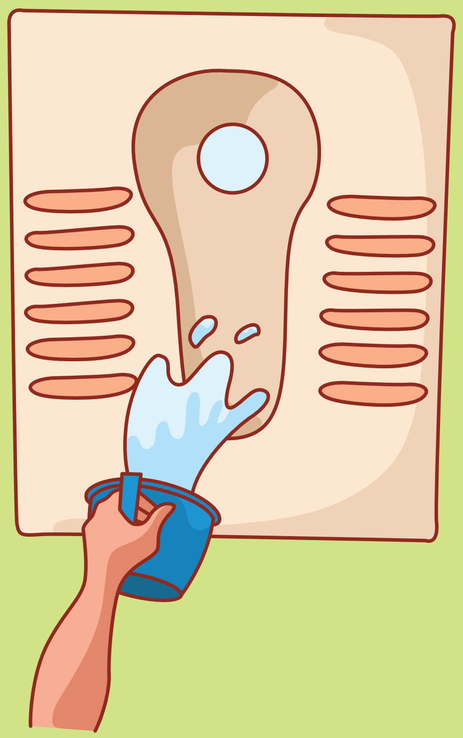
ಗಮನವಿರಲಿ

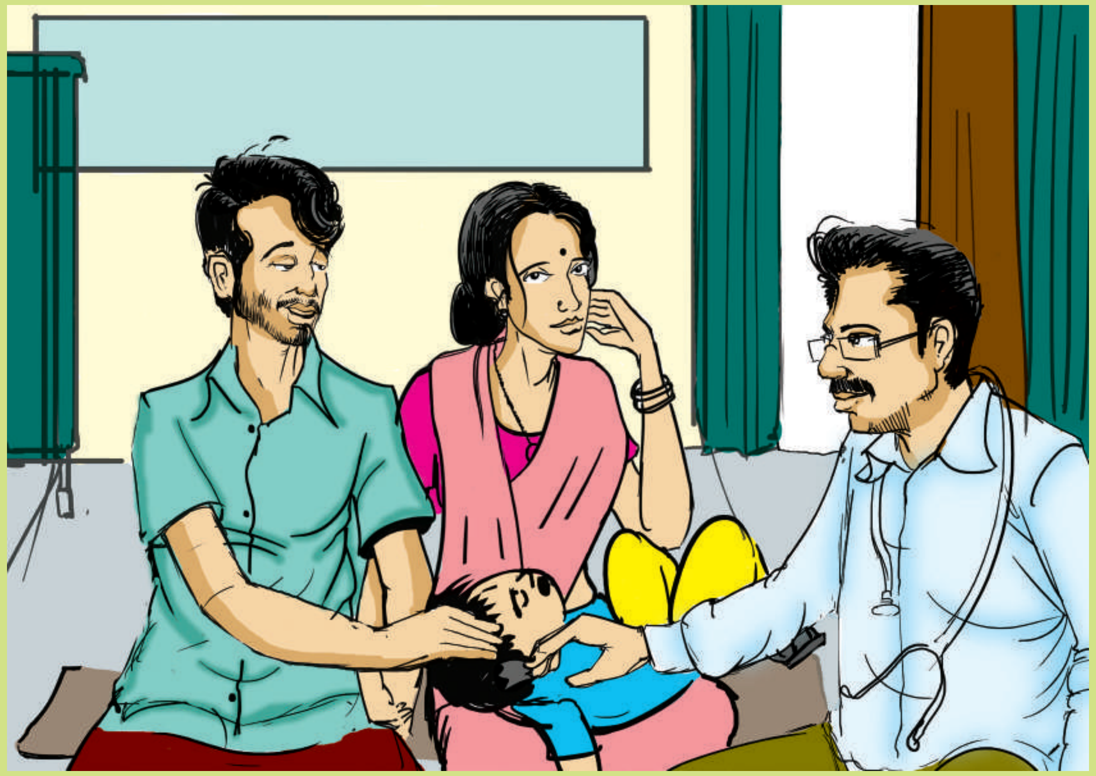
1. ಮಲಮೂತ್ರವು ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರಲು ಶೌಚಾಲಯವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರಿನಿಂದ ತೇವಗೊಳಿಸಿ.

2. ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಪಾದಗಳನ್ನು ಪಾದಾಧಾರಗಳ ಮೇಲೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಇರಿಸಿ.

3. ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸವಾದ ಮೇಲೆ, ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಶೌಚಾಲಯವು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.



4. ಮಲವಿಸರ್ಜನೆಯ ನಂತರ ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ಸಾಬೂನು ಹಾಕಿ ತೊಳೆಯಿರಿ.

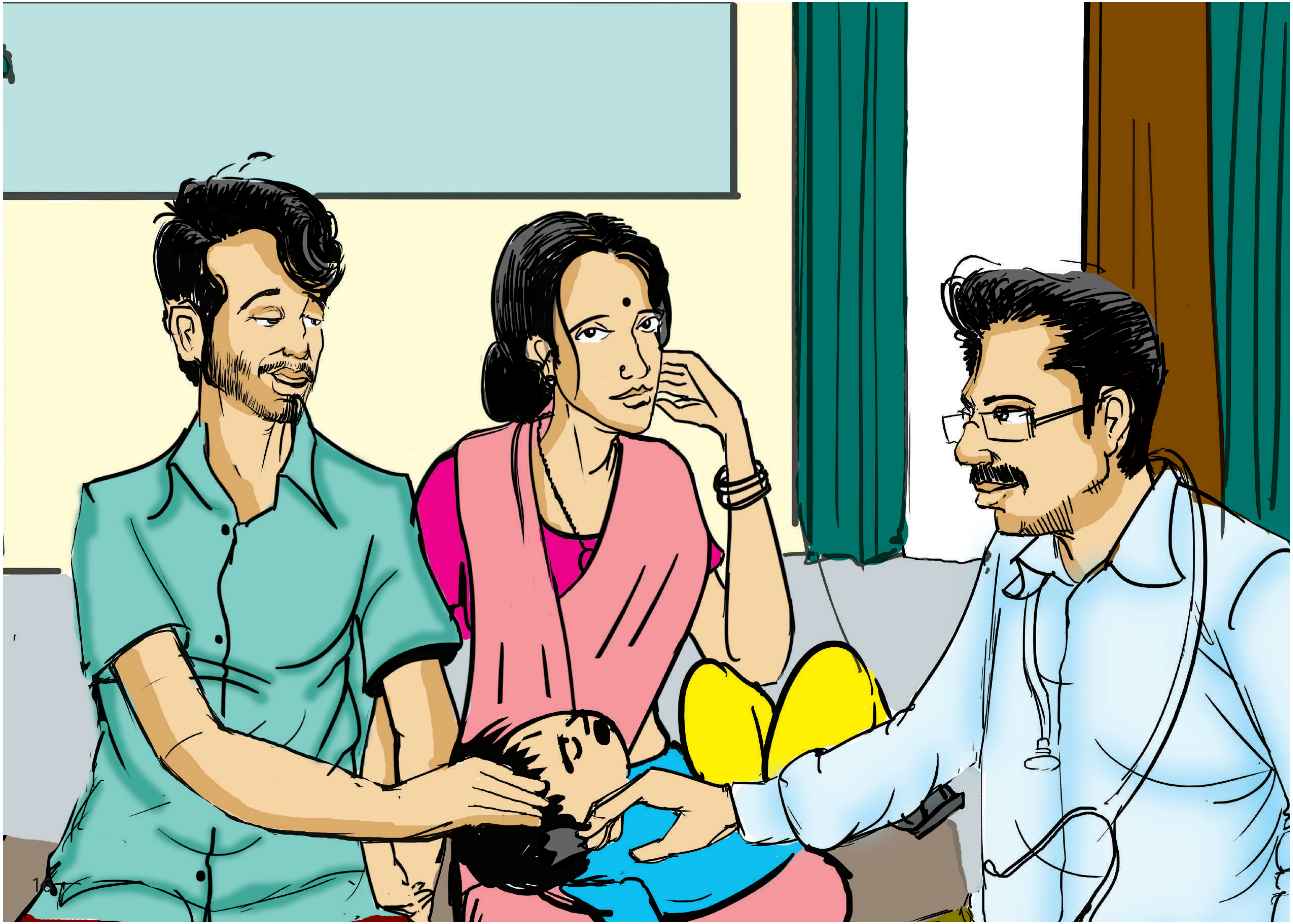


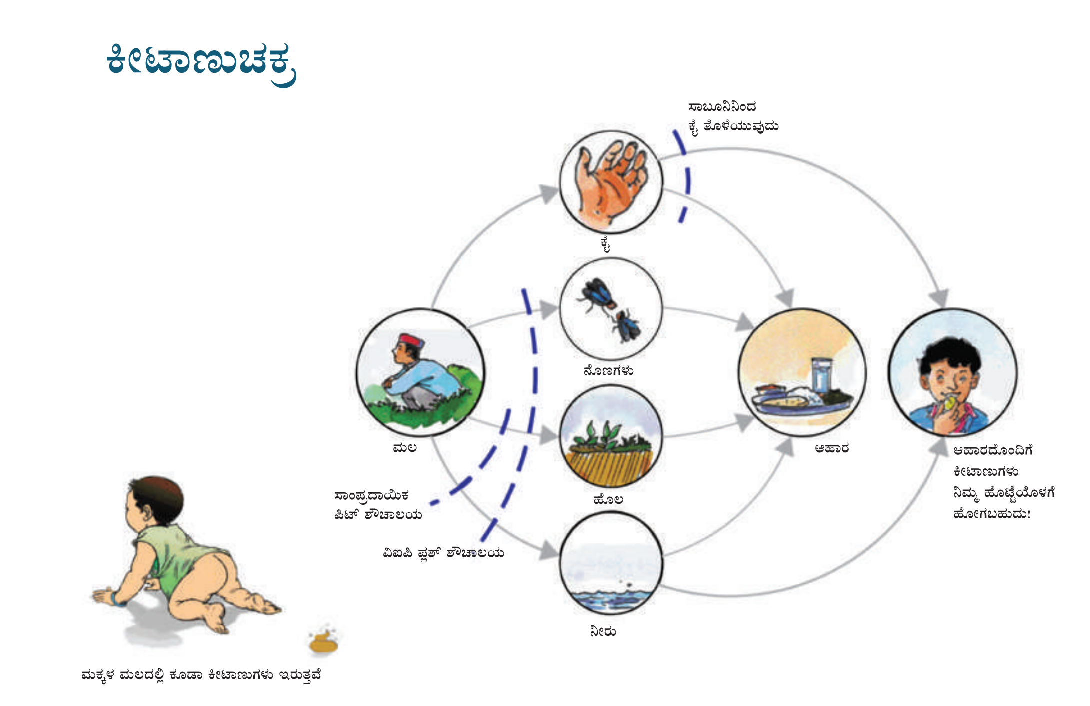
ರವಿ ಮನೆಗೆ ತಲುಪಿದಾಗ ಆತನ ಪತ್ನಿ ಲತಾ ಬಹಳ ಚಿಂತಿತಳಾಗಿರುವುದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಪುಟ್ಟ ರಾಮುವಿಗೆ ಅತಿಸಾರ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ನಿಲ್ಲುತ್ತಲೇ ಇಲ್ಲ... ಏನು ಮಾಡುವುದು? ಇನ್ನು ತಡ ಮಾಡುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ ಎಂದು ತಿಳಿದ ಅವರು, ತಕ್ಷಣವೇ ಅವನನ್ನು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರು. ವೈದ್ಯರು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದರು. ಔಷಧಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಓಆರ್‌ಎಸ್ ಮತ್ತು ಜಿಂಕ್ ಕೂಡಾ ಕೊಟ್ಟು "ಸಮಯಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ನೀವು ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬಂದುದು ಒಳ್ಳೆಯದಾಯಿತು, ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ನಗರದ ದೊಡ್ಡ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕಾಗಿತ್ತು!" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಭಯದಿಂದ ಲತಾಳ ಬಾಯಿ ಬಿಟ್ಟಂತೇ ಕುಸಿಯಿತು. "ಮೇಡಂ, ಯಾಕೆ ಈ ರೀತಿ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಾಯಿಲೆ ಬೀಳುತ್ತಾನೆ ಇವನು" ಎಂದು ರವಿ ವೈದ್ಯರ ಹತ್ತಿರ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ.

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಕಾರ ರಾಮುವು ಯಾಕೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕಾಯಿಲೆ ಬೀಳುತ್ತಾನೆ?

ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಆಗಾಗ ಅತಿಸಾರವಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆಯೇ?





"ಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಶೌಚ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಕೀಟಾಣುಗಳು ಗಾಳಿ ಮತ್ತು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹರಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನೊಣಗಳಿಂದ, ಕಲುಷಿತವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ಹಾಗೂ ಕೊಳಕು ಕೈಗಳ ಮೂಲಕ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನಂತರ ನಮ್ಮ ಶರೀರದೊಳಗೆ ನುಸುಳುತ್ತವೆ. ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಕಾಯಿಲೆ ಬೀಳಿಸುತ್ತವೆ" ಎಂದು 'ಕೀಟಾಣು ಚಕ್ರ'ದ ಮುಖಾಂತರ ವೈದ್ಯರು ಅವರಿಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸುತ್ತಾರೆ.

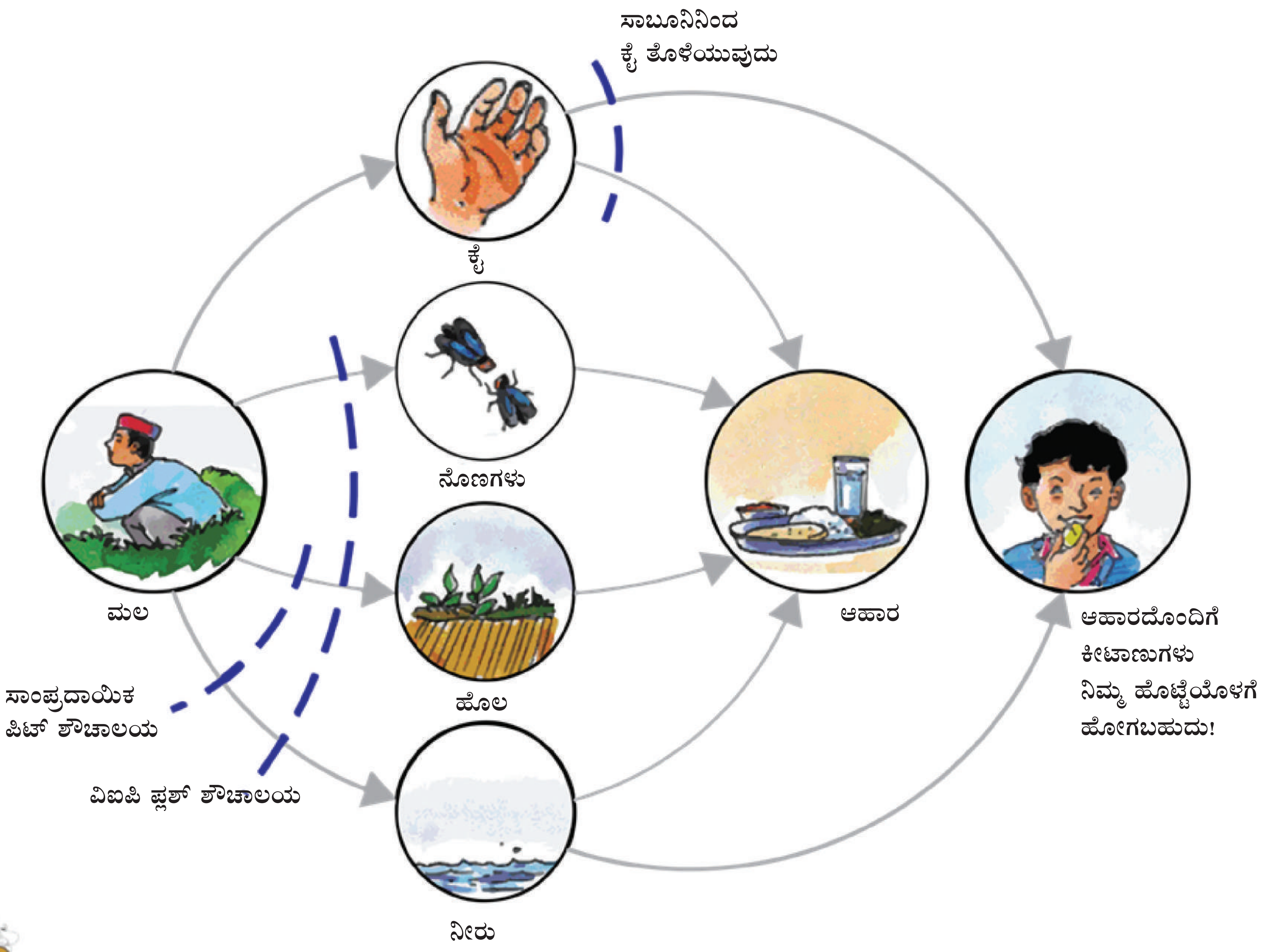
“ಹೀಗೆ ಕಾಯಿಲೆ ಬಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಶೌಚ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಈ ಚಕ್ರವು ನಿರಂತರವಾಗಿ ತಿರುಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ" ಎನ್ನುತ್ತಾನೆ ರವಿ ಗಂಭೀರವಾಗಿ. "ಹಾಂ! ಸರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದಿರಿ!" ಎಂದು ವೈದ್ಯರು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾರೆ.

"ಓಹ್! ಈ ಚಕ್ರವು ಯಾವತ್ತಿಗೂ ನಿಲ್ಲಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೇ?" ಎಂದು ಚಿಂತೆಯ ಸ್ವರದಲ್ಲಿ ಲತಾ ಕೇಳುತ್ತಾಳೆ.
"ಯಾಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ? ನೋಡಿ! ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಶೌಚಾಲಯಗಳನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಿ ಅವುಗಳ ನಿಯಮಿತ ಬಳಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಾವು ಈ ದುಷ್ಟ ಚಕ್ರವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬಹುದು!"

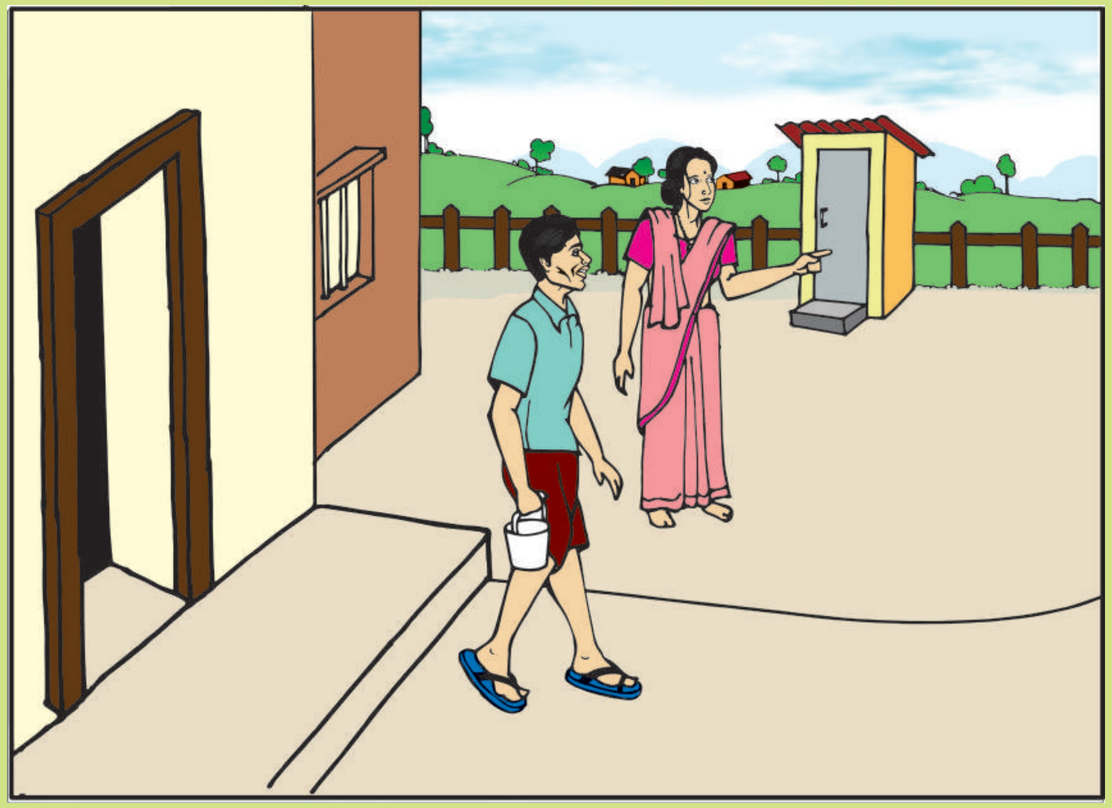
ಲತಾ ಆಕ್ಷೇಪಣಾ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ರವಿಯನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ `ನಾನು ಹೇಳುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವೇ ಶೌಚಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸಿ ಎಂದು! ಈಗ ನೋಡಿ! ಎನ್ನುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ರವಿ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಬೆಳಕು ಇತ್ತು. ಆತ ಇಂದು ಶೌಚಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸುವ ನಿರ್ಣಯ ಮಾಡಿದ್ದನಲ್ಲವೇ!

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:
ಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಶೌಚ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಕಾಯಿಲೆಯು ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ?
ತೆರೆದಿಟ್ಟ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಮುಚ್ಚಿಡದ ನೀರಿನಿಂದ ಹೇಗೆ ಕಾಯಿಲೆಯ ಸಂಭವವಿದೆ?

ಕೀಟಾಣುಚಕ್ರ



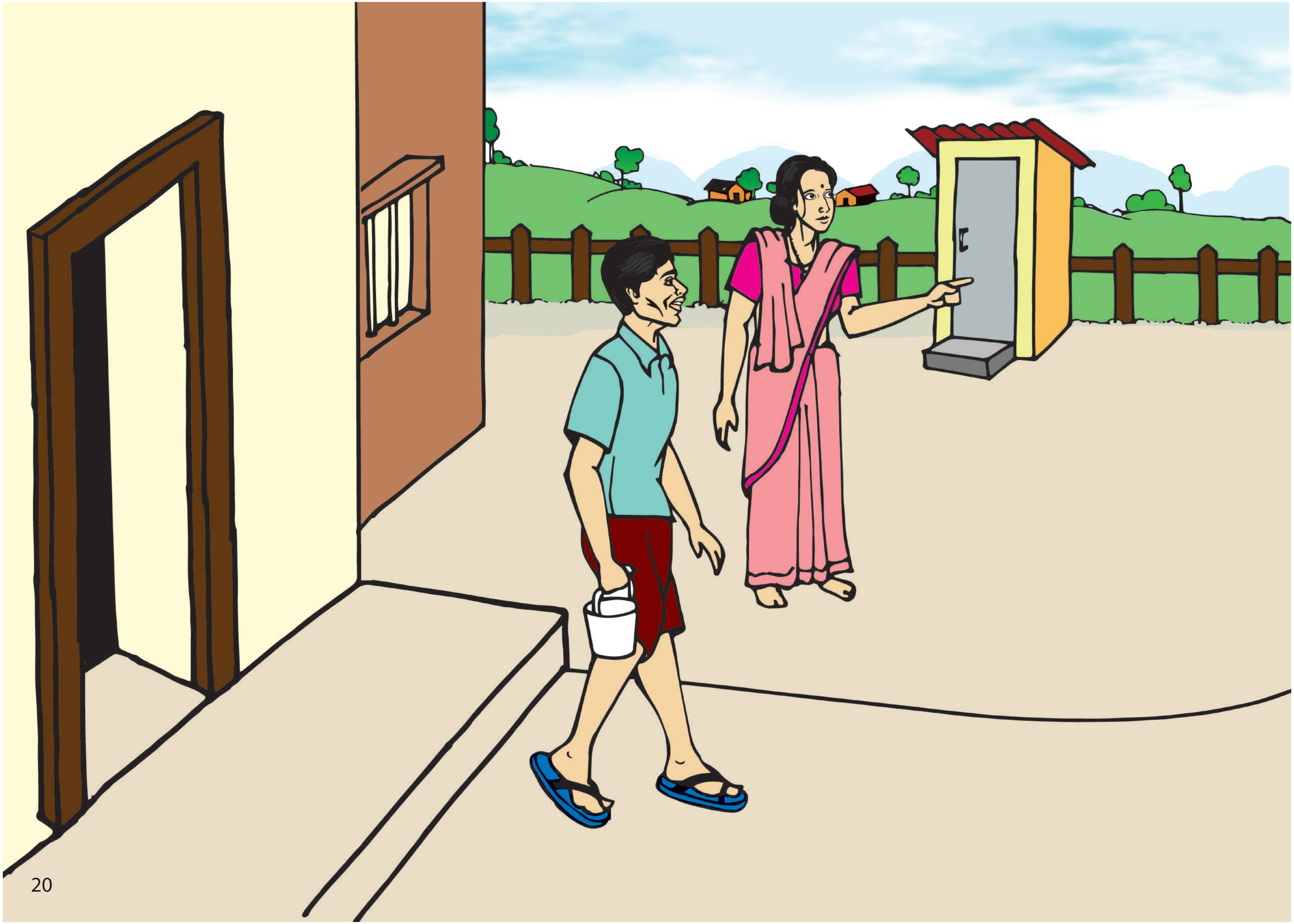
ಮಕ್ಕಳ ಮಲದಲ್ಲಿ ಕೂಡಾ ಕೀಟಾಣುಗಳು ಇರುತ್ತವೆ



ರವಿ ಮತ್ತು ಲತಾ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯ ಕಟ್ಟಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮರುದಿನ ಅಭ್ಯಾಸ ಬಲದಿಂದ ರವಿ ತಂಬಿಗೆಯನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಹೊರಗಡೆ ಹೋಗ ತೊಡಗುತ್ತಾನೆ. ಲತಾ ನಗುತ್ತಾಳೆ, ನಂತರ ಶೌಚಾಲಯದತ್ತ ಬೆರಳು ತೋರಿಸುತ್ತಾಳೆ. ರವಿ ತಕ್ಷಣ ಶೌಚಾಲಯಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ.

ಆ ದಿನದ ನಂತರ ರವಿ ಶೌಚಾಲಯದ ನಿಯಮಿತ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:
ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರ್ಯಾರು ಶೌಚಾಲಯದ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ? ಮನೆಯ ಪುರುಷರೂ ಶೌಚಾಲಯದ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆಯೇ? ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಅವರು ಕೂಡಾ ಅದನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಏಕೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ?



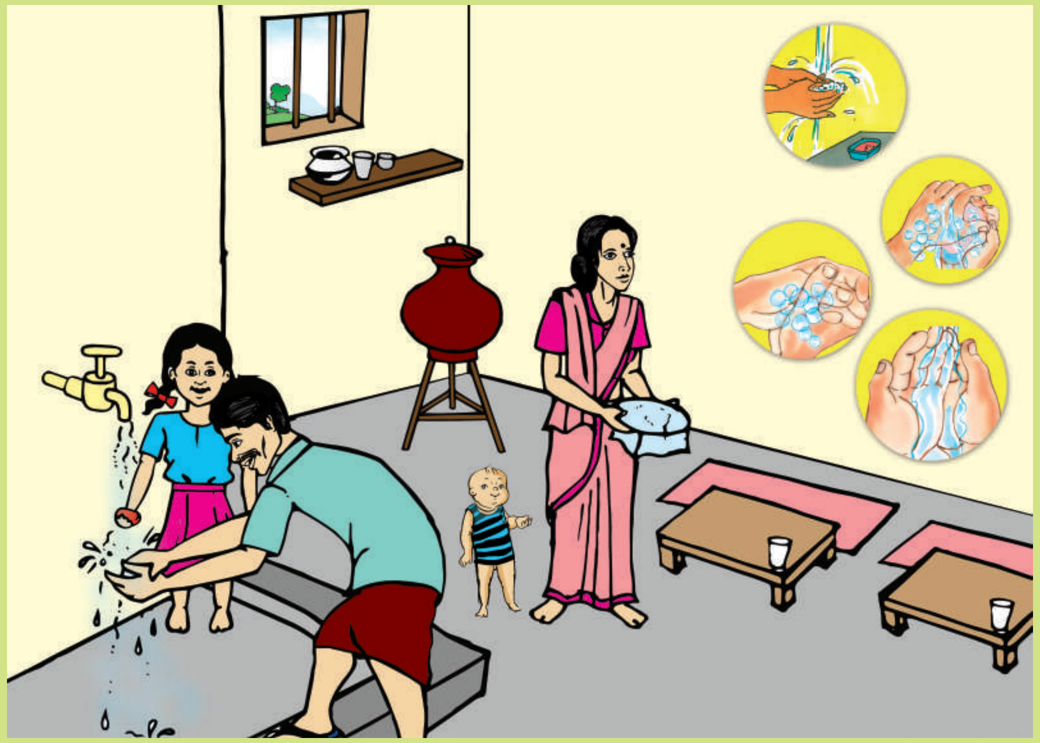
ಒಂದು ದಿನ ರವಿ ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ಲತಾಳು ರಾಮುವಿನ ಮಲವನ್ನು ಚರಂಡಿಗೆ ಎಸೆಯಲು ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ತಕ್ಷಣ ಅವಳನ್ನು ತಡೆದು "ಮಕ್ಕಳ ಮಲವುಸಹ ದೊಡ್ಡವರದರಷ್ಟೇ ಹಾನಿಕಾರಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ವೈದ್ಯರು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಇದನ್ನು ಬಿಸಾಕಲು ಕೂಡಾ ಶೌಚಾಲಯವನ್ನೇ ಬಳಸಬೇಕು" ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

"ಸರಿ ಸರಿ, ಇನ್ನು ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ!" ಎಂದು ಲತಾ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ.

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:

ಮಕ್ಕಳ ಮಲವನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಯಾಕಾಗಿ ಜಾಗ್ರತೆಯಿಂದ ಎಸೆಯಬೇಕು?

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯದ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಯಾರ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿದೆ?



ಒಂದು ದಿನ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಊಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರವಿ ಮನೆಗೆ ಬರುತ್ತಾನೆ. ಲತಾ ಆತನಿಗೆ ಊಟಕ್ಕೆ ಇಡುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ ಅದೇ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಆಶಾ ಕೂಡ ಶಾಲೆಯಿಂದ ಬರುತ್ತಾಳೆ. ಅಪ್ಪ ಕೇವಲ ನೀರಿನಿಂದ ಕೈತೊಳೆದು ಊಟಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಆಕೆ ನೋಡುತ್ತಾಳೆ. ಓಡಿ ಹೋಗಿ ಸಾಬೂನು ತಂದ ಆಶಾ "ಓಹೋ ಅಪ್ಪಾ! ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಕೈಯನ್ನು ಬರೀ ನೀರಿನಿಂದಲ್ಲ, ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಬೇಕು!" ಎನ್ನುತ್ತಾಳೆ.

ಆಶಾಳ ಕೈಯಿಂದ ಸಾಬೂನನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ರವಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಕೈತೊಳೆಯುತ್ತಾ ಕೇಳುತ್ತಾನೆ "ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಏನೇನು ಕಲಿತುಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದೀಯಾ ನನ್ನ ಬುದ್ಧಿವಂತ ರಾಜಕುಮಾರಿ?"

ಹೇಗೆ ರೋಗಕಾರಕ ಕೀಟಾಣುಗಳು ಕೈಯ ಒಳಗೆ, ಬೆರಳಿನ ಸಂದಿಯಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುತ್ತವೆ ಎಂದು ಆಶಾ, ರವಿ ಮತ್ತ ಲತಾಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ. ಕೇವಲ ನೀರಿನಿಂದ ಅವುಗಳು ಎಂದಿಗೂ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ಮಾತ್ರ ಅವುಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಬಹುದು... ಹಾಗಾಗಿ ಆಹಾರಕ್ಕೆ ಮೊದಲು/ ಪಾಯಿಖಾನೆಯ ನಂತರ... ಲತಾ ತನ್ನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಪೂರ್ತಿಗೊಳಿಸುವ ಮೊದಲೇ, ರವಿ ಮತ್ತು ಲತಾ ಒಟ್ಟಿಗೇ "ಯಾವಾಗಲೂ ಕೈಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ತೊಳೆಯಬೇಕು!" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲರೂ ನಗುವುದರಿಂದ ಪುಟ್ಟ ರಾಮು ಕೂಡ ಸಂತೋಷಗೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ.

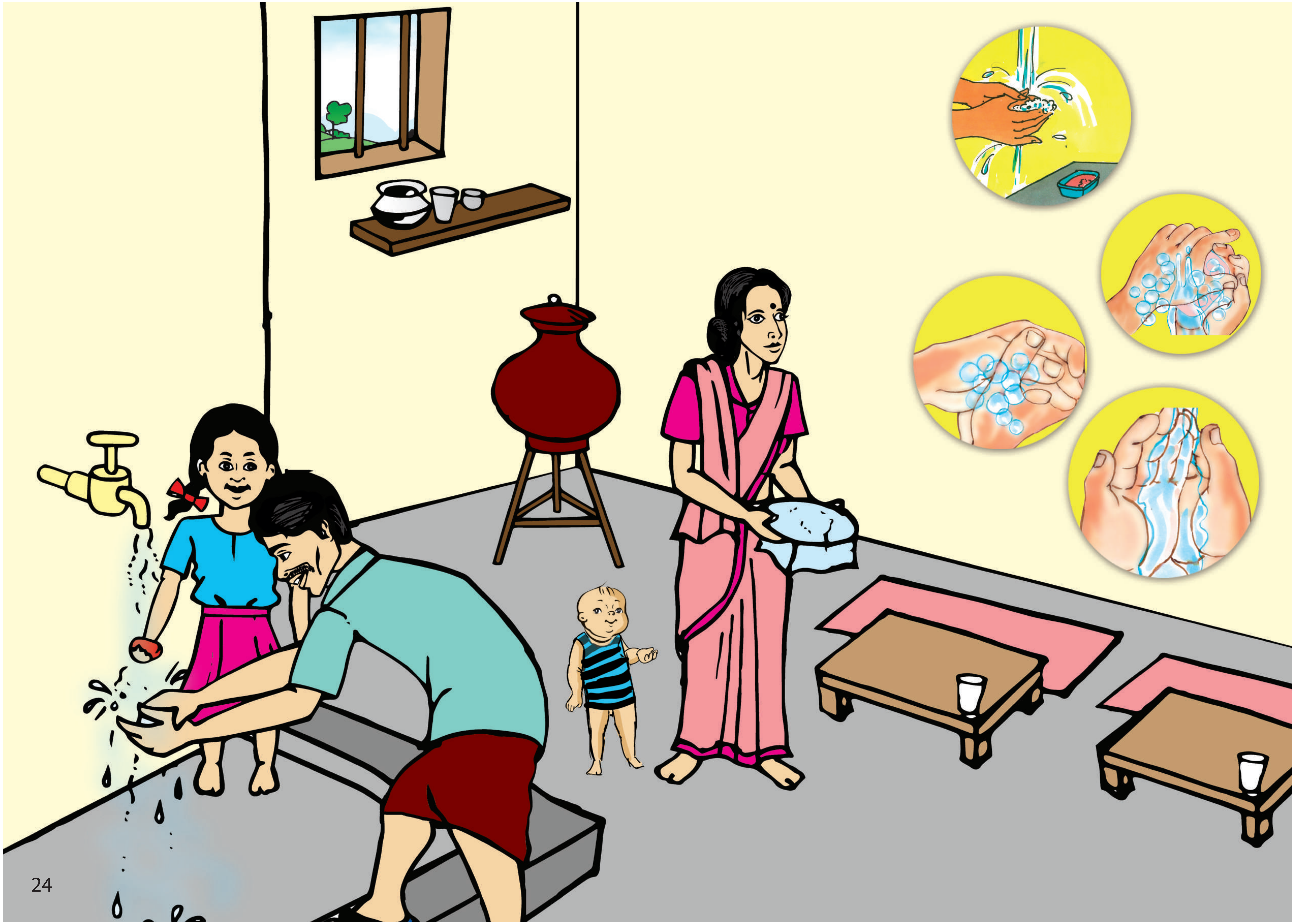
ಆಹಾರವನ್ನು, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ರಾಮುವಿನ ಆಹಾರವನ್ನು, ಯಾವಾಗಲೂ ಮುಚ್ಚಿಯೇ ಇಡಬೇಕು ಇಲ್ಲವಾದರೆ ನೊಣಗಳು, ರೋಗಕಾರಕ ಕೀಟಾಣುಗಳು ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಆಶಾ ಅಮ್ಮನಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತೆ ಹೇಳುತ್ತಾಳೆ.

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:

ಕೈಗಳನ್ನು ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ಏಕೆ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು?

ಯಾವಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಮತ್ತು ಏಕೆ ಕೈಗಳನ್ನು ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ತೊಳೆಯುವ ಅಗತ್ಯವಿದೆ?

ಆಹಾರವನ್ನು ಮುಚ್ಚಿ ಇಡುವ ಅಗತ್ಯವೇನು?



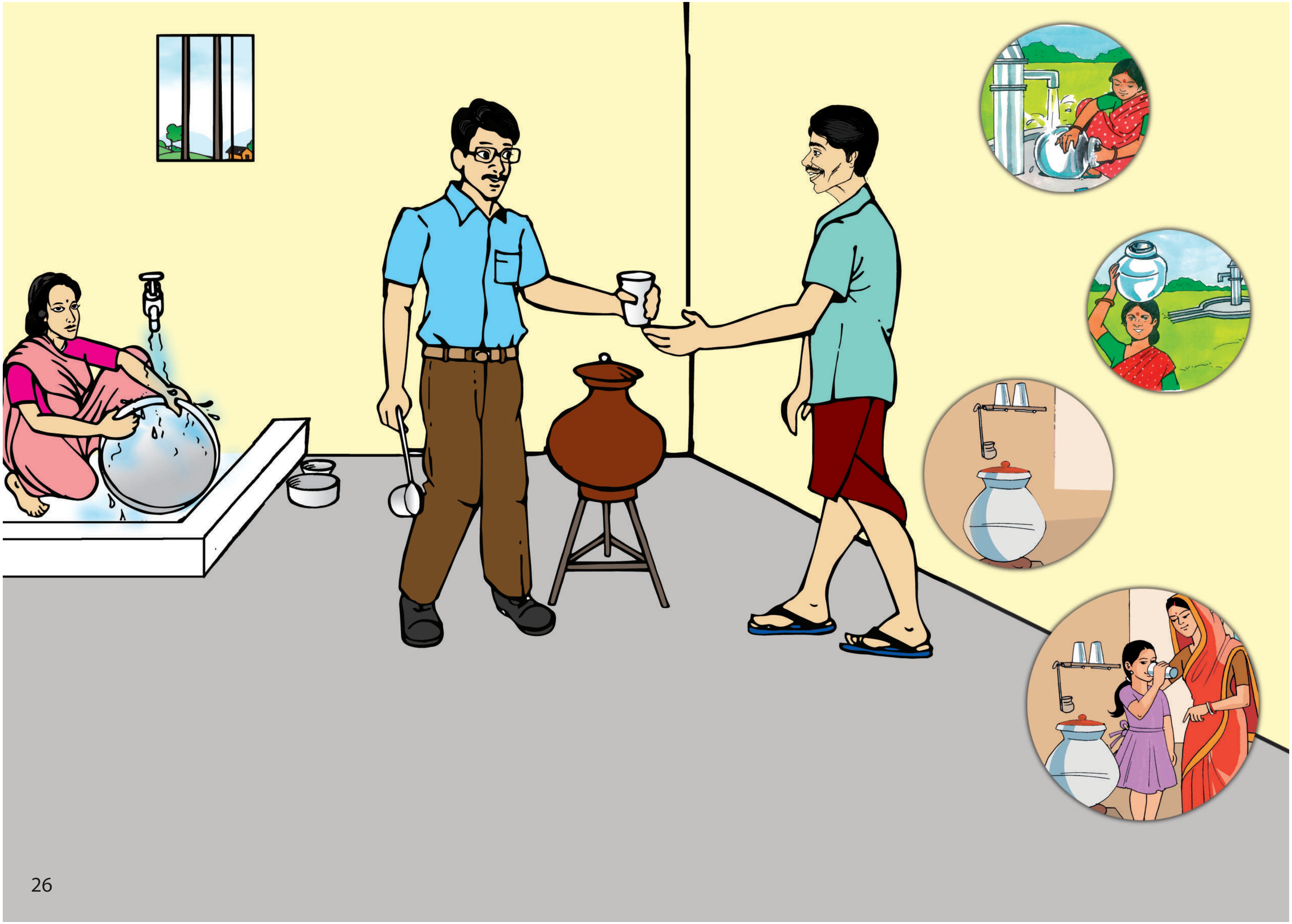
ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ನಂತರ ರಾಜುನನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಲು ರವಿ ಆತನ ಮನೆಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ.

ರಾಜು ಅಡುಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಪತ್ನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ಆತ, "ಇಲ್ಲಿಗೇ ಬಾ ಗೆಳೆಯಾ!" ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾನೆ. ರಾಜು ಒಂದು ಬಹಳ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಹೊಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಗ್ಲಾಸ್‌ನಲ್ಲಿ ರವಿಗೆ ಕುಡಿಯಲು ನೀರನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ. ರಾಜುವಿನ ಮನೆಯ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ರವಿ ಈ ಮೊದಲೂ ನೋಡಿರುತ್ತಾನೆ ಆದರೆ ಈಗ ಅಡುಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಮತ್ತು ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಇಟ್ಟಿರುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ನೋಡಿ ಆತನ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಯುತ್ತದೆ.
ತನ್ನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿನ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಆತ ಅದೇ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡ. ಇದರ ಅಗತ್ಯವೇನು? ಎಂಬುದು ಈಗ ಆತನಿಗೂ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:

ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಎಲ್ಲಿಂದ ತರಬೇಕು?

ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಹೇಗೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಇಡಬೇಕು?



ರಾಜುವಿನ ತಂದೆ ಗ್ರಾಮದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು. ಅವರು ಗ್ರಾಮಸಭೆಯೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಮ್ಮತಮ್ಮ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇವರ ಈ ಗ್ರಾಮ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ರಾಜು ಮತ್ತು ರವಿ ಕೂಡ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಭಾಗಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಅವರು ಕೂಡ ಈಗ ವೈದ್ಯರು, ಟೀಚರ್, ಎಎನ್‌ಎಮ್ ದಾದಿಯಂತೆ `ನಿಗಾ ಸಮಿತಿ'ಯ ಸದಸ್ಯರಾಗಿದ್ದಾರೆ. `ನಿಗಾ ಸಮಿತಿ'ಯೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ ಅವರು ಇಡೀ ಗ್ರಾಮವನ್ನು ಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಶೌಚ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ತಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಶೌಚಾಲಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಲು ಅವರಲ್ಲಿ ಅರಿವನ್ನು ಮೂಡಿಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈಗ ರವಿಯ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ಸಂತೋಷ ತುಂಬಿದೆ. ಆತನೊಬ್ಬ ಜವಾಬ್ದಾರ ಮತ್ತು ಅರಿವಿರುವ ನಾಗರೀಕನಾಗಿದ್ದಾನೆ, ಹಿಂದೊಮ್ಮೆ `ಯಾರೋ ಮಾಡುವುದು-ಎಲ್ಲರೂ ಅನುಭವಿಸುವುದು' ಎಂಬ ಮಾತನ್ನು ರುಜು ಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದ ರವಿ ಈಗ `ಒಂದು ದೀಪದಿಂದ ನೂರು ದೀಪಗಳು ಉರಿಯುವವು' ಎಂಬ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಪಾಲಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ..

ಪ್ರೇಕ್ಷಕರಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ:

ನಮ್ಮ ಗ್ರಾಮದ ಸ್ವಚ್ಛತೆಗಾಗಿ ನಾವು ಏನನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು?

ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಕಡೆಯಿಂದ ಗ್ರಾಮದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಯಾವ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೀರಿ?

ನೀವು ಏನನ್ನು ಮಾಡಲು ಬದ್ಧರಾಗುತ್ತೀರಿ?