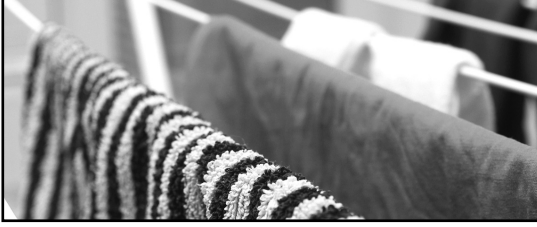


# صحت افزا ماحول میں رہیں - نمسی کو دور رکھیں

## 4 مفید مشورے کہ آپ کیسے اپنی رہائش کو صحت افزا ماحول مہیا کر سکتے ہیں



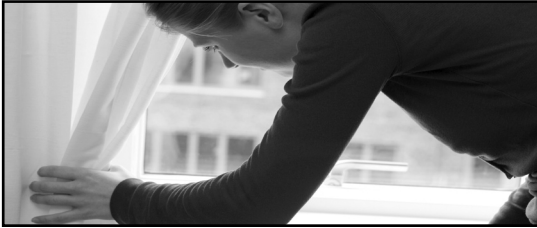
1. ہوا لگائیں - ہوا کو روزانہ کم از کم دو بار دس منٹ کے لیے رہائش سے گزاریں



2. حتی المقدور اندر کپڑے نہ سکھائیں



3. نمسی کو زائل کیا جائے - جب آپ کھانا پکائیں تو بھاپ کھینچنے والا آلا چلائیں اور نہانے کے بعد دیواروں اور فرش کو پونچھیں



4. نمسی، پھپھو ندی اور کھمبھی کی ایک قسم skimmelsvamp پر نظر رکھیں، مثلاً دیواروں اور کھڑکیوں کے ہمارا برائون دھبے

ٹیلی فون :

رابطہ :

# کھمبہ کی ایک قسم skimmelsvamp کو ختم کیا جائے آپ کی رہائش سے 5 مراحل میں کھمبہ کی اس قسم کو زائل کرنے کا طریقہ کار

1. کھمبہ کی اس قسم کے ظہور کی کھوج کے لیے انہی رہائش کا دورا کریں اور وجہ کی تشخیص کریں۔ کیا ہوا اور بھاپ کے کھینچنے کے نظام حسب معمول موثر ہیں؟ کیا رہائش میں سوراخ یا پانی کی وجہ سے نقصانات ہیں؟ کیا آپ رہائش کو ہوا لگاتے ہیں اور نہی کو دور رکھتے ہیں؟

2. وجہ کو زائل کریں!

3. چھوٹی جگہوں پر: کھمبہ زدہ سطح کو جراثیم کش صفائی کی مصنوعات سے صاف کریں (مثلاً Klorin یا Rodalon سے)۔ دھونے سے قبل مصنوع کو 20 منٹ لگا رہنے دیں

4. خیال رکھیں کہ کھمبہ کی یہ قسم پھر نمودار ہوتی ہے

5. اگر آپ خود مسئلہ حل نہیں کر سکتے تو اپنی رہائشی بلڈنگ کی دیکھ بھال کے عملے سے رابطہ کریں۔ یہاں آپ کو مدد اور رہنمائی مل سکتی ہے

کھمبہ کی اس قسم کے بارے میں آپ مزید [www.skimmel.dk](http://www.skimmel.dk) پر پڑھیں