सतरंगो-धनक

विद्यालयों और साथ में सँचालित आँगनवाड़ी केन्द्रों के बच्चों, कार्यकर्ताओं और अभिभावकों के लिए

कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण से
सुरक्षित बनाने की तैयारी का
हमारा
सतरंगो-धनक

सत्यमेव जयते

विन्यास समुदाय

समग्र शिक्षा

unicef
for every child

www.rajteachers.com

अपने विद्यालय और उससे जुड़ी आँगनवाड़ी के परिसर में आपकी, बच्चों, उनके अभिभावकों और समुदाय की कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के साथ सुरक्षा के लिए, इस दस्तावेज में तीन महत्वपूर्ण भाग हैं:

I. विद्यालय खुलने के बाद कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की विस्तृत तैयारी और कार्य की जाँच-सूची
II. कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की विस्तृत तैयारी के सूचकों को समझना
III. कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के सतरंगो-धनक के विकल्प

यह पुस्तिका यूनिसेफ और विन्यास समुदाय ने साझेदारी में राजस्थान सरकार के लिए अक्टूबर 2020 में तैयार की है।

- **लेखक :** डॉ. प्रीति वाजपेयी और कबीर वाजपेयी, योजनाकार और वास्तुकार, सहसंस्थापक, विन्यास समुदाय
- **जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य दृष्टिकोण:** ऋषभ हेमानी, जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य विशेषज्ञ, यूनिसेफ, सहयोग: आशीष जोशी, परामर्शदाता यूनिसेफ
- **शिक्षा दृष्टिकोण :** अमृता सेनगुप्ता, शिक्षा विशेषज्ञ, यूनिसेफ, सहयोग: जितेंद्र शर्मा, परमर्शदाता, यूनिसेफ
- **सामुदायिक सम्बंधा और सम्प्रेषण दृष्टिकोण :** मंजरी पन्त, संचार और सम्प्रेषण विशेषज्ञ, यूनिसेफ
- **रेखाचित्र :** तरनजीत कौर, वास्तुकार और राम-कृष्ण, रेखा-चित्रकार, विन्यास समुदाय
- **पुस्तिका का आकल्पन और बनावट:** तरनजीत कौर, वास्तुकार विन्यास समुदाय
- **छायाचित्र :** विन्यास और विन्यास समुदाय

www.rajteachers.com

इस पुस्तिका के बारे में

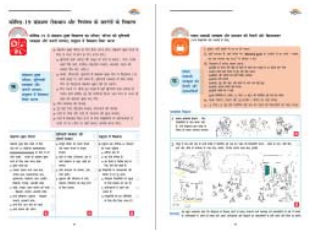
कोविड-19 की रोकथाम और नियंत्रण के अंतर्गत, यह पुस्तिका बच्चों, शिक्षकों, सेविकाओं और सभी सहयोगियों के लिए परिसर को सुरक्षित, स्वच्छ और संक्रमण-मुक्त रखने की तैयारी और कार्य करने के लिए है। यह विद्यालय और साथ में ही स्थित आँगनवाड़ी के लिए उपयोगी होगी।

इस तैयारी और कार्य को सुनिश्चित करने की जिम्मेदारी विद्यालय और साथ में ही जुड़ी आँगनवाड़ी के प्रमुख की है।
इस पुस्तिका में एक जाँच-सूची है, जो विद्यालय और साथ में ही स्थित आँगनवाड़ी में कोविड-19 की रोकथाम और नियंत्रण की तैयारी और कार्य के आकलन और जाँच में मदद करेगी। यह **भाग-I** में दी गई है।

इस आकलन और जाँच को समग्र बनाने के लिए सात सूचक हैं। ये सातों सूचक, सतरंगो-धानक के सात रंग हैं। तैयारी और कार्य का हर सूचक एक रंग से जुड़ा है।

इस पुस्तिका में इन सभी सूचकों और उनके उप-सूचकों को विस्तार से समझाया गया है। यह **भाग-II** में है।

लेकिन, केवल सूचकों को समझना, उनके आकलन और जाँच के लिए काफी नहीं है। हमारे विद्यालय-आँगनवाड़ी परिसर को सुरक्षित, स्वच्छ और संक्रमण-मुक्त बनाने के लिए कुछ जरूरी तैयारी और कार्य करने होंगे। विद्यालय-आँगनवाड़ी की परिस्थिति और वहाँ उपलब्ध संसाधनों के अनुसार, इस तैयारी और कार्य करने के अनेक विकल्प भी हैं - जिससे कोविड-19 से सुरक्षा में कहीं भी, कोई समझौता न हो। इस पुस्तिका में इस विकल्पों को चित्रों और उदाहरणों के माध्यम से विस्तार से समझाया गया है। यह **भाग-III** में है।



प्रदेश में ही स्थित विद्यालय परिसरों - एक कम संसाधन और एक पर्याप्त संसाधन की परिस्थिति में - वहाँ इन विकल्पों का चुनाव और उन्हें कैसे जोड़ा जा सकता है, इसके उदाहरण भी हैं। विभिन्न मदों के लिए किन संसाधनों को कैसे जोड़ा जा सकता है, इसकी एक मार्गदर्शक तालिका भी यहाँ दी गई है। बाहर की जगहों के उपयोग के लिए, राज्य के विभिन्न इलाकों में रेत के अंधड़, आँधी-तूफान की संभावना के परिदृश्य की जानकारी भी दी गई है। राज्य स्तर पर कुछ बुनियादी जानकारी के पोस्टर भी तैयार किए गए हैं - उनकी प्रतिलिपि भी यहाँ संलग्न है। पुस्तिका के अंत में, **परिशिष्ठ** में यह सब दिया गया है।

पुस्तिका तैयार करने की प्रक्रिया

कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियन्त्रण में आँगनवाड़ियों और विद्यालयों को फिर खोलने की तैयारी के लिए इस पुस्तिका का निर्माण करने में कई लोगों और संस्थाओं ने साझेदारी में काम किया है। इसकी जरूरत को सबसे पहले यूनिसेफ और राजस्थान सरकार के शिक्षा विभाग ने महसूस किया और विन्यास समुदाय के साथ मई-जून 2020 में साझा किया। विन्यास समुदाय ने इस जरूरत और कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियन्त्रण पर उपलब्ध अंतर्राष्ट्रीय अनुसन्धान के आधार पर इसका पहला प्रारूप जुलाई 2020 में तैयार किया। इसके बाद अगस्त 2020 इसे यूनिसेफ के साथ राज्य और राष्ट्रीय स्तर के शिक्षा, पानी, स्वच्छता और स्वास्थ्य, अभियांत्रिकी के विद्वानों के साथ साझा किया और उनके विश्लेषण को समझा। अगस्त 2020 के अंत में इस आधार पर इसका दूसरा संस्करण तैयार करके राज्य सरकार और चुनिन्दा जिलों, तहसील, संकुल स्तर के शिक्षा और बाल विकास के अधिकारियों, प्रधानाध्यापकों, पर्यवेक्षाकर्ताओं, कार्यकर्ताओं, अभियन्ताओं, आदि से साझा और संवाद किया गया। इन सब के दौरान उनके व्यावहारिक सुझावों को भी समझा गया और बाद में सम्मिलित किया गया। इस बीच अन्य अंतर्राष्ट्रीय अनुसन्धान और राष्ट्रीय स्तर पर जारी नए शासकीय आदेशों और दूसरे राज्यों में हो रही तैयारी को भी संज्ञान में लिया गया। इस सारी तैयारी के साथ इसे राज्य में शिक्षा विभाग में सचिव शिक्षा निदेशक और निदेशक समग्र शिक्षा स्तर पर सितंबर 2020 में साझा किया गया। उनके अनुमोदन और सुझावों के आधार पर इस पुस्तिका को अब अक्टूबर 2020 में पूरे राज्य में वितरण के लिए विन्यास समुदाय ने यूनिसेफ के साथ तैयार किया गया है।

www.rajteachers.com

अनुक्रम

क्रम	विषय	पृष्ठ संख्या
	इस पुस्तिका के बारे में	**3**
	कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के लिए बीमारी, डर और अनिश्चितता के माहौल में आँगनवाड़ी और विद्यालयों में विश्वास और सुरक्षा तैयार करना	**6**
I	**विद्यालय खुलने के बाद कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की विस्तृत तैयारी और कार्य की जाँच-सूची**	**7**
II	**कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की विस्तृत तैयारी के सूचकों को समझना**	**11**
	मुख्य-सूचकों और उप- सूचकों को समझने के लिए मार्गदर्शक निर्देश	12
1.	कोविड-19 से संक्रमण-मुक्त विद्यालय परिसर; परिसर की बुनियादी स्वच्छता और जरूरी मरम्मत; समुदाय में विश्वास तैयार करना	12
2.	श्वास सम्बन्धी स्वच्छता और प्रावधान की तैयारी और क्रियान्वयन	12
3.	पढ़ने-सीखने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन	13
4.	पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन	16
5.	पानी पीने और शौच की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन	16
6.	हाथ धोने और शौच की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन	18
7.	स्वच्छता का व्यवहार और बुनियादी आदतों के लिए तैयारी और कार्य	19
III	**कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के सतरंगो-धनक के विकल्प**	**21**
•	संतरगों धनक का आधार	22
•	मार्गदर्शक सिद्धांत	23
•	विकल्पों का चुनाव कैसे करें?	24
•	उपलब्ध संसाधनों के चिन्ह समझना	25
•	कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के संतरगों के विकल्प	26-52
	परिशिष्ठ	**53**
क.	कम और पर्याप्त संसाधनों की परिस्थिति में - विकल्पों का चुनाव और उन्हें जोड़ना	54-57
ख.	विभिन्न मदों के लिए उपलब्ध संसाधनों को जोड़ने की मार्गदर्शक तालिका	58-59
ग.	राज्य के विभिन्न इलाकों में रेत के अंधड़, आँधी-तूफान की संभावना का परिदृश्य	60-61
घ.	बुनियादी जानकारी के पोस्टर	62-66
ड.	पानी, स्वच्छता और स्वास्थ्य सुविधाओं को संक्रमण-मुक्त करने का सही तरीका : क्या और कैसे?	67

www.rajteachers.com

कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के लिए बीमारी, डर और अनिश्चितता के माहौल में आँगनवाड़ी और विद्यालयों में विश्वास और सुरक्षा तैयार करना

बच्चों की सुरक्षा, जहाँ आँगनवाड़ी और विद्यालय की जिम्मेदारी है, वहीँ अभिभावकों और समुदाय की भी जिम्मेदारी हैं. इसलिए कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की तैयारी और क्रियान्वयन के विकल्पों को केवल आँगनवाड़ी और विद्यालय अकेले आगे नहीं ले जा सकते। इनमे अभिभावकों और समुदाय का संवाद और जिम्मेदारी में शामिल होना बहुत जरूरी है। इसकी पहल आँगनवाड़ी और विद्यालय के प्रमुख को अपने सहयोगियों के साथ करनी होगी. इसे तीन चरणों में आगे ले जाने के जरुरत है:

घर

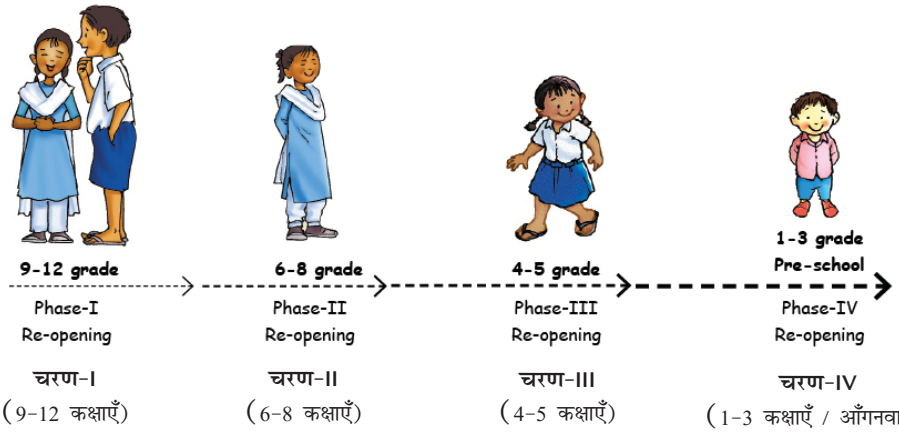
- समर्थन वहां, जहाँ बच्चे अभी हैं
- बच्चो और अभिभावकों को समर्थन - उनके घर पर ही
- परिवारों के बीच विश्वास पैदा करना

समुदाय

झारखण्ड का एक चित्र, इन्टरनेट से साभार

- सामुदायिक जगहों में, समुदाय के स्वयंसेवकों द्वारा बच्चों और समुदाय को, घर के ही पास, मदद देना और समर्थ करना

विद्यालय और आँगनवाड़ी



- विद्यालय चरणबद्ध तरीके से खोलना
- पहले बड़ी कक्षाएँ, धीरे-धीरे, छोटी कक्षाएँ
- विद्यालय में सभी को समर्थ करना

I

विद्यालय खुलने के बाद कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की विस्तृत तैयारी और कार्य की जाँच-सूची

विद्यालय खुलने के बाद कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की विस्तृत तैयारी और कार्य की जाँच-सूची

1. बुनियादी जानकारी

विद्यालय का नाम UDISE कोड क्रमांक:

जिला: ब्लॉक: पंचायत समिति:

प्रधानाध्यापिक / प्रधानाध्यापक / प्रधानाचार्य का नाम: संपर्क नंबर:

प्रभारी PEEO का नाम:

2. विद्यालय में कुल नामांकित विद्यार्थी

कक्षाएँ	9-12	6-8	4-5	1-3	आँगनवाड़ी	कुल
बालिकाएँ						
बालक						
खास ज़रूरतों वाले						
अन्य						
कुल						

3. विद्यालय / आँगनवाड़ी में कुल वयस्कों की संख्या

प्रधानाध्यापक	
शिक्षिका / सेविका	
शिक्षिक	
अन्य	
कुल वयस्क	

4. विद्यालय में तुरंत उपयोग लायक कुल कक्षा-कक्ष / जगहें

जगहें / कक्षाएँ	9-12	6-8	4-5	1-3	आँगनवाड़ी	कुल
15' x 15' आकार से छोटे कमरों की संख्या						
15' x 15' आकार से बड़े और 20' x 20' आकार से छोटे कमरों की संख्या						
20' x 20' आकार के बराबर कमरों की संख्या						
20' x 20' आकार से बड़े कमरों की संख्या						
कम से कम 8' चौड़े बरामदे की संख्या						
कम से कम 15' x 15' आकार से बड़े आँगन की संख्या						
30' x 30' आकार से बड़ी खाली जगहें						
कुल						

5. अभी उपलब्ध पानी (लीटर प्रतिदिन में)

पानी किस उपयोग के लिए?*	उपलब्ध पानी* (लीटर प्रतिदिन में)
क. पानी और भीजन तैयार करने के लिए	
ख. सभी अन्य उपयोगों के लिए	
कुल (क+ख)	
चालू हालत में पानी की भंडारण क्षमता? +	**पानी की अभी उपलब्ध भंडारण क्षमता + (लीटर प्रतिदिन में)**
ग. पानी और भीजन तैयार करने के लिए भंडारण	
घ. सभी अन्य उपयोगों के लिए भंडारण	
कुल (ग+घ)	

6. अभी उपलब्ध चालू हालत में मूलभूत सुविधाओं की संख्या

चालू हालत में उपलब्ध सुविधाएँ	कुल संख्या
क. पानी पीने के बिन्दु	
ख. हाथ धोने के बिन्दु	
ग. छात्रा / महिला मूत्रालय	
घ. छात्रा / महिला शौचालय	
ड. मासिक धर्म व्यवस्था के साथ छात्रा / महिला शौचालय	
च. छात्र / पुरूष मूत्रालय	
छ. छात्र / पुरूष शौचालय	
ज. भोजन बनाने का अलग कक्ष / रसोई	

* *यदि उपलब्धा पानी पीने और अन्य उपयोगों के लिए अलग-अलग नहीं है, तो किसी भी एक, उपयुद्र श्रेणी द्धक. या ख.ऋ में ही लिखें, और उसकी गणना अगली श्रेणी में न दुहराएँ*

\+ *यदि उपलब्धा भंडारणपानी पीने और अन्य उपयोगों के लिए अलग-अलग नहीं है, तो किसी भी एक, उपयुद्र श्रेणी द्धग. या घ.ऋ में ही लिखें, और उसकी गणना अगली श्रेणी में न दुहराएँ*

www.rajteachers.com

यहाँ सात मुख्य सूचक दिए गए हैं, जो सतरंगों धनक के सात रंगों की तरह हैं। हर विद्यालय नीचे दिये गए सात मुख्य-सूचकों और इनके पंद्रह उप-सूचकों के आधार पर जांचा जाएगा, जिनका विस्तार आगे दिया गया है। इन्हें दो स्तरों पर उपयोग में लिया जा सकता है:

क. विद्यालय पूर्ण रूप के पहले की तैयारी के लिए
ख. विद्यालय खुलने के बाद प्रबन्ध और गतिविधियाँ संचालित करने के लिए

7. आँगनवाड़ी और विद्यालय में तैयारी और कार्य के सूचक

क्रम	मुख्य-सूचक और उप-सूचक की तैयारी और कार्य	हाँ	कुछ कार्य	नहीं
	1. कोविड-19 से संक्रमण-मुक्त विद्यालय परिसर; परिसर की बुनियादी स्वच्छता और जरूरी; मरम्मत समुदाय में विश्वास तैयार करना			
	क. कोविड-19 से संक्रमण-मुक्त विद्यालय और आँगनवाड़ी परिसर तैयार करना			
	ख. परिसर की बुनियादी स्वच्छता सुनिश्चित करना			
	ग. आवश्यकता अनुसार, जरूरी मरम्मत की योजना बनाना और क्रियान्वित करना			
	घ. समुदाय में विश्वास तैयार करने की योजना बनाना और क्रियान्वित करना			
	2. श्वास सम्बन्धी स्वच्छता और प्रावधान की तैयारी और क्रियान्वयन			
	क. श्वास सम्बन्धी स्वच्छता के पर्याप्त और आवश्यक प्रावधानों की तैयारी और क्रियान्वयन			
	3. सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन			
	क. सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए उपयुक्त स्थान, प्रावधानों की तैयारी और क्रियान्वयन			
	ख. सीखने-सिखाने की प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन			
	4. पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन			
	क. पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त समझ, तैयारी और क्रियान्वयन			
	ख. पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त प्रावधानों की तैयारी और क्रियान्वयन			
	5. पानी लाने और शौच की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन			
	क. पीने और अन्य उपयोग के लिए पर्याप्त पानी की समझ			
	ख. पीने और अन्य उपयोग के लिए पर्याप्त पानी के प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन			
	6. हाथ धोने और शौच की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन			
	क. हाथ धोने और शौच की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन			
	7. स्वच्छता का व्यवहार और बुनियादी आदतों के लिए तैयारी और कार्य			
	क. वयस्कों के प्रशिक्षित समूह का गठन और समूह का नियमित कार्य (यह संपूर्ण विद्यालय में कोविड-19 रोकथाम के लिए नियमित स्वच्छ और संक्रमण-रहित करने का काम करेगा			
	ख. विद्यार्थियों और शिक्षकों / अन्य वयस्कों के कोविड-19 रोकथाम के लिए विभिन्न गतिविधियों में नियमित / दैनिक सुरक्षा, सहायता और निगरानी के लिए तैयारी और नियमित कार्य			
	ग. प्रशिक्षण, प्रेरणा, सहायता, निगरानी और रखरखाव के लिए तैयारी और नियमित कार्य			

ध्यान रहे हर उप-सूचक के लिए मार्गदर्शक निर्देश अगले पृष्ठों में दिया गया है। जब तक हर उप-सूचक की तैयारी और क्रियान्वयन पूरा होकर 'हाँ' नहीं हो, तब तक मुख्य-सूचक 'हाँ' नहीं होगा। जहाँ कुछ उप-सूचक 'हाँ' हैं, और कुछ नहीं, तब मुख्य-सूचक 'कुछ कार्य' होगा। जहाँ कोई भी उप-सूचक 'हाँ' नहीं हैं, वहाँ मुख्य-सूचक 'नहीं' होगा।

www.rajteachers.com

II

कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की विस्तृत तैयारी के सूचकों को समझना

कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण की विस्तृत तैयारी के सूचकों को समझना

मुख्य-सूचकों और उप-सूचकों को समझने के लिए मार्गदर्शक निर्देश

1. कोविड-19 से संक्रमण-मुक्त विद्यालय का परिसर; परिसर की बुनियादी स्वच्छता और जरूरी मरम्मत; समुदाय में विश्वास तैयार करना

(विकल्पों के लिए भाग-III देखें)

क. कोविड-19 से संक्रमण-मुक्त विद्यालय और आँगनवाड़ी परिसर तैयार करना

i. संपूर्ण परिसर को संक्रमण-मुक्त करने की तैयारी, प्रावधान और कार्य पूर्ण करना। इसमें यह सब अनिवार्य रूप से शामिल है:

- मुख्य प्रवेश द्वार
- उपयोग लायक सभी कक्षा-कक्ष, भण्डार-कक्ष, प्रधानाध्यापक कक्ष, पुस्तकालय, कार्यालय, हॉल, इत्यादि - खिड़की, दरवाज़े, अलमारी समेत
- रसोई, भण्डार, खाना परोसने की जगहें - खिड़की, दरवाज़े, अलमारी समेत
- सभी शौचालय, मूत्रालय - खिड़की, दरवाज़े, अलमारी समेत
- पानी-पीने, हाथ धोने की जगहें
- सभी बरामदे और आँगन

ii. कार्य पूर्ण करने की दिनाँक तय करना।

ख. परिसर की बुनियादी स्वच्छता करना

i. पूरे परिसर की बुनियादी सफाई - अन्दर और बाहर और पिछवाड़े की सभी जगहों की

ii. सभी व्यवस्थाओं / सुविधाओं को क्रियाशील करना - स्वच्छता की (शौचालय, मूत्रालय), पानी (भण्डारण और वितरण की व्यवस्था), बिजली, इत्यादी की

iii. थूकने के पर्याप्त, सुरक्षित स्थान तय किए गए हों, और सभी को इसकी जानकारी हो

iv. कचरा फेंकने के पर्याप्त, सुरक्षित स्थान तय किये गए हों, और सभी को इसकी जानकारी हो

ग. आवश्यकता अनुसार, जरूरी मरम्मत की योजना बनाना और क्रियान्वित करना

i. कमरे / बरामदे में बैठने में शारीरिक दूरी के नियम को पालन करने के लिए, छत की, फर्श की, खिड़की/दरवाज़े की

घ. समुदाय में विश्वास तैयार करने की योजना बनाना और क्रियान्वित करना

i. समुदाय तक कोविड-19 रोकथाम की समझ पहुँचाना

- कोविड क्या है?
- यह कैसे फैलता है?
- इसे फैलने से नियंत्रित करने के लिए, कैसे रोक सकते हैं?

ii. विद्यार्थियों के अभिभावकों और परिवार में डर दूर करना

- विद्यालय विद्यार्थियों की सुरक्षा के लिए इंतजाम कर रहा है?
- अभिभावकों से इसमें क्या अपेक्षा है?
- विद्यार्थियों को इस परिस्थिति के लिए कैसे तैयार करना है?

2. श्वास सम्बन्धी स्वच्छता और प्रावधान की तैयारी और क्रियान्वयन

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

क. श्वास सम्बन्धी स्वच्छता के पर्याप्त और आवश्यक प्रावधानों की तैयारी और क्रियान्वयन

i. जिन विद्यार्थियों के पास मास्क नहीं है, उन्हें विद्यालय द्वारा प्रवेश के निकट ही मास्क उपलब्ध करवाना

ii. विद्यार्थी मास्क लगा कर ही रखें - सुनिश्चित करने के विभिन्न उपाय

iii. विद्यार्थी मास्क एक-दूसरे से अदला-बदली न करें - यह सुनिश्चित करने के विभिन्न उपाय

iv. समूह में साथ होने होने के सभी जगहों में शारीरिक दूरी बना कर रखने की निशानदेही करना - प्रवेश के पास, पानी पीने, हाथ धोने, शौच के व्यवस्था के आस-पास, बरामदे, उपयोग लायक कक्षा-कक्ष, इत्यादि

v. विद्यार्थी अपनी व्यक्तिगत उपयोग की कोई भी वस्तु जैसे किताब, पेन्सिल, कॉपी, मॉस्क, साबुन, पानी की बोतल, नैपकिन, चप्पल, खाने का डिब्बा आदि दूसरे बच्चों से अभी फिलहाल ना बाँटे - यह सुनिश्चित करने के विभिन्न उपाय।

आवश्यक बातें और सावधानियाँ

कोविड -19 रोकथाम के लिए श्वास सम्बन्धी स्वच्छता और सावधानियों की पर्याप्त समझ

i. बुखार, सर्दी खांसी में घर पर ही रुकना

ii. जहाँ उपलब्ध है, वहां थर्मल गन (thermal gun) के उपयोग से हर बच्चे / व्यस्क का ताप मापना। यह 98.4° से अधिक न हो।

iii. विद्यालय में हमेशा ख्याल रखना:

- प्रवेश के समय और कुछ भी खाने के पहले हाथ साबुन से 20 सेकंड तक धोना
- तीन परतों वाले मास्क से मुंह और नाक ढकना
- छींकने और खांसने का सही तरीका अपनाना
- मास्क नहीं उतरना
- मास्क, मुंह और नाक, और शरीर के अन्य अंग नहीं छूना
- मास्क अदला-बदली नहीं करना।
- दूसरी सतहों को न छूना
- हर गतिविधि में, हमेशा 1.8 मीटर (6 फुट) की शारीरिक दूरी बना कर रखना

iv. मास्क पहिनने, उतारने और पुन:उपयोग / फेंकने का सही तरीका

v. 1.8 मीटर (6 फुट)की शारीरिक दूरी बना कर रखने की निशानदेही का पालन करना

3. सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

क. सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए उपयुक्त स्थान, प्रावधानों की तैयारी और क्रियान्वयन

i. संसाधनों की उपलब्धता के अनुसार, कक्ष, बरामदे और सुरक्षित खुली जगहों का चुनाव

ii. खेलने के लिए उन्हीं स्थानों का चुनाव जहाँ सभी बच्चे व्यसकों की नजर में और सुरक्षित रहें और शारीरिक दूरी का पालन हो सके

iii. चुनी गयी जगहों में सबके बीच 1.8 मीटर (6 फुट) की शारीरिक दूरी बना कर रखने की निशानदेही बनाना

iv. चुनी गयी जगहों में छूने की न्यूनतम सतहों को रखना

v. शारीरिक दूरी के चलते, फैल कर बैठने के कारण
- श्याम-पट्ट पर शिक्षक का लिखा सब देख सकें, इसका इन्तज़ाम हो।
- शिक्षक की आवाज सब तक पहुंचे, इसका इन्तजाम

vi. शिक्षण सामग्री के रखने और दर्शाने के तरीकों के प्रावधान

vii. खेल के लिए उन सामग्रियों का प्रावधान, जिसमें सामग्री और एक दूसरे को छूने की आवश्यकता न हो और शारीरिक दूरी बनी रहे

viii. कमरों के अन्दर की छूने की सभी सतहों की हर दिन नियमित दो बार साफ-सफाई और सुबह शैक्षिक गतिविधि से पहले एक बार संक्रमण-मुक्त करना

ix. बरामदों की छूने की सभी सतहों की हर दिन नियमित एक बार साफ-सफाई और सुबह शैक्षिक गतिविधि से पहले एक बार संक्रमण-मुक्त करना

x. बाहर खुले में (जहाँ धूप हो) छूने की सभी सतहों की हर दिन नियमित एक बार साफ-सफाई

ख. परिसर की बुनियादी स्वच्छता नियमित रूप से सुनिश्चित करना

i. पूरे परिसर की बुनियादी सफाई - अन्दर और बाहर और पिछवाड़े की सभी जगहों की

ii. सभी व्यवस्थाओं / सुविधाओं को क्रियाशील करना - स्वच्छता की (शौचालय, मूत्रालय), पानी (भण्डारण और वितरण व्यवस्था), बिजली, इत्यादी की

iii. थूकने के पर्याप्त, सुरक्षित स्थान तय किए गए हों, और सभी इसकी जानकारी हो

www.rajteachers.com

आवश्यक बातें और सावधानियाँ

कोविड -19 रोकथाम के लिए पढ़ने-सीखने और खेलने के लिए पर्याप्त समझ विकसित करना

i. पढ़ने-सीखने और खेलने के लिए अनिवार्य शारीरिक दूरी की आवश्यकता
ii. पढ़ने-सीखने के लिए बैठने, पढने-सीखने के तरीकों में बदलाव की आवश्यकता
iii. शारीरिक दूरी के चलते, खेलने के तरीकों में बदलाव की आवश्यकता
iv. छूने की न्यूनतम सतहों की जरूरत
v. बैठने की सतह, काम करने के सतह में सावधानियाँ
vi. शिक्षण सामग्री के रखने और दर्शाने के तरीकों में बदलाव की आवश्यकता

किस जगह, शारीरिक दूरी के नियम साथ, कैसे बैठा जा सकता है?

- बाहर - आँगन / खुले में
- बरामदे में
- कमरे के अन्दर

जाँच-सूची की तालिका 2, 3, 4 में भरे गये विवरण के आधार पर नीचे बताए गए बैठने के उपयुक्त तरीकों का चुनाव किया जा सकता है। यह शारीरिक दूरी के नियम को पालन करते हुए तैयार किए गए हैं। एक विद्यालय एक से अधिक विकल्प चुन सकता है।

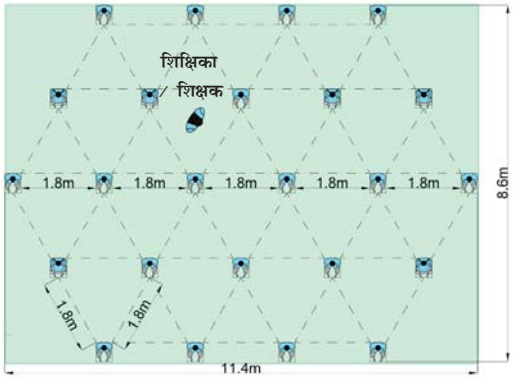
बाहर (खेल का मैदान / आँगन)

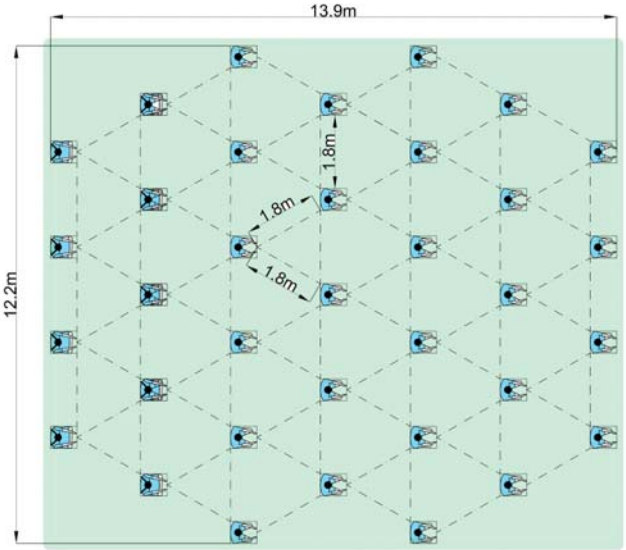
विकल्प-2

1.8 मीटर की दूरी के साथ, बाहर जगह में 25 बच्चे+1 वयस्क

(जगह का तकरीबन माप - 11.4 X 8.6 मीटर)

प्रति बच्चा क्षेत्रफल - 4.1 वर्गमीटर (44 वर्गफुट)



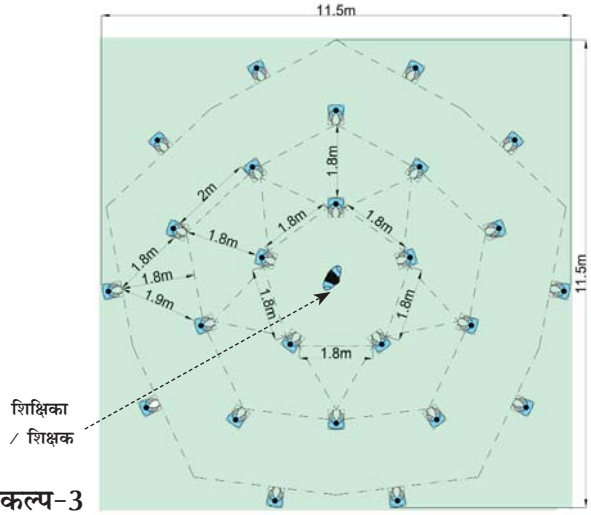


विकल्प-1

1.8 मीटर की दूरी के साथ, बाहर जगह में 35 बच्चे+1 वयस्क

(जगह का तकरीबन माप - 13.9X 12.2 मीटर)

प्रति बच्चा क्षेत्रफल - 4.8 वर्गमीटर (51.7 वर्गफुट)



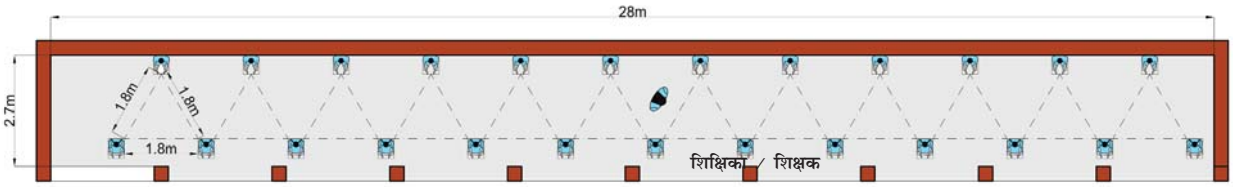
विकल्प-3

1.8 मीटर की दूरी के साथ, बाहर जगह में 25 बच्चे+1 वयस्क

(जगह का तकरीबन माप - 11.5 X 11.5 मीटर)

प्रति बच्चा क्षेत्रफल - 5.3 वर्गमीटर (57 वर्गफुट)

बरामदे में

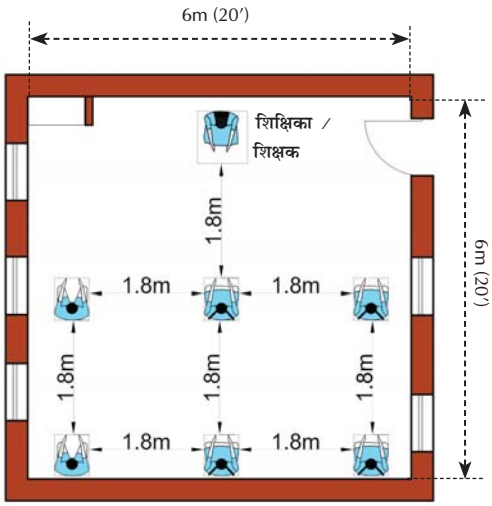


विकल्प-4

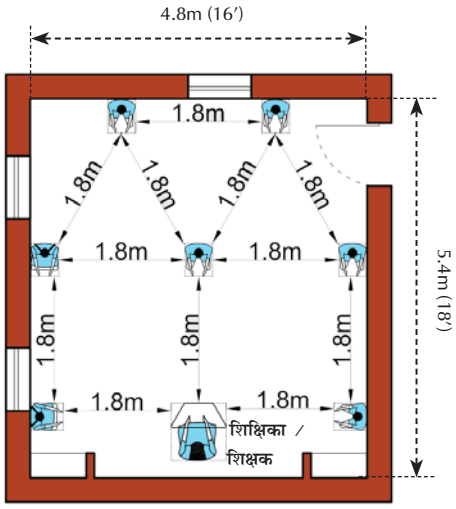
1.8 मीटर की दूरी के साथ, बरामदे में 25 बच्चे + 1 वयस्क (बरामदे का तकरीबन माप - 28 x 2.7 मीटर)

प्रति बच्चा क्षेत्रफल - 3.02 वर्गमीटर (33 वर्गफुट)

कमरे के अन्दर



विकल्प-5
1.8 मीटर की दूरी के साथ,
कमरे में 6 बच्चे + 1 वयस्क
प्रति बच्चा क्षेत्रफल - 6 वर्गमीटर
(67 वर्गफुट)



विकल्प-6
1.8 मीटर की दूरी के साथ,
कमरे में 7 बच्चे + 1 वयस्क
प्रति बच्चा क्षेत्रफल - 3.7 वर्गमीटर
(40 वर्गफुट)

शारीरिक दूरी के नियम के साथ विद्यार्थियों और सेविका / शिक्षकों के सुरक्षित बैठने के विकल्प
कक्षावार, विद्यार्थियों की नामांकित संख्या के अनुसार, 1.8 मीटर / 6 फुट के शारीरिक दूरी के नियम के साथ, नीचे दिए रेखाचित्रों के माध्यम से विश्लेषित करें, कि कौन-कौन से विकल्प, किस कक्षा के लिए आँगनवाडी और विद्यालय के लिए उपयुक्त होंगे:

बैठने की जगह के विकल्प	उपलब्ध जगह का न्यूनतम और अधिकतम माप	विद्यार्थियों के सुरक्षित बैठने की अधिकतम संख्या (बिना फर्नीचर के)
बाहर की खुली जगह - विकल्प 1 (विद्यालय) पंक्ति में बैठना	10.2 x 4.7 मीटर (33 x 15 फुट)	9+1 शिक्षिका / शिक्षक
	12.2 x 7.5 मीटर (40 x 25 फुट)	14+1 शिक्षिका / शिक्षक
	12.2 x 7.5 मीटर (40 x 25 फुट)	20+1 शिक्षिका / शिक्षक
	12.2 x 12.5 मीटर (40 x 41 फुट)	31+1 शिक्षिका / शिक्षक
	12.2 x 13.9 मीटर (40 x 46 फुट)	35+1 शिक्षिका / शिक्षक
बाहर की खुली जगह - विकल्प 2 (आँगनवाडी) पंक्ति में बैठना	6.2 x 6.2 मीटर (20 x 20 फुट)	9+1 सेविका
	7.1 x 8.2 मीटर (23 x 27 फुट)	14+1 शिक्षिका / शिक्षक
	8.1 x 8.6 मीटर (26 x 28 फुट)	18+1 शिक्षिका / शिक्षक
	11.4 x 8.6 मीटर (37 x 28 फुट)	24+1 शिक्षिका / शिक्षक
बाहर की खुली जगह - विकल्प 3 (आँगनवाडी) गोलाई में बैठना	4.2 x 4.8 मीटर (14 x 16 फुट)	5+1 सेविका
	8.1 x 8.9 मीटर (26 x 29 फुट)	15+1 सेविका
	11.5 x 11.5 मीटर (38 x 38 फुट)	25+1 सेविका
बरामदे - विकल्प 4 पंक्ति में बैठना	11.3 x 2.7 मीटर (37 x 9 फुट)	10+1 शिक्षिका / शिक्षक
	15.1 x 2.7 मीटर (50 x 9 फुट)	15+1 शिक्षिका / शिक्षक
कक्षा कक्ष विकल्प 5 (विद्यालय) पंक्ति में बैठना	6 x 6 मीटर (20 x 20 फुट)	8+1 शिक्षिका / शिक्षक
कक्षा कक्ष विकल्प 6 (आँगनवाडी) पंक्ति में बैठना	4.8 x 5.4 मीटर (16 x 18 फुट)	7+1 सेविका

4. पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त समझ, प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

क. पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त समझ, तैयारी और क्रियान्वयन

i. रसोई-कक्ष स्वच्छ रखने के लिए सावधानियाँ

ii. बाहर से लाई गई भोजन सामग्री को सही ढंग से साफ-सफाई करना और संक्रमण-मुक्त करना:

- सब्जी / फल / इत्यादी
- खुले पैकेट में लाई गयी भोजन सामग्री
- सीलबंद पैकेट में लाई गयी भोजन सामग्री

iii. सूखी और पकी भोजन सामग्री का समुचित और सुरक्षित भण्डारण

ख. पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त प्रावधानों की तैयारी और क्रियान्वयन

i. रसोई-कक्ष स्वच्छ रखने के लिए जरुरी प्रावधान

ii. भोजन सामग्री को उपयुक्त तरीके से साफ करने के लिए

iii. सूखी और पकी भोजन सामग्री के समुचित भण्डारण के लिए

iv. रसोइये के लिए

- सर ढकने के लिए साफ टोपी / पगड़ी - जो नियमित रूप से धुलेगी
- **पहने हुए** कपड़े ढकने के लिए साफ एप्रन -जो नियमित रूप से धुलेगा
- पकाने के बर्तन की स्वच्छता के लिए
- परोसने के बर्तन की स्वच्छता के लिए
- सुरक्षित रूप से कूड़ा विसर्जित करने के लिए
- हाथ धोने, पोंछने के लिए
- शारीरिक दूरी के और स्वच्छता के अनुसार भोजन परोसने के लिए

आवश्यक बातें और सावधानियाँ

कोविड-19 रोकथाम के लिए सुरक्षित पोषण और भोजन बनाने के लिए पर्याप्त समझ विकसित करना

i. रसोई-कक्ष स्वच्छ रखने के लिए सावधानियाँ

ii. रसोइये द्वारा लिए जाने वाली सभी सावधानियाँ:

- श्वास और स्पर्श सम्बन्धी स्वच्छता और सावधानियाँ
- सर और कपड़ों को ढकने वाली सावधानियाँ
- पकाने के बर्तन की स्वच्छता के लिए सावधानियाँ
- सुरक्षित रूप से कूड़ा विसर्जित करने की सावधानियाँ
- हाथ धोने, पोछने के लिए सावधानियाँ

iii. शारीरिक दूरी के और स्वच्छता के अनुसार भोजन परोसने के तरीके और सावधानियाँ

5. पानी लाने और शौच की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

क. पीने और अन्य उपयोग के लिए पर्याप्त पानी की समझ

i. कक्षा अनुसार विद्यार्थियों के नामांकन / अनुमानित उपस्थिति और शिक्षिका-शिक्षकों के संख्या के अनुसार विभिन्न जगहों की निर्धारित स्वच्छता और संक्रमण-मुक्त करने के लिए पर्याप्त पानी की जरुरत का आकलन (कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के लिए अतिरिक्त जरुरत के साथ)

ii. जरुरत के अनुसार पानी लाने के वैकल्पिक उपायों को तैयार करना

iii. पीने के पर्याप्त पानी के भण्डारण का आकलन

iv. अन्य उपयोग के लिए पानी के भण्डारण का आकलन

v. ठन्डे पानी का उपयोग फिलहाल न करें

ख. पीने और अन्य उपयोग के लिए पर्याप्त पानी के प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन

i. पीने और धोने के पानी के सुरक्षित और अलग-अलग भण्डारण

ii. पानी के सुरक्षित वितरण की व्यवस्था के रखरखाव का इंतजाम

iii. पर्याप्त पानी का प्रावधान

- पीने का पानी
- भोजन की तैयारी के लिए पानी
- हाथ धोने के लिए पानी
- छात्राओं-छात्रों के शौचालय व्यवस्था के लिए पानी
- रसोई की स्वच्छता और संक्रमण-मुक्त करने के लिए पानी
- कक्षाओं और अन्य कमरों की निर्धारित स्वच्छता और संक्रमण-मुक्त करने के लिए पानी
- बरामदों और अन्य अधखुली जगहों की निर्धारित स्वच्छता और संक्रमण-मुक्त करने के लिए पानी
- खुली जगहों / आँगनो की निर्धारित स्वच्छता और संक्रमण-मुक्त करने के लिए पानी
- विद्यार्थियों की शौचालय व्यवस्था की निर्धारित स्वच्छता और संक्रमण-मुक्त करने के लिए पानी

आँगनवाडी और विद्यालय में प्रतिदिन कितना पानी पर्याप्त है?

(सामान्य और कोविड-19 नियंत्रण और रोकथाम परिस्थिति के लिए)

पानी की उपयोग से संबधित गतिविधि		आँगनवाड़ी के लिए पर्याप्त पानी* (बच्चों की नामांकित संख्या के आधार पर)	विद्यालय के लिए पर्याप्त पानी* (विद्यार्थियों की नामांकित संख्या के आधार पर)
क.	पानी पीने के लिए	1 लीटर प्रति बच्चा	1.5 लीटर प्रति विद्यार्थी या वयस्क
ख.	साबुन से हाथ-धोने के लिए (सामान्य परिस्थिति)	1.5 लीटर प्रति बच्चा	3 लीटर प्रति विद्यार्थी या वयस्क
ग.	साबुन से हाथ-धोने के लिए (कोविड-19 नियंत्रण परिस्थिति)	3.4 लीटर प्रति बच्चा	5.15 लीटर प्रति विद्यार्थी या वयस्क
घ.	भोजन बनाने के लिए	1.5 लीटर प्रति बच्चा	1.75 लीटर प्रति विद्यार्थी
ङ.	बर्तन धोने के लिए	1.5 लीटर प्रति बच्चा	2 लीटर प्रति विद्यार्थी या वयस्क
च.	रसोई का भोजन बनाने का सामान धोने के लिए (सामान्य परिस्थिति)	0.5 लीटर प्रति बच्चा	0.5 लीटर प्रति विद्यार्थी
छ.	रसोई का भोजन बनाने का सामान धोने के लिए (कोविड-19 नियंत्रण परिस्थिति)	1.5 लीटर प्रति बच्चा	1.5 लीटर प्रति विद्यार्थी
ज.	छात्रों / पुरुषों के मूत्रालय / शौचालय उपयोग के लिए	5 लीटर प्रति बच्चा	8 लीटर प्रति विद्यार्थी या वयस्क
झ.	छात्राओं / महिलाओं के मूत्रालय / शौचालय उपयोग के लिए	5 लीटर प्रति बच्चा	12 लीटर प्रति विद्यार्थी या वयस्क
ञ.	सीखने-पढ़ने की अन्य सामग्री संक्रमण-मुक्त करने के लिए (कोविड-19 नियंत्रण परिस्थिति)	0.1 लीटर प्रति बच्चा	0.1 लीटर प्रति विद्यार्थी
ट.	कमरों और बरामदों, रसोई, शौचालय, मूत्रालय, आदि की सफाई के लिए (कोविड-19 नियंत्रण परिस्थिति)	0.6 लीटर प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल	0.6 लीटर प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल
ठ.	कमरों और बरामदों, रसोई, शौचालय, मूत्रालय, आदि को संक्रमण-मुक्त करने के लिए (कोविड-19 नियंत्रण परिस्थिति)	0.15 लीटर प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल	0.15 लीटर प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल
ड.	बागवानी के लिए	2.5 लीटर प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल	2.5 लीटर प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल
	कुल पानी की मात्रा की गणना (बागवानी छोड़ कर)		
ढ.	सामान्य परिस्थिति (क+ख+घ+ङ+च+झ)	11 लीटर प्रति बच्चा	20.75 लीटर प्रति विद्यार्थी या वयस्क
ण.	कोविड-19 नियंत्रण परिस्थिति (क+ख+घ+ङ+छ+झ+ञ)	14 लीटर प्रति बच्चा	24 लीटर प्रति विद्यार्थी या वयस्क
त.	कोविड-19 नियंत्रण परिस्थिति में सफाई और संक्रमण-मुक्त के लिए (ट+ठ)	0.75 लीटर प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल	0.75 लीटर प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल

** सभी मापदण्ड भवनों के राष्ट्रीय मानक National Building Code 2016, भाग 2 में दर्शायी गयी मात्रा से बहुत कम हैं*

गणना के मद	आँगनवाड़ी में		विद्यालय में	
कुल नामांकन (संख्या)	.....बच्चे x 14	.....वयस्क x 14	.....विद्यार्थी x 24	.....विद्यार्थी x 24
अ. पानी की जरुरत (लीटर में)	=	=	=	=
कुल संक्रमण-मुक्त करने लायक क्षेत्रफल (वर्ग मीटर में)	.....क्षेत्रफल वर्ग मीटर x 0.75 लीटर		.....क्षेत्रफल वर्ग मीटर x 0.75 लीटर	
ब. पानी की जरुरत (लीटर में)	=		=	
प्रतिदिन पानी की कुल जरुरत+ (लीटर में) [अ+ब]	.....लीटर		.....लीटर	

+ इस गणना में किसी आपात स्थिति के लिए अतिरिक्त पानी और बागवानी के लिए पानी शामिल नहीं है

www.rajteachers.com

6. शौच और हाथ धोने की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

हाथ धोने और शौच की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन

i. हाथ धोने के प्रावधान कहाँ जरूर ही स्थित हों (स्थाई / वैकल्पिक-अस्थाई) - मुख्य प्रवेष्ठा के पास, पढने की जगह के पास, खेल की जगह के पास, सहज व्यवस्था के एकदम पास, खाने के जगह के पास, इत्यादि

ii. पैर या कोहनी से चलने वाले साबुन-पानी के हाथ धोने के प्रावधान (जहाँ संभव हों)

iii. छात्राओं / महिलाओं के कम से कम एक सुरक्षित शौचालय तो पूर्णत: चालू करना ही, जिसमें मासिक-धर्म के लिए उपयुक्त प्रावधान हों - इसे तैयार करना

iv. छात्रों / पुरुषों के लिए कम से कम एक सुरक्षित शौचालय तो पूर्णत: चालू करना ही - इसे तैयार करना

v. उपरोक्त सभी में उपयोग शारीरिक दूरी बना के रखने के अनुसार अनुकूल बनाना

आवश्यक बातें और सावधानियाँ

कोविड-19 रोकथाम के लिए हाथ धोने और शौच की व्यवस्था के लिए पर्याप्त समझ विकसित करना

i. कक्षा अनुसार छात्राओं-छात्रों के नामाँकन / अनुमानित उपस्थिति और शिक्षिका-शिक्षकों के संख्या के अनुसार पर्याप्त हाथ धोने के बिन्दुओं की जरुरत का आकलन (कोविड-19 रोकथाम के लिए अतिरिक्त जरुरत के साथ)

ii. हाथ से छूने की न्यूनतम सतहों का महत्व और जरुरत

iii. साबुन से हाथ धोने के सही तरीके का महत्व और जरुरत

iv. छात्रओं / महिलाओं के कम से कम एक सुरक्षित शौचालय तो पूर्णत: चालू करना, जिसमें मासिक धर्म के लिए उपयुक्त प्रावधान हों - इसे तैयार करने के महत्व और जरुरत

v. छात्रों / पुरुषों के कम से कम एक सुरक्षित शौचालय तो पूर्णत: चालू करना - इसे तैयार करने के महत्व और जरुरत

vi. उपलब्ध व्यवस्था की संभावनायें और सीमायें ध्यान में रखना

आँगनवाड़ी और विद्यालय में पानी, स्वच्छता और स्वास्थ्य के कितने प्रावधान पर्याप्त है?

हमारा पहला प्रयास यह है कि विद्यालय खुलने के समय और उसके बाद सभी मूलभूत सुविधाएँ, विद्यार्थी नामांकन और निर्धारित मापदण्डों* के अनुसार, विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए पर्याप्त हों. अगला प्रयास होगा कि पर्याप्त से कम होने की स्थिति में क्या रास्ते होंगें, यह ढूँढा और क्रियान्वित किया जा सके।

उन प्रावधानों को जो क्रियाशील या तुरंत चालू हालत में हैं, उनको सबसे पहले गिनें. फिर उन्हें भी गिन कर रखें जो थोड़ी मरम्मत से चालू हो सकते हैं. जो अधिक मरम्मत के बाद ही चालू हो सकते हैं, उन्हें सबसे अलग गिने। इन तीनों की तालिकाएँ अलग. -अलग होंगी, जिससे योजना बनाने में आसानी होगी।

धयान रहे, किसी भी हालत में **हर विद्यालय में हर तरह का कम से कम एक प्रावधान, विद्यालय खुलने से पहले, चालू हालत में होना ही होगा** *(यह पर्याप्त तो नहीं, लेकिन न्यूनतम स्वीकार परिस्थिति जरूर मानी जायेगी)*। **इसका अर्थ है कि पानी पीने का एक बिन्दु, हाथ धोने का एक बिन्दु, छात्राओं का एक मूत्रालय और मासिक-धर्म स्वच्छता के प्रावधानों के साथ एक शौचालय, छात्रों का एक मूत्रालय और एक शौचालय अनिवार्यत: क्रियाशील होने ही होंगे.**

अभी क्रियाशील / चालू हालत में प्रावधान		आँगनवाड़ी के लिए* (बच्चों की नामांकित संख्या के आधार पर)	विद्यालय के लिए* (विद्यार्थियों की नामांकित संख्या के आधार पर)
क.	पानी-पीने के कितने बिंदु पर्याप्त हैं?	हर 1-15 बच्चों पर एक बिन्दु	हर 1-50 विद्यार्थियों पर एक बिन्दु
ख.	हाथ-धोने के कितने बिंदु पर्याप्त हैं?	हर 1-15 बच्चों पर एक बिन्दु	हर 1-50 विद्यार्थियों पर एक बिन्दु
ग.	छात्राओं + महिलाओं के कितने मूत्रालय पर्याप्त हैं?	हर 1-15 बालिकाओं पर एक मूत्रालय	हर 1-20 छात्राओं पर एक मूत्रालय
घ.	छात्रों + पुरुषों के कितने मूत्रालय पर्याप्त हैं?	हर 1-15 बालकों पर एक मूत्रालय	हर 1-20 छात्रों पर एक मूत्रालय
ङ.	छात्राओं + महिलाओं के कितने शौचालय पर्याप्त हैं? (मासिक-धर्म स्वच्छता के प्रावधानों के साथ)	हर 1-15 बालिकाओं पर एक शौचालय	हर 1-25 छात्राओं पर एक शौचालय
च.	छात्रों + पुरुषों के कितने शौचालय पर्याप्त हैं?	हर 1-15 बालकों पर एक शौचालय	हर 1-40 छात्रों पर एक शौचालय

** सभी मापदण्ड भवनों के राष्ट्रीय मानक National Building Code 2016, भाग 2 पर आधारित हैं*

www.rajteachers.com

धयान रहे कि यदि प्रावधान पर्याप्त से कम हैं (याने कुल नामांकित बच्चों के संख्या के अनुसार कम हैं), तो तीन विकल्प हैं:

1. एक साथ उतने ही विद्यार्थियों को आने दें, जिनकी संख्या के लिए उपलब्ध प्रावधान पर्याप्त हैं. (उदाहरण के लिए यदि कुल नामांकित (सौ) (150) विद्यार्थी हैं, और कुल दो (2) ही हाथ धोने के बिंदु क्रियाशील / चालू हालत में हैं, तो ऊपर दिए मापदण्ड के अनुसार ये 2 बिन्दु केवल 100 विद्यार्थियों के लिए पर्याप्त हैं। इसलिए जब तक 2 ही बिंदु चालू हैं, केवल अधिकतम 100 विद्यार्थियों को ही एक साथ आने की अनुमति दें. अन्य विद्यार्थी, दूसरी / तीसरी पाली में उससे दिन / अगले दिन आ सकते हैं. यह सुझाव कोविड -19 रोकथाम और नियंत्रण के सन्दर्भ में है.
2. यदि तुरंत मरम्मत से अधिक प्रावधानों की संख्या चालू की जा सकती है, तो इसका उपाय करें - इससे और अधिक विद्यार्थी विद्यालय / आँगनवाड़ी आ सकेंगे।
3. यदि नए प्रावधानों को बनाने के संसाधन उपलब्ध हैं, तो प्रावधानों को पर्याप्त की संख्या में लाने का प्रयास करें।

यहाँ दिए दूसरे और तीसरे विकल्प के लिए इस पुस्तिका का **भाग-III** देखें

7. स्वच्छता का व्यवहार और बुनियादी आदतों के लिए तैयारी और कार्य

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

क. वयस्कों के प्रशिक्षित समूह का गठन और नियमित कार्य (यह विद्यालय में निम्नलिखित को कोविड -19 रोकथाम के लिए नियमित स्वच्छ और संक्रमण-रहित करने में काम करेगा)

i. कमरों और बरामदों के फर्श
ii. फर्नीचर
iii. अलमारी
iv. खिड़की दरवाजे के पल्ले, जाली / जंगला
v. शिक्षण सामग्री, इत्यादि
vi. बिजली का सामन
vii. कम्प्यूटर / प्रिंटर / की-बोर्ड / फोन, इत्यादि
viii. अन्य वस्तुएँ
ix. शौच व्यवस्था
x. हाथ धोने के प्रावधान
xi. पानी-पीने के प्रावधान
xii. रसोई
xiii. मध्यान भोजन खाने की जगह के फर्श / मेज, बेंच, आदि

ख. विद्यार्थियों और शिक्षकों / अन्य वयस्कों के कोविड -19 रोकथाम के लिए विभिन्न गतिविधियों में नियमित / दैनिक सुरक्षा, सहायता और निगरानी रखने के लिए तैयारी और नियमित कार्य

i. विद्यालय आने में
ii. पढने के लिए बैठने में
iii. सामूहिक गतिविधि करने में
iv. वस्तुएँ बांटने में
v. शैक्षिक सामग्री उपयोग में लाने में
vi. पानी-पीने में
vii. खाना खाने में
ix. बर्तन धोने में
x. खेलने में
xi. हाथ धोने के सही तरीके में
xii. छात्रें / पुरुषों द्वारा शौच व्यवस्था उपयोग में लेने में
xiii. छात्रओं / महिलाओं द्वारा शौच व्यवस्था उपयोग में लेने में
xiv. मासिक धर्म के प्रावधान उपयोग में लेने की अवस्था में

ग. प्रशिक्षण, प्रेरणा, सहायता, निगरानी और रखरखाव के लिए तैयारी और नियमित कार्य

वयस्कों और विद्यार्थियों को नयी परिस्थिति के लिए ढालने, व्यवहार और आदतें डालने में मदद के लिए, सावधानियों के लिए प्रशिक्षण, प्रेरणा, सहायता और निगरानी की जरुरत होगी. इसके लिए पहले से मौजूद SMC / SDMC और बाल-संसद की (और जहाँ संभव और जरुरत हो वहां, अधयापिका-मंच, मीना-राजू मंच, गार्गी-मंच, इको-क्लब, इत्यादि की) मदद से यह कार्य पूरा किया जा सकता है। बुनियादी रूप में, यह आवश्यकतायें इस प्रकार हैं:

i. प्रशिक्षण समूह
ii. प्रेरक और सहायता समूह
iii. निगरानी समूह
iv. प्रावधान का प्रदाय, सुचारू रूप से चलने और रखरखाव देखने वाला समूह

III

कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के सतरंगो-धनक के विकल्प

सतरंगो-धनक का आधार

कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के लिए महत्वपूर्ण बिन्दु

सार्वजानिक स्थानों पर कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के लिए निम्नलिखित सावधानियाँ बहुत महत्वपूर्ण हैं:

- बुखार और बीमार होने की स्थिति में घर पर ही रुकना
- मुंह और नाक को हमेशा मास्क से ढँक कर रखना
- मुंह और नाक को हमेशा ढँक कर रखना. खिंची और मुड़ी कोहनी में ढक कर खांसना और छींकना. यदि कागज के रुमाल में खांसा या छींका, तो उसे तुरन्त सुरक्षित ढंग से फेंकना.
- हाथ, साबुन और पानी से कम से कम 20 सेकेंड बार-बार धोना
- छूई जाने वाली सतहों को बार-बार साफ करना। संक्रमित होने की संभावना वाले सभी सतहों / जगहों को बार-बार साबुन-पानी से साफ करना और सोडियम हाईपोक्लोराइट के 0.1% (1000 ppm) घोल / 70-90% अल्कोहल से संक्रमण-मुक्त करना
- एक-दूसरे के बीच 1.8 मीटर / 6 फुट की शारीरिक दूरी बना कर रखना
- मूत्रालय और शौचालय के कक्षों में वायरस अधिक देर तक और ज्यादा प्रभावी रहता है - इसलिए इन जगहों को नियमित रूप से संक्रमण-मुक्त करना, अधिक ज्यादा प्राथमिकता का मुद्दा है.

स्वच्छता और स्वास्थ्य के लिए आँगनवाड़ियों / विद्यालयों में चुनौतियाँ - कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के सन्दर्भ में

कुछ खास चुनौतियाँ:

i. पानी की बढ़ी हुई जरूरत
ii. धोने के साबुन, संक्रमण-मुक्त करने के रसायन और उपकरण की बढ़ी हुई जरूरत
iii. परिस्थिति और जरूरत के अनुकूल बदलाव की बढ़ी हुई जरूरत - स्वच्छता और स्वास्थ्य के - पानी, हाथ धोने, मूत्र और शौच के प्रावधानों में
iv. शारीरिक दूरी के कारण जगह की बढ़ी हुई जरूरत
v. संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के लिए लोगों और सामग्री के संसाधनों की बढ़ी हुई जरूरत
vi. कक्षा की गतिविधियों में नयी चुनौतियाँ
vii. परिस्थितियों की विभिन्नता

कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण में आँगनवाड़ियों और विद्यालयों के सन्दर्भ में वर्तमान अनुसंधान से बन रही समझ*

कोविड -19 रोकथाम और नियंत्रण के वर्तमान अनुसंधानों में विभिन्न तरह के साक्ष्य हमारे आँगनवाड़ी और विद्यालयों के लिए व्यवहारिक उपाय और निदान तैयार करने में सामने आ रहे हैं - जो मददगार होंगे. ये निम्नलिखित हैं:

i. कोरोना वायरस चिकनी सतहों जैसे, स्टील, प्लास्टिक, आदि पर 72 घंटे तक जीवंत रहता है - जबकि छेददार / रेशे वाले वाली सतहें जैसे, कागज, गत्ते, लकड़ी पर 4 से 24 घंटे तक। उदाहरण के लिए, लैमिनेट वाले फर्नीचर और दरवाजे की पकड़ और चिटकनी पर यह, इस कारण से लम्बे समय तक संक्रामक रह सकता है.
ii. कोरोना वायरस किसी भी सतह पर सूर्य की धूप में पराबैंगनी किरणों में 15 मिनट से भी कम समय में अप्रभावशाली हो जाता है.
iii. कोरोना वायरस संक्रमण की संभावना अन्दर की जगहों (जैसे, कमरे, बंद शौचालयों) में, बाहर की खुली जगहों (जैसे, आँगन, मैदान) की तुलना में 18 गुना अधिक है. बाहर धूप, ताजी हवा और बेहतर वातायन के कारण संक्रमण की संभावना कम हो जाती है.
iv. अन्दर की जगहों और वहाँ लगे सामान, जिन्हें बार-बार छुआ जाता हो, इनकी बार-बार बहुत अच्छे से सफाई और संक्रमण-मुक्त करने की जरुरत होगी, वहीं बाहर की जगहों की इतनी सफाई और संक्रमण-मुक्त करने की जरुरत नहीं है. इसका कारण उन खुली जगहों के लिए ज्यादा सही है, जो धूप में 10 बजे सुबह से 5 बजे शाम तक हों - क्योंकि इस समय में पराबैंगनी किरणों की सघनता अधिकतम होती है.

स्वच्छता और स्वास्थ्य के लिए आँगनवाड़ियों / विद्यालयों में संभावनाएँ - कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के सन्दर्भ में

कुछ खास संभावनाएँ :

i. बहुत विद्यालयों के पास पर्याप्त / जरुरत से अधिक कक्षा-कक्ष के आधारभूत प्रावधान हैं.
ii. बहुत विद्यालयों के पास पर्याप्त खुली जगह / जमीन उपलब्ध है
iii. स्वच्छता और स्वास्थ्य के प्रावधानों जैसे, पानी-पीने, हाथ-धोने, मूत्र और शौच की स्वच्छता, संक्रमण-मुक्त करने, रख-रखाव या बेहतर बनाने के लिए जो श्रम की आवश्यकता है, वह अब सरकार के तरफ से मनरेगा के माध्यम से पूरी की जा सकती है। 2 अक्टूबर 2020 से भारत सरकार ने सभी राज्यों के साथ 100 दिन में सभी विद्यालयों और आँगनवाड़ियों में पेयजल पहुँचाने की मुहीम शुरू की है
iv. राजस्थान में तो धूप काफी ही उपलब्ध है - आँगनवाड़ी और विद्यालय के समय में धूप में पराबैंगनी किरणों का घनत्व अधिकतम होता है
v. सांस्कृतिक तौर पर, आँगनवाड़ी और विद्यालयों में आमतौर पर बच्चे फर्श पर भी बैठते हैं - केवल कुर्सी मेज पर ही नहीं
vi. पारंपरिक तौर पर, पानी बचाने का विवेक समाज में है. इसके कारण, ऐसे कई तरीके समाज में हैं - जो बिना पानी के उपयोग के भी, स्वच्छता सुनिश्चित कराते हैं.

** यहाँ दी गयी जानकारी, इस पुस्तिका के तैयार होते समय उपलब्ध अनुसन्धान के आधार पर है. हालाँकि, कोविड-19 पर हर दिन नए अनुसन्धान हो रहे हैं. इसलिए, इसके लेखक, नए अनुसन्धान के कारण बदली हुई जानकारी की जिम्मेदारी नहीं ले सकेंगे.*

www.rajteachers.com

मार्ग-दर्शक सिद्धाँत

पिछले पृष्ठ में दिये गये ये चारों तत्व - महत्वपूर्ण बिन्दु, चुनौतियाँ, संभावनाऐं और अनुसंधान - विकल्पों के मार्ग-दर्शक सिद्धाँत तैयार करने में मदद करते हैं:

कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के लिए महत्वपूर्ण बिन्दु

स्वच्छता और स्वास्थ्य के लिए आँगनवाड़ियों / विद्यालयों में चुनौतियाँ - कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के सन्दर्भ में

मार्गदर्शक सिद्धांत और परिसर तैयार करने के विकल्प

स्वच्छता और स्वास्थ्य के लिए आँगनवाड़ियों / विद्यालयों में संभावनाएँ - कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के सन्दर्भ में

कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण में आँगनवाड़ियों और विद्यालयों के सन्दर्भ में वर्तमान अनुसंधान से बन रही समझ

कोविड-19 से सुरक्षा के विकल्पों के लिए मार्गदर्शक सिद्धाँत

आँगनवाड़ी और विद्यालयों में सबकी सुरक्षा के लिए मौजूदा चुनौतियों, संभावनाओं और कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण पर हो रहे अनुसन्धान के आधार पर उभर रहे मार्गदर्शक सिद्धांत :

i. श्वास-तहजीब / शिष्टाचार और मुँह-नाक ढकने वाला मास्क अति-आवश्यक है

ii. 1.8 मीटर / 6 फुट की शारीरिक दूरी बना कर रखना आवश्यक है

iii. जहाँ तक संभव हो, सतहों और शरीर को कम से कम छूना

iv. जहाँ तक संभव हो, (कम से कम पानी, साबुन, संक्रामण-मुक्त करने के रसायन और स्वच्छता, श्रम आदि की ज़रूरत के लिए), छूने योग्य सतहों को ही करना

v. जहाँ तक संभव हो, प्राकृतिक तरीकों के उपयोग से संक्रमण-मुक्त करना (जैसे धूप)

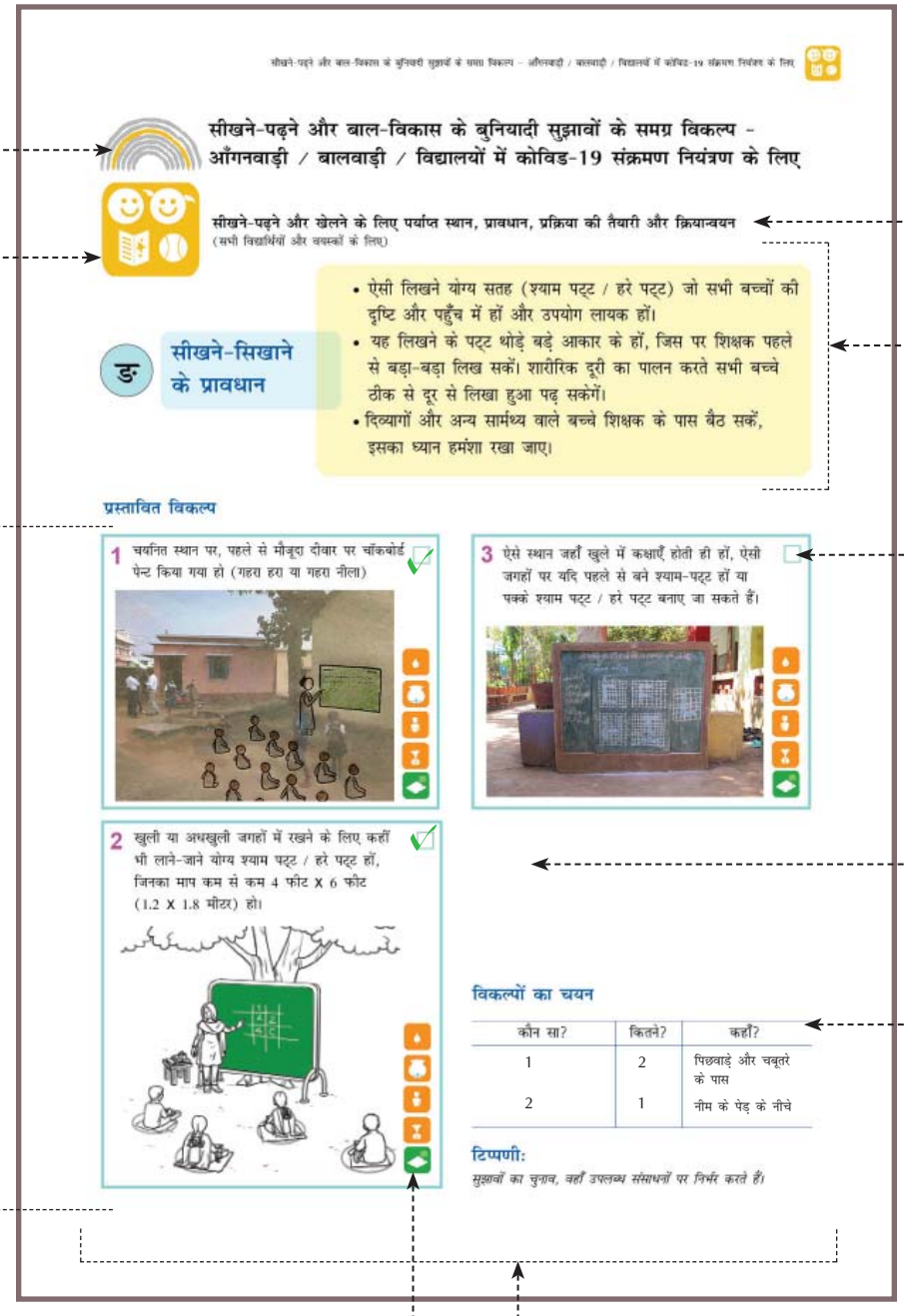
vi. अन्दर की जगहों, जैसे - कमरे, शौच और मूत्र व्यवस्था, रसोई - इनके वातायन को तुरंत बेहतर बनाना - जिससे इनमें संक्रमण की आशंका कम हो सके

vii. हाथ धोने की व्यवस्था, पानी को लाने और भण्डारण की व्यवस्था को, जरूरत अनुसार बढ़ाना

vii. नियमित स्वच्छता, संक्रमण-मुक्त करने के लिए वैकल्पिक लोगों की मदद की व्यवस्था करना

विकल्पों का चुनाव कैसे करें?

आगे जो विकल्प दिये गये हैं, वे सभी किसी न किसी सूचक को सुरक्षित बनाने में विद्यालय परिसर में व्यवहार में लिये जा सकते हैं। चूँकि हर परिसर के लिए उपलब्ध संसाधन, वहाँ की परिस्थिति और आवश्यकता भिन्न हो सकती हैं, इसलिए एक से अधिक विकल्प दिये गये हैं। हर विकल्प का चित्र और विवरण दिया गया है।



सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

सीखने-सिखाने के प्रावधान

- ऐसी लिखने योग्य सतह (श्याम पट्ट / हरे पट्ट) जो सभी बच्चों की दृष्टि और पहुँच में हों और उपयोग लायक हों।
- यह लिखने के पट्ट थोड़े बड़े आकार के हों, जिस पर शिक्षक पहले से बड़ा-बड़ा लिख सकें। शारीरिक दूरी का पालन करते सभी बच्चे ठीक से दूर से लिखा हुआ पढ़ सकेंगें।
- दिव्यागों और अन्य सामर्थ्य वाले बच्चे शिक्षक के पास बैठ सकें, इसका ध्यान हमेशा रखा जाए।

प्रस्तावित विकल्प

1 चयनित स्थान पर, पहले से मौजूदा दीवार पर चॉकबोर्ड पेन्ट किया गया हो (गहरा हरा या गहरा नीला)

2 खुली या अधखुली जगहों में रखने के लिए कहीं भी लाने-जाने योग्य श्याम पट्ट / हरे पट्ट हों, जिनका माप कम से कम 4 फीट X 6 फीट (1.2 X 1.8 मीटर) हो।

3 ऐसे स्थान जहाँ खुले में कक्षाएँ होती ही हों, ऐसी जगहों पर यदि पहले से बने श्याम-पट्ट हों या पक्के श्याम पट्ट / हरे पट्ट बनाए जा सकते हैं।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?
1	2	पिछवाड़े और चबूतरे के पास
2	1	नीम के पेड़ के नीचे

टिप्पणी:
सुझावों का चुनाव, वहाँ उपलब्ध संसाधनों पर निर्भर करते हैं।

सतरँगों-धनक का रंग

सूचक का चिन्ह

सूचक का नाम

मुद्दों का विवरण

जो भी प्रस्तावित विकल्प आँगनवाड़ी / विद्यालय के लिए व्यवहारिक हो उसको चिन्हित करने की रिक्त जगह

प्रस्तावित विकल्प चित्रों के साथ का विवरण

मुख्य बिन्दु, जिसका ध्यान देना होगा

ऊपर दर्शाये गये सभी प्रस्तावित विकल्पों में से जो भी करना व्यवहारिक हो, उसकी चयन सूची।

उपलब्ध संसाधनों का चिन्ह। कम / मध्यम / पर्याप्त यह चिन्ह दर्शाता है कि दिया गया विकल्प किस संसाधनों की परिस्थिति के लिए उपयुक्त होगा (इसका विवरण अगले पृष्ठ पर दिया गया है)

ध्यान रहे कि सभी विकल्पों का क्रम कम से कम पानी और संसाधनों की ज़रूरत से बढ़ती हुई ज़रूरत में रखा गया है।

उपलब्ध संसाधनों के चिन्ह समझना

इस पुस्तिका के अगले भाग में दिये गए सतरंगों-धनक के सभी विकल्प हमारी आँगनवाड़ियों और विद्यालयों की भिन्न परिस्थितियों के संदर्भ में भी तैयार किए गए हैं। हर आँगनवाड़ी और विद्यालय पानी, स्वच्छता, स्वास्थ्य की सुविधाओं, दूसरे संसाधनों, स्थान, जगह और लोगों की भिन्न उपलब्धता के कारण, अनूठी परिस्थिति में है। कहीं ये जितनी जरूरत है, उससे **कम** उपलब्ध होंगे, कहीं **मध्यम** और कहीं **पर्याप्त** होंगे। जैसे कहीं पानी की कम और कहीं पर्याप्त उपलब्धता हो सकती है। साथ ही, समय के साथ ये बदलते भी रह सकते हैं - जैसे आज कम तो आगे के समय में, अनेक प्रयासों से ये पर्याप्त भी हो सकते हैं।

अत:, एक ही तरह का विकल्प, सभी परीथितियों के लिए उपयुक्त नहीं हो सकता। आगे दिये विकल्प, इन भिन्न परिस्थितियों और उनके बदलते स्वरूप को ध्यान में रख कर तैयार किए गए हैं। चूँकी कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण में पानी, स्वच्छता, स्वास्थ्य की प्रमुख भूमिका है, इसलिए इन विकल्पों को इस दृष्टि से खास तौर पर देखा गया है।

यहाँ संकेत चिन्हों के माध्यम से पानी, स्वच्छता, स्वास्थ्य और इसकी सुविधाओं को दर्शाया गया है:

पानी | **पानी, स्वच्छता, स्वास्थ्य सुविधाएँ** | **स्वच्छता**

जैसे कि पहले बताया गया, संसाधनों की जरुरत या उपलब्धता के संकेत चिन्ह हैं, जो नीचे दी गई तालिका में स्पष्ट हो जाएंगे:

संसाधन	ज़रूरत और उपलब्धता				
	ज़रूरत नहीं	न्यूनतम	मध्यम	पर्याप्त	सभी परिस्थितियों में अनिवार्य
पानी	-				*
पानी, स्वच्छता, स्वास्थ्य सुविधाएँ	-				
स्वच्छता	-				
पानी की उपलब्धता	-				
पानी, स्वच्छता और स्वास्थ्य की मूलभूत सुविधाएँ	-				
खुली जगह	-				
मदद के लिए अतिरिक्त लोग					
अतिरिक्त लागत राशि					

आगे दिए गए विकल्पों को कम से कम पानी और दूसरे संसाधनों से, बढ़ती संसाधनों की जरूरत / उपलब्धता के क्रम में रखा गया है, जिससे उनके चयन में आसानी हो। जरूरत के अनुसार, विकल्पों के साथ ही उन्हें तैयार करने और उनके क्रियान्वयन में इस तालिका के जो संसाधन लग सकते, उन्हें मार्गदर्शिका के रूप में दर्शाया गया है। इससे उपयुक्त विकल्पों का चयन करने में मदद मिलेगी।

विकल्पों के चयन करने के पहले अच्छा यही होगा कि सभी दर्शाये गए विकल्प एक बार देख लें। फिर विश्लेषित करके यह तय कर लें कि कौन-कौन से विकल्प अपनी आँगनवाड़ी और विद्यालय के परिस्थिति के अनुकूल और उपयुक्त हैं। एक ही आँगनवाड़ी और विद्यालय में, परिस्थिति के अनुसार एक से अधिक विकल्पों का चयन किया जा सकता है। इसे दर्ज कर लें। इससे योजना बनाने में मदद मिलेगी।

ध्यान रहे:

- *जो कुछ 'न्यूनतम' में हो सकता है, वह 'मध्यम' और पर्याप्त में तो हो ही सकता है.*
- *जो कुछ मध्यम में हो सकता है, वह भी 'पर्याप्त' में हो सकता है - लेकिन 'न्यूनतम' में शायद संभव न हो.*
- *जो 'पर्याप्त' में संभव है, वह 'न्यूनतम' और 'मध्यम' में शायद संभव न हो.*

www.rajteachers.com

कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के सतरंगों के विकल्प

कोविड-19 से संक्रमण-मुक्त विद्यालय का परिसर; परिसर की बुनियादी स्वच्छता और जरूरी मरम्मत; समुदाय में विश्वास तैयार करना

क **संक्रमण-मुक्त परिसर, बुनियादी स्वच्छता और ज़रूरी मरम्मत, समुदाय में विश्वास तैयार करना**

- संक्रमण-मुक्त परिसर हर दिन तैयार करना होगा। संक्रमण-मुक्त बनाने के लिए दो चरण में कार्य हर दिन करना होगा।
  - बुनियादी साफ-सफाई और साबुन के पानी से पोछना / धोना (सभी सतहें जैसे फर्श, फर्नीचर, खिड़की-दरवाज़े, अलमारी, पढ़ाने की सामग्री जैसे चार्ट, आदि।)
  - कमरों, शौचालयों, मूत्रालयों में संक्रमण-मुक्त घोल से छिड़काव (उन सभी सतहों पर जहाँ संभव है) बुनियादी स्वच्छता के बिना केवल घोल का छिड़काव संक्रमण-मुक्त नहीं कर सकेगा।
  - जिन स्थानों पर सीधी धूप पड़ती है वहाँ बुनियादी साफ-सफाई ही पर्याप्त होगी क्योंकि धूप की पराबैगंनी किरण आधे घण्टे के अन्दर ही सतह को संक्रमण-मुक्त बना देगी।
- शौच-व्यवस्था की मरम्मत
- टूटे-फूटे फर्श, खिड़की-दरवाज़े, रोशनदानों की मरम्मत
- पानी के स्त्रोत और पानी के भण्डारण की तुरन्त मरम्मत
- पानी में विशवास तैयार करने के लिए विद्यार्थियों के अभिभावकों से उनके घर पर (फोन या वहाँ जाकर) सम्पर्क करना होगा।

संक्रमण-मुक्त परिसर ☐	बुनियादी स्वच्छता और ज़रूरी मरम्मत ☐	समुदाय में विश्वास ☐
संक्रमण-मुक्त घोल बनाने के लिए ताज़े बने 1% सोडियम हाइपोक्लोराइट (Sodium Hypochlorite) के घोल से इन सभी जगहों - सतहों को संक्रमण-मुक्त करने के लिए साफ करना होगा। • मुख्य प्रवेश द्वार ☐ • उपयोग लायक सभी कक्षा-कक्ष, भण्डार-कक्ष, प्रधानाध्यापक कक्ष, पुस्तकालय, कार्यालय, हॉल, इत्यादि - खिड़की, दरवाज़े, अलमारी समेत ☐ • रसोई, भण्डार, खाना परोसने की जगहें - खिड़की, दरवाज़े, अलमारी समेत ☐ • सभी शौचालय, मूत्रालय - खिड़की, दरवाज़े, अलमारी समेत ☐ • पानी-पीने, हाथ धोने की जगहें ☐ • सभी बरामदे और आँगन ☐ *	• सम्पूर्ण परिसर को कचरा फेकनें और मास्क फेकनें से सम्पूर्ण इंतज़ाम ☐ • पानी के स्त्रोत (हैण्डपम्प, छत से पानी संग्रहरण के पाइप आदि की मरम्मत ☐ • पानी भण्डारण की मरम्मत (टंके, टंकी आदि) ☐ • मूत्रालय और शौचालय में पानी, वातायन, निस्तारण को चालू करने के लिए मरम्मत ☐ *	i. समुदाय तक कोविड-19 रोकथाम की समझ पहुँचाना • कोविड क्या है? ☐ • यह कैसे फैलता है? ☐ • इसे फैलने से नियंत्रित करने के लिए, कैसे रोक सकते हैं? ☐ ii. विद्यार्थियों के अभिभावकों और परिवार में डर दूर करना • विद्यालय विद्यार्थियों की सुरक्षा के लिए इंतजाम कर रहा है? ☐ • अभिभावकों से इसमें क्या अपेक्षा है? ☐ • विद्यार्थियों को इस परिस्थिति के लिए कैसे तैयार करना है? ☐ *

श्वास सम्बन्धी स्वच्छता और प्रावधान की तैयारी और क्रियान्वयन

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

ख **श्वास सम्बन्धी स्वच्छता की तैयारी और सावधानियाँ**

i. बुखार, सर्दी खांसी में घर पर ही रुकना

ii. जहाँ उपलब्ध है, वहां थर्मल गन (thermal gun) के उपयोग से हर बच्चे / व्यस्क का ताप मापना। यह 98.4° से अधिक न हो।

iii. विद्यालय में हमेशा ख्याल रखना:

- प्रवेश के समय और कुछ भी खाने के पहले हाथ साबुन से 20 सेकंड तक धोना
- तीन परतों वाले मास्क से मुंह और नाक ढकना
- छींकने और खांसने का सही तरीका अपनाना
- मास्क नहीं उतरना
- मास्क, मुंह और नाक, और शरीर के अन्य अंग नहीं छूना
- मास्क अदला-बदली नहीं करना।
- दूसरी सतहों को न छूना
- हर गतिविधि में, हमेशा 1.8 मीटर (6 फुट) की शारीरिक दूरी बना कर रखना

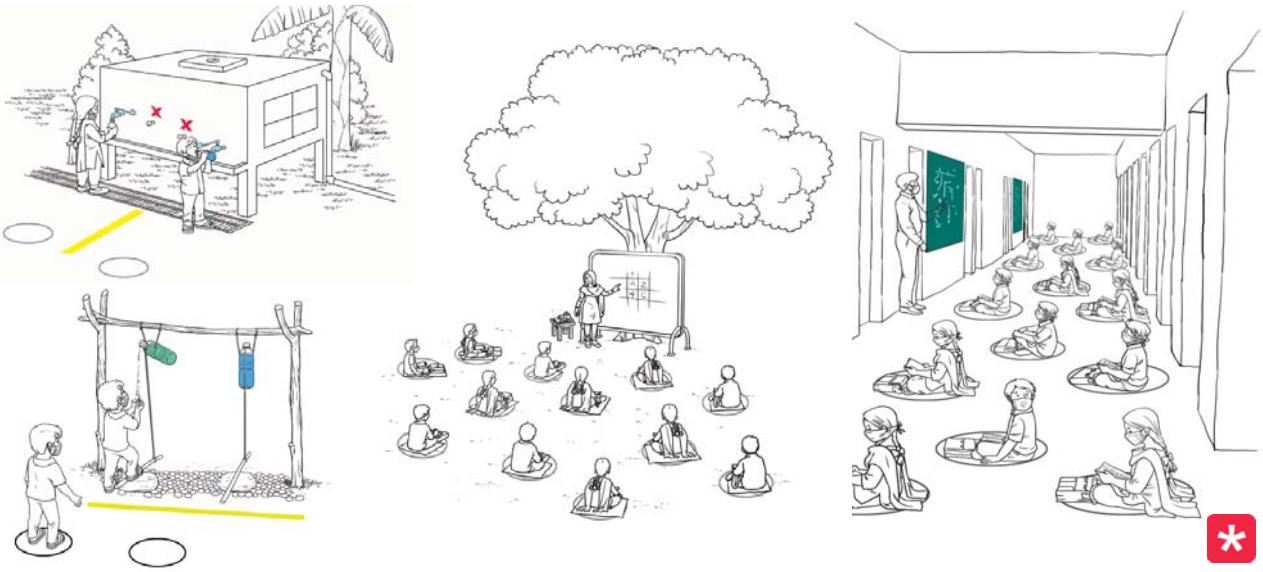
iv. मास्क पहिनने, उतारने और पुन:उपयोग / फेंकने का सही तरीका

v. 1.8 मीटर (6 फुट)की शारीरिक दूरी बना कर रखने की निशानदेही का पालन करना

प्रस्तावित विकल्प

1 **श्वास सम्बन्धी तैयारी** - जिन विद्यार्थियों के पास मास्क नहीं है, उन्हें विद्यालय द्वारा प्रवेश के निकट ही मास्क उपलब्ध करवाना

2 समूह में साथ होने होने के सभी जगहों में शारीरिक दूरी बना कर रखने की निशानदेही करना - प्रवेश के पास, पानी पीने, हाथ धोने, शौच के व्यवस्था के आस-पास, बरामदे, उपयोग लायक कक्षा-कक्ष, इत्यादि



टिप्पणी: *यह बहुत आवश्यक होगा कि विद्यालय के शिक्षक पहले से श्वास सम्बन्धी सभी स्वच्छता की सावधानियों के बारे में बच्चों के अभिभावकों से पहले ही संवाद करें। इससे अभिभावक और विद्यार्थी इन सावधानियों के प्रति सजग और तैयार हो सकेंगे।*

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

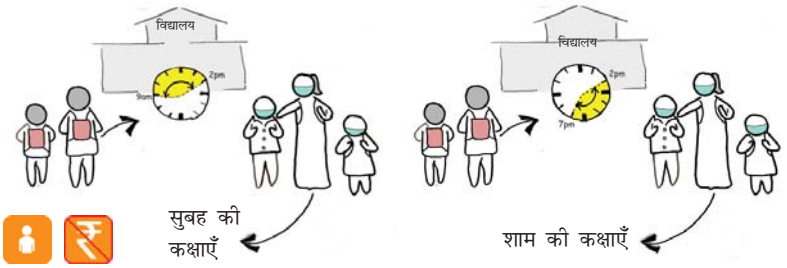
ग

संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के लिए सीखने-पढ़ने के लिए अनुकूल स्थान, एक दूसरे से शारीरिक दूरी का ध्यान रखते हुए

- यहाँ दर्शाये / दिखाए गए सभी खुले /अधखुले स्थानों के विकल्प, मौसम / वातावरण की व्यवहारिकता को ध्यान में रखते हुए हैं।
- खुली जगहें / स्थान धूप, उसकी पैराबैगंनी किरणों और अच्छे वातायन से कुदरती तौर पर संक्रमण-मुक्त हो जाती हैं - खासतौर पर दिन के समय, जब आँगनवाड़ी / विद्यालय खुले हों। ऐसे में पानी और संक्रमण के रोकथाम के रसायनों का इस्तेमाल बहुत कम या न के बराबर होगा।
- इससे विद्यालय प्रशासन पर संसाधनों को खरीदने और साफ़-सफ़ाई करने के लिए लोगों की उपलब्धता का बोझ कम पड़ेगा।
- चुनी गई खुली जगहें, सभी बच्चों के लिए सुरक्षित और सुलभ होनी चाहिए।

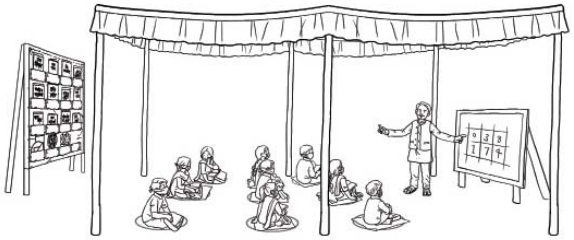
प्रस्तावित विकल्प

1 अलग-अलग कक्षाओं के दिनों में और समय में परिवर्तन किया जा सकता है, जिससे यह अलग-अलग पालियों में ही संचालित हों

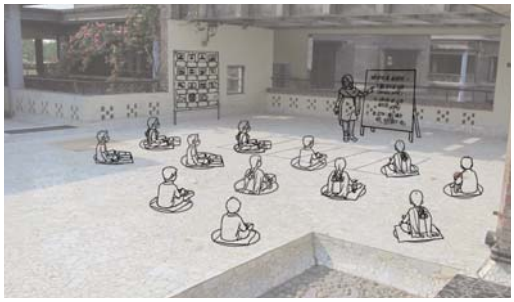


2 सुरक्षित और छायादार खुली जगहें - जैसे पेड़ के नीचे, जाफ़री के नीचे, आँगन, आदि। जगह का चयन ऐसा हो कि सर्दियों में धूप आए, पर आँखों में धूप की चौंध न पड़े।

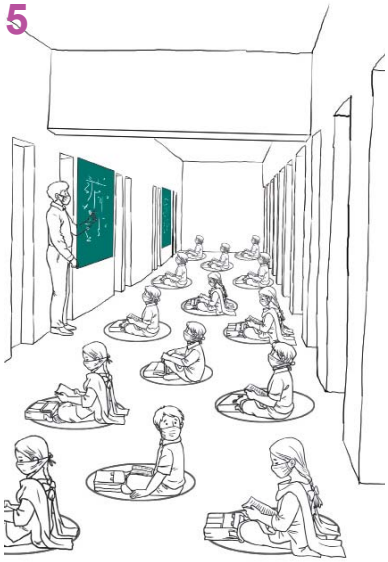
3 सुरक्षित खुली जगहें, जहाँ छाया के लिए जरूरत के अनुसार शामियाना / टैन्ट लगाया जा सके। ध्यान रहे कि यह इस प्रकार हो कि धूप की चौंध आँखों में सीधी न पड़े।



4 आसानी से पहुँचने वाली, सुरक्षित छतें। ऐसे बैठना कि धूप की चौंध आँखों में सीधी न पड़े।



5



जहाँ बरामदे चौड़े हों और उसमें धूप आती हो, वहाँ ऐसे बैठना कि शारीरिक दूरी के नियम के अनुसार, कक्षा ठीक से चल सके। ध्यान रहे कि शिक्षकों को घूमते भी रहना होगा।

6 एक बड़ा कमरा / हॉल (अगर उपलब्ध हो और उसका वातायन अच्छा हो) इस्तेमाल में लाया जा सकता है। उसे कक्षा की तरह भी इस्तेमाल में लाया जा सकता है, अगर बच्चों की संख्या के अनुरूप हो और सफाई / संक्रमण-मुक्त करने के लिए पानी / रसायन और अन्य संसाधन पर्याप्त हों।

7 जहाँ पहले से बने कक्षा-कक्ष अच्छे प्राकृतिक वातायन और रोशनीयुक्त हों और कम बच्चे नामाँकित हों, वहाँ शारीरिक दूरी के नियम के अनुसार कक्षा चल सकती है।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी:

*बच्चों के आने के पहले, सभी अन्दर की और अधखुली जगहों (जैसे बरामदे, छतरी, मण्डप, आदि) को रोज़, नियमित रूप से साफ़ और निसंक्रमित करना होगा। पूरे राज्य के अलग-अलग इलाकों की खुली जगहों के उपयोग के निर्णय से पहले वहाँ औसत मौसमी जानकारी (रेत के अंधड़, आँधी, इत्यादि) के लिए **परिशिष्ट-ग** देखें। यदि विद्यालय एक से अधिक पाली में चलेगें, तो शिक्षकों को विद्यालय में ज़्यादा औसत समय देना पड़ सकता है - जिसका ध्यान रखना होगा और समुचित व्यवस्था रखनी होगी।*

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

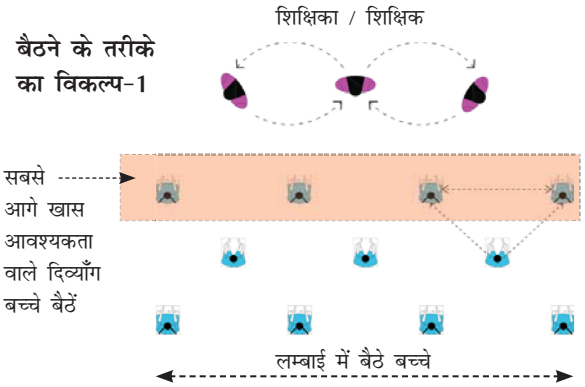
सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

घ

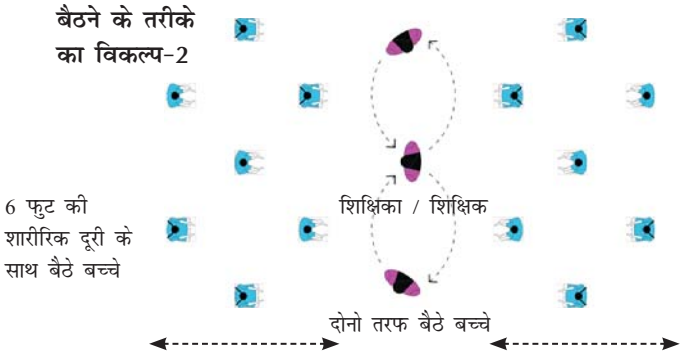
शारीरिक दूरी और खुली, बड़ी जगहों को ध्यान में रखते हुए, हर बच्चे तक शिक्षक की आवाज़ पहुँचे, इसकी आवश्यकता है।

- सभी बच्चे एक दूसरे से पर्याप्त दूरी बनाए रखते हुए, लम्बाई में इस तरह बैठें कि आखिरी पक्ति की दूरी भी शिक्षक के ज़्यादा दूर न हो।
- शिक्षक पढ़ाते समय चलते-फिरते रहेंगे तो सभी बच्चे ठीक से उनको और वे सभी बच्चों को ठीक से सुन / देख पाँएगे।

बैठने के तरीके का विकल्प-1



बैठने के तरीके का विकल्प-2



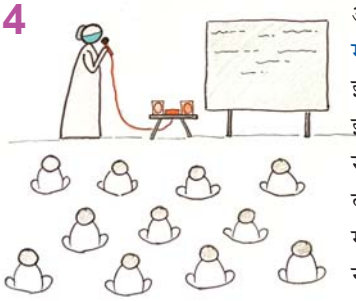
प्रस्तावित विकल्प

1 पढ़ाने के लिए ऐसी जगह का इस्तेमाल किया जाए जहाँ शिक्षक के पीछे एक ऊँची दीवार हो (जैसे विद्यालय भवन की दीवार) इससे शिक्षक की आवाज़ को बल मिलेगा (पीछे दीवार से आवाज़ टकराकर तेज़ और प्रबल सुनाई देती है) और सभी बच्चे ठीक से सुन पाएगें।

2 किसी मोटे कागज़ या प्लास्टिक की शीट को कोन / शंकु आकृति में मोड़कर भी एक भोंपू बनाया जा सकता है।

3 बाज़ार में मिलने वाले बैटरी से सचांलित, कहीं भी ले जाने योग्य मेगाफोन इस्तेमाल में लाए जा सकते हैं।

4



अगर विद्यालय में माइक-स्पीकर वाला इंतज़ाम हो तो उसे इस्तेमाल किया जा सकता है। ध्यान रहे कि दूसरी कक्षाओं में हो रही गतिविधियाँ इससे बाधित न हों।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी: *हर इस्तेमाल से पहले, आवाज़ के विस्तार के लिए उपयोग में लाए जाने वाला कोई भी यंत्र, पूर्ण रूप से संक्रमण-मुक्त होना चाहिए।*

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

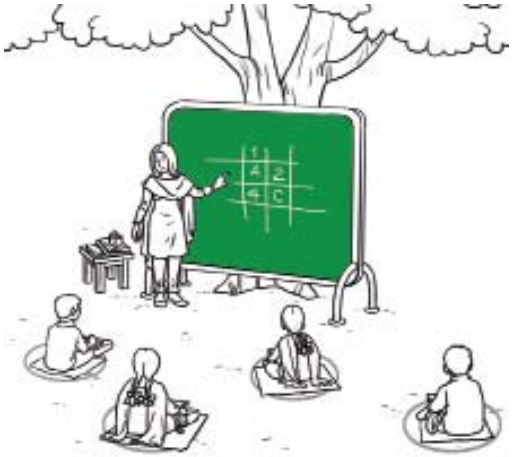
ङ. सीखने-सिखाने के प्रावधान

- ऐसी लिखने योग्य सतह (श्याम पट्ट / हरे पट्ट) जो सभी बच्चों की दृष्टि और पहुँच में हों और उपयोग लायक हों।
- यह लिखने के पट्ट थोड़े बड़े आकार के हों, जिस पर शिक्षक पहले से बड़ा-बड़ा लिख सकें। शारीरिक दूरी का पालन करते सभी बच्चे ठीक से दूर से लिखा हुआ पढ़ सकेगें।
- दिव्यागों और अन्य सामर्थ्य वाले बच्चे शिक्षक के पास बैठ सकें, इसका ध्यान हमंशा रखा जाए।

प्रस्तावित विकल्प

1 चयनित स्थान पर, पहले से मौजूदा दीवार पर चॉकबोर्ड पेन्ट किया गया हो (गहरा हरा या गहरा नीला) ☐

2 खुली या अधखुली जगहों में रखने के लिए कहीं भी लाने-जाने योग्य श्याम पट्ट / हरे पट्ट हों, जिनका माप कम से कम 4 फीट x 6 फीट (1.2 x 1.8 मीटर) हो। ☐



3 ऐसे स्थान जहाँ खुले में कक्षाएँ होती ही हों, ऐसी जगहों पर यदि पहले से बने श्याम-पट्ट हों या पक्के श्याम पट्ट / हरे पट्ट बनाए जा सकते हैं। ☐

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी:

सुझावों का चुनाव, वहाँ उपलब्ध संसाधनों पर निर्भर करते हैं।

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

च बैठने के प्रावधान

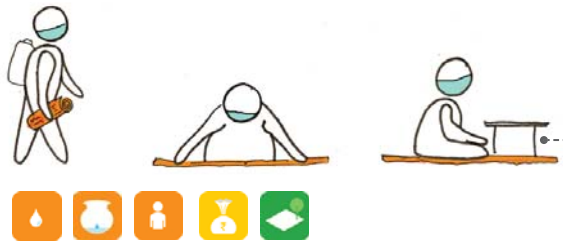
- अनुसंधानों से ऐसे प्रमाण मिलें हैं जिससे यह पता चलता है कि कोविड-19 के वायरस संक्रमण छेददार सतहों और प्राकृतिक गैर-कृत्रिम सतहों पर 3-4 घण्टों बाद अपना प्रभाव खो देते हैं।
- बहुत चिकने सतह पर कोविड-19 के वायरस 2-3 दिनों तक प्रभावी रह सकते हैं, इसलिए बहुत ही चिकने और समतल सतहों वाले फर्नीचरों को कुछ समय तक उपयोग में नहीं लाना चाहिए (और सम्भव हो तो इनको अलग और बन्द करके रखा जा सकता है)।
- इसलिए प्राकृतिक रेशा-युक्त सतहें जैसे - अखबारी कागज़, गत्ता, सण का बोरा, आदि बैठने के लिए उपयोग में लाये जा सकते हैं।

प्रस्तावित विकल्प

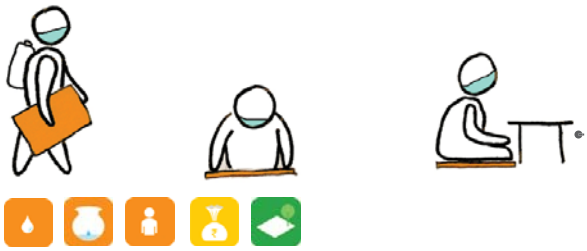
1 जहाँ हो सके, वहाँ ज़मीन पर ही बैठें। फर्नीचर का उपयोग घटाएँ।

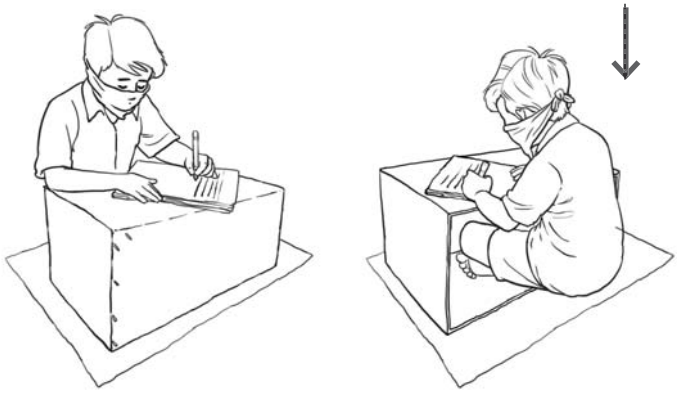
2 सभी बच्चे केवल अपने स्वंय इस्तेमाल के लिए अपने घरों से जूट की बनी छोटी चटाई या कोई भी गैर-कृत्रिम कपड़े से बनी चटाई ला सकते हैं। ज़रूरत के अनुसार यह विद्यालय प्रशासन द्वारा भी बाँटें जा सकते हैं। इन्हें खुली / अधखुली जगहों में बैठने के लिए उपयोग में लाया जा सकता है।

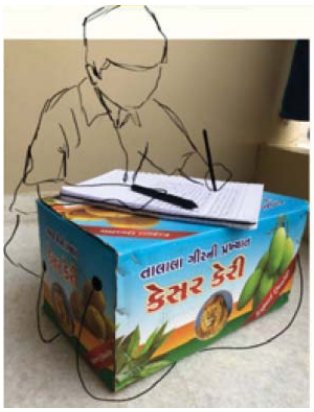
3 पुराने अखबार भी बच्चे अपने घरों से ला सकते हैं जिन पर बैठा जा सके। गत्तों के खोखे / कार्टन से टेबल / चौकी बनाया जा सकता है और उसका भी इस्तेमाल भी उपयुक्त रहेगा।



4 पुराने गत्ते भी बच्चे अपने घरों से ला सकते हैं जिन पर बैठा जा सके। गत्तों के खोखे / कार्टन से बना टेबल / चौकी भी इस्तेमाल में लाया जा सकता है।







गत्तों के खोखे / कार्टन से बने टेबल / चौकी का इस्तेमाल।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी:

सांस्कृतिक रूप से फर्श या ज़मीन पर बैठा जाता ही है, इसलिए ऐसा करना अच्छा होगा। लेकिन फर्श / ज़मीन की रोज़ साफ़-सफाई और संक्रमण-मुक्त करना ज़रूरी होगी क्योंकि वे बार-बार छुई जायेंगी।

www.rajteachers.com

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

छ सामान रखने के प्रावधान

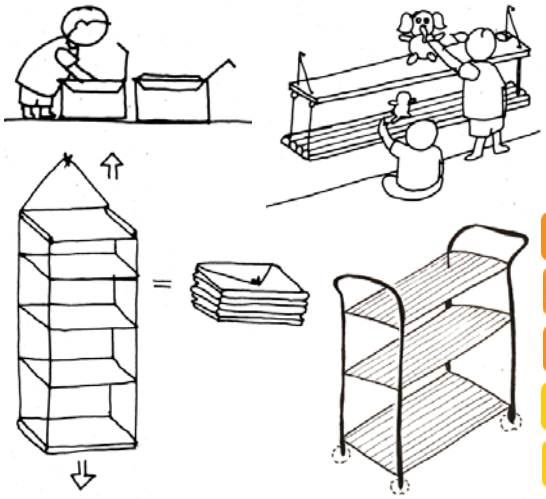
- खुली जगहों में सामान रखने और दर्शाने के अस्थायी प्रावधान हों, जिनके रख-रखाव, साफ़-सफ़ाई और संक्रमण-मुक्त करने में कम समय और संसाधन खर्च हों।
- प्रावधान ऐसे हों जिसे ज़रूरत के अनुसार रोज़ इस्तेमाल के समय बाहर और इस्तेमाल के बाद अन्दर रखा जा सके।

प्रस्तावित विकल्प

1 विद्यालय में टूटे फर्नीचर या ऐसे फर्नीचर जिनकी मरम्मत होनी हो, उनको सामान रखने / दर्शाने के लिए अस्थायी तौर पर इस्तेमाल किया जा सकता है। धूप से ये और खराब भी हुए तो संसाधनों पर कोई खास अंतर नहीं पड़ेगा।

2 खुली / अधखुली जगहों में जूट / बाँस / कपड़े से बने सामान रखने का इस तरह का थैला बनाया और लटकाया जा सकता है।

3 गतिविधि की जगहों के पास आसानी से लाने-जाने वाली शैल्फें जिनको बाँस / लकड़ी / लोहे से तैयार किया जा सकता है - वे रखी जा सकती हैं।



4 यदि बाहर सामान रखने / दर्शाने के पहले से बने ही कुछ प्रावधान हों, यदि उन्हें धूप भी लगती हो तो बहुत अच्छा है। यदि उन पर सीधी धूप नहीं पड़ती हो तो, इन्हें हर दिन साफ़ और संक्रमण-मुक्त करना होगा।

5 अन्दर जहाँ साफ़-सफ़ाई और संक्रमण-मुक्त करने के पर्याप्त साधन हों और कक्षा और कमरों के अन्दर सामान रखने और दर्शाने के प्रावधान हैं, वहाँ ऐसा नियमित करना होगा।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी:

प्राकृतिक रेशे और छेददार सामग्री से बने प्रावधानों को दिन में एक बार सीधी धूप में रखकर संक्रमण-मुक्त करना होगा। यदि यह धुलने योग्य हैं तो सप्ताह में कम से कम एक बार इन्हें साबुन से धोना होगा।

www.rajteachers.com

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

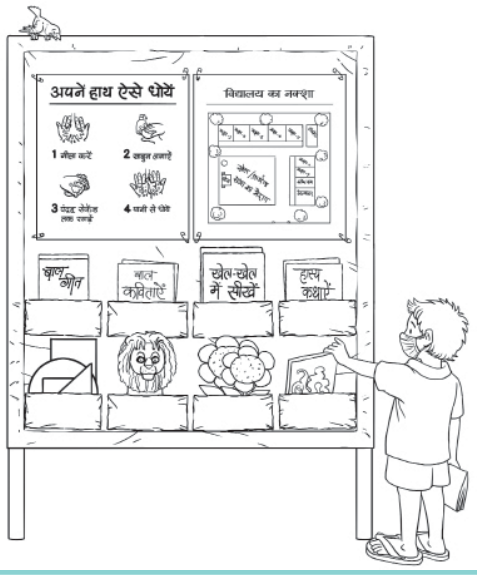
ज सीखने-पढ़ने की सामग्री दर्शाने के प्रावधान

- खुली जगहों में सामान रखने और दर्शाने के अस्थायी प्रावधान हों, जिनके रख-रखाव, साफ़-सफ़ाई और उन्हें संक्रमण-मुक्त करने में कम समय लगे।
- प्रावधान ऐसे हों, जिसे रोज़ इस्तेमाल के समय आसानी से बाहर और इस्तेमाल के बाद अन्दर रखा जा सके।
- अभी फिलहाल बच्चों और व्यस्कों द्वारा आपस में सामग्री को आपस में बाँटना / छूना एकदम स्थगित करना होगा।

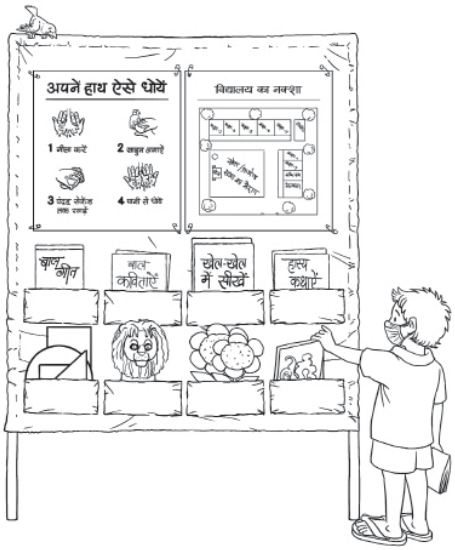
प्रस्तावित विकल्प

1 खुली / अधखुली जगहों में तार या रस्सी बाँध कर, उस पर सीखने-सिखाने में काम में आने वाले चार्ट, चिमटी द्वारा टाँगे जा सकते हैं।

2 बाँस से बने स्टैण्ड जिस पर चार्ट / अन्य सामग्री टाँगी जा सके। इन्हें खुली / अधखुली जगहों में रखा जा सकता है।



3 लोहे के स्टैण्ड जिस पर चार्ट / अन्य सामग्री टाँगी जा सके। इन्हें खुली / अधखुली जगहों में रखा जा सकता है।



विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी:

सामग्री दर्शाने के प्रावधान कुछ खास कक्षाओं के लिए ज़रूरी होगें। दर्शाने के स्टैन्ड की स्वच्छता हर दिन सुनिश्चित करनी होगी।

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

झ किताबें पढ़ने की जगह / पुस्तकालय के प्रावधान

- खुली जगहों में सामान रखने और दर्शाने के अस्थायी प्रावधान हों जिनके रख-रखाव, साफ़-सफ़ाई और उन्हें संक्रमण-मुक्त करने में कम समय लगे।
- प्रावधान ऐसे हों जिसे रोज़ इस्तेमाल के समय आसानी से बाहर और इस्तेमाल के बाद अन्दर रखा जा सके।

प्रस्तावित विकल्प

1 किताबों को किसी सन्दूक में रखकर, उसे किसी भी सुरक्षित छायादार जगह में खोल कर रखा जा सकता है। बच्चे उसमें से किताबें निकाल कर पढ़ने के इस्तेमाल में ला सकते हैं।

2 खुली / अधखुली जगहों में जूट / बाँस / कपड़े से बने सामान रखने का इस तरह का थैला बनाया और लटकाया जा सकता है।

3 खुली / अधखुली छायादार जगहों (जैसे छतरी / मण्डप) में खुले रैक हो सकते हैं, जिस पर किताबें रखी हों, जिसे सभी बच्चे आसानी से इस्तेमाल कर सकें।

टिप्पणी:
ध्यान रहे, किताबें रखने के प्रावधान की नियमित साफ़-सफ़ाई और संक्रमण-मुक्त करना आवश्यक होगा। शारीरिक दूरी के नियम के साथ जहाँ पर्याप्त नियमित साफ़-सफाई और संक्रमण-मुक्त करने के प्रावधान हों, वहाँ कोई कक्ष या अन्दर की जगह भी उपयोग में ली जा सकती है।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

www.rajteachers.com

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

अ सामूहिक गतिविधि

- अनेक सामूहिक गतिविधियों में शारीरिक दूरी के नियम का पालन करना सम्भव नहीं होगा। इसलिए संक्रमण के रोकथाम और नियंत्रण के चलते **सामूहिक गतिविधियों को अभी स्थगित करना होगा।**
- ऐसी सभी गतिविधियों, जिसमें बच्चों की कोई वस्तु / किताब या खाना दूसरे बच्चों से बाँटना हो, **उस पर फिलहाल पाबंदी रहेगी।**

क्या कर सकते हैं? ✓ हाँ

क्या न करें? ✗ नहीं

ऐसी सामूहिक गतिविधियाँ, जिसमें एक दूसरे से शारीरिक दूरी 1.8 मीटर (6 फीट) से कम हो, उन्हें संक्रमण के रोकथाम और नियंत्रण के चलते, **फिलहाल स्थगित कर देना होगा।**

टिप्पणी:

जब कोविड-19 के रोकथाम और नियंत्रण की ज़रूरत नहीं रहेगी, तब सामूहिक गतिविधियाँ फिर चालू हो सकेंगी।

सीखने-पढ़ने और बाल-विकास के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

सीखने-पढ़ने और खेलने के लिए पर्याप्त स्थान, प्रावधान, प्रक्रिया की तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

ट खेल-कूद

- ऐसे खेल जिनमें शारीरिक दूरी के नियम का पालन करना सम्भव नहीं, **उन्हें अभी रोकना होगा।**
- ऐसे खेल जिनमें खेल की कोई वस्तु एक बच्चे से छू-कर दूसरे तक जाने की संभावना हो, वे भी **फिलहाल स्थगित रहेंगी।**

क्या कर सकते हैं? हाँ

क्या न करें? नहीं

ऐसी सामूहिक गतिविधियाँ, जिसमें एक दूसरे से शारीरिक दूरी 1.8 मीटर (6 फीट) से कम हो, उन्हें संक्रमण के रोकथाम और नियंत्रण के चलते, **फिलहाल स्थगित कर देना होगा।** संक्रमण के रोकथाम और नियंत्रण के चलते सभी खेल-कूद सामग्री को दूर सुरक्षित रख दें। कुछ खेलों में अलग-अलग कक्षाओं का खेल-समय आगे-पीछे किया जा सकता है। खेल-सामग्री को बच्चों के उपयोग से पहले संक्रमण-मुक्त करना आवश्यक होगा। बच्चे खेल की सामग्री फिलहाल एक-दूसरे से न बाँटें।

टिप्पणी:

जब कोविड-19 के रोकथाम और नियंत्रण की ज़रूरत नहीं रहेगी, तब खेल-कूद की सामूहिक गतिविधियाँ फिर चालू हो सकेंगी।

www.rajteachers.com

जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के लिए

पीने और अन्य उपयोग के लिए पर्याप्त पानी की समझ, प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

शौच और हाथ धोने के लिए पर्याप्त पानी का प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

ठ

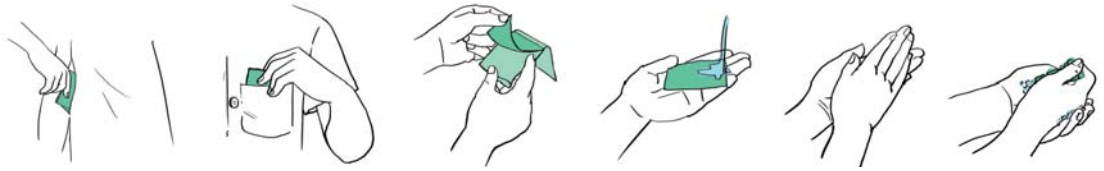
साबुन से हाथ धोना

(सामान्य हाथ धोना व शौचालय / मूत्रालय उपयोग के उपरान्त हाथ धोना)

- ऐसे तरीके, जिसमें हाथ धोने की जगह से शारीरिक संपर्क कम से कम (न्यूनतम) हों और पानी की मात्रा भी कम लगे। हाथ 20 सेकेंड तक साबुन से धोने होगें।
- हाथ सुखाने के लिए उचित होगा कि बच्चे अपना स्वंय इस्तेमाल योग्य रूमाल / तौलिया / नैपकिन लायें या हवा में हाथ हिलाकर हाथ सुखाएँ। एक ही तौलिये से सभी बच्चों के हाथ सुखाना स्वास्थ्यकर ढ़ंग से बिल्कुल उचित नहीं है।
- कुदरती तौर पर संक्रमण के प्रभाव को रोकने या न्यूनतम करने के लिए ज़रूरी होगा, कि हाथ धोने की जगह ऐसी जगह हो, जहाँ धूप आती हों और हवा का प्रवाह रहे। चाहे दिन के कुछ समय के लिए ही हो, पर ऐसा हो ज़रूर।
- अगर ज़रूरत पड़े, तो कुछ अस्थायी हाथ धोने की जगहें विकसित की जा सकती हैं।

प्रस्तावित विकल्प

1



हर बच्चे के पास अपनी व्यक्तिगत, साबुन की कागज़ी पट्टियाँ हों। इस कागज़ी साबुन की पट्टियों के उपयोग से कम पानी में हाथ धोये जा सकते हैं।

2 एक 200-300 मि.ली. की खाली बोतल जिसमें पानी और साबुन का घोल मिला हो, ऐसी बोतल हर बच्चा अपने साथ अपने बैग / जेब में रख सकता है। इससे हर बच्चा अपने हाथों को हर समय साफ़ रख सकता है। पानी-साबुन का घोल विद्यालय भी, ज़रूरत के अनुसार, हर बच्चे को बोतल समेत प्रदान करा सकता है।

3 मुख्य द्वार पर, शौचालयों / मूत्रालयों के पास / चलने-फिरने की जगहों में / खाना खाने की जगह के पास और खेल-कूद के खुले मैदानों में, हाथ धोने का लुढ़क-झरत बोतल हो सकती हैं जो पैर से इस्तेमाल की जा सकें। साबुन भी, तरल हो। पानी और साबुन दोनो ही पैर के इस्तेमाल से ही अलग-अलग हाथों तक पहुँचे।

4 ऐसे नल, जिसमें कम से कम शारीरिक संपर्क हो और पानी भी कम से कम लगे, इस्तेमाल में लाए जा सकते हैं। यहाँ एक नल टँकी / बालटी में लगाया जा सकता है। दूसरा किसी 1-2 लीटर की PET / प्लास्टिक बोतल को औंधा करके कोहनी से पानी निकालने का नल उपाय है।

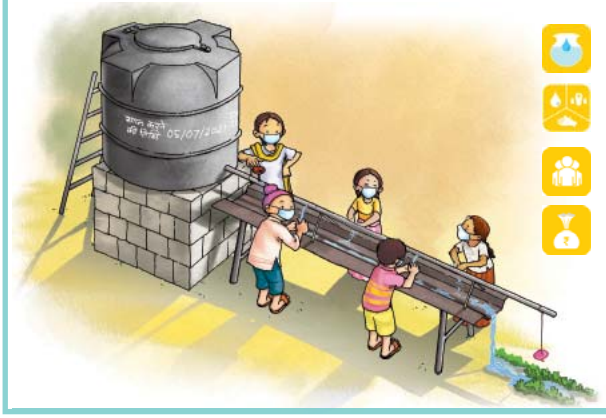
स्रोत-1:
सातो नल, जापान में आकल्पित, (भारत में निर्मित)

स्रोत-2:
ऑक्सफेम के के नाग द्वारा पुणे (भारत में निर्मित)

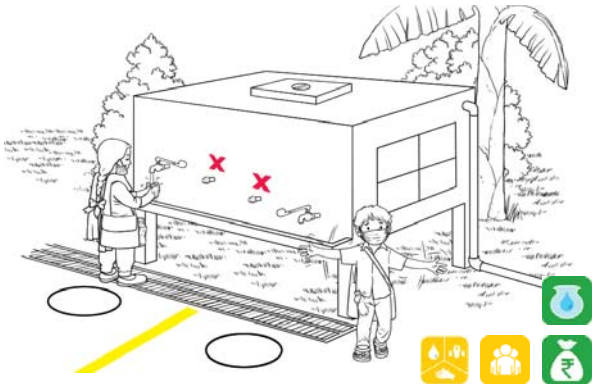
विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

5 मौजूदा हाथ धोने की जगहों में थोड़े बदलाव किए जा सकते हैं - जिससे बच्चों की आपस में शारीरिक दूरी 1.8 मीटर हो और नल भी कोहनी से खोले और बन्द किए जा सकें। नल-रहित हाथ धोने के बिन्दु हों, (जैसे पाइप में छोटे-छोटे छेद, जिनसे कम मात्रा में पानी रिसता हो - और जिन्हें एक ही वाल्व से संचालित किया जा सकता हो)



6 मौजूदा हाथ धोने की जगहों में थोड़े बदलाव किए जा सकते हैं - जैसे बच्चों की आपस में दूरी 1.8 मीटर हो और नल भी कोहनी से खोले और बन्द किए जा सकें।



7 पैर से इस्तेमाल होने वाली हाथ धोने की जगह। ऐसी व्यवस्था जिससे पानी और तरल साबुन दोनो ही पैर के इस्तेमाल से ही अलग-अलग हाथों तक पहुँचे।

टिप्पणी: *जहाँ 1.8 मीटर (6 फुट) की शारीरिक दूरी सुनिश्चित की जा सके, वहीं सामूहिक हाथ धोने की अनुमति हो। किसी भी तरह का साबुन से हाथ धोने का प्रावधान हो, सभी कार्यकर्ताओं, शिक्षकों, रसोईयों, बच्चों को इस बात के लिए अच्छे से समझा कर तैयार करना होगा कि वे अच्छे से हाथ धोने की महत्वता को समझें। साथ ही यह जानें कि कम से कम छूना, हाथ धोने का सही तरीका, रख-रखाव और क्या करें और क्या न करें।*

www.rajteachers.com

जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के लिए

पीने और अन्य उपयोग के लिए पर्याप्त पानी की समझ, प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

ड पानी पीने की जगह

- पानी पीने के ऐसे प्रावधान या जगहें, जिसमें बच्चों और पानी के भण्डारण की जगह में शारीरिक संपर्क ज़्यादा या सामूहिक हो, जैसे, मटका / बाल्टी / जग, आदि का इस्तेमाल फिलहाल न किया जाए।
- पानी पीने के लिए **बर्तन सार्वजनिक या सामूहिक उपयोग के लिए न हो।**
- बच्चे पानी पीने का बर्तन अपने साथ अपने घर से ही ला सकते हैं और केवल व्यक्तिगत उपयोग कर सकते हैं।
- अगर ज़रूरत पड़े तो आँगनवाड़ी / विद्यालय बच्चों को पानी पीने के संसाधन (बोतल, इत्यादि) उपलब्ध करवा सकता है।

प्रस्तावित विकल्प

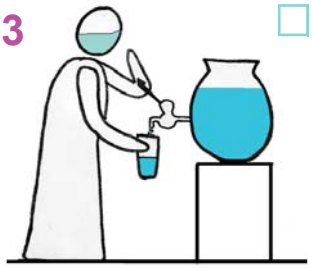
1

हर बच्चा घर से अपना स्वंय इस्तेमाल योग्य गिलास या बोतल ला सकता है। ज़रूरत पड़ने पर बोतल / गिलास जैसे संसाधन विद्यालय / आँगनवाड़ी उपलब्ध करा सकते हैं।

2

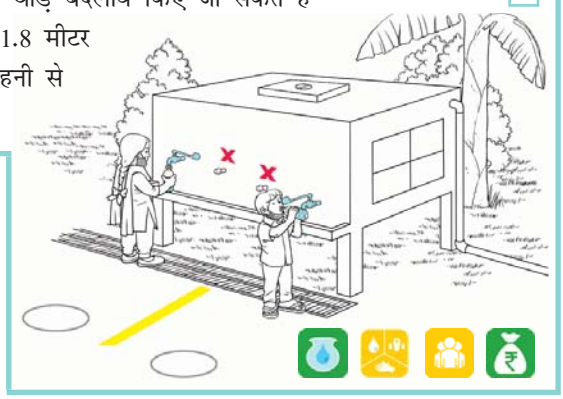
पानी भण्डारण के वे बर्तन, जिसमें पीने का पानी रखा गया हो, वह खाद्य सुरक्षित सामग्री का बना हो (जैसे मटका / पीतल / ताँबा /स्टील / प्लास्टिक का) और उसमें पैर से खुलने / बन्द होने वाला नल / टोंटी लगी हो।

3



पानी भण्डारण के वे बर्तन जिसमें पीने का पानी रखा गया हो वह खाद्य सुरक्षित सामग्री का बना हो (जैसे मटका / पीतल / ताँबा / स्टील / प्लास्टिक का) और उसमें कोहनी से खुलने / बन्द होने वाला नल / टोंटीं लगी हो।

4 मौजूदा पानी पीने की जगहों में थोड़े बदलाव किए जा सकते हैं - जैसे बच्चों की आपस में दूरी 1.8 मीटर (6 फुट) हो और नल भी कोहनी से खोले और बन्द किए जा सकें।



टिप्पणी:

पानी पीने का जो भी विकल्प हो, जहाँ 1.8 मीटर (6 फुट) की शारीरिक दूरी सुनिश्चित की जा सके, वहीं सामूहिक पानी पीने की अनुमति हो। किसी भी तरह का पानी पीने का प्रावधान हो, सभी कार्यकर्ताओं, शिक्षकों, रसोईयों, बच्चों को इस बात के लिए अच्छे से समझा कर तैयार करना होगा कि वे यह जानें कि कम से कम छूना, पानी पीने का सही तरीका, रख-रखाव और क्या करें और क्या न करें।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

पोषण और भोजन बनाने / खाने के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

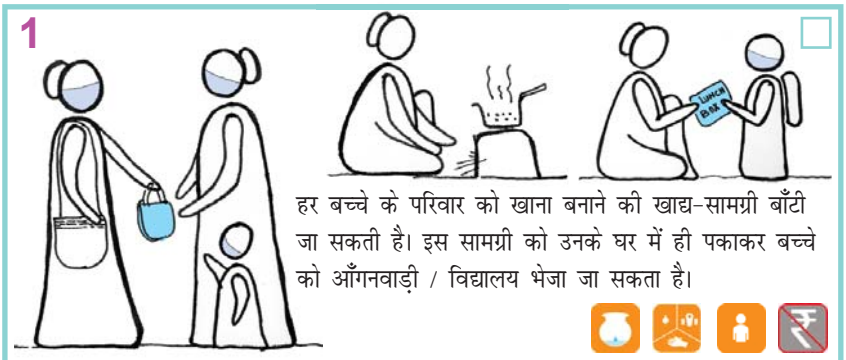
पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त समझ, प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

ढ पूरक आहार / मध्यान भोजन के लिए बच्चों के लिए गर्म खाना बनाना

- खाने में इस्तेमाल होने वाली सामग्री को सुरक्षित तरीके से धो कर फिर इस्तेमाल करें चाहे वह फल-सब्ज़ी हो या बन्द पैकेट। सील-बन्द पैकेट को बाहर से साबुन से अच्छे से धोकर ही खोलें। सभी सब्ज़ी-भाजी को खाने के सोडे के घोल से अच्छे से रगड़-रगड़ कर धो कर उपयोग में लें।
- आँगनवाड़ी / विद्यालय में बनाई जा रही खाने की मात्रा, आ रहें बच्चों और किस उपाय का पालन कर रहें हैं, इस पर निर्भर करेगा।
- जहाँ खुली जगह सुरक्षित और स्वच्छ हो, वहाँ बच्चे बिखर कर बैठ सकते हैं और वहाँ शारीरिक दूरी बनाकर खाना खा सकते हैं।

प्रस्तावित विकल्प

1



हर बच्चे के परिवार को खाना बनाने की खाद्य-सामग्री बाँटी जा सकती है। इस सामग्री को उनके घर में ही पकाकर बच्चे को आँगनवाड़ी / विद्यालय भेजा जा सकता है।

2 हर बच्चा अपना खाना, जो उनके घर पर ही बना हो, अपने निजी डब्बे में ला सकता है।

3

आँगनवाड़ी / विद्यालय में खाना उतने ही बच्चों के लिए बनाया जाए जितने की ज़रूरत हो। इसे रसोई, बर्तन, रसोईये की स्वच्छता के सभी मापदण्डों के अनुसार ही बनाया जाए।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी: *संक्रमण रोकथाम और नियन्त्रण के लिए स्वच्छता के सभी बिन्दु घर में बनने वाले खाने के लिए बच्चों के परिवारों को समझाने होगें। आँगनवाड़ी / विद्यालय में गर्मा-गर्म खाना बनाने वाली जगहों को बहुत ही अच्छे से हर सुबह साफ करना होगा। खाना बनाने के लिए उपयोग में आने वाले हर बर्तन पकड़, कलछी, चम्मच, पोछने के कपड़े, भण्डारण के डिब्बों - सभी को अच्छे से साफ करना और धोना, हर दिन करना होगा। रसोईयों को स्वच्छता के सभी मापदण्ड सख्ती से पालन करने होगें। इसकी निगरानी का इन्तज़ाम करना होगा।*

www.rajteachers.com

पोषण और भोजन बनाने / खाने के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त समझ, प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

ण बच्चों के लिए बनाए खाने को परोसना

- बच्चों के खाने की समय-सारिणी को आगे-पीछे किया जा सकता है, जिससे एक साथ कम बच्चों को, शारीरिक दूरी बनाए रखते हुए भोजन परोसा जा सके। हर बच्चे की आपस में दूरी 1.8 मीटर हो, इसका ध्यान रहे। इसके लिए उनके बैठने की जगह को पहले से ही चिन्हित किया जा सकता है।
- बच्चों के खाना खाने की जगहें भी फैलाई जा सकती हैं। यह विद्यालय की खुली / अधखुली जगहें हो सकती हैं। बच्चे अपना निजी खाना भी ला कर यहाँ खा सकते हैं।

प्रस्तावित विकल्प

1

अच्छा होगा कि हर बच्चा अपने खाने के साथ एक प्लेट और एक चम्मच भी घर से साथ लाए। (ज़रूरत के अनुसार यह थ्वद्यालय / आँगनवाड़ी द्वारा भी उपलब्ध कराया जा सकता है।) खाना खाते समय हर बच्चे की आपस की दूरी 1.8 मीटर (6 फुट) होनी चाहिए।

2

खाना खाने के समय को हर कक्षा के लिए आगे-पीछे किया जा सकता है, जिससे एकसाथ कम बच्चे शारीरिक दूरी के साथ भीजन कर सकें। हर बच्चा अपना खाना अपने घर से भी ला सकता है - इसे एक साथ सामूहिक तौर पर परोसने की ज़रूरत नहीं है।

टिप्पणी:

खाना बनाने और परोसने के सभी सुरक्षा के बिन्दु इससे जुड़े सभी लोगों - सहायिका, रसोईये, शिक्षक, समुदाय के सदस्य, अभिभावकों और बच्चों से क्रमवार बाँटनी होगी। इसमें स्वच्छता, हाथ धोने, कम से कम छूने, रखरखाव की ज़रूरत को अच्छे से समझना (क्या करना, क्या नहीं करना) आवश्यक होगा।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

पोषण और भोजन बनाने / खाने के बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

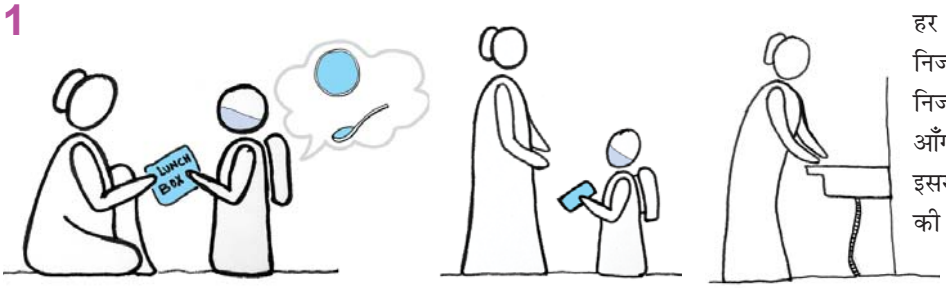
पोषण और भोजन बनाने / खाने के लिए पर्याप्त समझ, प्रावधान, तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

त बर्तन धोना / साफ करना

- सामूहिक रूप से बर्तन धोने की ऐसी जगह, जहाँ एक साथ ज़्यादा बच्चे इकट्ठे हो जाएँ और शारीरिक दूरी का पालन न हो पाए, **ऐसी जगहों को फिलहाल उपयोग में न लाएँ।**
- बर्तन धोने का कार्य केवल सहायिकाओं या विशेष कार्यकर्ता / रसोई-कर्मी या समुदाय से स्वंय हिस्सा लेने वाले विशेष लोगों द्वारा ही हो।
- कम से कम पानी खर्च हो, इसका ध्यान रखा जाए।

प्रस्तावित विकल्प

1



हर बच्चा अपना खाना अपने निजी डब्बे में घर से ही लाए। निजी डब्बे घर पर ही धोए जाएँगे, आँगनवाड़ी / विद्यालय में नहीं। इससे सुरक्षा भी रहेगी और पानी की भी बचत होगी।

2

हर बच्चा अपना खाना अपने निजी डब्बे में घर से ही लाए। निजी डब्बे घर पर ही धोए जाएँगे, आँगनवाड़ी / विद्यालय में नहीं। अगर ज़रूरत लगे तो बर्तनों को सूखी और साफ़ रेत से साफ़ किया जा सकता है जो विद्यालय के बच्चे खुद कर सकते हैं। इससे पानी की बचत होगी।

टिप्पणी:

बर्तन धोने के सभी सुरक्षा के बिन्दु इससे जुड़े सभी लोगों - सहायिका, रसोईये, शिक्षक, समुदाय के सदस्य, अभिभावकों और बच्चों से क्रमवार बाँटनी होगी। इसमें स्वच्छता, हाथ धोने, कम से कम छूने, रखरखाव की ज़रूरत को अच्छे से समझना (क्या करना, क्या नहीं करना) आवश्यक होगा।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

www.rajteachers.com

शौच और हाथ धोने की व्यवस्था बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

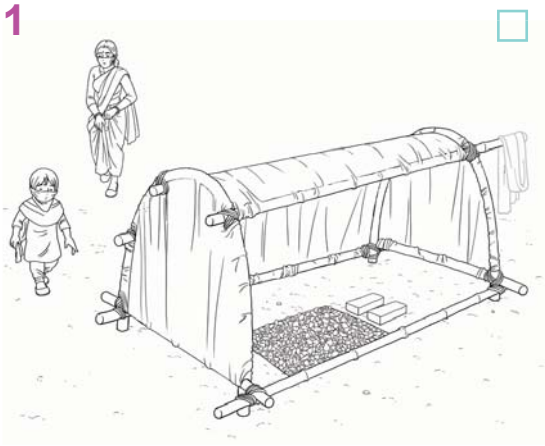
शौच और हाथ धोने की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

थ मूत्रालय और शौचालय
(बालिकाओं और महिलाओं के लिए)

- ऐसे सार्वजनिक मूत्रालय / शौचालय, खासतौर पर जो बिल्कुल बन्द हैं और कुदरती तौर पर वातायनित नहीं हैं, संक्रमण का घर हैं। ऐसे में महिलाओं और किशोरी बालिकाओं का संक्रमित होने का खतरा ज़्यादा बन जाता है। इसलिए संक्रमण के रोकथाम और नियंत्रण के लिए निरंतर साफ़-सफ़ाई और संक्रमण-मुक्त करना बहुत ज़रूरी है।
- इसके अतिरिक्त शौचालय / मूत्रालय में शारीरिक संपर्क के बिन्दु कम से कम हों, ताकि संक्रमण की संभावना को कम किया जा सके। इसके लिए किशोरी बालिकाओं और महिलाओं का भी प्रशिक्षण किया जाना चाहिए ताकि वे खुद भी सुरक्षित रहें।
- बालिकाओं की सुरक्षा और निजता की ज़रूरतों का खास ध्यान आवश्यक है।

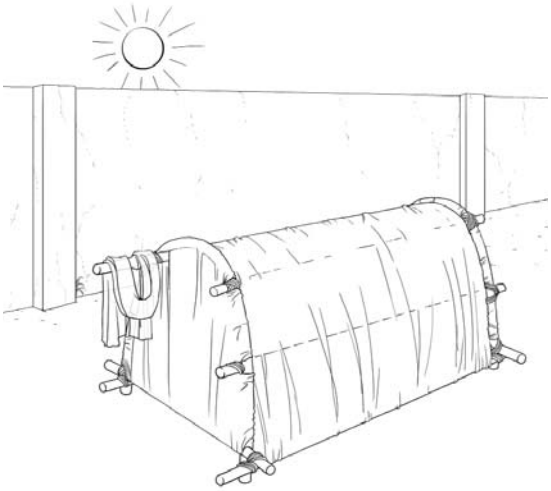
प्रस्तावित विकल्प

1



2

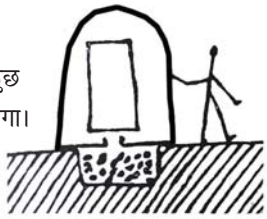
कम लागत का अस्थायी मूत्रालय बार-बार पानी के इस्तेमाल को कम करने, संक्रमण-मुक्त करने और गहरी साफ़-सफ़ाई को भी नियंत्रित करने के लिए मूत्रालय के नये प्रावधान सोचे जा सकते हैं, जिसमें शारीरिक संपर्क भी कम से कम हो। यह अस्थायी और कम लागत में बनने वाले मूत्रालय हो सकते हैं, जिसके तीन तरफ़ ऊँची और प्रबल आड़ हो सकती है। इसका फर्श ऐसा हो कि मूत्र-विसर्जन सीधा ज़मीन में जाए। यह जगह बिना दरवाज़े के भी हो सकती है और इसका उन्मुख धूप की तरफ़ हो सकता है, जिससे प्राकृतिक रूप से संक्रमण रहित और सूखा रहे।



3

कम लागत का अस्थायी शौचालय – एक ऐसा पर्दा / आसरा – जिसे कुछ लोग उठा कर कहीं भी रख सकें। इसें शौच के गढ्ढे के ऊपर रखा जाएगा। जब यह गढ्ढा भर जाये तो ऊपर का हल्का पर्दा-आसरा उठा कर कहीं ओर रख दिया जाएगा।

शौच का गढ्ढा कुछ महीनों में भर जायेगा।



उस शौच के भरे गढ्ढे को कुछ समय के लिए ढ़क दिया जायेगा (यह उसकी गहराई और मौसम पर निर्भर करेगा)

और फिर उस हल्के पर्दे-आसरे को उठा कर कहीं ओर, किसी नये गढ्ढे के ऊपर रखा जा सकता है।

योना फ्रीडमैन और ईडा शौर की बहु चर्चित किताब पर्यावरण और आत्मनिर्भरता 2003 से साभार

टिप्पणी:

छूने की सभी सतहों (जैसे दरवाज़ों के हत्थे, कुण्डियाँ, नल, मग्गे आदि) की दिन में कम-सम-कम 2 से 3 बार, साबुन पानी से नियमित साफ़-सफ़ाई और संक्रमण-मुक्त करना ज़रूरी होगा। सभी बच्चों, शिक्षकों, कार्यकर्ताओं, सहायिकाओं और विद्यालय में अन्य सेवाओं का ध्यान रखने वाले सभी लोगों की स्वच्छता की महत्ता समझाना ज़रूरी होगा। इस बात से अवगत कराना कि शौचालयों / मूत्रालयों के इस्तेमाल के दौरान किन बातों का ध्यान रखा जाए, क्या करें क्या ना करें, कौन से सतहें छूएँ कौन सी नहीं, चीज़ों का रखरखाव, आदि। यह भी आवश्यक होगा।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

शौच और हाथ धोने की व्यवस्था बुनियादी सुझावों के समग्र विकल्प - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए

शौच और हाथ धोने की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

द मासिक-धर्म स्वच्छता

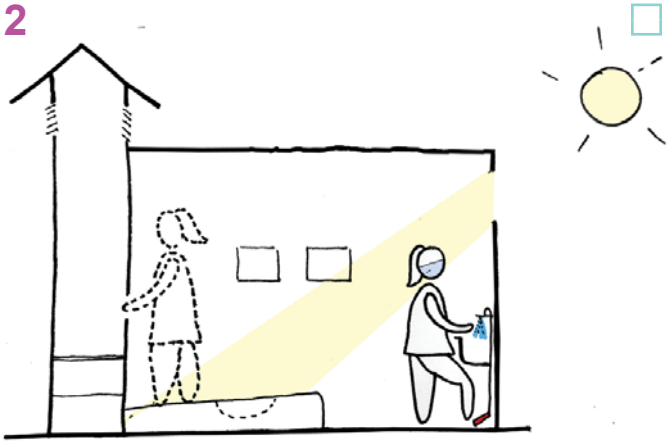
- यहाँ जो विकल्प सुझाए गए हैं वे इस बात पर आधारित हैं कि शौचालयों और मूत्रालयों में शारीरिक संपर्क के बिन्दु कम हों। चूँकि विद्यालय और आँगनवाड़ियों के शौचालयों की साफ़-सफ़ाई कई बार ठीक से नहीं हो पाती, इसलिए वे संक्रमण को बढ़ा सकते हैं। लड़कियों और महिलाओं के शरीर की भिन्न बनावट के कारण अधिक संक्रमण हो सकता है (केवल कोविड-19 वायरस संक्रमण की स्थिति में ही नहीं)
- यह दूसरे खतरनाक संक्रमणों को रोकने के लिए भी ज़रूरी हैं।

प्रस्तावित विकल्प

1

किशोरी बालिकाओं को नैपकिन्स पहले ही दे दिए जाएँ, ताकि वे सम्भाल कर घर में रख लें। ज़रूरत के वे घर पर ही उसका इस्तेमाल (क्योंकि घर के शौचालय हर से सुरक्षित और साफ़-सुथरे हो हैं)। अगर ज़रूरत हो तो, विद्यालय प्रशासन किशोरी बालिकाओं को ऐसे समय / ज़रूरत में घर जाने की अनुमति भी दें।

2



विद्यालय में कम से कम एक शौचालय ऐसा हो, जहाँ पानी का पर्याप्त प्रबन्ध हो; हाथ धोने का चालू प्रावधान हो; खुला-खुला हो, वातायन युक्त हो; हो सके तो अन्दर धूप आ सके (दिन के किसी भी पहर में), रोज़ साफ़-सफ़ाई और संक्रमण-मुक्त किया जा सके और एक चालू इन्सनरेटर भी हो।

टिप्पणी:

किसी भी आँगनवाड़ी / विद्यालय में एक मूत्रालय / शौचालय (इन्सनरेटर सहित) मासिक-धर्म स्वच्छता की दृष्टि से उपयोग लायक, चालू हालत में लाने और रखने के लिए पर्याप्त संसाधनों और प्रशिक्षण की आवश्यकता होगी। यहाँ स्वच्छता बनाये रखने के सभी बिन्दुओं को ध्यान में रखना होगा। दैनिक साफ़-सफाई सुनिश्चित करनी होगी।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के लिए

शौच और हाथ धोने की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

थ मूत्रालय और शौचालय
(बालकों और पुरूषों के लिए)

- ऐसे सार्वजनिक मूत्रालय / शौचालय, खासतौर पर जो बिल्कुल बन्द हैं और कुदरती तौर पर वातायनित नहीं हैं, संक्रमण का घर हैं। इसलिए संक्रमण के रोकथाम और नियंत्रण के लिए निरंतर साफ़-सफ़ाई और संक्रमण-मुक्त करना बहुत ज़रूरी है। इसके अतिरिक्त शौचालय / मूत्रालय में शारीरिक संपर्क के बिन्दु कम से कम हों ताकि संक्रमण को कम किया जा सके। इसके लिए बालकों का भी प्रशिक्षण किया जाना चाहिए, ताकि वे खुद भी सुरक्षित रहें।

प्रस्तावित विकल्प

1 अस्थायी और कम लागत के मूत्रालय जो धूप से सूख जाएँ। आस-पास निजता के लिए पौधे और झाड़ियों की आड़।

2 सुरक्षित जगह में बने अस्थायी और कम लागत के मूत्रालय जो धूप से सूख जाएँ। निजता के लिए, आस-पास टैण्ट के कपड़े की ओट या आड़ हो।

3 पहले से निर्मित शौचालयों और मूत्रालयों में वातायन अच्छा रहे, इसे सुनिश्चित करना ज़रूरी है। जहाँ ज़रूरत पड़े, शौचालयों और मूत्रालयों को कुदरती तरीके से संक्रमण-मुक्त करने के लिए धूप को अन्दर लाया जाए, दीवारों में रोशनदान खोलकर। खुले रोशनदान का वर्गमाप करीब फ़र्श के वर्गमाप का 20% होना चाहिए। रोशनदान खासतौर पर उस दीवार पर खोला जाए जो पूर्व दक्षिण / दक्षिण / दक्षिण-पश्चिम दिशा में हो। जहाँ हो सके, मूत्रालय के ऊपर छत न हो ताकि धूप जगह को सूखा और संक्रमण-मुक्त कर सके। इस बात का ध्यान रहे कि ऐसी जगह के आस-पास पेड़ न हों वर्ना उनकी सूखी पत्तियाँ इसमें गिर जाएँगी और यहाँ से पानी निकासी की नाली में रूकावट डाल सकती है।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी: *छूने की सभी सतहों (जैसे दरवाज़ों के हत्थे, कुण्डियाँ, नल, मग्गे आदि) की दिन में कम-सम-कम 2 से 3 बार, साबुन पानी से नियमित साफ़-सफ़ाई और संक्रमण-मुक्त करना ज़रूरी होगा। सभी बच्चों, शिक्षकों, कार्यकर्ताओं, सहायिकाओं और विद्यालय में अन्य सेवाओं का ध्यान रखने वाले सभी लोगों की स्वच्छता की महत्ता को बताना ज़रूरी होगा। इस बात से अवगत कराना कि शौचालयों / मूत्रालयों के इस्तेमाल के दौरान किन बातों का ध्यान रखा जाए, क्या करें क्या ना करें, कौन से सतहें छूएँ कौन सी नहीं, चीज़ों का रखरखाव, आदि।*

जल, स्वच्छता और स्वास्थ्य - आँगनवाड़ी / बालवाड़ी / विद्यालयों में कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण के लिए

शौच और हाथ धोने की व्यवस्था के लिए पर्याप्त प्रावधान तैयारी और क्रियान्वयन

(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

न पानी का पुन:उपयोग और पुनर्चक्रण

- हाथ धोने की जगह से निकले व्यर्थ पानी में ज़्यादा मात्रा में साबुन घुला हुआ होता है, इसलिए उस पानी के पुन:उपयोग से पहले उसका साफ़ होना ज़रूरी है। ऐसे पानी का साफ़ रूप, पेड़-पौधों की सिचाँई के लिए सुरक्षित और उपयोगी होगा। इस पानी से पोषण वाटिका या औषधि वाटिका भी सिंचित की जा सकती है।

प्रस्तावित विकल्प

1

हाथ-धोने की जगह से निकले व्यर्थ पानी को किसी सोख गढ्ढे या ज़मीन के अन्दर छोड़ा सकता है। इसका ध्यान रखते हुए कि इसके तल से नीचे और आस-पास कम से कम 10 मीटर (30 फुट) दूरी पर पीने के पानी का भूमिगत स्त्रोत या भण्डारण न हो।

2

जहाँ हो सके, पानी पीने की जगह के पास या हाथ धोने की जगह के पास व्यर्थ पानी को छानने का माध्यम, जो ज़मीन में बना हुआ हो, होना चाहिए। यह छना हुआ पानी, बिना मोटर की मदद से सीधा पाईप या उपयुक्त ढ़ाल वाली नाली के ज़रिये विद्यालय / आँगनवाड़ी में बने पोषण या औषधि वाटिका की तरफ़ मोड़ा जा सकता है।

www.rajteachers.com

3 **पोषक और औषधीय वाटिका** इनमें से कई पौधों में शरीर की अवरोधक क्षमता बढ़ाने के गुण भी हैं। इसका लाभ सभी को मिलेगा। हर परिसर में पोषक और औषधीय वाटिका तैयार की जा सकती है। इसमें विभिन्न किस्म के पौधों का चयन यहाँ दिया गया है।

वाटिका के विकास में मुख्यतः तीन प्रकार के पौधों को लगाने की व्यवस्था की जानी है-

क. वाटिका की लाइव फेन्सिंग के लिए ऐसे पौधों को लगाया जाना, जिन्हें सामान्यतः पशु नहीं खाते, जैसे- **मेहंदी, करोंदे, संतरे, नींबू आदि**।

ख. फलों के पौधे, जैसे- **नींबू, अमरूद, केला, अनार, पपीता, बेर, आम, आँवला, किन्नू, संतरा, बील, करौंदा, जामुन** आदि।

ग. सब्जियों के पौधे, जैसे- **भिण्डी, लौकी, तोरई, टमाटर, मिर्च, मूली, धानिया, पुदीना, प्याज, आलू, मटर, खीरा, ककड़ी, पालक, मेथी, चौलाई** आदि।

- जहाँ पर तेज धूप या गर्म हवाओं के कारण पौधों को झुलसने की संभावना आती है, वहां क्यारियों के बीच में बाजरे, आदि की भी एक लाइन लगायी जा सकती है।
- नर्सरी से यथासंभव एक साल से अधिक आयु के ही पौधे लिये जाए। अधिक आयु के ही पौधों में उत्तरजीविता अधिक रहती है।
- तुलसी, गिलोय, एलोवेरा, आदि व्यावहारिक औषधीय पौधों को भी लगाया जा सकता है।

विकल्पों का चयन

कौन सा?	कितने?	कहाँ?

टिप्पणी:

सोख-गड्डों और व्यर्थ पानी को साफ़ करने हेतु बने माध्यमों (जैसे छन्नी / फिल्टर, इत्यादि) की निरंतर साफ़-सफ़ाई ज़रूरी होगी, जिसको स्वच्छता के सभी मापदण्डों को ध्यान में रखकर हर दो सप्ताह बार किया जाना चाहिए। इससे वे सुचारू चलते रहेंगे।

www.rajteachers.com

कोविड-19 संक्रमण नियंत्रण के लिए आँगनवाड़ी / विद्यालयों में स्वच्छता व्यवहार और बुनियादी आदतों के लिए तैयारी और कार्य

कोविड-19 से संक्रमण-मुक्त विद्यालय का परिसरय परिसर की बुनियादी स्वच्छता और जरूरी मरम्मत समुदाय में विश्वास तैयार करना

स्वच्छता का व्यवहार और बुनियादी आदतों के लिए तैयारी और कार्य
(सभी विद्यार्थियों और वयस्कों के लिए)

प **परिसर में सभी कार्यों की जिम्मेदारियाँ सम्मिलित रूप से बाँटना**

- सभी विद्यार्थीयों और व्यस्कों की सुरक्षा के लिए कोविड-19 रोकथाम और नियंत्रण के लिए व्यवहार और आदतों में स्वच्छता की तैयारी बहुत आवश्यक है। इसके लिए सभी को सशक्त करने की ज़रूरत होगी।
- व्यस्कों के लिए विद्यालय व्यवस्था समिति (SMC / SDMC), अध्यापिका-मंच, आँगनवाड़ी व्यवस्था समिति (AMC) का जाग्रत और क्रियान्वित करके उन्हें इसके लिए प्रशिक्षित और प्रेरित करना होगा।
- बच्चों के लिए बाल संसद, मीना - राजू मंच, गार्गी मंच, ईको क्लब आदि बाल मंचों के सदस्यों को जाग्रत, प्रेरित और प्रशिक्षित करना होगा।

प्रस्तावित विकल्प

1 प्रशिक्षण, प्रेरणा, सहायता, निगरानी और रखरखाव की तैयारी और नियमित कार्य ☐

- व्यस्कों और बच्चों के पहले से बने समूहों को जाग्रत और क्रियान्वित किया जा सकता है। इनके विभिन्न कार्य इस प्रकार होगें: ☐
- दूसरों को प्रशिक्षित करने के लिए ☐
- दूसरों को प्रेरित और सहायता करने के लिए ☐
- दूसरों की गतिविधि की निगरानी के लिए ☐
- प्रावधानों के सुझाव प्रदाय और चलने के लिए ☐
- नियमित रखरखाव सुनिश्चित करने के लिए ☐

2 व्यस्कों के प्रशिक्षित समूह का गठन और नियमित कार्य (नियमित स्वच्छता और संक्रमण-मुक्त परिसर तैयार रखने के लिए) इन समूहों की जिम्मेदारी निम्नलिखित जगहों और चीज़ों को स्वच्छ और संक्रमण-मुक्त रखने की होगी। ☐

i. कमरों और बरामदों के फर्श ☐
ii. फर्नीचर ☐
iii. अलमारी ☐
iv. खिड़की दरवाजे के पल्ले, जाली / जंगला ☐
v. शिक्षण सामग्री, इत्यादि ☐
vi. बिजली का सामन ☐
vii. कम्प्यूटर / प्रिंटर / की-बोर्ड / फोन, इत्यादि ☐
viii. अन्य वस्तुएँ ☐
ix. शौच व्यवस्था ☐
x. हाथ धोने के प्रावधान ☐
xi. पानी-पीने के प्रावधान ☐
xii. रसोई ☐
xiii. मध्यान भोजन खाने की जगह के फर्श / मेज, बेंच, आदि ☐

3 व्यस्कों और विद्यार्थियों के प्रशिक्षित समूहों का गठन - जो सभी के व्यवहार और आदतों में सुरक्षा, सहायता, प्रेरणा और निगरानी रखेंगे। उदाहरण के लिए, ये समूह इन गतिविधियों पर ध्यान केन्द्रित करेंगे (और इन गतिविधियों के दौरान उसके आस-पास उपस्थित होगें।) ☐

i. विद्यालय आने में ☐
ii. पढने के लिए बैठने में ☐
iii. सामूहिक गतिविधि करने में ☐
iv. वस्तुएँ बांटने में ☐
v. शैक्षिक सामग्री उपयोग में लाने में ☐
vi. पानी-पीने में ☐
vii. खाना खाने में ☐
ix. बर्तन धोने में ☐
x. खेलने में ☐
xi. हाथ धोने के सही तरीके में ☐
xii. छात्रें / पुरुषों द्वारा शौच व्यवस्था उपयोग में लेने में ☐
xiii. छात्रओं / महिलाओं द्वारा शौच व्यवस्था उपयोग में लेने में ☐
xiv. मासिक धर्म के प्रावधान उपयोग में लेने की अवस्था में ☐

टिप्पणी: *विद्यालयों में जहाँ यह समूह हैं, उन्हें तुरन्त क्रियान्वित करना होगा (इसके लिए उनके सदस्यों से सम्पर्क करके, चर्चा करके आगे बढ़ा जा सकता है*

परिशिष्ठ

क. कम और पर्याप्त संसाधनों की परिस्थिति में - विकल्पों का चुनाव और उन्हें जोड़ना

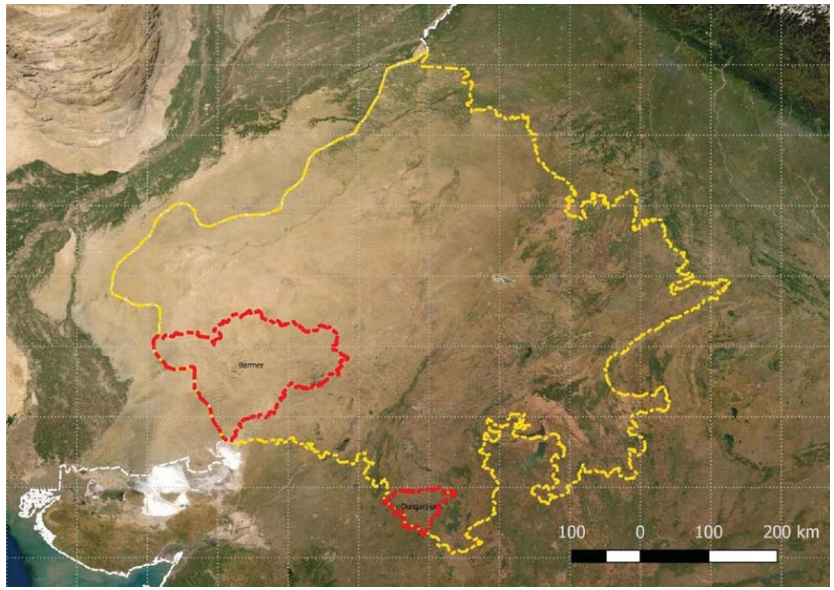
ख. विभिन्न मदों के लिए उपलब्ध संसाधनों को जोड़ने की मार्गदर्शक तालिका

ग. राज्य के विभिन्न इलाकों में रेत के अंधाड़, आँधी-तूफान की संभावना का परिदृष्य

घ. बुनियादी जानकारी के पोस्टर

ङ. पानी, स्वच्छता और स्वास्थ्य सुविधाओं को संक्रमण-मुक्त करने का सही तरीका : क्या और कैसे?

क. कम और पर्याप्त संसाधनों की परिस्थिति में - विकल्पों का चुनाव और उन्हें जोड़ना



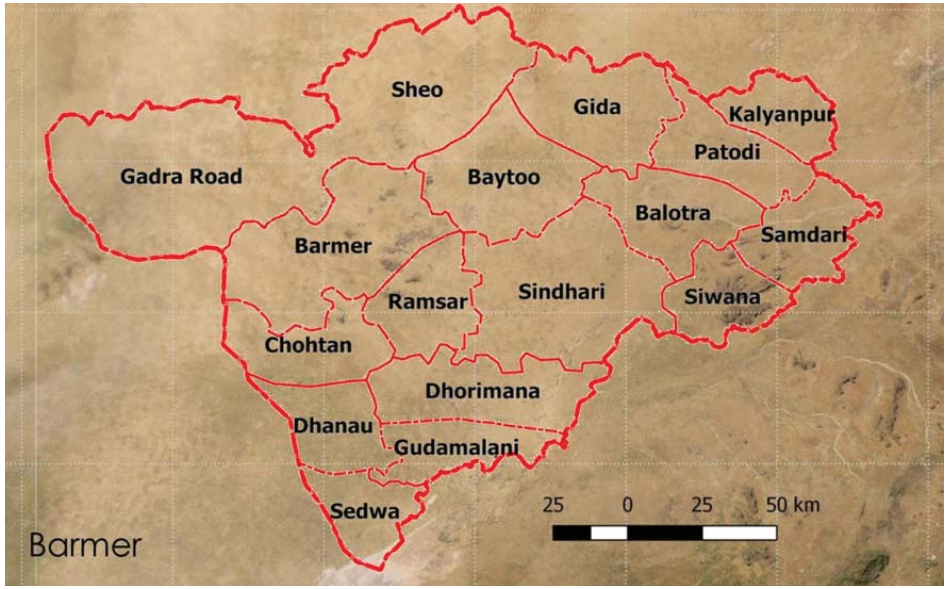
उदाहरण -1:

कम संसाधन की परिस्थिति

राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय, सुन्दरा,

बाड़मेर, राजस्थान

- न्यूनतम पानी
- न्यूनतम मदद के लिए लोग
- न्यूनतम पानी की उपलब्धता
- न्यूनतम लागत राशि
- न्यूनतम पानी, स्वच्छता और स्वास्थ्य की मूलभूत सुविधाएँ
- मध्यम खुली जगह



www.rajteachers.com

कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण में आँगनवाड़ी केन्द्र और विद्यालयों को बच्चों, कार्यकर्ताओं, शिक्षकों और अभिभावकों के लिए सुरक्षित बनाने की तैयारी

सीखने-पढ़ने, जल स्वच्छता और स्वास्थ्य के सुझावों के समग्र विकल्प

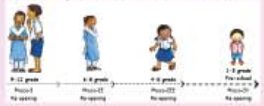
उदाहरण -1: कम संसाधन की परिस्थिति

राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय, सुन्दरा,

बाड़मेर, राजस्थान

कुछ बुनियादि निर्णय

- हाथ साफ़ रखने के लिए, साबुन-पानी घोल की बोतल, हर बच्चे के लिए
- अलग-अलग कक्षाओं के दिनों में और समय में परिवर्तन किया जा सकता है, जिससे यह अलग-अलग ही संचालित हों



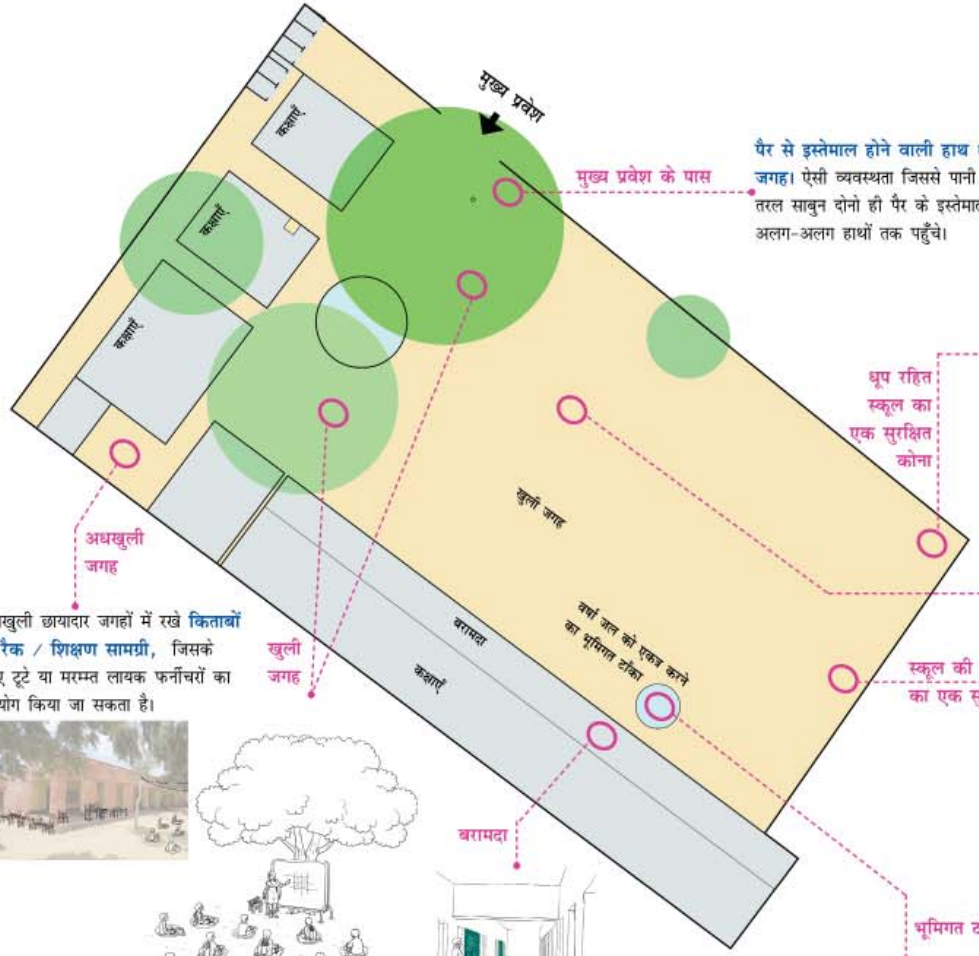
- हर बच्चे के परिवार को खाना बनाने की खाद्य-सामग्री बाँटी जा सकती है। ताकि हर बच्चा अपने निजी डब्बे में खाना ला सके।

- पानी पीने के लिए बर्तन सार्वजनिक या सामूहिक उपयोग के लिए न हो। बच्चे पानी पीने की बोतल अपने साथ अपने घर से ही ला सकते हैं

- किशोरी बालिकाओं को सैनेट्री नैपकिन्स पहले ही दे दिए जाएँ ताकि वे सम्भाल कर उन्हें घर में रख लें। ज़रूरत के समय वे घर पर ही उसका इस्तेमाल करें

चूँकि स्कूल समुदाय के बीच ही है, बच्चों के घर आस-पास होने के कारण स्कूल प्रशासन बच्चियों को ऐसे समय / ज़रूरत में घर जाने की अनुमति भी दे, अगर अनुचित हो सके।

उत्तर दिशा



मुख्य प्रवेश के पास

पैर से इस्तेमाल होने वाली हाथ धोने की जगह। ऐसी व्यवस्थता जिससे पानी और तरल साबुन दोनों ही पैर के इस्तेमाल से ही अलग-अलग हाथों तक पहुँचे।

धूप रहित स्कूल का एक सुरक्षित कोना

धूप में बने अस्थायी और कम लागत के मूत्रालय। निजता को ध्यान रखते हुए, एक आड़ ओर दी जा सकती है।

सुरक्षित खुली जगहें जहाँ छाया के लिए शामियाना / टैन्ट लगाया जा सके।

खुली जगह

अधखुली जगह

अधखुली छायादार जगहों में रखे किताबों के रैक / शिक्षण सामग्री, जिसके लिए टूटे या मरम्मत लायक फर्नीचरों का उपयोग किया जा सकता है।

खुली जगह

स्कूल की खुली जगह का एक सुरक्षित कोना

सूखी रेत से बर्तनों को साफ़ करना।

पेड़ के नीचे सुरक्षित और छायादार खुली जगहें जहाँ पढ़ाया जा सके

बरामदा

शारीरिक दूरी का ध्यान रखते हुए बरामदों में कक्षाएँ

भूमिगत टाँका

यहाँ पहले से स्थित जल संग्रहण के भूमिगत टाँके को अधिकतम जल- संग्रहण योग्य तुरंत मरम्मत / बनाए जाने की आवश्यकता है - जिससे आगे के समय में पर्याप्त जल उपलब्ध रहे।

रंग संकेतिका

- स्कूल भवन
- रेतीली खुली जगह
- छायादार पेड़
- भूमिगत पानी का टाँका

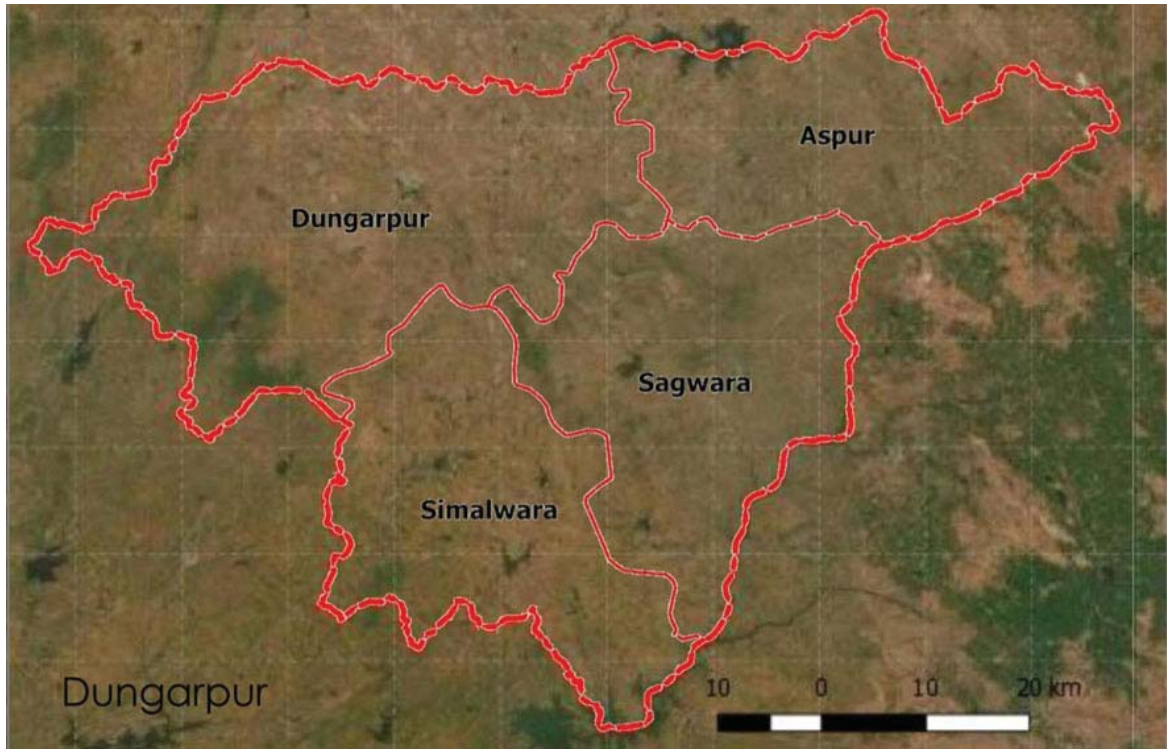
www.rajteachers.com

उदाहरण -2:

पर्याप्त संसाधन की परिस्थिति

आँगनवाड़ी केन्द्र और राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय, गोठमहुड़ी,

आसपुर, डूँगरपुर, राजस्थान



पर्याप्त पानी

पर्याप्त पानी की उपलब्धता

पर्याप्त पानी, स्वच्छता और स्वास्थ्य की मूलभूत सुविधाएँ

मध्यम मदद के लिए लोग

मध्यम लागत राशि

पर्याप्त खुली जगह

कोविड-19 संक्रमण रोकथाम और नियंत्रण में आँगनवाड़ी केन्द्र और विद्यालयों को बच्चों, कार्यकर्ताओं, शिकक्षों और अभिभावकों के लिए सुरक्षित बनाने की तैयारी

सीखने-पढ़ने, जल स्वच्छता और स्वास्थ्य के सुझावों के समग्र विकल्प

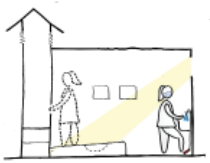
उदाहरण -2: पर्याप्त संसाधन की परिस्थिति
आँगनवाड़ी केन्द्र और
राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय, गोठमहुड़ी,
आसपुर, डूँगरपुर, राजस्थान

कुछ बुनियादि निर्णय

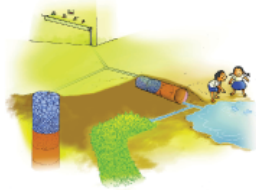
- अलग-अलग कक्षाओं के दिनों में और समय में परिवर्तन किया जा सकता है, जिससे यह अलग-अलग ही संचालित हों

- हर बच्चे के परिवार को खाना बनाने की खाद्य-सामग्री बाँटी जा सकती है। ताकि हर बच्चा अपने निजी डब्बे में खाना ला सके।

- किशोरी बालिकाओं को सैनेट्री नैपकिन्स पहले ही दे दिए जाएँ ताकि वे सम्भाल कर उन्हें घर में रख लें। ज़रूरत के समय वे घर पर ही उसका इस्तेमाल करें



मौजूदा बालिका शौचालय को स्वच्छता, सुलभ उपयोग और निजता के अनुसार तैयार रखना



पीने के पानी का स्त्रोत या भण्डारण से कम से कम 10 मीटर (30 फुट) दूरी का ध्यान रखते हुए, किसी खुली जगह में सोख गढ्ढा

शारीरिक दूरी का ध्यान रखते हुए बरामदों में कक्षाएँ

पेड़ के नीचे सुरक्षित और छायादार खुली जगहें जहाँ पढ़ाया जा सके

अधखुली छायादार जगहों में रखे किताबों के रैक / शिक्षण सामग्री

खाना खाने की जगह के पास हाथ धोने की जगह

मौजूदा हाथ धोने की जगहों में थोड़े बदलाव किए जा सकते हैं - जैसे बच्चों की आपस में दूरी 1.8 मीटर हो और नल भी कोहनी से खोले और बन्द किए जा सकें।

उत्तर दिशा

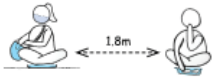
पैर से इस्तेमाल होने वाली हाथ धोने की जगह। ऐसी व्यवस्थता जिससे पानी और तरल साबुन दोनो ही पैर के इस्तेमाल से ही अलग-अलग हाथों तक पहुँचे।

पानी पीने की जगह पर लगे कोहनी / पैर से खुलने या बन्द होने वाले नल

पहले से बने बर्तन धोने / हाथ धोने या पानी पीने की जगह पर शारीरिक दूरी रखना

आँगनवाड़ी / विद्यालय में खाना उतने ही बच्चों के लिए बनाया जाए जितने की ज़रूरत हो वो भी स्वच्छता के सभी मापदण्डों के अनुकूल।

खाना खाते समय हर बच्चे की आपस में दूरी 1.8 मीटर हो। खाना, बर्तन और पानी बच्चे अपने साथ घर से लायें।



अस्थायी और कम लागत में बने मूत्रालय जो धूप से सूख जाएँ और आस-पास निजता के लिए पौधे और क्यारियाँ हों।

सुरक्षित खुली जगहें जहाँ छाया के लिए शामियाना / टैन्ट लगाया जा सके।

www.rajteachers.com

ख. विभिन्न मदों के लिए उपलब्ध संसाधनों को जोड़ने की मार्गदर्शक तालिका

क्रम संख्या	विभाग	आवंटित / उपलब्धता मद (रू)	विशेष विवरण
1.	शिक्षा विभाग		
a.	छात्र कोष (Boy's funds)	न्यूनतम रू 100000 से 300000	कक्षा 9 से 12 के सामान्य वर्ग से 300रू व एस.सी. /एस.टी. वर्ग से 150 रू प्रतिछात्र प्रतिवर्ष एकत्रित किया जाता है एवं कक्षा 1 से 8 तक. निशुल्क
b.	विकास शुल्क (Development funds)	न्यूनतम रू 50000 से 200000	कक्षा 9 से 12 के बच्चों से 50 रू से लेकर 200 रू तक प्रतिछात्र प्रतिवर्ष विद्यालय द्वारा एकत्रित किया जाता है एवं कक्षा 1 से 8 तक निशुल्क
c.	शाला सुविधा राशि (Composite funds)	रू 12500 से 100000	नये दिशानिर्देशानुसार विद्यालय में बच्चों के नामां. कन के आधार पर यह राशि विद्यालय को दी जाती है एवं यह 1 से 15 बच्चों पर 12500,16 से 100 बच्चों पर 25000,101 से 250 पर 50000,251 से 1000 बच्चों पर 75000,1001 से ऊपर 100000
2.	पंचायती राजविभाग		
a.	स्वच्छ भारत मिशन (SBM) पुराने शौचालय के उद्धार और नए बनाने के लिए	रू 75000	राज्य सरकार से प्राप्त दिशानिर्देशानुसार प्रत्येक ग्राम पंचायत आवंटित मद का 50% व्यय स्वच्छता एवं जल पर खर्च कर सकती है।
b.	पंद्रहवाँ वित्त आयोग	ग्राम पंचायत को आवंटित मद का 50रू	राज्य सरकार से प्राप्त दिशानिर्देशानुसार प्रत्येक ग्राम पंचायत आवंटित मद का 50% व्यय स्वच्छता एवं जल पर खर्च कर सकती है।
c.	ग्राम पंचायत विकास कार्यक्रम (GPDP)	पंद्रहवें वित्त आयोग के स्वच्छता मद से	जी.पी.डी.पी. में पंद्रहवें वित्त आयोग के स्वच्छता मद के अपयोग से विद्यालय में स्वच्छता सम्बन्धित कार्यक्रम करवाये जा सकते है।
d.	नरेगा (MGNREGA)	तखमिना के आधार पर स्वीकृत राशि	मनरेगा के अन्तर्गत चारदिवारी, विद्यालय की साफ-सफाई व रास्ता निर्माण, पेयजल टांका मरम्मत आदि में मजदूरी लागत व सामग्री का भुगतान
e.	राज्य चौधावां वित्त आयोग	ग्राम पंचायत को आवंटित मद का 50%	स्वच्छता एवं पेयजल व्यवस्था हेतु
f.	ग्राम पंचायत और पंचायत समिति की अपनी निजी आय	स्वच्छता, पेयजल व अन्य निर्माण हेतु आवश्यक सुविधा के निर्माण हेतु एस्टीमेट/तखमिना के आधार पर राशि	ग्राम पंचायत अपनी निजी आय में से एवं पंचायत-समिति द्वारा आवंटित निजी आय की राशि को आवश्यकतानुसार सुविधा के एस्टीमेट/तखमिना के आधार पर व्यय कर सकती है।

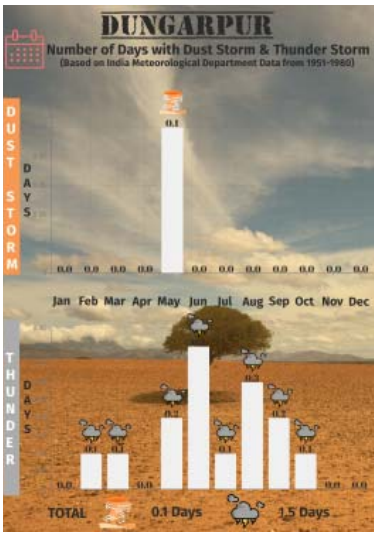
क्रम संख्या	विभाग	आवंटित / उपलब्धता	विशेष विवरण
3.	अन्य विभाग		
a.	खनिज सम्पदा विभाग को अपने कोश से खर्च करना चाहिए	5% से 10%	राज्य सरकार से प्राप्त दिशानिर्देशानुसार प्रत्येक खदान क्षैत्र में कार्यरत संस्था को प्रतिवर्ष 5 से 10% मद का उपयोग उस क्षैत्र की सार्वजनिक संस्थाओं यथा विद्यालय, आँगनवाड़ी, स्वास्थ्य केन्द्र आादि की सुविधाओं को बेहतर बनानें के खर्च कर सकती है।
b.	जहां आँगनवाड़ी विद्यालय परिसर में है वहाँ महिला बाल विकास विभाग से	15000	जहां आँगनवाड़ी विद्यालय परिसर में है वहाँ महिला बाल विकास विभाग से
c.	जल अभियांत्रिकी विभाग - पानी के उपलब्धता लाने के लिए	एस्टीमेट/तखमिना के आधार पर स्वीकृत राशि	राजस्थान के सम्पूर्ण ग्रामीण क्षेत्र में सभी विद्यालय व आँगनवाड़ी केन्द्रों पर पेयजल व्यवस्था मुहैया कराने की जलदाय विभाग को जिम्मेदारी दी गई है।
d.	वन विभाग - वृक्षारोपण के लिए	100 से 10000 रू तक एस्टीमेट/तखमिना के आधार पर स्वीकृत राशि	विभाग द्वारा प्रावधान है कि राजकीय विद्यालयो में वृक्षारोपण हेतु आवश्यक पेड़-पौधे निशुल्क दिये जायेंगे एवं उनकी सुरक्षा हेतु लोहे की जाली की बाड़ भी उपलब्ध करवाई जाती है।
e.	कृषि-विभाग-पोषण बाग विकसित करने के लिए	100 से 10000 रू तक एस्टीमेट/तखमिना के आधार पर स्वीकृत राशि	विभाग द्वारा प्रावधान है कि राजकीय विद्यालयो में कि. चनगार्डन निर्माण हेतु आवश्यक पौधे निशुल्क दिये जायेंगे एवं उनकी सुरक्षा हेतु लोहे की जाली की बाड़ भी उपलब्ध करवाई जाती है।
f.			2 अक्टूबर 2020 से भारत सरकार ने सभी राज्यों के साथ 100 दिन में सभी विद्यालयों और आँगनवाड़ियों में पेयजल पहुँचाने की मुहीम ष्ठुरू की है
4.	अन्य		
a.	स्थानीय भामाशाह	विद्यालय / आँगनवाड़ी में माँग व आवश्यकता के आधार पर	विद्यालय / आँगनवाड़ी में आवश्यकता / सुविधा की माँग एवं उसकी अनुमानित लागत के आधार पर राशि भामाशाह द्वारा उपलब्ध करवाई जाती है।
b.	सी एस आर	विद्यालय / आँगनवाड़ी में माँग व आवश्यकता के आधार पर	विद्यालय / आँगनवाड़ी में आवश्यकता / सुविधा की माँग एवं उसकी अनुमानित लागत के आधार पर राशि / सुविधा सी.एस.आर. कम्पनी द्वारा उपलब्ध करवाई जाती है।
c.	अभिभावक और समुदाय	विद्यालय / आँगनवाड़ी में माँग व आवश्यकता के आधार पर	विद्यालय / आँगनवाड़ी में आवश्यकता / सुविधा की माँग एवं उसकी अनुमानित लागत के आधार पर राशि अभिभावकों और समुदाय द्वारा उपलब्ध करवाई जाती है।

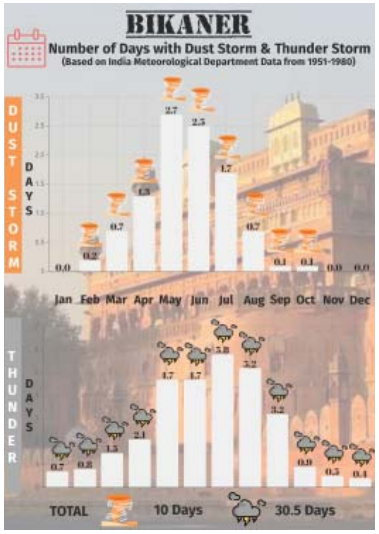
यहाँ दिया गया विवरण, इस पुस्तिका के तैयार होते समय उपलब्ध जानकारी के आधार पर है. इसे राज्य, जिले, तहसील और विद्यालय स्तर पर उपलब्ध जानकारी से संकलित किया गया है. इसलिए, इसके लेखक, सरकार द्वारा घोषित किसी नयी जानकारी या वर्तमान जानकारी में हुए बदलाव के कारण बदली हुई जानकारी की जिम्मेदारी नहीं ले सकेंगे.

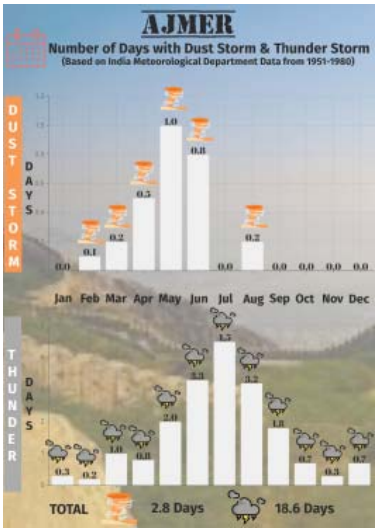
www.rajteachers.com

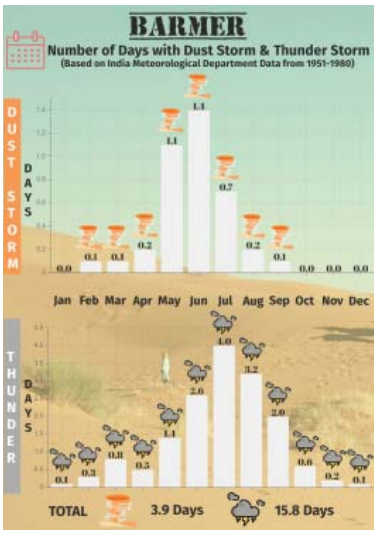
ग. राज्य के विभिन्न इलाकों में रेत के अंधड़, आँधी-तूफान की संभावना का परिदृश्य

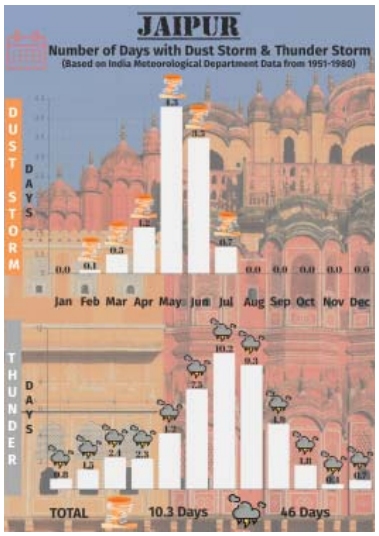
कोविड-19 को देखते हुए, बाहर की जगहों को बेहतर इस्तेमाल में लेने के लिए उपयोगी

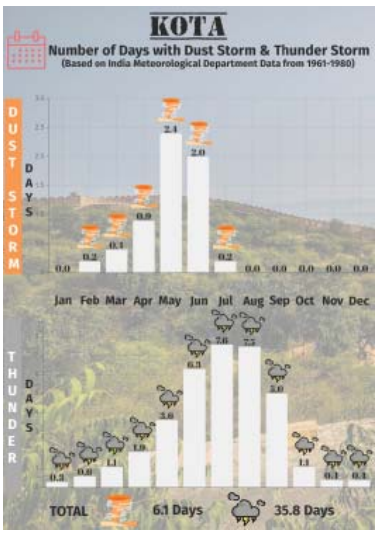


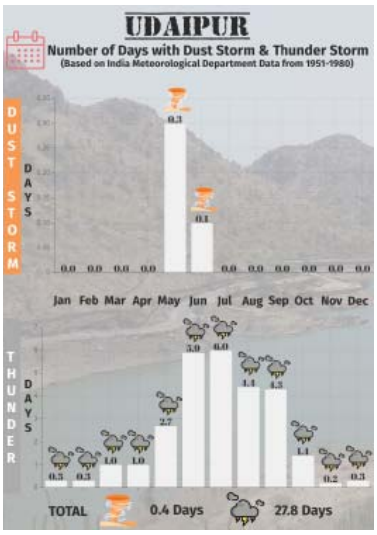


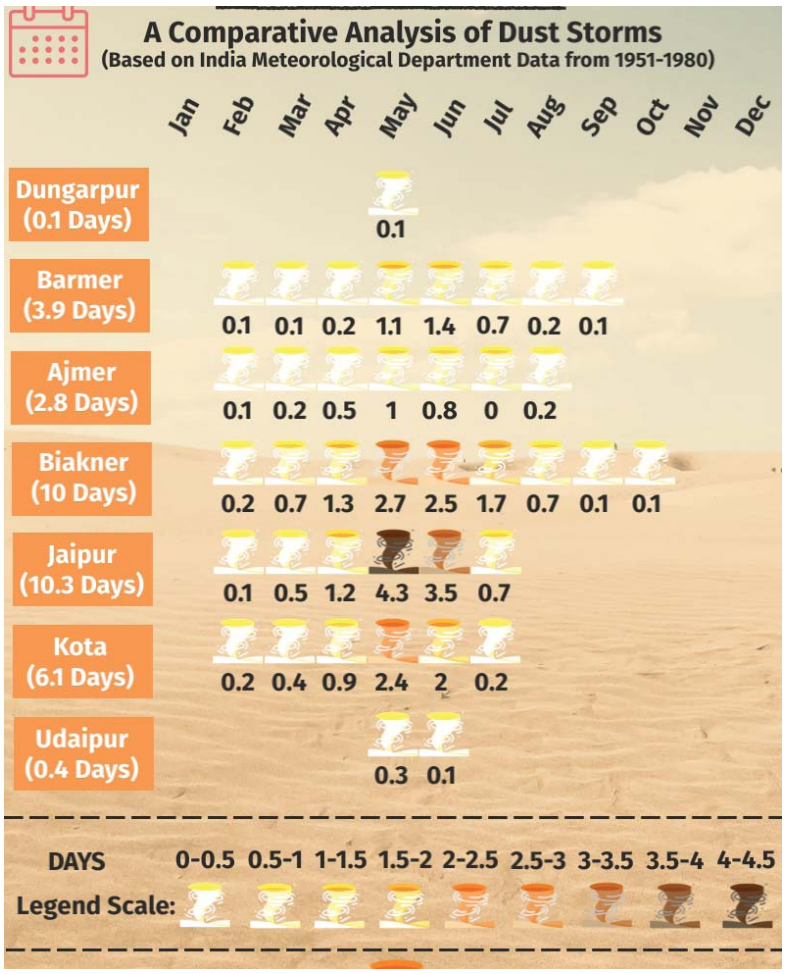












राजस्थान

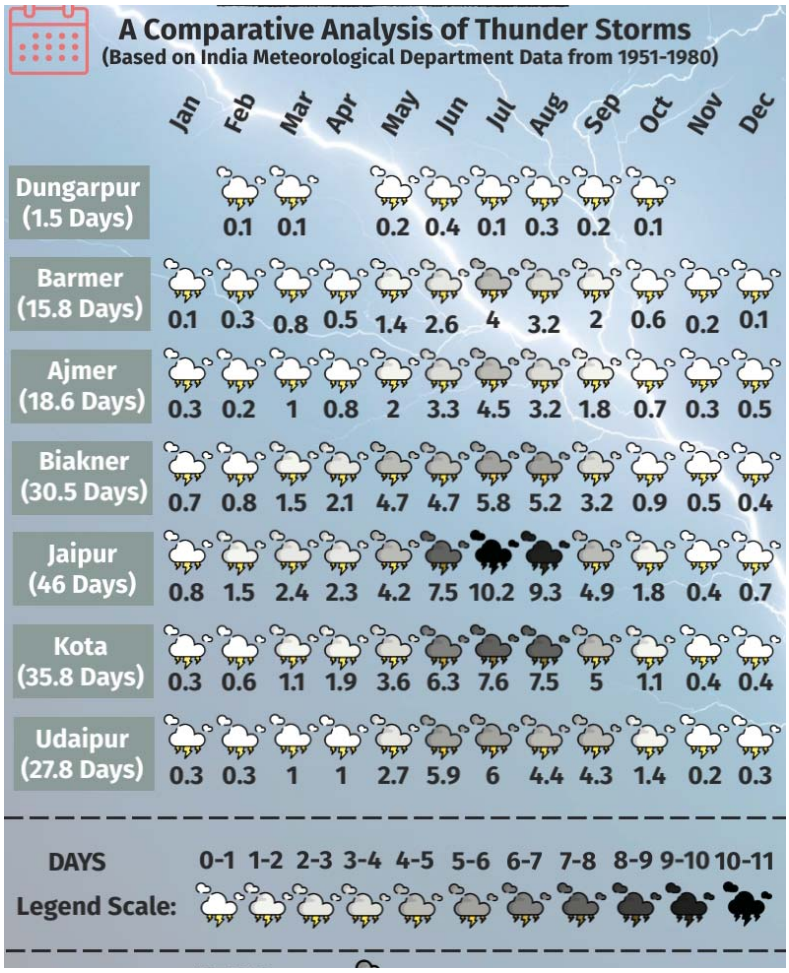
रेत के अंधड़, आँधी-तूफान के दिनों का एक तुलनात्मक विश्लेषण

(Based on 30 Year (1951-80) Indian Meteorological Department Climatic Data)

प्रयोग

यह आँड़के बताते हैं कि एक महीने या एक साल में कितने दिन ऐसे होगें जब रेत के अंधड़, आँधी-तूफान की संभावना बनेगी।

कोविड-19 को ध्यान में रखते हुए, विद्यालय / आँगनवाड़ी में बाहर की खुली / अधखुली जगहों के इस्तेमाल के समय यह आँड़के बहुत उपयोगी होगें



घ. बुनियादी जानकारी के पोस्टर

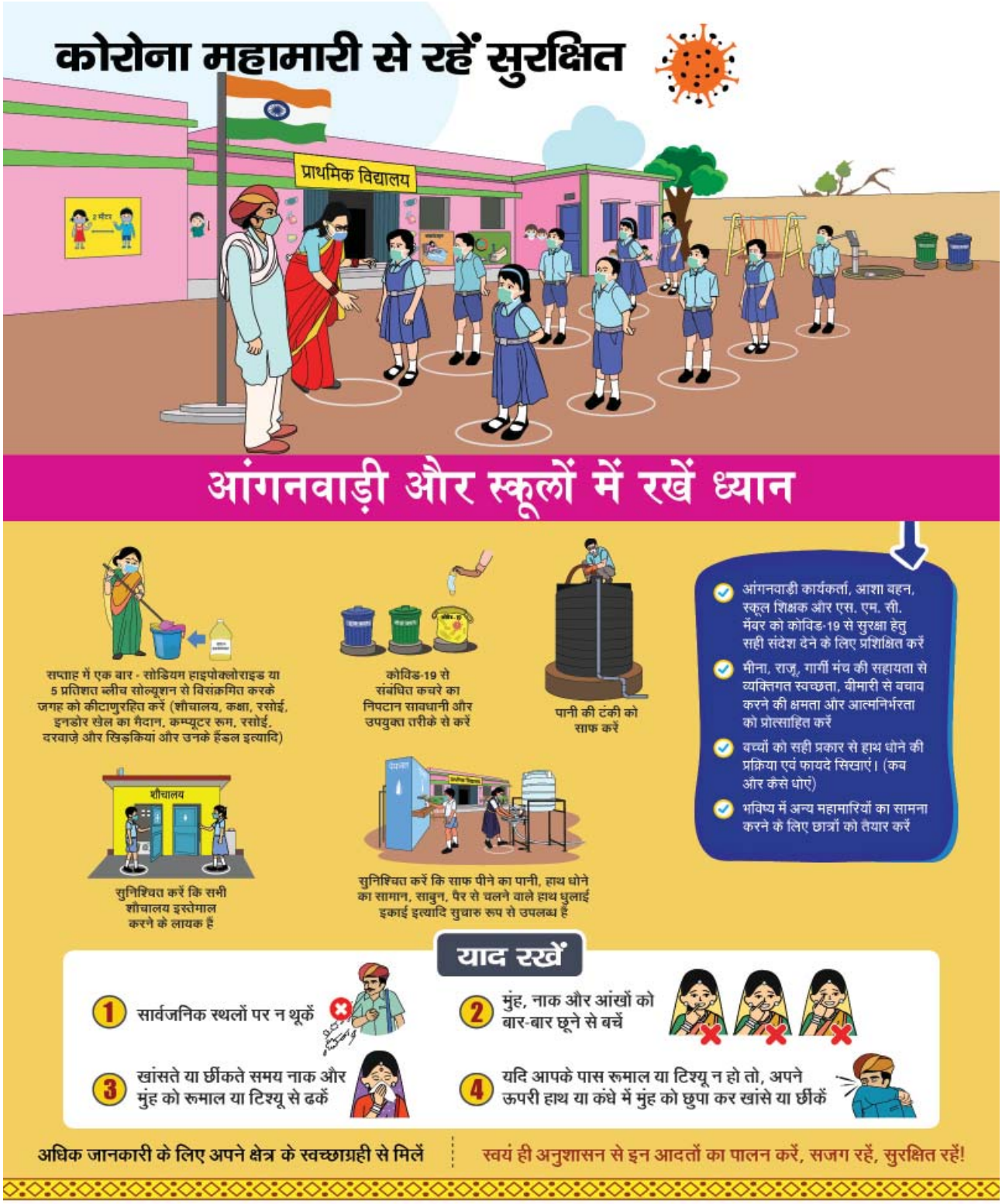
अधिक जानकारी के लिए अपने स्कूल के शिक्षक से संपर्क करें

स्वयं ही अनुशासन से इन आदतों का पालन करें, सजग रहें, सुरक्षित रहें!

unicef
for every child

अधिक जानकारी के लिए अपने स्कूल के शिक्षक से संपर्क करें
स्वयं ही अनुशासन से इन आदतों का पालन करें, सजग रहें, सुरक्षित रहें!

unicef for every child


कोरोना महामारी से रहें सुरक्षित
प्राथमिक विद्यालय
आंगनवाड़ी और स्कूलों में रखें ध्यान
सप्ताह में एक बार - सोडियम हाइपोक्लोराइड या 5 प्रतिशत ब्लीच सोल्यूशन से विसंक्रमित करके जगह को कीटाणुरहित करें (शौचालय, कक्षा, रसोई, इनडोर खेल का मैदान, कम्प्यूटर रूम, रसोई, दरवाज़े और खिड़कियां और उनके हैंडल इत्यादि)
कोविड-19 से संबंधित कचरे का निपटान सावधानी और उपयुक्त तरीके से करें
पानी की टंकी को साफ करें
आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, आशा बहन, स्कूल शिक्षक और एस. एम. सी. मेंबर को कोविड-19 से सुरक्षा हेतु सही संदेश देने के लिए प्रशिक्षित करें
मीना, राजू, गार्गी मंच की सहायता से व्यक्तिगत स्वच्छता, बीमारी से बचाव करने की क्षमता और आत्मनिर्भरता को प्रोत्साहित करें
बच्चों को सही प्रकार से हाथ धोने की प्रक्रिया एवं फायदे सिखाएं। (कब और कैसे धोएं)
भविष्य में अन्य महामारियों का सामना करने के लिए छात्रों को तैयार करें
शौचालय
सुनिश्चित करें कि सभी शौचालय इस्तेमाल करने के लायक हैं
सुनिश्चित करें कि साफ पीने का पानी, हाथ धोने का सामान, साबुन, पैर से चलने वाले हाथ धुलाई इकाई इत्यादि सुचारु रूप से उपलब्ध हैं
याद रखें
1 सार्वजनिक स्थलों पर न थूकें
2 मुंह, नाक और आंखों को बार-बार छूने से बचें
3 खांसते या छींकते समय नाक और मुंह को रूमाल या टिश्यू से ढकें
4 यदि आपके पास रूमाल या टिश्यू न हो तो, अपने ऊपरी हाथ या कंधे में मुंह को छुपा कर खांसे या छींकें
अधिक जानकारी के लिए अपने क्षेत्र के स्वच्छाग्रही से मिलें
स्वयं ही अनुशासन से इन आदतों का पालन करें, सजग रहें, सुरक्षित रहें!
स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर
आपणो सरिमा आपणो मान
स्वच्छ राजस्थान
unicef
for every child

कोरोना महामारी से रहें सुरक्षित
प्राथमिक विद्यालय
2 मीटर
पैर संचालित हाथ धुलाई इकाई का इस्तेमाल करें
1 पानी के नल से जुड़े हुए पैडल को पैर से दबाएं और अपने हाथों को गीला करें
2 अपने हाथों को साबुन के डब्बे के नीचे रखें और साबुन से जुड़े हुए पैडल को पैर से दबाएं। फिर साबुन से कम से कम 20 सेकंड तक हाथ रगड़ें
3 एक बार फिर, पानी के नल से जुड़े हुए पैडल को पैर से दबाएं और अपने हाथों को अच्छे से धो लें
20 सेकंड
4 अपने हाथ नियमित रूप से धोते रहें
हाथों को साफ करने के तरीके:
दोनों हथेलियों को रगड़ें
हथेलियों को पलट कर रगड़ें
उंगलियों के बीच में रगड़ें
उंगलियों की सतह के पीछे साफ करें
अंगूठे की सतह को रगड़ें
नाखूनों को साफ करें
याद रखें
1 सार्वजनिक स्थलों पर न थूकें
2 मुंह, नाक और आंखों को बार-बार छूने से बचें
3 खांसते या छींकते समय नाक और मुंह को रूमाल या टिश्यू से ढकें
4 यदि आपके पास रूमाल या टिश्यू न हो तो, अपने ऊपरी हाथ या कंधे में मुंह को छुपा कर खांसे या छींकें
अधिक जानकारी के लिए अपने क्षेत्र के स्वच्छाग्रही से मिलें
स्वयं ही अनुशासन से इन आदतों का पालन करें, सजग रहें, सुरक्षित रहें!
स्वच्छ भारत
एक कदम स्वच्छता की ओर
आपणो राज्य आपणो मान
स्वच्छ राजस्थान
unicef
for every child

ङ. पानी, स्वच्छता और स्वास्थ्य सुविधाओं को संक्रमण-मुक्त करने का सही तरीका : क्या और कैसे?

जगहें	संक्रमण-मुक्त करने के लिए रसायन	प्रक्रिया
शौच की जगह	• सोडियम-हाइपोक्लोराइट 1% • साफ करने का पाउडर (डिटर्जेंट) • साबुन का घोल / पाउडर • लम्बा और कोणीय ब्रश	• शौच जगह में लगी सीट के अन्दर • बताए गये डिटर्जेंट से लम्बे और कोणीय ब्रश को इस्तेमाल करके साफ-सफाई करना • शौच जगह के आस-पास भी बताए गये डिटर्जेंट से साफ-सफाई करना
शौचालय / मूत्रालय का फर्श	• साबुन का घोल / पाउडर / साफ करने का पाउडर (डिटर्जेंट) • रगड़ने का ब्रश • नायलोन की झाड़ू • सोडियम-हाइपोक्लोराइट 1%	• साबुन के घोल / पाउडर और ब्रश से फर्श को रगड़ना • पानी से साफ करना • 1% सोडियम-हाइपोक्लोराइट को पानी में मिलाकर उसका छिड़काव
हाथ धोने की जगह (सिंक)	• साबुन का घोल / पाउडर / साफ करने का पाउडर (डिटर्जेंट) • नायलोन का ब्रश • सोडियम-हाइपोक्लोराइट 1%	• नायलोन का ब्रश से रगड़ का साफ करना • 1% सोडियम-हाइपोक्लोराइट को पानी में मिलाकर उसका छिड़काव

Source: Ministry of Health & family Welfare, Govt of India : COVID-19: Guidelines on disinfection of common public places including offices

www.rajteachers.com

नोटः

विन्यास समुदाय

विन्यास समुदाय द्वारा राजस्थान शासन और यूनिसेफ के लिए विकसित
अक्तूबर 2020

unicef
for every child

www.rajteachers.com