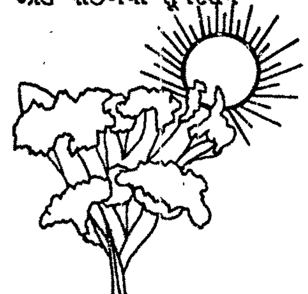
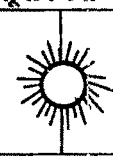
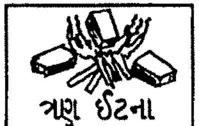
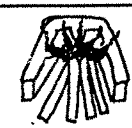
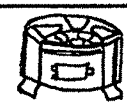
APPENDIX V

SCRIPT OF EXHIBITION CUM DEMONSTRATION AS EDUCATIONAL PROGRAMME

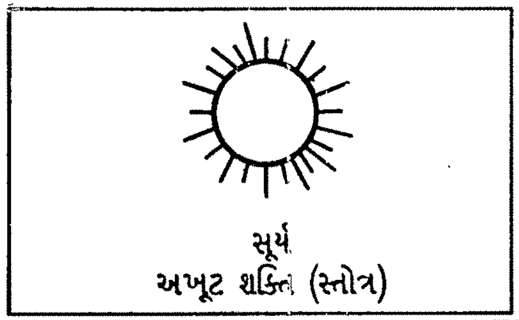
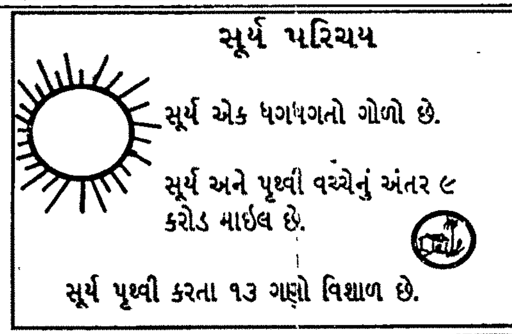
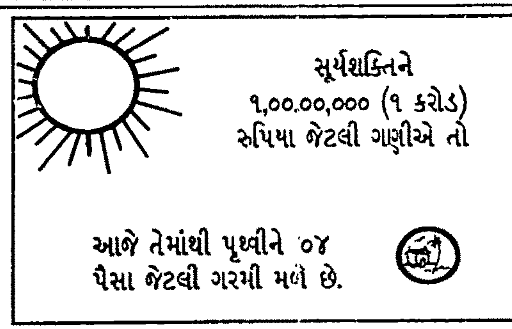
"સૂર્યમિત્રનો વેશ" પ્રદર્શન અને નિદર્શન

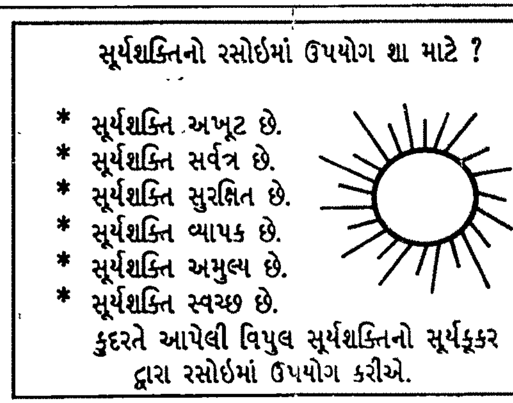
(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
સૂર્યદેવને અંજલી આદિતસ્ય નમસ્કારં . યે કુર્વન્તિ દીને દીને .. જન્માન્તર સહસ્ત્રેષુ દારિદ્રમનો ઊપજાયતે .. આદિત્યં ભાસ્કરં ભાનું . રવિં સૂર્ય દિવાકરમ્ .. પ્રહણામી સ્મરણે નિત્યં . મહાપાતક નાશનમ્ .. ત્વમ્ ભાનો જગત ચક્ષુ ત્વમ્ આત્મા સર્વ દેહીનામ્ .. ત્વમ્ યોનિ સર્વ ભૂતાનામ્ . ત્વનાચાર ક્રિયાવતામ્ ..		દૂર અને મધ્યમ અંતર કુદરતી દ્રશ્ય	૧ મિનિટ ૫ સેકન્ડ ભવાઇનું સંગીત
"સૂર્યમિત્રનો વેશ" એ વિષય પર ભવાઇ નિહાળીને મિત્રો, હવે આપણે એજ વિષય પર "પ્રદર્શન અને નિદર્શન" નિહાળીએ.		નજીકનું અંતર મોબાઇલ	૧૫ સેકન્ડસ
કહો જોઇએ મિત્રો, કે આપણે આપણા રસોડામાં કયા બળતણો વાપરીએ છીએ. હા. આપણે આપણા રસોડામાં કાંટા, ઝાંખરા, પાંદડા, સાંઠીયો, રાડીયા, લાકડા, કોલસા, કેરોસીન, ગેસનો બાટલો તેમજ છાંણા અને ગોળાનો ઉપયોગ કરીએ છીએ.		નજીકનું અંતર ચાર્ટ	૪૫ સેકન્ડ

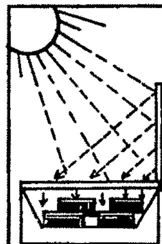
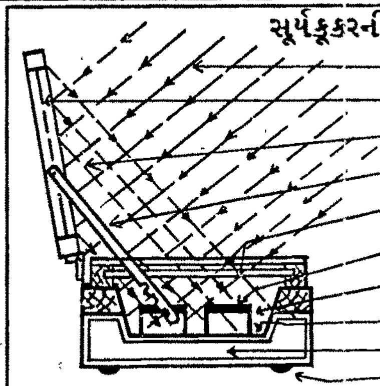
<table>
<tr><th>(Audio) શ્રાવ્ય</th><th>(Visuals) દ્રશ્ય</th><th>(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits</th><th>Duration/સમય</th></tr>
<tr><td>શું આ બધા બળતણોનો આપણે પૂરેપૂરો ઉપયોગ કરીએ છીએ ?
ના.
તેના મુખ્ય ત્રણ કારણો છે જેવાં કે
પહેલું કારણ તે
બળતણના પ્રકાર અને તેમાં ગરમીનું પ્રમાણ.
દરેક બળતણની ગરમીનું પ્રમાણ જુદું જુદું હોય છે.
૧ કિલોગ્રામ છાંણામાં લગભગ ૨૦૦૦ કિલો કેલરી ગરમી હોય
૧ કિલોગ્રામ લાકડામાં લગભગ ૪૦૦૦ કિલો કેલરી ગરમી હોય
૧ કિલોગ્રામ કોલસામાં લગભગ ૬૦૦૦ કિલો કેલરી ગરમી હોય ૧ લિટર કેરોસીનમાં લગભગ ૧૦,૦૦૦ કિલો કેલરી ગરમી હોય</td>
<td><table>
<tr><th colspan="3">બળતણના પ્રકાર અને તેમાં ગરમીનું પ્રમાણ</th></tr>
<tr><th>વજન</th><th>બળતણ</th><th>ગરમીનું પ્રમાણ</th></tr>
<tr><td>૧ કિ.ગ્રા.</td><td>છાંણામાં</td><td>૨૦૦૦ કિ. કેલરી</td></tr>
<tr><td>૧ કિ.ગ્રા.</td><td>લાંકડામાં</td><td>૪૦૦૦ કિ. કેલરી</td></tr>
<tr><td>૧ કિ.ગ્રા.</td><td>કોલસામાં</td><td>૬૦૦૦ કિ. કેલરી</td></tr>
<tr><td>૧ લિટર</td><td>કેરોસીનમાં</td><td>૧૦,૦૦૦ કિ. કેલરી</td></tr>
</table></td>
<td>નજીકનું અંતર
ચાર્ટ</td><td>૧ મિનિટ</td></tr>
<tr><td>બીજું કારણ તે ચૂલાની કાર્યક્ષમતા
ચાલો હવે આપણે જોઈએ કે ચૂલાની કાર્યક્ષમતા કેવી રીતે નક્કી થાય છે.
આપણાં રાંધવાના ચૂલા સગડીઓમાં માપસર રાંધવા માટે કેટલાં પ્રમાણમાં બળતણ વપરાય છે તેના પરથી ચૂલાની કાર્યક્ષમતા નક્કી થાય છે.
ચૂલા કે સગડીઓમાં રાંધવા માટે
જેમ બળતણ ઓછું વપરાય તેમ ચૂલાની કાર્યક્ષમતા વધારે ગણાય અને જેમ બળતણ વધારે વપરાય તેમ કાર્યક્ષમતા ઓછી ગણાય.</td>
<td>ચુલાની કાર્યક્ષમતા કેવી રીતે નક્કી થાય છે.
આપણા રાંધવાના ચૂલા અને સગડીઓમાં માપસર રાંધવા માટે કેટલા પ્રમાણમાં બળતણ વપરાય છે તેના પરથી ચૂલાની કાર્યક્ષમતા નક્કી થાય છે.
ચૂલા કે સગડીમાં રાંધવા માટે
જેમ બળતણ ઓછું વપરાય → તેમ ચૂલાની કાર્યક્ષમતા વધારે ગણાય
જેમ બળતણ વધારે વપરાય → તેમ ચૂલાની કાર્યક્ષમતા ઓછી ગણાય</td>
<td>દૂર અને મધ્યમ અંતર
મોબાઈલ</td><td>૧/૨ મિનિટ</td></tr>
</table>

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
મિત્રો, તમને ખબર છે કે આપણા જુદા જુદા ચુલાઓની કાર્યક્ષમતા જુદી જુદી હોય છે.	જુદા જુદા ચુલાઓની કાર્યક્ષમતા જુદી જુદી હોયછે.	ટેબલ ટોપ ડીસપ્લે	૨૦ સેકન્ડ
આપણા સાદા ત્રણ ઈંટના ચુલાની કાર્યક્ષમતા ૨%થી ૫% હોય છે તેમાં લગભગ ૯૫% જેટલું બળતણ વેડફાય છે.	 ત્રણ ઈંટના ચૂલાની કાર્યક્ષમતા ૨% થી ૫% હોય છે. ૯૫% જેટલું બળતણ વેડફાય છે.	નજીકનું અંતર	૨૦ સેકન્ડ
માટીના ચુલાની કાર્યક્ષમતા ૫% થી ૧૦% હોય છે. માટે તેમાં ૯૦% જેટલું બળતણ વેડફાય છે.	 માટીના ચુલાની કાર્યક્ષમતા ૫% થી ૧૦% હોય છે ૯૦ % બળતણ વેડફાય છે.	નજીકનું અંતર	૨૦ સેકન્ડ
આપણી કોલસા વાપરતી સગડીની કાર્યક્ષમતા ૨૦% થી ૨૫% જેટલી હોય છે, અને તેમાં ૭૫% જેટલું બળતણ વેડફાય છે.	 સગડીની કાર્યક્ષમતા ૨૦% થી ૨૫% હોય છે. ૭૫% જેટલુ બળતણ વેડફાય	નજીકનું અંતર	૨૦ સેકન્ડ
આપણા કેરોસીનના સ્ટવની કાર્યક્ષમતા ૫૦% થી ૬૦% જેટલી હોય છે અને તેમાં લગભગ ૪૦% જેટલું બળતણ વેડફાય છે.	સ્ટવની કાર્યક્ષમતા ૫૦% થી ૬૦% હોય છે. ૪૦% થી ૫૦% જેટલુ બળતણ તેમાં વેડફાય છે.	નજીકનું અંતર	૨૦ સેકન્ડ

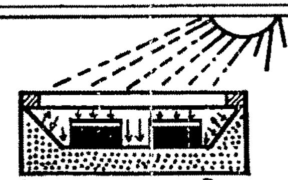
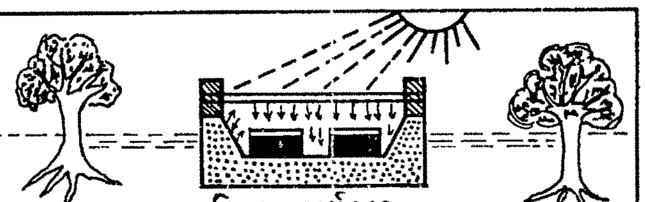
(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
આપણી ગેસની સગડીની કાર્યક્ષમતા ૭૦% જેટલી હોય છે અને તેમાં લગભગ ૩૦%' જેટલું બળતણ વેડફાય છે.	ગેસની સગડીની / કાર્યક્ષમતા ૭૦% જેટલી હોય છે. / ૩૦% બળતણ વેડફાય છે.	નજીકનું અંતર	૨૦ સેકન્ડ
આપણે બે કારણો જોયા,ને ત્રીજું કારણ, તે આપણી કેટલીક ખોટી ટેવો, જેના કારણે આપણું બળતણ વેડફાય છે. તો, ચાલો, આપણે એ પણ જોઇએ કે આપણી કઇ ખોટી ટેવો છે. * રસોઇ રાંધતી વખતે જરુર કરતા વધારે પાણી ઉમેરીએ છીએ. * સ્ટવ કે ગેસ જરુરિયાત કરતા વધારે ચલાવીએ છીએ. * જરુર ના હોવા છતાં ચુલા ગેસ સગડી ચાલુ રાખીએ છીએ. * આપણે સુધારેલા કાર્યક્ષમ ચુલા વાપરતા નથી. * જરુર કરતા વધારે બળતણ વાપરીએ છીએ. * ઢાંકેલું ઢાંકણું વારંવાર ખોલીએ છીએ. * રાંધતી વખતે ઢાંકણું ઢાંકતા નથી. * આમ કરવાથી બળતણ વેડફાય છે.	આપણી કેટલીક ખોટી ટેવો રસોઇ રાંધતી વખતે જરુર કરતા વધારે પાણી ઉમેરીએ છીએ. સ્ટવ કે ગેસ જરુરિયાત કરતા વધારે ચલાવીએ છીએ. જરુર ના હોવા છતાં ચૂલા ગેસ સગડી ચાલુ રાખીએ છીએ. આપણે સુધારેલા કાર્યક્ષમ ચૂલા વાપરતા નથી. જરુર કરતા વધારે બળતણ વાપરીએ છીએ. ઢાંકેલું ઢાંકણું વારંવાર ખોલીએ છીએ. રાંધતી વખતે ઢાંકણું ઢાંકતા નથી. આમ કરવાથી બળતણ વેડફાય છે.	નજીકનું અંતર ફ્લેનલ સ્ટ્રીપ્સ	૧ મિનિટ
તો મિત્રો, અત્યાર સુધી આપણે જોયું કે... આપણે જુદા જુદા બળતણો વાપરીએ છીએ અને એ પણ જોયું કે દરેક બળતણમાં ગરમીનું પ્રમાણ અલગ અલગ હોય છે. ઉપરાંત ચુલાની કાર્યક્ષમતા પણ અલગ અલગ હોય છે અને આ બધા બળતણો વાપરતા આપણને અનેક મુશ્કેલીઓ પણ પડે છે.	પ્રવકતા	નજીકનું અંતર	૧$^{1}/_{2}$ મિનિટ

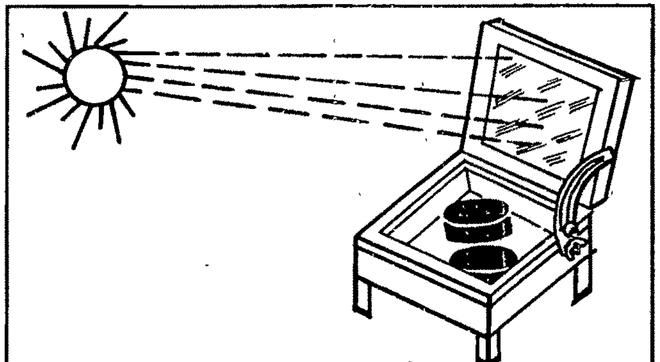
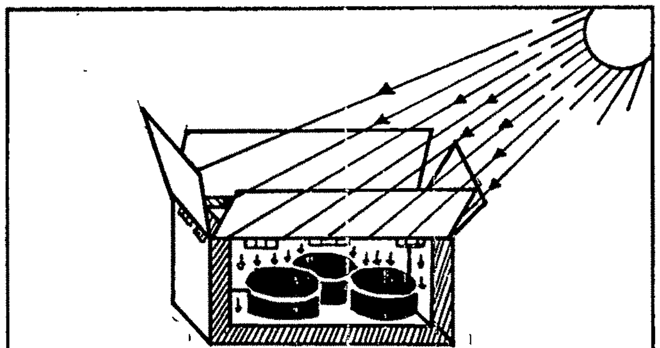
(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
તો તમને એમ નથી લાગતું કે આ મુશ્કેલીઓ દૂર કરવા આપણે સૂર્યશક્તિનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. આપણે એવી શક્તિનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ જે ક્યારેય ખલાસ ના થાય.			
તો સૂર્ય જે આપણી પાસે છે તે એક અખૂટ શક્તિ સ્રોત છે.		નજીકનું અંતર ફ્લેશ કાર્ડ	૧/૨ મિનિટ
સૂર્ય પરિચયમાં * સૂર્ય એક ધગધગતો ગોળો છે. * સૂર્ય અને પૃથ્વી વચ્ચેનું અંતર ૯ કરોડ માઈલ છે. * સૂર્ય પૃથ્વી કરતાં ૧૩ ગણો વિશાળ છે.		નજીકનું અંતર ફ્લેશ કાર્ડ	૧/૨ મિનિટ
સૂર્યશક્તિને આપણે જો ૧ કરોડ રુપિયા જેટલી ગણીએ તો આજે તેમાંથી પૃથ્વીને .૦૪ પૈસા જેટલી ગરમી મળે છે.		નજીકનું અંતર ફ્લેશ કાર્ડ	૧/૨ મિનિટ

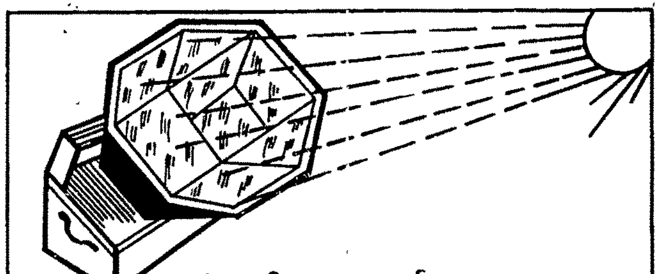
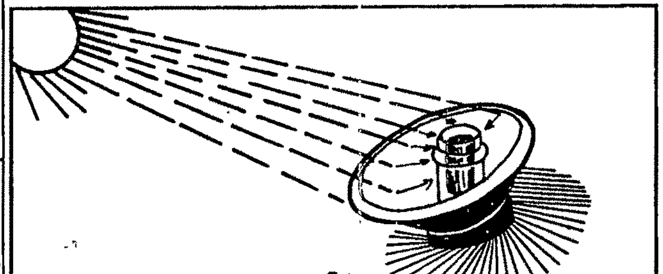
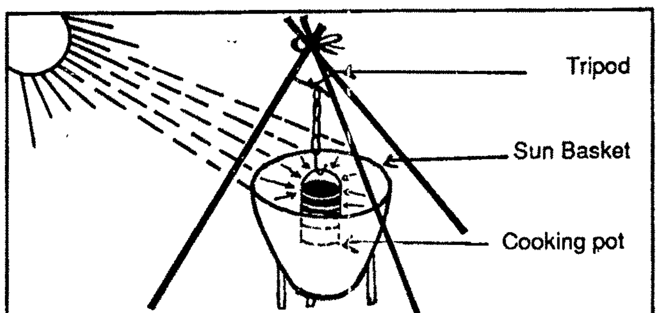
(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
તમે કહેશો કે આ .૦૪ પૈસા જેટલી ગરમીની તાકાત કેટલી ? તો આજે પૃથ્વી પર પેદા થતી ગરમી કરતા ૨,૦૦,૦૦૦ (બે લાખ) ગણી વધારે છે. અને આજે પૃથ્વી પર પેદા થતી અને વપરાતી કુલ ગરમી ૧ ગણી છે.		નજીકનું અંતર ફ્લેશ કાર્ડ	૧/૨ મિનિટ
બળતણના આ સંકટમાં બ્રહ્માંડમાં સર્વને સુલભ એકજ વિકલ્પ છે-"સૂર્ય દેવતા" માટે જ આપણે જેટલો બની શકે તેટલો સૂર્યશક્તિનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.		નજીકનું અંતર ફ્લેશ કાર્ડ	૧/૨ મિનિટ
તમે કહેશો સૂર્યશક્તિનો રસોઈમાં ઉપયોગ શા માટે ? કારણ કે * સૂર્યશક્તિ અખૂટ છે. * સૂર્યશક્તિ સર્વત્ર છે. * સૂર્યશક્તિ સુરક્ષિત છે. * સૂર્યશક્તિ વ્યાપક છે. * સૂર્યશક્તિ અમુલ્ય છે. * સૂર્યશક્તિ સ્વચ્છ છે. માટે જ કુદરે આપેલી આ વિપુલ સૂર્યશક્તિનો સૂર્યકૂકર દ્વારા રસોઈમાં ઉપયોગ કરીએ.		નજીકનું અંતર ફ્લેશ કાર્ડ	૧/૨ મિનિટ

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દૃશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
સૂર્યકૂકર એટલે શું છે ? સૂર્યકૂકર એટલે સૂર્યશક્તિથી ચાલતું સરળ, સાદું અને સસ્તુ સાધન. તમે કહેશો કે એ કયા સિધ્ધાંત પર કામ કરે છે ? તે પ્રકાશનું પરાવર્તન અને કાળી વસ્તુ દ્વારા થતા ગરમીનાં શોષણ અને સંગ્રહના વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંત પર કામ કરે છે.	સૂર્યકૂકર એટલે શું ? સૂર્યશક્તિથી ચાલતું સરળ, સાદું અને સસ્તુ સાધન એટલે સૂર્યકૂકર સૂર્યકૂકર કયા સિધ્ધાંત પર કામ કરે છે ? "પ્રકાશનું પરાવર્તન" અને કાળી વસ્તુ દ્વારા થતા ગરમીના શોષણ અને સંગ્રહના વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંત પર કામ કરે છે.	નજીકનું અંતર ફ્લેશ કાર્ડ	૧/૨ મિનિટ
સૂર્યકૂકરમાં બળતણ તરીકે સૂર્યશક્તિ વપરાય છે. સૂર્યકૂકર વાપરવાથી બીજા બધા બળતણોની બચત થાય છે. સૂર્યકૂકરમાં બાફવાની, શેકવાની અને ભૂંજવાની પ્રક્રિયાઓ થઇ શકે છે.	સૂર્યકૂકર  * સૂર્યકૂકરમાં બળતણ તરીકે સૂર્યશક્તિ વપરાય છે. * સૂર્યકૂકર વાપરવાથી બીજા બળતણોની બચત થાય છે. * સૂર્યકૂકરમાં બાફવાની, શેકવાની અને ભૂંજવાની પ્રક્રિયાઓ થઇ શકે છે.	નજીકનું અંતર ફ્લેશ કાર્ડ	૧/૨ મિનિટ
તમે કહ્યું કે આ સૂર્યકૂકર આપણે વાપરવું જોઇએ કારણકે સૂર્યકૂકરમાં બળતણ તરીકે સૂર્યશક્તિ વપરાય છે અને બીજા બધા બળતણોની બચત થાય છે અને એક સાથે તમે ચાર વસ્તુઓને બાફી શેકી કે ભૂંજી શકો છો અને આ સૂર્યકૂકરમાં અનેક વસ્તુઓ રાંધી શકાય છે. તો આવો હવે આપણે સૂર્યકૂકરની રચના જોઇએ. સૂર્યકૂકરમાં સૂર્યના કિરણો પડતા હોય છે. ચમકદાર અરીસો, પરાવર્તિત કિરણો, મિજાગરા, બેવડા કાચનું આવરણ, કાળા રંગેલા ઢાંકણા, રાંધવાના ડબ્બા, કાળી રંગેલી અંદરની સપાટી, અવાહક પડ તરીકે ગ્લાસવુલ ભરવામાં આવે છે ઉપરાંત તેમાં પૈડાં પણ આપવામાં આવે છે.	સૂર્યકૂકરની રચના  	નજીકનું અંતર ચાર્ટ	૧ મિનિટ

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
સૂર્યકૂકરની રચના જોઇને, મિત્રો હવે, આપણે સૂર્યકૂકર કેવી રીતે બનેલું હોય છે તે નિહાળીએ. આ એક સાદી ગરમ પેટી પ્રકારનું સૂર્યકૂકર છે. સૂર્યકૂકર બહારથી ચોરસ પેટી જેવું દેખાય છે. જે છ ભાગોનું બનેલું હોય છે.	સૂર્યકૂકરની બંધ પેટી	દૂર અને નજીકનું અંતર મોડલ	૨૦ સેકન્ડ
પહેલો ભાગ તે બહારની પેટી સૂર્યકૂકરને બે દિવાલવાળુ બનાવવામાં આવ્યુ છે. બહારની પેટી અને અંદરની પેટી, આ બન્ને પેટી વચ્ચે પોલાણ રાખવામાં આવ્યુ છે. બહારની પેટી એલ્યુમિનિયમના પતરામાંથી બનાવવામાં આવે છે.	સૂર્યકૂકરની બહારની પેટી	નજીકનું અંતર મોડલ	૨૦ સેકન્ડ
બીજો ભાગ તે "અંદરની પેટી" તે પણ એલ્યુમિનિયમના પતરામાંથી બનાવવામાં આવે છે. આ પેટી અંદરની બાજુએથી ચળકાટ વગરના કાળા રંગથી રંગેલી હોય છે. બહારની પેટીમાં અંદરની પેટી બંધબેસતી ગોઠવાયેલી હોય છે.	સૂર્યકૂકરની અંદરની પેટી	નજીકનું અંતર મોડલ	૨૦ સેકન્ડ
ત્રીજો ભાગ તે "અવાહક પડ" બહારની અને અંદરની પેટી વચ્ચેના પોલાણમાં અવાહક પડ તૈયાર કરવામાં આવે છે. અવાહક પડ તરીકે ગ્લાસવુલ ભરવામાં આવે છે.	"અવાહક પડ" (બે પેટી વચ્ચેનું પોલાણ)	નજીકનું અંતર મોડલ	૨૦ સેકન્ડ
ચોથો ભાગ તે "બે કાચવાળુ ઢાંકણ" બહારની અને અંદરની પેટી પર બે કાચવાળુ ઢાંકણ સખત રીતે બંધબેસતુ થઇ શકે તેવુ હોય છે. બે કાચવાળા ઢાંકણની ફરતે રબરની પાતળી પટ્ટી ચોંટાડવામાં આવી છે.	બે કાચવાળુ ઢાંકણ	નજીકનું અંતર મોડલ	૨૦ સેકન્ડ
પાંચમો ભાગ તે "અરીસાવાળુ ઢાંકણ" સૂર્યકૂકરના ઉપરના ઢાંકણમાં અંદરના ભાગમાં અરીસો જડવામાં આવેલો હોય છે. જેના પર સૂર્યના કિરણો પડી બે કાચવાળા ઢાંકણ પર પરાવર્તિત થાય છે.	અરીસાવાળું ઢાંકણ	નજીકનું અંતર મોડલ	૨૦ સેકન્ડ

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
છઠ્ઠો ભાગ તે "રાંધવાના ડબ્બા" સૂર્યકૂકરમાં રાંધવા માટે ચાર ધાતુના કાળા રંગેલા ડબ્બા હોય છે. રાંધવાની વસ્તુ તૈયાર કરી ડબ્બામાં ભરવામાં આવે છે અને સૂર્યકૂકરને પૂરતો સમય તડકે મૂક્યા પછી સૂર્યકૂકર ખોલવામાં આવે છે.	રાંધવાના ડબ્બા	નજીકનું અંતર મોડલ	૨૦ સેકન્ડ
મિત્રો હવે તમને સૂર્યકૂકરની રચનાનો ખ્યાલ આવી ગયો હશે. તો આપણે હવે જોઈએ સૂર્યકૂકરના પ્રકાર સૂર્યકૂકરને ત્રણ પ્રકારમાં વહેંચી શકાય છે. અરીસાવગરનું સૂર્યકૂકર એક અરીસાવાળુ સૂર્યકૂકર અને ઘણા અરીસાવાળા સૂર્યકૂકર વૈજ્ઞાનિકો દ્વારા આ ત્રણ પ્રકારમાંથી સૂર્યકૂકરો બનાવવામાં આવ્યા છે.	સૂર્યકૂકરના પ્રકાર સૂર્યકૂકરને ત્રણ પ્રકારમાં વહેંચી શકાય. અરીસા વગરનું સૂર્યકૂકર ← → ઘણા અરીસાવાળુ સૂર્યકૂકર ↓ એક અરીસાવાળુ સૂર્યકૂકર વૈજ્ઞાનિકો દ્વારા આ ત્રણ પ્રકારમાંથી સૂર્યકૂકર બનાવવામાં આવે છે.	નજીકનું અંતર ચાર્ટ	૧/૨ મિનિટ
પહેલો પ્રકાર તે અરીસાવગરનું સૂર્યકૂકર આ સૂર્યકૂકર સાદી ગરમ પેટી પ્રકારનું છે. તેમાં સાદુ બે કાચવાળુ ઢાંકણ હોય છે. જેમાંથી સૂર્યકિરણો પેટીમાં દાખલ થાય છે. અને અંદર ગયેલા સૂર્યકિરણોનું ગરમીમાં રુપાંતર થાય છે અને પેટીની અંદરની ગરમી રસોઈને રાંધવામાં મદદ કરે છે. આ કૂકરમાં અરીસો ના હોવાથી તેમાં રસોઈ થતા વાર લાગે છે.	 અરીસા વગરનું સૂર્યકૂકર	નજીકનું અંતર ચાર્ટ	૧/૨ મિનિટ
કિસાન સૂર્યકૂકર જે જાતે બનાવી શકાય છે. * આ સૂર્યકૂકર અન્ય સૂર્યકૂકર પ્રમાણે બનાવવા તેની પેટી જમીનમાં ઉતારવામાં આવે છે. * આ સૂર્યકૂકર બનાવવા માટે ખેતરમાં અથવા ખુલ્લી જગ્યામાં પૂરતો તાપ આવતો હોય તેવી જગ્યા પસંદ કરવામાં આવે છે. * તેમાં અવાહક પડ તરીકે સુકુ ઘાસ, લાકડાં, વ્હેર વગેર વાપરી શકાય છે.	 કિસાન સૂર્યકૂકર	નજીકનું અંતર ચાર્ટ	૧/૨ મિનિટ

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
આ છે એક અરીસાવાળું સૂર્યકૂકર જે સાદી ગરમ પેટી પ્રકારનું જ હોય છે. પણ તેમાં ઉપરના ઢાંકણાની અંદર અરીસો જડવામાં આવેલો છે. આ સૂર્યકૂકરમાં સૂર્યકિરણો * સાદા બે કાચવાળા ઢાંકણ પર પડે છે. * ઉપરાંત વધારાના બહાર ફેંકાઇ જતા કિરણો અરીસા પર પડતા તેનું સાદા બે કાચવાળા ઢાંકણ પર પરાવર્તન થાય છે. આ સૂર્યકૂકર વધારે સૂર્યકિરણો એકઠા કરી સૂર્યકૂકરમાં અંદરની પેટીમાં નાખે છે, જેથી તેમાં વધારે ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે. અરીસાને લીધે આ સૂર્યકૂકરમાં સૂર્યકિરણોનું ગ્રહણ અને પરાવર્તન થાય છે.	 એક અરીસાવાળુ સૂર્યકૂકર	નજીકનું અંતર ચાર્ટ	૧ મિનિટ
આછે ટેલ્કિસ સ્ટવ :- આ સૂર્યકૂકર પેટી પ્રકારનું જ હોય છે અને તેમાં ચાર બાજુ ચાર અરીસા રાખેલા હોય છે જે સૂર્ય સમક્ષ પેટી આડી મૂકી ખોલી નાંખવાની હોય છે. અવાહક પડ માટે આ પેટીમાં ગ્લોબર સોલ્ટના સ્ફટિકો, સોડિયમ સલ્ફેટ, ડેકાહાઇડ્રેટ ($Na_2SO_4\ 1H_2O$) હોય છે. આ સ્ફટિકો ગરમીને લીધે ઓગળી પેટીની અંદરનું વાતાવરણ ગરમ રાખવામાં મદદ કરે છે. સૂર્યાસ્ત પછી પણ ઘણીવાર સુધી આ પેટી ગરમ રહે છે. આ પ્રવાહી ઠંડુ પડતા ઉપરના પદાર્થો પ્રવાહીમાંથી પાછું સ્ફટિક રુપ ધારણ કરી લે છે.	 ટેલ્કિસ સ્ટવ	નજીકનું અંતર ચાર્ટ	૧ મિનિટ

<table>
<tr><th>(Audio) શ્રાવ્ય</th><th>(Visuals) દ્રશ્ય</th><th>(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits</th><th>Duration/સમય</th></tr>
<tr><td>આ છે ઘણાં અરીસાવાળું સૂર્યકૂકર
* આ સૂર્યકૂકરનું ખોખુ ત્રાંસમાં બનાવેલું હોય છે અને તેની ઉપર બે કાચવાળું ઢાંકણ હોય છે.
* આ સૂર્યકૂકરમાં અનેક અરીસા હોવાને કારણે વધારે સૂર્યકિરણો ગ્રહણ કરી સૂર્યકૂકરના બે કાચવાળા ઢાંકણ પર પરાવર્તિત કરે છે.
* જેટલા વધારે સૂર્યકિરણો એકઠા થાય તેટલી વધારે ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે અને રસોઇ જલ્દી રંધાય છે.</td><td>
ઘણાં અરીસાવાળુ સૂર્યકૂકર</td><td>નજીકનું અંતર
ચાર્ટ</td><td>૧ મિનિટ</td></tr>
<tr><td>આ છે સૂર્યકૂંડ-આ સૂર્યકૂંડ ચાર ભાગોનું બનેલું છે. કાચનો ટોપ, રાંધવાની નાની-મોટી તપેલીઓ અને ઢાંકણી, રીફ્લેક્ટર બાઉલ, રીફ્લેક્ટર બાઉલ ગોઠવવા માટે તળિયાનો ભાગ. આ સૂર્યકૂંડમાં રાંધણના પદાર્થ બંન્ને તપેલીમાં મૂકી, ઢાંકણું ઢાંકી સૂર્યકૂંડમાં મુકવા માટે તૈયાર કરવામાં આવે છે. આ પછી તળિયાના ભાગ પર રીફ્લેક્ટર બાઉલ સૂર્ય સમક્ષ ગોઠવવામાં આવે છે અને તપેલીઓમાં રાંધવાનું તૈયાર કરી અને તેમાં કાચનો ટોપ ઉપર મૂકી દેવામાં આવે છે. જેની ઉપર સૂર્યના કિરણો પડે છે અને ગરમી અંદર સંઘરાઇને રસોઇ તૈયાર થઇ જાય છે.</td><td>
સૂર્યકૂંડ</td><td>નજીકનું અંતર
ચાર્ટ</td><td>૧ મિનિટ</td></tr>
<tr><td>આ છે સૂર્યબાસ્કેટ-આ તાવડા આકારનું બાસ્કેટ પેપર, મેથી અને ગુંદર પલાળીને બનાવવામાં આવે છે. આ પલાળેલું મિશ્રણ વાંસના મોટા શંકુ આકારના ટોપલા પર અંદરની બાજુએ લગાડી ત્રણ દિવસ રાખવામાં આવે છે. ત્રણ દિવસ પછી અંદરની બાજુએ ચળકતું પાતળુ પતરુ લગાડવામાં આવે છે. ટોપલાની નીચે ઉભું રાખવા ત્રણ ટેકા લગાવવાના હોય છે. ટોપલાની ઉપર ટીફીન લટકતું રાખવા માટે ત્રણ વાંસના ટેકા બનાવી તેની ઉપરથી ટીફીન ટોપલામાં લટકાવવામાં આવે છે. ટીફીનની બહારની સપાટીકાળી હોય છે. ટોપલાની અંદરની ચળકતી સપાટી પર સૂર્યના કિરણો પડી પરાવર્તિત થઇ ટીફીન પર કેન્દ્રિત થાય છે. અને રસોઇ રંધાઇ જાય છે.</td><td>

સૂર્ય બાસ્કેટ</td><td>નજીકનું અંતર
ચાર્ટ</td><td>૧ મિનિટ</td></tr>
</table>

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
"સૂર્યમિત્રનો વેશ" એ વિષે તમે પ્રદર્શન નિહાળ્યુ ને ? કેવુ લાગ્યુ ? મજા આવી, અચ્છા હવે તમને થશે કે આ સૂર્યકૂકર વાપરવું કેવી રીતે ? પણ તે પહેલા આપણે સૂર્યકૂકરની રચના ફરી એકવાર જોઇ જઇએ જેથી કરીને તમને રાંધવામાં વાંધો ના આવે.	પ્રવક્તા	નજીકનું અંતર	૧ મિનિટ
સૂર્યકૂકર છ ભાગમાં વહેંચાએલુ હોય છે. ૧. બહારની પેટી :- સૂર્યકૂકરને બે દિવાલવાળુ બનાવવામાં આવે છે બહારની પેટી અને અંદરની પેટી, આ બન્ને પેટી વચ્ચે પોલાણ રાખવામાં આવેલું હોય છે. બહારની પેટી એલ્યુમિનિયમના પતરામાંથી બનાવવામાં આવે છે.	બહારની પેટીની સમજ	નજીકનું અંતર પ્રવક્તા	૧/૨ મિનિટ
૨. અંદરની પેટી :- હવે આપણે જોઇએ અંદરની પેટી, અંદરની પેટી એલ્યુમિનિયમના પતરામાંથી બનાવવામાં આવે છે. તે અંદરની બાજુએથી ચળકાટ વગરના કાળા રંગથી રંગેલી હોય છે. બહારની પેટીમાં અંદરની પેટી બંધબેસતી ગોઠવવામાં આવેલી હોય છે.	અંદરની પેટીની સમજ	નજીકનું અંતર મોડલ	૧/૨ મિનિટ
3. અવાહક પડ :- હવે જોઇએ અવાહક પડ. બહારની પેટી અને અંદરની પેટી વચ્ચે અવાહક પડ તૈયાર કરવામાં આવે છે અને તેમાં ગ્લાસવુલ ભરવામાં આવે છે.	અવાહક પડની સમજ	નજીકનું અંતર મોડલ	૧/૨ મિનિટ
૪. બે કાચવાળુ ઢાંકણ :- બે કાચવાળુ ઢાંકણ બહારની પેટી પર સખત રીતે બંધબેસતુ થઇ શકે તેવુ બનાવવામાં આવેલું હોય છે અને તેની ફરતે ચારેબાજુ રબરની પાતળી પટ્ટી ચોટાડવામાં આવેલી હોય છે.	બે કાચવાળા ઢાંકણની સમજ	નજીકનું અંતર મોડલ	૧/૨ મિનિટ

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
૫. **અરીસાવાળુ ઢાંકણ :-** તે પછી અરીસાવાળુ ઢાંકણ. સૂર્યકૂકરના ઉપરના ઢાંકણમાં અંદરના ભાગમાં અરીસો જડવામાં આવેલો હોય છે જેનાપર સૂર્યના કિરણો પડી બે કાચવાળા ઢાંકણ પર પરાવર્તિત થાય છે.	અરીસાવાળા ઢાંકણની સમજ	નજીકનું અંતર મોડલ	૧/૨ મિનિટ
૬. **રાંધવાના ડબ્બા :-** તે સૂર્યકૂકરના ડબ્બા. સૂર્યકૂકરમાં ચાર ડબ્બા આપેલા હોય છે, જેની અંદર તમારે તમારી રાંધવાની રસોઇ તૈયાર કરી, એક સાથે ચારે ડબ્બા મૂકી, બે કાચવાળા ઢાંકણને બંધ કરીને સૂર્ય સમક્ષ મૂકવામાં આવે છે.	રાંધવાના ડબ્બા વાપરવાની સમજ	નજીકનું અંતર મોડલ	૧/૨ મિનિટ
હવે આપણે જોઇએ કે **સૂર્યકૂકર કેવી રીતે કામ કરે છે ?** * સૂર્યકૂકરના અરીસા દ્વારા તેમજ બે કાચવાળા ઢાંકણા દ્વારા અંદર પ્રવેશેલા સૂર્યકિરણોનું ગરમીમાં રુપાંતર થાય છે. કાળા રંગના ગુણધર્મો પ્રમાણે તે મોટાભાગના સૂર્યકિરણોને શોષી શકે છે. * આ શોષાયેલા સૂર્યકિરણોનું ગરમીમાં રુપાંતર થાય છે અને અવાહક પડ અને બે કાચવાળા ઢાંકણને લીધે ગરમી અંદરની પેટીમાંથી બહાર જતી નથી અને તે અંદરની પેટીમાં સંગ્રહાય છે અને રાંધવા મૂકેલો ખોરાક આ સંગ્રહાયેલી ગરમીથી રંધાઇ જાય છે. * બે પેટી વચ્ચેનું અવાહક પડ પેટીને તળીયેથી અને બાજુઓમાંથી ગરમીને બહાર જતી અટકાવે છે અને બે કાચવાળુ હવાનું અવાહક પડ પણ ગરમીને બહાર જતી અટકાવે છે. * સૂર્યના કિરણો બે કાચવાળા ઢાંકણામાંથી અંદર દાખલ થઇ શકે છે પણ પેટીમાં સંગ્રહાયેલી ગરમીના લાંબા કિરણો બે કાચવાળા ઢાંકણામાંથી બહાર આવી શકતા નથી.	સૂર્યકૂકરની મદદથી સમજ આપવી કે સૂર્યકૂકર કેવી રીતે કામ કરે છે.	નજીકનું અંતર મોડલ	૨ મિનિટ

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
સૂર્યકૂકરમાં રાંધતા પહેલા તેની પૂર્વતૈયારીઓ કરી રાખવી પડે છે. જેવી કે * આપણા કઠોળ, દાળ, ચોખા વગેરે જેવી વસ્તુઓને પલાળીને રાખવી પડે છે. * સૂર્યકૂકરમાં મૂકતાં પહેલા તેમાં સપ્રમાણ પાણી નાખીને દરેક વસ્તુને થોડા વખત માટે મૂકી રાખીને પછી તેને સૂર્યકૂકરનાં ડબ્બામાં મૂકવામાં આવે છે. * આમ જે કાંઇ રાંધવાનું હોય તેને તૈયાર કરી ડબ્બામાં ભરી અને ચારે ચાર ડબ્બાને તૈયાર કરી રાખવા.	સૂર્યકૂકરમાં રાંધવા માટેની પૂર્વતૈયારીઓની સમજ	નજીકનું અંતર રાંધવાના ડબ્બા	૧ મિનિટ
મિત્રો હવે આપણે જોઇએ કે **સૂર્યકૂકરમાં કેવી રીતે રાંધી શકાય છે.** * સૂર્યકૂકરમાં રાંધતા પહેલા સૂર્યકૂકરના કાચવાળા પડને થોડુંક ઉઘાડીને સૂર્ય સમક્ષ મૂકી રાખવું જેથી કરીને પેટીની અંદર રહેલો ભેજ ઉડી જશે. * દરમ્યાન જેટલા ડબ્બામાં રાંધવાનું હોય અને પૂરતા મરીમસાલા અંદર નાખીને તે તૈયાર કરી સાફ કરી, ધોઇ સમારીને પ્રમાણસર પાણી નાખીને, સૂર્યકૂકરના ડબ્બાને બંધ કરીને તેને સૂર્યકૂકરની અંદર ગોઠવી દેવાના હોય છે. * આમ ચારે ડબ્બા અંદર ગોઠવ્યા પછી બે કાચવાળુ ઢાંકણ બંધબેસતું બંધ કરી અને તેને સૂર્ય સમક્ષ બે થી ત્રણ કલાક માટે મૂકી રાખવામાં આવે છે જેથી કરીને અંદર પૂરતી ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે અને સૂર્યકૂકરમાં મૂકેલી રસોઇ રંધાઇ જાય છે. * સૂર્યકૂકરની અંદરની પેટીમાં ઉષ્ણતામાન લગભગ ૯૫ ડીગ્રી સે.ગ્રે. થી ૧૦૦ ડીગ્રી સે.ગ્રે. જેટલું થાય છે જે રસોઇ રાંધવા માટે પૂરતું હોય છે.	સૂર્યકૂકરની મદદથી સૂર્યકૂકરમાં રાંધવાની રીતની સમજ	નજીકનું અંતર મોડલ	૨૧/૨ મિનિટ

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
* આમ સૂર્યકૂકરમાં બે થી ત્રણ કલાક પછી તમારી રસોઇ તૈયાર થઇ જાય છે. * આમ ૨ થી ૨^૧/૨ કલાક પછી રસોઇ રંધાઇ જાય છે. * આ રસોઇ રંધાઇ ગયા પછી સૂર્યકૂકરના ડબ્બાને બહાર કાઢવા માટે આપેલા હાથના મોજાનો ઉપયોગ કરવો. કારણ અંદર રહેલું ઉષ્ણતામાન ઘણુંજ વધારે હોય છે તો દાઝી જવાનો ભય ના રહે.			
ચાલો હવે આપણે જોઇએ કે રસોઇ રંધાઇ ગઇ છે કે નહીં ? ભાત ચઢી ગયો છે. તેમાં રહેલુ શાક પણ ચઢી ગયું છે. આમ સૂર્યકૂકરમાં મૂકેલી રસોઇ ૨ થી ૨૧/૨ કલાકમાં તૈયાર થઇ જાય છે.	સૂર્યકૂકરમાં મૂકેલી રસોઇ રંધાઇ ગઇ છે તેની સમજ	નજીકનું અંતર મોડલ	૧/૨ મિનિટ
પણ...માધવીબેન, સૂર્યકૂકરમાં દાળ, ભાત અને શાક જ રાંધી શકાય છે. ના રે ના મિત્રો, આમાતો અનેક વસ્તુઓ તમારાથી રાંધી શકાય છે. તો ચાલો, હવે તમને બતાવું કે **સૂર્યકૂકરમાં શું શું રાંધી શકાય છે.**	પ્રવક્તા	નજીકનું અંતર	૨૦ સેકન્ડ

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દૃશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
સૂર્યકૂકરમાં જે વાનગીઓ બાફવાની, ભૂંજવાની અને શેકવાની હોય તે સહેલાઇથી થઇ શકે છે. * રોજીંદા ભોજનની વાનગીઓ દાળ, ભાત, શાક, કઠોળ, ખીચડી, કઢી વગેરે બનાવી શકાય છે. * સૂર્યકૂકરમાં લાપસી, મુઠીયા, પાતરા, બ્રેડ, કેક પણ બનાવી શકાય છે. * ઋતુ પ્રમાણેની વસ્તુઓ જેવીકે મેથીની ભાજી, ગાજર, કોથમીર અને આમળા સૂકવી શકાય છે. * સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓ દૂધપાક, લાપસી, કંસાર, શીરો, પુડીંગ પણ બનાવી શકાય છે. * બીનશાકાહારી વાનગીઓ તેમજ ઈંડાની વાનગીઓ પણ સૂર્યકૂકરમાં બનાવી શકાય છે. સૂર્યકૂકર જેમ જેમ વપરાતુ જશે તેમ તેમ તેમાં રંધાતી વાનગીઓની યાદીમાં વધારો થતો જશે.	**સૂર્યકૂકરમાં શું શું રાંધી શકાય છે ?** સૂર્યકૂકરમાં જે વાનગીઓ બાફવાની, ભૂંજવાની અને શેકવાની હોય તે સહેલાઇથી થઇ શકે છે. * રોજીંદા ભોજનની વાનગીઓ દાળ, ભાત, શાક, કઠોળ, ખીચડી, કઢી વગેરે બનાવી શકાય છે. * સૂર્યકુકરમાં લાપસી, મુઠીયા, પાતરા, બ્રેડ, કેક પણ બનાવી શકાય છે. * ઋતુ પ્રમાણેની વસ્તુઓ જેવી કે મેથીનીભાજી, ગાજર, કોથમીર અને આમળા સુકવી શકાય છે. * સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓ દૂધપાક, લાપસી, કંસાર, શીરો, પુડીંગ પણ બનાવી શકાય છે. * બીનશાકાહારી વાનગીઓ તેમજ ઈંડાની વાનગીઓ પણ સૂર્યકૂકરમાં બનાવી શકાય છે. સૂર્યકૂકર જેમ જેમ વપરાતુ જશે તેમ તેમ તેમાં રંધાતી વાનગીઓની યાદીમાં વધારો થતો જશે.	નજીકનું અંતર ચાર્ટ	૧ ૧/૨ મિનિટ

<table>
<tr><th>(Audio) શ્રાવ્ય</th><th>(Visuals) દ્રશ્ય</th><th>(Shot) શૉટનું અંતર
Exhibits</th><th>Duration/સમય</th></tr>
<tr><td>સૂર્યકૂકરમાં રાંધવા માટે લાગતો સમય
સૂર્યકૂકરમાં રાંધવાનો સમય અલગ અલગ લાગે છે.
* સૂર્યકૂકરમાં તુવેરની દાળ, ચણા, ચણાની દાળ, વાલ, અડદ, ખીચડી, પુલાવ, વટાણા, મઠ જેવા કઠોળ રાંધવા માટે લગભગ ૨ થી ૨૧/૨ કલાકનો સમય લાગે છે.
* સમારેલા શાકભાજીને રાંધવામાં લગભગ ૧ કલાક જેટલો સમય થાય છે.
* મૂઠીયા, પાતરા, કેક, હાંડવો, બિસ્કીટ, રાંધવા ૨ થી ૨૧/૨ કલાકનો સમય થાય છે.
* તલ, ધાણાની દાળ, વરિયાળી શેકવા માટે ૧/૨ કલાક લાગે છે.
* બીનશાકાહારી વાનગીઓ રાંધવા માટે ૨ થી ૨૧/૨ કલાકનો સમય થાય છે.
સૂર્યકૂકરમાં બાફવાની, શેકવાની કે ભૂંજવાની કોઇપણ વાનગી રાંધી શકાય છે. સૂર્યકૂકરમાં રાંધવાના સમયમાં ઋતુ અનુસાર ફેરફાર થતા રહે છે.</td>
<td>સૂર્યકૂકરમાં રાંધવા માટે લાગતો સમય
<table>
<tr><th>રાંધવાની વસ્તુ</th><th>સમય/
કલાકમાં</th></tr>
<tr><td>* તુવેરની દાળ, ચણા, ચણાની દાળ, વાલ, અડદ, ખીચડી, પુલાવ, વટાણા, મઠ જેવા કઠોળ રાંધવા માટે</td><td>૨ થી ૨ ૧/૨</td></tr>
<tr><td>* સમારેલા શાકભાજી રાંધવામાં</td><td>૧</td></tr>
<tr><td>* મૂઠીયા, પાતરા, કેક, હાંડવો, બિસ્કીટ રાંધવા</td><td>૨ થી ૨ ૧/૨</td></tr>
<tr><td>* તલ, ધાણાની દાળ, વરિયાળી શેકવા</td><td>૧/૨</td></tr>
<tr><td>* બીનશાકાહારી વાનગીઓ રાંધવા માટે</td><td>૨ થી ૨ ૧/૨</td></tr>
</table>
સૂર્યકૂકરમાં બાફવાની શેકવાની કે ભૂંજવાની કોઇપણ વાનગી રાંધી શકાય છે. સૂર્યકૂકરમાં રાંધવાના સમયમાં ઋતુ અનુસાર ફેરફાર થતા રહે છે.</td>
<td>નજીકનું અંતર
ચાર્ટ</td><td>૧ ૧/૨ મિનિટ</td></tr>
<tr><td>મિત્રો તમને ખ્યાલ આવી ગયો ને કે સૂર્યકૂકરમાં કેવી રીતે રાંધી શકાય અને શું શું રાંધી શકાય.
તો હવે આપણે જોઇએ સૂર્યકૂકરની વિશેષતાઓ.
* સૂર્યકૂકર રાંધવાના સાધન તરીકે નહીં પણ પૂરક તરીકે વાપરી શકાય છે.
* સૂર્યકૂકર વાપરવાથી ૪૦% થી ૫૦% બીજા બળતણોનો બચાવ થાય છે.
* સૂર્યકૂકરમાં બનેલી રસોઇમાં પ્રજીવકો નાશ પામતા નથી અને તૈયાર થયેલી વાનગીઓ પૌષ્ટિક, સ્વાદિષ્ટ અને મૂળ સુગંધવાળી બને છે.
* રસોઇ થઇ ગયા પછી લગભગ ૧ થી ૨ કલાક સુધી ગરમ રહે છે.
* સૂર્યકૂકર વર્ષના ૯ થી ૧૦ મહીના ઉપયોગી નીવડે છે.</td>
<td>સૂર્યકૂકરની વિશેષતાઓ
સૂર્યકૂકર રાંધવાના સાધન તરીકે નહીં પણ પૂરક તરીકે વપરાય છે.
સૂર્યકૂકર વાપરવાથી ૪૦% થી ૫૦% બીજા બળતણોનો બચાવ થાય
સૂર્યકૂકરમાં બનેલી રસોઇમાં પ્રજીવકો નાશ પામતા નથી અને વાનગીઓ
પૌષ્ટિક, સ્વાદિષ્ટ અને મૂળ સુગંધવાળી બને છે.
રસોઇ થઇ ગયા પછી લગભગ ૧ થી ૨ કલાક સુધી ગરમ રહે છે.
સૂર્યકૂકર વર્ષના ૯ થી ૧૦ મહીના ઉપયોગી નીવડે છે.</td>
<td>નજીકનું અંતર
ફ્લેનસ સ્ટ્રીપ્સ</td><td>૧ મિનિટ</td></tr>
</table>

(Audio) શ્રાવ્ય	(Visuals) દ્રશ્ય	(Shot) શૉટનું અંતર Exhibits	Duration/સમય
સૂર્યકૂકરની વિશેષતાઓ જોઈ. તો હવે આપણે જોઈએ વાપરતી વખતે શું શું ધ્યાનમાં રાખવાનું. માટે કેટલીક સૂચનાઓ - * સૂર્યકૂકર સૂર્ય સમક્ષ ગોઠવીને મૂકવું. * સૂર્યકૂકરમાં રાંધતા પહેલા તેને ખુલ્લુ રાખવું જેથી કરીને અંદરનો ભેજ ઉડી જાય. * સૂર્યકૂકરમાં અરીસાવાળુ ઢાંકણું ખુલ્લુ રાખવાનું હોય છે અને બે કાચવાળુ ઢાંકણુ બંધબેસતુ બંધ કરવાનું હોય છે. * સૂર્યકૂકરમાં ડબ્બા મૂકતા પહેલા બે કાચવાળુ ઢાંકણું સળીયા પર ટેકવવાનું હોય છે. * ડબ્બા બહાર કાઢતી વખતે હાથના મોજાનો ઉપયોગ કરવો. * સૂર્યકૂકરમાં રાંધવાનું મુક્યા બાદ સૂર્યકૂકરને વારંવાર ખોલવું નહીં. * સૂર્યકૂકરના ડબ્બાને સાબુના પાણીથી સાફ કરવા.	સૂર્યકૂકર વાપરવા અંગેની સૂચનાઓ * સૂર્યકૂકર સૂર્ય સમક્ષ ગોઠવીને મૂકવું. * સૂર્યકૂકરમાં રાંધતા પહેલા તેને ખુલ્લું રાખવું જેથી કરીને અંદરનો ભેજ ઉડી જાય. * સૂર્યકૂકરમાં અરીસાવાળુ ઢાંકણું ખુલ્લુ રાખવું અને બે કાચવાળુ ઢાંકણુ બંધબેસતું બંધ કરવું. * સૂર્યકૂકરમાં ડબ્બા મૂકતા પહેલા બે કાચવાળું ઢાંકણું સળીયાપર ટેકવવાનું હોય છે. * ડબ્બા બહાર કાઢતી વખતે હાથના મોજાનો ઉપયોગ કરવો. * સૂર્યકૂકરમાં રાંધવાનું મૂક્યા બાદ સૂર્યકૂકરને વારંવાર ખોલવું નહીં. * સૂર્યકૂકરના ડબ્બાને સાબુના પાણીથી સાફ કરવા.	નજીકનું અંતર ફ્લેનસ સ્ટ્રીપ્સ	૧ મિનિટ
મિત્રો તમને એમ થશે કે ચાલો સૂર્યકૂકર ખરીદી લઈએ તો સૂર્યકૂકરની પડતર કિંમત રૂા. ૬૭૫/- છે. જે પૈકી રૂા. ૩૭૫/- સરકારની સહાય મળે છે. રૂા. ૩૦૦/- ગ્રાહકે ભોગવવાના રહે છે. ચાલો તો આપણે સૂર્યકૂકર વસાવી લઈએ. સૂર્યકૂકર આજેજ વસાવો. સૂર્યમિત્રને આજેજ વધાવો. સૌના સારા વાના થાશે. જયારે સૌને આ સમજાશે.	સૂર્યકૂકરની પડતર કિંમત રૂા. ૬૭૫/- છે. જે પૈકી રૂા. ૩૭૫/- સરકારની સહાય મળે છે. રૂા. ૩૦૦/- ગ્રાહકે ભોગવવાના રહે છે. સૂર્યકૂકર	મોડલ (પ્રવક્તા)	૩ મિનિટ