JEETA

ରୋଗର କାରଣ ଓ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି

WaterAid

- ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂସ୍ଥା କହିବା ଅନୁଯାୟୀ "କେବଳ ନିରୋଗ ଅବସ୍ଥାକୁ ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅବସ୍ଥା କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ। ବ୍ୟକ୍ତିର ଶାରୀରିକ, ମାନସିକ ଓ ସାମାଜିକ ସୁସ୍ଥତାକୁ ହିଁ ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅବସ୍ଥା କୁହାଯିବ।
- ମଳରେ ଥିବା କୃମି ଅଣ୍ଡା ମାଟିରେ ମିଶନ୍ତି ଓ ମାଟିରୁ ସିଧାସଳଖ ଆମ ପାଦବାଟେ ଅଥବା ହାତରେ ଲାଗି ରହି ଖାଦ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ପେଟକୁ ଯାଆନ୍ତି।
- ସେହି କୃମି ପାଣିରେ ଧୋଇ ହୋଇ ଆସି ପନିପରିବାରେ ଲାଗି ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ପଶି ଯାଆନ୍ତି।
- ମାଛିମାନେ ଆହାର ଅନ୍ୱେଷଣରେ ମଳ, ଗୋବର ଓ ଆବର୍ଜନା ଉପରେ ବସନ୍ତି। ସେତେବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ଗୋଡ଼ରେ ରୋଗ ସହ ମଳ ମଧ୍ୟ ଶୋଷି ହୋଇ ଯାଇଥାଏ।
- ସେହି ମାଛି ଯେତେବେଳେ ମିଠା ଦୋକାନରେ ଓ ଘରେ ପ୍ରବେଶ କରନ୍ତି ସେତେବେଳେ ସେମାନେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଢ଼ଙ୍କା ହୋଇ ନଥିବା ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଓ ମିଠା ଉପରେ ଯାଇ ବସନ୍ତି। ମାଛିର ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀ ବଡ଼ ଅଦ୍ଭୁତ। ଏହା କୌଣସି କଠିନ କିମ୍ବା କାଠୁଳିଆ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ ପାରେ ନାହିଁ। ଏଣୁ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ଉପରେ ତାର ପାଟିରୁ ଲାଳ ବାହାର କରି ଖାଦ୍ୟକୁ ନରମ କରି ପକାଏ। ତା'ପରେ ତାକୁ ଶୋଷି କରି ଖାଏ। ମାଛି ଲାଳ ବାନ୍ତି କରିବା ବେଳେ ତା' ପେଟ ଭିତରୁ ମଇଳା ପଦାର୍ଥ ସହ ରୋଗ ଜୀବାଣୁ ଖାଦ୍ୟରେ ମିଶି ଥାଏ। ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ଲୋକ ସେହି ଦୂଷିତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଏ, ସହଜରେ ତରଳ ଝାଡା ହୁଏ।
- ମଣିଷ ମଳ, ଗୋବର ଓ ଆବର୍ଜନା ଇତ୍ୟାଦି ମାଛିମାନଙ୍କ ବଂଶ ବିସ୍ତାର ଲାଗି ଅତି ଆଦର୍ଶ ସ୍ଥାନ। ସେଗୁଡ଼ିକ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟିର କାରଣ ମଧ୍ୟ।
- ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ରକ୍ଷା ଅଭାବରୁ ବହୁ ଲୋକ ବିଶେଷ କରି ପିଲାମାନେ ରୋଗିଣା ହୁଅନ୍ତି, ଏପରିକି ମରି ବି ଯାଆନ୍ତି। ରୋଗର ପ୍ରଧାନ ମୂଳ କାରଣ ହେଉଛି ମଇଳା ଏବଂ ମଇଳା ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ମଣିଷର ମଳ ହେଉଛି ସବୁଠାରୁ ବେଶୀ କ୍ଷତି କାରକ। ସାଧାରଣତଃ ମଣିଷ ମଳ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ରୋଗଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ଅଜିର୍ଣ୍ଣ ଝାଡ଼ା, ହଇଜା, ଟାଇଫଏଡ, କୃମି ରୋଗ ଓ ଅତିସାର।
- ସାଧାରଣତଃ ଗାଁ ଗହଳିରେ ଓ କେତେକ ସହରାଞ୍ଚଳରେ ଲୋକମାନେ ଖୋଲା ଜାଗାରେ ଝାଡ଼ା ଫେରନ୍ତି। ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ବାତାବରଣ ସୃଷ୍ଟିର ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ଏହା ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରଧାନ କାରଣ। ବିଶେଷ କରି ସ୍କୁଲ ଯିବା ବୟସ ହୋଇ ନଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହାର ଅଧିକ ହେବାର କାରଣ ପାଇଁ ଏହି ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ବାତାବରଣ ହିଁ ଦାୟୀ। ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ପାଇଖାନା ଯୋଗେ ମଣିଷର ମଳତ୍ୟାଗ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହେଉଛି ଝାଡ଼ା ଜନିତ ରୋଗଗୁଡ଼ିକୁ ରୋକିବା ଦିଗରେ ଏକ ଫଳପ୍ରଦ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା।
- ରୋଗ ପ୍ରସାରକୁ ରୋକନ୍ତୁ। ଖୋଲା ଜାଗାରେ ଝାଡ଼ା ଫେରନ୍ତୁ ନାହିଁ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ପାଇଖାନା ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ।
- ଚାଷ ଜମିରେ ଝାଡ଼ା ଫେରିବା ଫଳରେ ଝାଡ଼ାରେ ଥିବା ପାଥୋଜିନଓ ନାମକ ସୁକ୍ଷ୍ମ ରୋଗ ଜୀବାଣୁ ଗୁଡ଼ିକ, ପନିପରିବାକୁ ଦୂଷିତ କରନ୍ତି। ଶେଷରେ ଏହି ପନିପରିବା ଯାଇ ବଜାରରେ ବିକ୍ରି ହୁଏ।

- ଘରର ପୋଷା କୁକୁରଟି ପାଥଜିନଓ ଭରା ସେହି ଝାଡ଼ାକୁ ଖାଏ ଏବଂ ତାରି ଉପରେ ଚାଲିକରି ଯାଏ। ସେହି କୁକୁରର ମୁହଁ ଓ ଗୋଡ଼ର ମଣିଷ ମଳ ଲାଗି ଅପରିଷ୍କାର ହୋଇଥାଏ। ତା'ପରେ ସେହି କୁକୁରଟି ଘର ଭିତରକୁ ପଶି ଆସେ। କୁକୁରର ଗୋଡ଼ ଓ ମୁହଁରୁ କିଛି ଅଂଶ ମଳ, ଘର ଚଟାଣରେ ଲାଗିଯିବା ଅତି ସ୍ୱାଭାବିକ।
- ଛୋଟ ଶିଶୁଟି ଚଟାଣ ଉପରେ ଗୁରୁଣ୍ଡି ଗୁରୁଣ୍ଡି ଯାଏ। ଚଟାଣରେ ଲାଗିଥିବା ମଳ ଉପରେ ତାର ଲୁଗା ପଟା ଓ ଅଙ୍ଗୁଳି ଘଷି ହୋଇ ଅପରିଷ୍କାର ହୁଏ। ତା'ପରେ ସେହି ଶିଶୁଟି ତାର ଅଙ୍ଗୁଳି ଚୁଚୁମେ, ଫଳରେ ମଣିଷ ମଳ ତା ପାଟିକୁ ଯାଇଥାଏ। ପିଲାମାନେ କିମ୍ବା କୁକୁଡ଼ା ଭଳି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜନ୍ତୁ ମଧ୍ୟ ଏହିଭଳି ଭାବେ ବାହାରୁ ମଳ ଘର ଭିତରକୁ ନେଇ ଆସନ୍ତି।
- ଟିକିଏ ସମୟ ପରେ ଶିଶୁର ମା' ଶିଶୁଟିକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଏ। ସେତେବେଳେ ଶିଶୁର ଲୁଗା, ହାତ ଓ ପାଦରୁ କିଛି ମଳ ମା' ହାତରେ ଲାଗିଯାଏ। ତା'ପରେ ପରେ ହାତ ନ ଧୋଇ ମା' ଖାଦ୍ୟ ପରସନ୍ତି। ଅଜାଣତରେ ମା'ଙ୍କ ହାତରେ ଲାଗିଥିବା ମଳ ଖାଦ୍ୟକୁ ଦୂଷିତ କରେ। ସେହି ଦୂଷିତ ଖାଦ୍ୟକୁ ପରିବାର ଲୋକ ଖାଆନ୍ତି ଏବଂ ତରଳ ଝାଡ଼ା ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥାନ୍ତି।

ରୋଗ ପ୍ରସାରଣକୁ ରୋକିବା ଲାଗି:

୧. ଖୋଲା ଜାଗାରେ ଝାଡା ଫେରନ୍ତୁ ନାହିଁ।

୨. ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ପାଇଖାନା ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ।

୩. ଶୌଚ ପରେ ଓ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ହାତକୁ ଭଲ ଭାବରେ ସାବୁନରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

୪. କଠିନ ଏବଂ ତରଳ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁର ସୁ ନିଷ୍କାସନ କରନ୍ତୁ।

ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଜଳ, ପରିମଳ ଓ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସୂଚକ

WaterAid

JEETA

- ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ବିଶୁଦ୍ଧ ପାନୀୟ ଜଳ ଉପଲବ୍ଧତା।
- ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହ୍ୟାଣ୍ଡପମ୍ପ/ଟ୍ୟାପ।
- ପମ୍ପ/ଟ୍ୟାପ ଚାରିପାଖରେ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ଥିବ।
- ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ସଠିକ୍ ନିଷ୍କାସନ ନାଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିବ।
- ପାନୀୟ ଜଳ ରଖା ହୋଇଥିବା ପାତ୍ର ସଫା ଘୋଡ଼ଣି ଯୁକ୍ତ ହୋଇଥିବ।
- ପାଣି ବାହାର କରିବା ପାଇଁ ଜଳପାତ୍ର ନିକଟରେ ଲମ୍ବା ହ୍ୟାଣ୍ଡେଲ ଯୁକ୍ତ ଡଙ୍କି ଥିବ।
- ବର୍ଷକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁଇଥର ଏସଇଏମ୍‌ଙ୍କ ସହାୟତାରେ ଜଳର ଗୁଣବତ୍ତା ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଉଥିବ।
- ବାଳକ ଓ ବାଳିକାଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଅଲଗା ଅଲଗା ଶୌଚାଳୟର ଉପଲବ୍ଧତା।
- ଶିକ୍ଷକଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଶୌଚାଳୟର ଉପଲବ୍ଧତା।
- ଶୌଚାଳୟରେ ପାଣିର ଉପଲବ୍ଧତା।
- ହାତ ଧୋଇବା ନିମନ୍ତେ ସାବୁନ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବ ଏବଂ ପାଖରେ ହାତ ଧୋଇବା ପାଇଁ ହାତଧୁଆ ୟୁନିଟ୍ ରହିଥିବ।
- ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହରେ ଘୋଡ଼ଣି ଯୁକ୍ତ ଡଷ୍ଟବିନର ଉପଲବ୍ଧତା।
- ଶୌଚାଳୟରେ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ଥିବ।
- ଶୌଚାଳୟ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପରେ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଶୌଚାଳୟକୁ ସଫା କରୁଥିବେ।
- କାଗଜ, ପେନ୍‌ସିଲ ଗୁଣ୍ଡ, ଚକଲେଟ୍ ଜରି ଇତ୍ୟାଦି ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହରେ ଥିବା ଡଷ୍ଟବିନ୍‌ରେ ପକାଯାଉଥିବା ଉଚିତ୍।
- ମାଟିରେ ମିଶିଯାଉଥିବା ଓ ମାଟିରେ ମିଶିପାରୁନଥିବା ଆବର୍ଜନା ନିମନ୍ତେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଆବର୍ଜନା କୁଣ୍ଡ ରହିଥିବ।
- ନିୟମିତ ଆବର୍ଜନା ବାହାର କରାଯାଉଥିବ।
- ଜଳ ଉତ୍ସ, ରୋଷେଇ ଘର ଓ ହାତ ଧୁଆ ଜାଗାରୁ ଆସୁଥିବା ଅପରିଷ୍କାର ଜଳ ନିଷ୍କାସନର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିବ।
- ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପାଚେରୀ କିମ୍ବା ସବୁଜ ବାଡ଼ର ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଥିବ।
- ଜରୁରୀ ପରିସ୍ଥିତିରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସାନିଟାରି ନ୍ୟାପ୍‌କିନ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବ।
- ବାଳିକାମାନେ ଋତୁସ୍ରାବ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଆସୁଥିବେ।
- ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଇନ୍‌ସିନେରେଟର ଉପଲବ୍ଧ ଥିବ।
- ଇନ୍‌ସିନେରେଟର ଥିବା ପାଇଖାନା ମଧ୍ୟରେ ସାବୁନ ଓ ପାଣିର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିବ।
- ପ୍ରତି ୧୫ ଦିନରେ ଥରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ଯଥା- ନଖ କାଟିବା, ମୁଣ୍ଡ କୁଣ୍ଡାଇବା, ସଫା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବା ଏବଂ ଚପଲ ବ୍ୟବହାର ଇତ୍ୟାଦି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ତଦାରଖକାରୀ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ତଦାରଖ କରାଯାଉଥିବ।

- ସପ୍ତାହକୁ ଥରେ ଜଳ, ପରିମଳ ଓ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ଏବଂ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ୧ ଘଣ୍ଟିଆ ଶିକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଥିବ।
- ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ବାର୍ତ୍ତା ରହିଥିବ।
- ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା କିଟ ଯଥା- ନଖକଟା, ପାନିଆ, ଦର୍ପଣ, ଘୋଡ଼ଣି ଥିବା ବାଲ୍ଟି, ଡଷ୍ଟବିନ୍, ଝାଡୁ, ଶୌଚାଳୟ ସଫା କରିବା ବ୍ରସ, ଅଳନ୍ଧୁ ସଫା ବ୍ରସ, ପାଣି କାଢ଼ିବା ଡ଼ଙ୍କି, ସାବୁନ କ୍ୟାସ ଇତ୍ୟାଦି ଉପଲବ୍ଧ ଥିବ।
- ପିଲାମାନେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ସାବୁନରେ ହାତଧୁଆ ପ୍ରଣାଳୀରେ ହାତ ଧୋଉ ଥିବେ।
- ପିଲାମାନେ ଶୌଚାଳୟ ବ୍ୟବହାର ପରେ ସାବୁନରେ ହାତ ଧୋଉ ଥିବେ।
- ରୋଷେୟା ଓ ପିଲାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଖାଦ୍ୟ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସଚେତନତା ନିମନ୍ତେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଜଣେ ଶିକ୍ଷକ ସ୍ୱଚ୍ଛତା ଶିକ୍ଷକ ଭାବେ ଦାୟିତ୍ୱ ନେଇଥିବେ।
- ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ସବୁଜ ଓ ପରିଷ୍କାର ପରିବେଶ ଥିବ।

ଜିତା

ପ୍ରକୃତିପଲ୍ଲୀ, ଗୁରୁସଙ୍ଗ,

ବାରକୋଟ୍, ଦେବଗଡ଼

ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କେନ୍ଦ୍ରରେ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ନିମନ୍ତେ କିଛି ସାଧାରଣ ସୂଚନା

JEETA

WaterAid

୧. ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କେନ୍ଦ୍ରର ଆଖପାଖ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ।

୨. ଅଙ୍ଗନୱାଡ଼ି କେନ୍ଦ୍ରର ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ଶୌଚାଳୟ ବ୍ୟବସ୍ଥା ।

୩. ଶୌଚାଳୟ ଏବଂ ଏହାର ଆଖପାଖ ଅଞ୍ଚଳ ସବୁବେଳେ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ।

୪. ଖାଦ୍ୟ ଦୂଷିତ ନହେବା ପାଇଁ ବାସନକୁସନ ତଥା ଅନ୍ୟ ସରଞ୍ଜାମ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ।

୫. ରୋଷେଇ / ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନ ସଫା ରଖିବା ।

୬. ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ଡିଟରଜେଣ୍ଟ ରଖିବ ନାହିଁ ।

୭. ଖାଦ୍ୟକୁ ଘୋଡ଼ାଇ ରଖିବା ।

୮. ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ସମୟରେ ଆପ୍ରନ ବ୍ୟବହାର କରିବା ।

୯. ନିରାପଦ ପାନୀୟ ଜଳ ଶିଶୁଙ୍କୁ ଯୋଗାଇ ଦେବା ।

୧୦. ଜଳର ଉତ୍ସ ସୁରକ୍ଷିତ ହୋଇଥିବା ଉଚିତ୍ ।

୧୧. ପାଣି/ଆଣିବା/ବ୍ୟବହାର ତଥା ଗଚ୍ଛିତ ରଖିବାରେ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା ।

୧୨. ପାଣି ବ୍ୟବହାର କଲାବେଳେ ଡଙ୍କିର ବ୍ୟବହାର କରିବା ।

୧୩. ପାଣି ରଖିବା ପାତ୍ର ପ୍ରତିଦିନ ସଫା କରିବା ।

୧୪. ପାଣି କାଢ଼ିବା ସମୟରେ ହାତ ବୁଡ଼ାଇବା ନାହିଁ ।

୧୫. ପାଣି ଦୂଷିତ ନହେବା ପାଇଁ ଫିଲ୍ଟର ବ୍ୟବହାର କରିବା ।

୧୬. ପାଣିର ଉତ୍ସ ଯଦି ଦୂଷିତ ହେଉଥାଏ ତେବେ ପିଇବା ପୂର୍ବରୁ ୨୦ ମିନିଟ୍ ଫୁଟାଇବ ।

୧୭. ରୋଷେଇ ପାଇଁ ବିଶୁଦ୍ଧ ପାଣି ବ୍ୟବହାର କରିବା ।

୧୮. ଶୌଚାଳୟ ଭିତରେ ପାଣିର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିବା ଦରକାର ।

୧୯. ଶୌଚାଳୟ ଶିଶୁ ବ୍ୟବହାର ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥିବା ଦରକାର ।

୨୦. ହାତ ଧୋଇବା ପାଇଁ ଶୌଚାଳୟ ବାହାରେ ସାବୁନ ରହିଥିବା ଦରକାର ।

୨୧. ଗଚ୍ଛିତ ଜଳର ନିଷ୍କାସନ ନିମନ୍ତେ ଯଥେଷ୍ଟ ଡ୍ରେନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଦେବା ।

୨୨. ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ସ୍ଥାନର ଅଳିଆ ଆବର୍ଜନା ସଫା କରିବା ।

୨୩. ଅଙ୍ଗନଓ୍ବାଡ଼ି ପରିସରରେ କଠିନ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁର ନିଷ୍କାସନ ନିମନ୍ତେ ବ୍ୟବସ୍ଥା ରଖିବା । ଆବର୍ଜନାକୁ ଖୋଲା ରଖିବା ନାହିଁ ।

୨୪. ଅଳିଆ ଗଦା କେନ୍ଦ୍ରଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖିବା ।

୨୫. ରୋଷେଇ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଠିକ୍ ଭାବେ ସାବୁନ୍‌ରେ ହାତ ଧୋଇବା ଦରକାର ।

୨୬. ଖାଦ୍ୟ ପରସିବା ପୂର୍ବରୁ, ଶୌଚାଳୟ ବ୍ୟବହାର ପରେ ସାବୁନ୍‌ରେ ହାତ ଧୋଇବା ଦରକାର ।

୨୭. ଶିଶୁଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ତଥା ଖାଦ୍ୟ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଶିକ୍ଷାକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବା ।

୨୮. ଅଙ୍ଗନଓ୍ବାଡ଼ି ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ କରାଇବା ।

୨୯. ସପ୍ତାହକୁ ଥରେ ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ।

୩୦. ହାତଧୁଆ ଅଭ୍ୟାସ, ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାଣି ବ୍ୟବହାରର ଅଭ୍ୟାସର ପ୍ରଦର୍ଶନ ଶିଶୁଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କରାଇବା ।

ଜିତା

ପ୍ରକୃତିପଲ୍ଲୀ, ଗୁରୁସଙ୍ଗ,

ବାରକୋଟ୍, ଦେବଗଡ