी गर्ने ?

- भण्डारण गर्नु अगाडि इन्फ्रारेड चुलोलाई पूर्ण रूपमा चिसो, सफा र सुक्खा बनाउनु पर्छ ।
- इन्फ्रारेड चुलोको पावर कर्डलाई सकेटबाट निकाल्नु पर्छ ।
- यसलाई सफा, सुक्खा र बच्चाहरु नपुग्ने ठाउँमा भण्डारण गर्नुपर्छ ।
- इन्फ्रारेड चुलोको माथि कुनै पनि भारी वस्तु राख्नु हुँदैन ।