ર્ષ – ૨૦૨૧/૨

:JrKF 5JF0FL pHJL

TP !YL!5 ;8[dAZZ)Z!

F.,

XF/F]\ D<

TF,S<   _(,<

SU AY . PATEL

- ખ્યાલ એ જૂના તબીબી ખ્યાલસાથે સંકળાયેલો છે, તેવી જ રીતે વ્યક્તિગત અને વ્યવસાયિક દેખરેખદતો પણ મોટા ભાગે જીવનપ્રણાલી સાથેડાયેલી છે. સ્વચ્છતાનીઆદતો એ તબીબી વિજ્ઞાનમાં તેમજ ઘર (પ્રાદેશિક) અને જીવનની રોજિંદી પ્રક્રિયાઓમાં રોગોનો ફેલાવો અને તેની અસર ઘડવાના પ્રતિબંધક માપદંડો તરીકે છે.ધ્યાન્ન, દવાઓ, સૌંદર્યપ્રસાધઅને અ

વસ્તુઓનીત્પાદન પ્રક્રિયામાં સ્વચ્છતા એ ગુણવત્તા ખાતરી માટેનો મહત્વનો ભાગ છે. ઉદાહરણ તરીકે ઉત્પાદન પર આપવામાં આવેલી માઈક્રોબિયલનુંગતવાર વર્ણન એ તેના ઉપયોગ માટે યોગ્ય હોવાની ખાતરી આપે છે. સુધ(અથવા સફાઈ) અને સ્વચ્છતા શબ્દો ક્યારેક પરસ્પર એકબીજા માટે પણ વપરાય છે, જે મૂંઝવણ ઊભી કરી શકે છે.

- સામાન્ય રીતે મોટેભાગે સ્વનો અર્થ જીવાને કારણે રોગોનો ફેલાવો અટકાવવા માટેનીપદ્ધતિ એવો થાય છે. છતાં સફાઈ પ્રક્રિયામાં (ઉદા. હાથ ધોવા) સંક્રમક ગંદ અને

માટી સ્વરૂપે રહેલા જીવાણુઓને સારી તે દૂર

કરવામાં આવે છે, મોટા ભાગે તેને જ સ્વચ્છતા પ્રાપ્ત કરી કહેવાય છે. આ શબ્દનો ઉપયોગ વિવિધ શબ્દસમૂહો તરીકે થાય જેમાં સમાષ્ટ છે: શરીર સ્વચ્છતા, વ્યક્તિગત સ્વચ્છ , ઉંઘ સ્વચ્છતા , માનસિક સ્વતા, દંત સ્વચ્છતા અને વ્યવસાયિકચ્છતા એ જાહેર આરોગ્ય સંદર્ભે વપરાય છે. સ્વચ્છતા એ વિજ્ઞાનની એક શાખા પણ છે,જે આરોગ્યની જાળવણી અને પ્રોત્સાહન સાથેનો વ્યવહાર દર્શાવે છે, તેને આરોગ્યસ્ત્ર તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. સ્વચ્છતા પ્રક્રિયા વ્યાપક રીતે ભિન્ન છે, અને તે કોક સંસ્કૃતિમાં સ્વીકાર્ય છે, જે

- **<u>કોવિડ- ૧૯ ની ગાઇડલાઇનને ધ્યાઇ નીચેની કામગીરી કરવી</u>**ખવાડાના પ્રથમ દિવ તમામ પ્રાથમિક

શાળામાં સ્વચ્છતા અંગે શપથ લીધી. જેમાં શાતમામ શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓએ વર્ચ્યુઅલ માધ્યમથી અને સામાજિક અંતર જાળવીને ભાગ લીધો.

- પ્રથમ સપ્તાહમાં SMCs / દ્વારા શિક્ષકો અને વાલીઓ વચ્ચે વર્ચ્યુઅલ માધ્યમથી અને સામાજિક અંતર જાળવીને બેઠકનું આયોજન કર્યું. જેમાં સ્વચ્છતાના મહત્વ અને હાથ ધોવા, મા ઉપયોગ, સામાજિક અંતરઅંગે પ્રોત્સાહિત કર્યા.
- દરેક શાળ/સંસ્થામાં પાણી અને સ્વચ્છતા સવલતોનું નિરીક્ષણ કરવા શિક્ષકો અને જો જરૂરી હોતો સુવિધાઓની મરામત અને નિભાવ માટે પ્રસ્તાવ/યોજના બનાવી.
- શાળાઓમાં સ્વતા અને સ્વચ્છતા પરદ્યાર્થીઓ માટે ચિત્ર/નિબંધ/સૂત્ર લેખન/ક્વિઝ સ્પર્ધા/વર્ચ્યુઅલ ધ્યમથી

કર.**તા. ૦૧ થી ૧૫ મ્બર -૨૦૧ દરમ્યાન સ્વચ્છપખવાડાઉજવણીમાટેનો એક્શન પ્લા**તા. ૦૧/૦૯/૨૦૨૧ (બુધવાર) **"સ્વચ્છતા શપથ દિવસ"** શાળાઓ અને શૈક્ષણિક સંસ્થાઓના તમામ શિ કર્મચારીઓ અને તમામ વિદ્યાર્થીઓએ પ્રથમ દિવસે વર્ચ્યુઅલી / સમાજિક અંતર જાળવીને સ્વચ્છતાના શપથ લીધા. જેમાં બાળકો સ્વચ્છતા વિશે વાત કરી અને સંકલ્પ લેવડાવ્યો. (મા, સલામત અંતર, હાથની સ્વચ્છતા વગેરે)

- સ્વચ્છતા/કોવિડ જાગૃતિ સંદેશ સી.આર.સી. ને મોકલ્યા.
- સ્વચ્છતા શપથ લીધ વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યા તથા ભાગ લીધેલ શાળાઓની સંખ્યા તેમજ શપથ લીધેલ

ફોટોગ્રાફ્સ અને વિડિયો અને પ્રચાર સામગ્રીને આર.સી. ને મોકલ્યા.

o **તા. ૦૨/૦૯/૨ (ગુરૂવાર) “સ્તા જાગૃતિ દિવસ”**

- સ્વચ્છતા અને સ્વચ્છતાના મહત્વ અને હાથ ધોવાના મહત્વ, માસ્ક અને સામાજિક અંતરન મહત્વ જણાવવા માટે SMCs / SMDCs / PTAs ની બાળકો, તાપિતા અને શિક્ષકો વચ્ચે વર્ચ્યુઅલ મીટિંગ યોજી. તેમજ શાળા તેમજ ઘરમાં સ્વચ્છતા અને સ્વચ્છતા માટે તેમને પ્રોત્સાહિત અને પ્રેરિત કર્ય
- શિક્ષકોએ શાળા સંસ્થાન દરેક ખૂણામાં સ્વચ્છતા સુવિધાઓનુ નિરીક્ષણ કર્યું અને મૂલ્યાંકન કર્યું અને સવિધની જાળવણી માટે જરૂરી આયોજન કર્યું.

- મધ્યાહન ભોજન અંતર્ગત બાળકો જમતી વખતે હાથ ધોવ
- ઘરે પણ જમતી વખતે પહેલા થ ધોવા
- બાળકો શાળામાં, વર્ગમાં જેમ સફાઈ રાખે એમ ઘરણ સફાઈ રાખે.
- બાળકો પોતાના ઘરની આસપાસ ખાડા ખાબોચિયા ન થવા દેવા.
- બાળકો પોતાના કપડાં, વાળ અને મોઢું ણ ચોખું રાખે.
- બાળક સરસ તૈયાર થઈને આવે તેને ‘આજનું ગુલાબ’ બનાવીશું.
- આવી સ્વચ્છતા અંગે ચર્ચા કરવામાં આવી....
- કોવિડ- 19 દરમિન (હાથ ધોવાની સુવિધા, દૈનિક સફાઈ અને જીવાણુ નાશકક્રિયા, શૌચાલયનો ઉપયોગ,પાણીની સુવિધાનો ઉપયોગ,
- જલ-જીવન મિશન અંતર્ગત પાણીની સુવિધાની ચકાસણી કરી.

- નવેમ્બર ૨૦૨૧ સધી વરસાદની ઋતુમાં શાળામાં જળ સંચય પ્રણાલીઓ અંગેની સ્થિતિ તપાસ અનેદ્ધિ યોજના હાથ ધરવામ આવી.
- શૌચાલય, રસોડું, વર્ગડો, પંખા, દરવાજા, બારીઓની વ્યાપક સફાઈ / જીવાણુ નકક્રિયા મ્પસમાં હાથ ધરી. નિક સમુદાય SMCSને સ્થાનિક પ્રતિનિધિઓની ભાગીદાર સાથે આ પ્રવૃત્તઓમાં સામેલ કર્યા.
- ભાગ લીધેલ શાળાઓની સંખ્, ફોટોગ્રાફ્સ અને વિડિ અને પ્રચાર સામગ્રીને સી.આર.સી. કક્ષાએ મોકલ્યા.

SUAY . PATEL

o **તા. 03/0૯/૨૦૨૧ (શવાર) "સમુદાય જાગૃતિ દિવસ"**

- બાળકોમાં સ્વચ્છતા અને કોવિડ સલામત વર્તન પ્રોત્સાહન આપવા માટે સ્વચ્છતાની થીમ પર સમુય જાગૃતિ દિવસ સેમિનાર (વર્ચ્યુઅલ/નાના જૂથો) નું આયોજન કર્યું.

- સ્થાનિક પ્રતિનિધિઓ સાથે મળીને શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓએ સ્વચ્છતા પખવાડા, કોવિડ-19 અનચે સ્થાનિક વિસ્તારોમાં લોકોમાં રસીકરણની થીમનો પ્રચાર કરવો
- સમુદાય જાગૃતિ દિવસમાં ભા લીધેલ વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યા, ફોટોગ્રાફ્સ અને વિડિયો અને પ્ર સામગ્ર સી.આર.સી. કક્ષાએ મોકલ્યા.

o તા. ૦૪//૨૦૨૧ થ તા. ૦૫//૨૦૧૧ (વાર અને રવિવાર)"ગ્રીન શાળા ડ્રાઇવ દસ"

- તમામ શિક્ષકો શાળાઓમાં ટોઇલેટ, સ્વચ્છ પીવાના પાણીની સુવિધા જોવી તેની જાળવણી કરાવી.
- આ દિવસે શાળામાં સફાઈ માટે ઝુંબેશ કરી. શાળામાં, વર્ગમાં તથા મેદાનમાં સફાઈ કરી
- આવી દરરોજ સ્વચ્છતા થાય અને તે જાળવણી થાય તેનું આયોજન કરવામાં આવ્યું.
- શાળામાં અને ઘરમાં જળ સંરક્ષણ વિશે વિદ્યાર્થીઓને સમજણ આપવી.
- ભાગ લીધેલ શાળાઓની સંખ્યા, ફોટોગ્રાફ્સ અને વિડિયો અને પ્રચાર સામગ્રીને સી.આર.સી. કક્ષાએ મોકલ્યા.

o તા. ૦૯/૦૯/૨૦૨૧ થી તા૦૭/૦૯/૨૦૨૧ (સોમવાર અને મંગળવાર) "સ્વચ્છતા સહભાગીતા દિવસ"

- કોવિડ પ્રોટોકોલનું પાલન કરીને શ સ્વચતા પર ચિત્રકામ સ્કી, કવિત નિર્મણ, સ્લોગન લેખન સ્પર્ધાઓ યોજી.

- સફાઈ એ માત્ર આપણા આરોગ્ માટે જ જરૃરી નથી કે માત્ર આસપાસના વાતાવરણને સુંદર અને શૌભામબનાવવા માટે અનવાર્ય નથી પરંતુ દરેક સર્જન અને ઉન્નતિ માટે અગત્યનું છે. શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસ માટે ફરજીયાત છે.

- સ્વચ્છ રહેવું એ માનવીય પ્રકૃતિનું ભાગ છે. સફાઈ તેને ગમે છે અને સ્વચ્છતા પ્રગતિ માટે પણ જરૂરી છ

આપણી કુટેવથી પર્વતો પણ બાકાત નથી. મોટાભાગના પર્યટન સ્થળોએ પણ ગંદકીની સમસ્યા થઈ રહી છે. રણમાં જ નહીં એવરેસ્ટ પર પણ આપણા 'પ્રકૃતિ પ્રેમ'ના દાખલા મળી જશે. આ પડકારને આપણે જ પડકારવી છે. જનતાનો સહકાર અને ભાગીદારી વગર કોઈ અભિયાન સફળ થઈ શકે છે

- "કોવિડ-19 રિસ્પોન્સિવ સ્કૂલ" થીમ પર (વર્ચ્યુઅલ) પત્ર નિબંધ લેખન સ્પર્ધા યોજી.

o **તા. ૦૮/૦૯/૨૦૧૧ (બુધવાર) "હેન્ડ વોશ દિવસ"**

- રોજિંદા જીવનમાં યોગ્ય હાથ ધોવાની જરૂરિયાત અંગે જાગૃતિ લાવી.
- બાળકોને જમ્યા પહેલા અને પછી સાબુથી હાથ ધોવાની યોગ્ય પદ્ધતિ/પગલા/સમય શીખવ્યુ.

S U A Y . P A T E L

દિવ્યાંગ વિદ્યાર્થીઓ માટે પીવાના પાણી અને શૌચાલયની સુવિધાઓમાં અવરોધ મુક્ત પ્રવેશની સમીક્ષા અને ખાતરી કરાવી.

- હેન્ડ વોશિંગ યુનિટમાંથી પાણી શાળાના બગીચાઓને સ્વચ્છ રાખ્યા.
- બાળકોને પાણીથી થતા રોગો રોગો, પીવાના પાણીની સલામત સંભાળ વિશે શીખવવામાં આવી જેથી તેઓ યોગ્ય હાથની સ્વચ્છતા કરે. ભાગ લીધેલ શાળાઓની સંખ્યા, ફોટોગ્રાફ્સ અને વિડિયો અને પ્રચાર સામગ્રીને સી.આર.સી. કક્ષાએ મોકલ્યા.

તા.૦૯/૦૯/૨૦૨૧ થી તા.૧૦/૦૯/૨૦૨૧ (ગુરુવાર અને શુક્રવાર) “વ્યક્તિગત સ્વચ્છતા દિવસ”

- ઓડિયો વિઝયુઅલ પ્રોગ્રામ દ્વારા વ્યક્તિગત સફાઈની મહત્તા વિશે વિદ્યાર્થીઓને અવગત કર્યા.

વિદ્યાર્થીઓને નખ કાપવા અને સાફ રાખવાની યોગ્ય રીત, સ્વચ્છ પાણીથી દરરોજ સ્નાન, સ્વચ્છ કપડા પહેરવા, ખુલ્લામાં ન થુંકવા, જૂતા/ચંપલ પહેરવા વગેરે વિશે શીખવ્યુ. (યોગ્ય માસ્ક પહેરવું, હાથ મેળાપ ન કરવો, એક બીજા સાથે જમવાનું અને અન્ય વસ્તુની વહેચણી કરવી નહીં, કોવિડ 19 દરમિયાન ભીડ વાળી જગ્યાએ જવાનું ટાળવું).

- વિદ્યાર્થીઓને શૌચાલય અને પીવાના પાણીની સુવિધાઓનો ઉપયોગ કરવાની આરોગ્યપ્રદ રીત શીખવી.

- વ્યાજબી દૈનિક શાસન સજીવની પ્રવૃત્તિ અને પુનઃપ્રાપ્તિ માટે શ્રેષ્ઠ શરતો બનાવે છે અને એથ્લેટિક પ્રભાવમાં વધારો કરવા માટે ફાળો આપે છે. આ હકીકત એ છે કે દિવસની સાચી અને સખત નિરીક્ષણ દૈનિક શાસન સાથે, સજીવના કાર્યની ચોક્કસ લય વિકસાવવામાં આવી છે,

પરિણામે એથ્લીટ અને રમતવીર સૌથી વધુ અસરકારક વિવિધ પ્રકારની કામગીરી કરી શકે છે.

એક તર્કસંગત દૈનિક શાસન પણ વધુ સારી યોજના સમય માટે મદદ કરે છે અને વધુ સફળતાપૂર્વક કામ કરે છે. દિવસના શાસનની સ્થિરતાને ધ્યાનમાં રાખીને સંસ્થાને ઉભી કરવામાં મદદ મળે છે, સભાન શિસ્તમાં સશક્ત અને સશક્ત થશે.

- વિદ્યાર્થીઓને દિવસમાં બે વખત દાંત સાફ કરવાનું મહત્વ સમજાવ્યુ. અને તેને નિયમિત ટેવ પાડવા સમજાવ્યુ.
- ભાગ લીધેલ શાળાઓની સંખ્યા, ફોટોગ્રાફ્સ અને વિડિયો અને પ્રચાર સામગ્રીને સી.આર.સી. કક્ષાએ મોકલ્યા.

o તા. ૧૧/૦૯/૨૦૨૧ થી તા. ૧૨/૦૯/૨૦૨૧ (શનિવાર અને રવિવાર) “સ્વચ્છતા પ્રદર્શન દિવસ”

- સ્વચ્છતા પ્રવૃત્તિઓ/કોવિડ પ્રતિભાવ વર્તણૂકો પર વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા બનાવેલા ફોટોગ્રાફ્સ, ચિત્રો, કાર્ટૂન, સૂત્રો વગેરે શાળા/વિભાગની વેબસાઇટ પર પ્રદર્શિત કર્યા.

સ્થાનિક કચરાના સંગ્રહનો પુનઃ ઉપયોગ કરીને ઘરે કલાત્મક વસ્તુઓ બનાવવી, એટલે કે, તેમની સંસ્કૃતિને પ્રોત્સાહન આપતી સ્થાનિક કુશળતાનો ઉપયોગ કરવાની સમજ આપી.

- અશુધ્ધ પાણીના કારણે બાળકોમાં જોવા મળતી બિમારીઓ જેવી કે તાવ ઝાડા,ઉલટી,કમળો,ટાઇફોઇડ જેવા રોગ હવે શુધ્ધ પાણીના વપરાશને કારણે બાળકોમાં આ રોગોનું પ્રમાણ જોવા મળતુ નથી. તેની વાલીઓને સમજ આપી.
- બાળકો માટે અમે અમારી શાળામાં અમે શુધ્ધ પાણી મળે માટે દાતા

દ્વારા RO પ્લાન નો ઉપયોગ કરીએ છીએ. જેથી બાળકોને શુધ્ધ પાણી મળી રહે.

- ભાગ લીધેલ શાળાઓની સંખ્યા, ફોટોગ્રાફ્સ અને

વિડિયો અને પ્રચાર સામગ્રીને સી.આર.સી. કક્ષાએ મોકલ્યા.

- **તા. ૧૩/૦૯/૨૦૨૧ થી તા. ૦૯૫૨૦૨૧ (સોમવાર અને મંગળવાર) “સ્વચ્છતા કાર્ય દિવસ"**

- SMC/SDMC દ્વારા વિદ્યાર્થીઓ, વાલીઓ અને સ્થાનિક લોકોમાં સ્વચ્છતા એક્શન પ્લાન (કોવિડ - 19 સંબંધિત ઉપાયોના સમાવેશ સાથે) વિશે જાગૃતિ લાવી. સ્વચ્છતા પખવાડા પ્રઓ અંગે ચર્ચા કરવા માટે બાલ સંસદ/શાળા કૅબિનેટની બેઠકનું આયોજન કર્યું.
- ભાગ લીધેલ શાળાઓની સંખ્યાટોગ્રાફ્સ અને વિડિયો અને પ્રચાર સામગ્રીને સી.આર.સી. કક્ષાએ મોકલ્યા
    - આવનારા ૨૦ વર્ષોમાં ૪૦ થી વધુદેશોમાં પાણીની ગંભીર સમસ્યા ઉભી થશે. આશોમાં આપણો ભારત દેશ પણ સામેલ છે. જેથી સમયમાં વ પાણીનો સંગ્રહ નહીં કરવામાં આવે તો આવનારા સંકટમાંથી બહાર નીકળીકાશે હી

અને અનેકવિધ સર્જન થવા પામશે જેથી આજના સમય માટે વરસાદી પાણીનો સંગ્રહ એક તાતી જરૂરિયાત છે.**તા. ૧૫/૦૯/૨૦૨૧ (બુધવાર) "ઈનામ વિતરણ દિવસ"**

- શાળા કક્ષાએ યોજાવામાં આવેલ , નિબંધ, ક્વીઝ, ચર્ચા, સૂત્ર લેખન માં ભાગ લીધેલ વિદ્યાર્થીઓને ઈનામ વિતરણ કર્યું.
- સ્વચ્છ પખવાડા દરમિયાન ભાલીધેલ શાળાઓની સંખ્યા, ફોટોગ્રાફ્સ અને વિડિયો અને પ્રચાર સામગ્રીનેર.સી. કક્ષાએ મોકલ્યા. સમગ્ર પખવાડિયા યો, તે કરેલા કાર્યક્રમો ના આધાર પુરાવા, નવા પ્રયોગો, ‘<u>સ્વચ્છતા પખવાડાની</u>’ ફાઈલ અને અહેવાલ ઉપલી કક્ષાએ મોકલવામાં આવ્યો.

ર્ષ – ૨૦૨૧/૨

SU AY . PATEL