



ଗ୍ରାମ ପରିବେଶର ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା

ଗାଁର ପରିବେଶକୁ ସମସ୍ତେ ମିଶି ସଫାସୁତୁରା ଓ ଜୀବାଣୁ ମୁକ୍ତ ନରଖିଲେ ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରେ ଉନ୍ନତି ଅସମ୍ଭବ ।

ଗାଁ ପରିବେଶକୁ ସଫା ରଖିବାକୁ କ'ଣ କ'ଣ ଆବଶ୍ୟକ:

- ଗାଁରେ ଏଠି ସେଠି ଅଳିଆ ଆବର୍ଜନା ନ ଫୋପାଡ଼ି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ଜମାଇବା/ଗଦା କରିବା ।
- ପିଇବା ପାଣିର ନଳକୂଅ ଗୁଡ଼ିକର ପିଣ୍ଡକୁ ସିମେଣ୍ଟ ଦ୍ୱାରା ପକ୍କା କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସେଠି କୌଣସି ଫାଙ୍କରେ ପାଣି ଜମିବାକୁ ନଦେଇ ବ୍ୟବହୃତ ପାଣିକୁ ପାଖାପାଖି ବଗିଚା ବା ଶୋଷକ ଗର୍ତ୍ତକୁ ବୁହାଇ ଦେବା ଉଚିତ୍ ।
- ଘରର ନାଳ ନର୍ଦ୍ଦମାକୁ ଗାଁର ନାଳ ନର୍ଦ୍ଦମା ସାଙ୍ଗରେ ଯୋଡ଼ି ସବୁ ମଇଳା ପାଣିକୁ ଗାଁ ଠାରୁ ଦୂରରେ ପକାଇବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବା ।
- ଗାଁରେ ନିୟମିତ ସଫେଇ ଅଭିଯାନ ଦ୍ୱାରା ଅନାବଶ୍ୟକ ବୁଦା, ଗାତ/ଖାଲ ସଫା କରିବା ।

ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା

ରୋଗ ସଂକ୍ରମଣରୁ ମୁକ୍ତ ପାଇବାକୁ ହେଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ପରିବେଶ ସହିତ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତାର ଅଭ୍ୟାସ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଯେପରିକି:

- ଝାଡ଼ା ଯିବା ପରେ ଏବଂ ଖାଇବା ଆଗରୁ ସାବୁନ୍ ବା ପାଉଁଶ ଦ୍ୱାରା ହାତ ଧୋଇବା ।
- ପରିଷ୍କାର ପାଣିରେ ଗାଧୋଇବା । ପୋଖରୀ/ଗାଡ଼ିଆରେ ଗାଧୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଚର୍ମ ରୋଗକୁ ଏଡ଼ାଯାଇ ପାରିବ । ବ୍ୟବହୃତ ଗାଧୋଇବା ପାଣି ଶୋଷକ ଗର୍ତ୍ତକୁ ଚାଲିଯାଇ ପାରିବ । ବାସନ ପତ୍ର ଏବଂ ଲୁଗାପଟା ମଧ୍ୟ ଏହି ପିଣ୍ଡରେ ଧୁଆଯାଇ ପାରିବ ।
- ଦାନ୍ତ, ନଖ ଏବଂ ବାଳକୁ ନିୟମିତ ସଫା କରି ଯତ୍ନ କରିବା ।



- ଘରୁ ବାହାରକୁ ଗଲେ ଜୋତା କିମ୍ବା ଚପଲ ପିନ୍ଧି ଯିବା ଦ୍ଵାରା ହୁକ୍ଫର୍ମରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ ।
- ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା, ରୋଗ ଦାଉରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ ।

ଆବର୍ଜନାର ସନ୍ତର୍କ : ସାର ଗର୍ଭ

- ଘର ଚାରିପଟେ ଆବର୍ଜନା ଆଉ ଗୋବର ଜମାଇ ରଖିଲେ ତାହା ପଚି ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ହେବା ସଂଗେ ସଂଗେ ମାଛିମାନଙ୍କ ବଂଶ ବୃଦ୍ଧିରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏବଂ ମାଛି ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗ ବ୍ୟାପିବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ ।
- ଘର ପାଖରେ (ବାଡ଼ିପଟେ) ଗୋଟିଏ ସାର ଗର୍ଭ ଖୋଳି ସମସ୍ତ ଆବର୍ଜନା ଓ ଗୋବର ସେହି ଗାତରେ ପକାଇ ନିୟମିତ ଭାବରେ ଓଲଟା ଓଲଟି କଲେ ସମୟ କ୍ରମେ ସେସବୁ ପଚି ସାର ତିଆରି ହୋଇଯିବ ।
- ବିନା ଖର୍ଚ୍ଚରେ ଆମେ ନିଜେ ଏହି ସାର ଗର୍ଭ ତିଆରି କରି ପାରିବା ।
- ଘରେ ୩/୪ ଟା ଗାଈ ଥିଲେ ଗୋଟିଏ ବାୟୋଗ୍ୟାସ (ଗୋବର ଗ୍ୟାସ) ପ୍ଲ୍ୟୁଷ୍ଟ ବନେଇ ସେଥିରୁ ଆଲୁଅ ଏବଂ ରାନ୍ଧିବା ଗ୍ୟାସ ପାଇ ପାରିବା । ଘରର ପାଇଖାନା ଟିକୁ ମଧ୍ୟ ଏହି ବାୟୋଗ୍ୟାସ୍ ପ୍ଲ୍ୟୁଷ୍ଟ ସହିତ ଯୋଡ଼ିଦେଇ ପାରିବା ।

ଘରେ ପାଇଖାନା କାହିଁକି

- ଡାଇରିଆ, ଅମାଶୟ, ହଇଜା, ଟାଇଫଏଡ୍, କୃମି, ପୋଲିଓ ହେପାଟାଇଟସ୍ ଇତ୍ୟାଦି ରୋଗର ଜୀବାଣୁ ଆମର ମଳମୁତ୍ରରୁ ଆସିଥାନ୍ତି ।
- ତେଣୁ ଏହିସବୁ ରୋଗର ଜୀବାଣୁମାନଙ୍କ ଦାଉରୁ ବଞ୍ଚିବାକୁ ହେଲେ ଘରେ ପାଇଖାନା/ଶୈତାଳୟ ତିଆରି କରି ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ୍ । ଏହାଦ୍ଵାରା ମଳମୁତ୍ର ଜନିତ ପରିବେଶ ପ୍ରଦୂଷଣକୁ ରୋକି ହେବ ।
- ମହିଳାମାନେ ଖୋଲା ପଡ଼ିଆରେ/ଗଛମୂଳେ ଝାଡ଼ା ବସିବାର ସଙ୍କୋଚ ଓ ଲଜ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବେ ଏବଂ ରାତି ଅଧରେ ଓ ବର୍ଷାଦିନରେ ରୋଗୀ, ବୁଢ଼ାବୁଢ଼ୀ ଓ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ପାଖ ପଡ଼ିଆକୁ ଯିବା କଷ୍ଟ ଦୂର ହେବ ।

ପ୍ରଶ୍ନ: ନିକଟ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଲୋକମାନଙ୍କ ଚକ୍ଷୁ ଆଡୁଆଳରେ ଝାଡ଼ା ବସିବା ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ଖୋଲା ପଡ଼ିଆ ଆଉ ଅଛି କି ?

- ଭାରତ ବର୍ଷରେ ସାଧାରଣତଃ ଗାଁ ମାନଙ୍କର ପରିବେଶ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟକର ନୁହେଁ । ଲୋକମାନଙ୍କର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟର ମାନ ଉନ୍ନତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ବିଶୁଦ୍ଧ ପାନୀୟ ଜଳ ଏବଂ ପ୍ରଦୂଷଣମୁକ୍ତ ପରିବେଶ ଆବଶ୍ୟକ ।
- ଆମ ଦେଶରେ ଶତକଡ଼ା ୮୦ ଭାଗ ରୋଗର ଏବଂ ଅସଂଖ୍ୟ ଶିଶୁ ମୃତ୍ୟୁର ମୂଳକାରଣ ହେଉଛି ଦୂଷିତ ପାନୀୟ ଜଳ ଏବଂ ଅପରିଷ୍କାର ପରିବେଶ ।
- ପିଇବା ପାଣିକୁ ଜୀବାଣୁ ମୁକ୍ତ କରିବାକୁ ହେଲେ ଆମର ଆଖପାଖର ପରିବେଶକୁ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ଓଡ଼ିଶାରେ ଏକ ବ୍ୟାପକ ଅଭିଯାନର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।