निःशुल्क वितरण हेतु

चौदहवाँ अंक
(मार्च 2015 – मई 2015)

स्वजल समाचार

परियोजना प्रबन्धन इकाई | स्वजल परियोजना | पेयजल एवं स्वच्छता विभाग, उत्तराखण्ड

राष्ट्रीय स्वच्छता जागरूकता अभियान (झलकियाँ)

अनुक्रमणिका

क्र.सं.	विषय	पृष्ठ संख्या
1.	आइये ग्राम जल एवं स्वच्छता दिवस मनायें	3
2.	स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत	5
3.	स्वच्छ एवं स्वस्थ राष्ट्र के प्रति मेरा संकल्प एवं कर्तव्य	7
4.	स्वच्छ राष्ट्र मेरा संकल्प	9
5.	स्वच्छता एवं स्वास्थ्य	10
6.	स्वच्छ भारत मेरा संकल्प	11
7.	स्वच्छ राष्ट्र मेरा कर्तव्य	13
8.	स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत	14
9.	जीवन में स्वच्छता	15
10.	स्वच्छता का महत्व	16
11.	सार्वजनिक स्वच्छता	17
12.	स्वच्छता	18
13.	हाथों की सफाई पर ध्यान दें	20
14.	नई आजादी की ओर	22
15.	खुले में शौच-बीमारियों को आमंत्रण	24
16.	शौचालय का निर्माण-बहू बेटियों का सम्मान	26
17.	सफल बनाओ स्वच्छता अभियान उत्तराखण्ड रहे देवभूमि समान	27
18.	संदेश	29
19.	देशव्यापी स्वच्छता अभियान	30
20.	स्वच्छता ग्रामीण भारत अभियान	32
21.	स्वच्छता रखने के उपाय	33
22.	स्वच्छता ग्रामीण भारत मिशन	34
23.	पैकेट में बन्द उत्पादों के रैपर खुले में न फेंकना	35
24.	सामुदायिक स्वच्छता	36
25.	स्वच्छता में बाधायें	37
26.	स्वच्छता और स्वास्थ्य	38
27.	स्वच्छ समाज के लिए चुनौतियाँ	39
28.	स्वच्छता एवं स्वास्थ्य	40
29.	स्वच्छ भारत स्वच्छ विद्यालय अभियान	41
30.	स्वच्छ भारत अभियान	42
31.	स्वच्छता अभियान	43
32.	स्वच्छता भारत अभियान के उद्देश्य (लक्ष्य)	45
33.	स्वच्छता अभियान की भूमिका	47
34.	व्यक्तिगत स्वच्छता	48
35.	स्वच्छ भारत अभियान	50
36.	स्वच्छ भारत मिशन	51
37.	स्वच्छ भारत अभियान की पहल	54
38.	Clean India, Green India	55
39.	स्वच्छता का संकल्प लें	56

संरक्षण मण्डल

1. **श्री एस. राजू**
   अपर मुख्य सचिव, पेयजल एवं स्वच्छता,
   उत्तराखण्ड शासन, देहरादून

2. **डॉ० रंजीत कुमार सिन्हा**
   निदेशक
   पी.एम.यू.-स्वजल परियोजना, देहरादून

3. **श्री पी.सी. खरे**
   वित्त नियंत्रक
   पी.एम.यू.-स्वजल परियोजना, देहरादून

सम्पादक मण्डल

श्री एस.एस. बिष्ट
इकाई समन्वयक (ऑप. एवं एस.डी.),
मुख्य सम्पादक

श्री संजय कुमार सिंह
इकाई समन्वयक (मानव संसाधन विकास),
सह सम्पादक

श्री जयप्रकाश पंवार
संचार विशेषज्ञ, सह सम्पादक

श्री संजय पांडे
प्रशिक्षण एवं संचार विशेषज्ञ, सह सम्पादक

डॉ. रमेश बडोला
पर्यावरण विशेषज्ञ, सह सम्पादक

श्री बीरेन्द्र भट्ट
सामुदायिक विकास विशेषज्ञ, सह सम्पादक

डॉ. रन्नो यादव
महिला विकास विशेषज्ञ, सह सम्पादक

श्री बी.पी.एस. भण्डारी
टंकण एवं साज-सज्जा

सम्पादकीय

स्वजल परियोजना द्वारा प्रारम्भ से ही जन–जन में शुद्ध पेयजल एवं स्वच्छता के प्रति जागरूकता फैलाने का बीड़ा उठाया है। परियोजना के अन्तर्गत संचालित उत्तराखण्ड पेयजल एवं स्वच्छता कार्यक्रम, स्वच्छ भारत मिशन, राष्ट्रीय ग्रामीण पेयजल आपूर्ति कार्यक्रम, पेयजल गुणवत्ता कार्यक्रमों ने शुद्ध पेयजल, व्यक्तिगत स्वच्छता, घरेलू स्वच्छता, पर्यावरणीय स्वच्छता के साथ–साथ स्कूलों में शुद्ध पेयजल, शौचालय एवं स्कूलों की साफ–सफाई जैसे मूलभूत मुद्दों पर व्यापक जन–जागरूकता कार्यक्रमों का संचालन किया है। इससे न सिर्फ आम ग्रामीण बल्कि परियोजना कार्यक्षेत्रों के स्कूलों में भी पेयजल एवं स्वच्छता के प्रति जागरूकता बढ़ी है। स्वजल परियोजना ने हाल ही में स्कूली बच्चों की निबन्ध एवं चित्रकला प्रतियोगिता का आयोजन किया है जिसमें बच्चों ने बड़–चढ़ कर भाग लिया। स्कूली बच्चों द्वारा लिखे गये निबन्धों एवं कला चित्रों की प्रतियोगिता में बच्चों ने शुद्ध पेयजल, शौचालय, स्वच्छ भारत अभियान, व्यक्तिगत स्वच्छता, घरेलू स्वच्छता, पर्यावरणीय स्वच्छता पर अपने बेवाक विचार अपने लेखों में व्यक्त किये है जो प्रत्येक पाठक को सोचने पर मजबूर करते है। इसी प्रकार बच्चों ने सुन्दर चित्रों/पोस्टरों से अपनी रचनात्मक अभिव्यक्ति से यह दर्शाया है कि हम अपने घर, गांव, स्कूल, शहर को किस प्रकार दूषित कर रहे हैं व यह भी चित्रित किया कि बच्चों के मन में शुद्ध पेयजल एवं स्वच्छता की आदर्श स्थिति क्या है। बच्चों ने अपने सुन्दर हस्तलेखन, सुन्दर चित्रण एवं बैचारिक लेखन से यह संभावना जता दी है कि यदि बच्चों को सही मार्ग दर्शन मिले तो वे आने वाले भविष्य में देश की प्रगति में बहुत बड़ी भूमिका निभा सकते हैं। हमने स्वजल समाचार के इस अंक को पूर्णत बच्चों के निबन्धों के महत्वपूर्ण अंशों तथा उनके द्वारा बनाये गये चित्रों को समर्पित किया है। सम्पूर्ण निबन्धों को प्रकाशित करने पर कुछ ही बच्चों को प्रकाशन का मौका मिलता, इसलिए हमने मुख्य–मुख्य विचारों व अंशों को शामिल कर अधिकतम बच्चों को **"स्वजल समाचार"** में उनके लेख व चित्रों को प्रकाशित करने का अवसर प्रदान किया है। इस बार का अंक केवल हिन्दी भाषा में तैयार किया गया है। अगली बार पुनः दोनों भाषाओं में स्वजल समाचार प्रकाशित किया जायेगा। हमें आशा है कि भविष्य में भी हम इस प्रकार की रचनात्मक गतिविधियों को विद्यालयों के साथ मिलकर करने का प्रयास करेंगे, सभी बच्चों जिन्होंने निबन्ध एवं चित्रकला प्रतियोगिता में भागेदारी की है उन सभी को कोटि–कोटि साधुवाद तथा जिन शिक्षकों ने इस अभियान में सहयोग प्रदान किया है उनका हृदय से आभार।

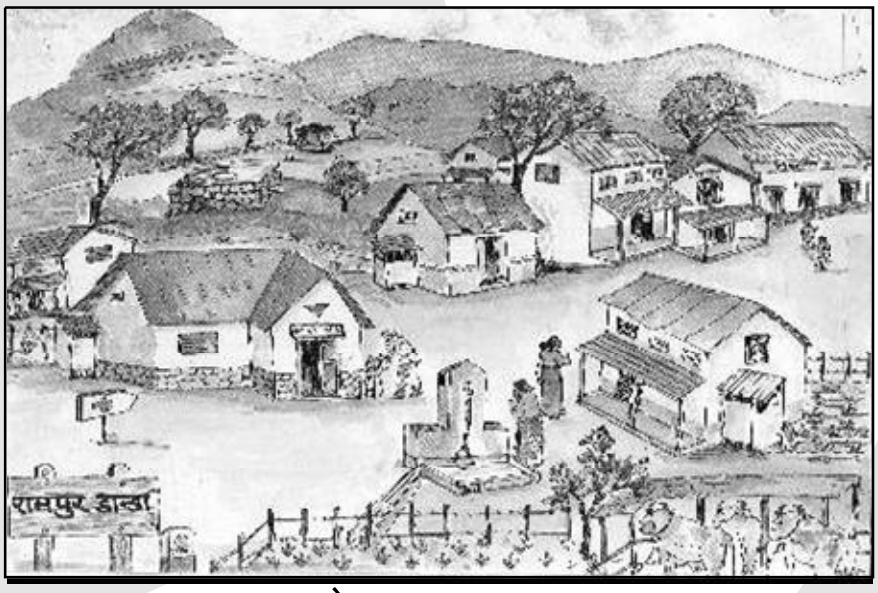
सम्पादकीय टीम

आइये ग्राम जल एवं स्वच्छता दिवस मनायें

अमूल्य जल बचाना है ।
ग्राम जल एवं स्वच्छता दिवस मनाना है ।।

पृष्ठभूमि : मानवीय बसावटों का अध्ययन करने पर एक महत्वपूर्ण बिन्दु हमेशा उभर कर सामने आता है और यह बिन्दु है **"जल"** इतिहास इस बात का गवाह रहा है कि मानवीय बसावट हमेशा जल के निकट अर्थात् नदियों, जलस्रोतों, तालाबों के इर्द–गिर्द ही बसी थी व बसी है। नील नदी, हड़प्पा, मोहनजोदड़ो सहित अनेक नदी घाटी सभ्यतायें जल के इर्द–गिर्द ही पल्लवित व पुष्पित हुई है।

उत्तराखण्ड राज्य का जल की दृष्टि से यदि विवेचना की जाये तो यह क्षेत्र समस्त उत्तर भारत से लेकर उत्तर पूर्व तक बसे लाखों जनसंख्या की न केवल प्यास बुझाता है बल्कि इसी जल पर यहाँ की कृषि भी निर्भर है। दुनिया में पेयजल अथवा स्वच्छ जल की निरन्तर कमी होती जा रही है। मध्य हिमालय में स्थित उत्तराखण्ड स्वच्छ जल का एक महत्वपूर्ण भण्डार है। दुनिया में हो रहे प्राकृतिक बदलावों का असर उत्तराखण्ड के जल स्रोतों पर भी पड़ रहा है। भूमण्डलीय गर्मी बढ़ने से हिमखण्ड लगातार खिसकते जा रहे हैं। गंगा के उद्गम स्थित गौमुख ग्लेशियर पीछे खिसकता जा रहा है वहीं दूसरी ओर भूकम्पीय हलचलों से जल स्रोत सूखते जा रहे हैं या इन स्रोतों में पानी की मात्रा कम हो गयी है।



पोस्टर– सरार टूल

ऐतिहासिक व मानव वैज्ञानिक अध्ययनों से ज्ञात होता है कि उत्तराखण्ड राज्य में गाँवों की बसावट पेयजल स्रोतों की उपलब्धता के कारण ही सम्भव हुई थी। जंगलों में घुमन्तु चरवाहों के डेरे भी ऐसे ही जल स्रोतों के निकट रहते हैं। पहाड़ से लेकर तराई तक सारे गाँव इन्हीं प्राकृतिक जल स्रोतों के इर्द–गिर्द बसे। समय के साथ–साथ इन प्राकृतिक जल स्रोतों, नौलों, तालों पर लगातार बढ़ती जनसंख्या का दवाव बढ़ता चला गया, जिससे गाँव में पेयजल की किल्लत भी बढ़ती गयी। जैसे–जैसे विकास की किरणें गाँवों तक पहुँची तो अत्याधुनिक तकनीकी से बड़े जल स्रोतों से पाईप लाइनों के माध्यम से गाँवों में पेयजल की सुविधायें प्रदान की गईं। जनसंख्या वृद्धि, मानव बस्तियों व शहरीकरण से जल स्रोतों पर भारी दबाव बढ़ गया है। जल अमूल्य है तथा जल उपलब्ध करवाने की प्रणाली व ढाँचागत सुविधाओं पर भारी भरकम खर्च होता है। पेयजल प्रबन्धन एक अति–महत्वपूर्ण जरूरत बनती जा रही है।

समुदाय आधारित पेयजल : सन् 1996 में विश्व बैंक की सहायता से पहली बार समुदाय आधारित पेयजल योजना **"स्वजल परियोजना"** की एक अनोखी परिकल्पना की गयी थी। इसके तहत गाँव के लोग स्वयं विषय विशेषज्ञों/सलाहकारों की मद्द से पेयजल योजना का खाका तैयार करते हैं। योजना का नियोजन, क्रियान्वयन एवं योजना की देख–रेख, मरम्मत इत्यादि कार्य स्वयं ग्राम स्तर पर बनायी गयी, उपभोक्ता पेयजल एवं स्वच्छता उपसमिति के माध्यम से करती है। दुनिया में समुदाय आधारित यह एक अनोखी पेयजल योजना है जिसका स्वयं समुदाय प्रबन्धन करता है। यह एक सफल प्रयोग रहा है।

ग्राम जल एवं स्वच्छता दिवस : विश्व में हर वर्ष जल, पर्यावरण, जैवविविधता, आवास जैसे अनेक विषयों पर जन जागरूकता हेतु निश्चित तिथि को व्यापक रूप से मनाया जाता है। इसमें यह कामना की जाती है कि इस निश्चित तिथि से जल, पर्यावरण आदि विषयों पर ज्ञान का आदान–प्रदान किया जायेगा व लोग इस हेतु संवेदनशील होंगे। उत्तराखण्ड राज्य में भी जल स्रोतों के प्रति लोगों का पारम्परिक रूप से गहरा लगाव रहा है। विवाह के पश्चात वधु द्वारा धारा पूजन जल स्रोतों के प्रति श्रदा एवं जल की महत्ता को दर्शाता है। इधर कुछ वर्षों से पाईप लाइनों के माध्यम से पेयजल उपलब्ध करवाने से पारम्परिक जल स्रोतों, नौलों की भी अनदेखी हुई है। इस ओर ध्यान न दिये जाने के कारण पारम्परिक जल स्रोत या तो खण्डहर हो गये या उपेक्षित पड़े हुये हैं। पाईप लाइनों के साथ–साथ पारम्परिक जल स्रोतों को बचाना हम सब की प्राथमिकता होनी चाहिए। उत्तराखण्ड ग्रामीण पेयजल एवं स्वच्छता परियोजना (स्वजल) जल की उपयोगिता एवं महत्व समझने के लिए जन–जन में जागरूकता लाने के उद्देश्य से **"ग्राम जल एवं स्वच्छता दिवस"** की परिकल्पना सामने लायी है।

यह प्रथम प्रयास होगा जब प्रत्येक गाँव हर वर्ष **"ग्राम जल एवं स्वच्छता दिवस"** मनायेगा व यह परम्परा लगातार आने वाले वर्षो में भी जारी रह सकेगी। आइये हम सब मिलकर संकल्प लें कि अपने–अपने गाँवों में हर वर्ष **"ग्राम जल एवं स्वच्छता दिवस"** मनायेंगे।

अपने गाँव के पानी को बचाना है ।
हर वर्ष "ग्राम जल एवं स्वच्छता दिवस" मनाना है ।।

जयप्रकाश पंवार
(आई.ई.सी. विशेषज्ञ)

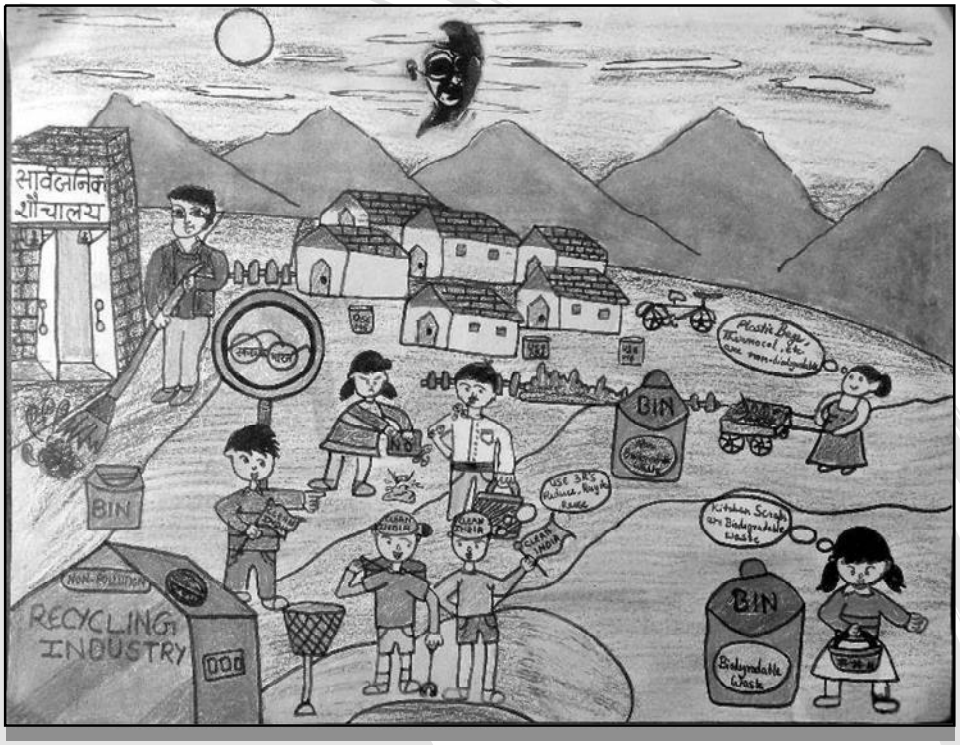
स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत

स्वच्छता हमारे लिए अत्यन्त आवश्यक है। स्वच्छता का अर्थ है साफ–सफाई रखना। हर जगह साफ सुथरा रखना जैसे– घर में, आस–पड़ोस में, गाँव–शहरों में, हमारा देश जब साफ–सुथरा रहेगा तभी हम स्वच्छ रहेंगे। हमारे आस पड़ोस, गाँव, शहरों में कूड़ा–कचरा अधिक हो गया है, यह हमारे लिए हानिकारक है। कूड़ा–कचरा अधिक हो जाने पर कूड़ा नदियों में, तालाबों में, पानी में आदि जगह फैल रहा है, इससे पानी गन्दा हो रहा है, जिससे लोग बीमार हो रहे हैं, स्वस्थ नहीं हैं। इसी कारण लोग अधिकतर बीमार हो रहे हैं। अगर हम ही अपने घर, पड़ोस आदि जगह में साफ–सफाई नहीं करेंगे तो हम स्वच्छ कैसे रहेंगे। कूड़े को कूड़ेदान में ही डालना चाहिए।

अगर सभी अपने–अपने घर में शौचालय बनवायें तो हमारा देश, घर, पर्यावरण आदि स्वच्छ रहेगा। अगर हम ही शौच के लिए बाहर जायेंगे तो गाँव वालों तथा शहर वालों को कौन जागरूक करेगा। अगर हम सब लोगों को बतायेंगे शौच बाहर नहीं जाना, घर पर ही शौचालय बनवायें। शौचालय बनाने के लिए सरकार द्वारा पैसा दिया जा रहा है तब भी नहीं बना रहे तो कैसे हमारा देश, घर, आस–पड़ोस स्वच्छ रहेगा, इसलिए मैं नारा लिखती हूँ जो निम्नलिखित है :–

बहू बेटी बाहर न जाये।
घर में शौचालय बनवायें।

पोस्टर– कु० विद्या, कक्षा–8, रा.पू.मा.वि. सेलाकुई



पोस्टर– जाह्नवी अग्रवाल

पॉलिथीन का प्रयोग न करें–

प्लास्टिक की पॉलिथीन का प्रयोग नहीं करना चाहिए क्योंकि प्लास्टिक की पॉलिथीन जानवरों के लिए हानिकारक है। गाय, भैस घास चरने जाते हैं तो वहाँ प्लास्टिक की पॉलिथीन पड़ी होती है जिससे गाय, भैस, बकरी आदि जानवरों के मुँह में जाकर बहुत से जानवर मर गये हैं। इस कारण प्लास्टिक की पॉलिथीन का प्रयोग न करें।

शौचालय को सब अपनायें
पर्यावरण को सब अपनाये।

सौ रोगों की एक दवाई
सफाई सफाई सफाई।

नाम– आरती
कक्षा– 8
जूनियर वर्ग
रा०क०उ०मा०वि० छाम, टिहरी

स्वच्छ एवं स्वस्थ राष्ट्र के प्रति मेरा संकल्प एवं कर्तव्य

स्वच्छता का अर्थ साफ–सफाई से है। हम अपने राष्ट्र को कैसे स्वच्छ बनायें।

हम सभी यह जानते हैं कि स्वच्छता हमारे लिए कितनी जरूरी है। स्वच्छता जहाँ न हो हम वहाँ थोड़ी देर रूकना पसन्द नहीं करते हैं। हमें अपने घरों की नहीं अपितु अपने परिवेश, गली, मोहल्ला, शहर सभी जगह स्वच्छता बनाये रखना चाहिए। स्वच्छता की वजह से ही हम अपने आस–पड़ोस में घूम सकते हैं। अगर कहीं आस–पड़ोस में स्वच्छता न हो, क्या वहाँ कोई जाना पसन्द करेगा? उदाहरणतः टिहरी गढ़वाल के शहर चम्बा की पुरानी टिहरी रोड, वहाँ कोई भी व्यक्ति जाना पसन्द नहीं करेगा क्योंकि वहाँ स्वच्छता नहीं है, देश में और भी अनेक ऐसी जगह होगी। स्वच्छता का हमारा दैनिक जीवन पर बहुत प्रभाव पड़ता है। जहाँ स्वच्छता न हो वहाँ होती हैं बीमारियां और जहाँ स्वच्छता हो वहाँ बीमारी नहीं होती है।

जनपद–देहरादून

जिसके घर में हो न सफाई।
करती है स्वच्छता उसकी पिटाई।।

जैसा कि हमने अक्सर सुना है कि गाँव के लोग खेतों में कहीं भी बाहर शौच कर देते हैं। इस अभिशाप को शौचालय निर्माण के द्वारा दूर किया जा सकता है। हम अगर की गई प्रतिज्ञा का पालन करें तथा दूसरों को प्रेरित करें तो इस अभिशाप से बचा जा सकता है।

संकल्प : हम सभी को यह संकल्प लेना चाहिए कि हम सभी जगह स्वच्छता बनाये रखेंगे तभी तो हमारा राष्ट्र स्वस्थ होगा। देश के कई कोनों में गन्दगी होगी हमें यह गन्दगी साफ करनी होगी। घर–घर में शौचालय हो सभी लोग खुश रहें। हमें विद्यालय परिसर में गन्दगी नहीं फैलानी चाहिए। जहाँ ज्यादा कूड़ा हो उसे सरकार व जनता की मदद के द्वारा साफ कराना चाहिए, जो व्यक्ति गन्दगी फैलाता है उसे दण्डित करेंगे।

शौचालय की महिमा प्यारी।
दूर भागे सारी बीमारी।।

नाम : अंकित चमोली
कक्षा : 8
वर्ग : जूनियर
रा०इ०का० छापराधार (टि०ग०)

स्वच्छ राष्ट्र मेरा संकल्प

मैं अपने राष्ट्र को स्वच्छ एवं सुंदर बनाने के लिए अधिक से अधिक प्रयास करुंगी। अपने आस–पास के पर्यावरण को स्वच्छ रखूंगी तथा अपने साथियों को भी प्रेरित करूंगी। मैं अपने राष्ट्र को खुले में शौच से मना करुँगी। अगर हम ऐसा नहीं करेंगे तो हमारा पर्यावरण दूषित हो जाएगा और हमारा राष्ट्र स्वच्छ नहीं रहेगा और हमारा शरीर रोगों से लड़ने की क्षमता नहीं रखेगा।

यदि पर्यावरण रखेंगे साफ।
सदा स्वस्थ्य रहेंगे आप।।

एक स्वच्छ व्यक्ति समाज में एक नेता की भूमिका की तरह अपने गाँव, समाज, पर्यावरण और राष्ट्र को भी स्वच्छता के प्रति जागरूक कर सकता है जैसे कहा भी गया है कि स्वच्छता दैवत्य के निकट है अतः स्वच्छता भगवान के एकदम नजदीक होती है और स्वच्छ शरीर में ही स्वच्छ मस्तिष्क निवास करता है।

नाम : जगदम्बा
कक्षा : 10
रा०इ०का०, उप्पू (टि०ग०)

स्वच्छता एवं स्वास्थ्य

स्वच्छता एवं स्वास्थ्य ही हमारा जीवन है यदि हम हर जगह को स्वच्छ रखेंगे तो वह जगह भी हमें स्वच्छ एवं सुन्दर नजर आयेगी क्योंकि स्वच्छता एवं स्वास्थ्य ही जीवन है। यदि हम स्वच्छता रखेंगे तो हमारा स्वास्थ्य भी अच्छा रहेगा और अगर हमारा स्वास्थ्य अच्छा रहेगा तो हमारे घर के लिए आए पैसे दवाईयों में खर्च नहीं होंगे और हमारे घर की बचत भी बनी रहेगी, तभी तो स्वच्छता एवं स्वास्थ्य हमारे जीवन के लिए आवश्यक है। कुछ लोग तो अपने घर के बाहर ही कूड़ा करकट कर देते हैं पर उन लोगों को ये बात नहीं पता कि जब उस गंदगी पर मक्खी पनपेंगी तो उनके घर के आस–पास रहने वालों तथा उनको भी अनेक बीमारियां हो सकती हैं।

स्वच्छता न रखने के कारण कितने लोगों की मृत्यु हो चुकी है, कुछ लोग सोचते हैं कि अगर हम यहाँ पर गंदगी करेंगे तो हमें इससे कोई दुष्प्रभाव नहीं होगा किन्तु जब उस गंदगी में मक्खी जैसे कीटाणु पनपेंगें और वह हमारे घर में आएंगे तो हमें कितनी बीमारियां हो सकती हैं हम लोग अपने स्वास्थ्य का ध्यान न रखकर बाहर मिठाईयाँ खाते हैं पर हम लोग उस मिठाई को जब देखें तो उसके चारों ओर मक्खियाँ रहती हैं। यह मक्खियाँ पता नहीं कहाँ–2 गन्दगी में बैठती हैं और फिर वह उस मिठाई पर बैठी रहती हैं तो जब हम उस मिठाई को खाएंगें तो कितने कीटाणु हमारे शरीर में चले जाएंगे।

मैं अपने राष्ट्र को स्वच्छ एवं स्वस्थ बनाने के लिए प्रतिज्ञा करती हूँ कि मैं शौच आदि हेतु घर तथा बाहर सदैव शौचालय का ही प्रयोग करूँगी, मैं अपने माता–पिता एवं भाई बहनों, पड़ोसियों तथा सम्बन्धियों को शौचालय निर्माण तथा उपयोग हेतु प्रेरित करूंगी। मैं अपने राष्ट्र को खुले में शौच करने के अभिशाप से मुक्त कर स्वच्छ एवं सुंदर बनाने में अपना भरपूर सहयोग प्रदान करूंगी। मैं अपने विद्यालय परिवार, घर तथा गाँव को स्वच्छ बनाएं रखूँगी।

नाम : आँचल मिश्रा
कक्षा : 9
वर्ग : जूनियर
रा०इ०का०, नई टिहरी

स्वच्छ भारत मेरा संकल्प

यह संदेह नहीं है कि किसी भी राष्ट्र का नागरिक अपने देश के लिए अपने प्राण न्यौछावर कर सकता है। हर नागरिक में अपने देश को स्वच्छ व स्वस्थ रखने का एक सपना होता है। वह अपने देश को तरक्की की ओर बढ़ाने में अपना पूर्ण योगदान देने का प्रयत्न या अभ्यास करता है। मैं भी अपने देश से बहुत प्यार करती हूँ व मैं अपने देश को स्वच्छ–स्वस्थ देखना चाहती हूँ और मैं इसमें अपना पूर्ण योगदान दूँगी ताकि मेरा भारत हमेशा स्वच्छ व स्वस्थ रहे। मैं चाहती हूँ कि इस संकल्प में देश के सभी लोग मेरी मदद या सहायता करें और हम कह सकें–

संपूर्ण देशों से अधिक जिस देश का उत्कर्ष है।
वह देश मेरा देश है, वह देश भारत वर्ष है।
भारत को स्वच्छ बनाना है।
जन–जन को यही बताना है।

सार्वजनिक स्थानों की स्वच्छता : घर में शौचालय, स्नानघर/स्नानागार, बिस्तर, तौलिया आदि वस्तुओं को साफ–सुथरा रखना चाहिए। बच्चों के अंदर बचपन से ही स्वच्छता की आदत डालनी चाहिए इसके अलावा सार्वजनिक स्थानों को भी साफ–सुथरा रखना, घर के आस–पास कूड़ा–करकट इकट्ठा न करना ये सब स्वच्छता के प्रकार हैं। हमें अपने भारत को स्वच्छ करने का प्रयास निरंतर करना चाहिए।

स्वच्छता का यह अभियान।
करें हम इसका सम्मान।।

स्वच्छता पर दिया जिसने ध्यान।
वह नागरिक बना महान।।

सूखी धरती करे पुकार।
वृक्ष लगाकर करो श्रृंगार।।

जल प्रदूषण को रोकना है।
यही हम सबको सोचना है।।

स्वच्छ भारत है मेरा संकल्प।
यही है मेरा विकल्प।।

स्वच्छता हमारे जीवन का महत्वपूर्ण हिस्सा है, जिसके माध्यम से हम अपने पर्यावरण और राष्ट्र को स्वच्छ बना सकते हैं। अगर व्यक्ति स्वच्छता का ध्यान रखेगा तो तभी वह एक स्वच्छ राष्ट्र का निर्माण कर सकता है। स्वच्छता हमारे लिए अति आवश्यक है अगर हम अपने आस–पास सफाई नहीं रखेंगें तो हम अनेक रोगों से ग्रसित हो जाएंगें। हम सभी को पता है कि स्वच्छ वातावरण, सुंदर पृथ्वी, सुनहरा मौसम कितना अच्छा लगता है। अगर हमें इसे सलामत रखना है तो हमें स्वच्छता का विशेष ध्यान रखना पड़ेगा तभी एक स्वच्छ राष्ट्र का निर्माण हो सकता है।

मरे हुए जीव–जन्तु पशुओं द्वारा प्रदूषण या अस्वच्छता– अधिकतर गाँवों में निवास करने वाले व्यक्ति ही पशु पालन करते हैं तथा जब तक वह जीवित रहते हैं उनका उपयोग करते हैं। जब वह मर जाते हैं तो उन्हें सड़क के किनारे नदी में, बीच गाँव आदि में छोड़ देते हैं। बाद में यह पशु सड़–गलकर भयंकर अस्वच्छता का कारण बन जाते हैं और आस–पास के व्यक्तियों के साथ–साथ पूरे पर्यावरण को प्रभावित करते हैं।

भूमि, जल, वायु आदि से अस्वच्छता– जब किसी मृत पशु को भूमि में या खेत में डाल दिया जाता है तो उसे गिद्ध, कौए, गीदड़ आदि खाते रहते हैं। जल में मृत जानवरों को डाल दिया जाता है तो जल भी अस्वच्छ हो जाता है तथा वायु से जब सड़े–गले मृत पशु से दुर्गंध फैलती है तो मृत पशु से उत्पन्न विषाणु वायु द्वारा दूर तक बीमारी फैलती है।

नाम : प्रीति न्यूली
कक्षा : 11
रा०इ०का०, नई टिहरी

स्वच्छ राष्ट्र मेरा कर्तव्य

स्वच्छ राष्ट्र की संकल्पना हमारा कर्तव्य है। यह हमारा ही कर्तव्य नहीं बल्कि पूरे राष्ट्र का कर्तव्य है। हम यह कार्य तब ही पूर्ण कर पायेंगे जब हमें अपने राष्ट्र के प्रति प्रेम होगा, जब हम अपने मन से तथा पहले स्वयं प्रेरित होकर अपने राष्ट्र को स्वच्छ करने की प्रतिज्ञा लें, तथा उसके उपरान्त हम पूरे राष्ट्र में स्वच्छता के लिए जागरूकता पैदा करें तथा अनेक अभियान चलायें।

हम अपने राष्ट्र को स्वच्छ रखने के लिए ऐसे उत्पादों पर रोक लगाना होगा जिससे हमारा पर्यावरण प्रदूषित होता है। जैसे पौलीथीन तथा अनेक जगहों पर कचरा करना या कूड़े को अस्त–व्यस्त फैलाना। यह हमारे लिए एक अभिशाप बनकर उत्पन्न होता है। सीवर लाईन का प्रयोग अंदरूनी रूप से करना चाहिए। अपने घरों तथा अनेकों रसायन युक्त पानी को स्वच्छ पानी की ओर नहीं भेजना चाहिए। अनेक कारखानों से उत्पन्न रसायन युक्त अशुद्ध जल को स्वच्छ गंगा में न आने दें। गंगा की सफाई हमारे लिए महत्वपूर्ण है।

नाम : आशीष डंगवाल, कक्षा–12

स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत

स्वच्छता मनुष्य के लिए बहुत ही आवश्यक है। मनुष्य के लिए ही नहीं बल्कि सभी जीव जन्तुओं के लिए भी बहुत जरूरी है। अगर मनुष्य अपनी सफाई नहीं रखेंगें तो हमारे जीव जन्तु बच्चे–बूढ़े पूरा भारत व पूरा राष्ट्र ही बीमार हो सकता है। स्वच्छता हमारी जीवन की इकाई है। मनुष्य को स्वच्छता के लिए गाँव–गाँव में हफ्ते में एक दो बार रैली निकालनी चाहिए जिससे पूरा भारत जागरूक हो सकता है। इसके लिए हम ज्यादा से ज्यादा नारों का प्रयोग कर सकते हैं जैसे यह नारे हैं :

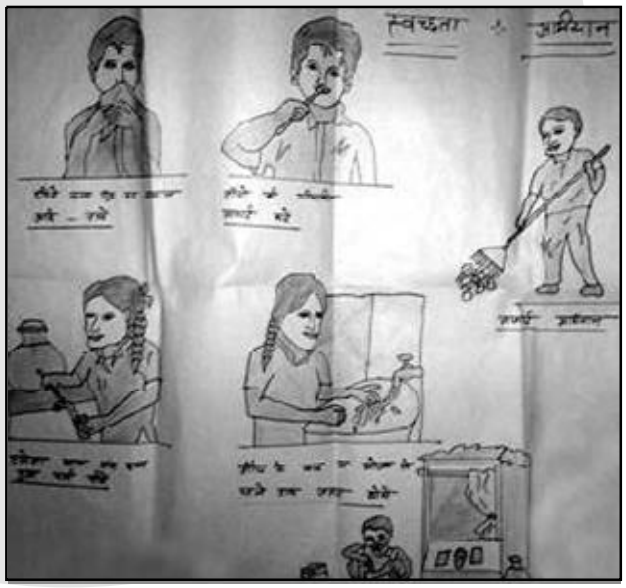
सौ रोगों की एक दवाई।
सफाई सफाई सफाई।।

स्वच्छता है बहुत जरूरी।
तभी होगी आशायें पूरीं।।

शौचालय को सब अपनाएं।
पर्यावरण को स्वच्छ बनाएं।।

मनुष्य को हमेशा अपनी स्वच्छता पर ध्यान देना चाहिए। उसे रोज नहाना चाहिए तथा साफ कपड़े पहनने चाहिए जिससे मनुष्य अपनी स्वच्छता पर ध्यान दे सके तथा अपने आस–पास के पड़ोसियों को भी जागरूक करें।

शौचालय में जाएं शौच।
खुला मैदान गलत अप्रोच।।



नाम : प्रीति, कक्षा–10
रा०क०उ०मा०वि०, छाम, टिहरी गढ़वाल

जीवन में स्वच्छता

हमारे जीवन में स्वच्छता का बहुत अधिक महत्वपूर्ण योगदान है। अगर हम स्वच्छ रहेंगें तो हमें किसी भी प्रकार का रोग नहीं हो सकता। स्वच्छ रहना मनुष्य के अपने हाथ में है, लेकिन मनुष्य कहीं न कहीं ये सब भूल जाता है कि अगर वो स्वच्छ रहेगा तो इससे उसका गाँव स्वच्छ होगा और गाँव स्वच्छ होने से हमारा पूरा राष्ट्र स्वच्छ होगा।

कभी हम देखते हैं कि किसी नदी या तालाब में कोई व्यक्ति नहा रहा है उसी तालाब में वो अपने मवेशियों को भी नहला रहा है, और तालाब के एक किनारे पर कुछ औरतें कपड़े धो रही है। तभी कोई छोटा बच्चा उस तालाब का पानी पी लेता है और एक दो दिन बाद वो भयंकर बीमारी से ग्रसित हो जाता है, वो बच्चा तो अंजान था लेकिन जो बाकी लोग थे वो तो समझदार थे, लेकिन वो भी ध्यान नहीं देते और एक दिन वो भी बीमारी की चपेट में आकर अपनी जिन्दगी गंवा बैठते हैं।

स्वच्छ रहने के उपाय–

1. सदैव शौच के लिए शौचालय का ही उपयोग करेंगे।
2. अपने घरों के आस–पास गंदगी नहीं करेंगे।
3. सड़कों पर कूड़ा–करकट नहीं डालेंगे।
4. नालियों की नियमित सफाई करनी चाहिए। स्वच्छता शारीरिक तथा मानसिक दोनों प्रकार की होती है।
5. पॉलिथीन का कम से कम उपयोग करना चाहिए।
6. नदियों, जलाशयों के किनारे गंदगी नहीं करनी चाहिए।
7. अधिक से अधिक पेड़–पौधे लगाने चाहिए।
8. कूड़े को इकट्ठा करके एक कूड़ेदान में डालना चाहिए।

नाम : कु0 मनीषा नेगी
कक्षा : 12
रा०इ०का०, उप्पू, टिहरी गढ़वाल

स्वच्छता अभियान स्वच्छ राष्ट्र मेरा संकल्प मेरा कर्तव्य

स्वच्छता का महत्व

क्या आपने कभी किसी बीमार व्यक्ति को देखा? क्या आपने कभी उस स्थान पर ध्यान दिया जहाँ पर जानवरों की मृत्यु हो रखी है? क्या आपने कभी अपने दैनिक जीवन में हमेशा प्रयोग होने वाले जल को देखा, जिसको पीने से मानव या जीव जन्तु पर जल का दुष्प्रभाव पड़ रहा है? यह जो भी कारण है, यह पर्यावरण में अस्वच्छता के कारण पैदा हो रहा है।

जीवन में जीने के लिये स्वच्छता का होना बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि यदि स्वच्छता होगी तो हम भी स्वच्छ रहेंगे। हमारी मानसिक शक्ति बढ़ेगी और हमारा वातावरण भी स्वच्छ रहेगा, इसलिये हमें पर्यावरण में स्वच्छता के प्रति समर्पित होना चाहिये। भारत जैसे विशाल देश को आज के दिन पर यह प्रतिज्ञा लेनी चाहिये, हमारा देश अस्वच्छता से मुक्त हो तभी हमारा देश भारत विकसित होगा। अन्त में मैं स्वच्छता के प्रति यही नारा कहना चाहूँगा।

''नंगी धरती करे पुकार,
पेड़ लगाकर करो श्रृंगार''

सतीश पंवार, कक्षा–10

पोस्टर– टिहरी गढ़वाल

सार्वजनिक स्वच्छता

सार्वजनिक स्वच्छता का अर्थ है अपने आस–पास के सार्वजनिक स्थान को स्वच्छ रखना जैसे मंदिर, सड़क इत्यादि। बस में लोग मूंगफली, केले खाते हैं तो उनके छिलके वहीं डाल देते हैं और मंदिर में अगरबत्ती जला के उसका पैकेट वहीं डाल देते हैं व सड़क में कूड़ा–कबाड़ा डाल देते हैं।

स्वच्छता के लिये एक नारा सुन लो भाइयों, सुन लो बहिनों, खुले में शौच करना पाप है।

''जहाँ मुनष्य की सोच,
वहीं शौचालय''।

अभिषेक नेगी, कक्षा–09

पोस्टर– टिहरी गढ़वाल

स्वच्छता

अगर हम कचरे को नदियों में फेकेंगे या नदी में कपड़ों को धोयेंगे तथा पशुओं को नदी में नहलायेंगे तो नदी प्रदूषित हो जायेगी यदि हम कचरे को रास्तों या नदियों में न डालकर जैविक व अजैविक का प्रयोग करेंगे तो नदियाँ साफ व स्वच्छ रहेंगी।

''न दिखता गाँव की राहों में कोई मल,
इसने बनाया है हमारा कल''

आज भी बहू–बेटियाँ, मातायें, बहिनें शौच के लिये शौचालय का प्रयोग न करके मजबूरन खुले में शौच करती हैं, जिसका परिणाम बड़ा घातक होता है। खुले में शौच त्यागने से मक्खी उस पर बैठती है और वही मक्खी हमारे आस–पास मंडराकर हमें नुकसान पहुँचाती है, जिससे कई बीमारियों उल्टी–दस्त आदि संक्रमण फैलता है। हमारे स्वच्छता के अभियान के अन्तर्गत मुख्य विषय यही रहेगा कि प्रत्येक घर में शौचालय हो।

- बहू–बेटियों का हो सम्मान,
  हर घर दे शौचालय पर ध्यान।
- हाथों की सफाई आवश्यक है, आओ जाने
  हाथों को कब–कब धोते हैं।
- खाने की वस्तुओं को धोयें, या खाना पकाने
  से पूर्व हाथों को साफ करें।
- खेलने के बाद हाथों को साफ करें।
- कूड़ा करकट साफ करने के बाद हाथों को
  साफ करें।
- स्वच्छ जल का करें प्रयोग,
  मिटे बीमारी भागे रोग।
- साबुन से हाथ धोने पर 47 प्रतिशत,
  बीमारियों कम की जा सकती हैं।
- शौच के बाद साबुन या राख से हाथों को
  धोयें।
- खाँसने तथा नाक की सफाई करने के बाद
  हाथों को साफ करें।
- साफ–सफाई की महिमा न्यारी,
  दूर हो सब रोग बीमारी।

- स्वच्छता अपनायें, स्वच्छता पायें।
- हो जागरूक जब सभी जन
  खुशहाल हो तभी जीवन।
- स्वच्छ जल स्रोतों के पानी का प्रयोग करें।
- खुले में शौच न करें,
  शौचालय का ही प्रयोग करें।
- भोजन करने से पहले व शौच के बाद,
  हाथों को अच्छी तरह साबुन से धोयें।
- भोजन सामग्री व पानी के बर्तनों को ढक कर रखें।
- घर–घर को संकल्प है लेना,
  बिना शौचालय नहीं है रहना।
- जल अमूल्य है, इसे व्यर्थ न गवायें,
  यह जीवन देता है,
  आओ मिलकर इसे बचायें।

- गर्मियों के मौसम में पानी की अधिक आवश्यकता होती है, इसके लिये हमें न सिर्फ जल स्रोतों को जीवित रखना चाहिये, बल्कि जल संरक्षण के उपाय भी अपनाने चाहिये।
- अपने घर तथा सार्वजनिक स्थानों पर नल का उपयोग करने के बाद अच्छी तरह से बन्द कर दें।
- चाल–खाल की परम्परा को बढ़ावा दें अधिक पेड़ लगायें तथा वनाग्नि को रोकें।
- खुले जल स्रोतों में कचरा, गंदगी, मल–मूत्र आदि के कारण अनेक प्रकार के रोगाणु उत्पन्न हो सकते हैं, जो बीमारी का कारण बन सकते हैं।
- जलापूर्ति नल प्राकृतिक स्रोत, नौले इत्यादि का पानी स्वच्छ होता है इसे ही प्रयोग करें।

हाथों की सफाई पर ध्यान दें

आओ जानें एक बात,

क्यों रखें हम अपने हाथों को साफ,

खेलें–कूदें और जायें शौच,

जब होते हैं हाथ हमारे गन्दे,

इनमें आते रोग जीवाणु हरदम,

बीमारी लाकर ये शैतान,

करते हैं हमें परेशान।

आओ हम इन्हें दूर भगायें,

हाथ धोने के सही तरीके अपनायें,

गीले हाथों पर सबसे पहले

अच्छी तरह से साबुन मलें,

पानी से हाथ साफ धोने से पहले,

20 सैकेण्ड तक हाथों को खूब मसलें,

जब हो जायें पूरी तरह साफ,

तब ही लगायें भोजन पर हाथ।

''यदि हाथ रखेंगे साफ,
तो स्वस्थ रहेंगे आप।''

खास बातों का रखें ध्यान

- दैनिक उपयोग के लिये किचन गार्डन में सब्जियों का उत्पादन करें।
- फलों को खाने से पूर्व अच्छी तरह से धोयें।
- सब्जियों को काटने से पहले अच्छी तरह से धोयें।
- भोजन को खाने से पहले अच्छी तरह से पकायें व ढक कर रखें।
- चावल पकाने से पहले चावल अच्छी तरह से धोयें।

आसना खान, कक्षा–08
रा०इ०का०–गंगोरी,
उत्तरकाशी

पोस्टर– शिवानी यादव, कक्षा–10, जी.आई.सी. श्यामपुर

नई आजादी की ओर

हम अपने चारों ओर के परिवेश से अच्छी तरह परिचित हैं। यदि हम स्वच्छ परिवेश में रहते हैं तो हम यह कह सकते हैं कि हम स्वस्थ हैं, लेकिन अगर हम अस्वच्छ परिवेश में रहते हैं तो हम अस्वस्थ ही कहलाएंगे। हम स्वस्थ है तो हमारा परिवार भी स्वस्थ ही होगा और यह कहा भी गया है कि स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क का वास होता है।

शौचालय की आवश्यकता—राष्ट्रपिता महात्मा गांधी जी ने एक बार कहा था '**स्वच्छता आजादी से महत्वपूर्ण है**' लेकिन मुझे यह कहते हुए बहुत ग्लानि महसूस हो रही है कि हमारे समाज में कई ऐसे असामाजिक तत्व हैं जो आस—पास के वातावरण में सदैव गंदगी ही फैलाते रहते हैं और खुले में शौच करते हैं। कई लोगों की तो मजबूरी है खुले में शौच करना क्योंकि उनके पास रूपये नहीं है जिससे वह शौचालय बनाने में असमर्थ हैं पर कुछ लोगों के सिर पर तो पारम्परिकता का भूत सवार है और वर्षों से खुले स्थान में शौच करने की उनकी जो परम्परा चली आ रही है उसे वह तोड़ना नही चाहते हैं। लेकिन इस बात का असर समाज के सभी लोगों में समान रूप से पडता है क्योंकि खुले स्थान पर मल त्याग करने से अनेक जीवाणु तथा कीड़े उत्पन्न होते हैं जो अनेक रोगों का कारण हैं। एक मक्खी जो किसी गंदी जगह पर बैठती है और हमारे भोजन पर बैठती है हम वही भोजन अगर खाते हैं तो हमें हैजा, पेचिश जैसी अनेक बीमारियाँ हो सकती हैं। यदि हम अपने मल का उचित तरीके से निपटारा नहीं करते हैं तो यह मल सीवरों के माध्यम से पानी में चला जाता है। पानी में मल होने का प्रमाण यह है कि जो जीवाणु कोलिफार्म हमारे पेट में पाया जाता है इसकी उपस्थिति हमें गंगा के पानी में भी दिखाई दी अर्थात् हमें शौचालय की आवश्यकता मुख्य तौर पर मल के उचित निपटारे तथा परिवेश को स्वच्छ बनाए रखने के लिए जरूरी है।

स्वच्छता के लिए सरकार को निम्न कदम उठाने चाहिए—

1. खुले स्थान पर मल त्याग की पारंपरिक आदत को पूरी तरह समाप्त करना और इसे इतिहास बना देना।
2. ठोस एवं तरल अपशिष्ट के सुरक्षित प्रबंधन को प्रचलित करना।
3. शिक्षा और स्वैच्छिक क्षेत्र को कार्यनीति के लक्ष्यों को पूरा करने के लिए भागीदार बनाना।
4. संपूर्ण स्वच्छता पर्यावरण का सृजन 2017 तक स्वच्छ परिवेश की प्राप्ति और खुले स्थान पर मल त्याग की समाप्ति।

उपरोक्त के माध्यम से हम भारत को स्वच्छ बना सकते हैं और हम यह गर्व से कह सकते हैं कि हम स्वच्छ परिवेश, समाज तथा देश के नागरिक हैं।

जब होगा हमारा देश स्वच्छ,
तभी तो होंगें हम स्वस्थ।

घर घर में शौचालय बनाना है,
जन–जन में यह अभियान चलाना है।

कु० रंजना जोशी
कक्षा–12
रा०बा०इ०का० दौलिया
हल्दूचौड़, वि०ख०–हल्द्वानी, नैनीताल

पोस्टर– आरती पंवार, कक्षा–11, टिहरी गढ़वाल

खुले में शौच–बीमारियों को आमंत्रण

खुले में शौच करना,
गंदगी को बढ़ावा देना है।
हैजा, दस्त, टॉयफाइड, पोलियो
बीमारियों को जन्म देना है।
शौचालय न होने पर स्वयं के लिए,
परेशानी व असुरक्षा पैदा करना है।

हमारे देश में अधिकतर होने वाली बीमारियों का कारण गन्दा पानी व गन्दा वातावरण है। इसका एक मुख्य कारण खुले में शौच जाना है। शौचालय न होने के कारण गाँवों में खुले में मल त्याग करना एक आम बात है। खुले में शौच करने से भूमि के अंदर व बाहर का जल गन्दा हो जाता है। बीमार आदमी की शौच में रोग फैलाने वाले कीटाणु और अण्डे होते हैं, अतः पानी, हवा, सब्जी में कीड़ों और मक्खियों द्वारा यह कीटाणु स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। यह कीटाणु हैजा, दस्त, टॉयफाइड, पोलियो आदि जैसी बीमारियां फैलाते हैं।

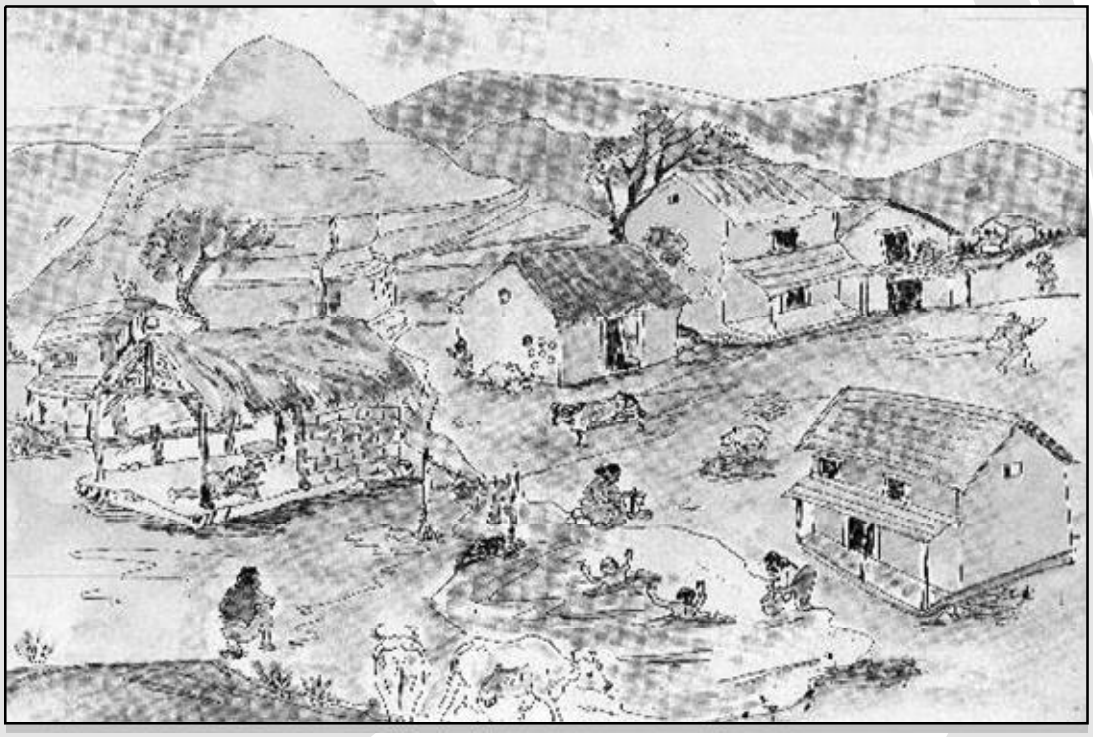
शौचालय की आवश्यकता– औरतों को सूरज निकलने से पहले शौच के लिए जाना पडता है, जिससे उन्हें परेशानी व असुरक्षा का सामना करना पड़ता है। छोटे बच्चों, वृद्ध व बीमार व्यक्तियों के लिए शौचालय का होना अति आवश्यक है। छोटे बच्चे मल व मूत्र का त्याग घर के सामने नाली व सड़कों पर कर देते हैं। ऐसा माना जाता है कि छोटे बच्चों के मल से कोई नुकसान नहीं पहुँचता है, जबकि यह सच नहीं है, छोटे बच्चों का मल भी बड़ों के मल के बराबर ही नुकसानदायक होता है। इसके लिए विशेष रूप से शौचालय आवश्यक होता है। इस प्रकार से कहा जा सकता है कि शौचालय की आवश्यकता विशेष महत्वपूर्ण है।

शौचालय बनाना क्यों जरूरी?

- शौचालय के इस्तेमाल से और भी सफाई की आदत पड़ जाती है जैसे शौच के बाद साबुन से हाथ धोना।
- शौचालय के इस्तेमाल से बच्चे दस्त रोग आदि से बचे रहते हैं। बच्चों के विकास के लिए स्वच्छ वातावरण अच्छा होता है।
- शौचालय सभी के लिए आवश्यक है।

- शौचालय के इस्तेमाल से वृद्ध एवं बीमार व्यक्तियों के लिए बरसात और जाड़ों में दिक्कत नहीं होती है।
- शौचालय होने पर बच्चे व बड़े साँप, बिच्छु, कीड़े व खतरनाक जानवरों से सुरक्षित रहते हैं।
- खुले में मल त्याग न होने से रोगों के फैलने पर भी नियंत्रण रहता है और स्वच्छ वातावरण बनाने में भी मदद मिलती है।

कु० तनुजा जोशी
कक्षा–11
रा०बा०इ०का० दौलिया
हल्दूचौड़, वि०ख०–हल्द्वानी, नैनीताल



पोस्टर– सरार टूल–स्वजल

शौचालय का निर्माण–बहू बेटियों का सम्मान

सत्य है कि वर्तमान समय में शौचालय का अत्यंत महत्व है। हम सभी इस बात से अवगत हैं, कि शौचालय के अभाव में हमारा पर्यावरण अत्यंत प्रदूषित होगा। देखा जाए तो वर्तमान में सभी के घरों में शौचालय की व्यवस्था है परन्तु कुछ लोग जो अशिक्षित हैं वे लोग शौचालय के महत्व को नहीं समझते, वो लोग समझते हैं कि शौचालय बनाकर वे अपनी अतिरिक्त पूँजी व्यय कर रहे हैं। परन्तु ऐसा नहीं है, वो लोग ये नहीं जानते हैं कि वे शौचालय न बनाकर अपने तथा अपने पर्यावरण को कितना नुकसान पहुँचा रहे हैं।

बहू–बेटियों का करें सम्मान
घर– घर में हो शौचालय का निर्माण।
एक छोटी सी गलती भी बन जाती है कहर,
बरबाद होते हैं गाँव, बरबाद होता है, शहर।
कॉच, प्लास्टिक, धुँआ जैसे पदार्थ पर्यावरण में फैलाते जहर,
बरबाद होतें हैं गाँव, बरबाद होते हैं शहर।
मनुष्य के मन में स्वार्थ पनपता है,
भूल जाता है, कि संसार घटता है।
समृद्धि के रूप में विदूषण,
इसे ही कहते हैं पर्यावरण प्रदूषण।

मैं भारतवासियों को यह संदेश देना चाहती हूँ कि शौचालय का निर्माण करके पर्यावरण को शुद्ध करें।

कु० सीमा बिष्ट
कक्षा–12
रा०बा०इ०का० प्यूड़ा

सफल बनाओ स्वच्छता अभियान
उत्तराखण्ड रहे देव भूमि समान

वर्तमान युग में घर की सफाई एवं स्वच्छता को सर्वाधिक महत्व दिया जाने लगा है, वास्तव में अब यह सिद्ध हो चुका है कि व्यक्ति के स्वास्थ्य एवं खुशहाली के लिए घर की स्वच्छता का होना नितांत अनिवार्य है। घर पर आप चाहें कितना भी अच्छा फर्नीचर ले आयें, अच्छे–अच्छे आधुनिक यंत्र एवं उपकरण ले आयें तथा उच्च कोटि के भवन का निर्माण करवा लें फिर भी यदि आपके घर पर पर्याप्त सफाई एवं स्वच्छता नहीं है तो आपका घर न तो सुसज्जित माना जायेगा और न ही सुव्यवस्थित। अतः घर की व्यवस्थित शोभा एवं साज सज्जा के लिए घर की सफाई स्वच्छता अनिवार्य है, इसके अतिरिक्त अनेक साधारण एवं संक्रामक रोगों से बचने के लिए भी घर की उचित एवं नियमित स्वच्छता से व्यक्ति भी प्रसन्न रहता है।

स्वच्छ जल का करें प्रयोग,
मिटे बीमारी भागें रोग।

स्वच्छता के प्रकार– घर पर अनेक प्रकार की सफाई की निरंतर आवश्यक हुआ करती है। स्वच्छता के क्रमशः चार प्रकार है–

- दैनिक स्वच्छता
- साप्ताहिक स्वच्छता
- मासिक स्वच्छता
- वार्षिक स्वच्छता

दूर न जाओ रात विरात,
समझो शौचालय की बात।

मैं अपने घर एवं उसके आस–पास को स्वच्छ रखूँगा और जहाँ तक संभव होगा मैं जैव–अपघटनीय उत्पादों का प्रयोग करूँगा। मैं घर एवं स्कूल दोनों जगह स्वच्छ रखूँगा। मैं, मेरे घर, निवास क्षेत्र व मेरे मित्रों के बीच पर्यावरण को बचाने की आवश्यकता के बारे में जागरूकता

का प्रसार करूँगा। घर की स्वच्छता के अन्तर्गत जहाँ एक ओर घर के विभिन्न भाग को स्वच्छ रखना आवश्यक होता है वहीं दूसरी ओर घर की विभिन्न वस्तुओं की स्वच्छता भी आवश्यक होती है। घर के आस–पास जो भी नालियाँ हों उनका समुचित ध्यान रखना चाहिए ताकि उनमें पानी रूके नहीं बल्कि बहता रहे, समय–समय पर चूने का छिड़काव भी होना चाहिए। जिस प्रकार हम नित्य भोजन करते हैं उसी प्रकार हमें पेड़–पौधों से शुद्ध ऑक्सीजन मिलता है, पर्यावरण से हम सबको लाभ प्राप्त होता है। यदि कोई पेड़ हमें कुछ भी प्रदान नहीं करे तो क्या हमें उसकी सुरक्षा करनी चाहिए, क्या कोई ऐसा पेड़ है जिसने हमें कुछ भी न दिया हो। मैं दस पौधे लगाकर उनकी देखभाल करूँगा। मैं यह भी सुनिश्चित करूँगा कि मेरे माता–पिता व भाई–बहन भी वृक्ष लगायें। मैं अपने पड़ोसियों को भी दस वृक्ष लगाने के लिए प्रेरित करूँगा।

पोस्टर– सुनील नौटियाल, कक्षा–8, राजमती देवी सरस्वती विद्या मंदिर इण्टर कॉलेज, तिमली

संदेश

यदि पर्यावरण रखोगे साफ,
तो सदा स्वस्थ रहोगे आप।

हर स्वास्थ्य मानस का यही हो सपना,
हर घर में स्वच्छ जल व शौचालय हो अपना।

साफ–सफाई की महिमा न्यारी,
दूर हो सब रोग बीमारी।

हमें पेड़ लगाना है,
प्रदूषण मिटाना है।

जब पेड़ लगाए बच्चा–बच्चा,
इससे होगा पर्यावरण अच्छा।

धरती अगर बचाना है
जगह–जगह वृक्ष लगाना है,

नदियों में न डाले कूड़ा–कचरा,
इसे होगा पर्यावरण अच्छा।

जन–जन जब पेड़ लगायें,
इससे पर्यावरण अच्छा पाए।

क्लोरिन डालें स्वच्छ जल पायें,
बीमारियों को दूर भगायें।

बिना रूकावट घर–घर जल,
स्वजल समिति का प्रयास सफल।

आजाद थापा, कक्षा–10
रा०बा०इ०का० गंगोरी, उत्तरकाशी

देशव्यापी स्वच्छता अभियान

स्वच्छता का अर्थ—स्वच्छता का एक विशेष अर्थ है। स्वच्छता देश के विकास व तरक्की में सहायक है। अगर हमारा देश पूर्ण रूप से स्वच्छ होगा तो यहाँ के नागरिक भी स्वस्थ होंगे। स्वच्छता का पहला कदम हमें अपने घर को साफ रख के उठाना होगा। फिर हमें अपने चारों ओर स्वच्छ वातावरण रखना चाहिए। हम स्वच्छता रखकर विभिन्न प्रकार की संक्रामक बीमारियों से बच सकते हैं। स्वच्छता का आम अर्थ साफ—सफाई से है।

- अपने चारों ओर के वातावरण को गंदगी से मुक्त करना है।
- निम्न वर्ग से लेकर उच्च वर्ग के व्यक्ति भी इस योगदान में अपना सहयोग दे सकते हैं।

पोस्टर— शिवानी मंमगाई, कक्षा—7, जी०आई०सी० होरावाला, देहरादून

- स्वच्छता अभियान के द्वारा ही हमारा शहर, गाँव, कस्बे को स्वच्छ बनाये रखने की प्रेरणा व लोगों को स्वच्छ बनाये रखने की प्रेरणा व लोगों को स्वच्छता अभियान के विषय में जागरूक करना है।
- अगर हमारा देश स्वच्छ रहेगा तो देश के नागरिक भी स्वच्छ रहेंगे।
- यदि आप किसी व्यक्ति को गंदगी करते देख रहे हैं तो उस व्यक्ति को टोकें।
- अपने गाँव, शहर, कस्बे में कूड़ेदान की व्यवस्था करें।
- कूड़ा इधर–उधर न बिखराकर, कूड़ेदान में ही डालें।
- स्वच्छता अभियान से जुड़कर हम अपने वातावरण को स्वच्छ रखें।
- स्वच्छता अभियान एक ऐसा अभियान है जो कि हर नागरिक का मुख्य उद्देश्य बनता जा रहा है।
- यह अभियान हमें अपने घरों से ही शुरू करना होगा ताकि यह देश तक पहुँच सके।

कु0 शिवानी यादव
कक्षा–10
रा०बा०इ०का० चिल्हाड़
देहरादून

स्वच्छ ग्रामीण भारत अभियान

प्रकृति की गोद में हमें पहाड़, नदियाँ, वन, प्राणी आदि की सुन्दरता को देखने और उसका लाभ हम मनुष्य उठाते हैं। प्रकृति हमारा अगर इतना ध्यान रखती है, तो हमें भी प्रकृति का ध्यान रखना चाहिये, पर बदलते वक्त के साथ मनुष्य भी बदलता जा रहा है। वह अपने ही हाथों से प्रकृति का विनाश कर रहा है जिससे उसे लाभ है। अपने लालच के लिये वह पर्यावरण को दूषित कर रहा है। मनुष्य को प्राणियों में सबसे बुद्धिमान माना जाता है। प्रकृति में मौजूद पदार्थों से उसने इतनी उन्नति की, पर जिस प्रकृति से हमें इतना कुछ प्राप्त होता है, जिसके कारण मनुष्य आगे बढ़ता जा रहा है, उसी प्रकृति को दूषित कर रहा है। विदेशों में भारत के मुकाबले सभी देश इतने स्वच्छ और साफ हैं। वहाँ के लोग प्रकृति और देश के बारे में सोचते हैं, पर भारत के लोगों में यह कमी है कि वह अपने बारे में सोचते हैं, प्रकृति और देश के बारे में नहीं। यहाँ के लोग अपनी बड़ी जिम्मेदारियों को तो निभाते हैं पर इन छोटी–छोटी बातों को महत्व नहीं देते। प्रकृति से ही हमारा जीवन है।

स्वच्छता रखने के उपाय

भारत को स्वच्छ बनाने के लिये सबसे पहले हमें अपने घर से और गाँव से शुरूआत करनी चाहिये। हमें अपने घर का कूड़ा नदियों, नहरों में फेंकने के बजाय उसका उचित निस्तारण करना चाहिये, जगह–जगह पर कूड़ा नहीं फेंकना चाहिये। वनों का कटान नहीं करना चाहिये और वाहनों का प्रयोग अधिक नहीं करना चाहिये। नदियों के जलों को दूषित नहीं करना चाहिये, पेड़ पौधों को अधिक से अधिक लगायें और जल का अपव्यय नहीं करें, तो हमारा भारत स्वच्छ बन सकता है।

हमारा पूरा जीवन प्रकृति से है। अगर हम इसका ध्यान रखेंगे तो यह हमारा ध्यान रखेगी, अगर हम इसका विनाश करने की कोशिश करेंगे तो यह हमारा विनाश कर देगी। हमें प्रकृति के वातावरण को शुद्ध और स्वच्छ रखना चाहिये और उसमें उपस्थित चीजों का दुरूपयोग नहीं करना चाहिये। हमें इस अभियान का भागीदार बनकर भारत को स्वच्छ बनाना चाहिये। प्रकृति हमारे संस्कृति की धरोहर है इसकी सुरक्षा करना और इसे स्वच्छ रखना हमारा दायित्व है। हमारा पर्यावरण हमें स्वच्छ रखना है और यह संकल्प लेना चाहिये कि हम अपने भारत को कभी भी अस्वच्छ नहीं होने देंगे और भारत का विश्व में सर्वश्रेष्ठ स्थान बनायेंगे।

अमित जोशी, कक्षा–9
रा०इ०का०–नालापानी, देहरादून

पोस्टर– मीना, कक्षा–8, जी.आई.सी. पौंधा, देहरादून

स्वच्छ ग्रामीण भारत मिशन

स्वच्छता को पहली पढ़ाई कहा जाता है अर्थात् पहले सफाई फिर पढ़ाई, न सिर्फ पढ़ाई के क्षेत्र में ही बल्कि हर क्षेत्र में हम जो भी काम करते हैं, जहाँ भी रहते हैं, वहाँ हमें सबसे पहले यहीं देखना चाहिये कि हमारे आस–पास साफ–सुथरा है कि नहीं। भारत के ग्रामीण इलाकों एवं समूचे भारत को स्वच्छ करने का अभियान सर्वप्रथम महात्मा गांधी जी ने प्रारम्भ किया था।

पोस्टर– प्रदीप शाह, कक्षा–12, रा.इ.कॉ., टिहरी गढ़वाल

पैकेट में बन्द उत्पादों के रैपर खुले में न फेंकना

हम जब बिस्कुट, नमकीन आदि उत्पाद खाते हैं, तो उसके रैपर आदि खुले में फेंक देते हैं। हमें ऐसा नहीं करना चाहिये, हम जब भी कुछ ऐसी चीजें खाते हैं तो हमें उसके रैपर या तो अपने बैग आदि में रखें या पास के किसी भी कूड़ेदान में डाल देने चाहिये, क्योंकि प्लास्टिक ऐसी चीज होती है, जो मिट्टी के अन्दर भी नहीं सड़ती। इस विषय में हमें जापान से सीख लेनी चाहिये। जापान का बड़ा से बड़ा व्यक्ति भी जब कार में जा रहा हो, तो कुछ खाने के बाद जो कचरा बचता है, उसे वह अपनी कार में रखकर किसी कूड़े में ही डालता है।

जयवीर सिंह चौहान, कक्षा–11
रा०इ०का०–नालापानी, देहरादून

सामुदायिक स्वच्छता

समुदाय ही व्यक्ति का समाज होता है जिसमें वह सामाजिक व्यवहार व क्रियाकलाप करता है। यदि हम अपने समुदाय को स्वस्थ रखने का प्रयत्न करेंगे तो निश्चित तौर पर समाज भी स्वच्छ होगा। हमें अपनी सामुदायिक स्वच्छता पर बहुत जोर देना चाहिये, क्योंकि इसका सीधा प्रभाव हमारी जीवनचर्या तथा स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। वास्तव में सामुदायिक स्वच्छता केवल व्यक्ति विशेष ही नहीं बल्कि सम्पूर्ण समुदाय में रहने वाले व्यक्तियों की है।

सामुदायिक स्वच्छता के अन्तर्गत हमारे समुदाय में कूड़ा निस्तारण व्यवस्था, मार्गों (सड़को, गलियों, चौराहों, नालियों) आदि का स्वच्छ होना शामिल है।

स्वच्छता में बाधायें

आज हमारे चारों ओर अनेक ऐसी समस्यायें हैं जो स्वच्छता में बाधा उत्पन्न करती हैं:

1. **गरीबी:** गरीबी एक ऐसी समस्या है जो समाज में अनेक संकट खड़ी करती है। अधिकांशतः समाज में निचले तबके के लोग चाहकर भी अपनी व्यक्तिगत स्वच्छता में ध्यान नहीं देते तथा इसमें सुधार हेतु वे चाहकर भी खर्च नहीं कर पाते जैसे; स्वच्छ कपड़े पहनना आदि इसमें शामिल हैं।

2. **जागरूकता का अभाव:** अधिकांशतः यह देखा गया है कि समाज में लोगों को स्वच्छता के बारे में पता ही नहीं होता। अतः लोग इस ओर कोई प्रभावी कदम नहीं उठाते हैं। अतः स्वच्छता हेतु समाज में जागरूकता लाने का प्रयास किया जाना चाहिये।

3. **सामाजिक जिम्मेदारी न निभाना:** आज व्यक्तिगत समाज का नजरिया अपनी सामाजिक जिम्मेदारी के प्रति अच्छा नहीं है। अपनी व्यक्तिगत स्वच्छता तो व्यक्ति जिम्मेदारीपूर्वक निभा लेता है मगर समाज में भी गदंगी फैलाने के लिये वही जिम्मेदार है। अपने स्वार्थ के लिये व्यक्ति समाज को नुकसान पहुँचाने में जरा भी हिचक नहीं करता।

शशाँक कलूड़ा, कक्षा–12
रा०इ०का०–चिल्हाड़, देहरादून

पोस्टर– कोमल बिष्ट, कक्षा–7, जी.आई.सी. हरियावाला, देहरादून

स्वच्छता और स्वास्थ्य

स्वच्छता हमारे जीवन के लिये बहुत आवश्यक है, बिना स्वच्छता के हमें अनेक कठिनाइयों का सामना करना पड़ सकता है। कहा जाता है कि स्वच्छ, स्वस्थ मस्तिक में विद्या निवास करती है, अर्थात विद्या की देवी सरस्वती उसी को विद्या देती है, जो स्वच्छ मन, मस्तिक वाला हो। इसलिये स्वच्छता को ध्यान में अवश्य रखना होगा, जिससे मानव का कल्याण हो सके। चौदहवीं शताब्दी में मुहम्मद तुगलक के जीवनकाल में इस्लामी दुनिया का प्रसिद्ध यात्री इब्ने बबूता भारत आया था। अपने संस्मरणों में उन्होंने गंगाजल की पवित्रता का और निर्मलता का उल्लेख करते हुये लिखा है कि मुहम्मद तुगलक ने जब दिल्ली छोड़कर दौलताबाद को अपनी राजधानी बनाया तो उसकी अन्य प्राथमिकताओं में अपने लिये गंगा के जल का प्रबन्धन भी सम्मिलित था। कहा जाता है कि गंगाजल तब भी स्वच्छ और मीठा बना रहता था। गंगा जल हमारी आस्थाओं और विश्वासों का प्रतीक इसी कारण बना था, क्योंकि गंगा का जल पूर्णतः स्वच्छ था।

प्रदीप सिंह, कक्षा–10
रा०इ०का०–रीठा, देहरादून

पोस्टर– प्रियंका रावत, कक्षा–11, रा०इ०का०–दुगड्डा, पौड़ी

स्वच्छ समाज के लिये चुनौतियाँ

वर्तमान समय में हमारे सामने स्वच्छ समाज बनाने के लिये अनेक चुनौतियाँ हैं, जो हमारे समाज को अस्वस्थ बना रहे हैं, जिनमें से कुछ इस प्रकार हैं:

1. औद्योगिक विकास के फलस्वरूप हमारे चारों ओर अनेक फैक्ट्रियों, मिलों, कारखानों का निर्माण हुआ है, जिनसे की चौबीसों घण्टे धुआँ निकलता रहता है, जिसके कारण हमारा वातावरण अशुद्ध हो जाता है और हमारे पर्यावरण को भी नुकसान होता है। अगर हमारे देश में फैक्ट्रियां व कारखाने नहीं हों तो हमारा देश बिल्कुल स्वस्थ रहेगा। यातायात के अनेक साधनों से निकलने वाले धुऐं से भी हमारे आस–पास की वायु अस्वच्छ हो रही है, जिससे मौसम परिवर्तन, तापमान परिवर्तन और स्वास्थ्य खराब हो जाता है।

2. फैक्ट्रियों, मिलों और कारखानों के अपशिष्ट पदार्थों को नदियों में डाल दिया जाता है साथ ही सीवरों, गटरों व अन्य घरेलू अपशिष्ट पदार्थों को भी नदियों में डाल दिया जाता है, जिससे नदियों का जल अस्वच्छ हो रहा है। स्कूलों, अस्पतालों व अनेक सार्वजनिक जगहों पर कूड़ेदानों की व्यवस्था करनी चाहिये, जिससे अस्वच्छता और गंदगी न फैले और हमारा पर्यावरण और समाज स्वच्छ और स्वस्थ बना रहे, जिससे हम स्वस्थ रहें और अनेक बीमारियों से बचाव व रोकथाम कर सकें।

संदीप चौहान, कक्षा–09
रा०इ०का०–चिल्हाड़, देहरादून

स्वच्छता एवं स्वास्थ्य

साफ–सफाईः हमारे राष्ट्रपिता महात्मा गाँधी का विचार था कि भगवान के प्रेम के बाद महत्व की दृष्टि से दूसरा स्थान स्वच्छता का ही है। हमारा मन साफ न हो तो हमें ईश्वर का आशीर्वाद नहीं मिल सकता। इसी तरह हमारा शरीर भी साफ न हो तो ईश्वर का आशीर्वाद नहीं पा सकते। हमारे शरीर की सफाई होने के साथ–साथ हमारे आस–पास के स्थानों पर भी सफाई होनी चाहिये। हम अपने घरों की सफाई तो अच्छे से करते हैं पर उसका कूड़ा खुले व गलियों और नालियों में फेंक देते हैं और नालियों में कूड़ा फेंकने की वजह से नालियों में जल एकत्र हो जाता है, जिसके कारण अनेक बीमारियां उत्पन्न हो सकती हैं।

आरती पोखरियाल, कक्षा–12
रा०इ०का०–चिल्हाड़, देहरादून

स्वच्छ भारत स्वच्छ विद्यालय अभियान

मानव संसाधन विकास मंत्रालय के अधीन स्वच्छ भारत स्वच्छ विद्यालय अभियान 25 सितम्बर, 2014 से 31 अक्टूबर, 2015 के बीच केन्द्रीय विद्यालयों और नवोदय विद्यालयों के संगठन में आयोजित किया जा रहा है। इस दौरान की जाने वाली गतिविधियों में शामिल है।

1. स्कूल कक्षाओं के दौरान प्रतिदिन बच्चों के साथ साफ–सफाई और स्वच्छता के सम्बन्ध में अच्छे स्वास्थ्य से जुड़ी शिक्षाओं के सम्बन्ध में बात करें।
2. कक्षा, प्रयोगशाला और पुस्तकालयों आदि की सफाई करना।
3. स्कूल में स्थापित किसी भी चित्र या मूर्तियों की सफाई करना।
4. शौचालयों और पीने के पानी वाले क्षेत्रों की सफाई करना।
5. रसोई, सामान गृह की सफाई करना।
6. खेल मैदान की सफाई करना।
7. स्कूल, बगीचों का रखरखाव और सफाई करना।
8. स्कूल भवनों का वार्षिक रखरखाव, रंगाई–पुताई के साथ करना।
9. स्वच्छता पर निबंध, भाषण, वाद–विवाद, चित्रकला का आयोजन करना चाहिये।

कनिका जोशी, कक्षा–07
वी.एम.जे.एम, जी.आई.सी.–बागेश्वर

स्वच्छ भारत अभियान

- एक कदम स्वच्छता की ओर, खुशियाँ ही खुशियाँ चारों ओर।
- निभायें अपनी–अपनी जिम्मेदारी, लोगों को स्वच्छता पर दें जानकारी।
- स्वच्छ भारत अभियान से, बदलें देश का आकार,
  महात्मा गांधी तथा प्रधानमंत्री का करें स्वप्न साकार।
- खुले में न गंदगी करेंगें और न गंदगी होने देंगें,

  तब जाकर स्वच्छ भारत का सपना साकार होगा।
- खुले में शौच की प्रवृति हटाओ, गाँव–गाँव में शौचालय बनाओ।
- गाँव–गाँव, घर–घर में शौचालय बनायें,
  अपने–अपने हाथों से जीवन सुखमय बनायें।
- घर, गाँव, विद्यालय, चिकित्सालयों, में न करें गंदगी,
  तब सभी लोगों की, आबाद रह पायेगी जिंदगी।
- स्वच्छ भारत अभियान चलाओ, गली–गली में स्वच्छता लाओ।
- स्वच्छता से होगा देश का विकास,
  साथ ही साथ होगा रोगों का विनाश।
- स्वच्छता करते रहे दिन–रात, बदले अपने जीवन के हालात।

करिश्मा दानू, कक्षा–09
स.शि.मं.हां.–बागेश्वर

स्वच्छता अभियान

पहले हम खुद को पहचानें, फिर पहचानें अपना देश,
एक दमकता साथ बनेगा, नहीं रहेगा सपना देश।

शायद कुछ सोचकर ही कवि महाशय ने इस रचना को अपनी कलम से अमरत्व का वरदान दिया होगा, जहाँ बात आती है, अपने को पहचानने की तो हमारी पहचान है कि हम मानव हैं। सौन्दर्य बोध मानवता की सबसे बड़ी निशानी है अन्यथा बसेरा तो जानवरों का भी होता है, पर मकान की साज–सज्जा केवल मानव ही कर सकता है और सौन्दर्य वहाँ है

पोस्टर– रेनु थपलियाल, कक्षा–10

जहाँ स्वच्छता है। स्वच्छता ही सौन्दर्य की पहली सीढ़ी है और शायद मानव होने की पहचान कराने के लिये ही प्रधानमंत्री जी ने यह स्वच्छता अभियान चलाया है।

क्या है स्वच्छता अभियान

सालों पहले एक अवधूत ने भारत भूमि को धन्य किया था, एक ऐसा अवधूत जिसने धर्म के उपदेश शायद दिये हों पर स्वच्छता जैसी निजी जिंदगी की आम बात को विकास का परिचालक बना दिया है जी हां वह अवधूत और कोई नहीं हमारे बापू महात्मा गांधी थे। किसी ने सच कहा था किः

बड़ा वो नहीं होता, जो बड़ी बातें करने लगता है,
बड़ा वो होता है, जो छोटी–छोटी बातें समझने लगता है।

स्वच्छता अभियान के दूरगामी परिणाम

स्वच्छता अभियान देश की नियति हेतु एक मील का पत्थर साबित हो सकता है। हरिवंश राय बच्चन जी की कुछ पंक्तियां याद आती हैं किः

जो बसे हैं उजड़ते हैं, प्रकृति के जड़ नियम से,
किन्तु किसी उजड़े हुये को, फिर बसाना कब मना है,
है अंधेरी रात पर, दीया जलाना कब मना है।

आकाश जोशी,
कक्षा–09
सरस्वती शिशु मन्दिर हाईस्कूल
बागेश्वर

स्वच्छ भारत अभियान के उद्देश्य (लक्ष्य)

हमें चाहिए कैसा भारत,
स्वच्छ भारत सुन्दर भारत।
हिन्दू, मुस्लिम, सिख, इसाई
सब मिलकर करें सफाई।

1. मैला ढोने का उन्मूलन।
2. खुले में शौच का उन्मूलन।
3. आरोग्यविघातक शौचालयों का रूपांतरण फ्लश शौचालय।
4. नगरपालिका ठोस अपशिष्ट के वैज्ञानिक प्रसंस्करण/निपटान/पुनः उपयोग/पुनः चक्रण करना।
5. स्वस्थ स्वच्छता प्रथाओं के बारे में लोगों में एक व्यवहार में करना।

6. सार्वजनिक स्वास्थ्य के साथ साफ–सफाई के बारे में नागरिकों व अपने संबधों के बीच जागरूकता का सृजन।

7. अपशिष्ट निपटान प्रणाली को डिजाइन करने में शहरी स्थानीय निकायों के सहायक को क्रियान्वित करने व संचालन।

8. स्वच्छता सुविधाओं के लिए पूंजीगत व्यय और संचालन और रखरखाव के खर्च में सुविधा निजी क्षेत्र की भागीदारी।

स्वच्छ भारत अभियान के लक्ष्य

1. 2015 तक 2 करोड़ शौचालय का लक्ष्य।

2. 2019 तक 1.04 करोड़ परिवारों के लिए शौचालयों का लक्ष्य।

3. 2019 तक 4041 शहरों में ठोस कचरा प्रबन्धन का इन्तजाम।

4. 2019 तक 1.04 करोड़ परिवारों के लिए शौचालयों का लक्ष्य।

मोनिका कण्डवाल
कक्षा–9
जी०आई०सी०
बागेश्वर

स्वच्छता अभियान की भूमिका

1. 67.3% ग्रामीण परिवार (करीब 11.13 करोड़) शौचालय की सुविधा का फायदा नहीं उठा पाते हैं।

2. 10% स्कूलों में लड़कियों के लिए शौचालय की सुविधा नहीं है।

3. सिक्किम एकमात्र ऐसा राज्य है जो खुले में शौचालय की समस्या से मुक्त है।

4. विभिन्न देशों में खुले में शौच करने वालों की तादाद–

भारत	– 50%	पाकिस्तान	– 23%
नेपाल	– 40%	बांग्लादेश	– 23%

स्वच्छ भारत से स्वास्थ्य पर होने वाले खर्च में कटौती मिलेगी। साथ ही इससे नई नौकरियाँ पैदा होंगी तथा पर्यटन को बढ़ावा देने के मामले में भी यह अहम् भूमिका निभाएगा।

दिव्या रावत
कक्षा–7
जी०आई०सी०–बागेश्वर

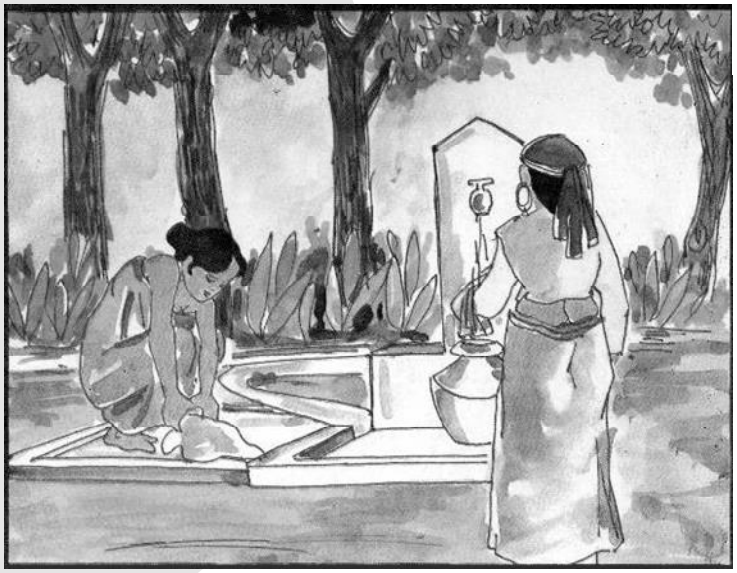
व्यक्तिगत स्वच्छता

1. हमें अपने कपड़े स्वच्छ रखने चाहिये।
2. हमें अपने नाखूनों को काटना चाहिये।
3. हमें अपने बालों को काटना चाहिये।
4. हमें खाना खाने से पहले साबून से हाथ धोने चाहियें।
5. शौच करने के बाद साबुन से हाथ धोने चाहियें।
6. हमें स्वच्छ कपड़े पहनने चाहियें।
7. हमें अपने शरीर को गन्दगी से दूर रखना चाहिये।
8. हमें रोज नहाना चाहिये।
9. हमें नाखूनों को स्वच्छ रखना चाहिये।
10. हमें रोज ब्रश करना चाहिए, इससे हमारे दांतों में कीटाणु नहीं लगेंगे और ऐसा करें तो हम स्वच्छ रहेंगे।
11. हमें मिट्टी में नहीं खेलना चाहिये।
12. अगर हम मिट्टी में खेलें तो हमारे शरीर में कीटाणु उत्पन्न हो जाएंगे और हम बीमार पड़ जाएंगे। इससे हमारे शरीर में अनेक बीमारियाँ होंगी।
13. हमें कभी भी गन्दे कपड़े नहीं पहनने चाहियें।
14. हमें कूड़ा कूड़ेदान में फेंकना चाहिये।
15. हमें खाना खाने के बाद कुल्ला करना चाहिये।

16. हमें रात को खाना खाने के बाद ब्रश करना चाहिये।
17. अगर हमारे पास कूड़ादान नहीं है तो एक गड्ढा खोदकर कूड़ा डालना चाहिये।
18. अगर हम कूड़ा गड्ढे में डालेंगें तो कूड़ा सड़ जाता है और वह सड़ कर खाद बन जाता है।
19. शौच हेतु शौचालय का प्रयोग करें तथा शौचालय को साफ रखें।
20. हाथ मिट्टी से नहीं धोने चाहियें, इससे मिट्टी में रहने वाले कीटाणु हाथ में चिपक जाते हैं जो स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होते हैं।
21. हमें पानी को शुद्ध रखना चाहिये।
22. हमें पानी को उबालकर पीना चाहिये।

अगर हमारे देश का हर नागरिक ऐसा करे तो हमारा देश स्वच्छ होगा।

नाम– विनीत जोशी
कक्षा– 8वीं
रा०पू०मा०वि०, नौमाना।



पोस्टर– सरार टूल

स्वच्छ भारत अभियान

सुनो गौर से भारतवासी, मिली आजादी अच्छी खासी।
लाभ है इस आजादी का तब, स्वच्छ और साफ बने भारत जब।

नाम– यमुना कोरंगा
कक्षा– 9

पोस्टर– काजल जगवान, कक्षा–11, रा.इ.कॉ., सेलाकुई

स्वच्छ भारत मिशन

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी ने 2 अक्टूबर 2014, गांधी जी की जयंती के मौके पर नई दिल्ली से स्वच्छ भारत अभियान की शुरूआत कर दी है। स्वच्छ भारत अभियान भारत सरकार द्वारा आरम्भ किया गया राष्ट्रीय स्तर का एक अभियान है, जिसका उद्देश्य गलियों व सड़कों को साफ सुथरा करना है। इण्डिया गेट से इस अभियान को औपचारिक तौर पर शुरू करने से पहले प्रधानमंत्री जी ने वाल्मीकि बस्ती में जाकर खुद झाड़ू लगायी और बायो टॉयलेट का उद्घाटन किया। इस अभियान के तहत प्रधानमंत्री जी ने 2019 तक देश को स्वच्छ बनाने का लक्ष्य तय किया है।

सुनों गौर से दुनिया वालों
नदियों में न कूड़ा डालो।

स्वच्छ भारत अभियान का लक्ष्य

2015 तक 2 करोड़ शौचालयों का लक्ष्य, 2019 तक 1.04 करोड़ परिवारों के लिए शौचालयों का लक्ष्य, 2019 तक 4041 शहरों में ठोस कचरा प्रबंधन का इंतजाम, मैला ढोने की समस्या से निजात पाना, 2022 तक खुले में शौच की समस्या को खत्म करना।

स्वच्छ भारत अभियान पर खर्च

5 साल में 11.11 करोड़ शौचालयों के निर्माण में 1 लाख 34 हजार करोड़ रूपये का खर्च आएगा। 62009 करोड़ रूपये को शहरी इलाकों के लिए तय किया गया है। इसमें केन्द्र सरकार का शेयर 14623 करोड़ होगा। भारती और टीसीएस जैसी कंपनियों ने इस मिशन में आर्थिक मदद देने की घोषणा की है। विश्व बैंक भी इसमें सहयोग दे सकता है।

क्यों महत्वपूर्ण है स्वच्छ भारत अभियान ?

67.3 प्रतिशत ग्रामीण परिवार करीब 11.3 करोड़ शौचालय की सुविधा का फायदा

नहीं उठा पाते, 10 प्रतिशत स्कूलों में लड़कियों के लिए शौचालयों की सुविधा नहीं है। सिक्किम एकमात्र ऐसा राज्य है जो खुले में शौच की समस्या से मुक्त है। स्वच्छ भारत से स्वास्थ्य पर होने वाले खर्च में कटौती होगी साथ ही इससे नई नौकरियां पैदा होंगी और पर्यटन को बढ़ावा देने के मामले में भी यह अहम भूमिका निभाएगा।

हमारे जीवने में स्वच्छता का महत्व

हमारे जीवन में स्वच्छता का विशेष महत्व है। स्वच्छता से ही बीमारियों से बचाया जा सकता है। हमें अपने घर की स्वच्छता के साथ–साथ आसपास की स्वच्छता का विशेष ध्यान रखना चाहिए। हमारा देश साफ सुथरा व बीमारियों से मुक्त बने इसलिए हमें सार्वजनिक स्थानों पर भी साफ–सफाई का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

घर आंगन को स्वच्छ रखें
गंदगी हटाएँ।
वातावरण बनाएँ ऐसा
जो सबको ही भाये।।

स्वयं से करें,
सफाई की शुरूआत।
बनायें भारत को,
स्वच्छ साथ–साथ।

''स्वच्छ पर्यावरण
सुन्दर पर्यावरण''

विभिन्न देशों में खुले में शौच करने वालों की तादाद

भारत	–	50 प्रतिशत।
नेपाल	–	40 प्रतिशत।
पाकिस्तान	–	23 प्रतिशत
बांग्लादेश	–	3 प्रतिशत

''पर्यावरण होगा स्वच्छ, हम रहेंगे स्वस्थ''

नाम– अमित कठायत
कक्षा– 8
सरस्वती शिशु मन्दिर, हाई स्कूल बागेश्वर।

स्वच्छ भारत अभियान की पहल

चल रहा है पथिक एक,
सबकी खुशियों के लिये,
लिये हाथों में झाड़ू
लड़ रहा है स्वच्छता
अभियान के लिये।

किरन काण्डपाल
कक्षा–9
रा०उ०मा०वि० मैखोली,
जनपद–चमोली।

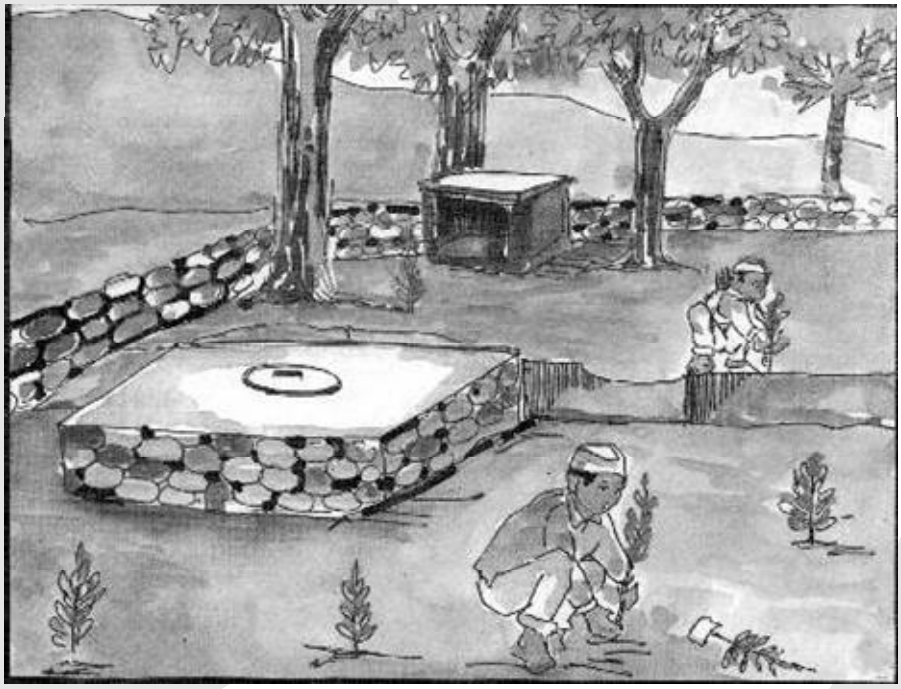
पोस्टर– नवीन कुमार, कक्षा–12, सेलाकुई, देहरादून

Clean India
Green India

Reduce
Reuse
Recycle
Recover

हमें चाहिये कैसा भारत,
स्वच्छ भारत–सुन्दर भारत।

हर्षवर्धन शाह
कक्षा–8
रा०उ०मा०वि० मैखोली,
जनपद–चमोली।



पोस्टर– सरार टूल

स्वच्छता का संकल्प लें

हम सभी लोग घर में झाड़ू मारते हैं। साफ सफाई करते हैं और घर का कूड़ा–करकट यूँ ही फैंक देते हैं। अगर हम लोग कूड़े–करकट का निपटारा करना चाहते हैं तो हमें अपने घर गाँव से शुरूआत करनी चाहिये। यदि हमें स्वच्छ भारत का निर्माण करना है तो हमें घर गाँवों में फेंक कूड़े को इकट्ठा करना चाहिये, उसे एक ऐसे स्थान पर कूड़े का ढेर लगा दें जहॉ कोई आता–जाता न हो। कूड़े करकट भी दो–तीन प्रकार के होते हैं। अक्सर घर–गाँवों में ऐसा होता है कि लोगों के मन में अनेक प्रकार की भावनायें होती हैं, जिससे वे अपने आपसी सम्बन्धों में खिंचाव व तनाव लाते हैं और जानबूझकर दूसरे के घर के आस–पास अपने घर का कूड़ा फेंक देते हैं। जिस कारण सभी लोग गंदगी फैलाते रहते हैं। लेकिन लोग ये नहीं सोचते हैं कि जब देश की बागडोर सभालने वाला नेता झाड़ू उठाकर जमीन पर झाड़ू मार सकते हैं तो हम आम जनता क्यों नहीं? हमारे विद्यालय में भी हम सभी लोग कूड़े को हफ्ते में एक दिन इकट्ठा कर उसका उचित निस्तारण करते हैं और जैविक को जैविक कूड़ेदान में डालकर व अजैविक को इकट्ठा कर देते हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में लोग अधिकतर यूँ ही नदी में बहाकर व सड़क किनारे ढेर लगाकर रखते हैं। जब पूछते है कि इसे जलाओं तो कहते हैं कि तुम्हारे बाप का क्या जाता है, जिसका है रहने दो, जबकि वे नहीं जानते कि इस कूड़े से भी कई प्रकार के प्रदूषण होते हैं।

कु० शकुन्तला
कक्षा–9
रा०उ०मा०वि० मैखोली,
जनपद–चमोली।

राष्ट्रीय स्वच्छता जागरूकता अभियान (झलकियाँ)

Mobile Based Citizen Grievance System

A mobile based Grievance Redressal System has been developed and launched by Ministry of Drinking Water & Sanitation, Government of India to enable citizens to lodge their grievances regarding Swachh Bharat Mission and Rural Water Supply. For Swachh Bharat Mission, citizens can lodge their grievances using their mobile phones, by typing **SBM**<space>**G**<space><**Postal Pin Code**><space><**Type the Grievance with your name and village**>**and** send it to **7738299899**.

Alternatively, citizens can register on http://mdws.gov.in>> PUBLIC GRIEVANCE and send the grievance through an online form available on the website. Through this facility, one will also get SMS updates on Water Supply related plans and investments. The grievances would be automatically routed to the concerned District SBM Co-coordinator or the District Executive Engineer i/c Rural Water Supply, as the case may be. Action taken against each grievance is recorded by the system and displayed on the link mentioned above, as well as sent to Citizen's mobile no.

Shri N. Ravi Shankar, IAS
Chief Secretary
Government of Uttarakhand
Dehradun