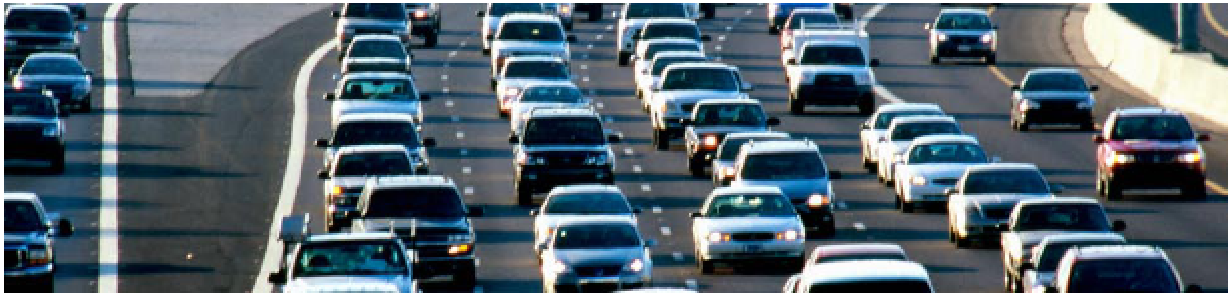

வீதியில் சக்திப்பாவனையை 20% வெட்டுதல் - நீங்கள் ஆரம்பிப்பதற்கான வழிமுறைகள்

நல்லதொரு ஆரோக்கியத்திற்கும் சுத்தமான சுற்றாடலுக்குமாக.

2020 THE WAY TO CLEAN AIR

416.338.7600 toronto.ca/health | TORONTO Public Health

வீதியில் சக்திப் பாவனையை சுருக்குவதற்கான வழிமுறைகள்

வாகனத்தின் வெளிப்பாடுகளை சுருக்குக:

- உங்கள் டயர்களை சரியாக காற்றடித்து வைக்கவும்: டயரின் காற்றழுத்தத்தை குறைந்தது மாதம் இருமுறையாவது சரி பார்த்து தேவையான போது காற்று நிரப்பவும்.
- உங்கள் எஞ்சினை(engine) சரி சீராக வைத்திருக்கவும்.
- வேகம் கூட்டவும் குறைக்கவும் உரிய நேரத்தை எடுக்கவும்.
- சக்திச் செயல்திறனுள்ள ஒரு வாகனத்தை தெரிவுசெய்யவும்: பெரிய கார்களும் எஞ்சின்களும் (engines) அதிகமான எரிபொருளை எரிப்பதுடன் ஓட்டுவதற்கு அதிக பணச்செலவையும் உண்டாக்கும்
- உங்கள் எஞ்சினை வீணானமுறையில் ஓடவிடவேண்டாம் - அது எரிபொருளை வீணாக்குவதுடன் காற்றையும் மாசுபடுத்துகிறது.

வாகனப் பாவனையை சுருக்குக:

- கூட்டுச் சவாரி (carpool) – வேலைக்கு, பாடசாலைக்கு அல்லது நிகழ்ச்சிகளுக்கான பிரயாணங்களை கூட்டாக செய்யவும்.
- பொது வாகனச்சேவையை உபயோகியுங்கள் - பேருந்து (bus), கோச்சுவண்டி (streetcar) பாதாள வழி (subway) அல்லது GO இரயில் வண்டி (GO train) முதலியவற்றை எடுக்கவும்.
- நடந்து அல்லது துவிசக்கரவண்டி – உங்கள் கால்களை நல்ல உடற்பயிற்சிக்கு உபயோகியுங்கள்
- வசிப்பிடத்து வேலை (Telework) - வீட்டில் இருந்து குறைந்தது மாதம் ஒருமுறையாவது வேலை செய்வதை உங்களுக்கு சாதகமாக்கவும்.
- பயணத் தொடர் - தனித்தனியாக பலமுறை கார்ப் பயணம் செய்வதை விட்டு, சிறுபயணங்களை சேர்த்து ஒன்றாக இணைத்துப் பயணிக்கவும்.

எவ்வாறு வீட்டிலும் வீதியிலும் சக்திப் பாவனையை 20% குறைப்பது என்ற மேலதிக விபரங்களிற்கு உங்களின் 20/20 திட்டக் கையேட்டின் இலவசப் பிரதி பெறுவதற்கு
www.toronto.ca/health/2020 or 416-392-2020