

किड्स, वायु आओर

जलवायु परवर्तन

: उष्ण लहरिक प्रकोप



सरल निवारक उपायक माध्यम सँ
ऊष्ण लहरिके परास्त करए बला चित्रकथा।



डॉ. रविंद्र खैवाल
डॉ. सुमन मोर



किड्स, वायु आओर जलवायु परिवर्तन

: उष्ण लहरिक प्रकोप

(सरल निवारक उपायक माध्यम सँ ऊष्ण लहरि के परास्त करए बला चित्रकथा)

जलवायु परिवर्तन सदति पारिस्थितिकी तंत्रक विनाश सँ जुड़ल होइत अछि मुदा इ हमरा सभक जीवन आ स्वास्थ्य के सेहो प्रभावित करैत अछि । जलवायु परिवर्तनक कारणे सुखाड़, बाढ़ि आ ऊष्ण लहरि (गर्म हवा/लू लागब) एहेन प्राकृतिक आपदाक आवृत्ति मे वृद्धि भेल अछि । विश्व स्तर पर हम सभ आब ऊष्ण लहरिक बढ़ैत आवृत्ति, अवधि आ तीव्रता केँ देखि रहल अछि ।

ऊष्ण लहरिक केँ विशिष्ट रूपे परिभाषित कयल गेल अछि । साधारणतः अस्वाभाविक रूप सँ उच्च तापमान आ आनो-आन मौसम संबंधी मापदंड ऊष्ण लहरिक अनुकूल परिस्थिति बनबैत अछि । प्रतिवर्ष ऊष्ण लहरिक घटना सँ अस्वाभाविक रूपे हजारो लोकनिक जान लऽ लैत अछि तथापि एकर बादो आनो-आन आपदाक अपेक्षा एहि सँ बचाव पर कम ध्यान देल जाइत अछि । एहि लेल ऊष्ण लहरि केँ "साइलेंट किलर" के रूप मे सेहो जानल जाइत अछि ।

ऊष्ण लहरि मानव स्वास्थ्य पर सामान्य प्रभाव जेना कि पसीना आएब, थकानक अतिरिक्त इ घातक सेहो भऽ सकैत अछि जेना कि उष्माघात । ऊष्ण लहरि श्वसन आ हृदय रोग, गुर्दाक बीमारी आ मानसिक रोग सभक कारण बनि सकैत अछि । ऊष्ण लहरि सँ होबए बला बीमारी आ मृत्यु दर के सरल निवारक उपायक माध्यमे कम कयल जा सकैत अछि ।

एहि बात के ध्यान मे रखैत पी जीआई एम ई आर-चंडीगढ़ आ पंजाब विश्वविद्यालय चंडीगढ़ किड्स, वायु आ जलवायु परिवर्तन पर एक नव चित्रकथा श्रृंखला बनौलक अछि । प्रस्तुत चित्रकथा ऊष्ण लहरि आ एहि सँ होबए बला बीमारी सभ पर केन्द्रित अछि । एकर, अतिरिक्त इ बच्चा आ आम जनता के ऊष्ण लहरि सँ सम्बंधित बीमारी आ बचावक तरीका सभक संबंध मे शिक्षित करैत अछि जाहि सँ भारत सरकार केँ ऊष्ण लहरि सँ शून्य मृत्युदरक लक्ष्य के प्राप्त कयल जा सकए ।



बच्चासभ स्कूलक समय समाप्त भऽ गेल अछि।



सरकारी स्कूल

सर्व शिक्षा अभियान

सभी के लिए शिक्षा



हुर्रे!

बच्चासभ पढ़े घर जाइत।

आइ बेसी गर्मी अछि!

हँ, हमहु खबरि सुनलहुँ अछि जे तापमान चालीस डिग्री सेंटीग्रेड सँ बेसी भऽ गेल अछि।

आज की ताजा खबर

43°

HIGH TEMP

30°

LOW TEMP

9-16

mph

0%

CHANCE OF RAIN

उष्ण लहर की चपेट में दक्षिण एशिया



(बच्चा के एक गांछक छाहरि मे लऽ जायत छी आ पानि पिअबैत छी।)



काल्हि, हम टीवी पर गर्मी सँ संबंधित बीमारीक विषय मे सुनने छलहुँ जे हम जे हमरा सभ अत्यधिक गर्मी सँ बीमार भऽ सकैत छी।



वायु अत्यधिक गर्मी सँ सूखाए गेल पोखरि मे पानि भरि रहल अछि ।

वायु,
वायु, वायु !

बच्चासभ घबराएल लगैत
छथि । हमरा सभ के हुनकर
मददि करबाक चाही ।

बच्चासभ सोर
पारलनि वायु वायु

कि भेल बच्चासभ ! कि
अहाँ सभ ठीक छी ?

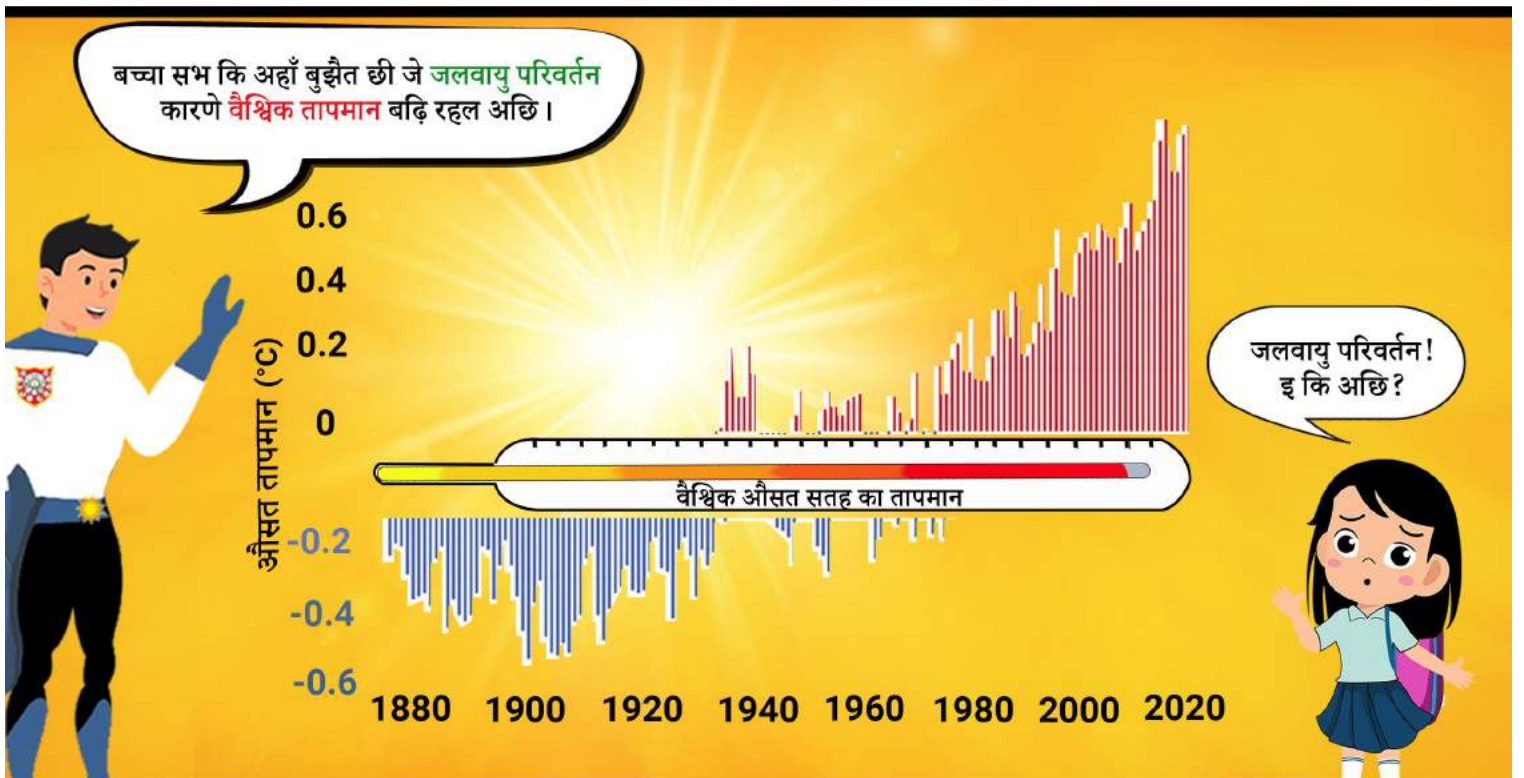
गर्मीक कारणे हमर
मिलक मोन खराप भऽ
गेल छल ।

आब अहाँ केहेन छी,
हमर नूनू मिल ?

हमरा चक्कर आबि गेल
छल मुदा आब हम
बढ़िया छी ।

जुनि घबराउ हम अहाँ के
अस्पताल लऽ चलैत छी ।





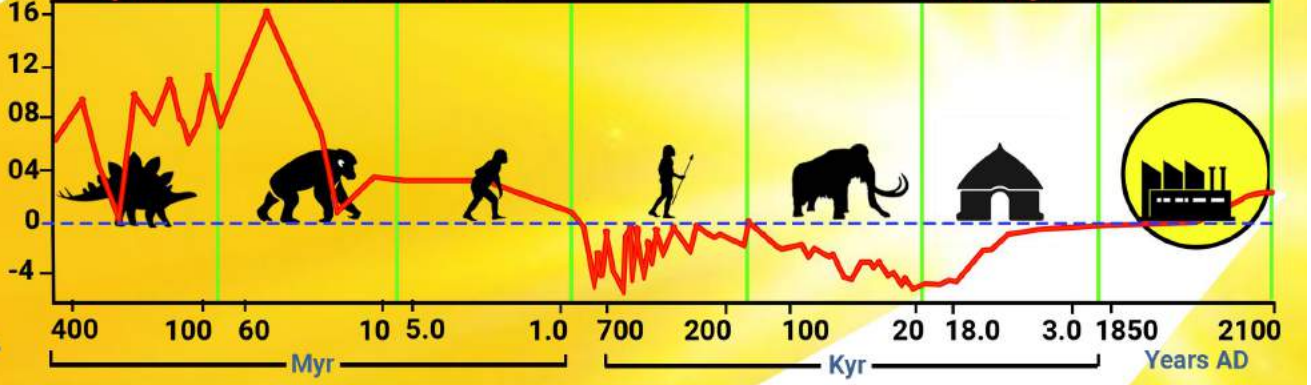
बच्चासभ, जलवायु परिवर्तन पृथ्वीक तापमान आ मौसमक चक्र मे दीर्घकालिक परिवर्तन के संदर्भित करैत अछि।



जुरासिक पुरापाषाण युग नवीनतम युग

अभिनव युग

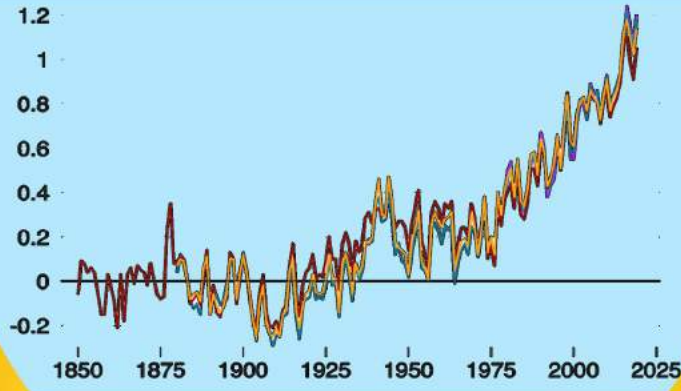
एंथ्रोपोसीन



इ परिवर्तन सामान्यतः प्राकृतिक होइत अछि, जेना कि सौर चक्र मे भिन्नताक कारणे एहि मे हजारो वर्ष लगैत अछि। अहाँ के बूझिकऽ आश्चर्य होयत जे पृथ्वीक सम्पूर्ण इतिहास मे जलवायु मे कतेको बेर परिवर्तन देखल गेल अछि।



यद्यपि, मानवीय गतिविधि जेनाकि कोयला, तेल आ गैस एहेन जीवाश्म ईंधन के जरेबाक कारणे पछिला दू शताब्दी मे वैश्विक तापमान मे तीव्रता सँ वृद्धि देखल गेल अछि। वैज्ञानिक लोकनिक जनतबक अनुसार पृथ्वीक तापमान मे इ वृद्धि पृथ्वीक इतिहास मे कोनो काल सँ बेसी तेज अछि।



जलवायु परिवर्तनक मुख्य कारण

सौर विकिरण



कोयलाक जरेब



अपशिष्ट उत्सर्जन



वनक कटाई



वाहन प्रदूषण



बच्चासभ अहाँ जैत छी जे पृथ्वी मे एक सुरक्षात्मक वायुमंडल अछि जाहि के पार भऽकऽ सूर्य किरण (ऊर्जाक रूप मे) हमरा सभ धरि पहुंचैत अछि। पृथ्वीक सतह किछु किरण के परावर्तित कऽ दैत अछि आ किरणक शेष भाग के अवशोषित कऽ लैत अछि आ बाद मे ऊष्माक रूप मे परावर्तित कऽ दैत अछि

पृथ्वीक सतह के लऽगक वायुमंडलक किछु गैस परावर्तित होबए बला ऊष्मा ऊर्जा के अवशोषित करैत अछि आ हमर पृथ्वीक वर्तमान औसत तापमान के बनाओल रखबा मे मदद करैत अछि। वायुमंडलक एहि ऊष्मा के अवशोषित करय बला गैस के ग्रीन हाउस गैस कहल जाइत अछि।

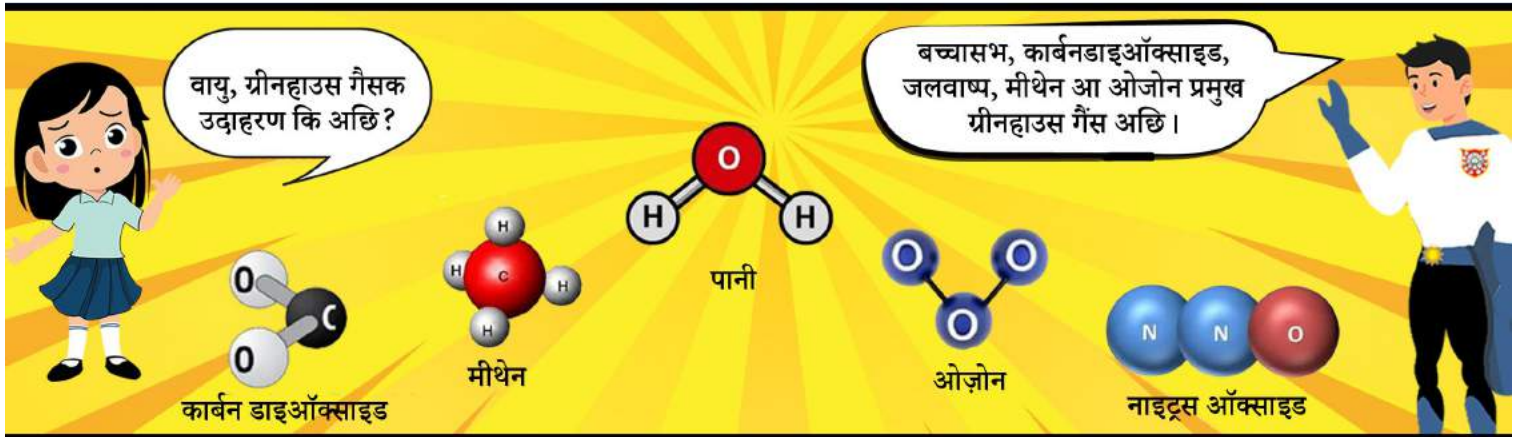
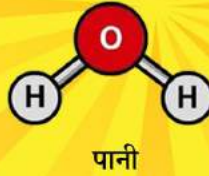
किछु इंफ्रा-रेड विकिरण वायुमंडल सँ भऽक जाइत अछि।

किछु विकिरण पुनः परावर्तित होइत अछि।



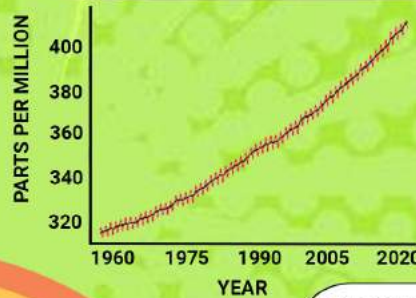
वायु, ग्रीनहाउस गैसक उदाहरण कि अछि?

बच्चासभ, कार्बनडाइऑक्साइड, जलवाष्प, मीथेन आ ओजोन प्रमुख ग्रीनहाउस गैस अछि।



मुदा वायु, जीवाश्म ईंधन पृथ्वीक तापमान केना बढ़बैत अछि?

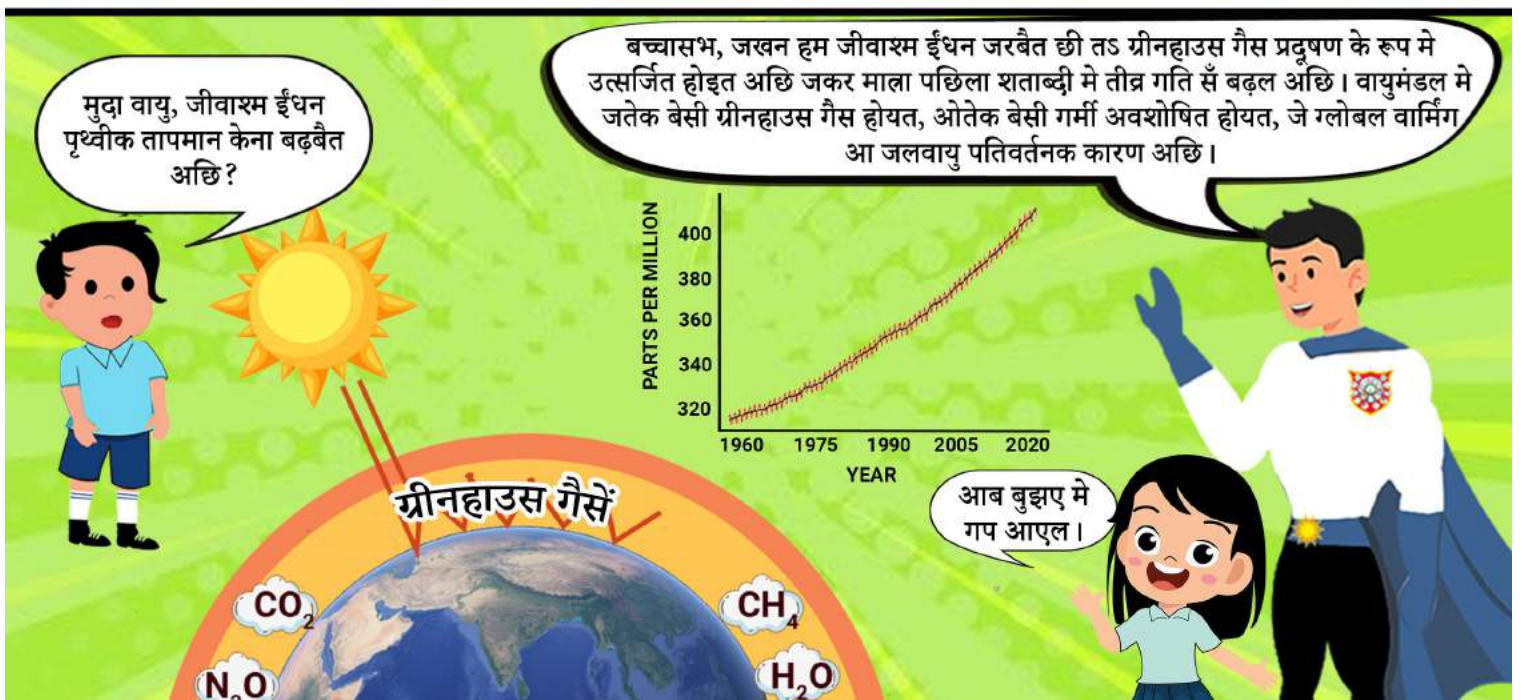
बच्चासभ, जखन हम जीवाश्म ईंधन जरबैत छी तऽ ग्रीनहाउस गैस प्रदूषण के रूप मे उत्सर्जित होइत अछि जकर मात्रा पछिला शताब्दी मे तीव्र गति सँ बढ़ल अछि। वायुमंडल मे जतेक बेसी ग्रीनहाउस गैस होयत, ओतेक बेसी गर्मी अवशोषित होयत, जे ग्लोबल वार्मिंग आ जलवायु परिवर्तनक कारण अछि।



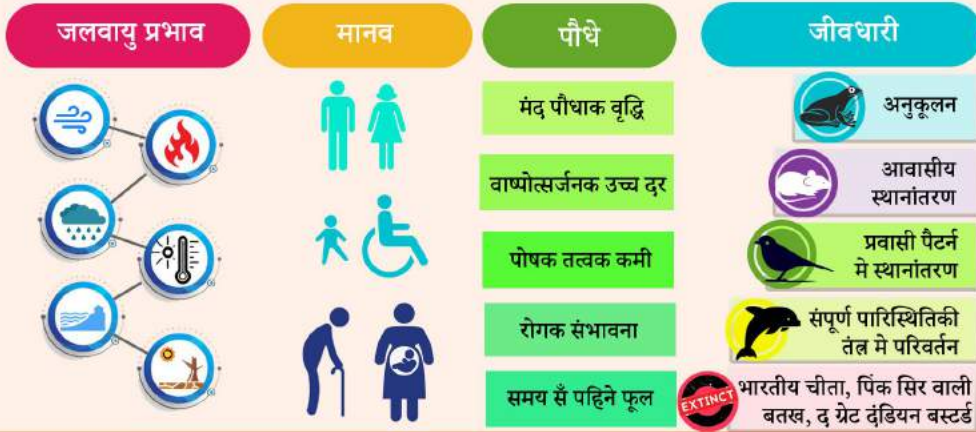
ग्रीनहाउस गैसें



आब बुझए मे गप आएल।



बच्चासभ, कि अहाँ बुझैत छी जे जलवायु संकट एक मानवीय स्वास्थ्य संकट अछि? 'जलवायु परिवर्तन' गाछ-वृक्ष जानवर आ हुनक प्राकृतिक वासक लेल सेहो एक गंभीर खतरा अछि।



वायु, वास्तव मे इ एक गंभीर चिंताक विषय अछि। हम जलवायु परिवर्तनक प्रभाव के केना कम कऽ सकैत छी।



बच्चासभ, हम सभ 'जलवायु परिवर्तन' के सीमित करबाक लेल किछु डेग उठा सकैत छी।



मुद्रा वायु, कि ऊष्ण लहरि
आओर जलवायु परिवर्तनक
मध्य कोनो संबंध अछि?



बच्चासभ, जलवायु परिवर्तनक कारणे हम अत्यधिक गर्मी वा
ठंडा सहित मौसम संबंधित त्रासदीक आवृत्ति देखि रहल छी ।
वैज्ञानिक लोकनिक अनुसार दूनू संबंधित अछि ।



मौसम सँ जुड़ल त्रासदी



ॐ द्यौः शान्तिरन्तरिक्षं शान्तिः
पृथिवी शान्तिरापः शान्तिरोषधयः शान्तिः वनस्पतयः ॥

ओम, शांति आकाश मे अछि; शांति अंतरिक्ष मे अछि
शांति पृथ्वी मे अछि; शांति पानि मे अछि; शांति पौधा मे अछि

मुद्रा वायु, अहाँ अपन ऊष्ण लहरि
आ गर्मी सँ संबंधित बीमारी सभक
संबंध मे नहि जनौलहुँ ।



धन्यवाद, हमरा स्मरण
करएबाक लेल, हम बुझबैत
छी ।





हम ऊष्ण लहरि तखन कहैत छी जखन कोनो स्थानक तापमान (अपन शहरक कल्पना करू) चालीस डिग्री सेल्सियस वा ओहि सँ बेसी धरि पहुँचि जायत अछि, तीस डिग्री सेल्सियस वा वहि सँ बेसी आ तटीय क्षेत्रक लेल चालीस डिग्री सेल्सियस वा ओहि सँ बेसी सैंतीस डिग्री सेल्सियस वा ओहि सँ बेसी।

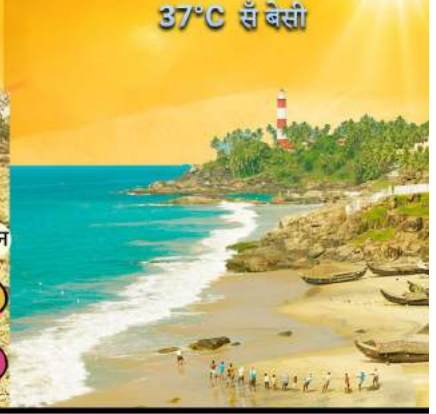
इ रोचक अछि। भिन्न-भिन्न भौगोलिक स्थिति के लेल भिन्न मापदण्ड।



30°C सँ बेसी

40°C सँ बेसी

37°C सँ बेसी



सामान्य तापमान सँ प्रस्थान श्रेणी वास्तविकअधिकतम तापमान

4.5°C सँ 6.4°C उष्ण लहरि 45°C सँ बेसी

6.4°C सँ बेसी गंभीर उष्ण लहरि 47°C सँ बेसी

तऽ, ऊष्ण लहरिक कारणे गर्मी सँ संबंधित बीमारी होइत अछि?



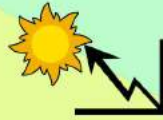
हँ बच्चा सभ! गर्मी सँ संबंधित बीमारी आ पर्यावरणक स्थिति हमर शरीर आ गतिविधिक संयुक्त प्रभाव के देखबैत अछि



पर्यावरणक स्थिति



तापमान मे तेजी सँ वृद्धि



उच्च आर्द्रता



हवाक कमी



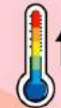
मानव शरीर



अपर्याप्त पसीना



शरीरक ऊष्मा क्षय मे कमी



व्यायाम सँ तापमान मे वृद्धि



गतिविधियां



अत्यधिक परिश्रम



बाहरी काज



गर्मी सँ संबंधित रोग



धन्यवाद वायु। आब हम बुझैत छी जे ऊष्ण लहरि आ गर्मी सँ संबंधित बीमारी कि सभ अछि।

मुदा वायु, कि हम सभ के वास्तव मे ऊष्ण लहरिक संबंध मे चिंता करबाक आवश्यकता अछि?

बच्चासभ, ऊष्ण लहरि के 'साइलेंट किलर' के रूप मे जानल जायत अछि। हम आनो-आन आपदा जेना बाढि भूकंपक तरहे ऊष्ण लहरि पर कम ध्यान दैत



ऊष्ण लहरि एक
आपदाक रूप मे?

हैं, बच्चासभ! पछिला पच्चीस वर्षक दरमियान
वैज्ञानिक लोकनि अनुमान लगौलनि अछि जे
भारत मे ऊष्ण लहरिक कारणे पच्चीस हजार सँ
बेसी मृत्यु भेल अछि।

तऽ कि हम ऊष्ण लहरि सँ
होबए बला मृत्युदर के कम
कऽ सकैत छी?

बच्चासभ हम सभ स्वास्थ्य विभागक तैयारी के बढ़ा कऽ
उचित जागरूकता आ गर्मीक कार्ययोजना के लागू कऽ
ऊष्ण लहरि सँ मृत्युदर के कम कऽ सकैत छी।

हैं बच्चासभ, भारत सरकार ऊष्ण
लहरि सँ शून्य मृत्युदरक लक्ष्य तय
कयलक अछि।

कि इ सत्य थिक?

इ भारत सरकार द्वारा एक बहुत
नीक पहल अछि। हमरा सभ सेहो
जागरूकता प्रसारित करबा मे
मदद करब।

ऊष्ण लहरि सँ शून्य मृत्युदर





वायु, हम गर्मी सँ सम्बंधित बीमारीक लक्षण सभ के केना चिन्हि सकैत छी?

बच्चासभ, गर्मी सँ संबंधित बीमारी सभक लक्षण नीचाँ देल गेल अछि



गर्मी सँ संबंधित बीमारी सभक लक्षण



दौरा पड़ब



शरीर मे ऐठन



माथ दुखाएब



थकान



बहुत बेसी घाम चलब



मौन घूमब आ उन्टी आयब



सांस फूलब



कमजोरी/चक्कर आयब



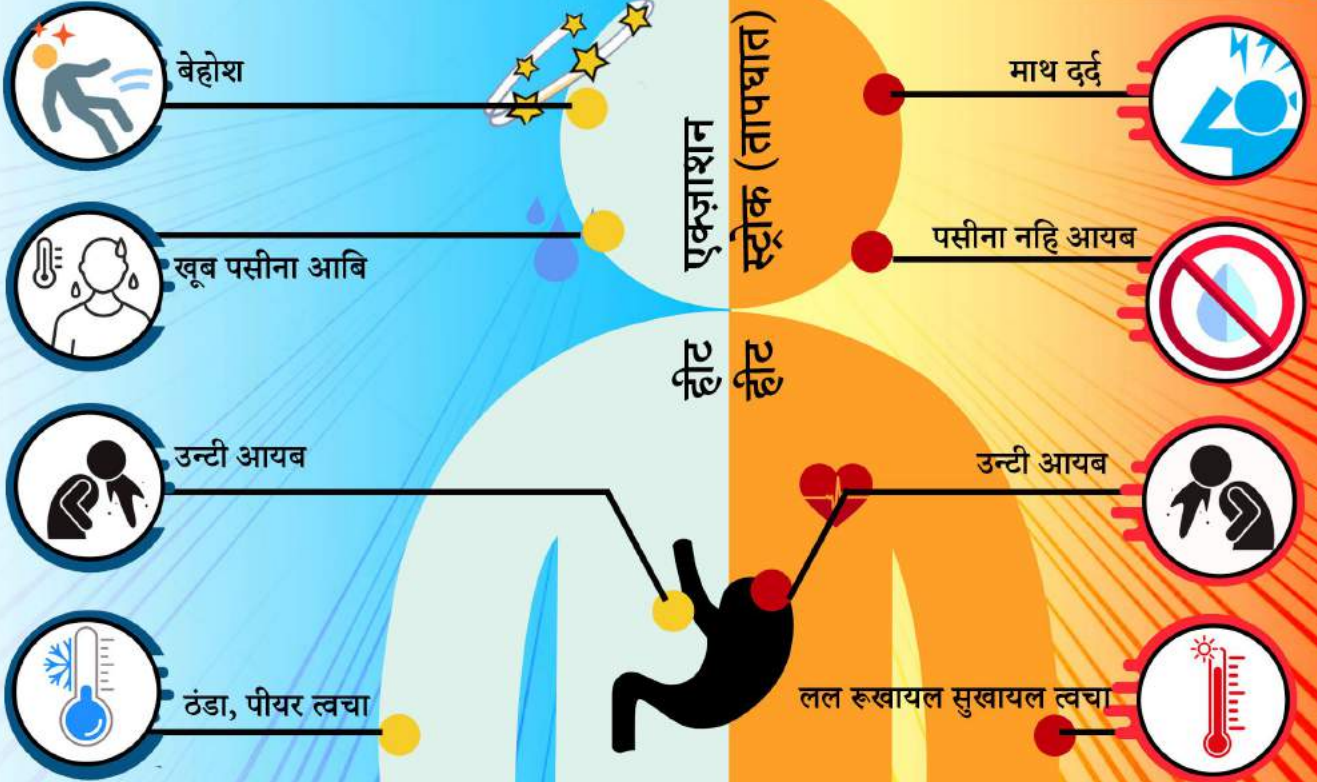
चिड़-चिड़ापन



शरीरक तापमान बढब

वायु, हम सेहो 'हीट स्ट्रोक' आ 'हीट एक्जाशन' के संबंध मे सुनलहुँ अछि, कि एहि सभ मे कोनो अंतर होइत अछि?

हँ बच्चा सभ 'हीट स्ट्रोक' आ 'हीट एक्जाशन' भिन्न भिन्न होइत अछि। हम एहि मे अंतर अहाँ सभ के एक रेखा-चित्तक मददि सँ बुझबैत छी।



वायु, कृपया पानिक कमी (डिहाइड्रेशन) के संबंध मे सेहो बुझाऊ।

बच्चासभ, डिहाइड्रेशनक मुख्य लक्षण 'प्यास लागब', 'मुँह सुखायब', तेज नाड़ी आ बम पेशाब आयब



हम किछु-किछु काल पर पानि वा ओ.आर.एस के घोल पीबि कऽ एहि सँ बाँचि सकैत छी।



धन्यवाद वायु आब हम गर्मी
सँ संबंधित बीमारी सभक
लक्षण के बुझैत छी ।

बच्चासभ अहाँ सभ बहुत तीव्र
गति सँ सीखैत छी ।

धन्यवाद वायु! कृपया इ सेहो बुझाऊ
जे हम गर्मी सँ संबंधित बीमारी सभ
सँ केना बाँचि सकैत छी ?

सूर्यक तीक्ष्ण(तेज) किरणक काल



12 PM - 4 PM

बच्चासभ हमरा सभ के तीक्ष्ण किरणक सम्पर्क
मे अएबा सँ बचबाक चाही । एहि सँ गर्मी सँ
संबंधित बीमारी सभ भऽ सकैत अछि ।

त हम सोचैत छी
मिलकेँ चक्कर आबि
गेलनि ।

हँ, आब हम स्कूलक समय सेहो
बदलि गेल अछि ।

आब हमरा सभ के भोर मे शीघ्रहि
स्कूल जायब होयत आ दूपहर सँ
पहिने छुट्टी भऽ जायत ।

इ सभ स्कूली बच्चा आ हुनक
माता-पिता के ऊष्ण लहरि सँ बचेबाक
एक नीक उपाय अछि

वायु, जै हमरा सभ के तेज रौद मे बाहर जाए पड़ए तऽ हम सभ कि करी?

बहुत नीक प्रश्न बच्चासभ, हम तेज गर्मी के मात देबाक लेल नीचाँ देल गेल सुझाव सभ के अपना सकैत छी ।



अपना संग पानिक बोटल राखी



अपन छाता लऽक चली



अपन माथ के ठाढ़ रौद सँ बचाबी



पूरा बाँहि आ ढील कपड़ा पहिरी



हल्लुक भोजन करी



रौद मे ठाढ़ कार मे नहिँ बैसी

बच्चासभ, हालहि मे हमर सभक सरकार सेहो ऊष्ण लहरि के मात देबाक लेल दिशा-निर्देश जारी कयलक अछि ।

ठंडा पानिक सुविधा स्कूल सभ मे आ सार्वजनिक स्थान पर सुनिश्चित करू



प्रधानमंत्री फूड जांच के उपाय



खेनाई टटका (ताजा) होएबाक चाही



खेनाई गर्म होएबाक चाही



पर्यवेक्षक भोजन के परसबा सँ पहिने चिखथि

सार्वजनिक सुविधा



बच्चासभ के रौद मे ठाढ़ कार मे नहि छोरो



सन स्क्रीनक प्रयोग करू



दूपहरिया मे घरक भीतर रहूँ



हल्लुक(हल्का) रंगक कपड़ा पहिरो



सकत वर्दी नहि पहिरो



हल्लुक(हल्का) जूता पहिरो

स्कूल सभक लेल दिशा-निर्देश



पावर बैकअप



स्वच्छ शौचालय

कक्षा मे सोझ रौद नहि आबय



माता-पिता/शिक्षक ऊष्ण लहरि के लक्षण आ बचाव के बुछथि



जखन अहाँ साईकिल सँ बाहर जाइत छी तँ अपन माथ झाँपि कऽ राखू



मौसम पूर्वानुमानक जनतब राखू



प्रतिदिन ठंडा पानि
सँ स्नान करु

हमरा सभ के ठंडा फुहारा मे
नहेनाए पसंद अछि मुदा माँ कहैत
छथि जे 'पानि जुनि बर्बाद करु'

माँ सत्य कहैत छथि। नहेबाक लेल बाल्टीक
प्रयोग करु इ फोहारा मे नहेबाक मुकाबिला
मे पानि बचबैत अछि।

ठीक अछि,
वायु

गर्मी सँ संबंधित बीमारी सभ सँ बचबाक लेल
हम किछु आसान उपाय कँ सकैत छी जेना कि

तेज रौदक दरमियान घरक भीतर खेलाऊ

तेज दूपहरिया मे खेनाई बनेबा सँ बाँची

रौद मे जोरगर गतिविधि सभ सँ बाँची

तेज रौद मे खाली पएर नहिं चली।

ठीक अछि,
वायु!

बच्चासभ, हमरा सभ चीनी आ गैस मिश्रित पेय, शराब, चाय आ कॉफी लेबा सँ बचबाक चाही।

हम कोका मिश्रित पेय गोठ्ठा पीना बंद करब।

ठीक अछि।

बच्चासभ हमर देश मे विभिन्न भौगोलिक क्षेत्र मे पारंपरिक पेय अछि जे स्वास्थ्य वर्धक होएबाक संग-संग गर्मी सँ जुड़ल बीमारी सँ बचएबा मे मदद करैत अछि।

वास्तव मे, कृपया हमरा सभ के आओर बुझाऊ

Babri Beoul

Gond Katira

Lugdi

Lassi

Apple Cider

Kanji

Banta

Buransh Sherbet

Thekera Tenga Sherbet

Apong

Mohi

Thandai

Shikanji

Jamun Sherbet

Tongba

Juroni Pani

Imli ka Amlana

Aam Panna

Mattha

Zutho

Variyali Sherbet

Shahi Shikanji

Sattu Sherbet

Taal Sherbet

Atingba

Komal

Ganne ka Ras

Palash Sherbet

Gondhoraj Ghol

Hatghora

Chuak

Piyush

Tikhur Sherbet

Tanka Torani

Landa Baguli Dahi Sherbet

Mastani

Aab Shola

Menthi Majjiga

Aamras

Kokum

Bellada Hannu

Falsa Sherbet

Sol Kadi

Vasantha Neer

Nannari

Sambaram

Nungu Sherbet

Kulluki Sherbet

Panakam

पारंपरिक पेय नैसर्गिक आओर स्वास्थ्य वर्धक होइत अछि।

धन्यवाद वायु! हमसभ पारंपरिक पेयक सेवन करब।

वायु, कि हम सभ समान रूपे गर्मी सँ संबंधित बीमारी सभक चपेट मे आबि सकैत छी वा किछु लोक के बेसी जोखिम भऽ सकैत अछि?

इ बहुत नीक प्रश्न अछि।

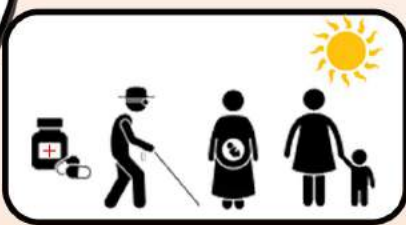


हँ बच्चासभ, जे लोग सभ बेसी काल धरि रौद मे बाहर काज करैत छथि हुनका गर्मी सँ संबंधित बीमारी सभक खतरा बेसी होइत अछि।

अहांक माने किसान, मजदूर, कारखानाक कर्मचारी, डिलीवरी व्वायं खेलाड़ी सभ आ आनो-आन सँ अछि?



हँ, बच्चासभ! एकर अतिरिक्त बुजुर्ग लोकसभ वरिष्ठ नागरिक आ जे कोनो दवाई नित दिन लैत छथि हुनका ऊष्ण लहरि सँ खतरा भऽ सकैत अछि।



ठिक अछि हम अपन बाबा(दादाजी) सँ कहब जे तेज गर्मीक काल बेसी सतर्क रहथि।



हमरा सभ के अपन बुजुर्ग सभक विशिष्ट रूपे ध्यान रखबाक चाही।

हँ वायु, हम सभ हुनका सभ पर बेसी ध्यान राखब

मुदा वायु, जँ किनको मोन खराब भऽ जाए तऽ हमरा सभ के कि करबाक चाही?

कृपया एहि प्राथमिक उपाय सभ के स्मरण राखू।

व्यक्ति के शीघ्रहि छाँह मे वा घरक भीतर शांत आ आरामदायक वातावरण मे आनी

जँ कोनो व्यक्ति अपन होश-हवास मे रहत छथि तऽ हुनका ठंडा पानि आ तरल पदार्थ (फल सभक रस आ ओ.आर.एस) सेहो दऽ सकैत छी।

व्यक्ति के गरीमा सुनिश्चित करैत अहाँ हुनक कपड़ा ढील कऽ सकैत छी

व्यक्ति को लेटाकर उसके पैर थोड़े ऊपर रखें लेकिन, अगर उसे उल्टी आ रही हो, तो करवट देकर पेट के बल लेटाएँ।

जँ तेज बोखार हुआए तऽ ठंडा पानि सँ भीजा कऽ कपड़ाक पट्टी राखू

पैर उठाओ

ठंडे नल के पानी का उपयोग करें

बच्चासभ, स्मरण राखू! जँ कोनो व्यक्ति बेहोश छथि तऽ हुनका किछु खेबाक लेल नहि दी। हुनका शीघ्रहि लऽगक स्वास्थ्य केंद्र लऽ जाऊ वा एम्बुलेंस के कॉल करू।

हेल्पलाइन नंबर/ फ़ोन सहायता



112

वायु, हम सभ अपन माय(माँ) के पक्षी सभक लेल पानिक बाटी रखैत देखलहुँ

हँ, बच्चासभ! बेसी गर्मी सँ पशु पक्षी सेहो प्रभावित होइत अछि। इ छोट छोट उपाय ओकर जीवन बचा सकैत अछि।

ठंडा, ठंडा पानी!

ठीक अछि, हम सभ पशु पक्षी के पानि पियाएब।

बिल्कुल सही, बच्चासभ! नित प्रतिदिन पानि बदलब नहि बिसरब किएक तऽ एहि मे मच्छर सेहो पनपित सकैत अछि।



धन्यवाद, वायु! हम प्रतिदिन पानि बदलब आ पानिक बाटी केँ साफ राखब

ठंडा

ठंडा

ठीक बच्चासभ! हमरा विश्वास अछि जे अहाँ सभ अपने के ऊष्ण लहरि आ गर्मी सँ संबंधित बीमारी सभ सँ सुरक्षित राखि सकैत छी।

हँ, वायु!

बहुत नीक बच्चासभ, हमरा खुशी अछि जे अहाँ सभ सीखब आओर आनो-आन लोकसभक जीवन बचाएबाक लेल इच्छुक छी।

मुदा बच्चासभ, हमरा एक बेर फेर सँ स्मरण कराओ जे अहाँ सभ ऊष्ण लहरि सँ केना सभक रक्षा करब?

पिता जी, कृपया पानिक
बोटल लऽ लाऊ आओर
किछु-किछु काल पर एहि
के पीबू

अंकल(काका), कृपया तेज
रौदक काल किछु काल धरि
गाछक नीचाँ अवश्य आराम
करू।

दादा जी (बाबा), कृपया तेज रौद
मे बाहर जाइत काल छाता आ
गमछा अवश्य लऽकऽ जाऊ

हम सभ तेज रौदक
काल घर मे रहब।

दादी जी (बाबी) रौद सँ
बचावक लेल दुपट्टाक
उपयोग करू

कृपया बच्चासभ के रौद
मे ठाढ़ कार मे नहि
छोरू

ग्रीष्म ऋतु मे ढील
आ हल्लुक रंगक
कपड़ा पहिरू

धन्यवाद हम सभ के गर्मी सँ
जुड़ल बीमारी सभ सँ बचेबाक
लेल

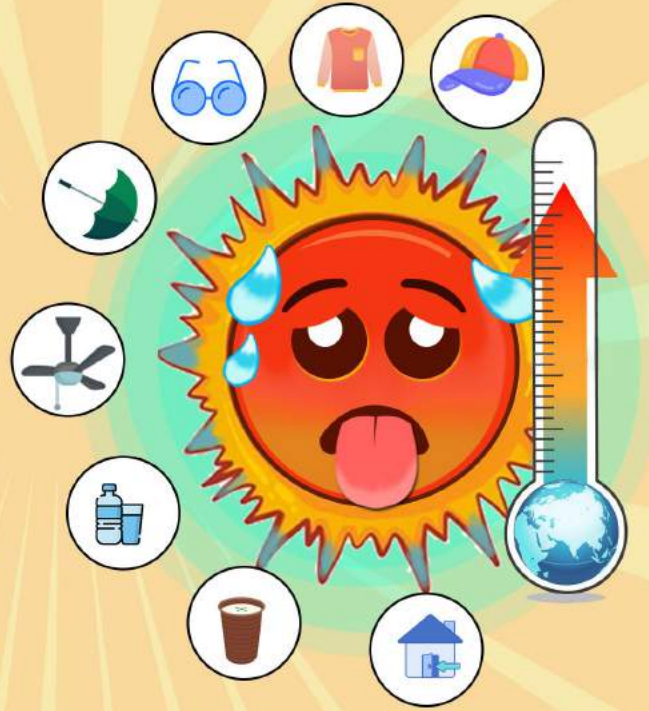
बच्चासभ अहाँ हमर हीरो छी।



ऊष्ण लहरि सँ शून्य मृत्युदर

जलवायु परिवर्तन हमरा सभक पृथ्वी पर प्रतिकूल प्रभाव दऽ रहल अछि। अत्यधिक गर्मी वा ठंडाक संग संग मौसम संबंधित त्रासदीक संख्या मे बढ़ोतरी देखा रहल रहल अछि। एहि बात के वैज्ञानिक प्रमाण अछि जे जलवायु परिवर्तन आ गर्मीक लहरि एक दोसरा सँ जुड़ल अछि।

ऊष्ण लहरि 'साइलेंट किलर' के रूप मे जानल जाइत अछि एहि बात के ध्यान मे राखि कऽ भारत सरकार ऊष्ण लहरि सँ शून्य मृत्युदरक लक्ष्य अपनौलक। बच्चासभ, ऊष्ण लहरिक विषय मे जागरूकता बढ़ाकऽ गर्मी सँ जुड़ल बीमारी आ मृत्यु दर के कम करए मे महत्वपूर्ण भूमिका निमाहि सकैत अछि। इ चित्तकथा हमरा सभ के जनबैत अछि जे केना हम सभ सरल उपायक माध्यमे गर्मी के परास्त कऽ सकैत छी।



अवधारणा, आलेख और विचार:



डॉ. रविंद्र खैवाल

प्रोफेसर, पर्यावरणीय स्वास्थ्य,
सामुदायिक चिकित्सा एवं लोक स्वास्थ्य विभाग,
पीजीआईएमईआर, चंडीगढ़-160012, भारत

khaiwal@yahoo.com, khaiwal.ravindra@pgimer.edu.in



डॉ. सुमन मोर

एसोसिएट प्रोफेसर एवं चेयरपर्सन,
पर्यावरण अध्ययन विभाग,
पंजाब विश्वविद्यालय, चंडीगढ़-160014, भारत

sumanmor@yahoo.com, sumanmor@pu.ac.in

योगदान:



लक्ष्य खैवाल

गवर्नमेंट मॉडल स्कूल, चंडीगढ़, भारत



आदित्य खैवाल

अंकुर स्कूल, चंडीगढ़, भारत

© बिना इजाज़त के कोई प्रकृति या छपाई की अनुमति नहीं है

आईएसबीएन: एप्लाइड

पहला संस्करण: जून 2022

