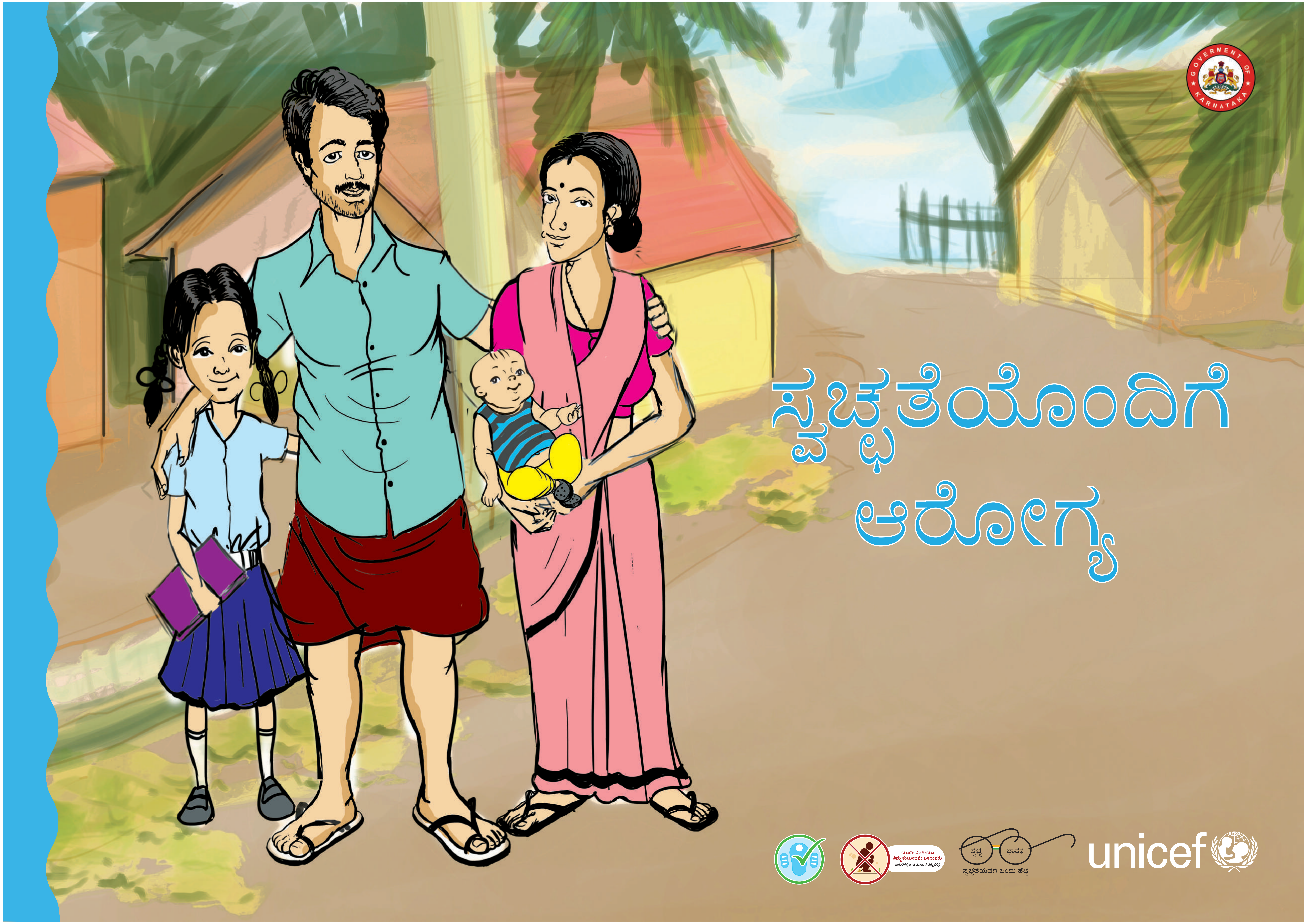


ಸ್ವಚ್ಛತೆಯೊಂದಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ

ಪರಿವಿಡಿ

	Page No.		Page No.
ಪ್ರತಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯದ ಅಗತ್ಯವೇನು?	1-6	ಬಯಲು ಶೌಚದಿಂದ ಕೀಟಾಣುಗಳು ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತವೆ?	17-18
ಹಲವು ಬಗೆಯ ಶೌಚಾಲಯಗಳು	7-8	ಮಕ್ಕಳ ಮಲವನ್ನು ಸಂಸ್ಕರಿಸುವ ಸರಿಯಾದ ಮಾರ್ಗ	19-20
ಶೌಚಾಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು ಹೇಗೆ/ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?	9	ತಿನ್ನುವ ಮುನ್ನ ಸೋಪಿನಿಂದ ಕೈ ತೊಳೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಆಹಾರವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಇಡುವುದು.	25-26
ಶೌಚಾಲಯದ ನಿರ್ವಹಣೆ	10	ಸುರಕ್ಷಿತ ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ	27-28
ಬಯಲು ಶೌಚವು ಹೇಗೆ ಹಾನಿಕರ?	13-14	ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶೌಚಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಜನರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು ಅವರನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಿಸಲು ನಿಗಾ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರಚಿಸುವುದು	29-30

ದೇವನಹಳ್ಳಿ ಗ್ರಾಮದ ರವಿ.

ಆತನೊಬ್ಬ ಶ್ರಮಜೀವಿ ಯುವ ರೈತ. ಈತ, `ಲತಾ' ಎಂಬ ಗುಣಶೀಲ ಪತ್ನಿಯೊಂದಿಗೆ, `ಆಶಾ' ಎಂಬ ೭ ವರ್ಷದ ಮುದ್ದು ಮಗಳು ಹಾಗೂ ೧ ವರ್ಷದ ಪುಟ್ಟ` ರಾಮು' ವಿನ ತಂದೆ.

ರವಿ, ಇಂದು ಒಬ್ಬನೇ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಇಲ್ಲ! ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲ!
ಇಂದು ಆತನನ್ನು ಆಶಾಳ ಟೀಚರ್ ಮಾತನಾಡಲು ಕರೆ ಕಳುಹಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ರವಿಯನ್ನು ನೋಡಿದ ತಕ್ಷಣ ಟೀಚರ್ ಹೇಳಿದರು "ರವಿ, ನಿಮ್ಮ ಮಗಳು ಆಶಾ ಹತ್ತು ದಿನಗಳಿಂದ ಶಾಲೆಗೆ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲ.. ಯಾಕೆ, ಏನಾಯ್ತು?"

ರವಿ: "...ಅವಳಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸರಿ ಇಲ್ಲ ಟೀಚರ್!"

ಟೀಚರ್: "ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ೬ ತಿಂಗಳು ಸಹ ಆಶಾ ಶಾಲೆಗೆ ಬರಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ...ರವಿ, ನೀವು ಆಕೆಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ಪತ್ನಿಗೂ ಹೇಳಿ..."

ರವಿ: "ಲತಾಗೂ ಸಹ ಆರೋಗ್ಯ ಅಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಟೀಚರ್, ರಾಮುವಿನ ಆರೋಗ್ಯ ಕೂಡ.. ನನಗೆ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಚಿಂತೆಯಾಗಿದೆ..."

ಟೀಚರ್ ಗಂಭೀರವಾಗಿ "ರವಿ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯ ಇದೆ ಅಲ್ಲವೇ?" ಎಂದು ಕೇಳಿದರು.

ರವಿ: `ಇಲ್ಲ' ಎಂದು ತಲೆ ಅಲ್ಲಾಡಿಸಿದ.

"ಹ್ಮ್! ಈಗ ಗೊತ್ತಾಯ್ತು! ಇದು ಯಾರೋ ಮಾಡುವುದು, ಎಲ್ಲರೂ ಅನುಭವಿಸುವುದು ಎಂಬ ಗಾದೆಯಂತೆ ಆಯ್ತು! "ನನಗೆ ಏನೂ ಅರ್ಥವಾಗಲಿಲ್ಲ!" ರವಿ ಚಿಂತಿತನಾಗಿ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ.

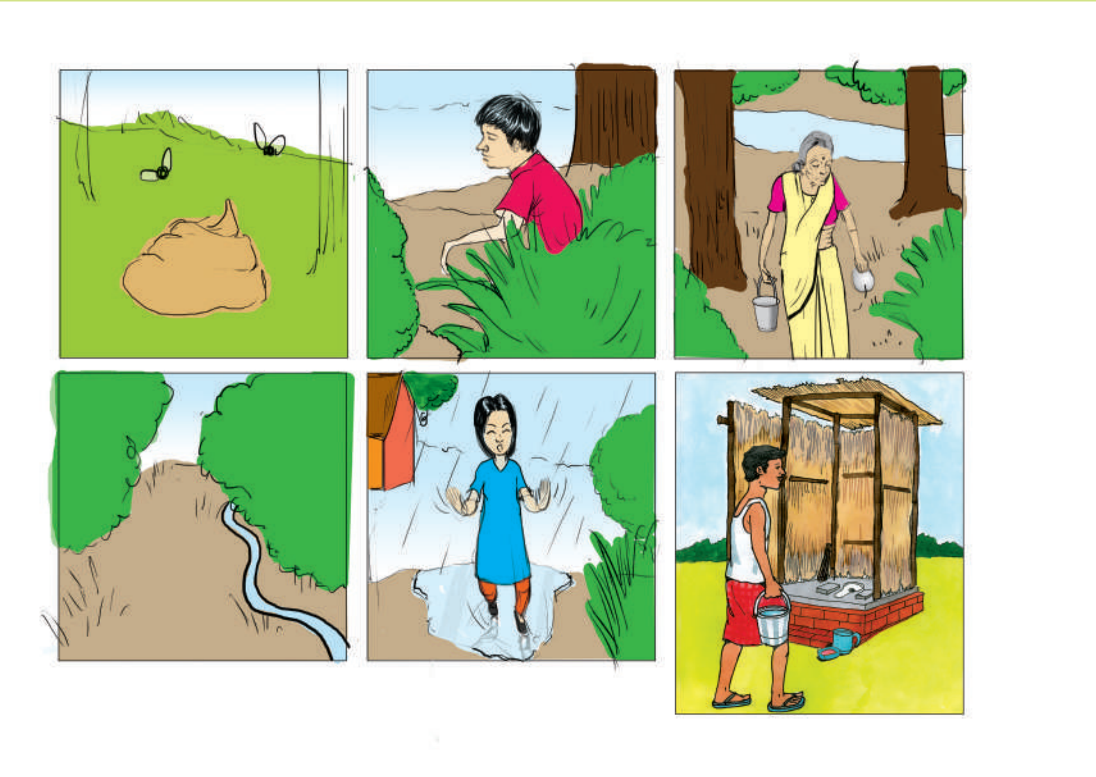
ಟೀಚರ್ : "ಹೇಳುತ್ತೇನೆ, ಇರಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದ ಟೀಚರ್ ಒಂದು ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ತೆಗೆದು ತೋರಿಸಿದರು.

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರನ್ನು ಕೇಳಿ:

'ಯಾರೋ ಮಾಡುವುದು, ಎಲ್ಲರೂ ಅನುಭವಿಸುವುದು!' ಇದರಿಂದ ನಿಮಗೆ ಏನರ್ಥವಾಯಿತು?

ಶೌಚಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸುವುದು ಎಷ್ಟು ಅಗತ್ಯ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಟೀಚರ್ ರಂಗನ್‌ಗೆ ಇದನ್ನು ತೋರಿಸಿ ಹೇಳಿದರು.

ಗಮನವಿರಲಿ



ಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಶೌಚವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಹಾನಿಗಳು:

- ಪರಿಸರವು ಗಲೀಜಾಗುತ್ತದೆ, ಮರಣಾಂತಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಅಪಾಯವಿರುತ್ತದೆ.
- ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಮತ್ತು ಹಿರಿಯರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ತೊಂದರೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ.
- ಹವಾಮಾನ ವೈಪರೀತ್ಯವಾದಾಗ ಅಪಾಯ ಇನ್ನಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.
- ಹಾವುಗಳ ಭಯವಿರುತ್ತದೆ, ನಾಚಿಕೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಹಾಗು ಏಕಾಂತ ದೊರಕುವುದಿಲ್ಲ.

ಶೌಚಾಲಯದ ನಿಯಮಿತ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಲಾಭ:

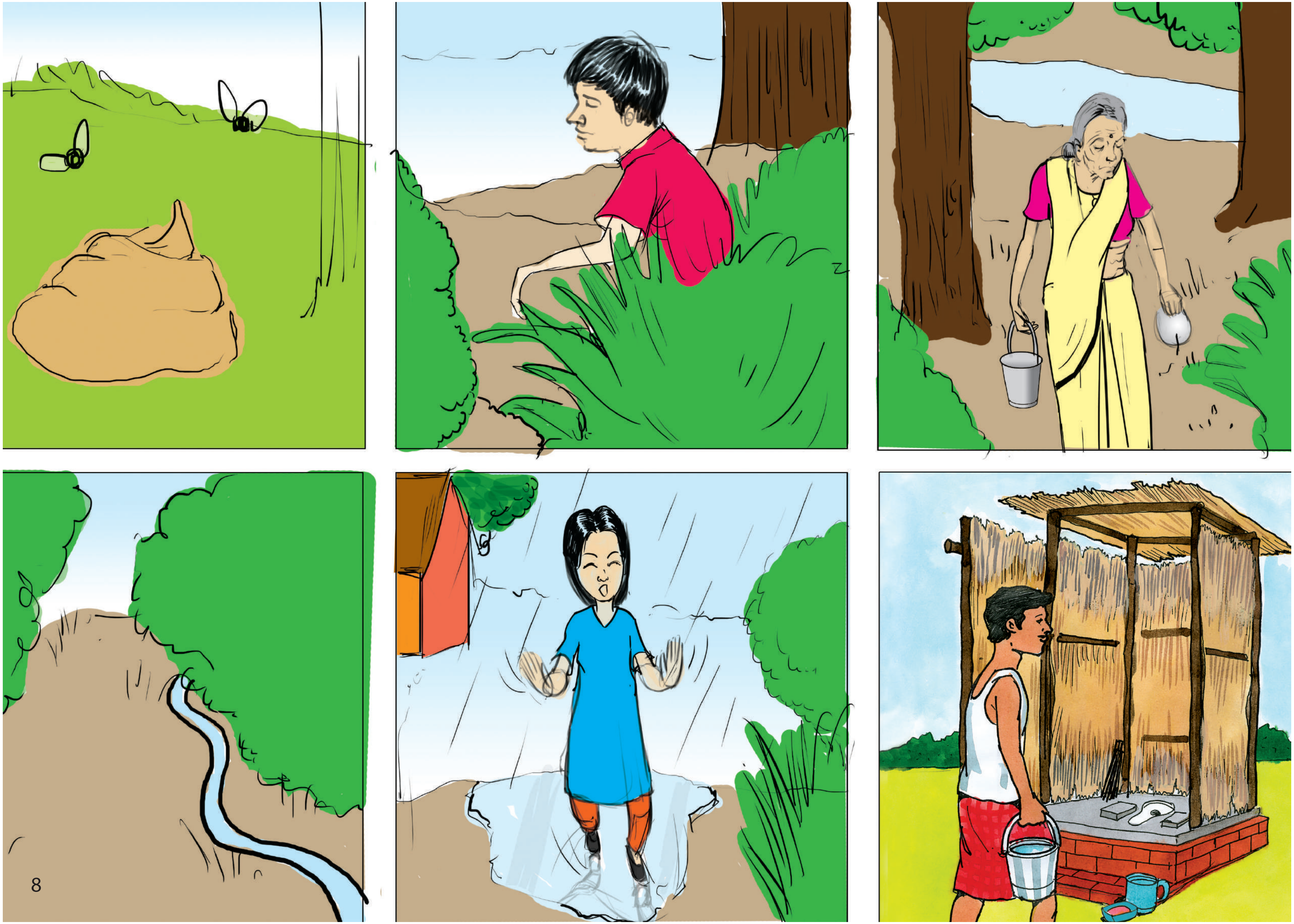
- ಎಲ್ಲರ ಸುರಕ್ಷತೆ, ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಸ್ವಚ್ಛತೆ, ಕಾಯಿಲೆಯ ಭೀತಿ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತದೆ,ಕುಟುಂಬವು ಆರೋಗ್ಯದಿಂದಿರುತ್ತದೆ.
- ಮಹಿಳೆಯರು, ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಹಿರಿಯರಿಗೂ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಹವಾಮಾನ ವೈಪರೀತ್ಯದಲ್ಲೂ ಕಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಹಾವು ಅಥವಾ ಇನ್ಯಾವುದೇ ಜೀವ-ಜಂತುಗಳ ಭಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ.
- ಶೌಚಾಲಯ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿ ನಾಚಿಕೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗು ನಮ್ಮದೇ ಆದ ಸಮಯ ಹಾಗೂ ಸ್ಥಳವಿರುತ್ತದೆ.
- ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭದಿಂದಲೇ ಸರಿಯಾದ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗುತ್ತದೆ.

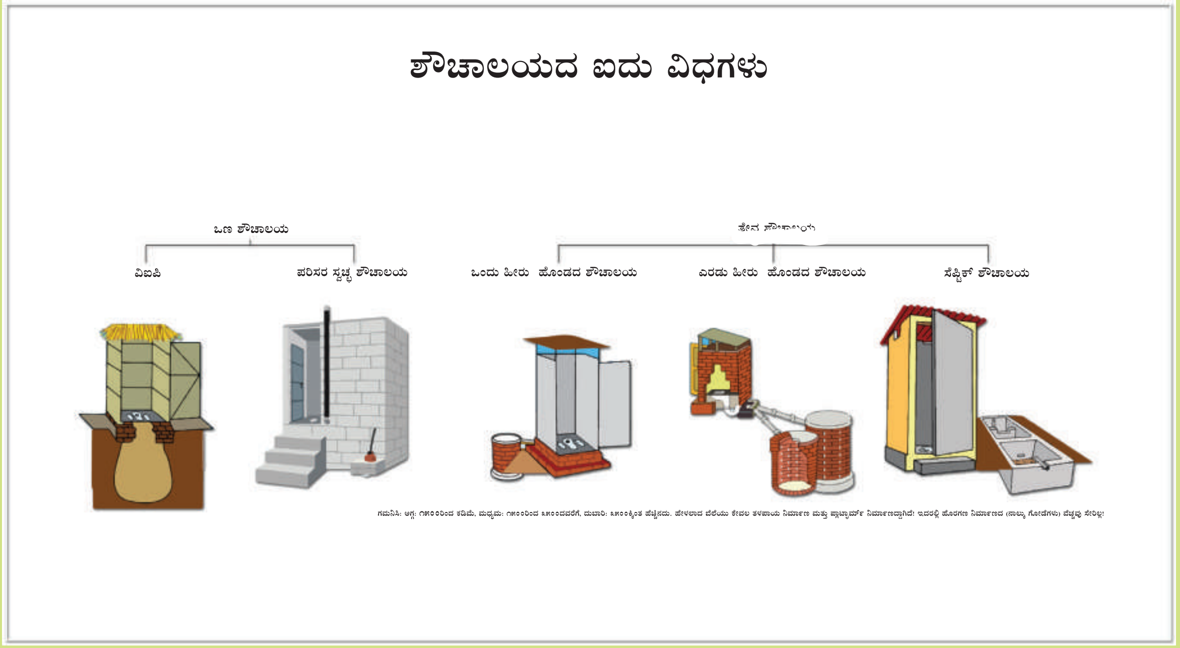
ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ತರಗತಿಯ ಘಂಟೆ ಹೊಡೆಯುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಟೀಚರ್‌ಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾಗಿ ಬಂತು. ಹೋಗುತ್ತಾ ಅವರು "ರವಿರವರೇ! ನೀವು ಸ್ವತಃ ಬುದ್ಧಿವಂತರು. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯ ಇಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ ಎಷ್ಟು ಜನರು ತೊಂದರೆ ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬಂದಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಈಗ ತಿಳಿದಿರಬಹುದು ಅಲ್ಲವೇ?" ಎಂದು ಕೇಳಿದರು.

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:

ಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಶೌಚವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಏನೇನು ಹಾನಿಯಾಗುತ್ತದೆ?

ಪ್ರತೀ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯವು ಯಾಕೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ?



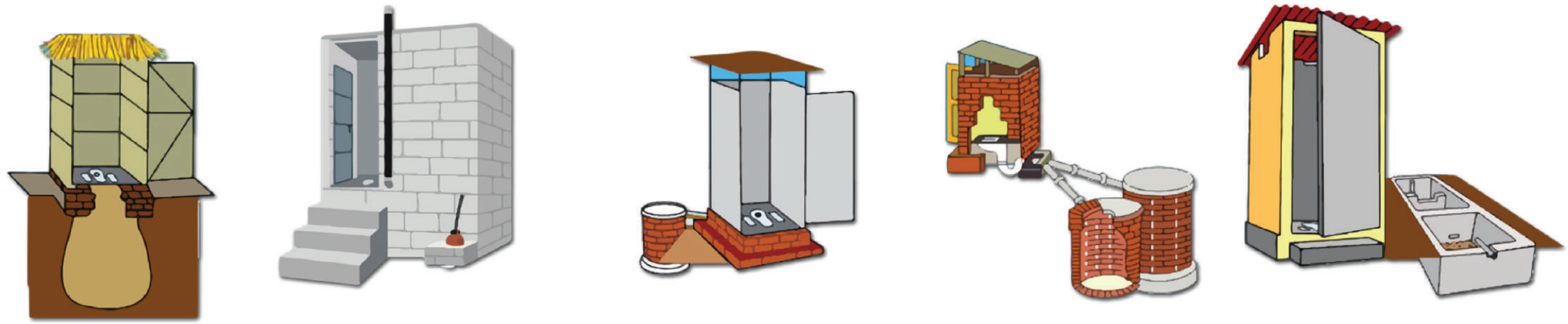


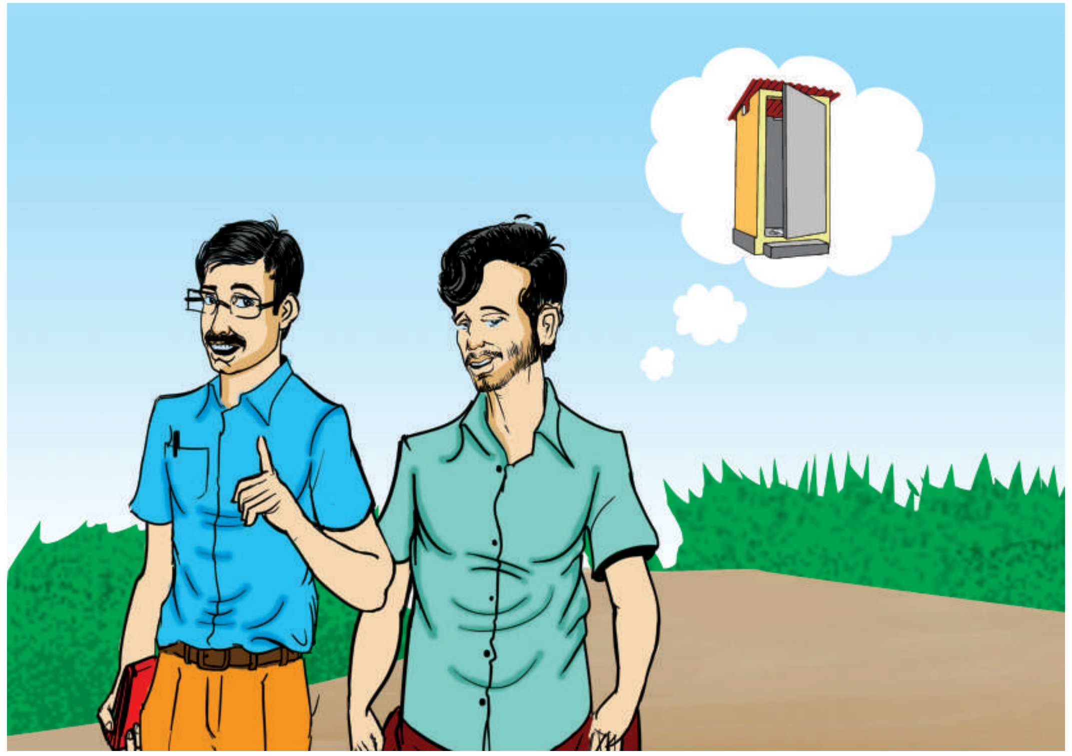
ರವಿ: ಟೀಚರ್ ಹೇಳಿದ ಮಾತುಗಳು ರವಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ. ಆತನು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಮನಸ್ಸು ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಎಲ್ಲಿಂದ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಶುರು ಮಾಡಲಿ ಎಂದು ಆತ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಆತನ ಬಾಲ್ಯ ಸ್ನೇಹಿತ ರಾಜು ಅವನಿಗೆ ಸಿಗುತ್ತಾನೆ. ರಾಜು, ಗ್ರಾಮದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರ ಮಗ, ಆತ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುಳ್ಳವನು ಹಾಗೂ ಬುದ್ಧಿವಂತ. ಹಳ್ಳಿಯ ಉದ್ಧಾರಕ್ಕಾಗಿ ಹಾಗೂ ಹಳ್ಳಿಯವರ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಏನಾದರೂ ಮಾಡಬೇಕೆಂಬ ಬಯಕೆಯಿಂದ ಆತ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಹಳ್ಳಿಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬಂದಿದ್ದಾನೆ.

ರಾಜು: "ಯಾವ ಸಮಸ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡಿರುವೆ ಗೆಳೆಯಾ?" ಎಂದು ರಾಜು ಕೇಳುತ್ತಾನೆ. "ಏನಿಲ್ಲಪ್ಪಾ... ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಶೌಚಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ...!" "ಇದಪ್ಪಾ ಮಾತು! ಬಾ ನನ್ನ ಜೊತೆ! ತಡವಾದರೂ, ಒಳ್ಳೆಯದೇ ಆಯಿತು!" ಎಂದು ಹೇಳಿ ರಾಜು ಆತನನ್ನು ತನ್ನೊಂದಿಗೆ ` ನೈರ್ಮಲ್ಯ/ಸ್ಯಾನಿಟರಿ ಅಂಗಡಿ' ಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಾನೆ. ಅಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯಗಳ ವಿಧಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ರವಿ ಕಂಗಾಲಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಶೌಚಾಲಯದ ಐದು ವಿಧಗಳು

- ಒಣ ಶೌಚಾಲಯ
  - ವಿಐಪಿ
  - ಪರಿಸರ ಸ್ವಚ್ಛ ಶೌಚಾಲಯ
- ತೇವ ಶೌಚಾಲಯ
  - ಒಂದು ಹೀರು ಹೊಂಡದ ಶೌಚಾಲಯ
  - ಎರಡು ಹೀರು ಹೊಂಡದ ಶೌಚಾಲಯ
  - ಸೆಪ್ಟಿಕ್ ಶೌಚಾಲಯ





ಗಮನಿಸಿ: ಅಗ್ಗ: ೧೫೦೦೦ರಿಂದ ಕಡಿಮೆ, ಮಧ್ಯಮ: ೧೫೦೦೦ರಿಂದ ೩೫೦೦೦ದವರೆಗೆ, ದುಬಾರಿ: ೩೫೦೦೦ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನದು. ಹೇಳಲಾದ ಬೆಲೆಯು ಕೇವಲ ತಳಪಾಯ ನಿರ್ಮಾಣ ಮತ್ತು ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್ ನಿರ್ಮಾಣದ್ದಾಗಿದೆ! ಇದರಲ್ಲಿ ಹೊರಗಣ ನಿರ್ಮಾಣದ (ನಾಲ್ಕು ಗೋಡೆಗಳು) ವೆಚ್ಚವು ಸೇರಿಲ್ಲ!

ರವಿ: ವಿಧವಿಧದ ಶೌಚಾಲಯಗಳ ಪರ್ಯಾಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ರವಿಗೆ ಖುಷಿಯೇನೋ ಆಯಿತು ಆದರೆ ಅವುಗಳ ದರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ನಿರಾಸೆಯೂ ಆಯಿತು.

ರಾಜು ನಗುತ್ತಾ

ರಾಜು :"ಯಾಕಪ್ಪಾ? ಈಗ ನಿನ್ನ ಮುಖದ ಫ್ಯೂಸ್ ಯಾಕೆ ಹೋಯಿತು" ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಾನೆ.

ರವಿ: ರವಿ ಜೋಬಿನ ಮೇಲೆ ಕೈ ಇಡುತ್ತಾನೆ.

ರಾಜು : "ಅಷ್ಟೇನಾ?" ಎಂದ ರಾಜು, ಶೌಚಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸಲು ಸರಕಾರವು ಆರ್ಥಿಕ ಸಹಾಯ ನೀಡುತ್ತದೆ, ನೀನು ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.. ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

ರಾಜುವಿನ ಸಲಹೆಯೊಂದಿಗೆ ರವಿ ಒಂದು ಸರಿಯಾದ ಶೌಚಾಲಯವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ. ಚಿಕ್ಕಚಿಕ್ಕ ಕಂತುಗಳಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ ಪಾವತಿ ಮಾಡುವ ಮಾತುಕತೆಯೂ ನಡೆಯಿತು

ಕೊಂಚ ಕಾಲ ತಡೆದು ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಮಾತುಕತೆಯ ಮೂಲಕ ಕೇಳಿ:

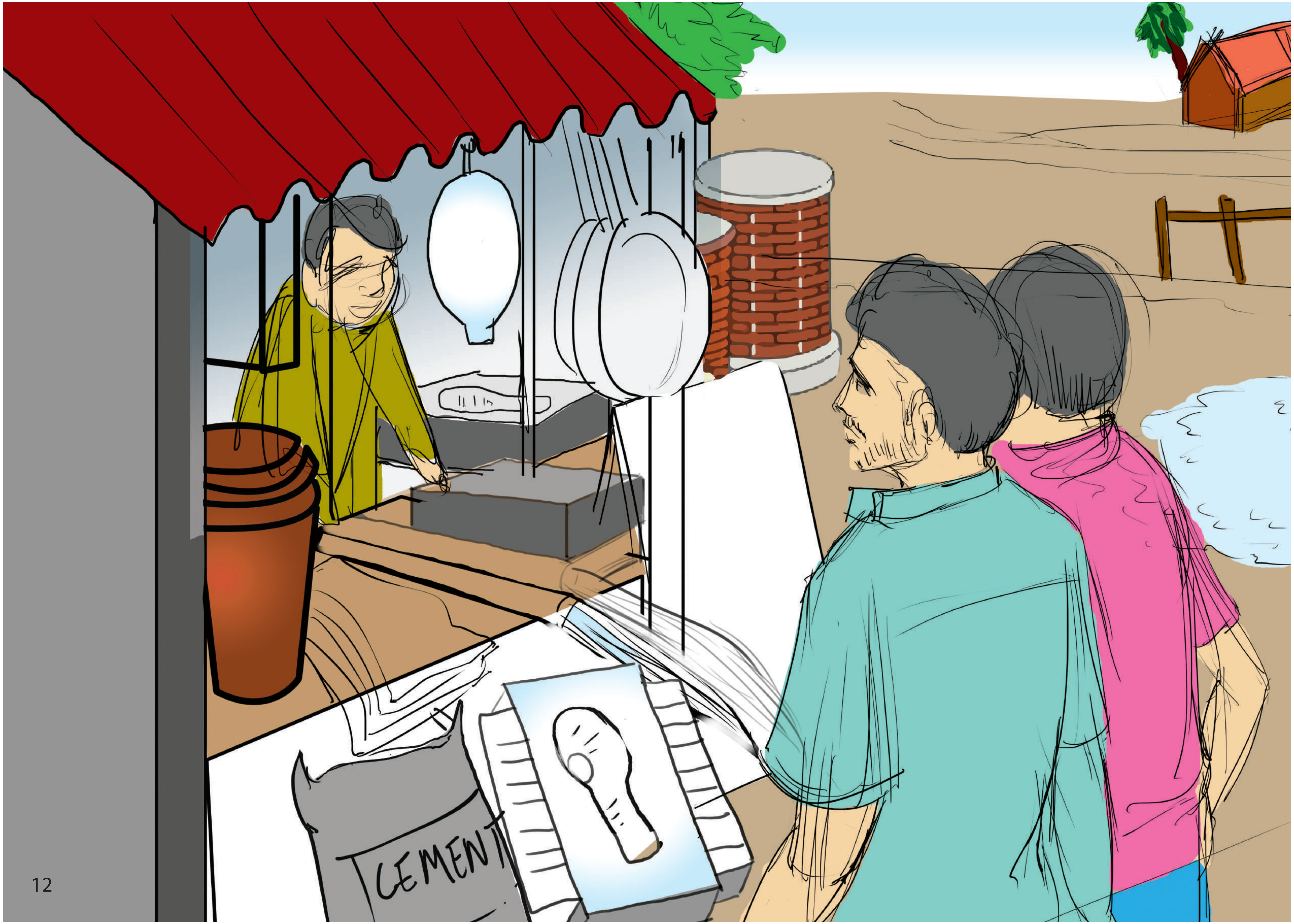
ಶೌಚಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸಲು ಎಷ್ಟು ಪರ್ಯಾಯಗಳಿವೆ?

ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ವಿಧಗಳ ಶೌಚಾಲಯಗಳು ಇವೆ?

ಯಾವ ಶೌಚಾಲಯವು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ?

ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯ ಇದೆ?

ಕುಟುಂಬದ ಎಲ್ಲರೂ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಯೇ?


CEMENT

ಮನೆಗೆ ಹಿಂದಿರುಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರಾಜು "ಈಗ ಶೌಚಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸಿ ಆಯ್ತಲ್ಲಾ, ಇನ್ನೇನಾಗಬೇಕಿದೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳಬೇಡ" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. "ಅಂದರೆ?" ಎಂದು ರವಿ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ.

ರಾಜು : "ಅಂದರೆ, ಕಟ್ಟಿಸಿದ ನಂತರ ಅದರ ನಿಯಮಿತ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಮತ್ತು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಕೂಡ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ, ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ....“

ರವಿ: "ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಏನು"

ರಾಜು : "ಅರೇ ಮಿತ್ರಾ! ನೀನು ಶೌಚಾಲಯವನ್ನು ಕೊಳಕಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಕೊಳಕಿನೊಂದಿಗೆ ರೋಗಗಳನ್ನೂ ಆಹ್ವಾನಿಸುತ್ತೀಯ!“

ರವಿ: "ಹ್ಮ್... ಅರ್ಥವಾಯಿತು! ಎಂದು ರವಿ ಹೇಳಿದ.

ಗಮನವಿರಲಿ:

ಕೊಳಕಾಗಿರುವ ಶೌಚಾಲಯಗಳಿಂದ ಕಾಯಿಲೆಯ ಅಪಾಯವಿರುತ್ತದೆ

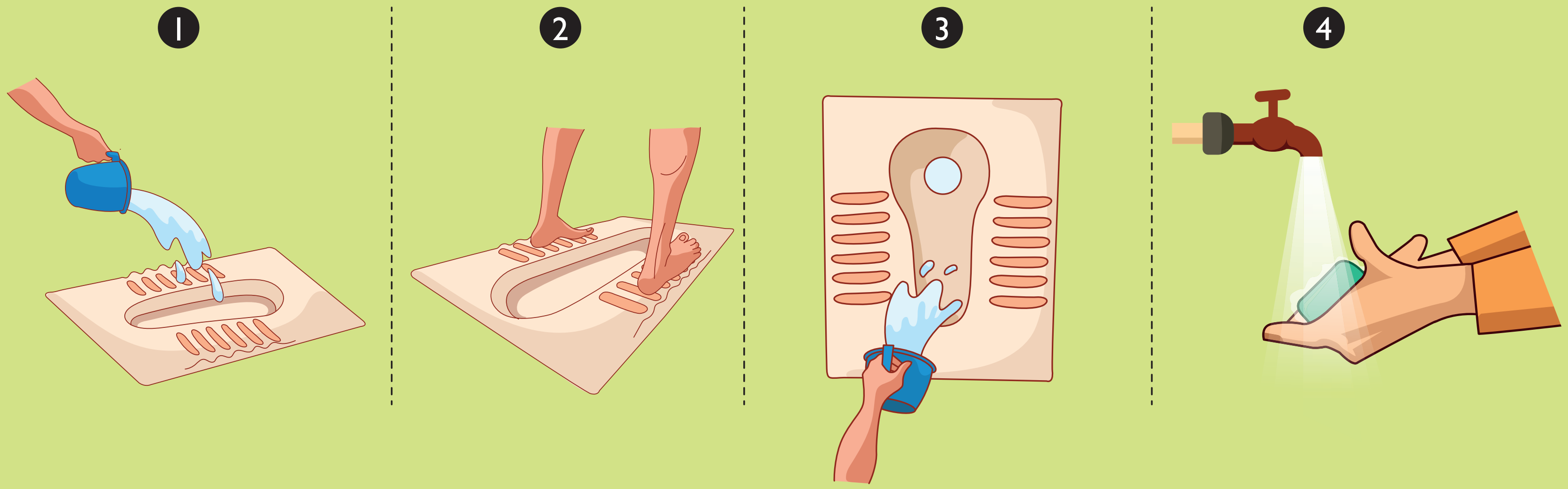
ಶೌಚದ ಮೊದಲು ಶೌಚಾಲಯಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಬೇಕು

ಶೌಚದ ನಂತರ ಶೌಚಾಲಯಕ್ಕೆ ನೀರನ್ನು ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಹಾಕಬೇಕು

ಕೊನೆಪಕ್ಷ ವಾರದಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆಯಾದರೂ ಶೌಚಾಲಯದ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು

ಸುತ್ತಮುತ್ತಲೂ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಇಟ್ಟಿರಬೇಕು

ಗಮನವಿರಲಿ



ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:

ಶೌಚಾಲಯದ ನಿಯಮಿತ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಅಗತ್ಯವೇನು?