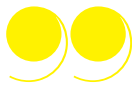


ممکن است در هنگام دوچرخه سواری با هر رکاب زدن از دوچرخه صدای ناخوشایند به گوش برسد. این صدا مربوط به زین دوچرخه است و برای جلوگیری از به صدا افتادن زین، باید زین را از پایه جدا کنید، روغن کاری کنید و مجدداً سر جای خود قرار دهید و بدین ترتیب از آن صدای ناخوشایند جلوگیری کرده‌اید



## فناوری و روزمرگی

از این شماره با بخش فناوری و روزمرگی در خدمت شما مخاطبان عزیز خواهیم بود. در نظر داریم

اطلاعات مفید و کاربردی استفاده از تمامی تجهیزات فناورانه در زندگی روزمره را به شما انتقال دهیم.

می‌توانید درخواست‌هایتان را به ایمیل دبیر تحریریه ایران جمعه ارسال کنید.

## ملزومات نگهداری از وسایل نقلیه در منزل

### بخش اول: دوچرخه



#### نحوه نگهداری از انواع دوچرخه

لازم است تا در مواقع ضروری ابزار مورد نیاز را که ممکن است برای تعمیر دوچرخه لازم باشد همراه داشته باشید.

**دوچرخه نمایشی:** این مدل برای حرکت‌های نمایشی ساخته شده است. این حرکات نمایشی می‌تواند مانند پرش از پله‌ها و یا پرش از موانع باشد. اگرچه این مدل با کیفیت بالایی ساخته می‌شود، اما مراقبت و نگهداری از آن بسیار مهم است. باید قبل از انجام حرکاتی نمایشی تمام بخش‌های آن از جمله ترمز، چرخ‌های جلو و عقب و لقی فرمان مورد بررسی قرار گیرد. **دوچرخه برقی:** دوچرخه‌های برقی دارای موتور الکتریکی کوچکی هستند که به کمک باتری‌های قابل شارژ، شارژ می‌شوند. هنگام استفاده از دوچرخه‌های برقی باید به میزان شارژ باتری آن و همین‌طور مسافتی را که می‌تواند با توجه به کیفیت ساخت آن بپیماید، توجه کرد. مراقبت از موتور آن در برابر ضربه نیز بسیار مهم است.

**دوچرخه چند نفره:** با توجه به آنکه معمولاً بیشتر از یک نفر می‌توانند سوار دوچرخه چندنفره شوند و با توجه به نیرویی که به دوچرخه وارد می‌شود، باید مقاومت بدنی، باد تایر و حرکات فرمان آن را در نظر گرفت. همین‌طور باید به موقعیت استفاده از آن توجه کرد تا بتواند دوام بالایی داشته باشد.

**دوچرخه شهری:** از جمله قدیمی‌ترین سبک این وسیله حمل و نقلی است. این وسیله می‌تواند دارای دنده و یا بدون دنده باشد، در صورت وجود دنده باید قبل از استفاده از آن این بخش و پایه و باد تایرها را چک کنید.

**دوچرخه کوهستان:** برای مسیرهای خاکی و کوهستانی استفاده می‌شود. این وسیله برای جاده‌های ناهموار طراحی شده و مراقبت و نگهداری از آن نیز بسیار مهم است و باید قبل از راندن آن کمک فترا، فرمان و تایرهای آن بررسی شود. در این دوچرخه‌ها باید کمک فنر و چرخ عقب به کار رفته در آن را به‌صورت مرتب و ارسی و گردوغبار ناشی از مسیر خاکی را پاک کرد. **دوچرخه جاده (کورسی):** این مدل معمولاً دارای لاستیک نازک است و برای راندن در جاده‌های آسفالت مناسب خواهد بود، مراقبت از لاستیک‌های این مدل بسیار مهم است و باید به باد تایر و عاج‌های آن توجه کرد. همین‌طور راندن این وسیله در جاده‌های ناهموار و خاکی از عمر آن می‌کاهد.

**دوچرخه تورستی:** این مدل برای سفرهای تورستی و مسافرت طراحی شده است. هنگام استفاده از این دوچرخه باید رکاب، دنده، فرمان و باد تایر بررسی شود. همین‌طور با توجه به مسیر سفر

#### تعمیر دوچرخه:

باید به نوع ترمز توجه کرد. ترمز مکانیکی معمولاً در صورت خرابی بخش سیم ترمز یا لقمه ترمز و یا میله سیم ترمز بررسی شود. جهت تعمیر ترمز دیسکی باید بخش‌های شیلنگ هیدرولیک، دیسک، قطعه اتصال سیستم ترمز و ترمز بررسی شود. برای نگهداری از دوچرخه خود از لنت ترمز با کیفیت بالا استفاده نمایید. همین‌طور در صورت نیاز باید به‌صورت مرتب این بخش لنت دوچرخه را بررسی کنید. فرمان دوچرخه و تنظیم آن نکته مهمی برای نگهداری از دوچرخه است. مواردی از جمله تنظیم نبودن این بخش، لق شدن فرمان، تعویض ساچمه فرمان و... از جمله مواردی است که باید مورد بررسی قرار گیرد. زنجیر دوچرخه از آنجایی که دائم در معرض گردوغبار و آلودگی است، باید زود به زود تمیز و روغن کاری شود، زیرا آلودگی باعث فرسایش زنجیر و کاهش طول عمر آن می‌شود. بهتر است حداقل ماهی یکبار آلودگی‌های روی زنجیر را پاک کنید و از روغن مخصوص برای روانکاری آن استفاده کنید.



#### ویژگی‌های یک دوچرخه خوب

ابتدا باید از مناسب بودن این وسیله با توجه به سایز و اندازه خودتان مطمئن شوید، زیرا ممکن است که هنگام راندن آن احساس راحتی نکنید. پس هنگام خرید این محصول به متناسب بودن آن وقت نمایید. از بخش‌های دیگری که باید هنگام خرید به آن دقت نمایید موقعیت زین و وسیله است. ممکن است که دوست داشته باشید زین این وسیله صاف و بدون زاویه باشد و یا ممکن است بخواهید که این بخش رو به جلو یا قابل تنظیم به سمت رو به عقب باشد. موقعیت زین بسته به سلیقه شما

خشک کنید. توجه داشته باشید در هنگام شستن، فشار آب زیاد نشود تا به قسمت‌های حساسی چون پلیرینگ آسیبی نرساند. همچنین در هنگام تمیز کردن دوچرخه می‌توانید از پایه‌های نگه دارنده استفاده نمایید، چرا که پایه‌ها سبب می‌شوند تا شما در هنگام تعمیر یا تمیز کردن، دوچرخه را در یک ارتفاع خوب قرار دهید. استندها به شما کمک می‌کنند تا به آسانی قسمت‌هایی را که در دسترس نیستند، بررسی کنید.

یکی از کارهای مهم برای نگهداری از دوچرخه در منزل، روغن کاری دوچرخه است. در صورتی که اجزای متحرک دوچرخه مانند (زنجیر، دنده‌ها، تویی و موتور) را به‌موقع روغن کاری کنید، علاوه بر افزایش طول عمر دوچرخه، سواری نرم و راحتی را تجربه خواهید کرد. این عمل باید به‌صورت منظم و دوره‌ای انجام شود. در زمان روغن کاری باید مراقب باشید چرخ‌ها، طوقه‌ها و لنت‌های ترمز، آغشته به روغن نشود. مکان و مدت زمان دوچرخه سواری، تعداد دفعات روغن کاری دوچرخه را مشخص می‌کند. البته شرایط آب و هوایی نیز بسیار تأثیرگذار است. روغن کاری دوچرخه در هوای آفتابی و در زمین آسفالت کمتر از هوای بارانی و آلوده است. به همین دلیل پیشنهاد می‌شود در مناطق خشک هر شش ماه یکبار و در مناطق مرطوب، هر سه ماه یکبار دوچرخه خود را روغن کاری کنید.

زیرا اگر بیش از حد سفت شود، ممکن است باعث هرز شدن پیچ و مهره‌ها شود. در هنگام استفاده از دوچرخه، مراقب زنجیرها باشید و هر چند وقت یکبار آن را تمیز کنید و برای آنکه از صدا دادن زنجیر جلوگیری شود، بهتر است بعد از تمیزکاری زنجیر از روغن مخصوص استفاده کنید.

ممکن است در هنگام دوچرخه سواری با هر رکاب زدن از دوچرخه صدای ناخوشایند به گوش برسد. این صدا مربوط به زین دوچرخه است و برای جلوگیری از به صدا افتادن زین، باید زین را از پایه جدا کنید، روغن کاری کنید و مجدداً سر جای خود قرار دهید و بدین ترتیب از آن صدای ناخوشایند جلوگیری کرده‌اید. در نگهداری از دوچرخه حتماً رکاب‌ها را تمیز و بعد روغن کاری کنید. در ابتدا لازم است محل اتصال رکاب با طبق یا شیفت داخل رکاب و پلیرینگ با استفاده از تینر یا نفت تمیز شود و بعد از روغن مخصوص مناسب با محیط استفاده کرد.

تمیز کردن دوچرخه بسیار راحت است و به افزایش طول عمر آن کمک شایانی می‌کند. برای شروع یک سطل آب گرم، مقداری پاک کننده مخصوص دوچرخه، اسفنج، برس و یک پارچه تمیز نیاز دارید. اسفنج را به‌شونده مخصوص دوچرخه آغشته کنید و تمام نقاط دوچرخه را با آن تمیز کنید. اطراف چرخ‌ها و سیستم تعلیق فراموش نشود. برای تمیزی بیشتر از یک برس سفت استفاده کنید و مطمئن شوید که لکه‌ها کمتر می‌شوند. در آخر دوچرخه را با پارچه تمیز

از قرار دادن دوچرخه در مکان‌های باز و جلوی نور آفتاب خودداری نمایید و مکانی سربویشیده مانند پارکینگ را انتخاب کنید تا از باد و باران و آب و هوای مرطوب و برفی در امان باشد. کم یا زیاد بودن باد لاستیک‌ها به‌طور مستقیم بر عملکرد و راحتی در دوچرخه سواری اثر می‌گذارد و تا وقتی تایرها بدرستی باد شده باشد از تخت شدن لاستیک جلوگیری می‌کند. برای بررسی فشار تایر لازم است که روی تایر را نگاه کرده و وقتی باد را چک می‌کنید، برای لحظاتی به ترک‌ها و فرسایش‌های روی تایرها دقت نمایید. اگر لنت دوچرخه مناسب نیست حتماً نسبت به تعویض آن اقدام نمایید. این مورد از اصلی‌ترین موارد در نگهداری دوچرخه است. اهرم‌های ترمز عقب و جلو را فشار داده و مطمئن شوید که به‌خوبی و به‌نرمی عمل می‌کند و این قابلیت را داشته باشد که در زمان استفاده از ترمزهای دوچرخه، حرکت دوچرخه به‌صورت آبی و در همان لحظه متوقف شود.

یکی دیگر از راه‌های افزایش طول عمر دوچرخه محکم کردن پیچ و مهره‌هاست. وقتی پیچ و مهره‌های دوچرخه را سفت می‌کنید، در راستای نیروی گشتاور مناسب به دستورالعمل سازنده مراجعه کنید، زیرا بیش از حد سفت کردن آنها می‌تواند منجر به آسیب دیدن و یا از دست دادن یکی از قطعات داخلی دوچرخه شود. این کار مهارت خاصی نیاز ندارد و فقط کافی است تمام پیچ و مهره‌های دوچرخه را چک کرده و هر کدام که بیشتر بازی می‌کند، سفت کنید. البته در میزان سفتی پیچ‌ها دقت لازم را داشته باشید،

