

ପିଲାଏ, ବାନ୍ଧୁ ଏବଂ

ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ

: ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହର ପ୍ରକୋପ



ସରଳ ନିବାରକ ଉପାୟରେ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହର ମୁକାବିଲା ପାଇ



ଡାକ୍ତର ରବୀନ୍ଦ୍ର ଚୌଧୁରୀ
ଡାକ୍ତର ସୁମନ ମୋର



ପିଲାଏ (କିଡ଼ସ), ବାୟୁ ଏବଂ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ

: ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହର ପ୍ରକୋପ

(ସରଳ ନିବାରକ ଉପାୟରେ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ଚିତ୍ରକଥା)

ପରିବେଶର ଧୂସ୍ରାଧନ ସହିତ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସଂପୃକ୍ତ । ଆମର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଜୀବନ ଉପରେ ଏହାର ସିଧାସଳଖ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ । ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରଭାବରୁ ମରୁଡ଼ି, ବନ୍ୟା ଓ ଝାଞ୍ଜି ବା ତାପପ୍ରବାହ ଭଳି ପ୍ରାକୃତିକ ବିପତ୍ତି ଅଧିକ ଘଟୁଛି । ବିଶ୍ୱସ୍ତରରେ ଏବେ ଆମେ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହର ମାତ୍ରା ଅବଧି ଓ ପୁନଃପୌନିକତାକୁ ଅଧିକ ଅନୁଭବ କରୁଛୁ ।

ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସଂଜ୍ଞା ରହିଛି । ଅତ୍ୟଧିକ ଉଚ୍ଚ ତାପମାତ୍ରା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପାଣିପାଗ ଜନିତ କାରଣରୁ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରତିବର୍ଷ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଯୋଗୁଁ ହଜାର ହଜାର ଲୋକଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥାଏ । ଏହା ସତ୍ତ୍ୱେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରାକୃତିକ ବିପତ୍ତି ପ୍ରତି ଆମେ ଯେତେ ଧ୍ୟାନ ଦେଇଥାଉ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ପ୍ରତି ସେତେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ନ ଥାଉ । ତେଣୁ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଏକ ନିରବ ଘାତକ ।

ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଯୋଗୁଁ ବିଭିନ୍ନ ତାପଜନିତ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏହା ଫଳରେ ମଣିଷ ଠାରେ ଛୋଟ ବଡ଼ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ । ପ୍ରବଳ ଝାଲ ବୋହିବା ସହିତ ମଣିଷ ହାଲିଆ ହୋଇ ମାରାତ୍ମକ ଅଂଶୁଘାତର ମଧ୍ୟ ଶିକାର ହୋଇଥାଏ । ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଯୋଗୁଁ ଶ୍ୱାସପ୍ରଶ୍ୱାସ, ହୃଦରୋଗ, ବୃକକ୍ ଓ ମାନସିକ ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଦେଖାଦିଏ । ତେଣୁ ଉପଯୁକ୍ତ ନୀତି ଓ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଜନିତ ବ୍ୟାଧି ତଥା ମୃତ୍ୟୁକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ହ୍ରାସ କରାଯାଇପାରିବ ।

ଏହାକୁ ବିଚାରକୁ ନେଇ ଚଣ୍ଡିଗଡ଼ର ପିଜିଆଇଏମ୍‌ଇର ଓ ଚଣ୍ଡିଗଡ଼ ସ୍ଥିତ ପଂଜାବ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ଶିଶୁ, ବାୟୁ ଓ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଉପରେ ନୂଆ ହାସ୍ୟ ରସାତ୍ମକ (କମିକ୍) ଧାରାବାହିକ ତିଆରି କରାଯାଇଛି । ଏହି କମିକ୍ ସିରିଜ୍‌ରେ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଓ ଏହାର ପ୍ରଭାବଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତା ଆଦି କ'ଣ ତା' ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଏହା ମାଧ୍ୟମରେ ଶିଶୁ ଓ ସାଧାରଣଜନତାକୁ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତାର ଲକ୍ଷଣ ଏବଂ ବିଶେଷ କରି ଏଥିରେ ମୃତ୍ୟୁସଂଖ୍ୟାକୁ କିପରି ହ୍ରାସ କରି ଶୂନ କରି ହେବ ସେ ବିଷୟରେ ଶିକ୍ଷା ଦେବାର ଉଦ୍ୟମ କରାଯାଇଛି ।



ପିଲେ ସ୍କୁଲ ସମୟ
ଶେଷ ହେଲା ।



ସରକାରୀ ବିଦ୍ୟାଳୟ

ସର୍ବଶିକ୍ଷା ଅଭିଯାନ

ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଶିକ୍ଷା



ଝେ ଝୁରା

ପିଲାମାନେ ସ୍କୁଲରୁ ଘରକୁ ଫେରୁଛନ୍ତି ।

ଆଜି ଭାରି ଗରମ ଲାଗୁଛି !

ହଁ, ମୁଁ ସଂବାଦରୁ ଶୁଣିଲି
ତାପମାତ୍ରା 40 ଡିଗ୍ରୀ
ସେଲସିୟସ୍ ଟପିଛି ।

आज की ताजा खबर

43° HIGH TEMP		9-16 mph WIND
30° LOW TEMP		0% CHANCE OF RAIN

उत्तराखण्ड की चंपट में दक्षिण धुंधिया





ତୁମେ ଠିକ୍ ଅଛ ଡ ?

ମତେ ଭଲ ଲାଗୁନି

ଆସ ତା'କୁ ଛାଇକୁ ନେଇଯିବା ।

ପିଲାଏ ସେ ଅସୁସ୍ଥ ପିଲାଟିକୁ ଛାଇକୁ ନେଇଯାଇ ପାଣି ପିଇବାକୁ ଦେଲେ



ନେ ପାଣି ପିଇଦେ ।



ଏବେ ଟିକେ ଭଲ ଲାଗୁଛି ?

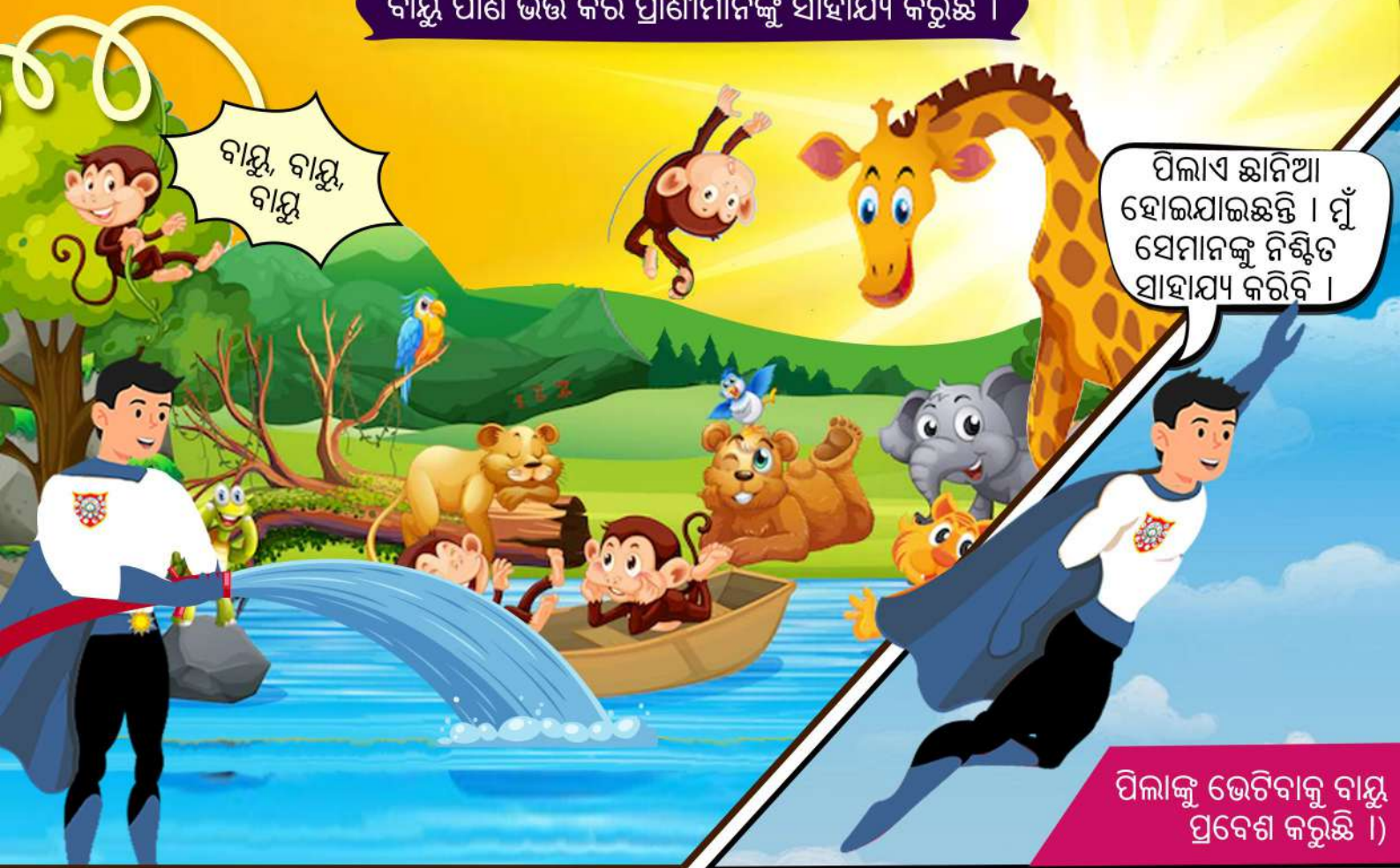
ହଁ ଏବେ ଭଲ ଲାଗୁଛି, ମତେ ଆଗରୁ ଦୁର୍ବଳ ଲାଗୁଥିଲା ଏବଂ ସବୁ ଅନ୍ଧାର ଦେଖାଯାଉଥିଲା ।



ଲାଗୁଛି ତୁମେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଉତ୍ତାପ ଯୋଗୁ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇପଡ଼ିଛ । ମୁଁ ଟିଭରୁ ଯାହା ଜାଣିବାକୁ ପାଇଛି, ସେଥିରୁ ମନେ ହେଉଛି ଏହା ଏକ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ତାପ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତା ହୋଇପାରେ ।



ବାୟୁ ପାଣି ଭର୍ତ୍ତି କରି ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଛି ।



ବାୟୁ, ବାୟୁ,
ବାୟୁ

ପିଲାଏ ଛାନିଆ
ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି । ମୁଁ
ସେମାନଙ୍କୁ ନିଶ୍ଚିତ
ସାହାଯ୍ୟ କରିବି ।

ପିଲାଙ୍କୁ ଭେଟିବାକୁ ବାୟୁ
ପ୍ରବେଶ କରୁଛି ।)



କ'ଣ ହେଲା ? ପିଲାଏ,
ତୁମେ ସବୁ ଠିକ୍ ଅଛି ତ ?

ପ୍ରଚଣ୍ଡ ତାପ ଯୋଗୁଁ
ସେ ପିଲାଟି ଅସୁସ୍ଥ
ଅନୁଭବ କରୁଛି ।



ତୁମେ କେମିତି
ଅଛି ?

ମୋତେ ଅନ୍ଧାରୁଆ
ଦେଖାଯାଉଥିଲା । ଏବେ
ଟିକେ ଭଲ ଲାଗୁଛି ।

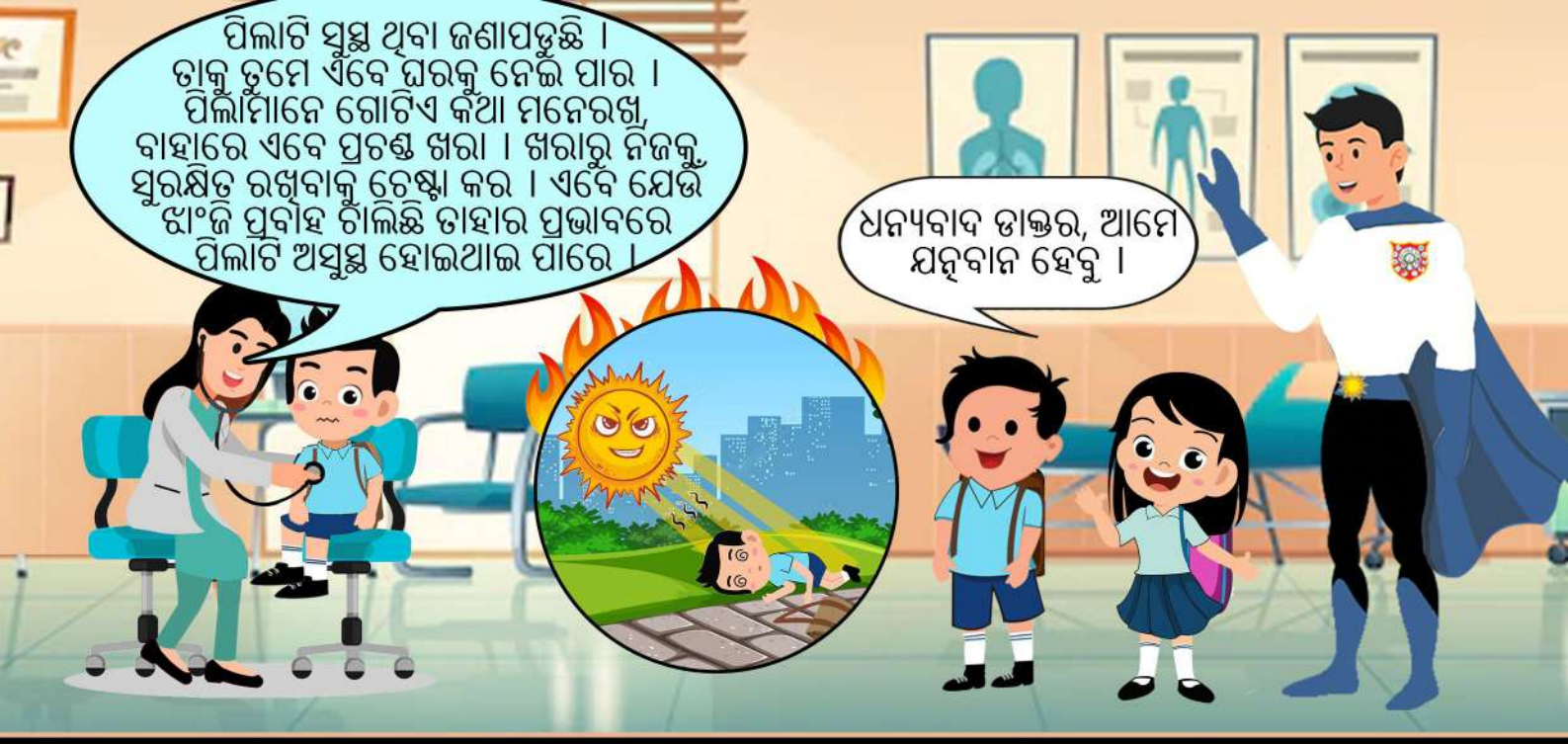


ଛାନିଆ ହୁଅନା, ଆସ ମୁଁ ତୁମକୁ
ହସ୍ପିଟାଲକୁ ନେଇଯିବି ।



ପିଲାଟି ସୁସ୍ଥ ଥିବା ଜଣାପଡ଼ୁଛି ।
 ତାକୁ ତୁମେ ଏବେ ଘରକୁ ନେଇ ପାର ।
 ପିଲାମାନେ ଗୋଟିଏ କଥା ମନେରଖ,
 ବାହାରେ ଏବେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ଖରା । ଖରାରୁ ନିଜକୁ
 ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କର । ଏବେ ଯେଉଁ
 ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଚାଲିଛି ତାହାର ପ୍ରଭାବରେ
 ପିଲାଟି ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇଥାଇ ପାରେ ।

ଧନ୍ୟବାଦ ଡାକ୍ତର, ଆମେ
 ଯତ୍ନବାନ ହେବୁ ।



ବାୟୁ ! ଡାକ୍ତର ଆମକୁ କହିଲେ
 ଏ ପିଲାଟି ଏବେ ଚାଲିଥିବା ଝାଞ୍ଜି
 ପ୍ରବାହ ଜନିତ କାରଣରୁ ଅସୁସ୍ଥ
 ହୋଇଥାଇପାରେ ?

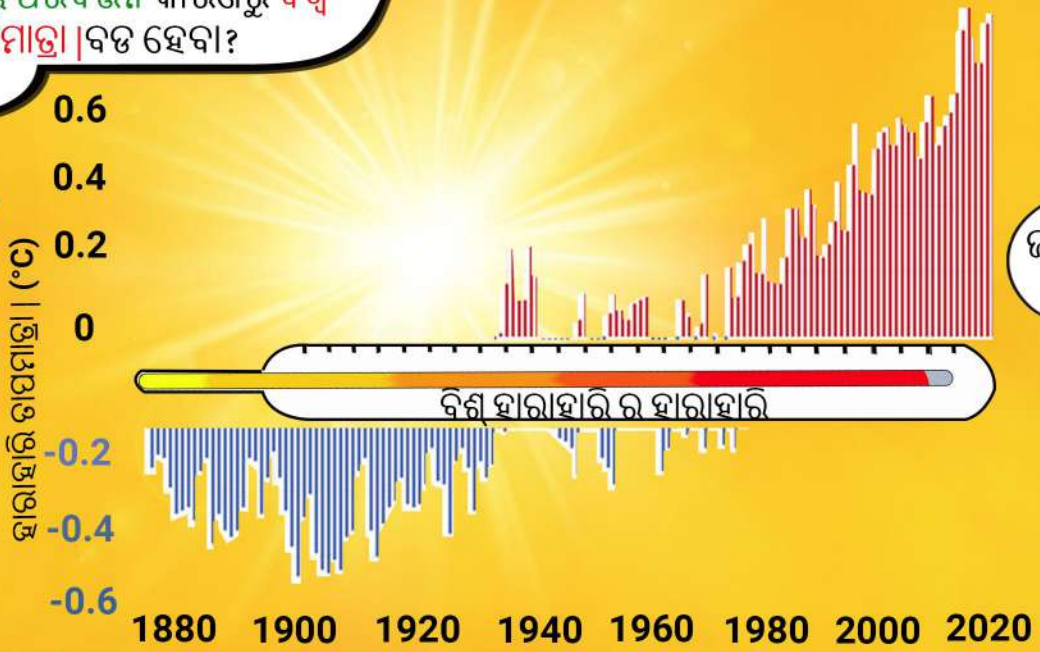
ହଁ, ପିଲାଏ ।

ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଓ
 ଅତ୍ୟଧିକ ଉତ୍ତାପ ଜନିତ
 ଅସୁସ୍ଥତା କ'ଣ ?

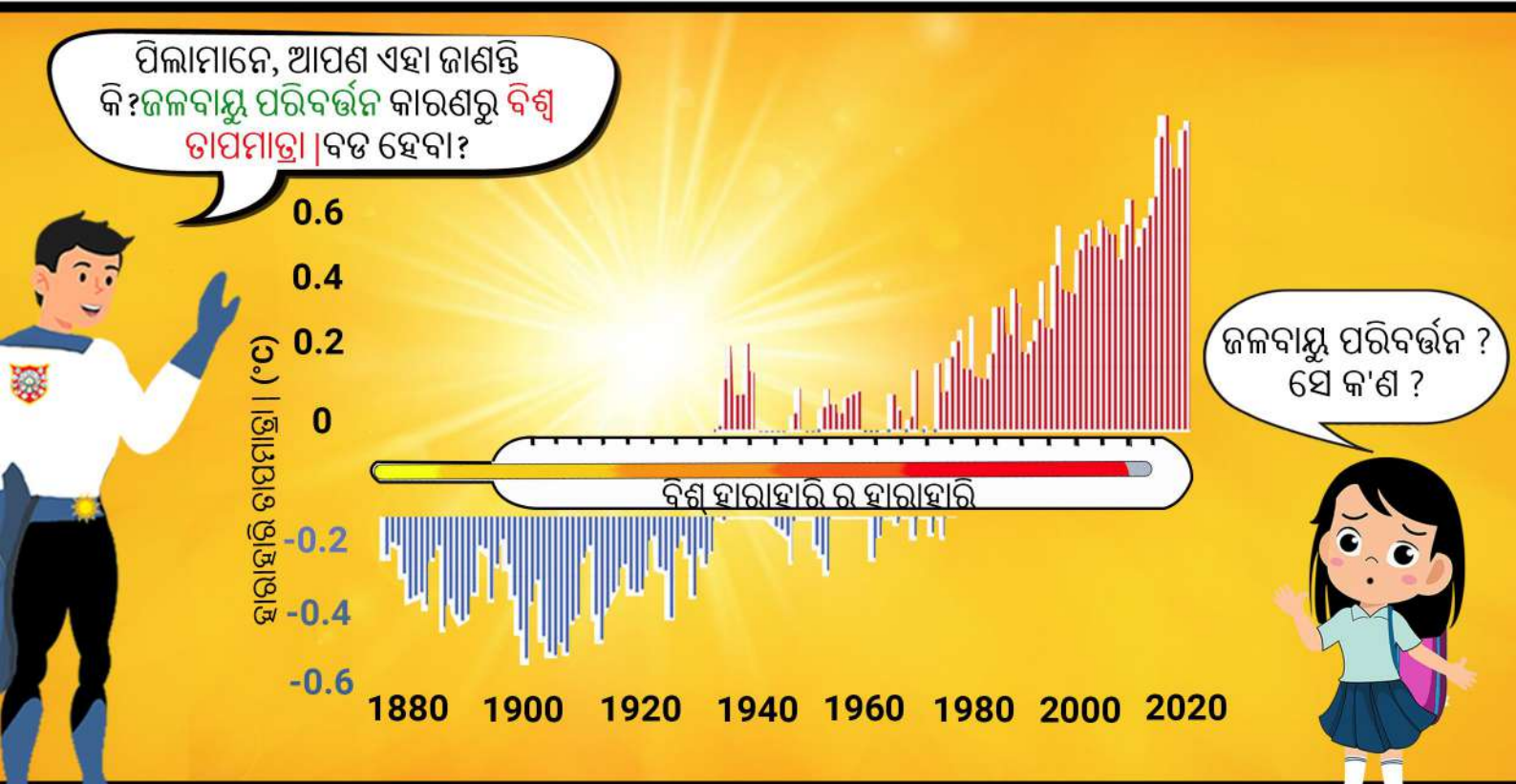
ଅତି ସୁନ୍ଦର ପ୍ରଶ୍ନ ! ମୁଁ
 ତୁମକୁ ତାହା ବୁଝାଇ
 ଦେବି ।



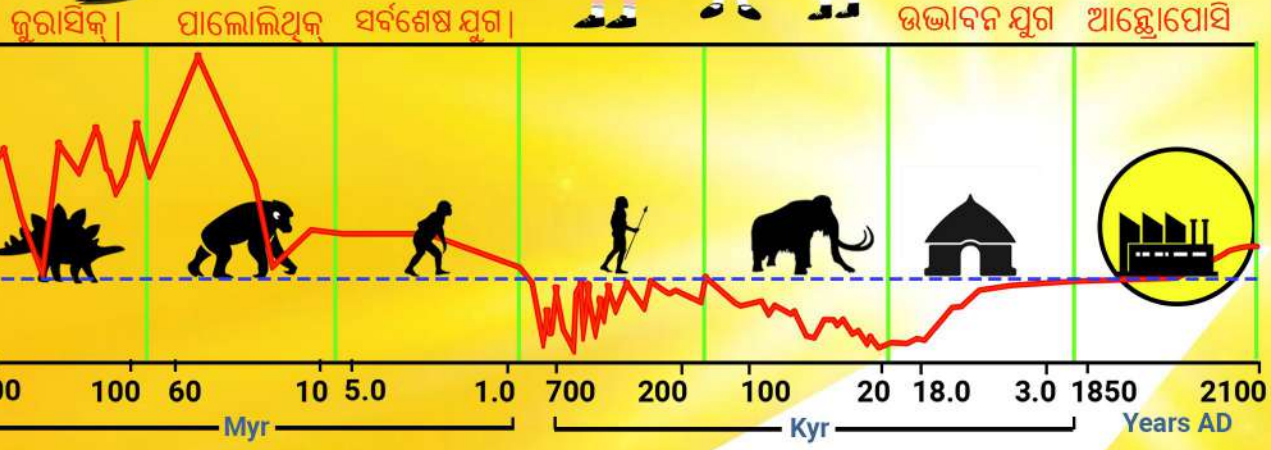
ପିଲାମାନେ, ଆପଣ ଏହା ଜାଣନ୍ତି
 କି? ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କାରଣରୁ ବିଶ୍ୱ
 ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧ ହେବା?



ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ?
 ସେ କ'ଣ ?



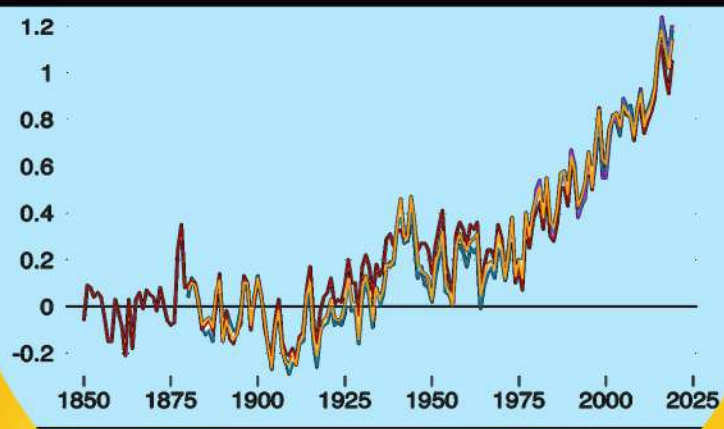
ପିଲାଏ, ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନର ଅର୍ଥ ପୃଥିବୀର ତାପମାତ୍ରା ଓ ପାଣିପାଗରେ ଦୀର୍ଘମିଆଦୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ ।



ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ ସୌର ଚକ୍ରରେ ହ୍ରାସ ବୃଦ୍ଧି ଭଳି ପ୍ରାକୃତିକ କାରଣ ଯୋଗୁଁ ହୋଇପାରେ ଯାହା ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷ ପରେ ଘଟେ । ତୁମେମାନେ ଜାଣି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବ ଯେ ପୃଥିବୀର ଇତିହାସରେ ବିଶ୍ୱର ଜଳବାୟୁ ଅନେକ ଥର ବଦଳିଛି ।



ତେବେ ମଣିଷର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଯଥା କୋଇଲା, ତୈଳ, ଗ୍ୟାସ ଭଳି ଜୀବାଶ୍ମ ଇନ୍ଧନର ଦହନ ବୃଦ୍ଧି ଫଳରେ ବିଗତ ଦୁଇ ଶତାବ୍ଦୀ ମଧ୍ୟରେ ବିଶ୍ୱର ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଆମେ ଜାଣିଥିବା ପୃଥିବୀର ଇତିହାସରେ ଏହି ତାପମାତ୍ରା ସବୁଠୁ ଅଧିକ ବେଗରେ ବଢ଼ିଛି ।



ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନର କାରଣ



ସୌରରଶ୍ମି ବଦଳଣ



କୋଇଲା ଦହନ



ବର୍ଜ୍ୟ ନିର୍ଗମନ



ଜଙ୍ଗଲ କ୍ଷୟ



ଯାନବାହନ ପ୍ରଦୂଷଣ

ହଁ ପିଲାଏ ! ଆମେ ଜାଣୁ ପୃଥିବୀର ଏକ ସୁରକ୍ଷାକାରୀ ବାୟୁମଣ୍ଡଳ ରହିଛି ଯାହା ସୌର ଊର୍ଜାକୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେଇଥାଏ । ସୂର୍ଯ୍ୟର ସେହି ଊର୍ଜା ବା ଶକ୍ତି ପୃଥିବୀରେ ପଡ଼ିବା ପରେ ସେଥିରୁ କିଛି ପ୍ରତିଫଳିତ ହୋଇଥାଏ ଓ ଅବଶିଷ୍ଟକୁ ପୃଥିବୀ ତାପଶକ୍ତି ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରିନିଏ ।

ପୃଥିବୀର ଉପରିଭାଗରେ ଥିବା କିଛି ବାଷ୍ପ ଗ୍ୟାସ୍ ତାପଶକ୍ତିକୁ ଶୋଷଣ କରି ଜୀବଜଗତ ବଂଚିବା ପାଇଁ ପୃଥିବୀର ହାରାହାରି ତାପମାତ୍ରାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିଥାଏ । ବାୟୁମଣ୍ଡଳରେ ଥିବା ଏହି ତାପ ଗ୍ରହଣକାରୀ ଗ୍ୟାସକୁ ଗ୍ରୀନହାଉସ ଗ୍ୟାସ୍ କୁହାଯାଏ ।

କିଛି ଅତି ବାଇଗଣୀ (ଇନ୍ଫ୍ରାରେଡ୍) ବିକୀରଣ ବାୟୁମଣ୍ଡଳ ଦେଇ ଗତି କରେ ।

ପୃଥିବୀର ପୃଷ୍ଠଭାଗରୁ ଇନ୍ଫ୍ରାରେଡ୍ ବିକୀରଣ ନିର୍ଗତ ହୁଏ ।



ଆଉ କିଛି ବିକୀରଣ ପ୍ରତିଫଳିତ ହେଉଥାଏ ।



ବାୟୁ ! ଗ୍ରୀନହାଉସ ଗ୍ୟାସର ଉଦାହରଣମାନ କ'ଣ ?

ପିଲାଏ ! ପ୍ରମୁଖ ଗ୍ରୀନହାଉସ ଗ୍ୟାସଗୁଡ଼ିକ ହେଲା :

କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ

ମିଥେନ୍

ଜଳକଣା

ଓଜୋନ୍

ନାଇଟ୍ରସ୍ ଅକ୍ସାଇଡ

ବାୟୁ, ଡେବେ କୁହ ଜୀବାଣୁ ଇକ୍ଷନ କପରି ପୃଥିବୀର ତାପମାତ୍ରା ବଢ଼ାଏ ?

ପିଲାଏ, ଯେତେବେଳେ ଜୀବାଣୁ ଇକ୍ଷନ ଜାଲୁ, ତା' ଦ୍ଵାରା ଗ୍ରୀନ୍ ହାଉସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ପରିମାଣ ଶୀଘ୍ର ବଢ଼େ । ଗ୍ରୀନହାଉସ ଗ୍ୟାସ୍ ଯେତେ ଅଧିକ ହେବ ତାହା ସେତେ ଅଧିକ ତାପମାତ୍ରାକୁ ଶୋଷଣ କରିବ । ତେଣୁ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ବିଶ୍ଵର ତାପମାତ୍ରା ବଢ଼ୁଛି ଏବଂ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେଉଛି ।

YEAR	PARTS PER MILLION
1960	315
1975	325
1990	355
2005	375
2020	415

ଗ୍ରୀନ୍ ହାଉସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ !

CO₂

CH₄

N₂O

H₂O

ଠିକ୍ ଅଛି ? ବାୟୁ !

ପିଲାଏ, ତୁମେମାନେ ଜାଣିଛ କି, ଜଳବାୟୁ ସଂକଟ ଏକ ମାନବୀୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂକଟ ? ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ମଧ୍ୟ ପ୍ରାଣୀ, ଜୀବଜଗତ, ବୃକ୍ଷଲତା ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରାକୃତିକ ଆବାସସ୍ଥଳୀ ପାଇଁ ଏକ ଭୟଙ୍କର ବିପଦ ।



ଜଳବାୟୁ ପ୍ରବାହ	ମାନବିକ	ବୃକ୍ଷଲତା	ପ୍ରାଣୀ
		ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି	ପରିସ୍ଥିତି ସହ ଖାପ ଖୁଆଇବା ବା
		ପୌଷ୍ଟିକତାର ଅଭାବ	ଆବାସିକ ସ୍ଥାନାନ୍ତର
		ଫୁଲ ଆସିବା ସମୟ ପୂର୍ବରୁ	ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ଧାରାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ
		ବୃକ୍ଷଲତାର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ବ୍ୟାହତ ହେବା	ସମଗ୍ର ପରିବେଶ ଓ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ
		ଅତ୍ୟଧିକ ଝାଳ ବୋହିବା	ଭାରତୀୟ ଚିତା, ଗୋଲାପୀ ମୁଣ୍ଡିଆ ବତକ, ବୃହତକାୟ ଭାରତୀୟ ଗେଣ୍ଡାଳିଆ



ଓ ହୋ, ବାୟୁ ! ଏହା ତ ବଡ଼ ଗୁରୁତର କଥା । ଆମେ କିପରି ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନର ପ୍ରବାହକୁ ହ୍ରାସ କରିପାରିବା ?



ପିଲାଏ, ଆମେ କିଛି ପଦକ୍ଷେପ ନେଲେ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନର ପ୍ରଭାବକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ହ୍ରାସ କରିପାରିବା ।



ଶକ୍ତି ସଞ୍ଚୟ କରନ୍ତୁ |

ସାଧାରଣ ପରିବହନ ଗଠି ଲଗାନ୍ତୁ |

ଜୀବାଶ୍ମ ଇନ୍ଦନରୁ ସୁଦୂର ଦୂରରେ ରହନ୍ତୁ |

ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରଭାବ ହ୍ରାସ ରଖିବା ପାଇଁ

ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରଭାବ ହ୍ରାସ ରଖିବା ପାଇଁ

ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରଭାବ ହ୍ରାସ ରଖିବା ପାଇଁ

ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରଭାବ ହ୍ରାସ ରଖିବା ପାଇଁ

କିନ୍ତୁ ବାୟୁ, ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଓ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ମଧ୍ୟରେ କିଛି ସଂପର୍କ ଅଛି କି ?



ପିଲାଏ, ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କାରଣରୁ ଆମେ ପାଣିପାଗରେ ମାତ୍ରାଧିକ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଦେଖୁଛୁ । ଅତ୍ୟଧିକ ଥଣ୍ଡା ଓ ଅତିଶୟ ଗରମ ଅନୁଭୂତ ହେଉଛି । ଏହି ଦୁଇଟିର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ସଂପର୍କ ଥିବାର ବିଜ୍ଞାନଭିତ୍ତିକ ପ୍ରମାଣ ରହିଛି ।



ମାତ୍ରାଧିକ ପାଣିପାଗ ଜନିତ ଘଟଣାବଳୀ



ॐ ଘୌ: ଶାନ୍ତିରନ୍ତରକ୍ଷାଂ ଶାନ୍ତି:
 ପୃଥିବୀ ଶାନ୍ତିରାପ: ଶାନ୍ତିରୋଷଧୟ: ଶାନ୍ତି: ବନସ୍ପତୟ: ॥

ଓଁ, ଆକାଶରେ ଶାନ୍ତି; ମହାକାଶରେ ଶାନ୍ତି;
 ପୃଥିବୀରେ ଶାନ୍ତି, ଜଳରେ ଶାନ୍ତି: ବୃକ୍ଷଲତାରେ ଶାନ୍ତି;

ବାୟୁ, ତୁମେ କିନ୍ତୁ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଓ ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧିଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତା ସମ୍ପର୍କରେ କିଛି ଜୁଝାଇ କହିଲ ନାହିଁ ?

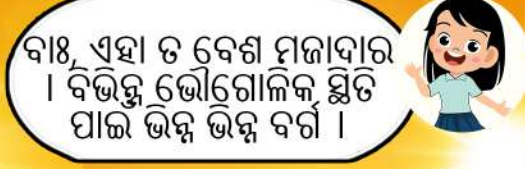


ପିଲାଏ, ଏକଥାଟି ମତେ ମନେ ପକାଇ ଦେଇଥିବାରୁ





ଯେତେବେଳେ କୌଣସି ସ୍ଥାନ (ମନେକର ତୁମ ସହର)ର ତାପମାତ୍ରା 40 ଡିଗ୍ରୀ ସେଲସିୟସ୍ ବା ତା'ଠାରୁ ଅଧିକ ହୁଏ ଆମେ ତାକୁ ତାପ ବା ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ କହୁ ।



ବାଃ, ଏହା ତ ବେଶ ମଜାଦାର । ବିଭିନ୍ନ ଭୌଗୋଳିକ ସ୍ଥିତି ପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବର୍ଗ ।



ତେଣୁ ତାପ ପ୍ରବାହ ତାପ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତା ବଢ଼ାଏ ?



ହଁ, ପିଲାଏ ! ତାପ ପ୍ରବାହ ପରିବେଶଗତ ସ୍ଥିତି, ଶରୀର ଓ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ମିଳିତ ପ୍ରଭାବକୁ ପ୍ରତିଫଳିତ କରେ ।

ପରିବେଶଗତ ସ୍ଥିତି :	ମଣିଷ ଶରୀର	କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ
 ତାପମାତ୍ରାରେ ଶୀଘ୍ର ମାତ୍ରାଧିକ ଆର୍ଦ୍ରତା ପବନ ଅଭାବ 	 ଯଥେଷ୍ଟ ଝାଳ ନ ହୋଇବା ମାତ୍ରାଧିକ ଆର୍ଦ୍ରତା ଚକ୍ର ସଂଚାରଣ ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ତାପ ହ୍ରାସ ନ ପାଇବା ବ୍ୟାୟାମ ହାରା ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି 	 ମାତ୍ରାଧିକ ଶ୍ରମ ଜନିତ ବାହାର କାମ

ତାପ ପ୍ରବାହଜନିତ ରୋଗ



ଧନ୍ୟବାଦ ବାନ୍ଧୁ ! ଏବେ ଆମେ ଝାଞ୍ଜିପ୍ରବାହ ଓ ତାପଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତା ବିଷୟରେ ବୁଝିପାରିଲୁ ।



କିନ୍ତୁ ବାନ୍ଧୁ ! ଆମେ କ'ଣ ସତରେ ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଘେନି ଚିହ୍ନିତ ହେବା ଉଚିତ ?



ପିଲାଏ, ଝାଞ୍ଜି ବା ତାପ ପ୍ରବାହ ଏକ ନିରବ ଘାତକ । ଆମେ ବଢ଼ି, ଭୂମିକମ୍ପୀ ଅନୁଧ୍ୟାନ ବିପଦ ଭଳି ଏହାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ନ ଥାଉ ।



ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଏକ ବିପତ୍ତି କି ?

ହଁ ପିଲାଏ ! ବିଗତ 25 ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ କରିଥିବା ଆକଳନ ଅନୁସାରେ ଭାରତରେ ତାପପ୍ରବାହ ଜନିତ କାରଣରୁ 25 ହଜାରରୁ ଅଧିକ ଲୋକ ଅକାଳରେ ପ୍ରାଣ ହରାଇଛନ୍ତି ।

ସତରେ ? ତାହେଲେ କ'ଣ କଲେ ଆମେ ଜୀବନ ରକ୍ଷା କରିପାରିବା ?

ପିଲାଏ, ଆମେ ଯଦି ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଉପଯୁକ୍ତ ଜନସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି କରି ପାରିଥାନ୍ତେ ଏବଂ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରକୁ ନିୟୋଜିତ କରି ତାପପ୍ରବାହ ପରିଚାଳନା

ଯୋଜନା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବାରେ ସଫଳ ହୋଇଥାନ୍ତେ, ତାହେଲେ ଏତେ ସଂଖ୍ୟକ ଲୋକଙ୍କର ଅକାଳ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟି ନଥାନ୍ତା ।

ହଁ, ପିଲାଏ ଭାରତ ତାପ ପ୍ରବାହ ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁକୁ ଶୂନ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ 2015 ରେ ଏକ ନୀତି ପ୍ରଣୟନ କରିଥିଲା ।

ଏହା ତ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କର ଏକ ଅତି ଉତ୍ତମ ପ୍ରୟାସ । ଆମେ ମଧ୍ୟ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଚେତନତା ବୃଦ୍ଧି ଦିଗରେ କାମ କରିବୁ ।

ଏହା କ'ଣ ସତ ?

ତାପ ପ୍ରବାହ ଜନିତ 'ଶୂନ୍ୟ' ମୃତ୍ୟୁ





କିଛି ବାୟୁ, ଆମେ କିପରି ତାପ ପ୍ରବାହ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତାର ଲକ୍ଷଣ ଚିହ୍ନ ପାରିବୁ ?

ପିଲାଏ ତଳେ ତାପ ପ୍ରବାହ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତାର ଲକ୍ଷଣ ତଳେ ଦିଆଯାଇଛି ।



ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତାର ଲକ୍ଷଣ



ମୂର୍ଚ୍ଛାଯିବା



ଅପ୍ରକ୍ରିୟାଶୀଳତା
ଶରୀରରେ ମାଂସପେଶୀ ଚାନ୍ଦି ହେବା



ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା



ଦୁର୍ବଳତା



ମାତ୍ରାଧିକ ଝାଲରେହିବା



ବାନ୍ତି ଲାଗିବା ବା ବାନ୍ତି ହେବା



ନିଶ୍ୱାସ



ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇବା ।



ବିରକ

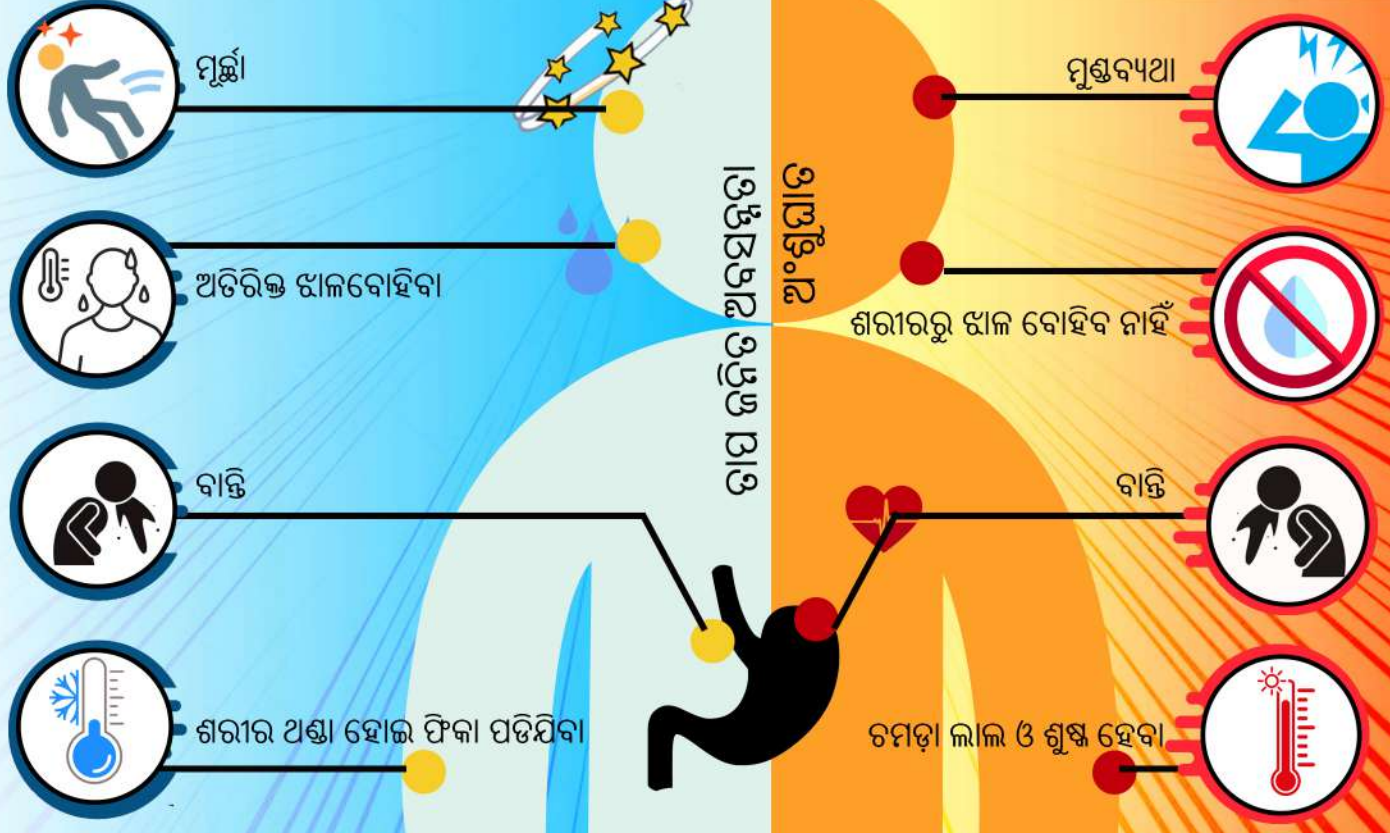


ଶରୀରର ତାପମାତ୍ରା ହ୍ରାସ

ବାୟୁ, ମୁଁ ଅଂଶୁଘାତ ଓ ତାପଜନିତ ଶାରୀରିକ ଅବସ୍ଥା କଥା ଶୁଣିଛି । ଏହି ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରେ କିଛି ପାର୍ଥକ୍ୟ ଅଛିକି ?



ହଁ, ଅଛି । ଅଂଶୁଘାତ ଏବଂ ଝାଞ୍ଜି ଜନିତ ଅବସ୍ଥାକୁ ଦୁଇଟି ଅଲଗା କଥା । ସେ କଥା ତୁମକୁ ମୁଁ ତଳେ ଭଲ ଭାବେ ବୁଝାଇ ଦେଉଛି ।



ବାୟୁ, ଚିକେ ଶରୀରରୁ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ହ୍ରାସ (ଡିହାଇଡ୍ରେସନ) କଥା ବୁଝାଇ ଦିଅ ।



ପିଲାଏ, ଡିହାଇଡ୍ରେସନ ବା ଶରୀରରୁ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ହ୍ରାସର ଲକ୍ଷଣ ହେଲା ଶୋଷ ଲାଗିବା, ପାଟି ଶୁଖିଯିବା, ନାଡ଼ିର ଗତି ବଢ଼ିବା ଓ କମ୍ ପରିସ୍ରା ହେବା ।



ଅଧକ ପାଣି ବା ଓଆରଏସ୍ ପିଇ ତୁମେ ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ ଦୂରେଇ ରଖିପାରିବ ।



ଧନ୍ୟବାଦ । ଆମେ ଏବେ ତାପ ପ୍ରବାହ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତାର ଲକ୍ଷଣ ବିଷୟରେ ବୁଝିପାରିଲୁ ।

ବଢ଼ିଆ; ତୁମେ ସବୁ ବହୁତ କଥା ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଶିଖିପାରୁଛ ।

ବାୟୁ ଆମକୁ ଚିକେ କୁହ, ଆମେ କେମିତି ତାପଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତାକୁ ଦୂର କରିପାରିବୁ ?



ସୂର୍ଯ୍ୟ କିରଣ ସମୟ ।



ପିଲାଏ, ଟାଣ ଖରାରେ, ବିଶେଷ କରି ମଧ୍ୟାହ୍ନ ସମୟରେ ଆମେ ବାହାରକୁ ଯିବା ଅନୁଚିତ । ତାହା ନ କଲେ ଆମକୁ ଅଂଶୁଘାତ ବା ତତ୍ ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତାର ସମ୍ଭାବନା ହେବାକୁ ହୋଇପାରେ ।

ହଁ, ସେଥିପାଇଁ ଆମ ସାଙ୍ଗ ଜଣକ ଅସୁସ୍ଥ ଅନୁଭବ କରୁଥାନ୍ତା ।



ହଁ ମୁଁ ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଶୁଣିଲି ଯେ ଆମ ସ୍କୁଲ ସମୟ ମଧ୍ୟ ବଦଳିଯାଇଛି । ଆମକୁ ଅତି ସକାଳୁ ସ୍କୁଲ ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ଏବଂ ଖରା ଅତି ଟାଣ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ଘରକୁ ଫେରିବାକୁ ହେବ ।

ଏହା ଏକ ଭଲ ଗଣନୀତି । ଏହା ଫଳରେ ସ୍କୁଲ ପିଲା ଓ ସେମାନଙ୍କ ପରିବାର ଟାଣ ଖରା ଏବଂ ଅଂଶୁଘାତଜନିତ ସ୍ଥିତିର ସୁରକ୍ଷିତ ରହିପାରିବେ । ତାପପ୍ରବାହର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ଏହା ଏକ ଭଲ ଗଣନୀତି ।



ବାୟୁ, ଆମକୁ କୁହ, ଟାଣ ଖରାରେ
ଯଦି ନିହାତି ବାହାରକୁ ଯିବାକୁ ପଡ଼େ
ତା'ହେଲେ କି ପ୍ରକାର ସତର୍କତା
ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ହେବ ?

ଅତି ସୁନ୍ଦର ପ୍ରଶ୍ନଟିଏ ।
ତଳେ ସତର୍କତା ସମ୍ପର୍କରେ
ଭଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି ।



ପାଣି ବୋତଲ ସାଙ୍ଗରେ ନିଅ



ଛତା ବ୍ୟବହାର କର



ନିଜର ମୁଣ୍ଡକୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ
ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖ



ଢିଲା ଏବଂ ହାତ ଗୋଡ଼ ଘୋଡ଼ାଇ
ହୋଇପାରୁଥିବା ଭଳି ପୋଷାକ ପିନ୍ଧ



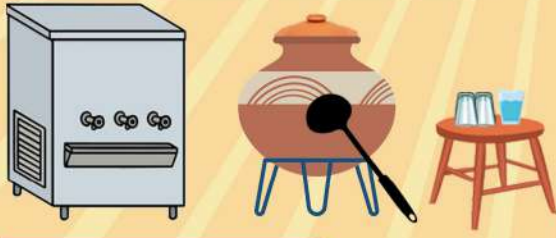
ହାଲକା ଖାଦ୍ୟ ଖାଅ



ଖରାରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇଥିବା
କାରରେ ବସ ନାହିଁ

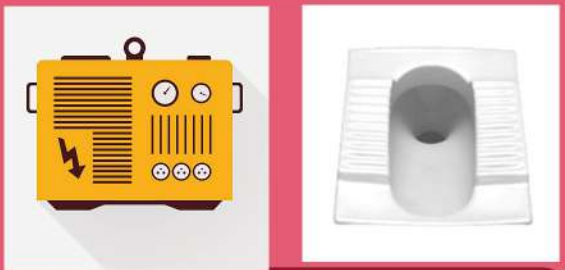
ନିକଟରେ ଆମ ସରକାର ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ ଜାରି କରିଛନ୍ତି ।

ସ୍କୁଲ ଓ ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ଥାନରେ ଶୀତଳ ଜଳ
ଯୋଗାଣ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ସୁନିଶ୍ଚିତ କରିବା ।



ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଖାଦ୍ୟ ଯାଞ୍ଚ

ସବୁ ସ୍କୁଲରେ ପାଖର ବ୍ୟାକଅପ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ
ପରିଷ୍କାର ଶୌଚାଳୟ ସୁବିଧା



ଶ୍ରେଣୀ ଗୃହରେ ସିଧାସଳଖ ସୂର୍ଯ୍ୟାଲୋକ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ



ଖାଦ୍ୟ ତତକା ହୋଇଥିବ



ଏହା ଉଷ୍ଣମ ବା ଗରମ
ଥିବ



ଖାଇବାକୁ ଦେବା ପୂର୍ବରୁ
ସୁପରଭାଇଜର ତାହାକୁ ପ୍ରଥମେ
ଖାଇ ଏହାର ମାନ ପରୀକ୍ଷା

ସର୍ବସାଧାରଣ ସୂଚନା



ଥୁଆ ହୋଇଥିବା କାରରେ
ପିଲାଙ୍କୁ ଛାଡ଼ିବୁ ନାହିଁ



ସନ୍ଧ୍ୟା ବ୍ୟବହାର
କରନ୍ତୁ



ଅତ୍ୟଧିକ ଖରା
ସମୟରେ ଘର ଭିତରେ,
ଛାଇରେ ରହନ୍ତୁ



ହାଲକା ରଙ୍ଗର ପୋଷାକ
ପିନ୍ଧନ୍ତୁ



ଟିପା ୟୁନିଫର୍ମ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ
ନାହିଁ



ହାଲକା ଜୋତା ବ୍ୟବହାର
କରନ୍ତୁ

ପିତାମାତା ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ଅଂଶୁଯୋଗ
/ ତାପ ପ୍ରବାହ ବିଷୟରେ
ସଚେତନ କରିବା ।



ସାଇକଲରେ
ଯିବାବେଳେ ନିଜ
ମୁଣ୍ଡକୁ ଘୋଡ଼ାଇ
ରଖ



ପାଣିପାଗର
ସବିଶେଷ ଖବର
ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦିଅ ।



ପ୍ରତିଦିନ ଅଣ୍ଟା ପାଣି |
ସହିତ ସ୍ନାନ କର ।

ତୁମେ ମଧ୍ୟ ଅଣ୍ଟା ପାଣିରେ
ଗାଧୋଇ ପାର; ତେବେ ମା'ଙ୍କ
କଥା ମାନି ଗାଧୋଇବାବେଳେ
ପାଣି ନଷ୍ଟ କର
ନାହିଁ ।

ଏହା ସତକଥା ପିଲାଏ । ଗୋଟିଏ
ବକେଟ ପାଣିରେ ଗାଧାଅ । ସାଢ଼ାର
ତଳେ ଛିଡ଼ା ହୋଇ ଗାଧୋଇଲେ
ବହୁତ ପାଣି ନଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ଠିକ୍ କଥା,
ବାମ୍ଫୁ !



ପିଲାଏ, ତାପ ପ୍ରବାହ ଜନ୍ମିତ
ଅସୁସ୍ଥତାକୁ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ତଳେ
ତୁମ ସକାଶେ କେତେକ ଉପଦେଶ
ଦିଆଯାଇଛି ।



ଖରା ସମୟରେ ବାହାରକୁ ନ ଯାଇ ଘରେ
ଖେଳ



ଖରାରେ ଅଧିକ ପରିଶ୍ରମ କାମ କରନାହିଁ



ଅଧିକ ଖରା ସମୟରେ ରକ୍ଷାବଢ଼ା ଠାରୁ
ଦୂରେଇ ରୁହ



ଖାଲି ପାଦରେ ଚାଲ ନାହିଁ

ଠିକ୍ ଅଛି, ବାମ୍ଫୁ !



ପିଲାଏ ଆମେ ମଦ, ଚା, କଫି,
ମିଠାୟୁକ୍ତ ଓ ଗ୍ୟାସ୍ ମିଶ୍ରିତ
ପାନୀୟ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଅନୁଚିତ

କୋକାମିଶ୍ରିତ ପାନୀୟ
ପିଇବା ଆମକୁ ବନ୍ଧ କରିବାକୁ
ପଡ଼ିବ ।



ଠିକ୍ !



ପିଲାଏ, ଆମ ଭାରତରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର
ପାରମ୍ପରିକ ପାନୀୟ ରହିଛି । ଏସବୁ ତାପ ପ୍ରବାହ
ଜନିତ ଛିତିର ମୁକାବିଲା କରିବା ସହିତ ଶରୀରକୁ
ସୁସ୍ଥ ରଖେ ଓ ରୋଗ ଦୂର କରେ ।

ସତ ? ଆମକୁ ଏ
ବିଷୟରେ ଅଧିକ
କିଛି କୁହ ।



Babri Beoul Gond Katira

Lugdi

Lassi

Apple Cider

Kanji

Banta

Buransh Sherbet

Thekera Tenga Sherbet

Apong

Thandai

Shikanji

Jamun Sherbet

Mohi

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

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

ହଁ ସେସବୁ ପ୍ରାକୃତିକ
ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ।



ଧନ୍ୟବାଦ ବାନ୍ଧୁ । ଆମେ
ଏସବୁ ପାରମ୍ପରିକ ପାନୀୟ
ପିଇବୁ ।



ବାୟୁ, ଆମେ ସମସ୍ତେ କ'ଣ
ଅଂଶୁଦାତ ଓ ତାପପ୍ରବାହ ଜନିତ
ଅସୁସ୍ଥତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ
ପାରୁନା ଆମ ଭିତରକୁ କେତେକ
ଏଥିପାଇଁ ଅଧିକ ବିପଦାପନ୍ନ ?

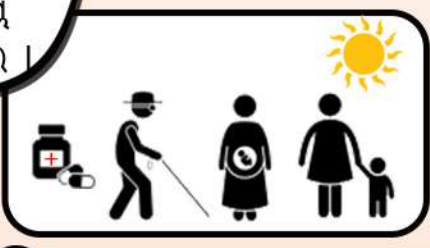
ତୁମେ ଏକ ଚମତ୍କାର
ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିଲ ।

ଯେଉଁମାନେ ଖରାରେ ଅଧିକ ସମୟ କାମ
କରନ୍ତି ସେମାନେ ଅଂଶୁଦାତ ବା ତତ୍
ଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତାର ସମ୍ମୁଖୀନ
ହେବା ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ।

ତା' ଅର୍ଥ ଚାଷୀ, ଶ୍ରମିକ,
କାରଖାନା କର୍ମଚାରୀ, ଡେଲିଭରୀ
ବଏଜ୍, କ୍ରୀଡ଼ାବିତ୍ ?



ହଁ ପିଲାଏ ! ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ବୟସ୍କ ଲୋକ,
ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଔଷଧ ଖାଇଥିବା ଲୋକ
ଓ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖରା ଓ ଅତିଶୟ
ଉତ୍ତାପ ଅଧିକ ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ।



ଠିକ୍ ଅଛି; ମୁଁ ମୋ ଜେଜେଙ୍କୁ
ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ବେଳେ ଅତିରିକ୍ତ
ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ
କହିବି ।



ଆମେ ସମସ୍ତେ ଆମ ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କ ଯତ୍ନ ନେବା ଉଚିତ ।



ଆମେ ସମସ୍ତେ ଆମ ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କ ଯତ୍ନ ନେବା ଉଚିତ ।



ନିମ୍ନଲିଖିତ କଥା ସବୁ ମନେରଖ ।



କିଛି ବାୟୁ, ଯଦି କେହି ଅସୁସ୍ଥ ହେଲା, ଆମକୁ କ'ଣ କରିବାକୁ ପଡିବ ?



ତୁରନ୍ତ ଅସୁସ୍ଥ ଲୋକକୁ ଛାଇ ଜାଗା କିମ୍ବା ଘର ଭିତରେ ଥିବା ଶୀତଳ ଆରାମଦାୟକ ପରିବେଶକୁ ଆଣ ।



ଲୋକଟିର ଯଦି ହୋସ୍ ଅଛି, ତାକୁ ଥଣ୍ଡା ପାଣି, ଫଳରସ ଓ ଓଆରୁଏସ୍ ଆଦି ପିଇବାକୁ ଦିଅ ।



ସେ ଲୋକଟି ପିନ୍ଧିଥିବା ପୋଷାକପତ୍ରକୁ ଢିଲା କରିଦିଅ ଏବଂ ସେଥିରେ ଯେପରି ତାହାର ମର୍ଯ୍ୟାଦାହୀନ ନ ଘଟେ ସେଥିପ୍ରତି ନଜର ରଖ ।



ଲୋକର ଗୋଡ଼କୁ ସାମାନ୍ୟ ଉଚ୍ଚତାରେ ରଖି ତାକୁ ଚିତ୍ କରି ଶୁଆଇଦିଅ । ସେ ଲୋକଟି ଯଦି ବାକ୍ତି କରେ ତେବେ ତାକୁ କଢ଼େଇ କରି ଶୁଆଇ ଦେବାକୁ ଭୁଲିନା ।



ଯଦି ଲୋକଟି ଦେହରେ କ୍ୱର ଥାଏ ତେବେ ଥଣ୍ଡା ଟ୍ୟାପ ପାଣିରେ ଲୁଗା ଓଦା କରି ତା ଦେହ ପୋଛି ଦିଅ ।



ପିଲାଏ ମନେରଖ, ଯଦି ଲୋକଟି ବେହୋସ ଥାଏ ତାକୁ କିଛି ଖାଇବାକୁ ନ ଦେଇ ତୁରନ୍ତ ପାଖ ହସ୍ପିଟାଲକୁ ନେଇଯିବ । ଆବଶ୍ୟକ ପଡିଲେ ଆମ୍ବୁଲାନ୍ସକୁ ଫୋନ କରିବ ।



ହେଲ୍ପଲାଇନ ନମ୍ବର
112



ବାନ୍ଧୁ, ମୁଁ ଦେଖୁଛି ମୋ ମାଆ
ଚଢ଼େଇଙ୍କ ପାଇଁ ପାଣି ପାତ୍ର
ବାହାରେ ରଖନ୍ତି ।

ଧନ୍ୟ, ଧନ୍ୟ ପାଣି

ହଁ ପିଲେ, ପକ୍ଷୀ/ପଶୁ ମଧ୍ୟ ଅଂଶୁଭାଗରେ
ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇପାରନ୍ତି । ଏଭଳି ଛୋଟ
ଛୋଟ କାମ ଦ୍ଵାରା ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନ
ରକ୍ଷା ପାଇପାରିବ ।

ଠିକ୍ କଥା, ଆମେ ମଧ୍ୟ
ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କୁ ଖାଦ୍ୟ ଓ
ପାନୀୟ ଦେବୁ ।

ଅତି ଭଲ କଥା ପିଲାଏ, ତେବେ ସବୁଦିନ
ପଶୁପକ୍ଷୀଙ୍କୁ ଦିଆଯାଉଥିବା ପାଣିପାତ୍ରକୁ
ସଫା କରନ୍ତୁ । ନହେଲେ



ଧନ୍ୟବାଦ ବାନ୍ଧୁ, ଆମେ ଦୈନିକ
ପାଣି ବଦଳାଇବୁ ଓ ପାତ୍ରକୁ
ସଫା ରଖୁବୁ ।



ଧନ୍ୟ



ଧନ୍ୟ

ବହୁତ ଭଲ କଥା ପିଲାଏ, ଏଣିକି ତୁମେ
ନିଜକୁ ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ତାପଜନିତ
ଅସୁସ୍ଥତାରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିପାରିବ

ହଁ ବାନ୍ଧୁ !

ବହୁତ ବଢ଼ିଆ ପିଲାଏ ।
ତୁମମାନଙ୍କ ଅନ୍ୟର ଜୀବନରକ୍ଷା
କରିବା କଥା ଶିଖିବାର ଆଗ୍ରହ
ଦେଖୁ ମୁଁ ବହୁତ ଖୁସୀ ।



ପିଲାଏ, ଝାଞ୍ଜି ପ୍ରବାହ ସମୟରେ ତୁମେ କିପରି ନିଜକୁ ଶୀତଳ ରଖିବ ସେ କଥା ମତେ ଚିକେ ମନେ ପକାଇଦିଅ ।



ବାପା, ସାଙ୍ଗରେ ପାଣି ବୋତଲ ନିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ବାରମ୍ବାର ପିଅନ୍ତୁ ।

କାକା, ପ୍ରବଳ ଖରା ସମୟରେ ଗଛ ତଳେ ବାରମ୍ବାର ବିଶ୍ରାମ ନିଅନ୍ତୁ ।



ଜେଜେ, ତୁମେ ଖରାରେ ବାହାରକୁ ଯିବାବେଳେ ଛତା ନେବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ ।



ଖରାବେଳେ ଆମେ ଘର ଭିତରେ ରହିବୁ



ଜେଜେ ମା, ତୁମ ମୁଣ୍ଡକୁ ଘୋଡ଼ାଇ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବାକୁ ସ୍କାପ (ଓଢ଼ଣି) ନିଅ ।



ପିଲାଙ୍କୁ ଥୁଆ ହୋଇଥିବା କାର୍ ଭିତରେ ଛାଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ ।



ଆସ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଢିଲା ଓ ହାଲକା ରଙ୍ଗର ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବା ।



Please help



ପିଲାଏ ତୁମେ ଆମର ହିରୋ ।

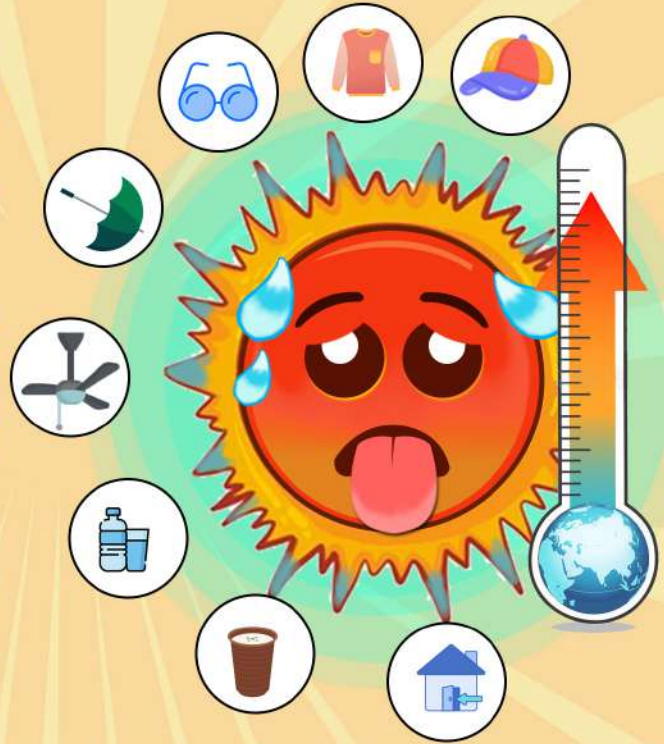


ପିଲାମାନେ ଏବଂ ଶୂନ୍ୟ ଝାଞ୍ଜି

ପିଲାଏ ଓ ଶୂନ୍ୟ ଝାଞ୍ଜିପ୍ରବାହ ମୃତ୍ୟୁ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆମ ପୃଥିବୀ ଉପରେ ଗୁରୁତର ପ୍ରଭାବ ପକାଇଛି । ଏହା ଫଳରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଥଣ୍ଡା ଓ ଗରମ ଭଳି ମାତ୍ରାଧିକ ପାଣିପାଗ ସ୍ଥିତି ଅନୁଭୂତ ହେଉଛି । ବିଜ୍ଞାନ ପ୍ରମାଣ କରିଛି ଯେ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ରହିଛି ।

ଗ୍ରୀଷ୍ମ ବା ତାତି ପ୍ରବାହ ଏକ ନିରବ ଘାତକ । ଏହାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଭାରତ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହ ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁସଂଖ୍ୟାକୁ ଶୂନ୍ୟ କରିବାକୁ ଏକ ନୀତି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି । ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହ ଓ ତତ୍ତ୍ୱଜନିତ ଅସୁସ୍ଥତା ଏବଂ ମୃତ୍ୟୁକୁ ରୋକିବାରେ ଆବଶ୍ୟକ ଜନ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି କରିବାରେ ପିଲାମାନଙ୍କର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି ।

ଏହି ଚିତ୍ରକଥା ଅଂଶୁଘାତ ଓ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହର ସଫଳ ମୁକାବିଲା କରି ଜନଜୀବନକୁ ସୁରକ୍ଷିତ କରିବାର ସରଳ ବାଟ ବତାଇଛି ।



ପରିକଳ୍ପନା, ଆଲୋଚନା ଓ ବିଚାର



ଡାକ୍ତର ରବୀନ୍ଦ୍ର ଖୈଓଲ

ପ୍ରଫେସର ପରିବେଶ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କମ୍ୟୁନିଟି ମେଡିସିନ ବିଭାଗ
ସ୍କୁଲ ଅଫ୍ ପବ୍ଲିକ୍ ହେଲ୍ଥ ଅ
ପିଜିଆଇଏମ୍‌ଇର, ଚଣ୍ଡିଗଡ଼, 160012 ଭାରତ

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



ଡାକ୍ତର ସୁମନ ମୋର

ଅଧ୍ୟକ୍ଷା, ପରିବେଶ ଅଧ୍ୟୟନ ବିଭାଗ
ପଞ୍ଜାବ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ, ଚଣ୍ଡିଗଡ଼
160012 ଭାରତ

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

ଅବଦାନ



ଲକ୍ଷ୍ୟ ଖୈଓଲ

ସରକାରୀ ମଡେଲ ସିନିୟର ସେକେଣ୍ଡାରୀ ସ୍କୁଲ, ଚଣ୍ଡିଗଡ଼



ଆଦିତ୍ୟ ଖୈଓଲ

ଅଂକୂର ସ୍କୁଲ, ଚଣ୍ଡିଗଡ଼

© ଅନୁମତି ବିନା ଏହି ଚିତ୍ରକଥାର ନକଲ କିମ୍ବା ପୁନଃ ପ୍ରକାଶନ ନିଷିଦ୍ଧ ।

ISBN : ପ୍ରୟୋଗ ହୋଇଛି |
ପ୍ରଥମ ସଂସ୍କରଣ : ଜୁନ୍ ୨୦୨୨

