

## PAGGAMIT NG PAGPAPAHANGIN

### Angkop na pagpapainit at pagpapahangin — Para makatipid ng kuryente at maiwasan ang pagpapawis

Ang mga pamamaraan sa pagpigil ay epektibo at madaling mantinihin, ngunit pangunahin ito para sa ating kalusugan at kalakasan ng katawan.

Ang mainit-init na hangin ay nakahihit ng dami ng pagpapawis kaysa sa malamig na hangin. Nangangahulugan ito na ang malamig na lugar ng silid hal. Mga pader, Bintana, atbp., ay natutunaw ang hangin at nagiging gas bilang natutunaw na tubig. Ang sariwang hangin ay pumapasok sa silid na lubhang nagbabawas ng kahalumigmigan sa silid kapag pinainit. Ang pagkonsumo ng kuryente ay nababawasan din sa pamamagitan ng angkop na pagpapahangin.

Upang mapanantili ang malusog na salas, ang mga sumusunod na mga alituntunin ay dapat isagawa:

#### Tamang Temperatura:

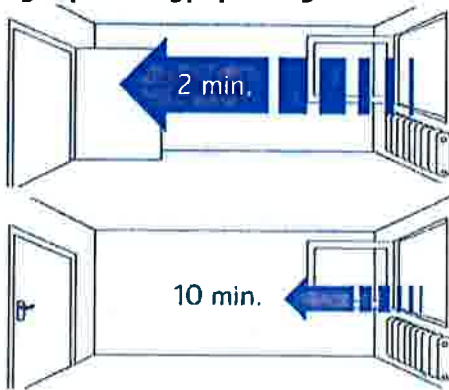
Huwag masyadong painitin.

Huwag lubusang isara kapag nakabukas ang heater, mas makatitipid kapag dahan-dahang pinabababa ang temperatura.

Panatilihing nakasara ang mga pintuan sa loob sa pagitan ng iba't ibang silid na pinainit.

Huwag painitin ang malamig na silid mula sa salas. Magdudulot ito ng amag.

#### Angkop na Pagpapahangin:



Pagpapahangin mula sa labas

Sa buong daanan ng hangin ng apartment (pahalang, kahit man lamang dalawang magkasalungat na bintana).

Mas malamig ang temperatura ng silid, mas madalas dapat pahanginan.

Mas napakalamig sa labas dapat mas maikli ang pagpapahangin.

Ganap na bukas na mga bintana sa maikling tagal ng panahon, (sinsin na bentilasyon) hindi epektibo ang nakatagilid na posisyon, pag-aaksaya ng kuryente sa pagpapainit, na magdudulot ng pamumuo ng amag.

Para sa sinsin na insulasyong salamin na mga bintana, pahanginan nang mas madalas.

Ang mga banyo sa loob ay kailangan laging pahanginan nang malakas.

#### Wastong tagal ng oras ng pagpapahangin:

Sa umaga, para makumpleto ang pagpapalit ng hangin nang minsanan, buksang mabuti ang bintana sa bawat silid. Sa gabi, gawin muli ang kumpletong pagpapalit ng hangin kabilang ang silid-tulugan.

#### Wastong oras ng pagpapahangin:

Ang kinakailangang oras ng pagpapahangin ay depende sa pagkakaiba sa pagitan ng loob at labas na temperatura at hangin. Kahit sa panahon ng matining na hangin at kaunting pagkakaiba ng temperatura, karaniwang sapat na ang ilang minuto. Pahanginan ang mga banyo sa pinakamaikling panahon hangga't maaari patungo sa papalabas na direksyon.

Kapag nagluluto, nagpapatuyo at nagpaplantsa, panatilihing nakasara ang silid at pahanginan agad o paulit-ulit.

#### Malamig na Pader sa Labas:

Ilagay ang mga kasangkapan ( Mga yunit pampader, atbp) sa layo na ilang sentimetro mula sa sahig at pader (Pagpapahangin).