

विद्यालय एवं आँगवाड़ी केन्द्रों में स्वच्छता संबंधी ध्यान देने वाली बातें

साबुन से हाथ धोने का आवश्यक समय:

- खाना खाने से पूर्व
- शौच के पश्चात्
- छोटे बच्चों का मल साफ करने के पश्चात्
- बच्चे को खिलाने से पूर्व

मानव/बच्चे के मल का सुरक्षित निपटान

- मल त्याग शौचालय में ही करें एवं छोटे बच्चे का मल का निष्पादन भी शौचालय में ही करें
- अगर शौचालय न हो तो बच्चे के मल निष्पादन के उपरांत मिट्टी से ढक दें
- मल त्याग के पश्चात् शौचालय में उचित मात्रा में पानी का प्रयोग करें जिससे शौचालय का उपयुक्त रख-रखाव हो

व्यक्तिगत स्वच्छता:

- दिन में कम से कम एक बार दांतों को ब्रश से साफ करें
- प्रतिदिन स्नान और कंधी करें
- साफ कपड़े ही पहने
- जब बाहर जाएँ एवं शौच के समय चप्पल पहने
- नाखून नियमित रूप से काटें
- विद्यालयों में प्रार्थना सत्र के दौरान उपरोक्त विषय पर चर्चा करें एवं स्वच्छता की जाँच करे
- आँगनबाड़ी केन्द्रों में भी उपरोक्त विषय पर चर्चा करें एवं स्वच्छता जाँच करें

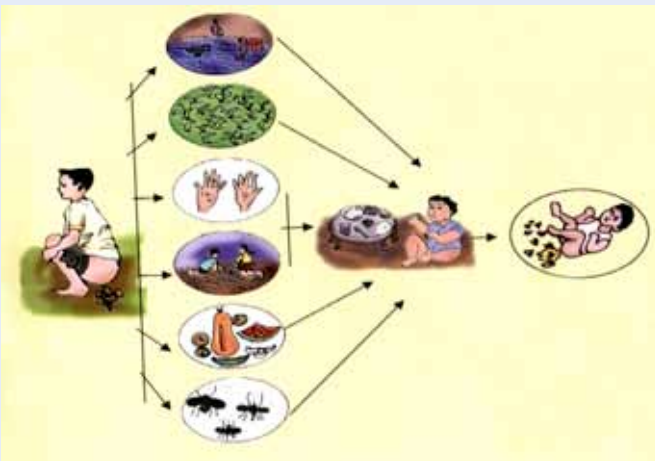
पेयजल की सुरक्षा:

- पीने का पानी सुरक्षित श्रोत से ही लें
- श्रोत के नजदीक गंदे पानी का जल जमाव न हो
- घर, विद्यालय एवं केन्द्र में पीने का पानी हमेशा उँचे स्थान पर ढककर रखें
- पानी निकालने के लिए टिसनी व डंडीदार लोटा का प्रयोग करें
- पानी भरते व निकालते समय ध्यान रहे कि हाथ व उंगली पानी में न डुबे
- पीने का पानी उबाल कर ही पिये जिससे संक्रमण की संभावना कम रहती है

केन्द्र में स्वच्छता सुविधायें:

- शौचालय की व्यवस्था हो
- जल श्रोत की उपयुक्त व्यवस्था हो
- साबुन की उपलब्धता हो
- हाथ धोने की व्यवस्था होना जरूरी है

मल द्वारा विमारियों का प्रसार:



हमारे असावधानी के कारण मल हमारे मुँह में विभिन्न रास्ते से होते हुए पहुँचता है और हमें बीमार करता है। मक्खी खुले भोजन में बैठकर भोजन को दूषित करता है, खुले में शौच करने से, खुले पानी के स्रोत शौच से दूषित होते हैं। अगर हम शौच के

बाद सिर्फ मिट्टी या पानी से हाथ धोते हैं और उसी हाथ से खाना खाते हैं तो खाना दूषित होता है। फल, सब्जी को बिना धोए खाने से मल हमारे मुँह तक पहुँचता है। नाखून बढ़ाने से या गंदा रखने से मल हमारे मुँह तक पहुँचता है।

अब बच्चों का एक ही नारा, शिक्षा है अधिकार हमारा।