

खानेपानी शुद्धीकरणका घरेलु विधिहरूसम्बन्धी प्रयोगकर्ता-निर्देशिका



नेपानी शुद्धीकरण गर्ने घरेलु विधिहरूसम्बन्धमा नेपाल सरकार, खानेपानी तथा ढल विकास विभागले विभिन्न तालिम सामग्रीहरू (जस्तै, सूचना सामग्री, तालिम निर्देशिका, फ्लिपचार्ट, फलेक्स र बालबालिकाका लागि पुस्तिका) तयार गरेको छ । यी तालिम सामग्रीहरूको प्रभावकारी प्रयोगबारे जानकारी प्रदान गर्न यो प्रयोगकर्ता-निर्देशिका (User's Guide) तयार पारिएको हो । यी सामग्रीहरू निम्नलिखित तीन समूहलाई लक्षित गरी तयार पारिएका छन् :

क) नीति निर्माणकर्ता तथा कार्यान्वयनकर्ताहरू

पानी प्रदूषण, पानीजन्य रोगहरू र खानेपानी शुद्धीकरण गर्ने घरेलु विधिहरूसम्बन्धमा नीति निर्माता तथा कार्यान्वयनकर्ताहरूलाई जानकारी तथा सूचना दिने उद्देश्यले निम्नलिखित छ वटा सूचना सामग्रीहरू तयार पारिएका छन् :

- पानीको गुणस्तर
- खानेपानी शुद्धीकरणका घरेलु विधिहरू
- कोलाइडल सिल्वर फिल्टर
- क्लोरीनेसन
- घामले खानेपानी शुद्धीकरण गर्ने विधि (सोडिस)
- बायोस्याण्ड फिल्टर



यी सूचनामूलक सामग्रीहरूले सरकारी तथा गैरसरकारी कार्यालयहरूमा कार्यरत नीति निर्माता तथा कार्यान्वयनकर्ताहरूलाई पानीको गुणस्तर र खानेपानी शुद्धीकरणका घरेलु विधिहरूबारे आधारभूत र प्राविधिक ज्ञान दिई यी विधिहरूको प्रवर्धन गर्न नीति तथा कार्यक्रम तर्जुमा गर्न सहयोग गर्नेछ ।

ख) सामुदायिक तालिममा संलग्न हुने प्रशिक्षकहरू

सामुदायिक तालिममा संलग्न हुने प्रशिक्षकहरू (जस्तै, सामुदायिक उत्प्रेरक, स्वास्थ्य कार्यकर्ता, सामुदायिक महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका, सामाजिक कार्यकर्ता आदि) लाई पानी प्रदूषण, पानीजन्य रोगहरू र खानेपानी शुद्धीकरणका घरेलु विधिहरूसम्बन्धी आधारभूत ज्ञान तथा सूचना प्रदान गरी तालिमलाई प्रभावकारी र सशक्त बनाउने उद्देश्यले निम्नलिखित तीन वटा तालिम सामग्रीहरू तयार पारिएका छन् :

१) तालिम निर्देशिका



यस तालिम निर्देशिकामा पानी र पानी प्रदूषणका कारणहरू, पानीजन्य रोगहरू, पानीको स्रोत संरक्षण, स्वास्थ्य र सरसफाइ तथा खानेपानी शुद्धीकरण गर्ने छ वटा सरल घरेलु विधिहरूका प्राविधिक पक्षहरूबारे व्याख्या गरिएको छ । यसलाई सामाजिक कार्यकर्ता तथा प्रशिक्षकहरूले सुरक्षित खानेपानीको महत्त्वबारे समुदायमा चेतना बढाउन र खानेपानी शुद्धीकरणका घरेलु विधिहरू प्रवर्धन गर्न स्रोत पुस्तिकाको रूपमा प्रयोग गर्नसक्छन् । तालिमको समय वा प्रस्तुतिमा निर्देशिकामा दिइएका जानकारीहरू आवश्यकता अनुसार प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

२) फिलपचाट

सानो समूह (२०-३० जनासम्म) को तालिममा चित्रगत प्रस्तुतिमार्फत् विषयवस्तुलाई सरल तरिकाले प्रस्तुत गर्न यो फिलपचाट तयार पारिएको छ । यसको प्रयोग गर्दा निम्नलिखित कुराहरूमा विशेष ध्यान दिनु जरूरी छ :

- छलफल शुरु गर्नुअघि फिलपचाटमा लेखिएका निर्देशन तथा विषयवस्तुहरू राम्ररी अध्ययन गर्नुपर्छ ।
- फिलपचाटमा रहेका चित्रहरूले सरसफाइ र खानेपानी शुद्धीकरणका उपायहरूबारे जानकारी दिने कुरा समुदायलाई बताउनुहोस् र फिलपचाटमा लेखिएका कुराहरू वर्णन गर्न करिव दुई घण्टासम्मको समय लाग्ने कुरा पहिले नै जानकारी गराउनुपर्छ ।
- फिलपचाटको चित्र सहभागीतिर फर्काउनुपर्छ भने व्याख्यालाई आफूतिर फर्काउनुपर्छ ।
- विषयवस्तुहरूलाई आवश्यकता अनुसार स्थानीय भाषामा बुझाउनुपर्छ ।
- फिलपचाट प्रयोग गर्दा सधैं पहिलो पानादेखि शुरु गर्नुपर्छ । एक पटकमा एउटा चित्रमा मात्र ध्यान दिनपर्छ र विस्तारै क्रमैसँग अरु चित्रहरूबारे बुझाउँदै जानुपर्छ । अर्को चित्रमा जानुअघि पहिलेका चित्र तथा विषयवस्तुबारे कसैको जिज्ञासा छ कि भनी सोध्नुपर्छ ।
- कार्यक्रमको अन्त्यमा बुझाइएका विषयवस्तुहरूलाई पुनः छोटकरीमा दोहोर्‍याउनुपर्छ । सिकेका कुराहरू व्यवहारमा ल्याउन र परिवार तथा छरछिमेकीहरूलाई पनि उक्त कुराहरू सिकाउन प्रोत्साहित गर्नुपर्छ ।



३) फ्लेक्स पोस्टर

यसलाई सानो समूह (२०-३० जनासम्म) को तालिममा प्रशिक्षण सामग्रीका रूपमा वा मानिसहरूले देख्ने ठाउँ वा कार्यालयमा पोस्टरको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । खानेपानी शुद्धीकरणका छ वटा घरेलु विधिहरूमध्ये निम्नलिखित पाँच वटा फ्लेक्स तयार पारिएका छन् :

- १) खानेपानी शुद्धीकरणका घरेलु विधिहरू
- २) कोलाइडल सिल्वर फिल्टर
- ३) बायोस्याण्ड फिल्टर
- ४) घामले खानेपानी शुद्धीकरण गर्ने विधि (सोडिस)
- ५) क्लोरिनेसन



यसमा खानेपानी शुद्धीकरणका विधिहरूबारे सङ्क्षिप्त व्याख्या गरिएको हुँदा तालिममा जानुअघि तालिम निर्देशिका राम्ररी अध्ययन गरी आवश्यकता अनुसार टिपोट तयार पार्नुपर्छ । फ्लेक्सको प्रयोग गर्दा निम्नलिखित कुराहरूमा ध्यान दिनुपर्छ :

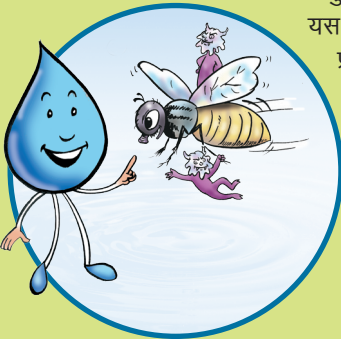
- १) फ्लेक्सलाई तालिममा उपस्थित सबै सहभागीहरूले देख्नसक्ने ठाउँमा भण्ड्याउनुपर्छ ।
- २) सहभागीहरूलाई आफ्नो जिज्ञासाहरू राख्न र छलफलमा भाग लिन प्रोत्साहित गर्नुपर्छ ।
- ३) एकपटकमा एउटा मात्र फ्लेक्सको प्रयोग गर्नुपर्छ ।
- ४) प्रत्येक फ्लेक्सको व्याख्यापछि सहभागीहरूका कुनै जिज्ञासा भएमा समाधान गर्नुपर्छ ।
- ५) सबै फ्लेक्सको प्रयोगपछि बुझाइएका विषयवस्तुहरूलाई पुनः छोटकरीमा दोहोर्‍याउनुपर्छ । सिकेका कुराहरू व्यवहारमा ल्याउन र परिवार तथा छरछिमेकीहरूलाई पनि ती कुराहरू सिकाउन प्रोत्साहित गर्नुपर्छ ।

ग) बालबालिका (स्कूलका विद्यार्थीहरू)

कक्षा ५ देखि ८ सम्मका विद्यार्थीहरूले आफ्नो र आफ्नो परिवारको स्वास्थ्यमा चासो लिई उचित सतर्कता अपनाउन सक्नु भन्ने उद्देश्यले बालबालिकाका लागि 'अमिवा र पानी' नामक पुस्तिका तयार पारिएको छ ।

यस पुस्तिकामा पानी र यसको प्रदूषणका कारणहरू, पानीजन्य रोगहरू, स्वस्थ रहनका

लागि सुरक्षित पानीको महत्त्व आदि विषयवस्तुहरूलाई बालबालिकाले बुझ्ने सरल भाषामा चित्रगत व्याख्या गरिएको छ । बालबालिकाले यस पुस्तिका रमाइलो मानेर पढ्नु भनी यसमा पानी र जनस्वास्थ्यसम्बन्धी खेलहरू पनि समावेश गरिएका छन् ।



सुरक्षित खानेपानीसम्बन्धी एक दिने तालिम

सुरक्षित खानेपानीसम्बन्धी एक दिने तालिमको नमूना समय-तालिका तल दिइएको छ । प्रशिक्षार्थीहरूको माग, उपलब्ध समय र बुझाइको आधारमा यसमा परिवर्तन गर्न पनि सकिन्छ ।

नमूना समय-तालिका

सत्र १	परिचय	३० मिनेट
१० मिनेट	आगमन तथा नाम दर्ता	
१० मिनेट	परिचय तथा स्वागत मन्तव्य	
१० मिनेट	कार्यक्रमको उद्देश्य	
सत्र २	सुरक्षित खानेपानी, स्वास्थ्य र सरसफाइ	६० मिनेट
१५ मिनेट	पानी, जलचक्र, पानीका स्रोतहरू, पानीको प्रयोग र सुरक्षित खानेपानी	
१५ मिनेट	पानी प्रदूषणका कारणहरू, पानीजन्य रोगहरू र पानीको स्रोतको संरक्षण	
१५ मिनेट	स्वास्थ्य र सरसफाइ	
१५ मिनेट	छलफल र समूहगत क्रियाकलाप	
सत्र ३	खानेपानी शुद्धीकरण गर्ने सरल घरेलु विधिहरू	१२० मिनेट
१० मिनेट	खानेपानी शुद्धीकरण गर्ने घरेलु विधिहरू - परिचय	
५ मिनेट	पानी उमाल्ने	
४५ मिनेट	विभिन्न प्रकारका फिल्टरहरू र तिनीहरूको प्रयोग	
१५ मिनेट	क्लोरीन भोल प्रयोग गर्ने तरिका	
३० मिनेट	सोडिस विधि	
१५ मिनेट	पानीको सुरक्षित भण्डारण	
सत्र ४	समीक्षा तथा समापन	६० मिनेट
३० मिनेट	समुदायमा खानेपानी शुद्धीकरण विधिहरू प्रवर्धन तरिकाबारे समूहगत छलफल	
१५ मिनेट	समीक्षा	
१५ मिनेट	समापन	



हामी सबैले बुझिराखौं र अपनाऔं पनि, पानी शुद्धीकरण गर्ने विधिहरू
सुधारौं बानी, पिउने गरौं सुरक्षित पानी



थप जानकारीका लागि नजिकैको जिल्ला खानेपानी कार्यालयमा सम्पर्क राख्नुहोला ।