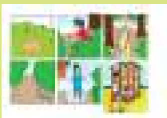
పరిశుభ్రత తో ఆరోగ్యం

ఎవరోచేస్తారు,
అది మీ కుటుంబం భరించాలి
బహిరంగ మలవిసర్జన ఇకనైనా ఆపండి

స్వచ్ఛ భారత్
ఒక అడుగు స్వచ్ఛత కోసం

unicef

సూచిక

	Page No.		Page No.
పరిశుభ్రత ఫ్లిప్ బుక్ సూచిక	1-6	బహిరంగ మలవిసర్జన ఎలా ప్రమాదకరం? బహిరంగ మలవిసర్జనతో క్రిములు ఎలా వ్యాపిస్తాయి?	17-18
 ప్రతీ ఇంటికి మరుగుదొడ్డి ఎందుకు అవసరం?	7-8	శిశువుల మలాన్ని ఎలా పారవేయాలి?	19-20
వివిధ రకాల మరుగుదొడ్లు	9	భోజనానికి ముందు సబ్బుతో చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోవడం, ఇంకా వండిన పదార్థాలను మూతపెట్టిఉంచడం.	25-26
మరుగుదొడ్డి ఎలా నిర్మించుకోవాలి/ ఆ ప్రక్రియ ఎలా ప్రారంభించాలి	10	త్రాగునీటి సంరక్షణ	27-28
మరుగుదొడ్ల నిర్వహణ	13-14	ఇళ్లలో మరుగుదొడ్డి నిర్మించుకునేలా జనాల్లో ప్రేరణ కలిగించడం. వాటిని పరిశీలించేందుకు పర్యవేక్షక కమిటీ ఏర్పాటుచేయడం	29-30

గూడూరు గ్రామానికి చెందిన 'రవి' కష్టపడి పనిచేసే చీకుచింతా లేని ఒక రైతు. జ్యోతి అతని అనుకూలవతియైన భార్య. 7 సంవత్సరాల వయస్సుగల ముద్దులొలికే కూతురు 'గీత. ఇంకా ఏడాది పసివాడైన 'చింటు' రవి, జ్యోతిల పిల్లలు.

రవి ఈరోజు బడికి వెళ్తున్నాడు.
చదువుకోడానికి కాదండోయ్!

గీత వాళ్ళ టీచరమ్మ రవితో ఏదో మాట్లాడటానికి ఈరోజు బడికి పిలిపించారు.

రవిని చూడటంతోనే టీచర్ **గారు అన్నారు** "రవి గారూ! మీ అమ్మాయి గీత పది రోజుల నుండి బడికి రావడంలేదు....సంగతేంటి?"

రవి: "... ఆమెకి జ్వరంకదా టీచర్ గారూ!"

టీచర్: "సంవత్సరంలో 6 నెలలు కూడా గీత బడికి రాలేకుండా ఉంది....రవి గారూ, మీరూ, మీ భార్యా, పాప సంరక్షణ విషయంలో కొంచెం బాధ్యత తీసుకోవాలి . ..

రవి: " జ్యోతికి కూడా కొంచెం ఆరోగ్యం బాగుండదు టీచర్ గారూ, ఇంకా చింటుకి కూడా....నేను మాత్రం తక్కువ ఇబ్బంది పడుతున్నానా...."

టీచర్ గంభీరంగా ప్రశ్నించారు: "రవి గారూ! మీ ఇంట్లో మరుగుదొడ్డి ఉంది కదూ?"

రవి: 'లేదు' అంటూ తల అడ్డంగా ఆడించాడు "ఆ! ఇప్పుడర్థమైంది! ఇదేదో అదే సామెతలా ఉంది, చేసేదేమో ఒకరు, అనుభవించేదేమో అందరూనూ!" "నాకేమీ అర్థం కాలేదు!" కంగారుపడిపోయి అడిగాడు.

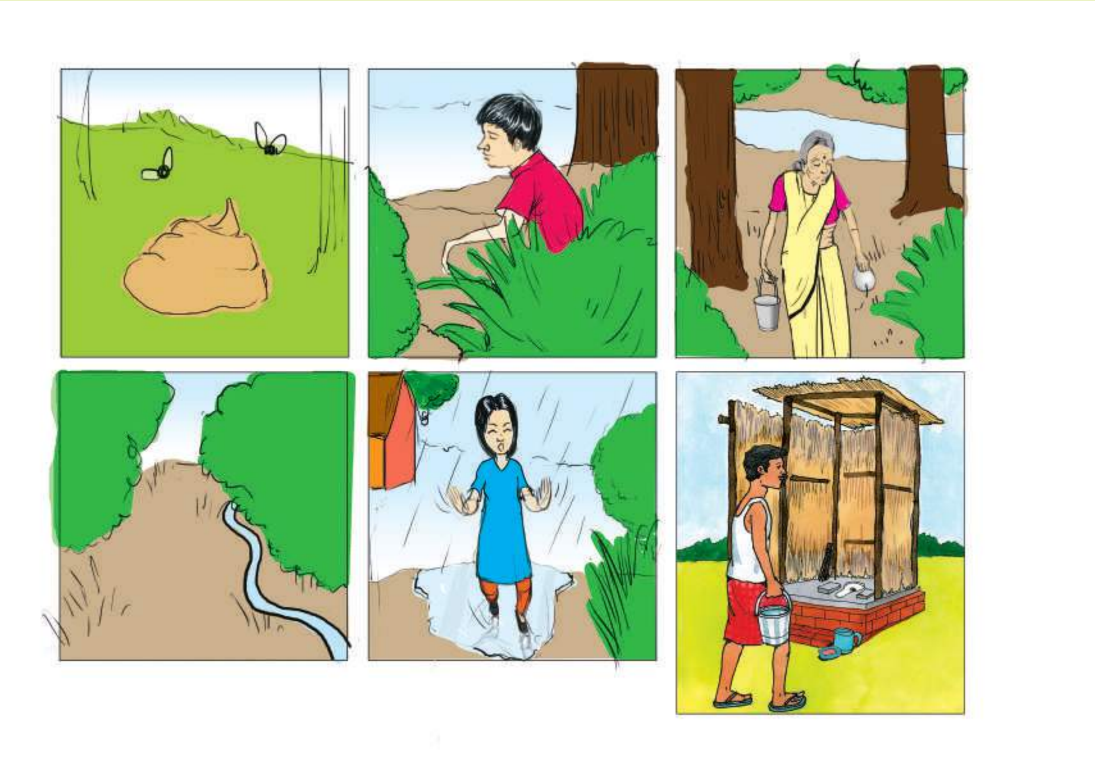
టీచర్: "ఇప్పుడే అర్థం అయ్యేలా చెబుతాను" అంటూ టీచర్ గారు ఒక పుస్తకం తీసి అతనికి చూపించారు.

మీ గ్రూపు సభ్యులను.అడగండి:

"చేసేదేఘో ఒకరు, అనుభవించేదేఘో అందరూనూ" అంటే మీకు ఏమి అర్థమైంది?

టీచర్ గారు రవికి ఇవి చూపించి మరుగుదొడ్డి నిర్మించుకోవడం ఎందుకు అవసరమో చెప్పారు.

శ్రద్ధ వహించండి



బహిరంగ ప్రదేశంలో మలవిసర్జన చేయడం వలన హాని:

- వాతావరణం కలుషితం/పాడవుతుంది. ప్రాణాంతక వ్యాధులు వ్యాపించే ప్రమాదం ఉంటుంది. మహిళలకు వృద్ధులకు ఇబ్బందులు కలుగుతాయి.
- వాతావరణం బాగాలేనప్పుడు మరింత కష్టం /ప్రమాదం. పాములు, పురుగుల భయం. సిగ్గుతో తలదించుకోవలసి వస్తుంది. ఏకాంతం లభించదు.

క్రమంగా మరుగుదొడ్డి ఉపయోగించడం వలన లాభాలు :

- అందరికి సురక్షితం. పరిసర ప్రాంతాల స్వచ్ఛత. వ్యాధుల ముప్పు తగ్గుతుంది. కుటుంబం ఆరోగ్యవంతంగా ఉంటుంది.
- వాతావరణం బాగా లేనప్పుడు కూడా సమస్య ఏమి ఉండదు. పాములు, ఇంకా ఏవైనా జీవజంతువుల భయం ఉండదు.
- మరుగుదొడ్డి వాడుకోవడానికి సంకోచించవలిసిన పని ఉండదు. అనుకూల సమయం మరియు అనుకూల ప్రదేశం లభిస్తుంది. చిన్నపిల్లలకు మొదటి నుంచే సరైన అలవాటు అవుతుంది.

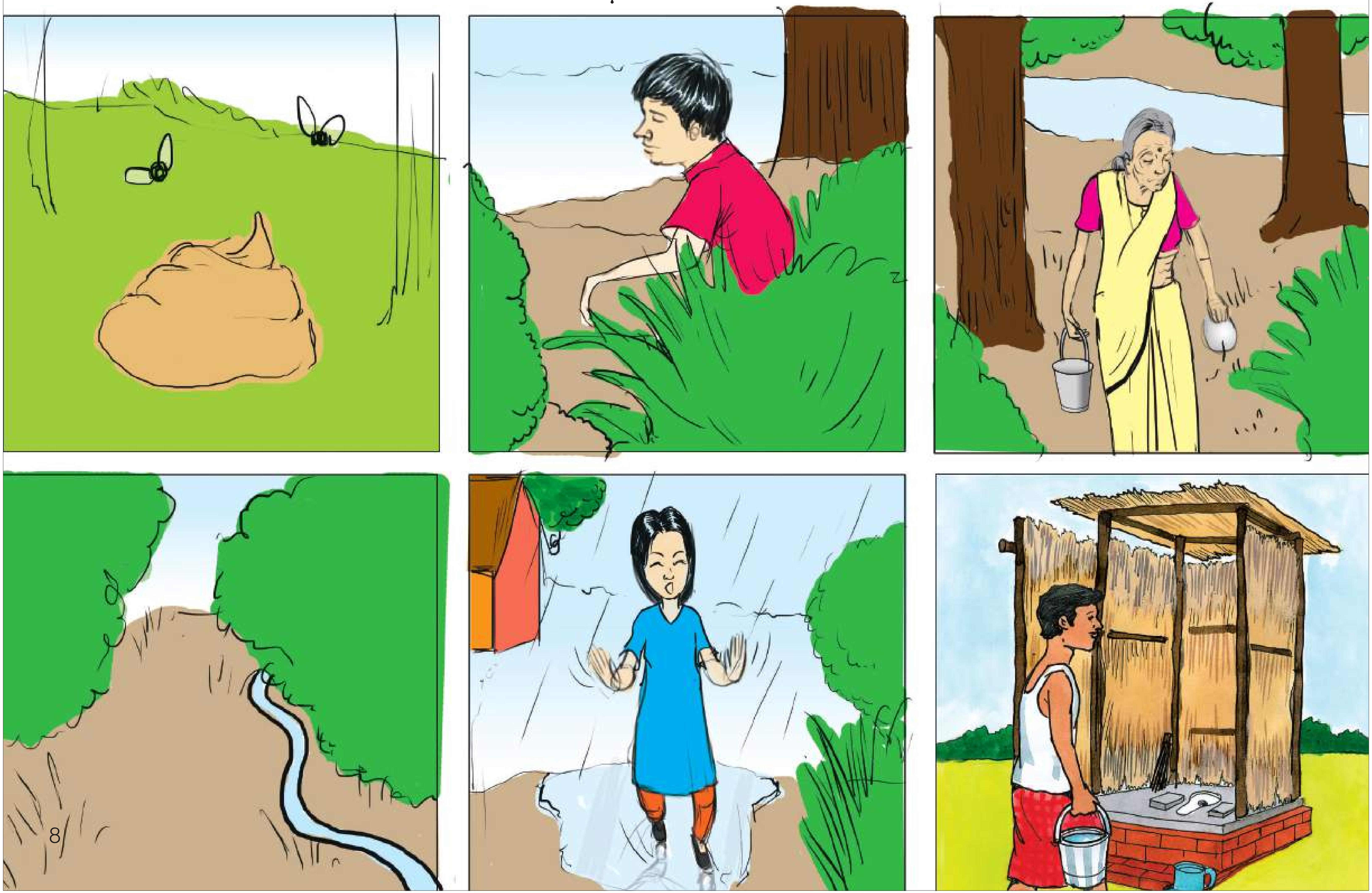
అప్పుడే క్లాస్ గంట మ్రోగింది ఇంకా టీచర్ గారు వెళ్ళవలసి వచ్చింది. ఆమె వెళ్తూ వెళ్తూ ఇలా అన్నారు "రవి గారూ! మీరు బాగా తెలిసినవారు. ఇప్పుడు మీకు అర్ధమయ్యే ఉంటుంది, ఇంట్లో మరుగుదొడ్డి కట్టించకపోవడంతో ఎంతమంది ఎంతగా అనుభవించవలసి వస్తోందో?"

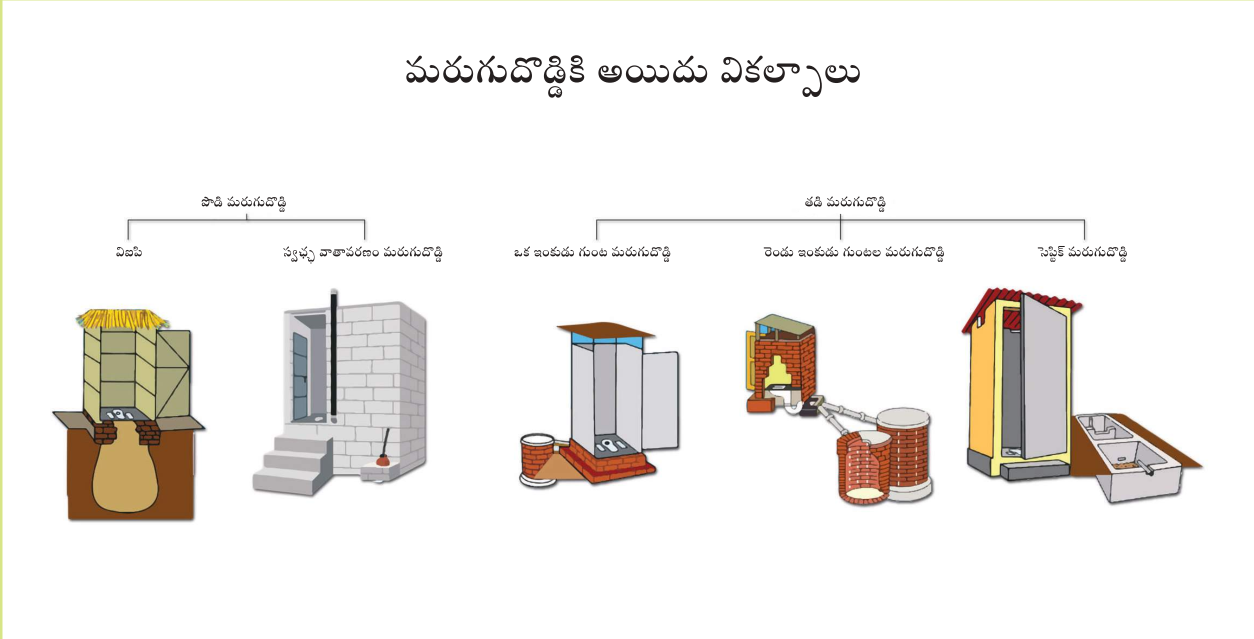
గ్రూపు సభ్యులను.అడగండి :

బహిరంగ ప్రదేశంలో మలవిసర్జన చేయడం వలన ఏఏ నష్టాలున్నాయి?

ప్రతి ఇంటిలోనూ మరుగుదొడ్డి ఎందుకు అవసరం?

శ్రద్ధ వహించండి



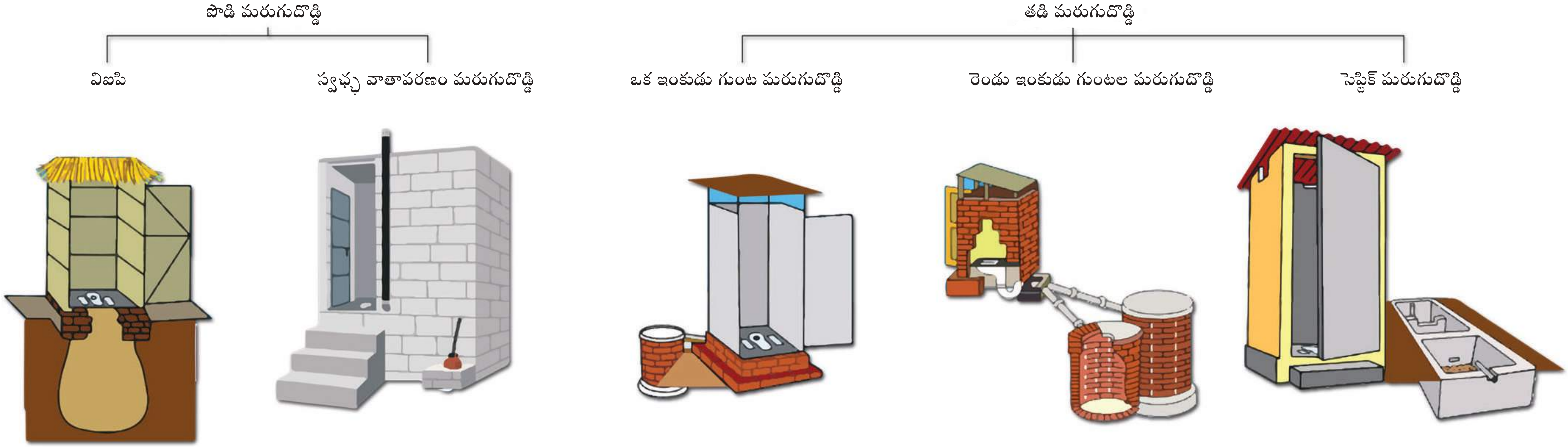


రవి: టీచర్ గారి మాటలు రవికి అర్ధమయ్యాయి. అతను ఇంట్లో మరుగుదొడ్డి కట్టడానికి నిర్ణయించుకున్నాడు. అతను ఎక్కడినుంచి ఎలా మొదలుపెట్టాలి అని ఆలోచిస్తూ ఉండగానే దారిలో అతనికి అతని చిన్ననాటి మిత్రుడు వివేక్ కలిసాడు. వివేక్ గ్రామ సర్పంచ్ గారి కుమారుడు, తెలివైనవాడు. బాధ్యత కలిగినవాడు. గ్రామం అభివృద్ధి కోసం, గ్రామస్తులకి మేలు జరిగేలాగా ఏదైనా చేసేందుకు పట్టణంలో చదువు పూర్తిచేసుకుని గ్రామానికి తిరిగివచ్చాడు.

వివేక్: "ఏమి ఆలోచిస్తున్నావురా?" అని అడిగాడు వివేక్ . "ఏమీ లేదురా.... ఆలోచిస్తున్నాను... ఇంట్లో ఒక మరుగుదొడ్డి కట్టిద్దామని!" అదీ సంగతి! రా నాతోపాటు! ఆలస్యం గా తట్టింది గాని బ్రహ్మాండమైన ఆలోచన వచ్చింది!" అని వివేక్ అతనిని తనతో పాటు 'శానిటరీ దుకాణం' తీసుకువెళ్ళాడు .

అక్కడ మరుగుదొడ్ల రకాలని చూసిరవి గాభరా పడిపోయాడు..

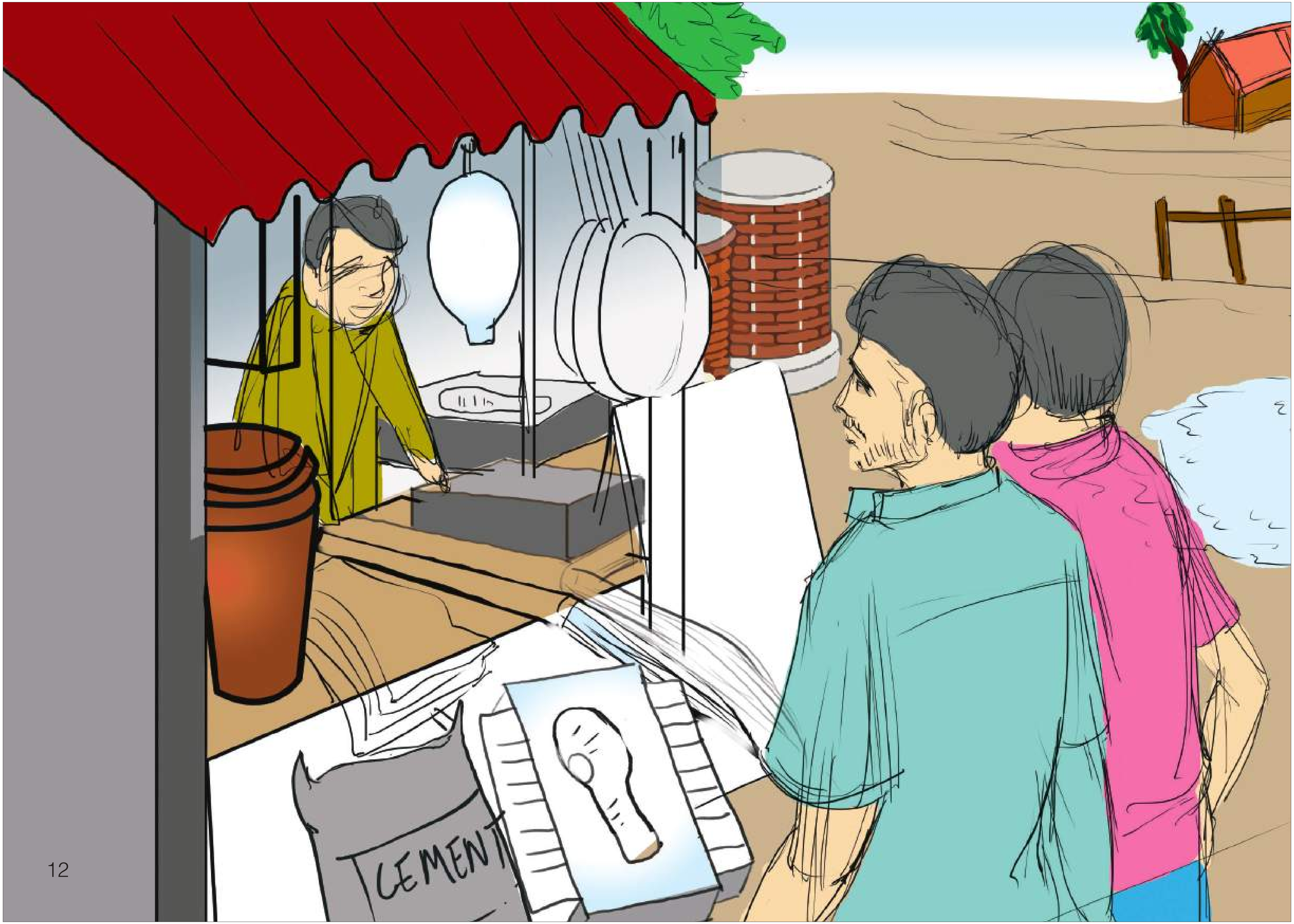
మరుగుదొడ్డికి అయిదు వికల్పాలు



గమనిక: చవక **1500** కంటే తక్కువ, మధ్యస్తం **1500** నించి **3500** వరకు, ధర ఎక్కువ **3500** కు పైన. పేర్కొనబడిన ధర కేవలం మూలాధార నిర్మాణం ఇంకా ప్లాట్ఫారం నిర్మించేందుకు మాత్రమే. ఇందులో బయట నిర్మాణం (నాలుగు గోడల నిర్మాణం) ఖర్చు జోడించబడి లేదు.

రవి: రకరకాల మరుగుదొడ్లను చూసి రవి సంతోషిండమైతే చేసాడు కాని మరుక్షణంలో వాటి ధర చూసి నీరసం అయిపోయాడు.
వివేక్ నవ్వుతూ అన్నాడు.
వివేక్: "ఏరా? ఇప్పుడు మొహం ఫ్యూజ్ ఎగిరిపోయిందేం?"
రవి: రవి జేబుపై చెయ్యి వేసుకున్నాడు. " ఓస్ ఇంతేనా?"
వివేక్: అప్పుడు వివేక్ చెప్పాడు మరుగుదొడ్డి కట్టించుకోవడానికి ప్రభుత్వం కూడా ఆర్ధిక సహాయత అందిస్తుందని, దాని లాభం పొందవచ్చని... వివేక్ సలహాతోరవి ఒక చక్కటి మరుగుదొడ్డి ఎంచుకున్నాడు. చిన్న చిన్న వాయిదాల్లో దాని వెల చెల్లించేందుకు కూడా మాట్లాడుకున్నారు.

కొంచెం సేపు ఆగి సభ్యులతో ఈ క్రమంలో సంభాషించండి:
మరుగుదొడ్డి నిర్మించుకోవడానికి ఎన్ని రకాలున్నాయి??
మన గ్రామంలో ఎన్ని రకాల మరుగుదొడ్లు ఉన్నాయి?
ఏ మరుగుదొడ్డిమెరుగ్గా పనిచేస్తోంది?
గ్రామంలో ఎన్ని ఇళ్ళల్లో మరుగుదొడ్డి ఉంది?
కుటుంబంలో అందరూ దానిని ఉపయోగిస్తున్నారా?


CEMENT

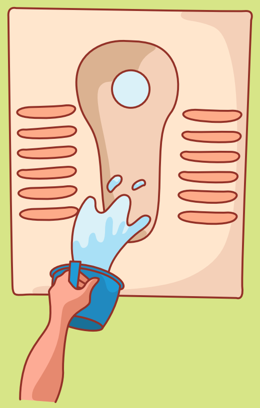
ఇంటికి తిరిగి వచ్చేటప్పుడు వివేక్ అన్నాడు "మరుగుదొడ్డి కట్టించుకుంటే పని అంతా అయిపోయింది అనుకుంటున్నావా?!"
"అంటే? "రవి అడిగాడు.
వివేక్: "అంటే కట్టించుకున్న తర్వాత దానిని క్రమబద్ధంగా శుభ్రం చేసుకోవాలి ఇంకా చక్కగా ఉంచుకోవాలి.... లేకపోతే ..."
రవి: "లేకపోతే ఏమౌతుంది?"
వివేక్: "అరే భాయి! నువ్వు మరుగుదొడ్డి ఛండాలంగా ఉంచుకుంటే మురికితో పాటు నువ్వు వ్యాధులని కూడా మళ్ళీ ఆహ్వానిస్తావు!"
రవి: "ఆ... అర్ధమైంది!" అన్నాడు రవి .

శ్రద్ధ వహించండి

1. మలం అంటుకోకుండా ముందుగానే మరుగుదొడ్డి కుండిపై కొంచెం నీళ్ల పోయండి.

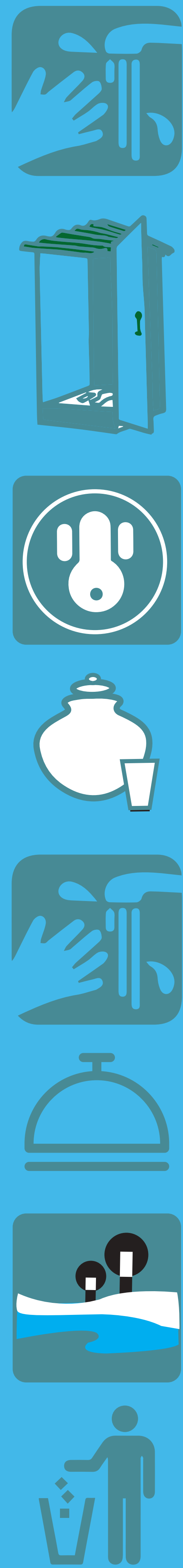
2. కుండిపై ఉన్న మెట్ల మీద మీ పాదాలు మోపండి.

3. మీ పని అయిన తర్వాత కుండిలో మలం ఏమి లేకుండా నీళ్ల బాగా పోయండి.



4. సబ్బుతో మీ చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోండి.

మీ గ్రూపు సభ్యులను అడగండి:
మరుగుదొడ్డిని క్రమంగా ఎందుకు శుభ్రంగా కడగాలి ?



శ్రద్ధ వహించండి

1

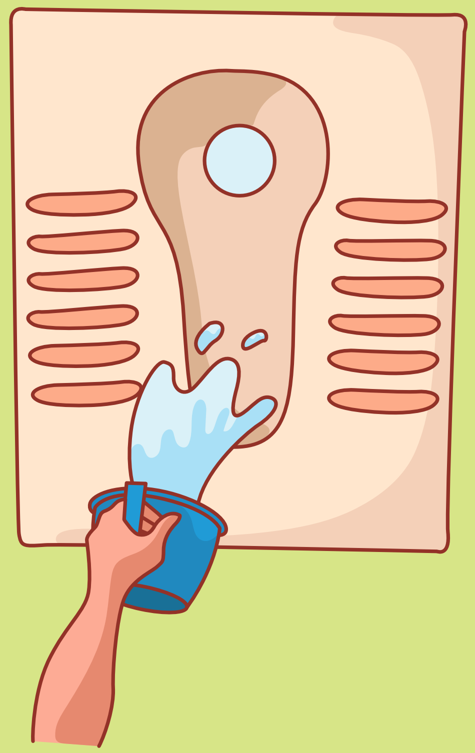
మలం అంటుకోకుండా ముందుగానే మరుగుదొడ్డి కుండిపై కొంచెం నీళ్ల పోయండి.

2

కుండిపై ఉన్న మెట్ల మీద మీ పాదాలు మోపండి.

3

మీ పని అయిన తర్వాత కుండిలో మలం ఏమి లేకుండా నీళ్ల బాగా పోయండి.



4

సబ్బుతో మీ చేతులు శుభ్రంగా కడుక్కోండి.

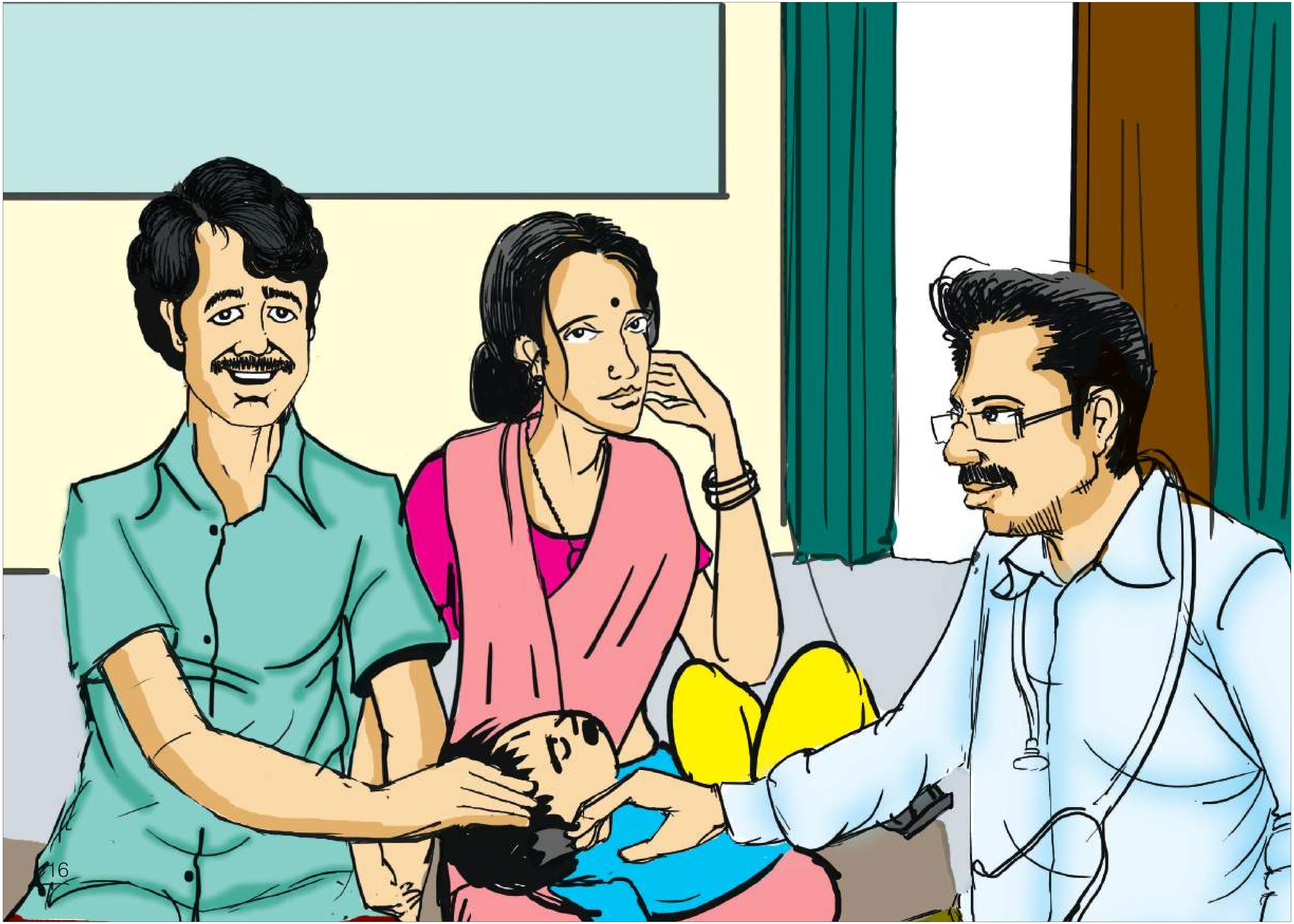
రవి ఇంటికి చేరుకునేటప్పటికి అతని భార్యజ్యోతి చాలా ఆందోళనగా ఉంది. పసివాడు చింటూకి విరేచనాలు పట్టుకున్నాయి. ఆగనే ఆగడం లేదు. ......ఏం చెయ్యాలి? అతను ఆలస్యం చెయ్యడం మంచిది కాదు అనుకున్నాడు. శిశువుని వెంటనే డాక్టర్ గారి దగ్గరికి తీసుకువెళ్ళాడు. డాక్టర్ గారు పరీక్ష చేసి మందులతో పాటుగా ఓ.ఆర్.ఎస్ ఇంకా జింక్ మాత్రలు ఇచ్చి, "సమయానికి ఇక్కడికి తీసుకొచ్చి మంచిపని చేశారు, లేక పోతే పట్నంలో పెద్ద ఆసుపత్రికి తీసుకు వెళ్ళవలసి వచ్చేది!" అన్నారు.

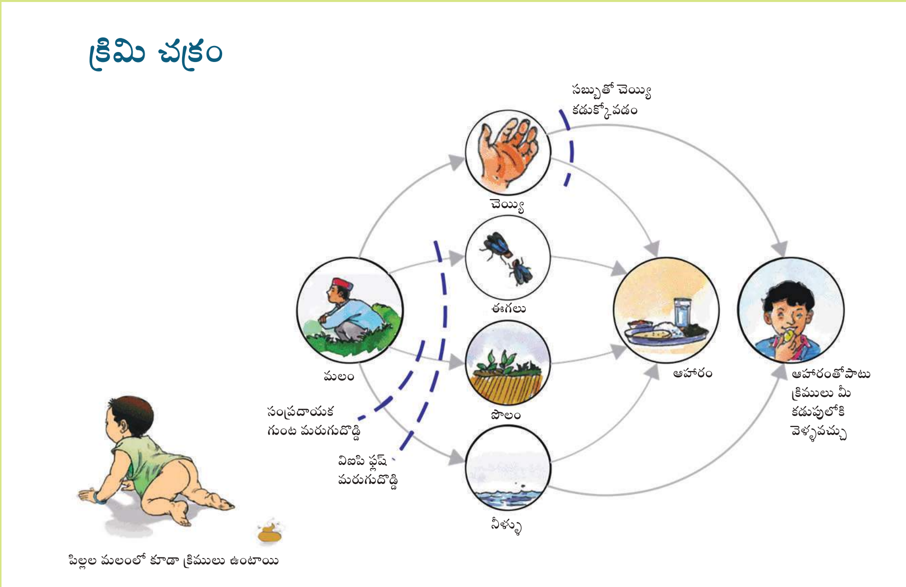
జ్యోతికి ఆసుపత్రి భయంతో నోరు తెరుచుకుని ఉండిపోయింది. రవి డాక్టర్ గారిని అడిగాడు, "వీడు ఇంత తరచుగా ఎందుకు జబ్బుపడుతూ ఉంటాడు డాక్టర్ గారూ?"

గ్రూపు సభ్యులను అడగండి:

మీ ఉద్దేశంలో చింటు అంత తరచుగా ఎందుకు జబ్బు పడుతూ ఉంటాడు?

గ్రామంలో తరచుగా పిల్లలకి విరేచనాలు పట్టుకుంటూ ఉంటాయా?





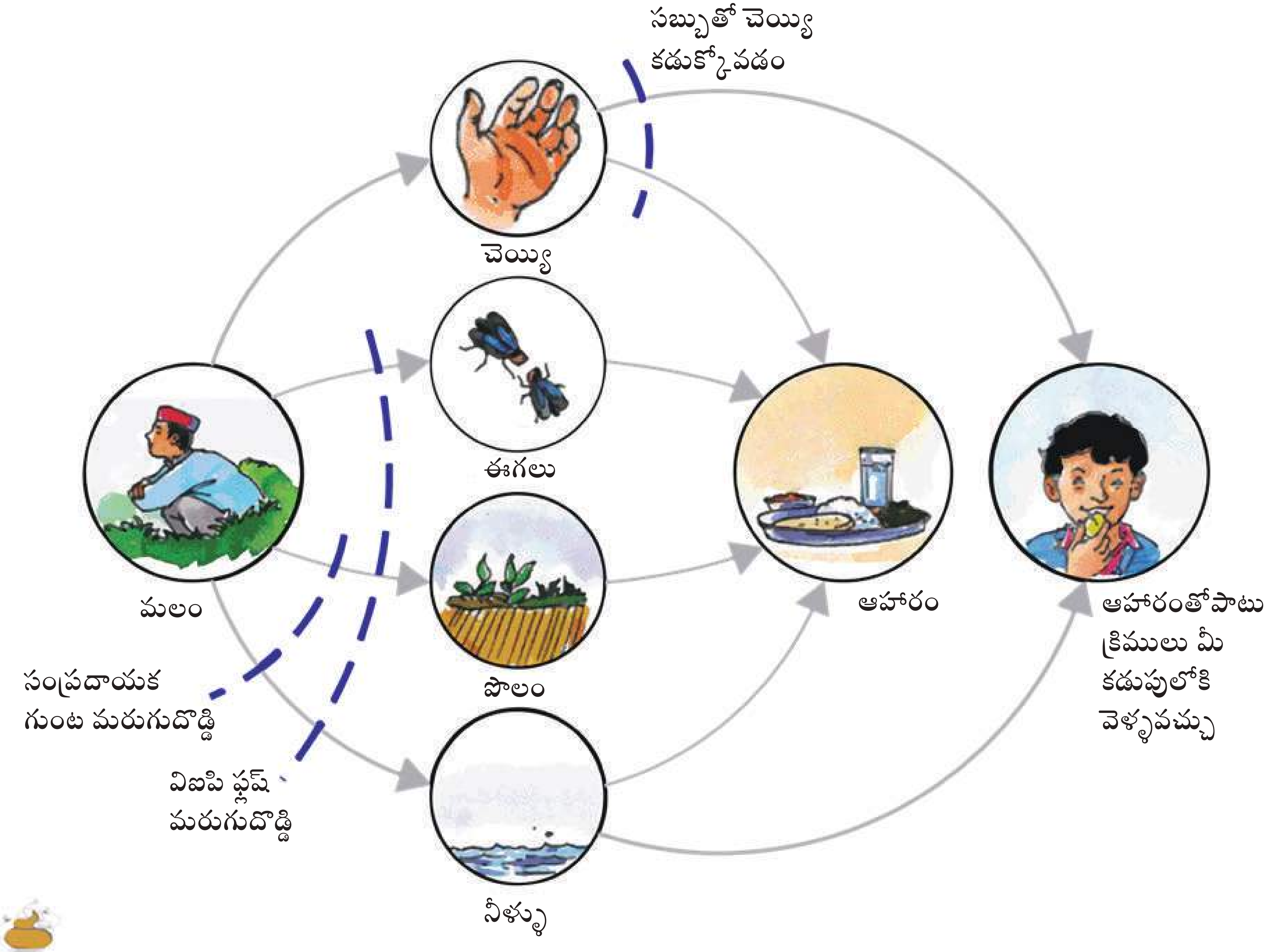
'క్రిమి చక్రం' ద్వారా డాక్టర్ గారు అతనికి వివరించి చెప్పారు.
"ఆరుబయట మలవిసర్జన చేయడం వలన మలంలోని వ్యాధికారక క్రిములు గాలి ఇంకా నీటిలోకి వ్యాపిస్తాయి.
ఈగలు వాలిన కలుషిత నీళ్ళు ఇంకా మురికి చేతుల ద్వారా భోజనంలోకి ప్రవేశిస్తాయి..
తర్వాత ఇవి మన శరీరంలో ప్రవేశిస్తాయి ఇంకా అందరికీ జబ్బు కలిగిస్తాయి."
"ఇంకా జబ్బుగా ఉన్న వ్యక్తి ఆరుబయట మలవిసర్జన చేయడంతో ఈ చక్రం నిరంతరం నడుస్తూ ఉంటుంది" రవి గంభీరంగా అన్నాడు "అవును! మీరు సరిగ్గా చెప్పారు!" డాక్టర్ గారు సమాధానం ఇచ్చారు.

చింతిత స్వరంలో జ్యోతి అడిగింది, "ఓహ్! ఈ చక్రం ఎప్పటికీ తెగడానికి వీలులేదా?" "ఎందుకు తెగడానికి వీల్లేదు? చూడండి! గ్రామంలో ప్రజలందరూ మరుగుదొడ్డి కట్టించుకుని దానిని క్రమబద్ధంగా ఉపయోగించినప్పుడు మాత్రమే మనం ఈ దుష్టక్రిమి చక్రం ఛేదించగలము!"

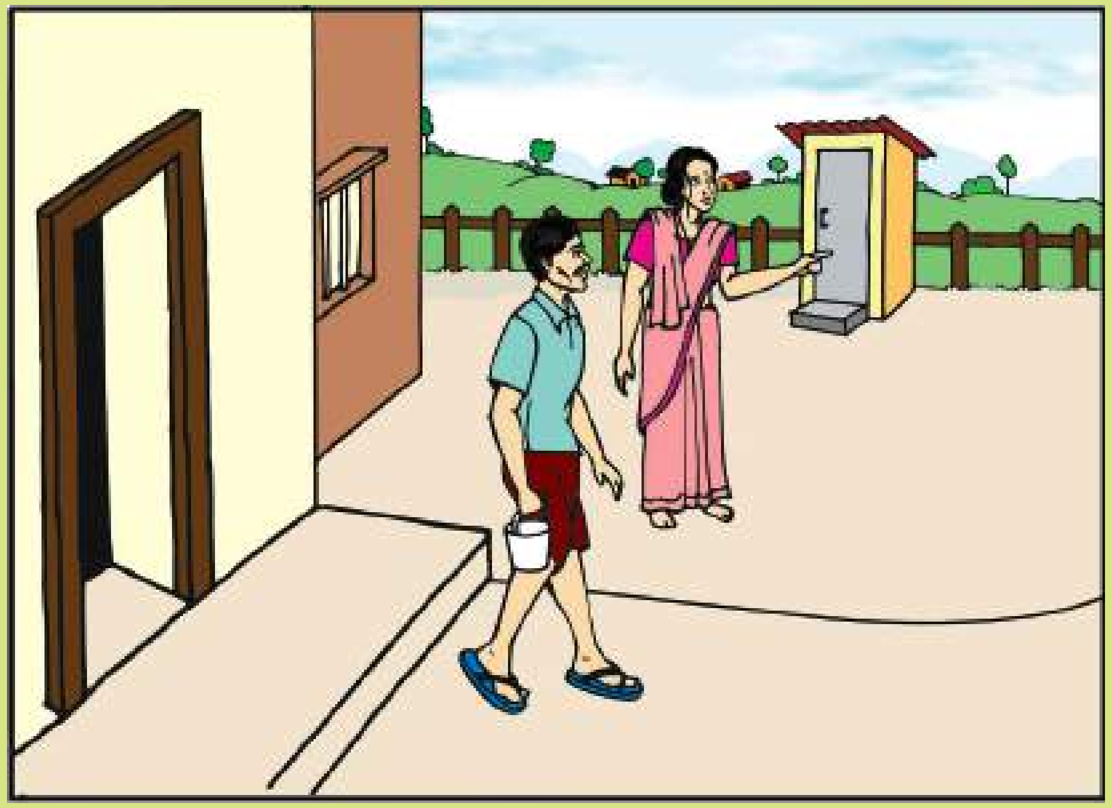
జ్యోతి నిందిస్తున్నట్లుగారవి వైపుకి చూసింది. ఆమె చూపులు 'నేను అంటూనే ఉన్నాను మరుగుదొడ్డి కట్టించమని! ఇప్పుడు చూడు!' అంటున్నట్లుగా ఉన్నాయి. కాని రవి ముఖంపై ఒక ఆత్మవిశ్వాసపు మెరుపు ఉంది. ఇవ్వాళ అతను మరుగుదొడ్డి కట్టించుకోవాలనే నిర్ణయం తీసుకున్నాడు కదామరి.

ప్రేక్షకులని అడగండి:
ఆరుబయట మలవిసర్జన చేయడం ద్వారా వ్యాధులు ఎలాగ వ్యాపిస్తాయి?
తెరిచి ఉంచబడిన ఆహారం మరియు మూతపెట్టబడకుండా ఉన్న నీటిని త్రాగడం వలన వ్యాధులు ఎలాగ ప్రబలుతాయి

క్రిమి చక్రం



పిల్లల మలంలో కూడా క్రిములు ఉంటాయి



రవి , జ్యోతి వాళ్ళ ఇంట్లో మరుగుదొడ్డి కట్టారు. . మర్నాడు పొద్దున్నరవి అలవాటు ప్రకారం చెంబు తీసుకుని బైటికి వెళ్ళబోయాడు. దీనితో జ్యోతి నవ్వి మరుగుదొడ్డి వైపు వేలు చూపింది. ఠక్కున్నరవి మరుగుదొడ్డిలోకి వెళ్ళాడు.

ఆ రోజు తర్వాత నుంచి రవి క్రమబద్ధంగా మరుగుదొడ్డి ఉపయోగించడం మొదలుపెట్టాడు..

మీ ఇంట్లో ఎవరెవరు మరుగుదొడ్డి ఉపయోగిస్తారు?
ఇంట్లోని మగవాళ్ళు కూడా మరుగుదొడ్డి ఉపయోగిస్తారా? ఒకవేళ ఉపయోగించకపోతే, వాళ్ళు మరుగుదొడ్డి ఉపయోగించడం ఎందుకు అవసరం?

ఒక రోజు రవి ఇంటికి వచ్చేటప్పటికి జ్యోతి చింటు మలాన్ని కాలువలో పారెయ్యడానికి వెళ్తోంది. అతను వెంటనే ఆమెను ఆపి, "శిశువుల మలం కూడా పెద్దవాళ్ళ మలం అంత హానికరంగా ఉంటుంది. డాక్టర్ గారు చెప్పారు. దీని పారెయ్యడానికి కూడా మరుగుదొడ్డినే ఉపయోగించాలి," అని చెప్పాడు.

జ్యోతి, "సరే బాబూ! ఇక నుంచి అలా చెయ్యను. సరేనా!" అంది

గ్రూపు సభ్యుల్ని అడగండి:

పసిపిల్లల మలం ఎక్కడ మరియు ఎందుకు జాగ్రత్తగా పారవెయ్యాలి?

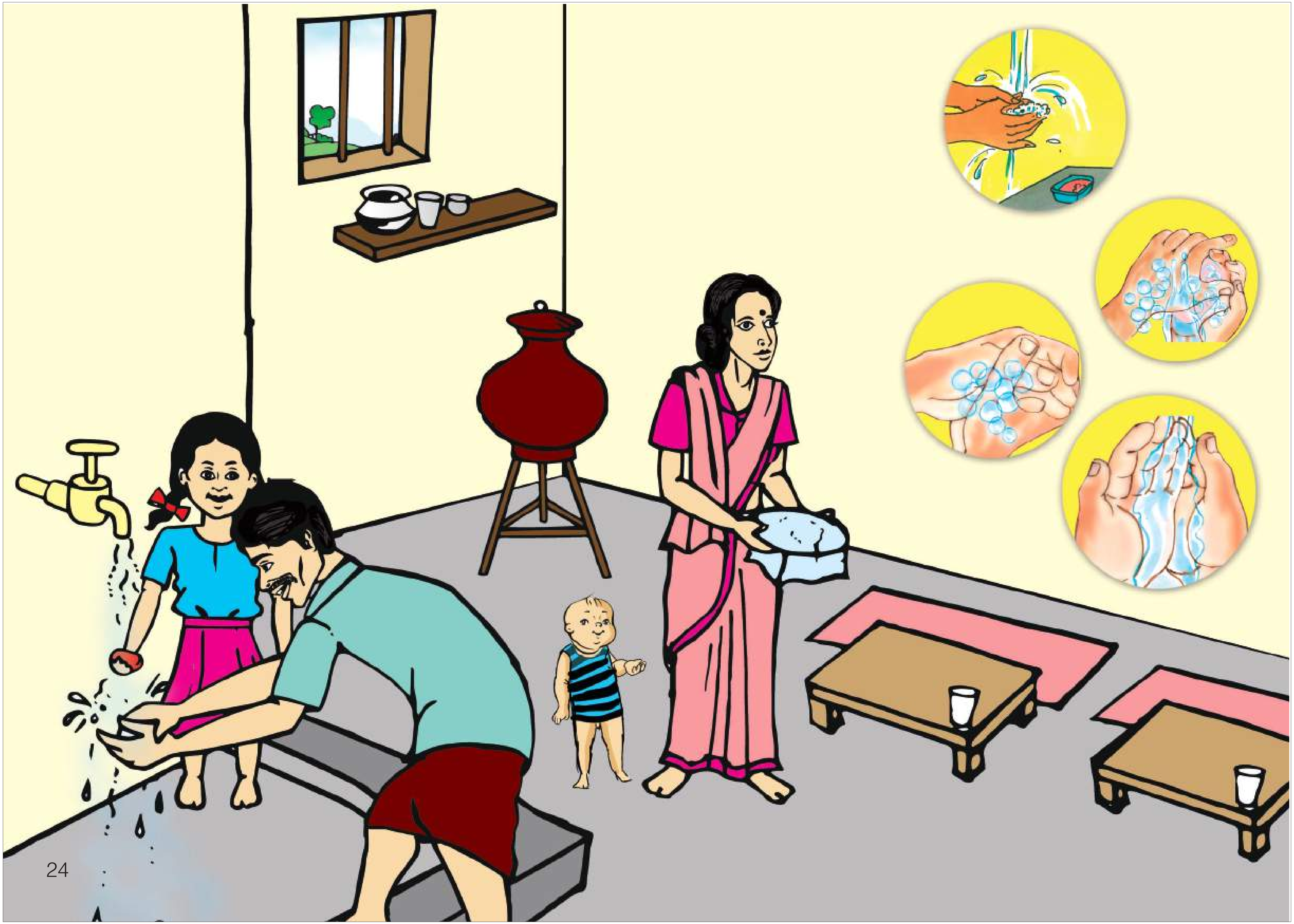
ఇంట్లో మరుగుదొడ్డి సంరక్షణ ఇంకా శుభ్రంగా ఉంచడం ఎవరి బాధ్యత?

ఒక రోజురవి మధ్యాహ్నం భోజనం చేయడం కోసం ఇంటికి వచ్చాడు. జ్యోతి అతని కోసం భోజనం వడ్డిస్తోంది, అప్పుడే గీత బడి నుంచి వచ్చింది. వాళ్ళ నాన్న ఉత్త నీళ్ళతో చేతులు కడుక్కుని భోజనం చేయడానికి కూర్చున్నారని ఆ అమ్మాయి చూసింది. గీత పరిగెత్తుకుంటూ సబ్బు తీసుకొచ్చి, "ఓహో నాన్నా! భోజనం చేయడానికి ముందు చేతుల్ని ఉత్త నీళ్ళతో కాదు, సబ్బుతో కడుక్కోవాలి!" అని చెప్పింది,

రవి గీత చేతుల నుంచి సబ్బు తీసుకుని చక్కగా చేతులని కడుక్కుంటూ అడిగాడు "...నా బంగారు తల్లి బడి నుంచి ఇంకా ఏమేమి నేర్చుకొచ్చింది?" గీత జ్యోతికి ఇంకా రవికి వ్యాధికారక క్రిములు ఎలాగ చేతుల్లోపల, వేళ్ళ మధ్యలో దాక్కుని ఉంటాయో చెప్పింది. అవి ఉత్త నీళ్ళతో ఎన్నడూ శుభ్రం కావు . సబ్బుతో మాత్రమే అవి తొలగిపోతాయి.. "...అందుకే భోజనానికి ముందు ఇంకా మరుగుదొడ్డి కి వెళ్ళిన తర్వాత...." గీత తన మాట పూర్తిచేయగలిగే ముందే రవి ఇంకా జ్యోతి   ఒక్కసారిగా చెప్పారు "చేతులని ఎల్లప్పుడూ సబ్బుతో శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి!" అని.
అందరూ నవ్వడంతో పసివాడు చింటు కూడా కిలకిలా నవ్వాడు.

జ్యోతి కి గీత   వివరించింది భోజనాన్ని ఎప్పుడూ మూతపెట్టి ఉంచమని. ముఖ్యంగా చింటు దానిని.....లేకపోతే ఈగలు వ్యాధికారక క్రిములని ఆహారపదార్థాలపై వ్యాపింపజేయవచ్చు.

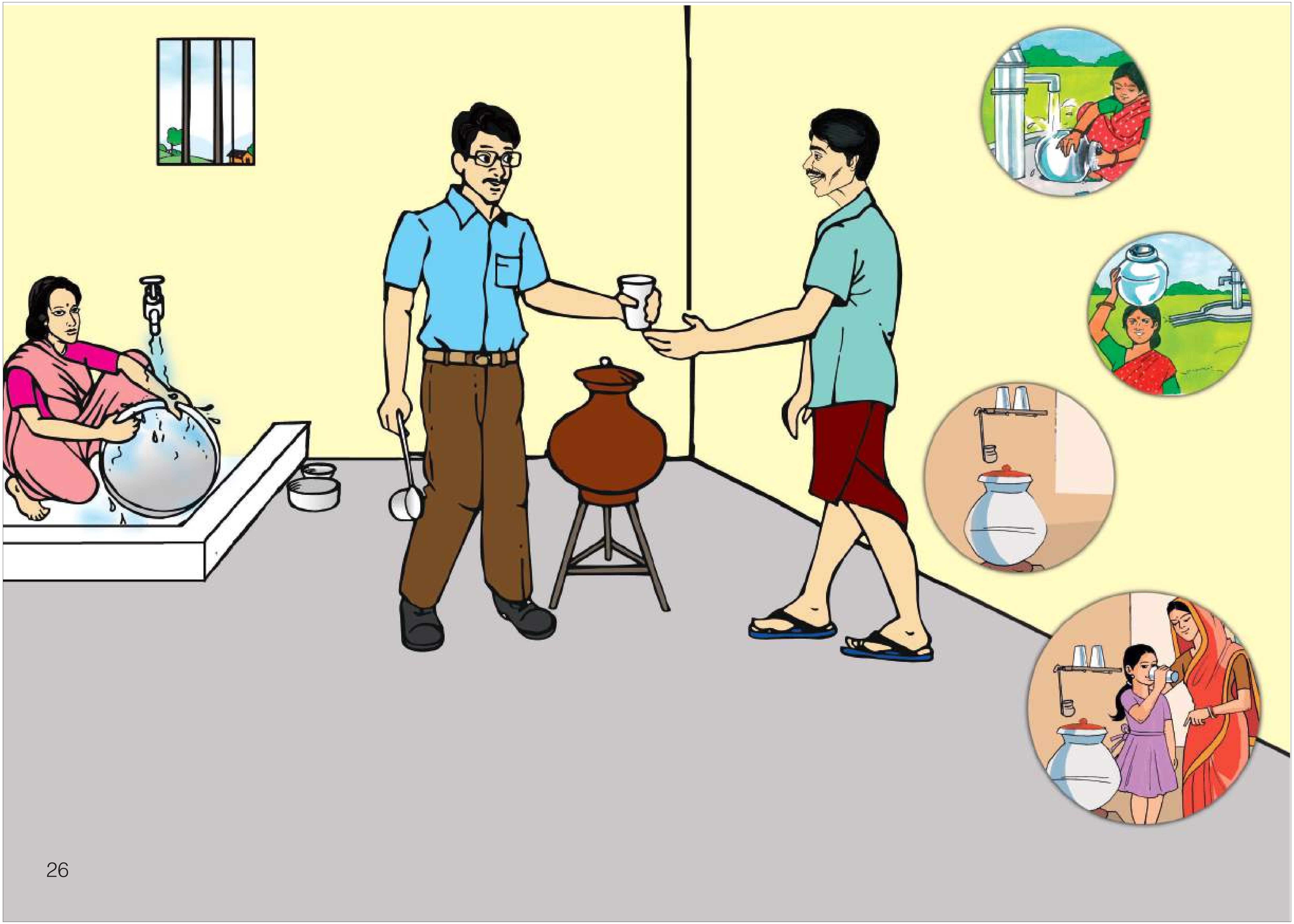
గ్రూపు సభ్యుల్ని అడగండి:
సబ్బుతో చేతులని ఎందుకు కడుక్కోవాలి?
సబ్బుతో చేతులని కడుక్కోవడం ఎప్పుడెప్పుడు ఇంకా ఎందుకు అవసరమవుతుంది?
ఆహారాన్ని మూతపెట్టి ఉంచడం ఎందుకు అవసరం?

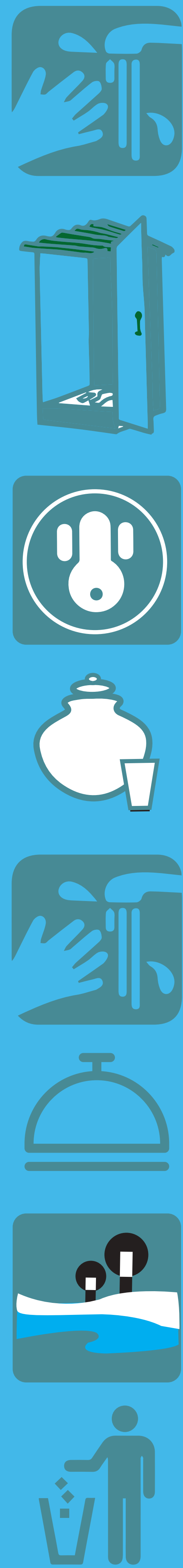


కొద్దిరోజుల తర్వాతరవి వివేక్ ని కలవడానికి వాళ్ళ ఇంటికి వెళ్ళాడు.
వివేక్ వంటింట్లో తన భార్యతో కలిసి పని పంచుకుని చేస్తున్నాడు. అతను అక్కడి నుంచే- " ఇక్కడికే రారా!" అని కేకపెట్టాడు. రవికి వివేక్ శుభ్రంగా మెరుస్తున్న గ్లాసులో త్రాగేందుకు మంచినీళ్ళు ఇచ్చాడు. వివేక్ వాళ్ళ ఇంట్లో శుభ్రతని అతను ఇంతకు ముందు కూడా చూసాడు, కాని వంట ఇంట్లో మూత పెట్టబడి ఉన్న మంచినీళ్ళ కుండలని చూసి అతని కళ్ళు తెరుచుకున్నాయి.

అతను ఆ క్షణమే అర్ధం చేసుకున్నాడు, తమ ఇంట్లో త్రాగేనీటి వ్యవస్థ ఏ రకంగా ఉంచుకోవాలో. అతను ఇప్పుడు ఈ విషయం కూడా అర్ధం చేసుకోగలడు, అది ఎందుకు అవసరమో?

ప్రేక్షకులని అడగండి:
త్రాగేందుకు నీటిని ఎక్కడి నుంచి తీసుకురావాలి?
త్రాగు నీటిని సురక్షితంగా ఎలాగ ఉంచుకోవాలి?





వివేక్ వాళ్ళ నాన్నగారు గ్రామ సర్పంచ్. ఆయన గ్రామ సభతో కలిసి ప్రతివారిని తమ ఇంట్లో మరుగుదొడ్డి కట్టుకోవాలని ప్రోత్సహిస్తూ ఉంటారు. వారి గ్రామం యొక్క ఈ స్వచ్ఛతా ప్రయాసలో వివేక్ ఇంకారవి కూడా సమానంగా పాల్గొంటారు.

ఇద్దరూ కూడా ఇప్పుడు డాక్టర్ సాబ్, టీచర్ గారు, ఎఎన్ఎం అక్క లాగా ఎందరిలాగానో 'కాపలా (నిగరాని) సమితి'లో సభ్యులు అయ్యారు. ఈ 'కాపలా సమితి'లో సభ్యులై వారు పూర్తి గ్రామాన్ని బహిరంగ ప్రదేశాల్లో మలవిసర్జన చేయడం నుంచి నిరోధిస్తారు. మరుగుదొడ్డి కట్టుకోవలసిందిగా తెలియజెపుతారు, ఇంకా స్వఛ్ఛమైన అలవాట్లు చేసుకోవలసిందిగా ప్రోత్సహిస్తారు.

ఇప్పుడురవి ఇంట్లో సుఖసంతోషాలు తిరిగివచ్చాయి. అతను ఒక బాధ్యతాయుతమైన ఇంకా అప్రమత్తంగా ఉండే పౌరుడు అయ్యాడు. ఒకప్పుడు "చేసేదేమో ఒకరు, అనుభవించేదేమో అందరూనూ " అనే సామెతని నిజం చేసే రవి ఇప్పుడు "ఒక దీపంతో వంద దీపాలు వెలిగించండి" అనే ఆదర్శం కలిగి ఉన్నాడు.

గ్రూపు సభ్యుల్ని అడగండి:
మన గ్రామం స్వఛ్ఛంగా ఉంచడం కోసం మనం ఏమి చెయ్యాలి?
మీ మీ తరఫునుంచి గ్రామం యొక్క ఆరోగ్యం మరియు అభివృద్ధి కోసం ఏ విధంగా తోడ్పడుతున్నారు?
మీరు ఏమి చేయడానికి బద్ధులై ఉంటారు?