



एक कदम स्वच्छता की ओर.....

सी. ई. आर. सी. के साथ



Consumer Education & Research Centre
Ahmedabad, Gujarat
www.cercindia.org Helpline : 1800 233 0222

CERC – ENVIS Centre

Consumer Education and Research Centre

“Suraksha Sankool”, S. G. Highway, Thaltej, Ahmadabad – 380 054

Tel: 079-27489945/46, 27450528, 27438752/3/4

Fax: 079-27489947

Email: cerc-env@nic.in, cerc@cercindia.org

Website : www.cercenvnis.nic.in, www.cercindia.org



આપના ઘર અને આસપાસની જગ્યા હરિયાળી અને સ્વચ્છ રાખો

આપણે બધા સાફ અને સ્વચ્છ ઘરમાં રહેવાનું પસંદ કરીએ છીએ પરંતુ, જ્યારે આપણે આજુબાજુનો વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે આપણે માત્ર દોષો જ કાઢીએ છીએ. આપણામાંથી કેટલા ખરેખર આપણા સમુદાયને સ્વચ્છ રહેવા અથવા કચરો કે ગંદકી ન કરવા સમજાવવા અંગે પ્રયત્ન કરીએ છીએ? માત્ર તમે સ્વયંને આ સવાલ કરો. આપણે આપણા સમાજના શ્રેષ્ઠ ટીકાકાર છીએ, જ્યારે આપણે કચરો કે ગંદકી રોડ ઉપર જોઈએ છીએ કે તરત જ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનના સફાઈ કર્મચારીઓ પર દોષારોપણ કરીએ છીએ અને એ સાચું પણ છે કે, શહેરની સફાઈ કરવી એ એમની ફરજનો ભાગ છે પણ, આપણી સામાજિક જવાબદારીઓનું શું? આપણે જોઈએ છીએ, આપણે દોષારોપણ કરીએ છીએ પણ આપણે જે ‘‘સ્વચ્છ વાતાવરણ’’ જોવું છે અથવા જોઈએ છે તે માટે સૌ પ્રથમ આપણે બદલવાની જરૂર છે અને તે માટે આપણે અવાજ ઉઠાવવો જોઈએ. સ્વચ્છતાના સંદર્ભમાં માનસિકતા બદલો અને પરિવર્તન લાવો.

"સ્વચ્છ ભારત" બનાવવાના સરળ રસ્તાઓ :

ગંદકી ન કરો અને કચરાનો યોગ્ય રીતે નિકાલ કરો : આપણને આપણે, જ્યાં પણ બેઠા કે ઉભા હોઈએ ત્યાં જ કચરાપટ્ટી નાખવાની કુટેવ પડી ગઈ છે. મહેરબાની કરીને આમ ન કરો. તમારી ગલીમાં, સોસાયટી અથવા તમારી આજુબાજુમાં કચરો ન કરો. તમારાથી જ શરૂઆત કરો. માત્ર તમારા જ સારા માટે કચરો હંમેશા કચરાપેટીમાં જ નાખો. તમે દ્રષ્ટાંત બનો અને બીજાને પણ સ્વચ્છતા અંગે સમજાવો.

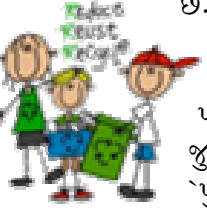


તમારા કચરાને અલગ પાડો : કચરાને અલગ પાડવું એ કંટાળાજનક અને મુશ્કેલ કામ છે પણ, કચરાના નિકાલ માટેની આ એક ખૂબ જ અસરકારક વ્યવસ્થા છે કચરાને બે ભાગમાં જુદો પાડો. સજીવ દ્રવ્યયુક્ત અને અસજીવ દ્રવ્યયુક્ત. સાદી ભાષામાં કહીએ તો ભીનો કચરો અને સુકો કચરો જુદો પાડો. સજીવ દ્રવ્યયુક્ત ઉત્પાદનો એટલે ખોરાક, કાગળ, પૂઠા, ફળ શાકભાજી અને ઝાડપાન, એકવાર તમે આ રીતે જુદું પાડવાનું શરૂ કરો ત્યારબાદ, તમારા પડોશીને પણ આ રીત અપનાવવા પ્રોત્સાહિત કરો. મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન આ કચરાને ખાતરમાં રૂપાંતરિત કરશે જેનો ઉપયોગ બાગકામ અને ખેતીમાં કરવામાં આવશે.

તમારું ઘર અને આસપાસનું વાતાવરણ સ્વચ્છ રાખો. : આપણા ઘરની અંદર અને બહાર સફાઈની જાળવણી કરવાથી મચ્છરો અને માખીઓના સંવર્ધનની જગ્યાઓ કે જેના થકી રોગચાળો ફેલાય છે તે તરત જ બંધ થશે. ‘‘અતિસાર (ડાયેરીયા) એ બાળકોનો મુખ્ય કાતિલ છે, વિશ્વભરમાં કુલ મૃત્યુના ૯%, ૫ વર્ષથી નીચેની વયના બાળકો ભોગ બને છે’’ (યુનિસેફ) ગંદા હાથ આનું મુખ્ય કારણ છે. આપણા હાથ સારી રીતે અને નિયમિત રીતે સાફ કરવા જોઈએ. ખાસ કરીને જમતા પહેલા અને અન્યને પણ આ પ્રમાણે કરવા સમજાવવા જોઈએ.



પુન: ઉપયોગ અને પુનરચના : આપણા આસપાસના વિસ્તારને કચરામુક્ત બનાવી સાફ રાખવાની આ અગત્યની અને સૌથી સરળ પદ્ધતિઓ છે. જે ચીજ-વસ્તુઓને તમે કચરો સમજી ફેંકવા માંગો છો તેનો બીજી કોઈ રીતે ઉપયોગ થઈ શકે કે કેમ તે વિચારો. તમારા માટે જે ચીજ-વસ્તુ કામની નથી તેની અન્યને જરૂર હોય તો તેમને આપી દો. જો વસ્તુ તૂટી હોય તો ફેંકતા પહેલા તેને જોડીને તેનો ઉપયોગ કરવાની કોશિશ કરો. કોઈપણ પ્રકારના કચરાનો નિકાલ કરતા પહેલા ફરી વિચાર કરો. દા.ત. આમંત્રણ પત્રિકાઓ ફેંકવાને બદલે તોરણ કે કવર બનાવી શકાય, જુના કપડાઓમાંથી થેલીઓ, પડદા કે ગોદડીઓ બનાવી શકાય અને જુના વાસણો ઉપર ચિત્રકામ કરી સુશોભનની વસ્તુઓ બનાવી શકાય. આ નાનકડી પણ અગત્યની ‘પુન: ઉપયોગ’ અને ‘પુનરચના’ની પદ્ધતિઓ દ્વારા સ્વચ્છતા અભિયાનમાં અમૂલ્ય યોગદાન આપી શકાય.



પ્લાસ્ટિકના ઉપયોગનો બહિષ્કાર કરો : પ્લાસ્ટિક, આપણા વાતાવરણ માટે જોખમકારક છે. જો તમે એને જમીનમાં દાટી દો તો વર્ષો સુધી તે એવું ને એવું જ રહે છે. આથી કાગળની થેલીઓ અથવા ખાદી / વણાટ / શણની થેલીઓનો જ ઉપયોગ કરવો જોઈએ અને કચરાપેટીમાં જ તેનો નિકાલ કરવો જોઈએ.

SAY NO TO PLASTICS



તમને જેની જરૂર હોય તેનો જ ઉપયોગ કરો : જરૂરત અને આવશ્યકતા આ બંને ભિન્ન બાબતો છે. તમે જરૂરિયાત માટે કેટલી કિંમત ચૂકવી શકો છો તે નહિ પણ, એક વ્યક્તિ માટે ખરેખર કેટલું આવશ્યક છે અને એમાંથી આપણે ખરેખર કેટલું વાપરી શકીએ કે વાપરીએ છીએ તે અંગે વિચારવું જોઈએ. આથી, તમે જે કંઈ પણ વાપરો કે ઉપયોગ કરો તે અંગે ધ્યાનથી વિચારો. જેટલી જરૂર છે તેટલું જ વાપરો, જરૂર જેટલું જ લો અને એટલું જ ખરીદો જેની આવશ્યકતા છે.



વીજળી અને પાણી બચાવો : વીજળીના કાર્યક્ષમ ઉપકરણોનો ઉપયોગ કરો અને એરકન્ડીશન, વોટર હિટર અને વોશીંગ મશીનનો મર્યાદિત ઉપયોગ કરો. દિવસ દરમ્યાન બલ્બનો ઉપયોગ કરવાને બદલે સૂર્યના પ્રકાશનો ઉપયોગ કરો. ધીમી ધારવાળા નળનો ઉપયોગ કરો. ઘરમાં જ્યાં પણ પાણી વહી જતું હોય ત્યાં સમારકામ કરાવો અને પાણી તેમજ પૈસાનો બચાવ કરો. વપરાયેલા નકામા પાણીનો ઉપયોગ રૂમમા પોતા કરવામાં, ઓસરી ધોવામાં અને છોડવાઓમાં પાણી રેડવામાં કરવો જોઈએ.



Let's Make It Happen Together



સતત સ્વયંને અને પાડોશીને સ્વચ્છતા અંગે કેળવો: સ્થાનિક વાતાવરણના મુદ્દાઓને સમજવાથી તમારામાં અને તમારી આસપાસમાં હકારાત્મક બદલાવ આવે છે. તમારા વર્તન અને દ્રષ્ટિકોણની સૌથી પહેલી અસર તમે અન્યમાં જોઈ શકો છો. અન્યને પણ આ અંગે પ્રોત્સાહન આપો. તમારા સ્થાનિક અધિકારીઓને લખો અથવા સંપર્ક કરો અને પુછો કે વાતાવરણને હરિયાળું બનાવવા તેઓ શું કરે છે?

હરિયાળીથી શણગારીએ, આપણી અલૌકિક સૃષ્ટિ
સ્વચ્છતા અપનાવી મેળવીએ, જીવનની સંતુષ્ટિ