


---

### पाठ विवरण:

इस पाठ में, प्रतिभागियों को पता चलेगा कि कार्यशाला की मेजबानी कौन कर रहा है, क्या कार्यशाला को कवर किया जाएगा, और वे कैसे भाग लेंगे।

---

### अध्ययन परिणाम:

 इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. कार्यशाला के प्रशिक्षकों के नाम बताने में
  2. मेजबान संगठन के काम का वर्णन करने में
  3. कार्यशाला के लिए एजेंडा बताने में
  4. कार्यशाला के दौरान पालन किए जाने वाले नियमों की सूची बनाने में
  5. चर्चा करें कि वे कार्यशाला से क्या सीखने की उम्मीद करते हैं
  6. कार्यशाला के विषयों पर ज्ञान के वर्तमान स्तरों को पहचानें
- 



### सामग्री

- फ्लिप चार्ट पेपर
  - मार्कर
  - नाम टैग (वैकल्पिक)
  - 1 नोटबुक (प्रत्येक प्रतिभागी के लिए 1)
  - पेन (प्रत्येक प्रतिभागी के लिए 1)
- 



### तैयारी

- विषयों की सूची के साथ फ्लिप चार्ट तैयार करें (कार्यशाला का एजेंडा देखें)
  - 'ग्रुप एग्रीमेंट' शीर्षक के साथ फ्लिप चार्ट तैयार करें
  - प्रति प्रतिभागी एक नोटबुक और पेन हाथ में लें
  - वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें
- 



### परिचय

10 मिनट

1. प्रशिक्षकों और प्रतिभागियों का परिचय दें।
  2. अपने संगठन का परिचय दें। बताएं कि संगठन समुदाय में क्या काम करता है।
  3. प्रशिक्षण का परिचय दें।
- इस प्रशिक्षण में जल, स्वच्छता और स्वच्छता से संबंधित विषय शामिल हैं
  - यह कार्यशाला सहभागिता पर आधारित है, इसमें छोटे-छोटे समूह में मिल कर काम करेंगे।

- सुविधाकर्ता सहित कमरे में उपस्थित सभी लोगों को चीजों को एक दुसरे से सीखनी और सिखानी है।
4. दैनिक एजेंडा की समीक्षा करें। प्रतिभागियों से पूछें कि कार्यशाला का समय में कोई समस्या है।
  5. वर्कशॉप लॉजिस्टिक्स पर चर्चा करें जिसमें बिल्लिंग लेआउट, बाथरूम, प्राथमिक चिकित्सा आदि शामिल हैं।
- 

### आइसब्रेकर - एक दूसरे को जानना

#### विकल्प 1 - पसंदीदा भोजन

1. प्रतिभागियों को एक साथी खोजने के लिए कहें।
2. बताएं कि वे अपने साथी को तीन चीजों के साथ समूह में पेश करेंगे।
  - नाम
  - वे कार्यशाला में क्या सीखना चाहेंगे
  - उनका पसंदीदा भोजन
3. प्रतिभागियों को बताएं कि उनके पास एक-दूसरे को जानने के लिए 5 मिनट हैं।
4. प्रतिभागियों को अपने साथी को बाकी समूह से परिचित कराने के लिए कहें।
5. फ्लिप चार्ट पर वे क्या सीखना चाहते हैं, उसे लिख लें। ये उनकी उम्मीदें हैं। स्पष्ट करें कि आप कार्यशाला में क्या कार्य करेंगे और क्या नहीं करेंगे फ्लिप चार्ट पर लिखें। आप कार्यशाला के अंत में उन बिन्दुओं पर लौट कर आएंगे।

#### विकल्प 2 - पसंदीदा खेल या हॉबी

1. प्रतिभागियों को बताएं कि वे अपने बारे में निम्नलिखित तीन बातों से परिचय दें।
    - नाम
    - वे क्या सीखना चाहेंगे
    - उनका पसंदीदा खेल / शौक - लेकिन उन्हें अपने पसंदीदा गतिविधि को नाटक करने के लिए कहें जाएगा और हम अनुमान लगाएंगे कि वे क्या कर रहे हैं।
  2. प्रतिभागी एक बड़े सर्कल में खड़े हों जाएँ और प्रत्येक प्रतिभागी को अपना परिचय देने के लिए कहें। ट्रेनर पहले गतिविधि की नकल करके के दिखा सकते हैं।
  3. वे क्या सीखना चाहते हैं, फ्लिप चार्ट पर उसे लिख लें। ये उनकी उम्मीदें हैं। स्पष्ट करें कि आप कार्यशाला में क्या कार्य करेंगे और क्या नहीं करेंगे फ्लिप चार्ट पर लिखें। आप कार्यशाला के अंत में उन बिन्दुओं पर लौट कर आएंगे।
- 

### समूह अनुबंध - ग्राउंड नियम बनाना

5 मिनट

1. बताएं कि ग्राउंड नियम उस समूह द्वारा बनाए गए समझौते हैं जो सभी को अनुमति देगा एक साथ अध्ययन लिए।



2. प्रतिभागियों को अपने पिछले प्रशिक्षण या अध्ययन अनुभवों पर विचार करने के लिए कहें। वे किस वजह से सकारात्मक/ नकारात्मक अनुभव करते हैं?
3. प्रतिभागियों को जोड़े में चर्चा करने के लिए कहें और चर्चा करें कि ऐसा क्या करें जिससे कि सभी के लिए सीखने का सकारात्मक माहौल बने।
4. 'ग्रुप एग्रीमेंट' शीर्षक वाले फ्लिप चार्ट पेपर पर विचार लिखें। मोबाइल फोन बंद रखें, समय की पाबंदी
5. बता दें कि कार्यशाला के दौरान अन्य अपेक्षाओं को जोड़ा जा सकता है।
6. समूह समझौते को ऐसे स्थान पर रखें जहाँ उसे देखा जा सके।

**स्व-मूल्यांकन**

10 मिनट

**विकल्प 1 - कम साक्षरता**



1. स्पष्ट करें कि आप एक स्व-मूल्यांकन करने जा रहे हैं।
2. प्रतिभागियों को बताएं आप कार्यशाला के विषयों को सूचीबद्ध करने जा रहे हैं। आपमें से प्रत्येक इस कार्यशाला में बहुमूल्य ज्ञान और अनुभव लाता है। अब हम एक छोटी सी गतिविधि करने जा रहे हैं जिसके द्वारा हम यह जानेगे कि कार्यशाला के विषयों पर हमारी कितनी जानकारी है।
3. प्रतिभागियों को यह बताएं कि यह एक साधन है जिससे हम कार्यशाला के पहले अपने ज्ञान और कौशल का मूल्यांकन कर सकते हैं। प्रतिभागियों को यह बता दें कि कार्यशाला के प्रारंभ में किसी विषय का ज्ञान कम या नहीं होना मायने नहीं रखता है। कार्यशाला का लक्ष्य प्रत्येक व्यक्ति सम्बंधित विषय को अधिक जानकारी उपलब्ध कराना है।
4. प्रतिभागियों को खुद को कमरे के विभिन्न हिस्सों में कार्यशाला के मुख्य विषयों पर अपने ज्ञान के अनुसार खड़े रहने के लिए कहें। उदाहरण के लिए, यदि आपको विषय के बारे में कुछ नहीं पता है तो कमरे के बाईं ओर खड़े हो जाएँ, अगर आप थोड़ा जानते हैं बीच में खड़े हो जाएँ और अगर तुम बहुत कुछ जानते हो तो दाईं ओर खड़े हो जाएँ।

**विकल्प 2 - प्रतिभागियों के लिए जो प्रभावी ढंग से पढ़ते हैं**



1. कार्यशाला के लिए फ्लिप चार्ट पेपर पर 4 मुख्य विषयों को प्रत्येक विषय के नीचे लिखे पैमाने के अनुसार एक टुकड़े पर लिखें। आप अपनी आवश्यकता के अनुसार अलग-अलग रंग से विषयों को अंकित कर सकते हैं।

	कुछ भी नहीं	थोड़ा सा	बहुत
रोग संचरण मार्ग			
WASH के फायदे			
दूषित जल के उपचार के तरीके			
WASH समस्याओं की पहचान करना			
WASH व्यवहार को अपनाने के लिए घर को कैसे प्रभावित करें।			

2. प्रतिभागियों को यह बताएं कि यह एक साधन है जिससे हम कार्यशाला के पहले अपने ज्ञान और कौशल का मूल्यांकन कर सकते हैं। प्रतिभागियों को यह बता दें कि कार्यशाला के प्रारंभ में किसी विषय का ज्ञान कम या नहीं होना मायने नहीं रखता है। कार्यशाला का लक्ष्य प्रत्येक व्यक्ति सम्बंधित विषय को अधिक जानकारी उपलब्ध कराना है।

3. जैसे जैसे आप विषय के विभिन्न आयामों से गुजरते हैं तब आप उन लोगों से जो यह कहते हैं कि वे बहुत कुछ जानते हैं विषय के बारे में उनकी समझ के स्तर की पुष्टि करने के लिए कुछ प्रश्न से पूछ सकते हैं। विशेष क्षेत्रों में अत्यधिक अनुभवी प्रतिभागियों को विशेषज्ञता के स्रोत के रूप में और कम ज्ञान या अनुभव वाले प्रतिभागियों की मदद करने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है।
4. प्रतिभागियों को यह बताएं कि विभिन्न विषयों के बारे में सीखना शुरू करना और निम्नलिखित पाठ को तैयार करने का समय आ गया है।

पाठ योजना: WASH क्या है?

60 मिनट

---

### पाठ विवरण



इस पाठ का ध्यान WASH और रोगों के प्रसार के बीच संबंध को उजागर करना है। प्रतिभागी पानी से संबंधित बीमारियों के प्रसार के विभिन्न तरीकों और उनके प्रसार को रोकने के विभिन्न तरीके का पता लगा सकेंगे।

---

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. WASH का संक्षिप्त वर्णन करें
2. जल से संबंधित बीमारियों के संचरण मार्गों की व्याख्या करें
3. पानी से संबंधित बीमारी के संचरण को रोकने के तरीके बताएं
4. स्वस्थ घरों के लिए WASH की अवधारणा को समझाएं



### सामग्री

1. फ्लिप चार्ट पेपर
2. टेप
3. मार्कर
4. ट्रांसमिशन रूट गतिविधि  
(<https://resources.cawst.org/activity/0726f5e1/transmission-routes-activity>)
5. स्वस्थ घरों के लिए WASH की 6 छवियां (पाठ योजना का अंत देखें)



### तैयारी

- पाठ विवरण या अध्ययन परिणामों के साथ फ्लिप चार्ट पेपर तैयार करें
  - रंगीन कागज के छोटे टुकड़े
  - ट्रांसमिशन रूट गतिविधि कार्ड के 5 सेट तैयार करें
  - स्वस्थ घरों के लिए WASH के लिए 6 चित्र प्रिंट करें
  - कार्यशाला की सामग्रियों में CWP Healthy Homes Monitoring प्रपत्र पढ़ें और प्रत्येक श्रेणी के अर्थ के साथ खुद को परिचित करें।
-



## परिचय

1. फ्लिप चार्ट पेपर के एक टुकड़े को दो कॉलम में विभाजित करें।
2. प्रतिभागियों से पूछें: "आज इस प्रशिक्षण में आने से पहले, आपने क्या कुछ गतिविधियाँ या चीज़ों की थीं?"  
नाश्ता खाएं, चेहरा धोएं, शौचालय जाएं, घर के चारों ओर सफाई करें, दांत साफ करें, पानी इकट्ठा करना, हाथ-पैर धोना, टैक्सी में ड्राइव करना, कपड़े पहनना आदि।
3. जैसा कि प्रतिभागी आपको जवाब देते हैं, उन्हें 2 कॉलम में फ्लिप चार्ट पेपर पर लिखें। पहला कॉलम WASH से संबंधित गतिविधियों के लिए होगा और दूसरा कॉलम के लिए होगा गैर-वाश-संबंधी गतिविधियाँ। कॉलम के लिए अभी कोई शीर्षक न लिखें।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि आप फ्लिप चार्ट पेपर पर गतिविधियों को 2 कॉलम में रखते हैं क्योंकि वे 2 अलग-अलग श्रेणियों में हैं।
5. प्रतिभागियों से पूछें: "2 श्रेणियां क्या हैं?" पानी से संबंधित गतिविधियाँ और गैर-पानी- संबंधित गतिविधियाँ
6. अध्ययन परिणाम या पाठ विवरण प्रस्तुत करें।



## WASH क्या है?

5 मिनट

1. प्रतिभागियों को समझाएं कि दिन भर हम कई WASH से संबंधित अभ्यास करते हैं जैसे हाथ धोना, नहाना, कपड़े और बर्तन धोना, अपने घर की सफाई करना आदि। इन गतिविधियों में से अधिकांश बहुत आम हैं और हम उन्हें अपने जीवन के हर दिन करते हैं।
2. प्रतिभागियों से अपने एक साथी के साथ चर्चा करने के लिए कहें: "WASH का क्या मतलब है?"
3. भागीदारों को अपने विचारों को बड़े समूह के साथ साझा करने के लिए कहें। इसकी बहुत सम्भावना है कि प्रतिभागियों को WASH का acronym जो कि Water, Sanitation और Hygiene है की पहचान होगी।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि गतिविधियों को Water, Sanitation या Hygiene में विभाजित करना पूरी तरह से WASH के अर्थ को समझने के लिए पर्याप्त नहीं है और यह इतना महत्वपूर्ण क्यों है।
5. प्रतिभागियों को समझाएं कि WASH के अर्थ को बेहतर ढंग से समझने के लिए, उन्हें बड़ी तस्वीर देखने की आवश्यकता होगी कि पानी, स्वच्छता और साफ- सफाई के बिना बीमारियाँ कैसे फैलती हैं।

## ट्रांसमिशन रूट्स गतिविधि - भाग 1 (मार्ग)

15 मिनट



1. प्रतिभागियों को 3-5 लोगों के समूहों में विभाजित करें। आपके द्वारा तैयार किए गए ट्रांसमिशन रूट्स कार्ड खेल से प्रत्येक समूह को सफेद कार्ड और तीर सौंपें।
2. स्पष्ट करें कि उन्हें सफेद कार्ड और तीर का उपयोग करना है ताकि वे अधिक संचरण मार्ग बना सकें क्योंकि वे दिखा सकते हैं कि मानव मल से कैसे विषाणु मानव को बीमार कर सकते हैं।
3. जब समूहों ने अपने आरेख बनाए हैं, तो प्रत्येक समूह को अन्य समूहों को इसके आरेख की व्याख्या करने के लिए कहें और वर्णन करें कि उन्होंने कार्ड को इस तरह से क्रम में क्यों रखा है। उन्हें दूसरे समूहों द्वारा उठाए गए सवालियों के जवाब देने दें।
4. विभिन्न आरेखों के बीच समानता और अंतर पर चर्चा करें। चर्चा को यह जानने के लिए प्रोत्साहित करें कि प्रतिभागियों ने चित्रों को एक विशेष क्रम में क्यों रखा और सुनिश्चित करें कि हर कोई इसे समझता है कि "ट्रांसमिशन मार्ग" क्या है।

5. प्रतिभागियों से पूछें: "यह गतिविधि हमें पूरी तरह से समझने में कैसे मदद करती है WASH का मतलब?" यह हमें WASH के विभिन्न घटकों और वे कैसे दिखाता है सभी महत्वपूर्ण और जुड़े हुए हैं।

WASH समाधान - ट्रांसमिशन रूट की बाधाएं

15 मिनट

1. प्रतिभागियों को समझाएं कि ऐसी कई गतिविधियाँ हैं जो हम दिन भर कर सकते हैं जो बीमारी को फैलने से रोकने में मदद करती हैं और हमें खुद को और समुदायों को बचाने में मदद करती हैं। उदाहरण के रूप में WASH- संबंधित 'कॉलम' में गतिविधियों की सूची देखें।
2. प्रत्येक भागीदार को कागज के कुछ छोटे टुकड़े सौंप दें।
3. प्रतिभागियों को अपने कागज के टुकड़े लेने के लिए कहें और उन्हें कागज की गेंदों में समेट दें।
4. प्रतिभागियों से आप पर कागज के गोले फेंकने के लिए कहें। अपना बचाव न करें।
5. बड़े समूह से पूछें: "क्या हुआ?" मैं कागज के टुकड़े से टकरा गया क्योंकि मैंने अपनी रक्षा नहीं की। प्रतिभागी को समझाएं कि "मुझे अपने ऊपर फेंके जा रहे कागज के गोले से खुद को बचाने के लिए किसी वस्तु का उपयोग करना चाहिए"।
6. प्रतिभागियों से एक बार फिर से कागज के गोले अपने ऊपर फेंकने को कहें। इस बार, कागज की गेंदों से खुद को बचाने के लिए एक वस्तु का उपयोग करें।
7. बड़े समूह से पूछें: "क्या हुआ?" मैं कागज के टुकड़ों से नहीं टकराया क्योंकि मैंने खुद को बचाने के लिए एक वस्तु का उपयोग करने का विकल्प बनाया।
8. प्रतिभागियों को समझाएं कि हम प्रत्येक पेपर गेंदों को एक बीमारी के रूप में सोच सकते हैं। बता दें कि कभी-कभी लोग विभिन्न कारणों से उस विकल्प को नहीं बनाते हैं। कुछ उदाहरण हो सकता है: यह जानना जरूरी नहीं है कि गेंद को अवरुद्ध करना क्यों महत्वपूर्ण है, इसे अवरुद्ध करने में सक्षम नहीं है, उनके पास गेंद को अवरुद्ध करने में मदद करने के लिए कोई वस्तु नहीं है, या किसी ने पहले कभी गेंद को अवरुद्ध करने के बारे में नहीं सोचा है। वे अन्य पाठ में चर्चा करेंगे कि वे खुद की रक्षा किन कारणों से नहीं कर सकता है।
9. प्रतिभागियों को समझाएं कि आपने जिस वस्तु का उपयोग खुद को बचाने के लिए किया था, उसे 'बाधा' कहा जाता है।
10. प्रतिभागियों को समझाएं कि अब वे WASH से संबंधित बीमारियों से खुद को बचाने के लिए उपयोग में आने वाली बाधाओं को देख रहे हैं।


ट्रांसमिशन रूट्स गतिविधि - भाग 2 (मार्ग)

10 मिनट

1. प्रतिभागियों को अपने पहले के समूहों में लौटने के लिए कहें।
2. प्रत्येक समूह को पीले कार्ड सौंपें। उन्हें बता दें कि बीमारियों के संचरण को अवरुद्ध करने के लिए उन्हें पीले कार्ड का उपयोग करना चाहिए। उन्हें सीधे सफ़ेद कार्ड के ऊपर पीला कार्ड डालना होगा जिसे वह ब्लॉक करने की कोशिश कर रहा है।
3. प्रतिभागियों के साथ चर्चा करें कि हमें अपनी सुरक्षा को अधिकतम करने के लिए सभी बाधाओं का उपयोग करने की आवश्यकता है। हम केवल एक अवरोध के साथ रोगों के संचरण को पूरी तरह से रोक नहीं सकते हैं।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि कोई व्यक्ति विशेष रूप से दस्त के साथ बीमार हो रहा है तो यह इसका नतीजा हो सकता है कि वह सभी बाधाओं का उपयोग खुद की रक्षा करने के लिए नहीं कर रहा हो।

## स्वस्थ घरों के लिए WASH

15 मिनट

- 
1. प्रतिभागियों को समझाएं कि WASH के सभी अलग-अलग तत्व लोगों के लिए भारी हो सकते हैं क्योंकि सुरक्षित रहने और बीमारी से खुद को बचाने के लिए याद रखने के लिए बहुत सी चीजें हैं। चीजों को आसान बनाने के लिए, हमने WASH में उन चीजों की एक सूची बनाई है, जिन्हें लोगों को ट्रैक रखने के लिए करना चाहिए। हम इसे 'स्वस्थ घरों के लिए WASH' कहते हैं।
  2. प्रतिभागियों को समझाएं कि आप बाद में कार्यशाला में इन श्रेणियों पर चर्चा करेंगे।
  3. जैसा कि आप 6 श्रेणियों में से प्रत्येक को समझाते हैं, दीवार पर छवियों को एक गोले बनाने में चिपकाएँ। श्रेणियाँ हैं: पीने का सुरक्षित पानी, शौचालय, हैंडवाशिंग, स्वच्छ पर्यावरण, सुरक्षित भोजन और साझा जिम्मेदारी का उपयोग करना।



*ट्रेनर नोट: अलग-अलग श्रेणियों पर आगे स्पष्टीकरण के लिए CWP\_ Healthy Homes Monitoring प्रपत्र दस्तावेज़ देखें।*

4. प्रतिभागियों को समझाएं कि स्वस्थ घर रखने के लिए, एक व्यक्ति को WASH की 6 श्रेणियों का अभ्यास करना होगा। यदि वे नहीं करते हैं, तो वे पानी से संबंधित बीमारियों से पूरी तरह से अपनी रक्षा नहीं कर रहे हैं। यदि श्रेणियों में से एक गायब है, तो व्यक्ति अभी भी बीमार हो सकता है।



*ट्रेनर नोट: सुनिश्चित करें कि आप WASH की उस श्रेणी से संबंधित प्रत्येक पाठ के अंत में WASH आरेख पर लौटें।*

## समीक्षा

5 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: "WASH का संक्षिप्त नाम क्या है?" पानी, स्वच्छता और स्वच्छता।
2. प्रतिभागियों को खड़े होने के लिए कहें।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अपने हाथों का उपयोग WASH के प्रत्येक अक्षर के आकार को उनके सामने हवा में बनाएँ। जैसा कि वे पत्र के आकार को दिखाते हैं, उन्हें उन गतिविधियों का उदाहरण देना होगा जो लोग घर पर करते हैं जो कि WASH की श्रेणी से संबंधित है।
4. प्रतिभागी को "W" और "A" की आकृति बनाने के लिए अपने हाथों का उपयोग करने के लिए कहें।  
प्रतिभागीगियों से पूछें: "पानी से सम्बंधित होने वाली कुछ गतिविधियाँ क्या हैं?" पानी पीना, नहाना, कपड़े धोना, दांत साफ करना आदि।
5. प्रतिभागी को एक "S" का आकार बनाने के लिए अपने हाथों का उपयोग करने के लिए कहें।  
प्रतिभागियों से पूछें: "स्वच्छता के तहत कुछ गतिविधियाँ क्या हैं?" शौचालय का उपयोग करना और बनाए रखना, एक शौचालय का गड्ढा खोदना, एक शौचालय का गड्ढा खाली करना, कीटों का प्रबंधन करना, जानवरों का प्रबंधन करना आदि।

6. प्रतिभागी को "H" का आकार बनाने के लिए अपने हाथों का उपयोग करने के लिए कहें। प्रतिभागियों से पूछें कि कुछ गतिविधियाँ क्या हैं जो स्वच्छता के तहत आती हैं? हाथ धोना, नहाना, खाना बनाना आदि।

---

पाठ पर विचार  
**सुरक्षित पानी पीना**





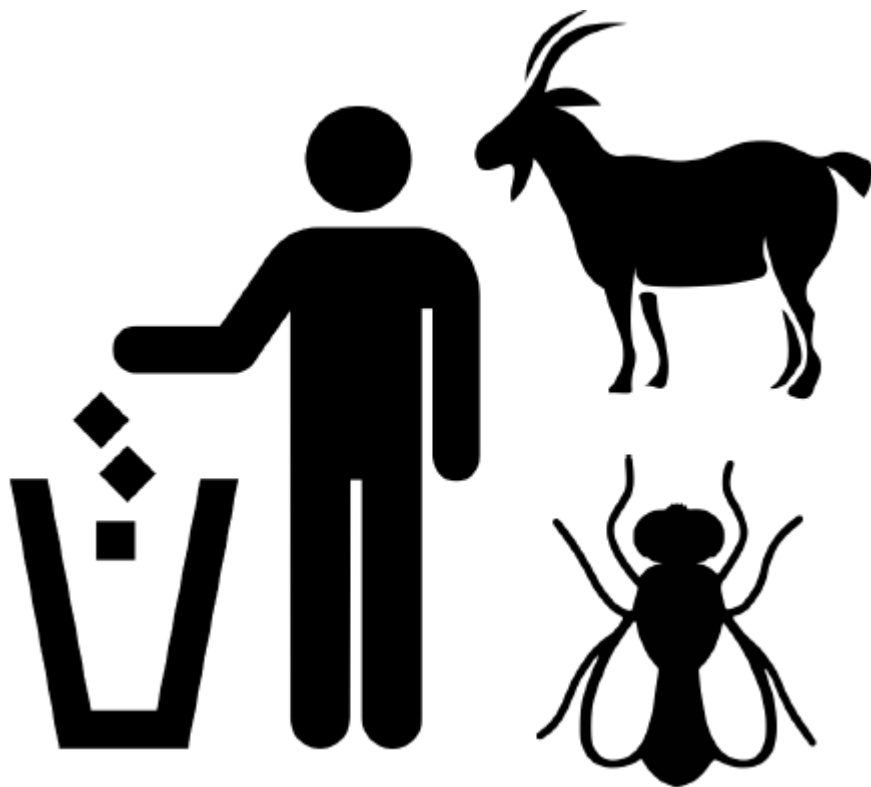
लैट्रिन का उपयोग करना



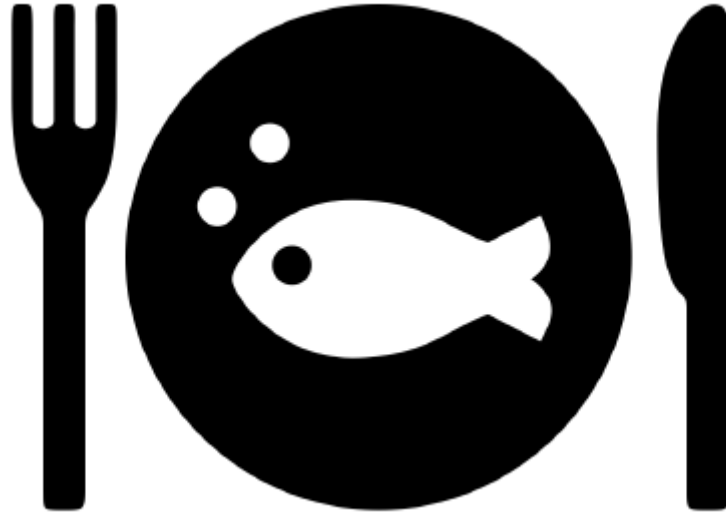
स्वच्छता



साफ वातावरण



## सुरक्षित भोजन



## साझा जिम्मेदारी



### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागियों से पानी संबंधित बीमारियों के प्रसार को कम करने और गरीबी चक्र को तोड़ने के लिए अच्छी WASH प्रथाओं के महत्व पर चर्चा की जाएगी। पाठ WASH से संबंधित प्रासंगिक वैश्विक और राष्ट्रीय लक्ष्यों को भी उजागर करेगा।

---

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. WASH के महत्व पर चर्चा करें
  2. उनके समुदाय में आम बीमारियों की पहचान करें
  3. वर्तमान WASH मुद्दों को स्थानीय और विश्व स्तर पर समझाएँ
- 

### सामग्री



1. फ्लिप चार्ट पेपर
  2. टेप
  3. मार्कर
  4. क्यू कार्ड्स या पोस्ट-इट नोट्स
  5. दृष्टिहीन गंदे पानी का गिलास
  6. वैकल्पिक: प्रोजेक्टर
  7. वैकल्पिक: सीडब्ल्यूपी WASH क्यों पावरपॉइंट प्रस्तुति
  8. गरीबी चक्र कार्ड
- 



### तैयारी

- गंदे पानी से तैयार पानी का गिलास और इसे प्रतिभागियों के सामने एक मेज पर रखें।
  - 3-5 प्रतिभागियों के प्रत्येक समूह के लिए गरीबी चक्र कार्ड का 1 सेट काटें (पाठ योजना का अंत देखें)
  - जिस क्षेत्र या देश में आप कार्यशाला दे रहे हैं, उसके आँकड़ों के संबंध में प्रश्न और उत्तर तैयार करें। आप प्रश्न बनाने के लिए एक गाइड के रूप में CWP\_ Why WASH Matter PowerPoint प्रस्तुति का उपयोग कर सकते हैं।
  - वैकल्पिक: CWP\_ Why WASH मैटर्स पावरपॉइंट प्रेजेंटेशन की समीक्षा करें और जिस क्षेत्र में आप कार्य कर रहे हैं उसके अनुसार आँकड़ों को संशोधित करें।
  - वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें
- 



### परिचय

5 मिनट

1. गंदे पानी वाले ग्लास को उठाएँ और प्रतिभागियों से पूछें: "क्या यह मेरे लिए एक अच्छा विचार होगा इस पानी को पी लें? क्यों या क्यों नहीं?"

*नहीं। गंदा पानी पीना मुझे बीमार कर सकता/सकती हूँ। इससे बीमारियाँ फैल सकती।*

2. प्रतिभागियों से अधिक संभावित प्रश्न पूछें: "बीमार होना एक बुरी बात क्यों है?"  
स्वास्थ्य प्रभाव, अन्य लोगों को बीमार बनाते हैं, अधिक बीमार हो सकते हैं, काम या स्कूल को याद कर सकते हैं, परिवार के सदस्यों की देखभाल नहीं कर सकते हैं, आदि।
3. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।



खराब WASH प्रैक्टिस के परिणाम - रोग

30 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब समूहों में काम करेंगे ताकि उन बीमारियों को सूचीबद्ध किया जा सके जो उनके समुदायों में आम हैं।
2. प्रतिभागियों को 3-5 लोगों के छोटे समूहों में विभाजित करें।
3. प्रत्येक समूह को पोस्ट-इट नोट्स या क्यू कार्ड का एक सेट सौंपें।
4. प्रत्येक समूह को विभिन्न बीमारियों को व्यक्तिगत क्यू कार्ड या पोस्ट-इट नोट्स पर लिखने के लिए कहें जो उनके समुदायों या देश में आम हैं। वे केवल WASH से संबंधित ही नहीं, बल्कि कोई भी बीमारी हो सकती है। जैसा कि प्रतिभागी बीमारियों को लिखते हैं, उन्हें पोस्ट इट नोट्स को सामने लाने के लिए कहें और उन्हें दीवार पर चिपका दें। उन्हें खत्म करने के लिए 5 मिनट दें।



1. ट्रेनर नोट: WASH- संबंधित रोग और गैर- WASH संबंधित रोग दो स्तंभों में लिखें लेकिन शीर्षक अभी नहीं लिखें।

5. प्रतिभागियों को बताएँ: "उन सभी बीमारियों को देखो! "
6. सूची को एक समूह के रूप में पढ़ें और इस बात पर चर्चा करें कि सूचीबद्ध बीमारियों में से कौन सी सबसे आम हैं।
7. प्रतिभागियों को समझाएं कि आप बीमारियों को न केवल समान रोगों के समूहों में अलग कर रहे हैं, बल्कि 2 स्तंभों में भी रखें। प्रतिभागियों से पूछें: "अगर हमें दोनों स्तंभों के लिए एक शीर्षक देने होते, तो वे क्या-क्या होते? WASH- संबंधित और गैर-वाश से संबंधित।
8. प्रतिभागियों को समझाएं कि WASH प्रथाओं के माध्यम से पिछले पाठ में उन्होंने चर्चा की थी कि कैसे WASH संबंधित बीमारियां फैलती हैं। चर्चा में मदद करने के लिए ट्रांसमिशन रूट गतिविधि से उदाहरणों का उपयोग करें (गंदे हाथ, भोजन पर मक्खियों, गंदा पानी, आदि)
9. प्रतिभागियों से पूछें: "अगर सभी ने पानी का उपचार किया तो हम किन-किन बीमारियों को दूर कर सकते हैं?" उन सभी बीमारियों को हटा दें जो दूषित पानी से फैलती हैं।
10. प्रतिभागियों से पूछें: "अगर हर कोई लगातार शौचालय और अच्छी स्वच्छता का उपयोग करता है तो हम किन-किन बीमारियों को दूर कर सकते हैं?" उन सभी बीमारियों को हटा दें जो स्वच्छता और पर्यावरणीय स्वच्छता (लैट्रीन, कीड़े और जानवरों के प्रबंधन, जलते कचरे, प्रदूषण आदि) के माध्यम से फैलती हैं।
11. प्रतिभागियों से पूछें: "अगर हर कोई लगातार स्वच्छता का अभ्यास करता हो, जैसे की हाथ धोना, तो हम किन-किन बीमारियों को दूर कर सकते हैं?" हाथ की स्वच्छता से फैलने वाली सभी बीमारियों को हटा दें। (इनमें से कुछ में फ्लू और अन्य सामान्य WASH से नहीं सम्बंधित रोग शामिल हो सकते हैं)।
12. प्रतिभागियों द्वारा पहचाने गए सभी पोस्ट-इट नोट्स को हटा दें। अंततः, WASH से संबंधित सभी बीमारियों को दीवार से हटा दें।
13. प्रतिभागियों को समझाएं कि WASH से सम्बंधित रोगों को खत्म करना काफी आसान है क्योंकि अधिकांश समाधान काफी सरल हैं, जैसे कि फिल्टर का उपयोग करना, लैट्रीन का उपयोग करना और अपने हाथों को धोना।

14. प्रतिभागियों को समझाएं कि आपने सभी WASH से सम्बन्ध नहीं रखने वाली बीमारियों को नहीं हटाया है क्योंकि आप उन पर ध्यान केंद्रित नहीं करेंगे। बता दें कि उन बीमारियों में से कई को रोकने के लिए अधिक जटिल हैं और चिकित्सा विशेषज्ञों की मदद की आवश्यकता हो सकती है।

### गरीबी चक्र

20 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: "लोगों का स्वस्थ रहना क्यों महत्वपूर्ण है?" *इसलिए की लोग काम पर जा सके, बच्चे स्कूल जा सके, लोग अधिक उत्पादक हैं, लोगों के पास अधिक पैसा है क्योंकि वे अपना पैसा मेडिकल बिल आदि पर बर्बाद नहीं करते हैं।*
2. प्रतिभागियों को 4-5 लोगों के समूहों में विभाजित करें।
3. प्रत्येक समूह को गरीबी चक्र के चित्रों का एक सेट दें।
4. प्रत्येक समूह को समझाएं कि उन्हें चित्रकथा बनाने के लिए सेट में सभी चित्रों का उपयोग करने की आवश्यकता होगी। प्रतिभागियों को समझाएं कि कहानी का पंक्तिबद्ध (बाएं से दाएं) होना जरूरी नहीं है, यह गोलाकार भी हो सकता है, और यहां तक दूसरे अन्य आकार भी ले सकता है।
5. प्रतिभागियों से पहले चित्रों को व्यवस्थित करने के लिए बोलें और फिर एक बार उन्होंने समूह के रूप में क्रम तय कर लिया हो, तब टेप या गोंद का उपयोग करके सभी चित्रों को एक फ्लिपकार्ड पेपर पर चिपकाने के लिए बोलें। 5 मिनट के बाद, समूह को दीवार पर अपने फ्लिप चार्ट को चिपकाने आने के लिए कहें, या बस एक सर्कल बनाएं और प्रतिभागियों को फर्श पर सर्कल के केंद्र में अपने फ्लिपकार्ड को रखने के लिए कहें।
6. प्रत्येक समूह को अपनी कहानी समझाने के लिए कहें।
7. प्रतिभागियों को गरीबी चक्र समझाएं। *जब लोग बीमार होते हैं, तो वे काम पर नहीं जा सकते हैं या स्कूल नहीं जा सकते हैं, जिसका अर्थ है कि वे पैसे नहीं कमा सकते हैं और बच्चे सीख नहीं सकते हैं। यदि बच्चे नहीं सीखते हैं, तो वे भविष्य में अच्छी नौकरी नहीं कर पाएंगे। यदि लोग बीमार हैं, तो उन्हें स्कूल के लिए भुगतान करने, पोषक भोजन, या काम पर जाने के लिए कपड़े आदि के बजाय चिकित्सा के बिलों का भुगतान करने के लिए पैसा खर्च करना होगा।*
8. प्रतिभागियों को समझाएं कि गरीबी चक्र को तोड़ने में मदद करने के लिए एक अच्छा तरीका है WASH प्रथाओं का अच्छा होना और WASH से संबंधित बीमारियों को खत्म करना।
9. प्रतिभागियों को अपनी सीट पर वापस जाने के लिए कहें यदि वे सर्कल में खड़े हैं।
10. प्रतिभागियों से पूछें: "अब वे इस गरीबी के बारे में सोचें। यदि आपको लगता है कि बुरे WASH प्रथाओं के कारण हर कोई बीमार है, तो आप क्या सोचते हैं? *यदि लोग बीमार हैं, तो वे ज्यादा काम नहीं सीख सकते हैं और ना अच्छे पैसे कमा सकते हैं। जितने लोग बीमार होते हैं उतने ही कम लोग पैसे कमाते हैं। कम लोग पैसे कमाते हैं, कम लोग चीजें खरीद सकते हैं, जिसका मतलब है कि सभी के लिए कम पैसा; सरकार के लिए कम धनराशि, जिसका अर्थ है कि वे लोगों को अच्छी सेवाएं नहीं दे सकते हैं।*



**ट्रेनर नोट:** यह समझाने के लिए काफी कठिन सिद्धांत हो सकता है। आप इस उदाहरण का उपयोग कर सकते हैं यदि आपको लगता है कि यह मददगार होगा:

जॉन एक बढ़ई है। वह फर्नीचर बनाता और बेचता है। उसके गाँव के लोग बहुत पैसा नहीं कमाते क्योंकि उनमें से बहुत से लोग बहुत काम नहीं करते क्योंकि वे दस्त या हैजा से बीमार रहते हैं। बीमारियों से आसानी से बचा जा सकता है यदि लोग अपने दूषित पानी का इलाज करते हैं, नियमित रूप से अपने हाथ धोते हैं, और हमेशा एक शौचालय का उपयोग करते हैं; लेकिन लोग इन कामों को नहीं करते हैं।

चूंकि लोग बहुत पैसा नहीं कमाते हैं, इसलिए जॉन द्वारा बनाए गए फर्नीचर को खरीदने वाला कोई नहीं है। परिणामस्वरूप, जॉन के अवसर प्रभावित होते हैं क्योंकि उनके गांव के लोग अच्छी WASH प्रथाओं को नहीं अपना रहे हैं और हमेशा बीमार रहते हैं। यह उदाहरण देश-व्यापी स्तर पर दोहराया जा सकता है।



WASH के वैश्विक और स्थानीय मुद्दे  
20मिनट

1. प्रतिभागियों को 4 समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को 30 सेकंड में टीम के नाम के साथ आने के लिए कहें।
2. एक फ्लिपचार्ट पेपर पर 4 टीमों के नाम लिखें।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि आपको प्रोजेक्टर पर WASH और उनके देश से संबंधित प्रश्न दिखाई देंगे। विभिन्न समूहों को समझाएं कि उन्हें एक टीम के रूप में एक साथ काम करने और प्रत्येक प्रश्नों के 1 उत्तर पर सहमत होने की आवश्यकता होगी।
4. वैकल्पिक: PowerPoint प्रस्तुति प्रारंभ करें।
5. प्रतिभागियों से WASH से संबंधित प्रश्न पूछें। जैसा कि प्रत्येक समूह आपको एक उत्तर देता है, टीम के नाम के नीचे लिखें। प्रतिभागियों को 4 समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को 30 सेकंड लेने और टीम नाम के साथ आने के लिए कहें।



ट्रेनर नोट: यदि आप PowerPoint प्रस्तुति का उपयोग नहीं कर रहे हैं, तो यहां प्रश्नोत्तरी हैं

प्रश्न:

- कितने प्रतिशत जनसंख्या को बेहतर पानी तक पहुंच है (2015)?
- [देश] के कितने प्रतिशत लोगों की स्वच्छता में सुधार हुआ है (2015)?
- कितने प्रतिशत [देश] घरों में हैंडवाशिंग स्टेशन हैं साबुन और पानी उपलब्ध है?
- दस्त रोगों के कारण होने वाली मौतों की संख्या कितनी थी 5 वर्ष से कम (2015 में)?
- [देश] बच्चों के कितने प्रतिशत विकास (2008-2012) में वृद्धि हुई है?
- 2030 तक बेहतर जल और स्वच्छता कवरेज के लिए सरकारी लक्ष्य क्या हैं?

6. प्रतिभागियों के सवालों का जवाब दें। टीम के लिए एक बिंदु लिखें सही संख्या के सबसे करीब।
7. इसी तरह हर सवाल से गुजरें।
8. अंत में सबसे अधिक अंक के साथ टीम गेम जीतती है।
6. वैकल्पिक: शेष PowerPoint स्लाइड के माध्यम से देश में WASH मुद्दों के बारे में चर्चा करें और वैश्विक समुदाय किस तरह से सतत विकास लक्ष्यों के साथ इन समस्याओं को हल करने का प्रयास कर रहा है इसकी भी चर्चा करें।
7. प्रतिभागियों को समझाएं कि वैश्विक समुदाय ने सतत विकास लक्ष्य की स्थापना की है जो की गरीबी को कम करने के लिए मिलकर काम करने का प्रयास करते हैं।



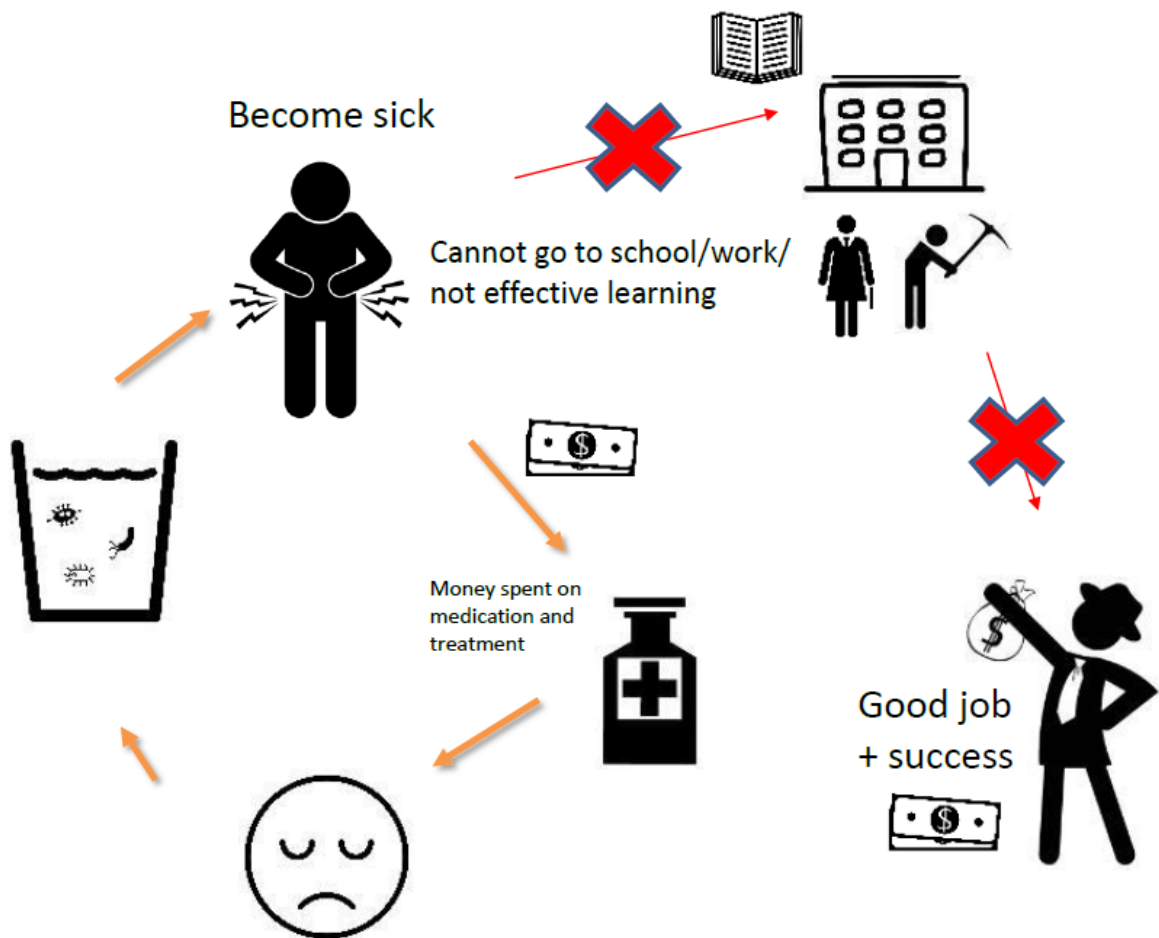
समीक्षा

5 मिनट

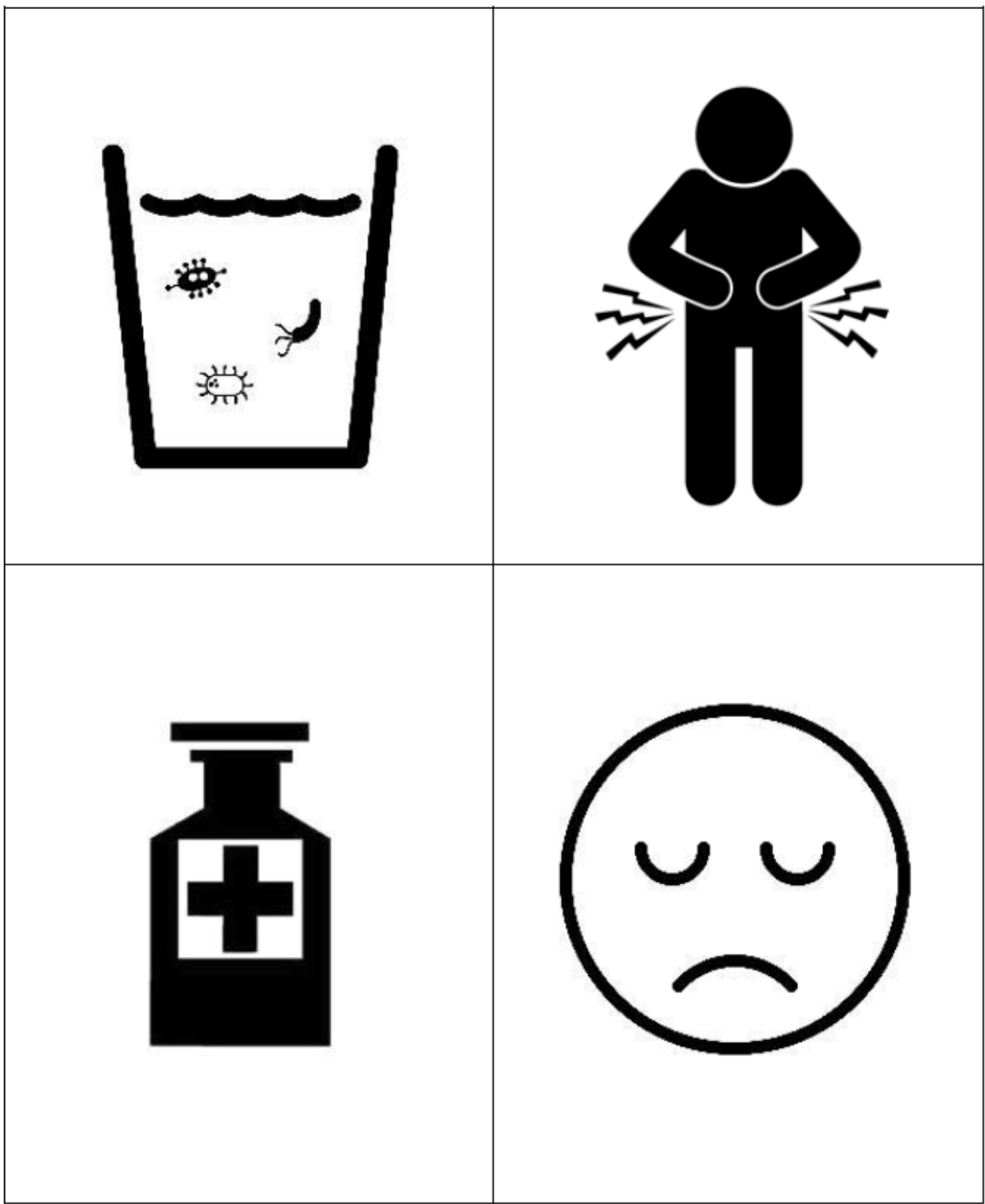
1. प्रतिभागियों से पूछें: "हमारे समुदायों के लिए WASH प्रथाओं का अपनाया जाना क्यों महत्वपूर्ण है?"
2. बड़े समूह के साथ चर्चा करें।

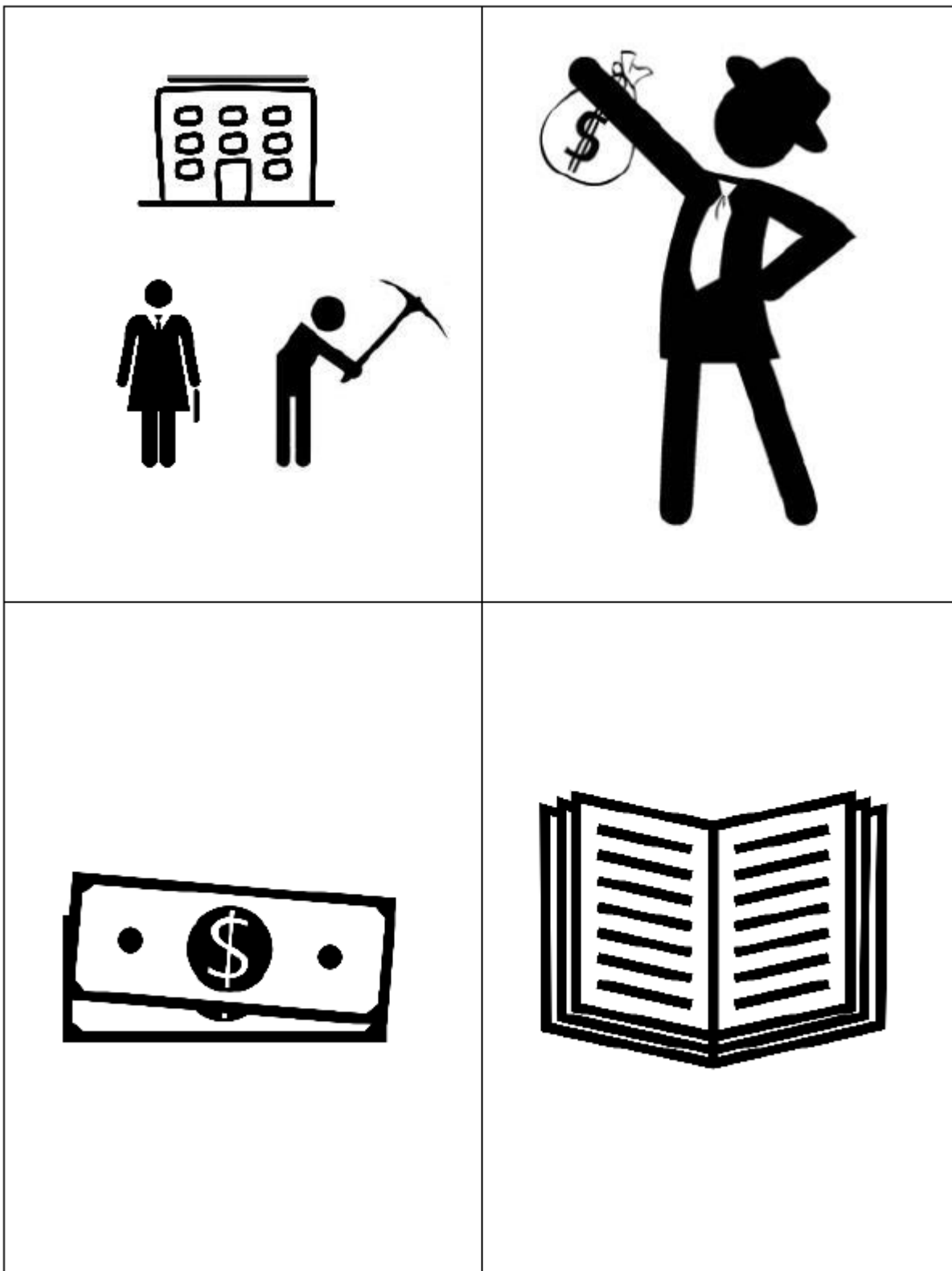


Community WASH Promotion

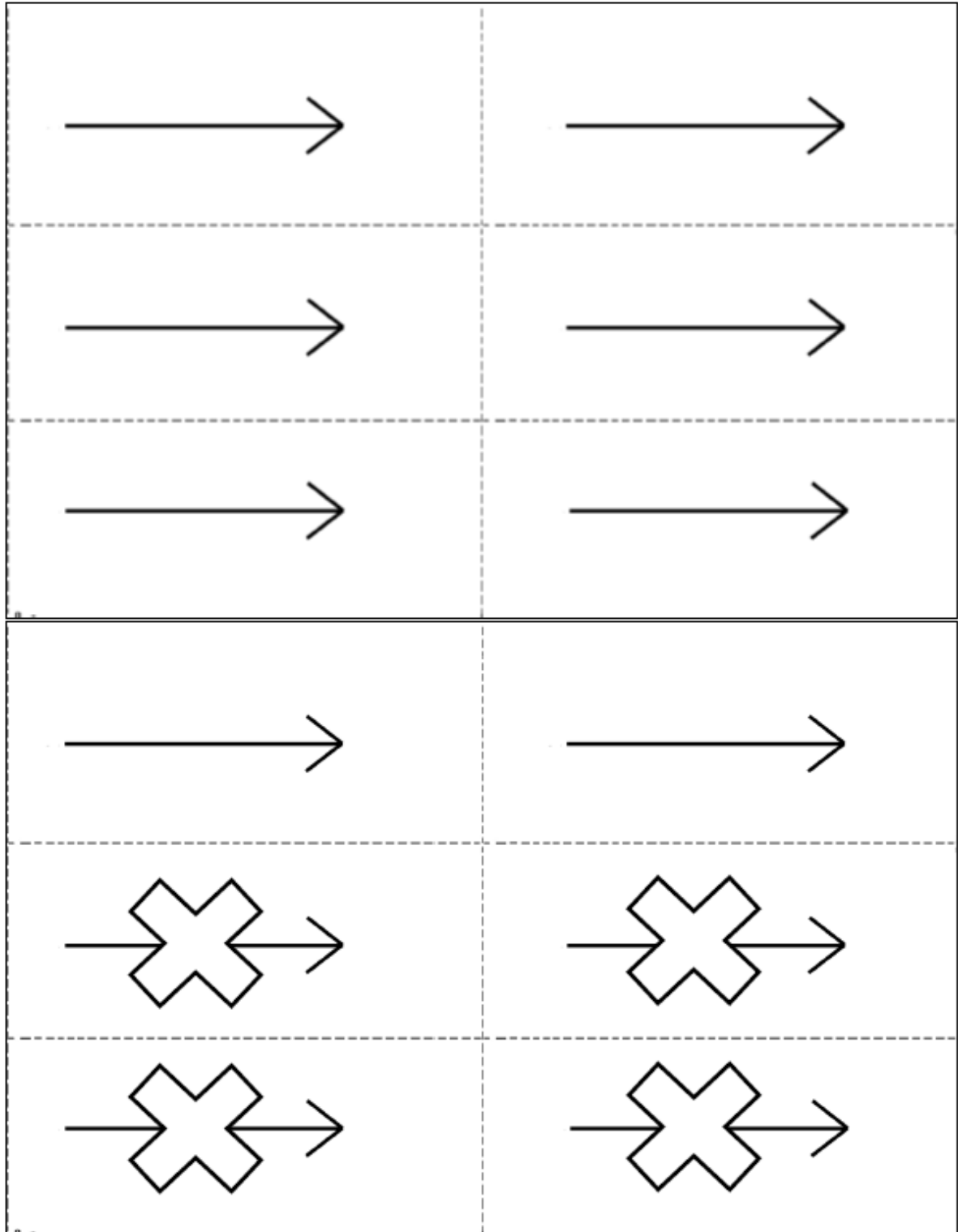


Community WASH Promotion





Community WASH Promotion





---

## पाठ विवरण

इस पाठ में, प्रतिभागियों को कई तरह से चर्चा करके WASH के महत्व का पता लगाया जाएगा, जो कि प्रभावी WASH व्यवहारों को अपनाकर व्यक्तियों और परिवारों को लाभान्वित कर सकते हैं।

---

## सिखने का परिणाम

इस सत्र के अंत में, प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. अच्छी WASH प्रथाओं को अपनाने के फायदे बताने में
2. बता दें कि WASH प्रथाओं को अपनाने के लिए लोगों में अलग-अलग प्रेरक होते हैं

---

## सामग्री

- WASH परिदृश्यों के लाभ (पाठ योजना का अंत देखें)
- Paper फ्लिप चार्ट पेपर
- मार्कर

---

## तैयारी

- परिदृश्यों के लाभ के कट आउट
- एक फ्लिप चार्ट पेपर पर निम्नलिखित 2 प्रश्न लिखें:
- व्यक्ति ने क्या WASH अभ्यास किया?
- अभ्यास से लोगों को कैसे फायदा हुआ?
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर सीखने के परिणामों को लिखें

---

## परिचय

5 मिनट

1. प्रतिभागियों से पूछें: "WASH महत्वपूर्ण क्यों है?" उनके जवाब ज्यादातर स्वास्थ्य लाभ और गरीबी चक्र पर केंद्रित होने चाहिए। (जैसे: बीमारियों के फैलने से बचना, बेहतर स्वास्थ्य, स्कूल जाने में सक्षम, काम पर जाने में सक्षम... आदि)
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि अभी तक हम WASH से संबंधित बीमारियों के प्रसार से बचने और हमारे स्वास्थ्य पर प्रभाव के संदर्भ में WASH के महत्व पर चर्चा कर रहे हैं। हमने खराब WASH व्यवहार और उनके परिणामों को जोड़ा है।

3. प्रतिभागियों को समझाएं कि इस पाठ में वे अलग-अलग कारणों से देख रहे होंगे, जरूरी नहीं कि वे स्वास्थ्य से संबंधित हों, लोग WASH प्रथाओं को क्यों अपनाएंगे।
4. सीखने के परिणाम प्रस्तुत करें।

---

## WASH के फायदे गतिविधि: 5 स्टेशन

50 मिनट

1. फ्लिप चार्ट पेपर पर 2 प्रश्न प्रदर्शित करें: • लोगों ने क्या WASH अभ्यास अपनाया? • WASH प्रथा को अपनाने से लोगों को क्या फायदा हुआ?
  2. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें समूहों में विभाजित किया जाएगा और एक स्टेशन पर नामित किया जाएगा। केस स्टडी को पढ़ने, समूह के रूप में केस स्टडी पर चर्चा करने, और अपनी नोटबुक में 2 प्रश्नों के उत्तर लिखने या पेपर के टुकड़े पर लिखने के लिए उनके पास हर स्टेशन पर 5-10 मिनट होंगे। 5-10 मिनट के अंत में, आप सभी को दूसरे स्टेशन पर घूमने के लिए कहेंगे और नए मामले के अध्ययन के लिए भी यही काम करेंगे।
- ट्रेनर नोट:** प्रत्येक परिदृश्य को पढ़ने और चर्चा करने के लिए प्रतिभागियों को पर्याप्त समय दें। दिए गए समय की मात्रा इस बात पर निर्भर करेगी कि प्रतिभागी कितनी आसानी से पढ़ सकते हैं और परिदृश्यों पर चर्चा करते हैं। कुछ प्रतिभागियों में दूसरों की तुलना में मजबूत साक्षरता कौशल होगा।
3. प्रतिभागियों को 5 समूहों में विभाजित करें और कमरे के चारों ओर 5 स्टेशन स्थापित करें।
  4. गतिविधि शुरू करें।
  5. एक बार जब सभी प्रतिभागियों ने प्रत्येक चरण पर चर्चा की, तो उन्हें एक बड़े समूह में लौटने के लिए कहें।
  6. शीर्षक के साथ एक फ्लिप चार्ट पेपर तैयार करें: WASH के लाभ
  7. प्रतिभागियों को समझाएं कि आप अब प्रत्येक परिदृश्य से गुजरेंगे और WASH के सभी विभिन्न लाभों के लिए 1 सामान्य सूची लिखेंगे।
  8. प्रत्येक परिदृश्य पर जाएं और पहले से वही 2 प्रश्न पूछें। बड़े समूह के साथ उत्तर पर चर्चा करें। जैसा कि प्रतिभागी आपको उत्तर देते हैं, फ्लिप चार्ट पेपर पर WASH प्रथाओं के विभिन्न लाभों को लिखें।
  9. एक बार जब आप 5 परिदृश्यों के जवाबों पर चर्चा कर लेते हैं, तो प्रतिभागियों से पूछें कि क्या WASH को कोई अन्य लाभ है जो उन्होंने अभी तक पहचाना नहीं है।

---

## समीक्षा

5 मिनट

जोड़ी में शेयर: प्रतिभागियों से एक साथी के साथ चर्चा करने के लिए कहें: "कौन सा एक लाभ है जो आप व्यक्तिगत रूप से सबसे ज्यादा महत्व देते हैं / महत्वपूर्ण पाते हैं? क्यों?"

---

## WASH परिदृश्य के लाभ

### परिदृश्य 1

राम ग्रामीण इलाके के एक छोटे से गाँव से आता है जहाँ उसका परिवार कई पीढ़ियों से रहता है | उसके घर में शौचालय नहीं है क्योंकि उसके घरवालों को लगता है की उसमें से दुर्गन्ध आती है अपितु मल-मूत्र प्रकृति का अंश होने के कारण उसी में सम्मिलित हो जाने चाहिए| राम के अनुसार उसके माता पिता और पूर्वजों ने भी कभी शौचालय का उपयोग नहीं किया, तो उसको भी उपयोग करने की आवश्यकता नहीं है |

समय के साथ, राम के आसपास रहने वालों ने शौचालय बना लिए. अंततः पुरे गाँव में एकमात्र राम का ही घर था जहाँ पर शौचालय नहीं था. इसी कारणवश लोगों ने राम को अपमानित करना शुरू कर दिया और ये कहा कि राम एक स्वार्थी इंसान है क्योंकि वो इस प्रकार गाँव भर में बीमारियाँ फैला रहा है | लोगों ने राम से मिलना, हाथ मिलाना और यहाँ तक की बात करना भी बंद कर दिया |

लोगों के ताने सुनकर राम तंग आ गया और उसने निश्चय किया और शौचालय बनाया | लोग फिरसे राम को सम्मान देने लगे और उन्होंने राम को मलीन कहना छोड़ दिया |

---

### परिदृश्य 2

एक माँ रोज़ रात्रि में शौच के लिए जाती है क्योंकि उनके घर में शौचालय नहीं है | वह माँ अपनी बेटी से भी ऐसा करने को कहती है क्योंकि वह जीवनभर इसी आदत का अनुसरण करती आई हैं |

अंततः उनकी बेटी रोज़ रात को अकेले शौच के लिए जाती है और कुछ युवा पुरुषों द्वारा प्रताड़ित की जाती है | वो घर आती है और अपनी माँ को सारी घटना के बारे में बताती है जिसे सुनकर उन्हें अघात लगता है और खुद को कोसती हैं की वह अपनी बेटी की रक्षा नहीं कर पाई | वो ये बात अपने पति को भी बताती हैं जिसे सुनकर उनके पति को गुस्सा भी आता है और शर्मिंदगी भी होती है |

पति शीघ्र ही एक सुरक्षित शौचालय बनाता है जो कि रोशनी और हवादार भी होती है और घर के पास भी है | जबसे उन्होंने शौचालय बनाया तबसे इस प्रकार की कोई घटना नहीं हुई |

### परिदृश्य 3

सुंदर ने गड्डे वाला शौचालय उपयोग में लिया क्योंकि उसे पता है की परिवार और समाज के स्वास्थ्य की सुरक्षा करना ज़रूरी है लेकिन सुंदर को उस शौचालय को इस्तेमाल करने में मज़ा नहीं आ रहा था। उसमें से बहुत दुर्गन्ध आती थी, पानी नहीं था, अँधेरा रहता था और मक्खियाँ भी भिनकती थी |

उसने निश्चय करके कुछ पैसे बचाए और शौचालय में सुधार किया। उसने कारपेंटर के साथ मिलकर काम किया और पाइप की सहायता से शौचालय को वर्षा-जल संरक्षण ढाँचे से जोड़ दिया और शौचालय में एक फ्लश वाली सीट को भी लगा दिया | साथ ही साथ, उसने शौचालय की दीवार तोड़ कर एक खिड़की भी कागा दी।

सुंदर बहुत खुश था। उसके शौचालय से न ही अब बदबू आती थी बल्कि वो अब साफ़ एवं आरामदायक भी था | उसे अब लोगों को घर बुलाने में मज़ा आता था क्योंकि उसे स्वयं पर गर्व महसूस होता था और उसे ये मालूम था की लोग उसके नए शौचालय को देखकर बहुत प्रभावित होंगे और आराम महसूस करेंगे |

### परिदृश्य 4

एक परिवार बहुत ही समझदार है और जानता है कि पानी के कीटाणु मारने के लिए पानी को उबाला जा सकता है। खाना खाने से पहले, माता लकड़ियाँ एकत्रित करती है, आग जलाती है और काफी सारा पानी उबालती है। बच्चे उस पानी को फिर स्कूल ले जा सकते हैं और वो पानी फिर दिनभर खाना बनाने के लिए इस्तेमाल हो सकता है। परिवार में सभी लोग स्वस्थ हैं और सब कुछ अच्छा चलता दिखाई दे रहा है |

एक दिन भारी वर्षा के पश्चात शहर के बड़े से हिस्से में बाढ़ आ गई। बाढ़ दिन पर दिन बढ़ती जा रही थी पर किसी को भी नहीं पता था की ऐसा क्यों हो रहा है | माता बाज़ार जाती है और दूसरे गाँव के लोगों से बाढ़ के बढ़ते पानी के बारे में बात करती है। दूसरे गाँव में जब वर्षा हुई तो बाढ़ आई ही नहीं क्योंकि उधर के लोगों ने लकड़ियाँ जलाने के लिए पेड़ नहीं काटे थे। पेड़ों ने मिट्टी को पकड़े रखा और मिट्टी को बहने नहीं दिया जिस कारण से उस गाँव की मिट्टी ज़्यादा पानी सोख पाई |

माता को एहसास हुआ की जिस लकड़ी को वो पानी उबालने के लिए और खाना बनाने के लिए इस्तेमाल करती हैं दरअसल वो पास के उस जंगल से आ रही थी जिसका अब अस्तित्व मिट चुका है | उसके बाद उन्होंने ये महसूस किया कि प्राकृतिक संसाधन कम इस्तेमाल करके वो क्लोरीन या अन्य दूसरे किन्ही तरीकों से पानी का सुधार कर सकती हैं और अपने परिवार को बचा सकती हैं |



## परिदृश्य 5

लक्ष्मी चार बच्चों की माँ है। एक दिन, वह बाज़ार कुछ सब्जियां लेने जाती हैं और देखती हैं की एक छोटी सी दुकान पर बहुत सुन्दर कपड़े रखे हैं। लक्ष्मी, महिला दुकानदार के पास जाती है और पूछती है, “आप ये कपड़े कहाँ से लाईं ? ये बहुत सुन्दर हैं।” महिला दुकानदार ने उत्तर दिया : “धन्यवाद ! ये मैंने खुद बनाये हैं !”

लक्ष्मी ये सुनकर आश्चर्यचकित रह गई। उसने दुकानदार से पूछा: “आपके पास इन सबको बनाने के लिए समय कैसे बचता है ? मुझे सुबह पानी भरने में चार घंटे लग जाते हैं।” महिला दुकानदार ने समझाते हुए जवाब दिया की वो पास बहती नदी से पानी भरती है जिसे करने में उसे सिर्फ 15 मिनट लगते हैं | सोफ़िया को ये सुनकर बहुत घृणा हुई और उसने पूछा “पर आप उस पानी को पीकर बीमार कैसे नहीं पड़ते ? हम सब जानते हैं की नदी का पानी पीनेयोग्य नहीं है “।

महिला दुकानदार ने बड़ी सरलता से जवाब दिया की वो अपने घर में तलछटीकरण, बायोसैंड फिल्टर और क्लोरीन द्वारा पानी की शुद्धि करती हैं. ऐसा करने से उनका काफी समय बचता है जिसमें वह कपड़े बनाती हैं जिसे बेचकर वह पैसे कमाती हैं |

सामुदायिक WASH संवर्धन

कारक जो व्यवहार को प्रभावित करते हैं

## पाठ योजना: कारक जो व्यवहार को प्रभावित करते हैं

---

### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागी अलग-अलग बाधाओं का पता लगाते हैं जो लोगों को व्यवहार बदलने और WASH प्रथाओं को अपनाने से रोकते हैं। वे परिदृश्यों के माध्यम से सामान्य स्थितियों को चित्रित करेंगे और उन विभिन्न कारणों पर चर्चा करेंगे जो लोग देते हैं कि वे कुछ WASH प्रथाओं को क्यों नहीं अपना रहे हैं।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. उन बाधाओं को पहचानें में जो लोगों को अपना व्यवहार बदलने से रोकती हैं
  2. व्यवहार को प्रभावित करने वाले कारकों की 5 श्रेणियों को पहचानें में
-

## सामग्री



- व्यवहार में परिवर्तन (पाठ योजना का अंत देखें)
- व्यवहार परिवर्तन कारक शीर्षक और उदाहरण (पाठ योजना का अंत देखें)
- मार्कर
- फीता
- कागज की शीट

## तैयारी



- पाठ योजना पढ़ें और तैयार करें
- व्यवहार कारकों की 5 श्रेणियों को प्रिंट करें और काटें।
- 4 व्यवहार परिवर्तन परिदृश्यों को प्रिंट करें और काटें
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

## परिचय

5 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: एक ऐसे पल के बारे में सोचें जब आप एक निश्चित तौर पर अपने एक बुरे आदत को बदलना चाहते थे

कुछ उदाहरणों में शामिल हैं: धूम्रपान करना, गलत भोजन करना बंद करना, पहले बिस्तर पर जाना, समय पर काम करना, अपने नाखूनों को काटना बंद करना, अधिक बार फ्लॉस करना आदि।

2. प्रतिभागियों से एक साथी के साथ चर्चा करने के लिए कहें कि उस आदत को बदलना मुश्किल क्यों था।
3. प्रतिभागियों से कुछ अनुभव साझा करने के लिए कहें।
4. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## लोग पहले से ही WASH प्रथाओं को क्यों नहीं अपना रहे हैं?

25 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि हमने सिर्फ उन सभी तरीकों पर चर्चा की है जो लोग करते हैं, WASH प्रथाओं को अपनाने से लाभ मिल सकता है; स्वास्थ्य से लेकर सुरक्षा तक, गरिमा तक। WASH प्रथाओं को अपनाने के कई कारण हो सकते हैं; तथापि, कुछ लोग अभी भी अपने पानी को साफ नहीं कर रहे हैं, एक शौचालय का उपयोग नहीं कर रहे हैं, या अपने हाथ नहीं धो रहे हैं। जिद्दी हैं या आलसी अक्सर कई कारक होते हैं जो उनकी इच्छा और क्षमता को प्रभावित करते हैं।

2. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे ऐसा करने के लिए अलग-अलग कारणों को सूचीबद्ध करने का प्रयास करेंगे। प्रतिभागियों को समझाएं कि वे दो प्रश्न के जवाब

देंगे के "कुछ लोग अभी भी अच्छी WASH प्रथाओं को क्यों नहीं अपना रहे हैं?" और "उन्हें WASH प्रथाओं को अपनाने से क्या रोक रहा है?"

3. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें बाकी के लिए 1-2 मिनट के परिदृश्य को दिखाने की आवश्यकता होगी समूह ।

4. उनके पास परिदृश्य को पढ़ने और एक छोटी स्किट तैयार करने के लिए 5-10 मिनट होंगे।



5. प्रतिभागियों को 4 समूहों में विभाजित करें और प्रत्येक समूह को 4 परिदृश्यों में से एक दें।

6. जब समूह अपना परिदृश्य तैयार कर लेते हैं, तो एक समय में एक समूह को प्रस्तुत करने के लिए कहें

7. क्या कारण थे परिवार एक अच्छा WASH अभ्यास नहीं करना चाहता था? इसे कागज के एक अलग शीट पर प्रत्येक उत्तर को दीवार पर चिपका दें। प्रत्येक परिदृश्य में केवल 2-3 कारण होने चाहिए।

8. प्रतिभागियों को समझाएं कि चीजों को याद रखना आसान बनाने के लिए हम व्यवहार को प्रभावित करने वाले कारकों की 5 श्रेणियों में विभाजित कर सकते हैं।

9. प्रतिभागियों को 5 श्रेणियों की व्याख्या करें। दीवार पर क्षैतिज रूप से 5 शीर्षक पोस्ट करें जैसा कि आप उन्हें समझाते हैं।

- **जोखिम: जोखिम के बारे में एक व्यक्ति की समझ और जागरूकता।** (इसकी कितनी संभावना है प्रभावित हो, और प्रभाव कितना गंभीर है)
- **मनोवृत्ति: व्यवहार संबंधित विश्वास और भावनाओं के लाभ और हानि** (पैसा समय और प्रयास) और के बारे में लाभ (बचत, स्वास्थ्य, अन्य लाभ)। मनोवृत्ति में यह भी शामिल है भावनाएँ जो व्यवहार के बारे में करते या सोचते समय आती हैं।
- **सामुदायिक चलन: उचित व्यवहार के बारे में समुदाय क्या करता है और क्या सोचता है।** समुदाय क्या व्यवहारकरता है और क्या सोचता है ।
- **योग्यता: व्यवहार को अपनाने के लिए व्यक्तिगत क्षमता, या क्षमता की धारणा**
- **स्व-नियंत्रण (SELF- CONTROL) - व्यवहार जारी रखने के लिए बाधाएं, भटकाव, या समर्थन।**
- **ट्रेनर नोट:** कारकों की 5 विभिन्न श्रेणियों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया **टेक्निकल ब्रीफ: बिहेवियर चेंज देखें**

10. उन पर लिखे विभिन्न कारणों के साथ कागज की शीट पर लौटें। प्रतिभागियों से पूछें, एक बड़े समूह के रूप में, यह तय करने के लिए कि प्रत्येक कारण किस श्रेणी के कारकों का है।

11. नीचे दी गई तालिका का उपयोग करें और विभिन्न शीर्षकों के तहत विभिन्न कारणों को छाँटें।

स्थिति	जोखिम	मनोवृत्ति	सामुदायिक चलन	योग्यता	स्व-नियंत्रण
1.	परिवार सोचता है की अनुपचारित पानी नुकसान नहीं पहुंचाता		समुदाय में कोई भी पानी का उपचार नहीं करता है		
2.		लोग सोचते हैं पर्याप्त पानी नहीं है (यदि यह एक केवल धारणा है)		पर्याप्त नहीं पानी है (अगर यह है सच)	वे भूल जाते हैं हाथ धोना
3.		<ul style="list-style-type: none"> <li>वे क्लोरीन का स्वाद पसंद नहीं करते है</li> <li>वे यह सोचते कि है यह खरीदने लायक नहीं है</li> </ul>		वे नहीं जानते की पानी को कैसे उपचारित करें	

4.	वे नहीं जानते की मल उनके स्वास्थ्य के लिए एक जोखिम है	उनका ख्याल है कि शौचालय बनाने में बहुत पैसे और समय लगता है	समुदाय में कोई भी शौचालय का उपयोग नहीं करता है		
----	---	--	--	--	--

12. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे बाद में इस गाइड का उपयोग करेंगे, जब आप व्यवहार परिवर्तन को प्रभावित करने के तरीकों पर चर्चा करेंगे।

### समीक्षा

10 मिनटों



1. प्रतिभागियों से उस आदत के बारे में सोचने के लिए कहें जो उन्होंने परिचयात्मक गतिविधि के बारे में सोची थी ।
2. उन्हें एक साथी के साथ चर्चा करने के लिए कहें कि आदत को बदलना इतना मुश्किल क्यों था, और किस कारण से कौन से कारक किस श्रेणी में आते हैं।
3. बड़े समूह के साथ साझा करने के लिए कुछ प्रतिभागियों से पूछें।

### व्यवहार बदलें परिदृश्य

#### दृश्य 1

आप किसी के घर गए और घर के मुखिया से पूछा कि क्या उसे पीने के लिए पानी मिल सकता है! आपने देखा कि नल से पानी निकला और बिना उपचारित किए लाया गया है. जब आपने उनसे पूछा कि पानी को उपचारित क्यों नहीं किया तो वह बोला कि वे हमेशा ऐसे ही पानी पीते हैं और उन्हें इससे कोई समस्या नहीं हुई. उसने यह भी कहा कि उनके समुदाय में सभी लोग बिना उपचारित किये नल से सीधा पानी पीते हैं

दृश्य 2

आप किसी के घर गए और उन्होंने आपको उनके साथ खाने का निमंत्रण दिया. आपने देखा कि गृह स्वामिनी ने खाना बनाने से पहले हाथ नहीं धोए और घर के किसी भी सदस्य ने खाने से पहले हाथ नहीं धोए. जब आपने उनसे ऐसा नहीं करने का कारण पूछा तो बोले कि उनके पास हाथ धोने के लिए समय नहीं है इसलिए वे प्रायः भूल जाते हैं. इसके अलावा उन्होंने यह भी कहा कि हाथ धोने में बर्बाद करने के लिए उनके पास पर्याप्त पानी नहीं है

दृश्य 3

आप एक घर पर गए और उन्होंने आपको पीने के लिए पानी दिया. आपको यह पता नहीं था कि उन्होंने पीने के पानी को उपचारित किया था या नहीं. इसलिए आपने पूछा कि वे पानी को किस तरह उपचारित करते हैं. उन्होंने उत्तर दिया कि वे अपने पानी को उपचारित नहीं करते. उनके परिवार में किसी को भी यह नहीं मालूम कि पानी को किस तरह सुरक्षित रूप से उपचारित किया जाता है. जब आपने पानी साफ़ करने के लिए क्लोरीन के उपयोग की सलाह दी तो उन्होंने कहा कि वे क्लोरीन का इस्तेमाल इसलिए नहीं करते क्योंकि उन्हें ऐसे पानी का स्वाद पसंद नहीं है. इसके अलावा उन्होंने यह भी कहा कि उनके पास क्लोरीन खरीदने के लिए पर्याप्त पैसा नहीं है और उनके घर के पास क्लोरीन उपलब्ध नहीं है

दृश्य 4

आप किसी के घर गए और वहां आपको शौचालय के इस्तेमाल की जरूरत महसूस हुई. आपने घरवालों से पूछा कि क्या आप शौचालय का इस्तेमाल कर सकते हैं! उन्होंने कहा कि उनके घर में कोई शौचालय नहीं है और आप भी उनकी तरह झाड़ियों में जा सकते हैं. जब आपने पूछा कि उनके घर में शौचालय क्यों नहीं है तो उन्होंने कहा कि शौचालय बनाने में बहुत समय बर्बाद होता है और उनके पास शौचालय बनवाने के लिए पर्याप्त पैसा भी नहीं है. उन्हें विश्वास है कि उनका मल धरती की उर्वरा शक्ति बढ़ाता है और इससे कोई नुकसान नहीं होता. इसके अतिरिक्त उस समुदाय में कोई भी शौचालय का इस्तेमाल नहीं करता.

## जोखिम (RISK)

### जोखिम की समझ और जानकारी

उदहारण: कोई व्यक्ति यह नहीं जनता है की शौचालय क्यूं जरुरी है

---

# मनोवृत्ति (ATTITUDE)

व्यवहार सम्बन्धित विश्वास और भावनाओं के लाभ और हानि

उदाहरण: अगर किसी व्यक्ति को शौचालय का उपयोग करना पसंद नहीं है क्योंकि वह आसानी से एक खुले में जा सकते हैं, और क्योंकि शौचालय दुर्गन्ध महसूस करते हैं

# सामुदायिक चलन(NORM)

उचित व्यवहार के बारे में समुदाय क्या करता है और क्या सोचता है

उदाहरण: कोई व्यक्ति गांव में शौचालय का उपयोग करने वाला अकेला व्यक्ति नहीं बनना चाहता।



# योग्यता (ABILITY)

व्यवहार को अपनाने के लिए एक व्यक्ति की क्षमता, या क्षमता की धारणा

उदाहरण: व्यक्ति के पास पर्याप्त पैसा नहीं है, या, वे सोचते हैं कि वे शौचालय का उपयोग करने के लिए सक्षम नहीं हैं

# स्व-नियंत्रण (SELF-CONTROL)

व्यवहार जारी रखने के लिए बाधाएं, भटकाव, या समर्थन

उदाहरण: व्यक्ति भूल जाता है, या उनके शौचालय को साफ रखने में मदद करने के लिए बार बार याद दिलाने के लिए अनुस्मारक नहीं है

## पाठ योजना: एक समुदाय प्रचारक की भूमिका

कुल 60 मिनट

### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागी एक समुदाय WASH प्रमोटर और विभिन्न व्यक्तियों की भूमिका की जांच करते हैं जो संभावित रूप से उस भूमिका को निभा सकते हैं। वे चर्चा करते हैं कि समुदायों की बेहतर आजीविका के लिए एक समुदाय WASH प्रमोटर की भूमिका कैसे महत्वपूर्ण है।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. एक समुदाय WASH प्रमोटर की भूमिका का वर्णन करें में
2. चर्चा करने में कि कम्युनिटी WASH प्रमोटर कैसे बेहतर समुदाय में योगदान दे सकते हैं
3. वैकल्पिक: (यदि आप अपने स्वयं के CWP के साथ काम करने वाले संगठन हैं, CWP की भूमिका और अपेक्षाओं के बारे में विशिष्ट होने का अवसर है तो इसका उपयोग करें।

### सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- निशान

### तैयारी



- फ्लिप चार्ट पेपर पर निम्नलिखित वाक्यांश लिखें: "कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स सिर्फ शिक्षकों से अधिक हैं।"
- Write वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर सीखने के परिणामों को लिखें

### परिचय

5 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या कभी किसी ने आपको ऐसा कुछ करने की कोशिश की है जिसे करने का आपका मन नहीं था? क्या कभी किसी ने आपको अपना व्यवहार बदलने की कोशिश की है? क्या कभी किसी को कुछ करने के लिए कहा गया है? तुमने कैसा महसूस किया?"
2. प्रतिभागियों से यह साझा करने के लिए कहें कि उन्हें कुछ ऐसा करने के बारे में कैसा महसूस हुआ जो वास्तव में वे ऐसा महसूस नहीं कर रहे हैं कि वे अपना व्यवहार बदल दें। उन्हें उस व्यक्ति के प्रति अपनी भावनाओं का वर्णन करने के लिए कहें जिन्होंने यह कोशिश की थी।
3. प्रतिभागियों से उन लोगों के बारे में फिर से सोचने के लिए कहें जिन्होंने उन्हें अपना व्यवहार बदलने की कोशिश की। प्रतिभागियों को समूह के साथ साझा करने के लिए कहें: "आपने अपने व्यवहार को बदलने की कोशिश करने वाले व्यक्ति के दृष्टिकोण के बारे में क्या नापसंद या पसंद किया? उन्होंने ऐसा क्या किया जिससे नकारात्मक भावनाएं पैदा हुईं? उन्होंने ऐसा क्या किया जिससे आपको ऐसा महसूस हुआ कि आप बदलना चाहते हैं? " नापसंद किया जा रहा है और बताया जा रहा है कि क्या करना है
  - नापसंद दृष्टिकोण और कहा कि क्या करना है नापसंद
  - नापसंद व्यक्ति को यह समझना मुश्किल नहीं था कि इसे बदलना कितना मुश्किल था
4. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर क्या है?

25 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: "उस समय के बारे में सोचें, जब किसी ने आपके जीवन को बेहतर बनाने के लिए आपका समर्थन किया हो। उदाहरण के लिए: एक कोच, एक संरक्षक, एक रोल मॉडल, माता-पिता या शिक्षक के बारे में सोचें। उन्होंने उस बदलाव को बेहतर बनाने के लिए आपका कैसे समर्थन किया?" प्रतिभागियों से अपने अनुभव साझा करने के लिए कहें।
2. प्रतिभागियों को समझाना कि सामुदायिक WASH प्रमोटर के रूप में उनकी भूमिका लोगों को अच्छी WASH प्रथाओं को अपनाने के लिए समर्थन करना और इसे इस तरीके से करना होगा जिससे सकारात्मक व्यवहार परिवर्तन में मदद मिलेगी। उन्हें कुछ व्यवहारों को अपनाने के लिए लोगों को समझाने की आवश्यकता होगी, और उन व्यवहारों को लंबे समय तक बनाए रखना होगा।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि कम्युनिटी WASH प्रमोटरों विभिन्न संगठनों से हो सकते हैं, उनके अलग-अलग लक्ष्य हो सकते हैं, अलग-अलग रणनीति हो सकती है और यहां तक कि अलग-अलग नाम या शीर्षक भी हो सकते हैं; लेकिन वे सभी एक समान भूमिका निभाते हैं।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी, कम्युनिटी WASH प्रमोशन किसी के काम का एकमात्र फोकस हो सकता है, और कभी-कभी यह किसी के काम का एक छोटा हिस्सा होता है।
5. प्रतिभागियों से पूछें "कम्युनिटी WASH प्रमोटर कौन हैं?" और "उनके नाम या शीर्षक क्या हो सकते हैं?" एक फ्लिप चार्ट पेपर पर सभी प्रतिक्रियाओं को लिखें। सामुदायिक स्वास्थ्य प्रचारक, सामुदायिक WASH प्रचारक, स्वास्थ्य विस्तार कार्यकर्ता, सामुदायिक एजेंट, क्षेत्र कार्यकर्ता, महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेवक, सामुदायिक स्वयंसेवक, गैर सरकारी संगठन कार्यान्वयनकर्ता, CLTS सुविधाकारक आदि।



**ट्रेनर नोट:** इस सूची में बहुत लंबा समय लग सकता है, 10 के बाद के उदाहरण लेना बंद कर दें इसलिए, समय बचाने के लिए।

6. प्रतिभागियों को समझाएं: "एक प्रभावी कम्युनिटी WASH प्रमोटर बनने के बारे में बोलने से पहले, हमें एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर की भूमिका को परिभाषित करना होगा।"
7. प्रतिभागियों को 3-4 लोगों के छोटे समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को एक फ्लिप चार्ट पेपर और मार्कर दें।
8. प्रतिभागियों से एक समुदाय WASH प्रमोटर की विशिष्ट भूमिका या कार्यों को लिखने के लिए कहें। WASH प्रथाओं का प्रचार करें, घर पर जाएं, WASH तकनीकों का उपयोग करने के बारे में घर के सदस्यों को सिखाएँ, WASH के लाभों के बारे में लाभार्थियों को सिखाएँ, लोगों को स्वास्थ्य जोखिमों के बारे में सिखाएं, लोगों को प्रथाओं को अपनाने के लिए प्रेरित करें, कार्यान्वयनकर्ताओं के लिए जानकारी एकत्र करें, लोगों के साथ मिलकर काम करें ताकि बेहतर डब्ल्यूएस तक पहुंच में सुधार हो, एक सामुदायिक चैंपियन बनें आदि।
9. प्रत्येक समूह को अपनी प्रतिक्रियाएँ साझा करने के लिए कहें
10. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक समुदाय WASH प्रमोटर की भूमिका बहुत ही विविध है, लेकिन यह सब 1 चीज़ के लिए नीचे आता है - लोगों और समुदायों में सकारात्मक बदलाव लाने के लिए।
11. प्रतिभागियों को समझाएं: "लोगों और समुदायों में सकारात्मक बदलाव लाने के लिए, कम्युनिटी WASH प्रमोटर की जरूरतों और संदर्भ को समझना चाहिए"

## सीडब्ल्यूपी कैसे WASH को बेहतर बनाने में योगदान दे सकता है

20 मिनट



1. आपके द्वारा पहले तैयार किया गया वाक्यांश पोस्ट करें जो कहीं दिखाई दे रहा है: WASH
2. प्रतिभागियों से एक साथी के साथ चर्चा करने के लिए कहें जो वे इस वाक्यांश के बारे में सोचते हैं।
3. प्रतिभागियों से अपने विचारों को बड़े समूह के साथ साझा करने के लिए कहें।

4. प्रतिभागियों को अपने जीवन में एक पल के बारे में 15 सेकंड के लिए मौन को प्रतिबिंबित करने और सोचने के लिए कहें जब उन्होंने अपना दृष्टिकोण बदल दिया या अपना व्यवहार बदल दिया। यह सामान्य रूप से राजनीति, परिवार, शिक्षा, कार्य, दर्शन या जीवन के बारे में हो सकता है। यह संभवतः ऊपर की गतिविधि के समान उदाहरण हो सकता है।

5. प्रतिभागियों से अपने अनुभव साझा करने के लिए कहें।



**ट्रेनर नोट:** इस सवाल का जवाब देना काफी मुश्किल हो सकता है। यदि कोई नहीं प्रतिभागियों को प्रश्न साझा करने या समझने की इच्छा नहीं है, उन्हें कुछ उदाहरण दें। उदाहरण: आप राजनीति में एक निश्चित मूल्य मानते थे लेकिन एक अलग उम्मीदवार ने आपको अपना दृष्टिकोण बदलने के लिए राजी किया; आपने केवल एक बार रिसाइकिल करना शुरू किया जब आपको पता चला कि हर साल कितनी प्लास्टिक की बोतलें बर्बाद हो जाती हैं, आप अधिक सब्जियां खाते हैं क्योंकि किसी ने आपको सिखाया है कि वे विटामिन से भरपूर हैं और वास्तव में आपके लिए स्वस्थ हैं, आदि।

6. प्रतिभागियों को उस क्षण के लिए परिस्थितियों के बारे में सोचने के लिए कहें। "यह क्यों हुआ? आपने अपनी बात क्यों बदल दी? आपने अपना व्यवहार क्यों बदला?"

7. कुछ प्रतिभागियों से पूछें कि क्या वे अपनी कहानी साझा करना चाहते हैं और इस बात पर चर्चा करना चाहते हैं कि क्षण क्या था, उन्होंने अपनी बात कैसे बदल दी, और क्यों उन्हें लगता है कि उन्होंने अपनी बात बदल दी। यदि प्रतिभागियों को साझा करने में संकोच होता है, तो आपको अपने स्वयं के उदाहरण से शुरू करना चाहिए।

8. उनकी कहानियों की परिस्थितियों के बारे में कुछ मुख्य बातें लिखिए। ये बिंदु पर्यावरण हो सकते हैं, कोई व्यक्ति कुछ सिखा सकता है, एक सुखद चर्चा, एक अच्छा या बुरा अनुभव, आदि।

9. प्रतिभागियों को समझाएं कि लोगों का व्यवहार बदल सकता है जैसे वे सीखते हैं और चीजों को अलग तरह से देखते हैं, ठीक उसी तरह जैसे कि उनके स्वयं के दृष्टिकोण बदल गए थे। एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में, वे उस सकारात्मक बदलाव को लाने की शक्ति रखते हैं।

10. कहानियों को सुनते हुए आपके द्वारा लिखे गए प्रमुख बिंदुओं की सूची को देखें, और प्रतिभागियों से पूछें: "हम समुदाय के सदस्यों के साथ काम करते समय इस सूची से फिर से जुड़ने की कोशिश क्या कर सकते हैं?"

11. विभिन्न तरीकों से चर्चा करें कि कम्युनिटी WASH प्रमोटर अपने समुदायों में सकारात्मक बदलाव ला सकते हैं।

- कम्युनिटी WASH प्रमोटर भी WASH जासूस हैं। सीडब्ल्यूपी के रूप में, उन्हें उन चुनौतियों को समझने में सक्षम होना चाहिए, जो लोगों का सामना करती हैं और यह कि वे अपने समुदायों में बदलाव लाने की कोशिश कर रहे हैं, कुछ लोगों के लिए मुश्किल हो सकती है। एक WASH जासूस के रूप में, उन्हें व्यक्ति और उन कारणों के बारे में अधिक जानकारी मिलनी चाहिए, जो उनकी मदद करने में सक्षम होने से पहले चीजें करते हैं।
- कम्युनिटी WASH प्रमोटर समुदाय के शिक्षक होते हैं, लेकिन वे लोगों को अपना व्यवहार बदलने में भी मदद करते हैं। वे समाधान प्रदान करने के लिए लोगों के साथ सिफारिशें और काम करते हैं।
- सबसे बढ़कर, उन्हें अपने समुदायों का विश्वास हासिल करने और उन्हें बदलने में मदद करने और उनकी सहायता करने में ईमानदारी से दिलचस्पी दिखाने में सक्षम होना चाहिए।

## समीक्षा



## 5 मिनट

1. प्रतिभागियों से समुदाय के साथ बातचीत करने की योजना के बारे में 1 मिनट के लिए प्रतिबिंबित करने के लिए कहें सदस्य सकारात्मक बदलाव लाने के लिए।
2. प्रतिभागियों को बड़े समूह के साथ अपने विचार साझा करने के लिए कहें।

## पाठ योजना: पानी कैसे दूषित हो जाता है



45 मिनट

### पाठ विवरण



प्रतिभागियों को पता चलेगा कि वाटरशेड के एक मॉडल के निर्माण से पानी कैसे दूषित हो जाता है और कृषि, उद्योग, खराब स्वच्छता और पानी की गुणवत्ता पर प्रदूषण के प्रभाव पर चर्चा करता है। वे चर्चा करेंगे कि मानव गतिविधियां पानी के संदूषण के कारण कैसे हैं।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. पानी कैसे दूषित होता है
2. विभिन्न तरीकों से चर्चा करने में कि मनुष्य पानी के संदूषण का कारण बनता है

### सामग्री



- पहाड़ियों या प्राकृतिक आकृति के साथ एक सतह बनाने के लिए गंदगी 3 साफ पानी और गिलास
- चाय, गंदगी, रेत या कुछ भी पानी को गंदा करने के लिए

**विकल्प 1: प्रत्येक** - 5 प्रतिभागियों के लिए एक वाटरशेड खींचना

- 1 फ्लिप चार्ट (पहाड़ों और एक नदी के ड्राइंग के साथ)
- विभिन्न रंग के मार्कर
- पेड़ों का कटान
- फीता

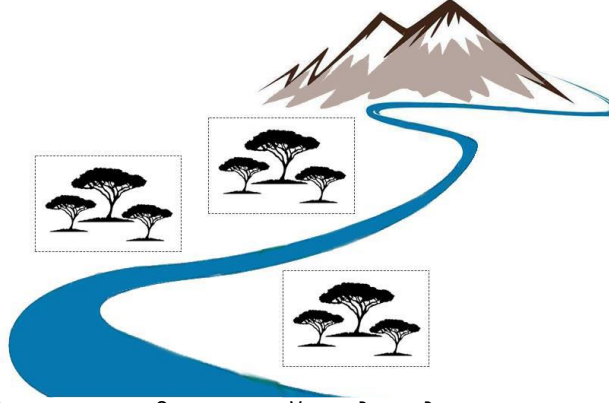
**विकल्प 2: प्रत्येक** - 10 प्रतिभागियों के लिए जल संदूषण मॉडल एक:

- छेद में छिद्रित एक मॉडल के साथ छिद्रित पानी की 2 बोतलें
- ढक्कन में छिद्रित बड़े छेद वाली 1 बोतल या जार
- प्लास्टिक की एक बड़ी चादर
- या रेत
- लघु घरों, लोगों और पशुओं के निर्माण के लिए आटा या मिट्टी
- घास
- मल का प्रतिनिधित्व करने के लिए गंदगी की छोटी गेंदें
- रासायनिक प्रतिनिधित्व करने के लिए हल्दी या पेपरिका जैसे बीज या रंगीन मसाले
- संदूषण
- कचरे का प्रतिनिधित्व करने के लिए कागज के टुकड़े
- खाद्य रंग

### तैयारी



- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें
- पानी के 3 जग भरें; एक में एक चाय बैग रखो और दूसरे में गंदगी; एक खाली छोड़ दें।
- विकल्प 1 - प्रत्येक सेट के लिए:
  - कोरे कागज पर पेड़ों के 3 सेट खींचें और उन्हें काट दें (जो पेड़ हैं उन्हें खींचने की कोशिश करें) स्थानीय भौगोलिक संदर्भ के अनुसार यदि क्षेत्र वर्षावन है, तो आप ऐसा कर सकते हैं अधिक पेड़ों को काटें)
  - फ्लिप चार्ट के एक तरफ पहाड़ बनाएं और दूसरी तरफ नदी जो पहाड़ से निकलती है।
  - नदी के पास कटआउट पेड़ों को टेप करें
  - उदाहरण (कुछ इसी तरह):



- विकल्प 2: पानी संदूषण मॉडल सेट करें:
- अच्छी जल निकासी वाली जमीन पर एक जगह की तलाश करें जहां लोगों का मन नहीं होगा।
- गंदगी या रेत का उपयोग करने के बीच एक घाटी के साथ दो छोटी पहाड़ियों का निर्माण करें। वैकल्पिक रूप से
- इन विशेषताओं के साथ एक सतह खोजें।
- पहाड़ियों और घाटी के ऊपर एक प्लास्टिक की चादर बिछाएं।
- सुनिश्चित करें कि दो पहाड़ियों के बीच घाटी में एक जगह है जो एक नदी का प्रतिनिधित्व कर सकती है।
- प्लास्टिक को पिन करने के लिए छोटी चट्टानों का उपयोग करें।
- बोटलों को पानी से भरें

## परिचय

5 मिनट



1. एक टेबल पर पानी के तीन साफ जग रखें।
2. पीने के लिए थोड़ा पानी कुछ प्रतिभागियों को आमंत्रित करें।
3. लिंक: जब वे पहली और दूसरी जग से पानी नहीं ले रहे हैं, तो इसे पेश करने का प्रयास करें उन्हें। जब वे मना करते हैं, तो उनसे पूछें कि क्यों। उन्हें शब्द संदूषण से अवगत करने का प्रयास करें।
4. बाकी प्रतिभागियों से जोड़ियों में चर्चा करने के लिए कहें और फिर किस जग को वे चुनेंगे और क्यों।
5. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## पानी कैसे दूषित हो जाता है

35 मिनट



### विकल्प 1: वाटरशेड खींचना

- 1.1. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब अलग-अलग तरीकों से देखेंगे कि पानी दूषित हो सकता है।
2. वाटरशेड की उन छवियों में से एक को प्रदर्शित करें जिन्हें आपने समूह के सामने पहले खींचा है।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि आपने एक जलक्षेत्र बनाया है। प्रतिभागियों को समझाएं कि एक वाटरशेड एक कटोरे के समान है जहां कटोरे के अंदर होने वाली सभी वर्षा एक नदी में समाप्त होती है, जो समुद्र में समाप्त होती है। पृथ्वी पर भूमि का हर हिस्सा एक जलक्षेत्र के अंतर्गत आता है। वाटरशेड में विभिन्न आकार हो सकते हैं, महाद्वीपों के आकार से लेकर एक छोटी घाटी के आकार तक।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि सतह के पानी से लेकर भूजल तक किसी भी पानी को वर्षा से लिया गया है। पानी या तो मिट्टी में घुस गया है, या सतह से चला गया है और एक नदी में समाप्त हो गया है।

5. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अपने वाटरशेड ड्राइंग पर एक नया समुदाय बनाने के लिए समूह में काम करेंगे। वर्तमान वाटरशेड ड्राइंग में वर्तमान में मनुष्यों का निवास नहीं है। वे सबसे अधिक संभावना है कि घर, आग या उपकरण बनाने के लिए कुछ पेड़ों को काटने की आवश्यकता होगी। आपको उस पेड़ को हटाने की आवश्यकता होगी जिसे आपने ड्राइंग पर टैप किया है।
6. प्रतिभागियों को 4-5 के समूहों में विभाजित करें और प्रत्येक समूह को वाटरशेड ड्राइंग में से 1 दें।
7. प्रतिभागियों को वाटरशेड के नक्शे पर एक गाँव खींचने के लिए 10-15 मिनट का समय दें। उन्हें वह सब कुछ शामिल करने की आवश्यकता होगी जो एक गाँव में सामान्य रूप से होगा: मकान, कृषि, एक बाजार, जानवर, सड़क, पुल, शौचालय, कुएँ, आदि।
8. जब समाप्त हो जाए, तो प्रत्येक समूह को अपने गाँव की ड्राइंग को कमरे के सामने की दीवार पर चिपकाने के लिए कहें। सभी प्रतिभागियों को चित्र के सामने इकट्ठा होने के लिए कहें।
9. प्रत्येक समूह को अपने गाँव को प्रस्तुत करने के लिए कहें।
10. प्रत्येक प्रस्तुति के बाद, उनसे पूछें: "आपको क्या लगता है कि आपका गाँव नदी के पानी की गुणवत्ता को कैसे प्रभावित करता है?"



### विकल्प 2: जल संदूषण मॉडल

1. प्रतिभागियों से जोड़े में चर्चा करने के लिए कहें और साझा करें सभी तरीके जिनसे पानी दूषित हो सकता है। एक पूरे समूह के रूप में साझा करने के लिए कहें।
  2. प्रतिभागियों का संदूषण मॉडल पानी में ले जाएं।
  3. प्रतिभागियों से प्ले आटा या मिट्टी का उपयोग करने के लिए कहें घरों, पशुधन और लोगों का परिदृश्य आकार देने के लिए और उन्हें प्लास्टिक की सतह पर रखें।
  4. प्रतिभागियों को अलग-अलग तत्वों को जोड़ने के लिए अन्य वस्तुओं का उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करें
- कृषि क्षेत्रों, कारखानों, आदि जैसे परिदृश्य उन्हें सुविधाओं को जोड़ने के लिए प्रोत्साहित करते हैं उनके समुदाय में मौजूद हैं।
5. प्रतिभागियों से उन जगहों पर परिदृश्य पर कागज के छोटे टुकड़े डालने के लिए कहें आम तौर पर कचरा पाते हैं।
  6. उन्हें उन स्थानों को कवर करने के लिए बीज या मसालों के साथ शेकर का उपयोग करने के लिए कहें जहां वे उर्वरक या कृषि रसायन रखते हैं।
  7. यदि समुदाय में रासायनिक संदूषण के अन्य स्थल हैं जैसे कारखाने, उन्हें अपने आसपास बीज या मसाले छिड़कने के लिए कहें।
  8. अब प्रतिभागियों को उन स्थानों पर मॉडल में गंदगी के टुकड़े रखने के लिए कहें जहां वे खुले में शौच करते हैं या जानवरों से शौच करते हैं।
  9. प्रतिभागियों से यह विचार करने के लिए कहें कि बारिश होने पर इस संदूषण का क्या हो सकता है - यह कहाँ जाएगा? विचारों को साझा करो।
  10. छिद्रित बोतलों का उपयोग करके मॉडल पर पानी डालने के लिए दो स्वयंसेवकों से पूछें और जो कुछ भी होता है उसका पालन करने के लिए शेष प्रतिभागियों को प्राप्त करें।
  11. प्रतिभागियों को यह बताने के लिए कहें कि वे क्या देख रहे हैं: "मल" और "रसायन" बारिश के पानी के साथ मिश्रित होते हैं और फिर नदी के पानी में चले जाते हैं।



### विकल्प 2 का अंत

12. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या वे नदी के पानी से पीना चाहेंगे। क्यों या क्यों नहीं? अधिकांश कहेंगे नहीं क्योंकि यह दूषित है।
13. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या नदी और उनके पानी के जल स्रोत के बीच कोई समानताएं या समानताएं हैं, या एक स्रोत जो उन्होंने एक गाँव में देखा है।

## समीक्षा

5 मिनट



1. प्रतिभागियों से किसी सूची को लिखने के लिए कहें: "किन मानवीय गतिविधियों से संभावित रूप से परिचय में 3 जग में पानी दूषित हो सकता है?"

---

## पाठ योजना: मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण



40 मिनट कुल

### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागी यह पता लगाते हैं कि घरवाले मल्टी-बैरियर का उपयोग कैसे कर सकते हैं यह सुनिश्चित करने के लिए कि वे सुरक्षित पानी पी रहे हैं की नहीं। पाठ इन सभी मुलती बैरियर दृष्टिकोणों को कवर करेगा जैसे स्रोत संरक्षण, अवसादन, निस्पंदन, कीटाणुशोधन, और सुरक्षित भंडारण।

---

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:



1. सुरक्षित पेयजल के लिए बहु-बाधा दृष्टिकोण का वर्णन करने में: स्रोत संरक्षण, अवसादन, निस्पंदन, कीटाणुशोधन, और सुरक्षित भंडारण।
2. घरेलू जल उपचार में 3 चरणों की व्याख्या करने में: अवसादन, निस्पंदन, कीटाणुशोधन।

## सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- फीता
- मार्कर
- कैंची
- मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण मिलान गतिविधि (प्रति समूह 1)

## तैयारी



- शीर्ष चार्ट पेपर और नंबर 1-5 पर शीर्षक मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण लिखें कागज के बाईं ओर नीचे।
- ट्रेनर मैनुअल, अपेंडिक्स बी में पाए गए मल्टी-बैरियर एप्रोच पोस्टर्स को प्रिंट करें। समीक्षा गतिविधि के लिए पूर्ण सेट बनाने के लिए प्रत्येक अवरोध के लिए पर्याप्त प्रिंट करें।
- मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण मिलान गतिविधि को प्रिंट करें और काटें
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

## परिचय



5 मिनट

1. प्रतिभागियों को निम्नलिखित भूमिकाओं में विभाजित करें: 1 मानव; 5 बाधाएं (जुड़े हुए 2 लोग) हथियार प्रति बाधा, कुल 10 लोग); बाकी प्रतिभागी दूषित पानी का प्रतिनिधित्व करेंगे।
2. बताइए कि अगर दूषित पानी मानव को छूता है, तो मानव बीमार हो जाता है।
3. शुरू करने के लिए, मानव के पास कोई बाधा नहीं है। पानी पर हमला करते हैं और मानव को छूने की कोशिश करते हैं। पानी को मानव को छूना आसान होना चाहिए।
4. एक जोड़ी को एक बाधा के रूप में कार्य करने के लिए कहें और मानव की रक्षा करने का प्रयास करें। पानी पर हमला करने दो फिर से और मानव को छूने की कोशिश करें। यह पानी के लिए थोड़ा और अधिक कठिन होना चाहिए मानव को स्पर्श करो।
5. एक दूसरे जोड़े को मानव के लिए एक बाधा के रूप में शामिल होने के लिए कहें। पानी पर फिर से हमला करने दें और मानव को छूने की कोशिश करें।
6. अवरोधों को तब तक जोड़ना जारी रखें जब तक कि सभी 5 अवरोध मानव की रक्षा नहीं करते।
7. **लिंक:** चर्चा करें कि प्रतिभागियों ने कठिनाई के बीच संबंध के बारे में क्या देखा मानव को बीमार बनाने में और बाधाओं की संख्या में।
8. सीखने की उम्मीदें पेश करें।

## मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण

15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं: अब हम देखेंगे कि हम अपने घर में दूषित पानी को कैसे उपचारित कर सकते हैं। कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में, घरेलू स्तर पर पानी के उपचार के सबसे प्रभावी तरीके को जानने की आपको आवश्यकता होगी। बहु बाधा दृष्टिकोण सबसे अच्छा है।
2. प्रतिभागियों को 3-4 लोगों के समूहों में विभाजित करें। और एक मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण प्रत्येक समूह के लिए मिलान गतिविधि के लिए दें।
3. प्रतिभागियों से चित्र के साथ शब्द का मिलान करने और उन्हें क्रम से लगाने का प्रयास करने के लिए कहें बाएं से दाएं की ओर।

4. जब सभी समूह समाप्त हो गए हैं, तो चिपके हुए एक बड़े समूह के रूप में गतिविधि की समीक्षा करें।
5. प्रत्येक बाधा की व्याख्या करें।
  - a. अपने पानी को दूषित होने से बचाएं।
  - b. तरल पदार्थ से ठोस को अलग करने के लिए अवसादन।
  - c. सभी बड़े रोगजनकों को हटाने के लिए निस्पंदन
  - d. शेष छोटे रोगजनकों को मारने के लिए कीटाणुशोधन
  - e. आपके पानी को दोबारा दूषित होने से बचाने के लिए सुरक्षित भंडारण
6. समूहों से चर्चा करने के लिए कहें कि ऐसा क्यों है कि हम जितनी अधिक बाधाओं का उपयोग करते हैं, उतनी ही अधिक सुरक्षित हैं दूषित पानी से होगा? पूरे समूह के साथ प्रतिक्रियाएं साझा करें।
7. दो अवरोध एक से बेहतर क्यों हैं? या तीन दो से बेहतर बाधाओं? या सभी पाँच इष्टतम? के रूप में रोगजनकों के अधिक से अधिक हटाने अधिक चरणों का उपयोग किया जाता है। उपचारित पानी का सुरक्षित भंडारण पुनर्संयोजन को रोकता है।



## घरेलू जल उपचार

10 मिनटों

1. प्रतिभागियों से पूछें: मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण के कौन से भाग जल उपचार हैं? मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण फ्लिप चार्ट पर लेबल करें अवसादन, निस्पंदन, कीटाणुशोधन घरेलू जल उपचार के रूप में।
2. प्रतिभागियों से पूछें: यदि पानी टरबिड है, तो अवसादन महत्वपूर्ण है?
  - कण तेजी से फिल्टर करते हैं और फिल्टर को अधिक लगातार सफाई की आवश्यकता होती है। इसके अलावा, कण क्लोरीन और सौर कीटाणुशोधन की प्रभावशीलता में हस्तक्षेप करते हैं।
  - अवसादन भी कुछ कीटाणुओं को हटा देता है क्योंकि वे कीटाणुओं को कणों के साथ संलग्न कर करते हैं।
3. प्रतिभागियों से पूछें: कीटाणुशोधन से पहले उच्च निस्पंदन करना महत्वपूर्ण है?
  - कीटाणुशोधन प्रक्रिया सबसे प्रभावी है जब रसायन (उदाहरण के लिए: क्लोरीन) या सूरज (उदाहरण के लिए: सौर कीटाणुशोधन) रोगजनकों तक पहुंच सकता है। अगर वहाँ कण मौजूद हैं, तो रोगजनक उनके पीछे छिपे हो सकते हैं। निस्पंदन उन कणों के साथ-साथ कई रोगजनकों को हटा देता है।
4. प्रतिभागियों से पूछें: अवसादन के बाद कीटाणुशोधन महत्वपूर्ण क्यों है?
  - शेष रोगजनकों को मारने या निष्क्रिय करने के लिए।
  - फिल्टर जरूरी नहीं है कि 100% रोगजनकों को हटा दें। शेष विषाणुओं को मारने या निष्क्रिय करने के लिए कीटाणुशोधन की आवश्यकता होती है।

## समीक्षा

10 मिनटों



1. मल्टी-बैरियर एप्रोच मैचिंग एक्टिविटी से प्रत्येक प्रतिभागी को चित्रों में से 1 को सौंप दें। सुनिश्चित करें कि बनाने के लिए प्रत्येक बाधा के पर्याप्त चित्र हैं 5 के पूर्ण समूह: स्रोत संरक्षण, अवसादन, निस्पंदन, कीटाणुशोधन और सुरक्षित भंडारण। यदि एक पूरा समूह बनाने के लिए पर्याप्त लोग नहीं हैं, तो प्रतिभागियों को 2 बाधाओं को पूरा समूह बनाने के लिए दें।
2. बताएं कि प्रतिभागी खुद को गे, मिश्रण करने के लिए चारों ओर घूमेंगे-और जब आप कहें बैरियर यूनाइट! उन्हें मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण के समूह बनाने चाहिए और आदेश में खड़े हो जाओ। 5 लोगों के प्रत्येक समूह में 1 स्रोत सुरक्षा, 1 होगा अवसादन, 1 निस्पंदन, 1 कीटाणुशोधन, और 1 सुरक्षित भंडारण।

3. कुछ बार गेम खेलें।

मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण मिलान गतिविधि

	
	
	
अवसादन	सुरक्षित भंडारण
स्रोत सुरक्षा	फिल्ट्रेशन
विसंक्रमण	

मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण मिलान गतिविधि

	
	
	
<b>अवसादन</b>	<b>सुरक्षित भंडारण</b>
<b>स्रोत सुरक्षा</b>	<b>फिल्ट्रेशन</b>
<b>विसंक्रमण</b>	

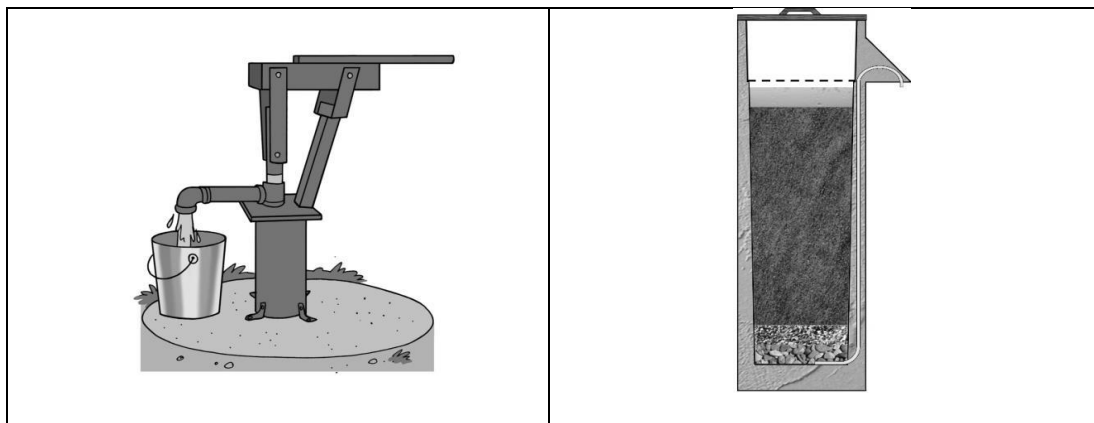
मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण मिलान गतिविधि

Community WASH Promotion

	
	
	
<b>अवसादन</b>	<b>सुरक्षित भंडारण</b>
<b>स्रोत सुरक्षा</b>	<b>फिल्ट्रेशन</b>
<b>विसंक्रमण</b>	
	

	
	
<b>अवसादन</b>	<b>सुरक्षित भंडारण</b>
<b>स्रोत सुरक्षा</b>	<b>फिल्ट्रेशन</b>
<b>विसंक्रमण</b>	

**मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण मिलान गतिविधि**



	
	
<b>अवसादन</b>	<b>सुरक्षित भंडारण</b>
<b>स्रोत सुरक्षा</b>	<b>फिल्ट्रेशन</b>
<b>विसंक्रमण</b>	
	
	
	
<b>अवसादन</b>	<b>सुरक्षित भंडारण</b>

स्रोत सुरक्षा	फिल्ट्रेशन
विसंक्रमण	

मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण मिलान गतिविधि

	
 	 
	
अवसादन	सुरक्षित भंडारण



स्रोत सुरक्षा	फिल्ट्रेशन
विसंक्रमण	

मल्टी-बैरियर दृष्टिकोण मिलान गतिविधि

	
	
	
अवसादन	सुरक्षित भंडारण

स्रोत सुरक्षा	फिल्ट्रेशन
विसंक्रमण	

पाठ योजना: जल उपचार: [खाली टेम्पलेट]



45 मिनट कुल

### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागियों ने अध्ययन किया कि कैसे [ जल उपचार का उपयोग और रखरखाव किया जाए प्रौद्योगिकी ]। यह सबक इस बात पर भी केंद्रित होगा कि एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर कैसे कर सकता है सत्यापित करें कि एक घर [ जल उपचार तकनीक ] का सही, एक सामान और निरंतर उपयोग कर रहा है।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ] के सही उपयोग और रखरखाव का प्रदर्शन
2. बताएं कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर सही, एक सामान और निरंतर उपयोग सत्यापित कर सकता है [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ]

### सामग्री



- [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ] या [ की छवियों जल उपचार प्रौद्योगिकी ]
- फ्लिप चार्ट पेपर
- मार्कर

## तैयारी



- [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ] प्रशिक्षण कक्ष में लाओ ।
- वाटर ट्रीटमेंट तकनीक का नाम लिखें जिस पर आप ध्यान केंद्रित करेंगे इस पाठ योजना के दौरान
- जल उपचार तकनीक, इसका उपयोग करने के तरीके और चरणों के बारे में बताएं इस पूरे क्षेत्र में जल उपचार तकनीक को बनाए रखने के लिए पाठ योजना निरंतर
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

## परिचय

5 मिनट



1. [ पानी के बारे में आप क्या जानते हैं उपचार प्रौद्योगिकी ]? पता है कि यह क्या है, उनसे चर्चा करें कि वे क्या हैं लगता है कि यह हो सकता है।
2. [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ]
3. [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ] का उपयुक्त विवरण दें

---

---

---

---

---

---

---

---

4. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## एक [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ] का उपयोग कैसे करें

20 मिनट



1. लाओ [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ] (या [ जल उपचार की एक तस्वीर प्रदर्शित करें) प्रौद्योगिकी ] समूह के सामने।
2. क्या कोई मुझे बता सकता है कि कैसे [ जल उपचार का उपयोग करें प्रौद्योगिकी ]
3. प्रदर्शित करें और समझाएँ कि कैसे उपयोग करें [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ]  
[ जल उपचार प्रौद्योगिकी का उपयोग करने के बारे में निर्देश डालें ]
  - 1) -
  - 2) -
  - 3) -
  - 4) -
  - 5) -

## कैसे बनाए रखें [ जल उपचार प्रौद्योगिकी ]

10 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी मृत रोगजनकों और कार्बनिक पदार्थ [जल उपचार प्रौद्योगिकी] पर इतना निर्माण कर सकते हैं कि यह पानी की प्रवाह दर को धीमा कर सकता है। जब यह पानी को बहुत धीरे-धीरे फ़िल्टर करता है, तो फ़िल्टर को साफ़ करना होगा।



**ट्रेनर नोट:** आपको इस कारण को बदलने की आवश्यकता हो सकती है कि [जल उपचार प्रौद्योगिकी] क्यों महत्वपूर्ण है और इसकी प्रभावशीलता कैसे बनाए रखें।

2. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब एक [जल उपचार प्रौद्योगिकी] की सफाई और रखरखाव के विभिन्न चरणों पर चर्चा करने और लिखने के लिए समूहों में काम करेंगे।
3. प्रतिभागियों को 3-4 के छोटे समूहों में विभाजित करें।
4. प्रतिभागियों को फ्लिपकार्ड पेपर पर अलग-अलग चरणों और नियमों को लिखने के लिए कहें जो उन्हें लगता है कि अच्छी सफाई और [जल उपचार प्रौद्योगिकी] के रखरखाव के लिए आवश्यक है।
5. एक बार जब समूहों ने [जल उपचार प्रौद्योगिकी] की सफाई के चरणों और नियमों को लिखना समाप्त कर दिया है, तो समूहों को चरणों को प्रस्तुत करने के लिए कहें।
6. जैसा कि समूह चरणों का वर्णन करते हैं, वास्तविक फ़िल्टर का उपयोग करके समूह के सामने चरण प्रदर्शित करें। (चरणों के उदाहरण हैं:
  - 1) -
  - 2) -
  - 3) -
  - 4) -
  - 5) -

## कैसे एक CWP [जल उपचार प्रौद्योगिकी] के सही उपयोग की पुष्टि कर सकता है 15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें अब पता होना चाहिए कि पीने के पानी का प्रभावी ढंग से उपचार करने के लिए [जल उपचार प्रौद्योगिकी] का उपयोग कैसे करें। कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में उनकी भूमिका में, लाभार्थियों को [जल उपचार तकनीक] का सही, निरंतर और एक समान उपयोग करने के लिए प्रेरित करना उनके ऊपर होगा।
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि किसी भी जल उपचार तकनीक के प्रभावी होने के लिए, यह सही, निरंतर और एक समान उपयोग करने की आवश्यकता है
3. शब्दों को लिखें: एक फ्लिप चार्ट पेपर पर सही, निरंतर और एक समान रखें और समझाएं उनका अर्थ:
  - a. सही: घरेलू प्रौद्योगिकी का उपयोग और रखरखाव कर रहा है, निम्नलिखित निर्माता द्वारा निर्देश।
  - b. निरंतर: घर के सभी सदस्य पानी का उपयोग कर रहे हैं पूरे दिन और मौसम से मौसम तक प्रौद्योगिकी।
  - c. एक समान: घर के सभी सदस्य प्रतिदिन उपचारित पानी का उपयोग कर रहे हैं लम्बी अवधि में।
4. प्रतिभागियों से पूछें: "जब आप एक समुदाय WASH प्रमोटर के रूप में एक घर का दौरा करते हैं, तो आप कैसे बता सकते हैं कि उपयोगकर्ता [जल उपचार तकनीक] का उपयोग सही, निरंतर और एक समान कर रहा है?" उस जानकारी को एकत्र करने के लिए, आप या तो अवलोकन कर सकते हैं या प्रश्न पूछ सकते हैं।
5. समूह के सामने दीवार पर दो फ्लिपकार्ड पेपर रखें। पहला पेपरके शीर्ष पर एक आंख ड्रा करें। बता दें कि यह आंख उन चीजों का प्रतिनिधित्व करती है जिन्हें आप देख सकते हैं। दूसरे पेपर के शीर्ष पर एक प्रश्न चिह्न को चित्रित करो, यह प्रश्न चिह्न सवालियों का प्रतिनिधित्व करते हैं।
6. प्रतिभागियों से उन चीजों की सूची बनाने के लिए कहें, जिन्हें आप उपयोगकर्ता से पूछने के लिए या संभावित प्रश्नों का अवलोकन कर सकते हैं, जो यह इंगित करता है कि उपयोगकर्ता [जल उपचार तकनीक] का सही और निरंतर उपयोग कर रहा है।
7. 5 मिनट के बाद, प्रतिभागियों को बड़े समूह के साथ अपने उत्तर साझा करने के लिए कहें। संबंधित फ्लिपकार्ड पेपर पर उनके उत्तर नीचे लिखें।

संभावित जवाब:

टिप्पणियों	प्रश्न ?
<ul style="list-style-type: none"> <li>- क्या जल उपचार तकनीक का उपयोग किया जाता है?</li> <li>- क्या व्यक्ति यह प्रदर्शित कर सकता है कि वे अपनी जल उपचार तकनीक का उपयोग कैसे करते हैं?</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>-</li> <li>-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- जब आप घर पर नहीं होते हैं तो आप कौन सा पानी पीते हैं?</li> <li>-अपने बच्चों को स्कूल में पानी पिलाते समय क्या करें?</li> <li>आप पानी के किस स्रोत का उपयोग करते हैं? (गीला / शुष्क मौसम के दौरान?)</li> <li>-आप अपनी तकनीक को कैसे बनाए रखते हैं? -</li> <li>-</li> <li>-</li> </ul>

## समीक्षा

5 मिनट



1. टिप्पणियों और सवालों के पोस्टर नीचे उतारें।
2. प्रतिभागियों से एक साथी के साथ काम करने और यह समझाने का अभ्यास करने को कहें कि कैसे [पानी उपचार प्रौद्योगिकी] पानी के उपचार के लिए काम करती है।

## जल उपचार: बायोसैंड फ़िल्टर

1 घंटा 30 मिनट

### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागी एक बायोसैंड फ़िल्टर का उपयोग और रखरखाव करने के तरीके के बारे में देखेंगे। यह पाठ इस बात पर भी ध्यान केंद्रित करेगा कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर सत्यापित कर सकता है कि एक हाउसहोल्ड फ़िल्टर का सही, निरंतर और एक समान कर रहे हैं।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. बायोसैंड फ़िल्टर के सही उपयोग का प्रदर्शन करने में
2. एक बायोसैंड फ़िल्टर के सही रखरखाव का प्रदर्शन करने में
3. बताइए कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर सत्यापित कर सकता है कि बायोसैंड फ़िल्टर का उपयोग सही, निरंतर और एक समान हो रहा है

## सामग्री



- विकल्प 1: CAWST बायोसैंड फ़िल्टर इंस्ट्रक्शनल वीडियो
  - विकल्प 1: कंप्यूटर
  - विकल्प 1: प्रोजेक्टर
  - विकल्प 2: एक मॉडल बायोसैंड फ़िल्टर या स्थापित बायोसैंड फ़िल्टर
  - 8 कुंजी फ़िल्टर प्रदर्शन अंक (पाठ योजना का अंत) (CAWST पोस्टर सेट)
- वैकल्पिक:
- बायोसैंड फ़िल्टर का बड़ा पोस्टर
  - संस्करण 10: <https://resources.cawst.org/poster/bbe16e69/large-poster-ofbiosand-filter-version-10>
  - संस्करण 9: <https://resources.cawst.org/poster/a44b5bab/large-poster-ofbiosand-filter-version-9>

## तैयारी



- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें
- विकल्प 1: वीडियो को क्यू करें और कंप्यूटर के साथ ध्वनि सुनिश्चित करें।
- बायोसैंड फ़िल्टर फैक्ट शीट पढ़ें।
- प्रतिभागी हैंडआउट प्रिंट करें: "बायोसैंड फ़िल्टर ऑपरेशन और मटेनेंस "
- बायोसैंड फ़िल्टर के मटेनेंस का पोस्टर या प्रिंट
- 8 कुंजी फ़िल्टर प्रदर्शन बिंदुओं का प्रिंट आउट लें

## परिचय

### 2 मिनट



1. एक साथी के साथ चर्चा करने के लिए प्रतिभागियों से पूछें: "आप बायोसैंड फ़िल्टर के बारे में क्या जानते हैं?" यदि वे नहीं जानते कि यह क्या है, तो उनसे चर्चा करने के लिए कहें कि उन्हें क्या लगता है कि यह हो सकता है।
2. बड़े समूह से पूछें: "आप मुझे एक बायोसैंड फ़िल्टर के बारे में क्या बता सकते हैं?"  
*एक बायोसैंड फ़िल्टर एक पानी का फ़िल्टर है जो गंदे पानी को पीने के लिए सुरक्षित बनाता है। इसका उपयोग स्कूलों की तरह घरों या इमारतों में किया जा सकता है। यह कंक्रीट या प्लास्टिक से बना हो सकता है। यह रेत और बजरी की परतों से भरा है जो फ़िल्टर के अंदर जाने के लिए सावधानी से तैयार हैं। निस्पंदन (फिल्ट्रेशन) रेत में फिजिकल और जैविक प्रक्रियाओं द्वारा विषाणुओं और टरबिडीटी को हटाता है।*

3. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## विकल्प 1: बायोसैंड फ़िल्टर का उपयोग कैसे करें - निर्देशात्मक वीडियो

15 मिनट



1. बायोसैंड फ़िल्टर निर्देशात्मक वीडियो दिखाएं: बायोसैंड फ़िल्टर का उपयोग कैसे करें।
2. प्रतिभागियों से पूछें कि बायोसैंड का उपयोग करते समय हमें किन चीजों को याद रखना चाहिए फ़िल्टर?
  - यदि पानी बहुत बादल है, तो फ़िल्टर में डालने से पहले गंदगी का निपटान करें। आईटी इस उपलब्ध सबसे साफ पानी का उपयोग करने के लिए महत्वपूर्ण है।
  - इसे हर बार एक ही स्रोत से प्राप्त करना सुनिश्चित करें।
  - पानी इकट्ठा करने के लिए एक कंटेनर का उपयोग करें और फ़िल्टर किए गए पानी के लिए एक अलग।
  - पानी के अलावा कभी भी जलाशय में कुछ भी न डालें।
  - हमेशा विसारक के माध्यम से पानी डालें।
  - शीर्ष पर जलाशय में 12 लीटर गंदा पानी होगा। यह लगभग 1 बाल्टी है।
  - सुनिश्चित करें कि फ़िल्टर्ड पानी को पकड़ने वाला कंटेनर हमेशा साफ रहे।

- फ़िल्टर की प्रवाह दर लगभग 0.4 लीटर प्रति मिनट (संस्करण 8 के लिए) होनी चाहिए और संस्करण 9 फ़िल्टर, प्रवाह दर 0.6 लीटर या प्रति मिनट कम है।
  - पानी को फ़िल्टर में बहने में लगभग एक घंटा लगेगा।
  - प्रत्येक में डालने से पहले आपको बायोसैंड को कई घंटों तक आराम करने देना होगा पानी की बाल्टी।
  - आप प्रत्येक भोजन में एक बाल्टी पानी डाल सकते हैं: नाश्ता, दोपहर और रात का भोजन, फिर बिस्तर से पहले एक आखिरी। यह 4 बाल्टी है जो हर 6 घंटे में लगभग एक है।
  - हर दिन फ़िल्टर में कम से कम एक बाल्टी पानी डालना सुनिश्चित करें। अन्यथा, bilayer मर सकता है! यदि बायोलाॅयर की मृत्यु हो जाती है, तो बायोसैंड फ़िल्टर काम नहीं करेगा।
  - एक बार जब आप पानी को छानने का काम पूरा कर लें, तो यह सुनिश्चित करने के लिए इसे कीटाणुरहित करने का समय है पीने के लिए पूरी तरह से सुरक्षित। आपके पानी को कीटाणुरहित करने के अलग-अलग तरीके हैं जैसे कि क्लोरीन, SODIS और उबलते। उस व्यक्ति से बात करें जिसने मदद के लिए फ़िल्टर स्थापित किया है परिवार तय करता है कि कौन सा तरीका उनके लिए सबसे अच्छा काम करेगा।
3. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या उनके पास फ़िल्टर का उपयोग करने के बारे में कोई प्रश्न है।

## विकल्प 2: बायोसैंड फ़िल्टर का उपयोग कैसे करें – प्रदर्शन मिनट

15



1. बायोसैंड फ़िल्टर का एक मॉडल समूह के सामने लाएँ या प्रतिभागियों को लाएँ स्थापित फ़िल्टर। वैकल्पिक: समूह के लिए बायोसैंड फ़िल्टर के बड़े पोस्टर को प्रदर्शित करें।
2. सी
3. फ़िल्टर का उपयोग करने के तरीके का प्रदर्शन और व्याख्या करें।
  - यदि पानी बहुत बादल है, तो फ़िल्टर में डालने से पहले गंदगी का निपटान करें। आईटी इस उपलब्ध सबसे साफ पानी का उपयोग करने के लिए महत्वपूर्ण है।
  - इसे हर बार एक ही स्रोत से प्राप्त करना सुनिश्चित करें।
  - पानी इकट्ठा करने के लिए एक कंटेनर का उपयोग करें और फ़िल्टर किए गए पानी के लिए एक अलग।
  - पानी के अलावा कभी भी जलाशय में कुछ भी न डालें।
  - हमेशा विसारक के माध्यम से पानी डालें।
  - शीर्ष पर जलाशय में 12 लीटर गंदा पानी होगा। यह लगभग 1 बाल्टी है।
  - मक्खियों, धूल और अन्य अवांछित वस्तुओं को बाहर रखने के लिए हमेशा ढक्कन को बदलें।
  - आप देखेंगे कि पानी नली से बाहर निकलने लगा है। कंटेनर सुनिश्चित करें फ़िल्टर्ड पानी को पकड़ना हमेशा साफ होता है।
  - फ़िल्टर की प्रवाह दर लगभग 0.4 लीटर प्रति मिनट (संस्करण 8 के लिए) होनी चाहिए और संस्करण 9 फ़िल्टर, प्रवाह दर 0.6 लीटर या प्रति मिनट कम है।
  - पानी को फ़िल्टर में बहने में लगभग एक घंटा लगेगा।
  - प्रत्येक में डालने से पहले आपको बायोसैंड को कई घंटों तक आराम करने देना होगा पानी की बाल्टी।
  - आप प्रत्येक भोजन में एक बाल्टी पानी डाल सकते हैं: नाश्ता, दोपहर और रात का भोजन, फिर बिस्तर से पहले एक आखिरी। यह 4 बाल्टी है जो हर 6 घंटे में लगभग एक है।
  - हर दिन फ़िल्टर में कम से कम एक बाल्टी पानी डालना सुनिश्चित करें। अन्यथा, bilayer मर सकता है! यदि बायोलाॅयर की मृत्यु हो जाती है, तो बायोसैंड फ़िल्टर काम नहीं करेगा।
  - एक बार जब आप पानी को छानने का काम पूरा कर लें, तो यह सुनिश्चित करने के लिए इसे कीटाणुरहित करने का समय है पीने के लिए पूरी तरह से सुरक्षित। आपके पानी

को कीटाणुरहित करने के अलग-अलग तरीके हैं जैसे कि क्लोरीन, SODIS और उबलते। उस व्यक्ति से बात करें जिसने मदद के लिए फ़िल्टर स्थापित किया है परिवार तय करता है कि कौन सा तरीका उनके लिए सबसे अच्छा काम करेगा।

4. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या उनके पास फ़िल्टर का उपयोग करने के बारे में कोई प्रश्न है।

## बीएसएफ 8 कुंजी फ़िल्टर प्रदर्शन अंक

30 मिनट



1. प्रतिभागियों को यह सुनिश्चित करने के लिए समझाएं कि प्रत्येक तरीके से रोगजनकों को हटा दिया जाता है बायोसैंड फिल्टर के अंदर पानी सही ढंग से हो रहा है, उन्हें यह सुनिश्चित करना होगा कि ए फिल्टर को सही तरीके से स्थापित किया गया है और इसका सही उपयोग किया जा रहा है।
2. बताएं कि कई महत्वपूर्ण शर्तें हैं जिन्हें फिल्टर करने के लिए जगह की आवश्यकता होती है सौंपे जा रहे हैं।
3. फिल्टर प्रदर्शन बिंदुओं की तस्वीरें बाहर सौंपें। के लिए 1 चित्र होना चाहिए हर 2-3 लोग।
4. प्रतिभागियों से अपने साथी या समूह के साथ तस्वीर पर चर्चा करने के लिए कहें।
5. प्रत्येक समूह को बड़े समूह के साथ अपनी तस्वीर साझा करने के लिए कहें।
6. जैसा कि प्रतिभागी फिल्टर प्रदर्शन बिंदु की अपनी व्याख्या प्रदान करते हैं, लिखें फ्लिप चार्ट पेपर के एक टुकड़े पर प्रदर्शन बिंदु, और उसके बगल में चित्र चिपकाएं।
  - स्थापना के बाद से कम से कम 30 दिनों के लिए फिल्टर का उपयोग किया गया है
  - हर बार एक ही पानी के स्रोत का उपयोग करते हुए, फिल्टर का उपयोग कम से कम एक बार किया जाता है
  - स्रोत का पानी बहुत गंदा / टर्बिड नहीं है (50 NTU से कम)
  - कंक्रीट फिल्टर बाँड़ी लीक नहीं कर रहा है
  - डिप्पूज़र जगह में है, अच्छी तरह से फिट बैठता है, और अच्छी, साफ स्थिति में है
  - ठहराव की अवधि के दौरान रेत का जल स्तर 5 सेमी ऊपर होता है
  - रेत का शीर्ष स्तर है
  - प्रवाह दर 0.4 लीटर प्रति मिनट या धीमी है (नोट: संस्करण 8 और के लिए प्रवाह दर संस्करण 9 प्रति मिनट 0.6 लीटर या धीमा है)
7. बताएं कि यदि इनमें से प्रत्येक फिल्टर प्रदर्शन बिंदु मिलते हैं, तो हम फिल्टर की अपेक्षा करते हैं प्रभावी ढंग से पानी की सफाई होगी।
8. जोड़े में, प्रतिभागियों से चर्चा करने के लिए कहें कि प्रत्येक बिंदु बायोसैंड के लिए महत्वपूर्ण क्यों है अच्छी तरह से काम करने के लिए फिल्टर।
  - फिल्टर 30 दिनों से अधिक पहले स्थापित किया गया था: बायोलर को समय लग सकता है (अप करने के लिए 30 दिन) बढ़ने के लिए
  - फिल्टर का उपयोग प्रत्येक दिन कम से कम एक बार किया जाता है: हर दिन डाला जाने वाला पानी खिलाता है बायोलेयर और इसे विकसित करने में मदद करता है, और पानी को वाष्पित होने से भी बचाता है (जो बायोलेयर को सुखा देगा और मार देगा)। पानी उसी से होना चाहिए स्रोत हर बार, क्योंकि बायोलेयर में रोगाणुओं की आदत हो जाती है स्रोत जल में दूषित तत्व। यदि आप स्रोत बदलते हैं, तो कुछ दिन लगेंगे
  - नए संदूकों के उपयोग के लिए बायोलेयर के लिए, और फिल्टर उपचार नहीं करेगा पानी के रूप में अच्छी तरह से उन कुछ दिनों के लिए।
  - बीएसएफ में डाला गया पानी साफ है (50 एनटीयू से कम): अगर गंदा पानी है में डाला, फिल्टर बंद हो जाएगा और लगातार रखरखाव की आवश्यकता होगी
  - फिल्टर कंटेनर में दरारें नहीं हैं और लीक नहीं है: पर्याप्त रखने के लिए बायोलेयर और रेत की रक्षा के लिए फिल्टर में पानी (यदि सभी पानी लीक हो जाता है, तो वहां खड़ा पानी का 5 सेमी नहीं होगा!), और सूखा सूखा!



- अच्छी स्थिति में एक विसारक होता है: विसारक पानी को समान रूप से टपकने देता है रेत पर फैल गया, और पानी को रोकने के लिए धीरे से पानी टपकता है रेत / बायोलेयर को परेशान करना के ऊपर
  - रेत: बायोलेयर की रक्षा, इसे बाहर सुखाने से रखें, हवा के माध्यम से प्राप्त करें रेत का शीर्ष समतल और समतल है: इंगित करता है कि बायोलेयर को परेशान नहीं किया गया है और विसारक काम कर रहा है
  - जब फ़िल्टर भरा होता है, तो संस्करण 10 के लिए प्रवाह दर 400 एमएल या उससे कम प्रति मिनट होती है फ़िल्टर (संस्करण 8 और संस्करण 9 फ़िल्टर के लिए, प्रवाह दर 0.6 लीटर या उससे कम है मिनट): रोगजनकों / अच्छे जल उपचार की प्रभावी हटाने दर को इंगित करता है
1. एक समूह के रूप में साझा करें और फ्लिप चार्ट पर रिकॉर्ड करें।
  2. प्रतिभागियों से पूछें कि अगर 8 अंक नहीं मिलते हैं तो क्या होगा?
    - फिल्टर पानी से रोगजनकों को भी नहीं हटाएगा
  3. बता दें कि CAWST इन 8 प्रमुख फ़िल्टर प्रदर्शन बिंदुओं की जाँच करने की सिफारिश करता है अनुवर्ती यात्राओं के दौरान। यदि 8 बिंदुओं में से कोई भी पूरा नहीं हुआ है, तो किसी भी समस्या को जल्द से जल्द ठीक करें यदि संभव हो तो उसी दिन व्यावहारिक!
    - इन 8 प्रमुख फ़िल्टर प्रदर्शन बिंदुओं को नियमित रूप से शामिल किया जाना चाहिए निगरानी कार्यक्रम, हालांकि अधिक चीजों को भी शामिल किया जा सकता है (होने के लिए फॉलो-अप विजिट पाठ में चर्चा की गई)।
    - 8 कुंजी फ़िल्टर प्रदर्शन बिंदुओं की जांच किसी भी समय की जा सकती है अंतिम उपयोगकर्ता, कम्युनिटी WASH प्रमोटर या फ़िल्टर तकनीशियन।



## विकल्प 1: एक बायोसैंड फ़िल्टर निर्देशात्मक वीडियो कैसे बनाए रखें

15

### मिनट



1. विकल्प 1: बीएसएफ निर्देशात्मक वीडियो दिखाएं: बायोसैंड फ़िल्टर को कैसे साफ करें और
2. प्रतिभागियों से पूछें सफाई ए
  - स्टेप 1 ढक्कन को उतारना है।
  - स्टेप 2, विसारक को हटा दें।
  - स्टेप 3, साबुन के पानी में, विसारक और ढक्कन को धोएं और फिर कुल्ला करें।
  - स्टेप 4, विसारक और ढक्कन को बदलें।
  - स्टेप 5, क्लोरीन के साथ फिल्टर के आउटलेट ट्यूब को साफ करें। यदि आपके पास क्लोरीन नहीं है, बस साबुन और पानी का उपयोग करें।
3. प्रतिभागियों से पूछें जब एक घूमता है
  - सबसे पहले, ढक्कन को हटा दें, फिर फ़िल्टर में तब तक पानी डालें जब तक इसका स्तर ऊपर न हो जाए विसारक। एक बार पानी इस स्तर पर होने के बाद, विसारक को बाहर निकालें।
  - अपने हाथ को फ़िल्टर में तब तक चिपकाएँ जब तक कि आपका हाथ रेत पर सपाट न हो जाए। सतह को घुमाओ रेत के लगभग तीन बार।
  - फिर एक कप या बाल्टी से गंदे पानी को छान लें।
  - रेत के ऊपर और समतल जगह बनाएं।
  - डिफ्यूज़र और ढक्कन को साबुन के पानी से धोएं और कुल्ला करें। विसारक को फ़िल्टर में वापस रखें।
  - और फिर अपने हाथों को साबुन से धो लें। यह आपके हाथों से बहुत महत्वपूर्ण है बस रेत की सतह पर सभी रोगजनकों को छुआ है!
  - फिर फिल्टर में पानी की एक बाल्टी डालें और देखें कि यह कितनी तेजी से निकलता है।
  - यदि फ़िल्टर अभी भी बहुत धीमी गति से चल रहा है, तो इन सभी चरणों को फिर से करें।
4. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या उनके पास फ़िल्टर बनाए रखने के बारे में कोई प्रश्न है।

## विकल्प 2: एक बायोसैंड फ़िल्टर कैसे बनाए रखें – प्रदर्शन

15 मिनट



- बायोसैंड फ़िल्टर का एक मॉडल समूह के सामने लाएँ या प्रतिभागियों को लाएँ स्थापित फ़िल्टर। वैकल्पिक: समूह के लिए बायोसैंड फ़िल्टर के बड़े पोस्टर को प्रदर्शित करें।
- स्टेप 1 ढक्कन को उतारना है।
  - स्टेप 2, विसारक को हटा दें।
  - स्टेप 3, साबुन के पानी में, विसारक और ढक्कन को धोएं और फिर कुल्ला करें।
  - स्टेप 4, विसारक और ढक्कन को बदलें।
  - स्टेप 5, क्लोरीन के साथ फ़िल्टर के आउटलेट ट्यूब को साफ करें। यदि आपके पास क्लोरीन नहीं है, बस साबुन और पानी का उपयोग करें।
- प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी पानी सामान्य से बहुत धीमी गति से बहता है बायोसैंड फ़िल्टर। यह तब होता है जब आपको एक भंवर और डंप करने की आवश्यकता होती है। भंवर और डंप आसान है और घर के किसी भी सदस्य द्वारा किया जा सकता है।
- वें का उपयोग करें डंप।
  - सबसे पहले, ढक्कन को हटा दें, फिर फ़िल्टर में तब तक पानी डालें जब तक इसका स्तर ऊपर न हो जाए विसारक। एक बार पानी इस स्तर पर होने के बाद, विसारक को बाहर निकालें।
  - अपने हाथ को फ़िल्टर में तब तक चिपकाएँ जब तक कि आपका हाथ रेत पर सपाट न हो जाए। सतह को घुमाओ रेत के लगभग तीन बार।
  - फिर एक कप या बाल्टी से गंदे पानी को छान लें।
  - रेत के ऊपर और समतल जगह बनाएं।
  - डिफ्यूज़र और ढक्कन को साबुन के पानी से धोएं और कुल्ला करें। विसारक को फ़िल्टर में वापस रखें।
  - और फिर अपने हाथों को साबुन से धो लें। यह आपके हाथों से बहुत महत्वपूर्ण है बस रेत की सतह पर सभी रोगजनकों को छुआ है!
  - फिर फ़िल्टर में पानी की एक बाल्टी डालें और देखें कि यह कितनी तेजी से निकलता है।
  - यदि फ़िल्टर अभी भी बहुत धीमी गति से चल रहा है, तो इन सभी चरणों को फिर से करें।
- एक स्वयंसेवक (वालंटियर) से पूछें कि दूसरी बार घूमने और डंप विधि को दोहराने के लिए प्रतिभागियों।
- प्रतिभागियों से पूछें कि क्या उनके पास फ़िल्टर बनाए रखने के बारे में कोई प्रश्न है।

---

## कैसे एक CWP बायोसैंड फ़िल्टर के सही उपयोग को सत्यापित कर सकता है 20 मिनट



- प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें अब पता होना चाहिए कि बायोसैंड का उपयोग और रखरखाव कैसे करना है प्रभावी ढंग से फ़िल्टर करें। कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में उनकी भूमिका में, यह उनके ऊपर होगा लाभार्थियों को अपने फ़िल्टर का सही और निरंतर उपयोग करने और बनाए रखने के लिए प्रेरित करें।
- प्रतिभागियों को समझाएं कि किसी भी जल उपचार तकनीक के प्रभावी होने के लिए, यह लगातार, और लगातार सही ढंग से उपयोग करने की आवश्यकता है
- शब्दों को लिखें: एक फ्लिप चार्ट पेपर पर सही, लगातार और लगातार उनका अर्थ समझाएं:
  - सही:** घरेलू प्रौद्योगिकी का उपयोग और रखरखाव कर रहा है, निम्नलिखित निर्माता द्वारा निर्देश।
  - संगत:** घर के सभी सदस्य पानी का उपयोग कर रहे हैं पूरे दिन और मौसम से मौसम तक प्रौद्योगिकी।
  - जारी:** घर के सभी सदस्य प्रतिदिन ओवर वॉटर का उपयोग कर रहे हैं दीर्घकालिक।
- प्रतिभागियों को समझाएं कि कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में, उन्हें भी होना चाहिए

यदि उपयोगकर्ता है उनके फिल्टर का सही, निरंतर और एक समान करना। प्रतिभागियों को समझाएं कि आप सप्ताह में बाद में एक WASH जासूस होने का अभ्यास करेंगे।

5. पूछो कुछ तरीके हैं जो हम जांच सकते हैं कि उपयोगकर्ता उनका उपयोग कर रहा है या नहीं बायोसैंड फ़िल्टर सही, लगातार और लगातार उस जानकारी को इकट्ठा करने के लिए, आप या तो अवलोकन कर सकते हैं या प्रश्न पूछ सकते हैं।

6. समूह के सामने दीवार पर दो फिलप चार्ट पेपर रखें। के शीर्ष पर एक आंख ड्रा पहला पेपर, और दूसरा प्रश्न शीर्ष पर।

7. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी, लोगों से सवाल पूछना पर्याप्त नहीं है। बहुत से लोग आपको ऐसी जानकारी बताना चाहते हैं जो जरूरी नहीं है क्योंकि सच है वे आपको इस बात पर प्रभावित करना चाहते हैं कि वे अपने फ़िल्टर का कितना अच्छा उपयोग कर रहे हैं। इस समय, यह स्वीकार करना महत्वपूर्ण है कि आप उन्हें अपने फिल्टर का उपयोग करने में मदद करने के लिए वहां हैं सही ढंग से। आपको यह सुनिश्चित करने के लिए अवलोकन करने की आवश्यकता होगी कि उपयोगकर्ता इसका उपयोग कर रहा है सही ढंग से, भले ही उपयोगकर्ता आपको बता रहा हो।

8. प्रतिभागियों को 2 बड़े ग्रो में विभाजित करें

9. प्रतिभागियों से एक सूची बनाने के लिए एक साथी के साथ काम करने के लिए कहें: जो चीजें आप कर सकते हैं उपयोगकर्ता से पूछने के लिए (उनके निर्दिष्ट समूह के आधार पर) सवालों का निरीक्षण करें या संभव करें यदि उपयोगकर्ता फ़िल्टर का उपयोग और रखरखाव कर रहा है तो यह इंगित करेगा।

10. प्रतिभागियों को बड़े समूहों के साथ अपने उत्तर साझा करने के लिए कहें। उनकी लिखिए संबंधित फिलप चार्ट कागजात पर नीचे जवाब।

**संभावित जवाब:**

टिप्पणियों	प्रश्न
<ul style="list-style-type: none"> <li>-इस फिल्टर को स्थानांतरित नहीं किया गया है।</li> <li>-फिल्टर में खड़ा पानी है 4 और 6 सेमी के बीच।</li> <li>-विभाजक अच्छी स्थिति में है।</li> <li>-आलू समतल है और समतल भी।</li> <li>-आप उपयोगकर्ता को प्रदर्शन करते हुए देख सकते हैं फ़िल्टर का सही उपयोग कैसे करें।</li> <li>-आप उपयोगकर्ता को प्रदर्शन करते हुए देख सकते हैं कैसे सही ढंग से फिल्टर बनाए रखने के लिए।</li> <li>-आउटलेट से जुड़ी कोई ट्यूब नहीं है फिल्टर की ट्यूब।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>आप हर दिन फिल्टर का उपयोग कर रहे हैं?</li> <li>-कितने बार आप फिल्टर का उपयोग कर रहे हैं दिन?</li> <li>-आप फ़िल्टर कैसे बनाए रखते हैं?</li> <li>-आप अपने फिल्टर के बारे में कैसा महसूस करते हैं?</li> <li>-क्या आप फिल्टर्ड कीटाणुरहित करते हैं पानी?</li> <li>-जब आप होते हैं तब पानी क्या पीते हैं घर पर नहीं हैं?</li> <li>-आपके बच्चे क्या पानी पीते हैं जब वे स्कूल में हैं? आप पानी के किस स्रोत का उपयोग करते हैं? (गीला / शुष्क मौसम के दौरान?)</li> </ul>

**समीक्षा**

2 मिनट



1. प्रतिभागियों से कहें कि वे अपने में 8 प्रमुख फिल्टर प्रदर्शन बिंदुओं को लिखें नोटबंदी या कागज का टुकड़ा।

**जल उपचार: सिरैमिक मोमबत्ती फ़िल्टर**



60 मिनट

**पाठ विवरण**



इस पाठ में, प्रतिभागियों का अध्ययन होगा कि कैसे एक सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर का उपयोग और रखरखाव किया जाए। यह सबक इस बात पर भी केंद्रित होगा कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर यह सत्यापित कर सकता है कि ए घरेलू उनके फ़िल्टर का सही, निरंतर और एक समान कर रहे हैं।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. एक सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर का सही उपयोग प्रदर्शित करें
2. एक सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर का सही रखरखाव प्रदर्शित करें
3. बताइए कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर सही, सुसंगत, और सत्यापित कर सकता है एक सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर का निरंतर उपयोग

### सामग्री



- एक सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर और सुरक्षित भंडारण कंटेनर
- क्षेत्रीय कैंडल फ़िल्टर मटेनेंस। पोस्टर यहां देखे जा सकते हैं: [https://resources.cawst.org/poster\\_set/f7050959/water-sanitation-and-hygiene-पोस्टर-सेट-छवियों-केवल](https://resources.cawst.org/poster_set/f7050959/water-sanitation-and-hygiene-पोस्टर-सेट-छवियों-केवल)
- फ़्लिप चार्ट पेपर
- मार्करों

### तैयारी



- सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर और सुरक्षित भंडारण कंटेनर की स्थापना करें
- मोमबत्ती (देखें अंत सबक योजना)
- वैकल्पिक: फ़्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

### परिचय

#### 5 मिनट



1. आप एक सिरेमिक के बारे में क्या जानते हैं मोमबत्ती पता है कि यह क्या है, उनसे चर्चा करने के लिए कहें कि वे क्या सोचते हैं हो सकता है।
2. टोपी आप मुझे एक सिरेमिक मोमबत्ती फिल्म के बारे में बता सकते हैं एक सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर एक खोखला सिलेंडर होता है जिसे आमतौर पर मिट्टी के मिश्रण से बनाया जाता है दहनशील सामग्री जैसे चूरा, चावल की भूसी या कॉफी की भूसी। रजत कभी-कभी होता है रोगजनक हटाने में मदद करने के लिए उपयोग किया जाता है। एक या एक से अधिक मोमबत्तियाँ जुड़ी होती हैं एक कंटेनर के नीचे। कंटेनर में पानी डाला जाता है और बहता है मोमबत्ती और सीधे एक सुरक्षित भंडारण कंटेनर के ऊपर प्रयोग किया जाता है। आमतौर पर इसका उपयोग किया जाता है मुख्य रूप से परिवार या घरेलू स्तर पर।
3. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

### सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर का उपयोग कैसे करें



#### 15 मिनट

1. एक सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर लाओ (या सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर की एक तस्वीर प्रदर्शित करें) समूह के सामने।
- 2.
3. किसी भी प्रश्न को दिशा निर्देश देकर या फ़िल्टर का उपयोग करने का प्रदर्शन करके स्पष्ट करें: मैं।
  - i. फ़िल्टर तैयार करें: सुनिश्चित करें कि आपके पास एक भंडारण कंटेनर है जो बहुत है साफ और एक नल है।

- ii. सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर पहले से ही एक के नीचे से जुड़ा होना चाहिए कंटेनर। उस कंटेनर को खुले सुरक्षित भंडारण कंटेनर के ऊपर रखें।
- iii. कंटेनर के शीर्ष में पानी डालें जिसमें सिरेमिक मोमबत्ती हो फ़िल्टर (10 लीटर तक)
- iv. यदि पानी बहुत अधिक कठोर है, तो इससे पहले अवसादन से गुजरना पड़ सकता है में डालना वी प्रतिभागियों को समझाएं कि एक सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर में बहुत छोटे छेद होते हैं और बहुत प्रभावी ढंग से रोगजनकों को छानता है। कुछ सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर हैं पानी से वायरस को खत्म करने में मदद करने के लिए सिरेमिक के हिस्से के रूप में चांदी। छठी।
- v. प्रतिभागियों को समझाएं कि सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर 0.1-1 एल प्रति घंटे फ़िल्टर कर सकता है।
- vi. प्रतिभागियों को समझाएं कि यद्यपि फ़िल्टर बहुत प्रभावी है, यह 100% नहीं है प्रभावी। क्लोरीन को हमेशा सुरक्षित भंडारण में जोड़ना बहुत महत्वपूर्ण है कंटेनर, या कीटाणुशोधन के अन्य साधनों का उपयोग करना, यह सुनिश्चित करने के लिए कि पानी पूरी तरह से है पीने के लिए सुरक्षित फ़िल्टर्ड पानी के लिए सुरक्षित भंडारण कंटेनर पर नल का उपयोग करें।
- vii. फ़िल्टर आमतौर पर 6 महीने से 1 साल तक अच्छा होता है और मोमबत्ती होनी चाहिए यदि दरारें या लीक हैं तो उन्हें बदल दिया जाएगा।

---

## सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर कैसे बनाए रखें

### 10 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी मृत रोगजनकों और कार्बनिक पदार्थ कर सकते हैं सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर पर इतना निर्माण करें कि यह प्रवाह दर को धीमा कर सके
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब चर्चा करने और लिखने के लिए समूहों में काम करेंगे सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर की सफाई और रखरखाव के लिए अलग-अलग चरण।
3. प्रतिभागियों को 3-4 के छोटे समूहों में विभाजित करें।
4. हाथ बाहर मोमबत्ती प्रत्येक समूह के लिए पोस्टर।
5. प्रतिभागियों को फ्लिप चार्ट पेपर पर अलग-अलग चरणों और नियमों को लिखने के लिए कहे सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर की सफाई और रखरखाव।
6. एक बार जब समूहों ने सफाई के चरणों और नियमों को लिख दिया है सिरेमिक कैंडल फ़िल्टर, समूहों को चरणों को प्रस्तुत करने के लिए कहता है।
7. जैसा कि समूह चरणों का वर्णन करते हैं, समूह के सामने दिए गए चरण का उपयोग करके प्रदर्शित करते हैं असली फ़िल्टर। कदम हैं:
  - a. शुरुआत से पहले अपने हाथों को साबुन से धोएं
  - b. साबुन के पानी से ढक्कन धोएं और इसे सूखने दें। ढक्कन को साफ साइड से लगाएं सामना करना
  - c. शीर्ष बेसिन निकालें और इसे साफ ढक्कन पर रखें
  - d. फ़िल्टर्ड पानी के साथ शीर्ष बेसिन भरें
  - e. साफ ब्रश का उपयोग करके, बाहर निकालने के लिए सिरेमिक मोमबत्ती से स्क्रब करें मोमबत्ती की दीवारों पर तलछट
  - f. सिरेमिक मोमबत्ती को छानने पर क्लोरीन या साबुन का उपयोग न करें पानी और ब्रश काफी अच्छे हैं
  - g. फ़िल्टर्ड पानी के साथ सिरेमिक मोमबत्ती को कुल्ला
  - h. एक साफ सतह पर सिरेमिक मोमबत्ती बेसिन रखें मैं।
  - i. भंडारण कंटेनर को साफ करें और साबुन के पानी के साथ टैप करें और उपचार के साथ कुल्ला करें
  - j. भंडारण के तुरंत बाद शीर्ष बेसिन को पीछे रखें पुनरावृत्ति को रोकने के लिए सफाई
  - k. सिरेमिक मोमबत्ती को साफ करने के बाद सूखने की जरूरत नहीं है

## कैसे एक सीडब्ल्यूपी एक सिरेमिक मोमबत्ती फ़िल्टर के सही उपयोग को सत्यापित कर सकता है

### 15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें अब पता होना चाहिए कि सिरेमिक का उपयोग और रखरखाव कैसे करना है प्रभावी ढंग से मोमबत्ती फ़िल्टर। कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में उनकी भूमिका में, यह होगा लाभार्थियों को उनके फ़िल्टर को सही ढंग से उपयोग करने और बनाए रखने के लिए प्रेरित करने के लिए, लगातार, और लगातार।

2. प्रतिभागियों को समझाएं कि किसी भी जल उपचार तकनीक के प्रभावी होने के लिए, यह लगातार, और लगातार सही ढंग से उपयोग करने की आवश्यकता है

3. शब्दों को लिखें: एक फ़िल्टर चार्ट पेपर पर सही, सुसंगत, और जारी रखें और समझाएं

उनका अर्थ:

a. सही: घरेलू प्रौद्योगिकी का उपयोग और रखरखाव कर रहा है, निम्नलिखित निर्माता द्वारा निर्देश।

b. संगत: घर के सभी सदस्य पानी का उपयोग कर रहे हैं पूरे दिन और मौसम से मौसम तक प्रौद्योगिकी।

c. जारी: घर के सभी सदस्य प्रतिदिन उपचारित पानी का उपयोग कर रहे हैं लम्बी अवधि में।

4. प्रतिभागियों को समझाएं कि कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में, उन्हें भी होना चाहिए यह जानने का प्रयास करने के लिए कि क्या उपयोगकर्ता है उनके फ़िल्टर का सही, निरंतर और एक समान करना। प्रतिभागियों को समझाएं कि आप सप्ताह में बाद में एक WASH जासूस होने का अभ्यास करेंगे।

5. कुछ तरीके हैं जो हम जांच सकते हैं कि उपयोगकर्ता उनका उपयोग कर रहा है या नहीं फ़िल्टर सही, लगातार और लगातार उस जानकारी को इकट्ठा करने के लिए, आप कर सकते हैं या तो अवलोकन करें या प्रश्न पूछें।

6. समूह के सामने की दीवार पर दो फ़िल्टर चार्ट पेपर लगाएं। शीर्ष पर एक आंख खींचें पहले पेपर और दूसरे नंबर पर सबसे ऊपर एक प्रश्न चिह्न।

7. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी, लोगों से सवाल पूछना पर्याप्त नहीं है। बहुत से लोग आपको ऐसी जानकारी बताना चाहते हैं जो जरूरी नहीं है क्योंकि सच है वे आपको इस बात पर प्रभावित करना चाहते हैं कि वे अपने फ़िल्टर का कितना अच्छा उपयोग कर रहे हैं। इस समय, यह स्वीकार करना महत्वपूर्ण है कि आप उन्हें अपने फ़िल्टर का उपयोग करने में मदद करने के लिए वहां हैं सही ढंग से। आपको यह सुनिश्चित करने के लिए अवलोकन करने की आवश्यकता होगी कि उपयोगकर्ता इसका उपयोग कर रहा है सही ढंग से, भले ही उपयोगकर्ता आपको बता रहा हो।

8.

9. प्रतिभागियों से एक सूची बनाने के लिए एक साथी के साथ काम करने के लिए कहें: जो चीजें आप कर सकते हैं उपयोगकर्ता से पूछने के लिए निरीक्षण (या उनके निर्दिष्ट समूह के आधार पर) संभव सवाल यदि उपयोगकर्ता फ़िल्टर का उपयोग और रखरखाव कर रहा है तो यह इंगित करेगा।

10. प्रतिभागियों को बड़े समूहों के साथ अपने उत्तर साझा करने के लिए कहें। उनकी लिखिए संबंधित फ़िल्टर चार्ट कागजात पर नीचे जवाब।

संभावित जवाब:

टिप्पणियों	प्रश्न
<p>शीर्ष कंटेनर में मोमबत्ती फिल्टर है भीगा हुआ</p> <p>-इसके नीचे वाले कंटेनर में पानी है -नल साफ है</p> <p>-पर कोई जीवाणु वृद्धि नहीं है मोमबत्ती फिल्टर एक स्थायी जगह में है (नहीं जमीन पर)</p>	<p>आप हर दिन फिल्टर का उपयोग कर रहे हैं?</p> <p>-क्या आप अक्सर फिल्टर का इस्तेमाल कर रहे हैं?</p> <p>-जब आप होते हैं तब पानी क्या पीते हैं घर पर नहीं हैं?</p> <p>-आपके बच्चे क्या पानी पीते हैं जब वे स्कूल में हैं?</p> <p>-आप पानी के किस स्रोत का उपयोग करते हैं? (गीला / शुष्क मौसम के दौरान?)</p> <p>-आप फिल्टर कैसे बनाए रखते हैं?</p> <p>-अक्सर आपको अपने को कैसे बदलना चाहिए फिल्टर? आपने इसे अंतिम बार कब बदला?</p> <p>-जब आप घर छोड़ते हैं, तो कहां करते हैं आपको अपना पानी मिलता है?</p> <p>-आप अपने फिल्टर के बारे में कैसा महसूस करते हैं?</p> <p>-आप कितना क्लोरीन का उपयोग करते हैं</p>

## समीक्षा



### 5 मिनट

1. टिप्पणियों और सवालों के पोस्टर नीचे उतारें।
2. प्रतिभागियों को एक साथी के साथ काम करने के लिए कहें और चर्चा करें कि फिल्टर कैसे काम करता है दूषित पानी से रोगजनकों को हटा दें।



## जल उपचार: सिरेमिक पॉट फ़िल्टर

60 मिनट

### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागियों का अध्ययन होगा कि सिरेमिक पॉट फ़िल्टर का उपयोग और रखरखाव कैसे किया जाए। यह सबक इस बात पर भी केंद्रित होगा कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर यह सत्यापित कर सकता है कि ए घरेलू एक सिरेमिक पॉट फ़िल्टर का सही, निरंतर और एक समान कर रहा है।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. एक सिरेमिक पॉट फ़िल्टर का सही उपयोग प्रदर्शित करें
2. बताइए कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर सही, सुसंगत, और सत्यापित कर सकता है सिरेमिक पॉट फ़िल्टर का निरंतर उपयोग

### सामग्री



- एक सिरेमिक पॉट फ़िल्टर और सुरक्षित भंडारण कंटेनर
- पोस्टर यहां देखे जा सकते हैं:
- फ्लिपकार्ड पेपर
- मार्करों

### तैयारी



- एक सिरेमिक पॉट फ़िल्टर और सुरक्षित भंडारण कंटेनर स्थापित करें
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

### परिचय

5 मिनट



1. प्रतिभागी से पूछें  
क्या आप एक सिरेमिक के बारे में जानते हैं पॉट फ़िल्टर? उन्हें लगता है कि यह हो सकता है हो।
2. आप मुझे क्या बता सकते हैं एक सिरेमिक पॉट फ़िल्टर आमतौर पर मिट्टी से बना होता है, जिसमें चूरा जैसा ज्वलनशील पदार्थ मिला होता है, चावल की भूसी, या कॉफी की भूसी। सिल्वर को कभी-कभी सिरेमिक मिक्स के अंदर डाल दिया जाता है रोगजनक हटाने के साथ। पानी बर्तन के शीर्ष में डाला जाता है और प्रवाहित होता है सिरेमिक में छिद्र और सीधे एक सुरक्षित भंडारण कंटेनर के ऊपर उपयोग किया जाता है। यह आमतौर पर है परिवार या घरेलू स्तर पर उपयोग किया जाता है।
3. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

### सिरेमिक पॉट फ़िल्टर का उपयोग कैसे करें

15 मिनट



1. एक सिरेमिक पॉट फ़िल्टर लाओ (या सिरेमिक पॉट फ़िल्टर की एक तस्वीर प्रदर्शित करें) के सामने समूह।
2. किसी ने मुझे इसका उपयोग करने का तरीका बताया
3. फ़िल्टर का उपयोग करने का तरीका बताएं और समझाएँ: मैं।
  - I. फ़िल्टर तैयार करें: सुनिश्चित करें कि आपके पास एक भंडारण कंटेनर है जो बहुत है साफ और एक नल है।
  - II. खुले सुरक्षित भंडारण कंटेनर के शीर्ष पर सिरेमिक पॉट रखें।
  - III. चीनी मिट्टी के बर्तन के ऊपर पानी डालें (8 लीटर तक)



- IV. प्रतिभागियों को समझाएं कि सिरेमिक पॉट फिल्टर में बहुत छोटे छेद और फिल्टर होते हैं बहुत प्रभावी ढंग से रोगजनकों को बाहर। कुछ चीनी मिट्टी के बर्तनों के हिस्से के रूप में चांदी है सिरेमिक पानी से वायरस को खत्म करने में मदद करता है।
- V. प्रतिभागियों को समझाएं कि सिरेमिक पॉट फिल्टर 1-3 लीटर प्रति घंटे फिल्टर कर सकता है।
- VI. प्रतिभागियों को समझाएं कि यद्यपि फिल्टर बहुत प्रभावी है, यह 100% नहीं है प्रभावी। क्लोरीन को हमेशा सुरक्षित भंडारण में जोड़ना बहुत महत्वपूर्ण है कंटेनर यह सुनिश्चित करने के लिए कि पानी पीने के लिए पूरी तरह से सुरक्षित है।
- VII. फिल्टर्ड पानी के लिए सुरक्षित भंडारण कंटेनर पर नल का उपयोग करें।

## सिरेमिक पॉट फिल्टर कैसे बनाए रखें मिनटों

10



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी मृत रोगजनकों और कार्बनिक पदार्थ कर सकते हैं सिरेमिक पॉट फिल्टर पर इतना निर्माण करें कि यह पानी के प्रवाह की दर को धीमा कर सके।
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब चर्चा करने और लिखने के लिए समूहों में काम करेंगे सिरेमिक पॉट फिल्टर की सफाई और रखरखाव के लिए अलग-अलग चरण।
3. प्रतिभागियों को 3-4 के छोटे समूहों में विभाजित करें।
4. प्रत्येक समूह को एक सिरेमिक पॉट फिल्टर रखरखाव पोस्टर सौंपें।
5. प्रतिभागियों को फ्लिपकार्ड पेपर पर अलग-अलग चरणों और नियमों को लिखने के लिए कहें सिरेमिक पॉट फिल्टर की सफाई और रखरखाव।
6. एक बार जब समूहों ने सफाई के चरणों और नियमों को लिख दिया है सिरेमिक पॉट फिल्टर, समूहों को चरणों को प्रस्तुत करने में मोड़ लेने के लिए कहें।
7. जैसा कि समूह चरणों का वर्णन करते हैं, समूह के सामने दिए गए चरण का उपयोग करके प्रदर्शित करते हैं  
असली फिल्टर। कदम हैं:
  - a. शुरुआत से पहले अपने हाथों को साबुन से धोएं
  - b. साबुन के पानी से ढक्कन धोएं और इसे सूखने दें
  - c. साफ पक्ष के साथ ढक्कन रखें
  - d. सिरेमिक पॉट को सावधानीपूर्वक हटा दें और इसे साफ ढक्कन पर रखें
  - e. केवल बर्तन के रिम को स्पर्श करें और सिरेमिक पॉट के बाहर नहीं
  - f. थोड़े से फिल्टर्ड पानी से सिरेमिक पॉट भरें
  - g. एक साफ कपड़े या नरम ब्रश का उपयोग करके, सिरेमिक पॉट के अंदर स्क्रब करें फिल्टर दीवारों पर तलछट को हटा दें
  - h. सिरेमिक पॉट फिल्टर्ड पानी को साफ करते समय क्लोरीन या साबुन का उपयोग न करें और ब्रश पर्याप्त हैं।
  - i. फिल्टर्ड पानी के साथ सिरेमिक पॉट कुल्ला
  - j. चीनी मिट्टी के बर्तन को ढक्कन पर रखें
  - k. भंडारण कंटेनर को साफ करें और साबुन के पानी के साथ टैप करें और उपचार के साथ कुल्ला करें पानी
  - l. भंडारण के तुरंत बाद सिरेमिक पॉट को स्टोरेज कंटेनर में रखें पुनर्संयोजन को रोकें
  - m. चीनी मिट्टी के बर्तन को साफ करने के बाद सूखने की जरूरत नहीं है

## सीडब्ल्यूपी सिरेमिक पॉट फिल्टर के सही उपयोग को कैसे सत्यापित कर सकता है

### 15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें अब पता होना चाहिए कि सिरेमिक का उपयोग और रखरखाव कैसे करना है प्रभावी ढंग से पॉट फिल्टर। कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में उनकी भूमिका में, यह होगा लाभार्थियों को उनके फिल्टर को सही ढंग से उपयोग करने और बनाए रखने के लिए प्रेरित करने के लिए, लगातार, और लगातार।

2. प्रतिभागियों को समझाएं कि किसी भी जल उपचार तकनीक के प्रभावी होने के लिए, यह लगातार और लगातार सही ढंग से उपयोग करने की जरूरत है
3. शब्दों को लिखें: एक फ्लिप चार्ट पेपर पर सही, सुसंगत, और जारी रखें और समझाएं उनका अर्थ:

- **सही:** घरेलू प्रौद्योगिकी का उपयोग और रखरखाव कर रहा है, निम्नलिखित निर्माता द्वारा निर्देश।
- **संगत:** घर के सभी सदस्य पानी का उपयोग कर रहे हैं पूरे दिन और मौसम से मौसम तक प्रौद्योगिकी।
- **जारी:** घर के सभी सदस्य प्रतिदिन उपचारित पानी का उपयोग कर रहे हैं लम्बी अवधि में।

4. प्रतिभागियों को समझाएं कि कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में, उन्हें भी होना चाहिए पता करें कि क्या उपयोगकर्ता है उनके फिल्टर का सही, निरंतर और एक समान करना। प्रतिभागियों को समझाएं कि आप सप्ताह में बाद में एक WASH जासूस होने का अभ्यास करेंगे।

5. उपयोगकर्ता उनका उपयोग कर रहा है फिल्टर सही, लगातार और लगातार उस जानकारी को इकट्ठा करने के लिए, आप कर सकते हैं या तो अवलोकन करें या प्रश्न पूछें।

6. समूह के सामने दीवार पर दो फ्लिपकार्ड पेपर रखें। दो पेपरों में सबसे ऊपर पहले पेपर के लिए एक नज़र और दूसरे के लिए एक पूछताछ चिह्न।

7. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी, लोगों से सवाल पूछना पर्याप्त नहीं है। बहुत से लोग आपको ऐसी जानकारी बताना चाहते हैं जो जरूरी नहीं है क्योंकि सच है वे आपको इस बात पर प्रभावित करना चाहते हैं कि वे अपने फिल्टर का कितना अच्छा उपयोग कर रहे हैं। इस बिंदु पर यह यह स्वीकार करना महत्वपूर्ण है कि आप वहां मौजूद हैं ताकि वे अपने फिल्टरों का सही उपयोग कर सकें। आपको यह सुनिश्चित करने के लिए अवलोकन करने की आवश्यकता होगी कि उपयोगकर्ता इसे सही तरीके से उपयोग कर रहा है, भले ही उपयोगकर्ता आपको बता रहा हो।

8.

9. प्रतिभागियों से एक सूची बनाने के लिए एक साथी के साथ काम करने के लिए कहें: जो चीजें आप कर सकते हैं उपयोगकर्ता से पूछने के लिए निरीक्षण (या उनके निर्दिष्ट समूह के आधार पर) संभव सवाल यदि उपयोगकर्ता फिल्टर का उपयोग और रखरखाव कर रहा है तो यह इंगित करेगा।

10. प्रतिभागियों को बड़े समूहों के साथ अपने उत्तर साझा करने के लिए कहें। उनकी लिखिए संबंधित फ्लिपकार्ड कागजात पर नीचे जवाब।

संभावित जवाब:

टिप्पणियों	प्रश्न
-फिल्टर फटा नहीं है। -सुरक्षित भंडारण कंटेनर साफ दिखता है और फटा नहीं। -आप उपयोगकर्ता को प्रदर्शन करते हुए देख सकते हैं फिल्टर का उपयोग और रखरखाव कैसे करें सही ढंग से। -नल साफ है -फिल्टर के अंदर गीला दिखता है -फिल्टर एक सुरक्षित और स्थायी में है क्षेत्र (फर्श पर नहीं)	आप हर दिन फिल्टर का उपयोग कर रहे हैं? -क्या आप अक्सर फिल्टर का इस्तेमाल कर रहे हैं? -जब आप होते हैं तब पानी क्या पीते हैं घर पर नहीं हैं? -आपके बच्चे क्या पानी पीते हैं जब वे स्कूल में हैं? आप पानी के किस स्रोत का उपयोग करते हैं? (गीला / शुष्क मौसम के दौरान?) -क्या आप अक्सर अपने फिल्टर को साफ करते हैं? -आप फिल्टर कैसे बनाए रखते हैं? -आप अपने फिल्टर के बारे में कैसा महसूस करते हैं? -आप कितना क्लोरीन का उपयोग करते हैं?

## समीक्षा

5 मिनट



1. टिप्पणियों और सवालों के पोस्टर नीचे उतारें।
2. प्रतिभागियों को एक साथी के साथ काम करने के लिए कहें और चर्चा करें कि फ़िल्टर कैसे काम करता है दूषित पानी से रोगजनकों को हटा दें?

## जल उपचार: क्लोरीन मिनट



60

## पाठ विवरण



यह पाठ पानी के उपचार के लिए क्लोरीन के उपयोग पर केंद्रित है। यह पाठ भी केंद्रित होगा कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर यह सत्यापित कर सकता है कि एक घर क्लोरीन का उपयोग सही, लगातार और निरंतर कर रहा है

## अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. chlorine का सही उपयोग प्रदर्शित करने में
2. बताएं कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर सही, लगातार और निरंतर, chlorine का उपयोग सत्यापित कर सकता है

## सामग्री



- सभी क्लोरीन उत्पाद स्थानीय रूप से उपलब्ध
- सुरक्षित भंडारण कंटेनर
- फ्लिप चार्ट पेपर
- मार्कर

## तैयारी



- स्थानीय स्तर पर उपलब्ध सभी विभिन्न क्लोरीन उत्पादों को समूह के सामने लाएं।
- समूह के सामने एक सुरक्षित भंडारण कंटेनर लाएं
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर सीखने के परिणामों को लिखें

## परिचय

5 मिनट



1. प्रतिभागियों से एक साथी के साथ चर्चा करने के लिए कहें: "आप क्लोरीन के बारे में क्या जानते हैं?" यदि वे नहीं जानते कि यह क्या है, तो उनसे चर्चा करने के लिए कहें कि उन्हें क्या लगता है कि यह हो सकता है।
2. बड़े समूह से पूछें: "आप मुझे क्लोरीन के बारे में क्या बता सकते हैं?" क्लोरीन एक लोकप्रिय रसायन है जिसका उपयोग पीने के पानी को कीटाणुरहित करने के लिए किया जाता है। जब पानी में जोड़ा जाता है, तो क्लोरीन हाइड्रोक्लोरिक एसिड छोड़ता है जो सूक्ष्मजीवों के साथ प्रतिक्रिया करता है और उन्हें मारता है। कई अलग-अलग प्रकार हैं और यह तरल या टैबलेट के रूप में आता है। सही खुराक में, क्लोरीन मानव उपभोग के लिए हानिरहित है।
3. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## SODIS का उपयोग कैसे करें

20 मिनट



2. समूह के सामने स्थानीय स्तर पर उपलब्ध क्लोरीन विकल्प लाओ।

2. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या उन्होंने पहले इन उत्पादों को देखा है, और उनसे पूछें कि वे उनके बारे में क्या जानते हैं।
3. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या कोई मुझे बता सकता है कि क्लोरीन का उपयोग कैसे किया जाए?" उन्हें न केवल यह समझाने के लिए कहें कि इसका उपयोग कैसे किया जाए, बल्कि खुराक भी।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि क्लोरीन बहुत प्रभावी हो सकता है, जब तक कि कुछ नियम लागू होते हैं। क्लोरीन के प्रभावी होने के लिए ये नियम बहुत महत्वपूर्ण हैं।
5. समूह के सामने बोर्ड पर नियमों के निम्नलिखित शीर्षक लिखें और उन्हें लिखें जैसे आप उन्हें लिखते हैं। नियम हैं:

**हमेशा पढ़ें:** हमेशा खुराक के लिए निर्देश पढ़ें। कुछ उत्पादों में अलग-अलग आकार की गोलियां या क्लोरीन की उच्च सांद्रता होगी। यह सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण है कि आप सही तरीके से खुराक ले रहे हैं।

**30 मिनट तक छोड़ें:** क्लोरीन को पानी पीने से पहले सभी रोगजनकों को काम करने और मारने का समय चाहिए।

**साफ पानी:** पानी को यथासंभव साफ करने की आवश्यकता है। यदि पानी बहुत अधिक अशांत है, तो उपयोगकर्ता को इसका इलाज करने से पहले अवसादन करने की आवश्यकता होगी।

**क्लोरीन खतरनाक हो सकती है:** क्लोरीन लोगों, खासकर बच्चों के लिए खतरनाक हो सकता है। क्लोरीन को ठंडी, सूखी जगह पर स्टोर करें। क्लोरीन को स्टोर करने के लिए एक अलग बोतल का उपयोग न करें, कोई इसे किसी और चीज के लिए गलती कर सकता है।

**सुरक्षित भंडारण:** क्लोरीन का उपयोग करने के लिए, आपको पानी को सुरक्षित रूप से संग्रहीत करने के लिए एक कंटेनर रखने की आवश्यकता होती है ताकि यह फिर से दूषित न हो। इस कंटेनर में एक ढक्कन और एक नल होना चाहिए।

## एक CWP chlorine के सही उपयोग को कैसे सत्यापित कर सकता है 15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें अब पता होना चाहिए कि प्रभावी ढंग से chlorine का उपयोग पानी का उपचार करने के लिए कैसे करें। कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में उनकी भूमिका में, यह होगा उन्हें लाभार्थियों को chlorine का उपयोग सही, निरंतर और लगातार करने के लिए प्रेरित करना होगा।

2. प्रतिभागियों को समझाएं कि किसी भी जल उपचार तकनीक के प्रभावी होने के लिए, सही, निरंतर और लगातार उपयोग करने की जरूरत है।

3. शब्दों को लिखें: एक फ्लिप चार्ट पेपर पर सही, निरंतर और लगातार और उनका अर्थ समझाएं:

- **सही:** हाउसहोल्ड प्रौद्योगिकी का उपयोग और रखरखाव कर रहे हैं, निर्देश अनुसार
- **निरंतर:** घर के सभी सदस्य प्रौद्योगिकी से उपचारित पानी का उपयोग पूरे दिन और प्रत्येक मौसम में कर रहे हैं।
- **लगातार:** घर के सभी सदस्य प्रतिदिन पानी का उपयोग दीर्घकाल से कर रहे हैं।

4. प्रतिभागियों को समझाएं कि सामुदायिक WASH प्रमोटर के रूप में, उन्हें "WASH जासूस" भी होना चाहिए। "WASH डिटेक्टिव" के रूप में, उन्हें यह पता लगाने की कोशिश करने की आवश्यकता है कि क्या उपयोगकर्ता chlorine का सही, निरंतर और लगातार उपयोग कर रहा है। प्रतिभागियों को समझाएं कि आप सप्ताह में बाद में WASH जासूस होने का अभ्यास करेंगे।

5. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या कुछ तरीके हैं जिनसे हम जांच सकते हैं कि उपयोगकर्ता क्लोरीन का सही, निरंतर और लगातार उपयोग कर रहा है या नहीं?" उस जानकारी को एकत्र करने के लिए, आप या तो अवलोकन कर सकते हैं या प्रश्न पूछ सकते हैं।

6. समूह के सामने दीवार पर दो फ्लिप चार्ट पेपर रखें। दो पत्रों के शीर्ष पर पहले पेपर के लिए एक आंख और दूसरे के लिए एक पूछताछ चिह्न है।

7. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी, लोगों से सवाल पूछना पर्याप्त नहीं है। बहुत से लोग आपको ऐसी जानकारी बताना चाहते हैं जो जरूरी नहीं कि सच है क्योंकि वे आपको इस बात पर प्रभावित करना चाहते हैं कि वे क्लोरीन का कितना अच्छा उपयोग कर रहे हैं। इस बिंदु पर यह स्वीकार करना महत्वपूर्ण

है कि आप क्लोरीन का सही उपयोग करने में उनकी मदद करने के लिए वहां मौजूद हैं। आपको यह सुनिश्चित करने के लिए अवलोकन करने की आवश्यकता होगी कि उपयोगकर्ता इसे सही ढंग से उपयोग कर रहा है, भले ही उपयोगकर्ता आपको बता रहा हो।

8. प्रतिभागियों को 2 बड़े समूहों में विभाजित करें। 1 समूह 'टिप्पणियों' और दूसरे 'प्रश्नों' को असाइन करें।

9. प्रतिभागियों से एक सूची बनाने के लिए एक साथी के साथ काम करने के लिए कहें: जिन चीजों का आप अवलोकन कर सकते हैं, या संभावित प्रश्न (उनके निर्धारित समूह के आधार पर) उपयोगकर्ता से पूछ सकते हैं कि क्या उपयोगकर्ता क्लोरीन का उपयोग कर रहा है।

10. प्रतिभागियों को बड़े समूहों के साथ अपने उत्तर साझा करने के लिए कहें। उनके उत्तर संबंधित फ्लिप चार्ट पेपर पर लिखें।

टिप्पणियों	प्रश्न
<ul style="list-style-type: none"> <li>-उनके घर में क्लोरीन है</li> <li>-वे पानी के उपचार के लिए क्लोरीन के सही तरीके और खुराक का प्रदर्शन कर सकते हैं</li> <li>-भंडारण कंटेनर साफ है</li> <li>-उनके स्टोरेज कंटेनर में पानी है</li> <li>एक पोर्टेबल क्लोरीन परीक्षक का उपयोग करना</li> <li>-आप उनके भंडारण कंटेनर में क्लोरीन सूँघ सकते हैं</li> <li>-अन्य स्थानीय विक्रेताओं को क्लोरीन उत्पादों की बिक्री रिकॉर्ड के लिए</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-क्या आप हर रोज अपने पानी के इलाज के लिए क्लोरीन का उपयोग कर रहे हैं?</li> <li>-क्या आप अपना क्लोरीन खरीदते हैं?</li> <li>-एक महीने में आप कितना क्लोरीन इस्तेमाल करते हैं?</li> <li>-क्या आप क्लोरीन का उपयोग करना पसंद करते हैं?</li> <li>-क्या आप अपना क्लोरीन स्टोर करते हैं? (यदि यह आसानी से सुलभ नहीं है, तो इसका मतलब है कि वे हर दिन इसका उपयोग नहीं करने की संभावना रखते हैं)</li> <li>-कब तक आप क्लोरीन का इस्तेमाल करते रहे हैं?</li> <li>-जब आप घर पर नहीं हैं तो आप क्या पानी पीते हैं?</li> <li>-अपने बच्चों को स्कूल में पानी पिलाते समय क्या करना चाहिए?</li> <li>- आप पानी के किस स्रोत का उपयोग करते हैं? (गीला / शुष्क मौसम के दौरान?)</li> </ul>

## समीक्षा

5 मिनट



1. टिप्पणियों और सवालों के पोस्टर नीचे उतारें।

पृष्ठ 1

जल उपचार: SODIS



45 मिनट

## पाठ विवरण



यह पाठ पानी के उपचार के लिए SODIS के उपयोग पर केंद्रित है। यह पाठ भी केंद्रित होगा कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर यह सत्यापित कर सकता है कि एक घर SODIS का उपयोग सही, लगातार और निरंतर कर रहा है

## अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. SODIS का सही उपयोग प्रदर्शित करने में
2. बताइए कि कैसे एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर सही, लगातार और निरंतर, SODIS का उपयोग सत्यापित कर सकता है

## सामग्री



- विभिन्न प्रकार की प्लास्टिक की बोतलें स्थानीय स्तर पर पाई जाती हैं। बोतल में से एक पीईटी होना चाहिए SODIS के लिए उपयोग की जाने वाली बोतल, और अन्य में खराब प्रकार की बोतलों के उदाहरण होने चाहिए SODIS के लिए उपयोग करें।
- क्षेत्रीय SODIS पोस्टर यहां देखे जा सकते हैं:  
[https://resources.cawst.org/poster\\_set/f7050959/water-sanitation-and-hygiene-पोस्टर-सेट-छवियों-केवल](https://resources.cawst.org/poster_set/f7050959/water-sanitation-and-hygiene-पोस्टर-सेट-छवियों-केवल)
- फ्लिपचार्ट पेपर
- मार्करों

## तैयारी



- स्थानीय स्तर पर विभिन्न प्रकार की प्लास्टिक की बोतलें लाएं। बोतल में से एक होना चाहिए एक SODIS के लिए इस्तेमाल की जाने वाली पीईटी बोतल, और अन्य खराब प्रकार के उदाहरण होने चाहिए बोतलें SODIS के लिए उपयोग करने के लिए
- पोस्टर।
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

## परिचय



### 5 मिनट

1. प्रतिभागी से पूछें क्या आप SODIS के बारे में जानते हैं?
2. बड़े समूह से पूछें: "आप मुझे SODIS के बारे में क्या बता सकते हैं?" SODIS सौर कीटाणुशोधन के लिए होता है। यह एक जल उपचार विधि है जो सूर्य से निकलने वाली किरणों की शक्ति का उपयोग कम मैलापन वाले पानी में रोगजनकों को मारने के लिए करती है। आप पॉलीइथिलीन टेरिफथैलेट (PET) से बनी पारदर्शी, गैर-रंगीन प्लास्टिक की बोतलों को भरते हैं और उन्हें सीधे धूप में रख देते हैं। पानी को दोबारा उपयोग करने के लिए बोतल से सीधे इस्तेमाल किया जा सकता है।
3. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## SODIS का उपयोग कैसे करें

20 मिनट



1. प्रतिभागियों को 3-4 के छोटे समूहों में विभाजित करें।

2. प्रत्येक समूह को एक SODIS पोस्टर हैंडआउट दें।

3. प्रतिभागियों से पोस्टर को देखने, चर्चा करने और फ्लिपचार्ट पेपर पर सही तरीके से SODIS विधि का उपयोग कैसे करें, और नियमों की एक सूची जिसे उपयोगकर्ता को मानना चाहिए लिखने के लिए कहें, सुनिश्चित करें कि SODIS प्रभावी है।

4. प्रत्येक समूह को उनके उत्तर लिखने के लिए 5-10 मिनट दें।

5. बड़े समूह के रूप में उत्तरों पर चर्चा करें:

- I. बोतल को पीईटी, स्पष्ट, कोई रंग नहीं, कोई डेंट नहीं, कोई हैंडल नहीं होना चाहिए और न ही गंदा होना चाहिए।

**ट्रेनर नोट:** प्रतिभागियों को विभिन्न प्रकार की बोतलें दिखा सकते हैं जो SODIS के लिए उपयोग नहीं किया जा सकता है

- II. अगर बोतल अंधेरा है या खरोंच है, तो कीटाणुशोधन काम नहीं करेगा।



- III. उपयोग करने से पहले साबुन और पानी के साथ एक पीईटी प्लास्टिक की बोतल को साफ करें
- IV. पीने से पहले बोतल को सीधे धूप में रखें (न्यूनतम 6 घंटे)
- V. पीने से पहले 2 दिनों के लिए अप्रत्यक्ष में धूप/बादल में बोतल को रखें
- VI. आप बोतल से सीधे पानी पी सकते हैं।
- VII. पोस्टर में कुछ नियम नहीं हैं (इन्हें फ्लिपचार्ट पेपर पर लिखें):
  - i. किसी भी बुलबुले से बचने के लिए बोतल को ऊपर तक भरें
  - ii. बरसात के दिनों में, SODIS काम नहीं करता है
  - iii. पानी पूरी तरह से साफ होना चाहिए, अगर टरबिड है तो अवसादन की आवश्यकता है।

---

## एक CWP SODIS के सही उपयोग को कैसे सत्यापित कर सकता है 15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें अब पता होना चाहिए कि प्रभावी ढंग से SODIS का उपयोग पानी का उपचार करने के लिए कैसे करें। कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में उनकी भूमिका में, यह होगा उन्हें लाभार्थियों को SODIS का उपयोग सही, निरंतर और लगातार करने के लिए प्रेरित करना होगा।
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि किसी भी जल उपचार तकनीक के प्रभावी होने के लिए, सही, निरंतर और लगातार उपयोग करने की जरूरत है
3. शब्दों को लिखें: एक फ्लिप चार्ट पेपर पर सही, निरंतर और लगातार और उनका अर्थ समझाएं:
  - **सही**: हाउसहोल्ड प्रौद्योगिकी का उपयोग और रखरखाव कर रहे हैं, निर्देश अनुसार
  - **निरंतर**: घर के सभी सदस्य प्रौद्योगिकी से उपचारित पानी का उपयोग पूरे दिन और प्रत्येक मौसम में कर रहे हैं।
  - **लगातार**: घर के सभी सदस्य प्रतिदिन पानी का उपयोग दीर्घकाल से कर रहे हैं।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि सामुदायिक WASH प्रमोटर के रूप में, उन्हें "WASH जासूस" भी होना चाहिए। "WASH डिटेक्टिव" के रूप में, उन्हें यह पता लगाने की कोशिश करने की आवश्यकता है कि क्या उपयोगकर्ता SODIS का सही, निरंतर और लगातार उपयोग कर रहा है। प्रतिभागियों को समझाएं कि आप सप्ताह में बाद में WASH जासूस होने का अभ्यास करेंगे।
5. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या कुछ तरीके हैं जिनसे हम जांच सकते हैं कि उपयोगकर्ता क्लोरीन का सही, निरंतर और लगातार उपयोग कर रहा है या नहीं?" उस जानकारी को एकत्र करने के लिए, आप या तो अवलोकन कर सकते हैं या प्रश्न पूछ सकते हैं।
6. समूह के सामने दीवार पर दो फ्लिपचार्ट पेपर रखें। दो पत्रों के शीर्ष पर पहले पेपर के लिए एक आंख और दूसरे के लिए एक पूछताछ चिह्न है।
7. प्रतिभागियों को समझाएं कि कभी-कभी, लोगों से सवाल पूछना पर्याप्त नहीं है। बहुत से लोग आपको ऐसी जानकारी बताना चाहते हैं जो जरूरी नहीं कि सच है क्योंकि वे आपको इस बात पर प्रभावित करना चाहते हैं कि वे SODIS का उपयोग कितनी अच्छी तरह से कर रहे हैं। इस बिंदु पर यह स्वीकार करना महत्वपूर्ण है कि आप SODIS का सही उपयोग करने में उनकी मदद करने के लिए वहां मौजूद हैं। आपको यह सुनिश्चित करने के लिए अवलोकन करने की आवश्यकता होगी कि उपयोगकर्ता इसे सही ढंग से उपयोग कर रहा है, भले ही उपयोगकर्ता आपको बता रहा हो।
8. प्रतिभागियों को 2 बड़े समूहों में विभाजित करें। 1 समूह 'टिप्पणियों' और दूसरे 'प्रश्नों' को असाइन करें।
9. प्रतिभागियों से एक सूची बनाने के लिए एक साथी के साथ काम करने के लिए कहें: उपयोगकर्ता जो आपसे पूछते हैं कि क्या उपयोगकर्ता SODIS का उपयोग कर रहा है, यह बताने के लिए आप जिन चीजों का निरीक्षण कर सकते हैं, (या उनके निर्धारित समूह के आधार पर)

संभव प्रश्न। प्रतिभागियों को बड़े समूहों के साथ अपने उत्तर साझा करने के लिए कहें। संबंधित फ्लिपकार्ड पेपर पर उनके उत्तर नीचे लिखें। संभावित जवाब:

टिप्पणियों	प्रश्न
<p>-उनके पास सही बोतल है वे वर्तमान में कई बोतलें हैं जो सूर्य की रौशिनी में है -बोतलें पुरानी नहीं हैं - SODIS के उपयोग से पहले संभावित अवसादन या निस्पंदन का निरीक्षण करें</p>	<p>-आप कब तक छत पर अपना पानी रखते हैं? -पिछले कुछ दिनों से मौसम कैसा है? क्या हाल ही में मौसम ने आपके जल उपचार को प्रभावित किया है? -क्या आप अक्सर अपनी बोतलों का इस्तेमाल कर रहे हैं? -क्या आप हाल ही में बीमार महसूस कर रहे हैं? -जब आप घर पर नहीं हैं तो आप क्या पानी पीते हैं? -अपने बच्चों को स्कूल में पानी पिलाते समय क्या करना चाहिए? आप पानी के किस स्रोत का उपयोग करते हैं? (गीला / शुष्क मौसम के दौरान?)</p>

## समीक्षा

5 मिनट



1. टिप्पणियों और सवालों के पोस्टर नीचे उतारें।
2. प्रतिभागियों को एक साथ के साथ काम करने के लिए कहें और चर्चा करें कि SODIS प्रभावी ढंग से पानी के उपचार के लिए कैसे काम करता है।

## पाठ योजना: सुरक्षित जल संग्रहण और हैंडलिंग



45 मिनट

### पाठ विवरण



यह पाठ पानी को पुनर्संयोजन से सुरक्षित रखने पर केंद्रित है। इसमें सुरक्षित भंडारण, साथ ही स्वच्छ पानी की सुरक्षित हैंडलिंग शामिल है।



## अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. विभिन्न तरीकों को पहचानने में कि पानी एक घर में फिर से दूषित कैसे हो सकता है
2. सुरक्षित पानी के पुनर्संयोजन से कैसे बचें
3. सुरक्षित जल संचालन के महत्व को समझने में
4. एक अच्छे सुरक्षित भंडारण कंटेनर की विशेषताओं को पहचानने में

## सामग्री



- फ्लिप चार्ट
- मार्कर
- स्टिकी नोट्स
- नल, ढक्कन आदर्श पानी सुरक्षित भंडारण कंटेनर
- वैकल्पिक: सुरक्षित भंडारण कंटेनर की छवि (पाठ योजना का अंत)
- पानी की बड़ी पारदर्शी जग (यदि आवश्यक हो तो ऊपर दिए गए कंटेनरों में से एक का उपयोग कर सकते हैं)
- पानी
- जूस पाउडर, फूड कलरिंग, हल्दी, या कोई भी पाउडर जो पानी को साफ कर देगा
- रंग।

## तैयारी



- पाठ योजना पढ़ें और तैयार करें
- विभिन्न जल भंडारण कंटेनर खोजें (1 आदर्श सुरक्षित भंडारण कंटेनर सहित)
- वैकल्पिक: सुरक्षित भंडारण कंटेनर की प्रिंट छवि (पाठ योजना का अंत)
- फ्लिप चार्ट पर अध्ययन परिणाम या पाठ विवरण लिखें
- पानी के साथ बड़े पारदर्शी जग भरें
- कप को टेबल पर पारदर्शी जग के बगल में रखें।

## परिचय

5 मिनट



1. सभी के लिए प्रतिभागियों के सामने पानी से भरा जग रखें।
  2. प्रतिभागियों को समझाएं कि जग में साफ पानी है जिसे अभी उपचारित किया गया है। आप देख सकते हैं कि पानी साफ है।
  3. प्रतिभागियों को समझाएं कि कप साफ है।
  4. एक प्रतिभागी को सामने आने के लिए कहें और पुष्टि करें कि पानी और कप साफ है।
  5. प्रतिभागियों के देखे बिना, अपने हाथों पर रस पाउडर रगड़ें।
  6. अपने गंदे हाथ में प्याले को मेज से उठाने के लिए पकड़ें, जिससे यह सुनिश्चित हो सके कि रस पाउडर कप के बाहर पर हो जाता है।
  7. प्रतिभागियों को समझाएं कि ज्यादातर लोग अपनी उंगलियों को पानी में डुबाना नहीं चाहते हैं जब वे इसे पीने के लिए इकट्ठा करते हैं क्योंकि उनकी उंगलियां गंदी हो सकती हैं।
  8. हैंडल द्वारा कप को पकड़ो और जग से पानी इकट्ठा करने के लिए आगे बढ़ें। इस बिंदु पर, पानी को एक निश्चित रंग बदलना शुरू करना चाहिए।
- ट्रेनर नोट:** आप पानी को वास्तव में अपने हाथों से स्पर्श किए बिना रंगने का प्रयास कर रहे हैं। मुख्य संदेश यह दिखाना है कि यद्यपि आपके हाथ सीधे पानी को नहीं छू रहे हैं, पानी को छूने वाला एक गंदा कप इसे दूषित करने के लिए पर्याप्त हो सकता है।
9. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या आप कंटेनर में पानी पीएंगे? क्या पानी अब पीने के लिए सुरक्षित है? " नहीं, यह अब दूषित है।
  10. प्रतिभागियों को समझाएं कि बैक्टीरिया खुद को पुनः उत्पन्न करते हैं और बहुत जल्दी गुणा करते हैं। यह केवल बड़ी मात्रा में पानी को दूषित करने के लिए रोगजनकों की बहुत कम मात्रा लेता है।
  11. पाठ विवरण या सीखने के परिणाम प्रस्तुत करें।

## सुरक्षित जल का पुनः संदूषण

5 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: "एक घर में साफ पानी कैसे दूषित हो सकता है?"

कुछ जवाबों में शामिल हैं:

- संग्रह और भंडारण के लिए एक ही कंटेनर का उपयोग करना से,
  - पानी में एक गंदा कप या हाथ डुबाना से,
  - कंटेनर से सीधे पानी पीने से,
  - बच्चे, जानवर, या कंटेनर तक पहुंचने वाले कीड़े,
  - गलत सफाई और स्वच्छता प्रथा
2. फ्लिपचार्ट पेपर पर उनके उत्तर लिखें।

---

### पुनः संदूषण से बचना (सुरक्षित जल संचालन)

15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब घर में फिर से दूषित होने से पानी के बचाव के तरीकों की पहचान करने की कोशिश करेंगे।

2. प्रतिभागियों को 4-5 लोगों के समूहों में विभाजित करें।

3. प्रत्येक समूह को स्टिकी-नोट्स दें।

4. प्रतिभागियों को घर के सदस्यों के व्यक्तिगत स्टिकी-नोट्स पर विचार लिखने के लिए कहें सुरक्षित पानी के पुनरावृत्ति से बचने के लिए कर सकते हैं। कुछ जवाबों में शामिल हैं:

- सुरक्षित पानी को स्टोर करने के लिए क्लोरीन का उपयोग करें,
- एक ढक्कन का उपयोग करें,
- इसमें से स्कूपिंग के बजाय एक नल के साथ एक कंटेनर का उपयोग करें,
- कंटेनर जो साफ करना आसान है,
- पानी को इकट्ठा करने के लिए पानी को स्टोर करने के लिए एक अलग कंटेनर का उपयोग करें,
- अक्सर स्वच्छ कंटेनर का उपयोग करें,
- उपचारित होने के बाद उपचारित पानी का उपयोग करें,

5. एक बार जब वे स्टिकी-नोट प्रति 1 विचार लिख लें, तो प्रत्येक समूह के एक सदस्य से पूछें सामने आओ और बोर्ड पर स्टिकी-नोट्स चिपकाओ। जैसे-जैसे प्रतिभागी चिपकते हैं बोर्ड पर विचारों, विचारों को एक साथ 2 सामान्य विषयों में समूहीकृत करने का प्रयास करें:

6. प्रतिभागियों को समझाएं कि आपने विचारों को 2 श्रेणियों में बांटा है: सुरक्षित भंडारण कंटेनर, और सुरक्षित हैंडलिंग प्रथाओं को।

7. उन उत्तरों की समीक्षा करें जिन्हें आपने सुरक्षित हैंडलिंग प्रथाओं के तहत समूहीकृत किया है और उन अन्य विचारों को जोड़ें जो प्रतिभागियों के पास हो सकते हैं।

---

### सुरक्षित भंडारण कंटेनर

15 मिनट

1. प्रतिभागियों को समझाएं कि विचारों के दूसरे समूह का वर्णन है कि पानी को कैसे संग्रहीत किया जाए ताकि यह फिर से दूषित न हो।

2. एक आदर्श सुरक्षित भंडारण कंटेनर दिखाएं (या इस पाठ योजना के अंत से एक आदर्श सुरक्षित भंडारण कंटेनर की तस्वीर)

3. प्रतिभागियों से पूछें: "यह कंटेनर एक आदर्श सुरक्षित भंडारण कंटेनर क्यों है?" और "इसमें ऐसा क्या है जो इसे एक आदर्श भंडारण कंटेनर बनाता है?"

4. जैसा कि प्रतिभागी जवाब देते हैं, उन उत्तरों का संदर्भ दें जो वे चिपचिपे नोटों पर प्रदान करते हैं। यदि वे कुछ गायब हैं, तो सूची में कुछ जोड़ें।

- कसकर सील ढक्कन,
  - भरने के लिए संकीर्ण उद्घाटन, एक नल है,
  - एक स्थिर आधार है, इसलिए यह टिप नहीं करता है,
  - यह टिकाऊ और मजबूत है,
  - यह पारदर्शी या देखने के माध्यम से नहीं है,
  - इसे साफ करना आसान है,
  - इसे कैरी करना आसान है।
-

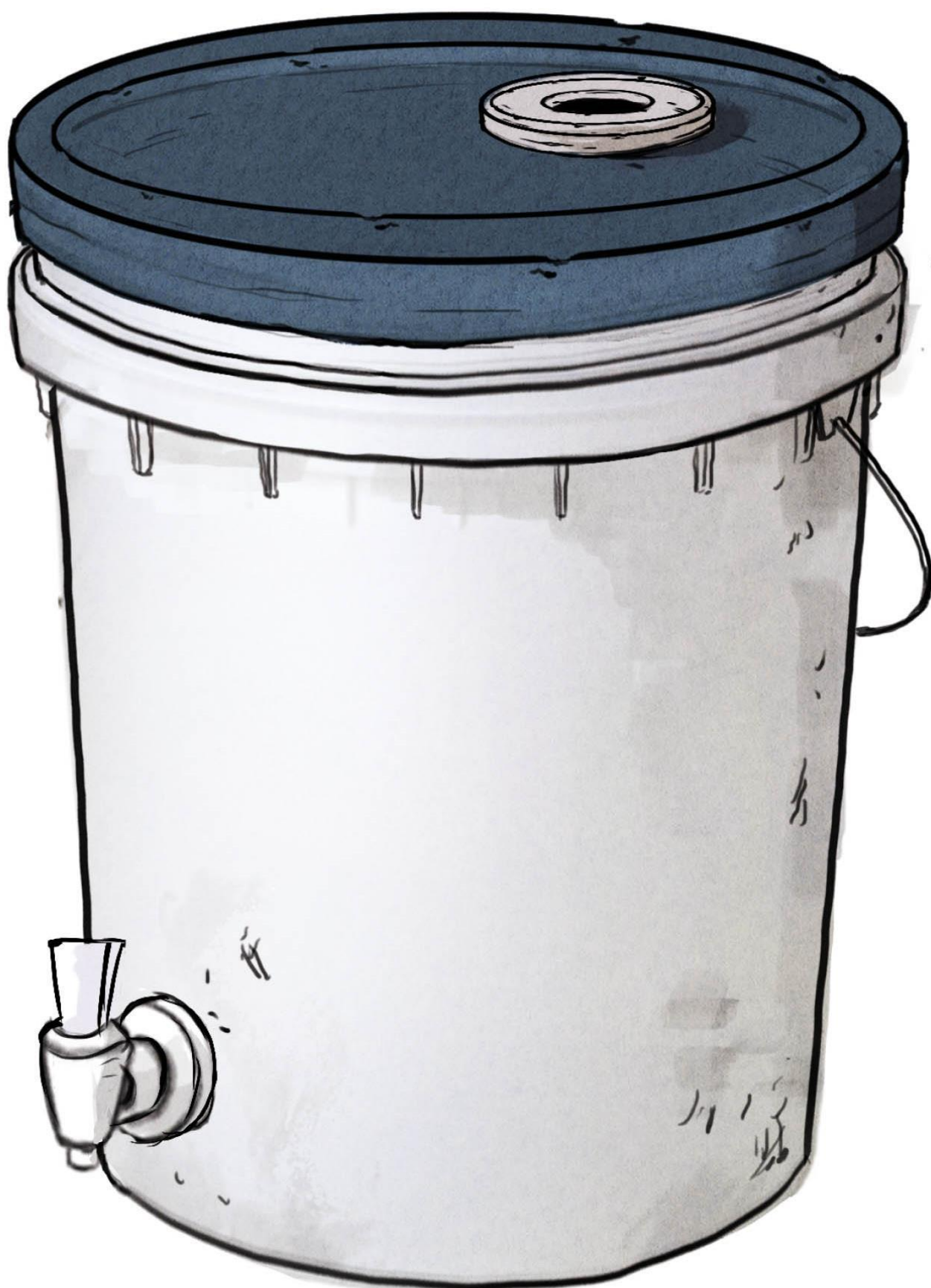
## समीक्षा

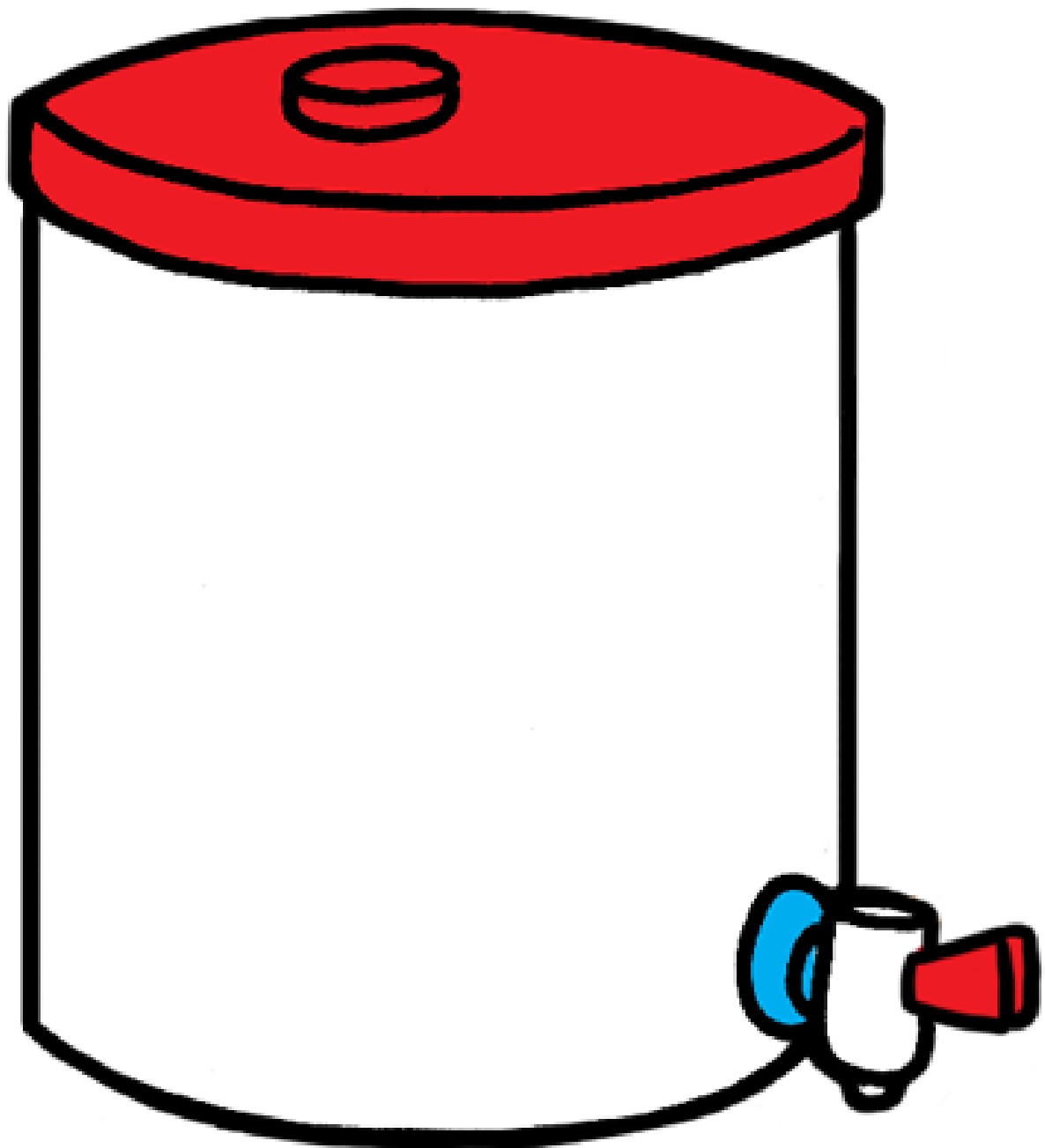


5 मिनट

प्रतिभागियों को प्रतिबिंबित करने और यह लिखने के लिए कहें कि वे क्या मानते हैं, तीन सबसे महत्वपूर्ण चीजें हैं जो एक घर का सदस्य अपने पानी को पुनर्संयोजन से सुरक्षित रखने के लिए कर सकता है।

---





## पाठ विवरण



प्रतिभागियों को पता चलेगा कि कैसे मूल्यांकन करना है कि विभिन्न स्वच्छता अभ्यास बेहतर क्यों हैं दूसरों की तुलना में। वे सुधार के फायदे और चुनौतियों पर भी चर्चा करेंगे स्वच्छता के विकल्प।

## अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. शौचालय का उपयोग करने के महत्व पर चर्चा करने में
2. स्वच्छता सीढ़ी गतिविधि की व्याख्या करने में
3. स्वच्छता सीढ़ी को आगे बढ़ाने के फायदे और चुनौतियों पर चर्चा करने में
4. वैकल्पिक: चर्चा करें कि कैसे CWPes स्वच्छता सीढ़ी की वृद्धिशील सुधार को प्रोत्साहित कर सकते हैं

## सामग्री



- स्वच्छता सीढ़ी गतिविधि (4-5 प्रतिभागियों में 1 सेट)
- फ्लिप चार्ट पेपर
- मार्करों

## तैयारी



- स्वच्छता सीढ़ी गतिविधि के लिए क्षेत्रीय कार्ड प्रिंट करें और काटें (प्रति समूह 1 सेट 4-5 प्रतिभागियों में से)।
- तकनीकी ब्रीफ पढ़ें: स्वच्छता का परिचय
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

## परिचय

10 मिनटों



1. एक स्वयंसेवक (वालंटियर) को समूह के सामने आने के लिए कहें। स्वयंसेवक (वालंटियर) को समझाओ कि वे गाँव में किसी ऐसे व्यक्ति की भूमिका निभाएंगे जिसके पास घर में वर्तमान में शौचालय नहीं है।

2. आप एक बिक्री व्यक्ति की भूमिका निभाएंगे जो सुंदर शौचालय का सबसे महंगा बेचने की कोशिश कर रहा है।



**ट्रेनर नोट:** इस गतिविधि का लक्ष्य यह दिखाना है कि सबसे उन्नत और सुंदर शौचालय आवश्यक रूप से एक नए शौचालय उपयोगकर्ता के साथ शुरू करने के लिए सबसे अच्छी जगह नहीं है।

3. स्वयंसेवक (वालंटियर) से संपर्क करें और उनसे पूछें कि क्या उनके पास वर्तमान में एक शौचालय है। जवाब होगा नहीं।

4. स्वयंसेवक (वालंटियर) को समझाएं कि आप उनकी मदद के लिए वहां मौजूद हैं।

5. फ्लिप चार्ट पेपर पर ड्रा करें एक बहुत अच्छा और महंगा शौचालय जो बहुत महंगी प्रौद्योगिकियों का उपयोग करता है (उदाहरण के लिए: शौचालय, संगमरमर की फर्श, सिरेमिक दीवारों, बहुत बड़े कमरे, एक बड़े सिंक के लिए फ्लश डालने में सक्षम होने के लिए एक वर्षा जल संचयन प्रणाली) हैंडवाशिंग, सौर ऊर्जा से चलने वाली लाइट आदि)

6. स्वयंसेवक को समझाएं कि लैटीन की कीमत 5000 डॉलर होगी (बहुत महंगी राशि के लिए स्थानीय मुद्रा का उपयोग करें)। समझाएं कि आप किसी के पास कल आ सकते हैं और कल शौचालय का निर्माण कर सकते हैं, लेकिन उन्हें अभी भुगतान करना होगा।

7. स्वयंसेवक से पूछें कि क्या वे अभी भुगतान करने को तैयार हैं। जवाब होगा नहीं।

8. स्वयंसेवक को अपनी सीट पर लौटने के लिए कहें।
9. प्रतिभागियों से पूछें: "हम इस परिदृश्य से क्या सीख सकते हैं?"
10. स्पष्ट करें कि जब हम लोगों को ऐसे विकल्प देते हैं जो उनके लिए संभव नहीं हैं, तो वे अभिभूत महसूस कर सकते हैं। वे कुछ भी नहीं कर सकते हैं या अपने प्रयास में असफल हो सकते हैं। जब हम घरों में छोटे सुलभ परिवर्तन करने के लिए कहेंगे, तो वे सफल होंगे और अपने WASH प्रथाओं को सुधारते रहेंगे क्योंकि वे लाभ देखते हैं।
11. पाठ विवरण या सीखने के परिणाम प्रस्तुत करें।

## लैट्रिन का उपयोग करने का महत्व

10 मिनटों



1. प्रतिभागियों को जोड़े में विभाजित करें।
2. प्रतिभागियों को पिछले पाठ पर प्रतिबिंबित करने के लिए कहें, ओउ वॉटर हो जाता है दूषित
3. डब्ल्यू उनके उत्तर अपनी नोटबुक में लिखें। पानी के प्रदूषण को रोकने के लिए मल के सीधे संपर्क में नहीं आने से लोगों में बीमारियों के प्रसार को रोकना, गंध, गोपनीयता, महिलाओं की सुरक्षा, गरिमा, आदि को कम करना।
4. प्रत्येक समूह को बड़े समूह के साथ अपने उत्तर जल्दी से साझा करने के लिए कहें।

## स्वच्छता सीढ़ी खेल

40 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि लैट्रिन का उपयोग करने के ये सभी लाभ हैं, लोगों को बहुत महंगा शौचालय की जरूरत नहीं है। कई अलग-अलग प्रकार के शौचालय हैं और कुछ दूसरों की तुलना में बेहतर हैं।
  2. प्रतिभागियों को 4-5 लोगों के समूहों में विभाजित करें।
  3. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें सबसे स्वच्छता विकल्प खराब से सबसे अच्छा क्रम में कार्ड की व्यवस्था करने की आवश्यकता होगी। बता दें कि उनके पास 10 मिनट का समय होगा।
  4. प्रतिभागियों को समझाएं कि यदि कार्डों को ऑर्डर करने के तरीके के बारे में असहमति है, तो कार्ड को समान रूप से रखा जा सकता है और उन्हें बाद में वापस करना चाहिए। प्रतिभागियों से चर्चा करने के लिए कहें कि उन्हें क्यों लगता है कि एक कार्ड दूसरे की तुलना में बेहतर है।
  5. प्रत्येक समूह को स्वच्छता सीढ़ी गतिविधि कार्ड का एक सेट दें।
- ट्रेनर नोट:** कार्ड को ऑर्डर करने के कई तरीके हैं। इस गतिविधि के लिए कोई सही उत्तर नहीं है यह। इस गतिविधि का मूल्य उन प्रतिभागियों में है जो एक-दूसरे के साथ कार्ड पर चर्चा करते समय सीखते हैं। चर्चा को प्रोत्साहित करने का प्रयास करें।
6. प्रतिभागियों को कमरे में घूमने के लिए कहें सैनिटेशन सीढ़ी को देखने के लिए कहें और कहें कि क्या वे उनके सैनिटेशन सीढ़ी के समान हैं।
  7. प्रतिभागियों से पूछें: "आपने क्या चर्चा की थी?", "क्या अन्य समूहों ने आपकी तुलना में कार्ड को अलग तरीके से व्यवस्थित किया है और क्यों?", और "एक शौचालय की कुछ विशेषताएं क्या हैं जो स्वच्छता की सीढ़ी पर स्तर का संकेत देंगी?"।
  8. प्रतिभागियों से पूछें: "स्वच्छता सीढ़ी पर उच्चतर होने के क्या फायदे हैं?" फ्लिप चार्ट पेपर पर 'लाभ' शीर्षक के तहत उत्तर लिखें। मानव, पशु, और कीट के मल से संपर्क रोकता है और रोग संचरण को कम करता है। यह लोगों को शौच करने के लिए अधिक आरामदायक और सुरक्षित वातावरण भी बनाता है। कुछ संभावित उत्तर:
    - लोग इसे अधिक पसंद करेंगे: अधिक आराम और सामाजिक स्थिति
    - गोपनीयता, सुरक्षा और मौसम सुरक्षा में वृद्धि
    - कीचड़ खाली करने के लिए सुरक्षित है
    - अधिक स्वच्छ और बनाए रखने में आसान
    - दीर्घकालिक व्यवहार परिवर्तन (यदि इसका उपयोग करने के लिए लोग सहज हों तो लोग इसका उपयोग करते रहेंगे)
  9. प्रतिभागियों को समझाएं कि स्वच्छता सीढ़ी पर जाने वाले लाभों और लाभों को समझना और लोगों को उन सुविधाओं को बेहतर बनाने के लिए प्रेरित करने के लिए पर्याप्त नहीं हो सकता है जहां वे शौच करते हैं और स्वच्छता की सीढ़ी को आगे बढ़ाते हैं।





10. व्यवहार कारक जो 'व्यवहार व्यवहार' पाठ में शामिल किए गए व्यावहारिक कारकों के प्रतिभागियों को याद दिलाएं। सिर्फ इसलिए कि लोग कुछ करने या न करने के लाभों और जोखिमों को जानते हैं, इसका मतलब यह नहीं है कि लोग अपने व्यवहार को बदलने के लिए पर्याप्त रूप से प्रेरित होंगे।



11. प्रतिभागियों से पूछें: "लोगों के लिए स्वच्छता की सीढ़ी को आगे बढ़ाने के लिए क्या चुनौतियाँ हैं?" और "कोई स्वच्छता की सीढ़ी पर क्यों नहीं चढ़ेगा?" एक फ्लिप चार्ट पेपर पर "चुनौतियाँ" शीर्षक के तहत उत्तर लिखें।

**ट्रेनर नोट:** जैसा कि प्रतिभागी आपको जवाब देते हैं, किसी अन्य ट्रेनर से उन्हें अलग-अलग प्रिंटर पेपर शीट पर लिखने के लिए कहें और उन्हें उनके संबंधित श्रेणियों के तहत चल रहे RANAS व्यवहार परिवर्तन मॉडल तालिका में जोड़ें। यदि आपके पास आपका समर्थन करने के लिए कोई अन्य ट्रेनर नहीं है, तो बस पाठ समाप्त होने के बाद ऐसा करें। आप किसी स्वयंसेवक (वालंटियर) प्रतिभागी को उनसे आपके लिए लिखने के लिए भी कह सकते हैं।

- नहीं बढ़ने के जोखिमों को जानिए (बीमारी होने की कितनी संभावना है, और यह बीमारी कितनी बुरी हो सकती है)
- लाभ या मूल्य नहीं जानते
- शौचालय का निर्माण करने पर पैसा खर्च नहीं करना है
- समुदाय में वर्तमान प्रथा (हर कोई इसे इस तरह से करता है)
- ऐतिहासिक प्रथा (हमेशा इसे इस तरह किया)
- एक शौचालय बनाने और बनाए रखने के लिए कौशल नहीं है
- कोई निर्माण सामग्री उपलब्ध नहीं है
- पर्याप्त धन उपलब्ध नहीं है
- पर्यावरण की स्थिति (जमीन बहुत कठिन है, बहुत बरसात, आदि)



12. प्रतिभागियों को समझाना कि सीडब्ल्यूपी के रूप में उनकी भूमिका का हिस्सा समुदाय के सदस्यों को स्वच्छता सीढ़ी को आगे बढ़ाने में मदद करना होगा। उन्हें लोगों के साथ संबंध बनाने और प्रत्येक परिवार की अनूठी चुनौतियों को समझने की कोशिश करनी होगी जो उन्हें स्वच्छता सीढ़ी को आगे बढ़ाने से रोक रही हैं।

13. प्रतिभागियों को समझाएं कि बाद में कार्यशाला में वे यह बताएंगे कि कैसे कारणों की पहचान करने के लिए घरों में स्वच्छता सीढ़ी नहीं चलती है, और सकारात्मक व्यवहारों को अपनाने के लिए परिवारों को प्रभावित करने की रणनीति बनाई जाती है।

---

## वैकल्पिक: सीडब्ल्यूपी कैसे मदद कर सकता है

25 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि अब वे संभावित रणनीतियों पर चर्चा करेंगे कि हमने पिछली गतिविधि में पहचानी गई चुनौतियों से कैसे निपटा जाए।
2. प्रतिभागियों को 3-4 के समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को ऊपर दी गई चुनौतियों में से 1 या 2 दें।
3. प्रतिभागियों से चर्चा करें कि वे घर के सदस्यों की चुनौतियों को दूर करने में उनकी मदद करने के लिए कुछ महत्वपूर्ण नोट्स पर चर्चा करें और लिखें।
4. प्रत्येक समूह को चर्चा के लिए 5-10 मिनट दें।
5. हर समूह को अपनी चुनौतियों और रणनीतियों को बाकी समूह के सामने पेश करने के लिए कहें। प्रत्येक प्रस्तुति के बाद, बड़े समूह के साथ चर्चा करें और अन्य प्रतिभागियों से पूछें कि क्या उनके पास चुनौती को संबोधित करने के बारे में कोई अन्य सिफारिशें हैं।

---

## समीक्षा

5 मिनट



1. प्रतिभागियों को एक साथी खोजने के लिए कहें।
2. प्रत्येक व्यक्ति को स्वच्छता की सीढ़ी से एक कार्ड दें।
3. प्रतिभागियों से सिफारिश करने का अभ्यास करने के लिए कहें कि उनका साथी अपने शौचालय को कैसे बेहतर बना सकता है और स्वच्छता की सीढ़ी को आगे बढ़ा सकता है।



## पाठ योजना: शौचालय का सही उपयोग और रखरखाव

50 मिनट

## पाठ विवरण



यह पाठ प्रतिभागियों को शौचालय की स्वच्छता, रखरखाव गतिविधियों और आवृत्ति जिसमें वे होने चाहिए।

## अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. स्वच्छ शौचालय का महत्व को समझने में
2. एक शौचालय और उनकी आवृत्ति को बनाए रखने के लिए गतिविधियों को पहचानने में
3. पूर्ण शौचालय से निपटने के समाधान पर चर्चा करने में

## सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- फीता
- मार्कर

## तैयारी



- 4 अलग-अलग फ्लिपकार्ड पेपर पर निम्नलिखित सारणी बनाएं (प्रत्येक गतिविधि के लिए 1)

गतिविधि	कैसे	आवृत्ति	क्यों
1. धोने स्लैब और शौचालय			

गतिविधि	कैसे	आवृत्ति	क्यों
2. चारों ओर का सुव्यवस्थित क्षेत्र बाहर का शौचालय			

गतिविधि	कैसे	आवृत्ति	क्यों
3. धोने के दरवाज़े के हैंडल और ताला			

गतिविधि	कैसे	आवृत्ति	क्यों
4. हैंडवाशिंग स्टेशन और यह सुनिश्चित करना है कि साबुन और साफ पानी उपलब्ध हो			

## परिचय

5 मिनट



1. प्रतिभागियों को निम्नलिखित कहानी बताएं: एक बार जॉन नाम का एक आदमी था [स्थानीय नाम डालें] जिसने एक शौचालय बनाया था। उन्हें बहुत गर्व था कि अब वह खुले में शौच नहीं कर रहे थे। उन्हें गर्व था कि वह एक ऐसे समुदाय से ताल्लुक रखते थे जो आधिकारिक तौर पर ओपन डिफेक्शन फ्री था। अपने शौचालय का उपयोग करने के कुछ महीनों के बाद, उनका शौचालय बहुत गंदा और बदबूदार हो रहा था। आप इसे दूर से सूंघ सकते थे। लोग उसके पास जाने से डर रहे थे क्योंकि उन्हें अपने शौचालय का उपयोग करना होगा। जॉन एक बदबूदार, और गर्म शौचालय का उपयोग नहीं कर सकता था, इसलिए वह खुली हवा में शौच करने के लिए लौट आया जहां हवा ताजा और ठंडी थी।
2. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या आपने ऐसी ही कहानी सुनी है?"
3. अपनी समान कहानियों को साझा करने के लिए कुछ प्रतिभागियों को आमंत्रित करें।
4. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## लैट्रिन सफाई और रखरखाव

25 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: "एक गंदा शौचालय होने के प्रभाव क्या हैं?"
  - बुरा गंध
  - रोग संचरण
  - अन्य समुदाय के सदस्यों से बुरा प्रभाव
  - शर्म की बात है
  - फिर से खुले में शौच के लिए जाना

2. प्रतिभागियों को समझाएं कि कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में, उपयोगकर्ताओं को अपने शौचालय को बनाए रखने के लिए प्रोत्साहित करना उनकी भूमिका है ताकि ये चीजें न हों।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब समूहों में काम करेंगे विशिष्ट गतिविधियों पर चर्चा करने के लिए लोगों को अपने शौचालय को बनाए रखने के लिए क्या करना चाहिए, उन्हें कैसे करना चाहिए, उन्हें कितनी बार करना चाहिए और क्यों वे विशिष्ट गतिविधियां महत्वपूर्ण हैं।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि अनुशासित आवृत्तियां लचीली हैं और स्थानीय स्थिति पर निर्भर करती हैं। उदाहरण के लिए, एक बड़े परिवार के लिए सांप्रदायिक शौचालय या घरेलू शौचालय को अधिक लगातार सफाई की आवश्यकता होती है।
5. प्रतिभागियों को 4 समूहों में विभाजित करें और प्रत्येक समूह को तालिका से गतिविधियों में से एक दें। प्रतिभागियों से उनकी तालिका भरने को कहें।
6. जब प्रतिभागियों को उनकी तालिका में भरने के लिए किया जाता है, तो उन्हें दीवार पर लंबवत चिपकाने के लिए कहें, पूरी तालिका देखने के लिए सभी को कहें। प्रत्येक समूह को अपनी तालिका प्रस्तुत करने के लिए कहें।

उत्तर:

गतिविधि	किस तरह	आवृत्ति	क्यों
1. स्लैब धो लें और शौचालय	साबुन और पानी से स्क्रब करें	साप्ताहिक रूप से या उपयोग के बाद के जरूरत पड़ने पर (उदाहरण के लिए, यदि कोई शौचालय या स्लैब पर शौच करता है)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• लैट्रिन को अच्छी महक रखता है</li> <li>• अधिक सुखद उपयोग करने के लिए</li> <li>• मूत्र और मल जो शौचालय से चूक गए इसमें कदम नहीं रखा जाएगा</li> </ul>
2. साफ इलाका के आसपास शौचालय	<ul style="list-style-type: none"> <li>• कचरा उठाओ</li> </ul>	जरूरत के अनुसार	<ul style="list-style-type: none"> <li>• कीड़े और सांपों को दूर रखता है</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>झाड़ियों और घास को छाँटो</li> </ul>		<p>गर्व दिखाता है</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>उपयोग करने के लिए अधिक सुखद</li> </ul>
3. दरवाजा और ताला साफ कर लें संभालता है	साबुन और पानी से स्क्रब करें	साप्ताहिक रूप से या जरूरत के रूप में है	<ul style="list-style-type: none"> <li>रोगजनक संचरण मार्ग, उनके हाथ हर बार जब वे शौचालय उपयोग करते हैं</li> </ul>
4 हाथ और स्टेशन. धो लें  यह सुनिश्चित करना है कि धोने के लिए साबुन और साफ पानी उपलब्ध हो	<ul style="list-style-type: none"> <li>साबुन और साफ पानी से स्क्रब करें सुनिश्चित करो कोई स्थिर पानी नहीं है</li> </ul>	साप्ताहिक, या जरूरत के रूप में है	<ul style="list-style-type: none"> <li>शौचालय का उपयोग करने के बाद सीधे हाथ धोना महत्वपूर्ण है और इसका सही उपयोग बनाए रखना महत्वपूर्ण है</li> </ul>

7. प्रतिभागियों से पूछें: "एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में, हम लोगों को उनके शौचालय बनाए रखने के महत्व को याद दिलाने में उनका समर्थन करने के लिए क्या कर सकते हैं?"

## पूर्ण लैट्रिन

15 मिनट



- प्रतिभागियों से पूछें: "एक परिवार 3-4 साल से शौचालय का उपयोग कर रहा है, सबसे बड़ी चिंता क्या है?" शौचालय पूर्ण हो गया।
- प्रतिभागियों से पूछें: "जब शौचालय भरा होता है तो क्या होता है? यह एक बुरी बात क्यों है? " लोगों के पास अब एक शौचालय नहीं है, यह बहुत बदबूदार हो जाता है, पर्यावरण में अपवाह होता है जहां यह शौचालय के आसपास के क्षेत्र को दूषित कर सकता है (यह शौचालय होने के उद्देश्य को हरा देता है), यह मक्खियों और अन्य कीड़ों को आकर्षित करेगा।
- प्रतिभागियों को समझाएं कि जब एक शौचालय भरा होता है, तो केवल 2 सुरक्षित समाधान होते हैं जो घरवाले कर सकते हैं। फ्लिपचार्ट पेपर पर निम्नलिखित 2 चरण लिखें।
  - शौचालय को कवर करें, और एक नया निर्माण करें।** (ज्यादातर ग्रामीण सेटिंग्स में ही संभव है जहां अधिक कमरा है। इसे कवर कर वे गड्ढे में एक पेड़ भी लगा सकते हैं; इसे आर्बरलो कहा जाता है)।
  - गड्ढे को खाली करना।** (या तो खुद फावड़ियों और सुरक्षात्मक उपकरणों के साथ, या किसी को काम पर रखने के लिए उनके लिए। यह समस्या अभी भी है कि कुछ सुरक्षित उपचार साइटें उपलब्ध हैं, और वे बहुत दूर हो सकते हैं; इसलिए जहां खाली करने वाले लोग फेकल कीचड़ लाते हैं; प्रतिभागियों से पूछें कि क्या वे किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में जानते हैं जिसने ऐसा किया है या इस क्षेत्र में दी गई सेवाओं का पता है)।
- प्रतिभागियों को समझाएं कि जब वे पूर्ण शौचालय का सामना करेंगे, तो आप बुद्धिशीलता से उनके पशु का समाधान करेंगे।
- प्रतिभागियों से पूछें: जब आप एक समुदाय WASH प्रमोटर के रूप में टोपी कर सकते हैं एक पूर्ण शौचालय में आते हैं? । फ्लिपचार्ट पेपर पर उनके उत्तर लिखें।
  - एक पूर्ण शौचालय का उपयोग करने के नतीजों पर घरवालों को सूचित करें
  - उन्हें अपने शौचालय को कवर करने और एक नया निर्माण करने की सलाह दें
  - उन्हें अपने लैट्रिन पिट को खाली करने के विकल्पों पर सलाह दें एक नया बनाया
  - अपने पर्यवेक्षक या प्रबंधक को अपने संगठन में बताएं
  - गांव के नेताओं, सरकार के प्रतिनिधियों आदि को सूचित करें।
- प्रतिभागियों को समझाएं कि एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में, उनके पास हमेशा सभी जवाब नहीं होंगे; लेकिन वे लोगों के लिए एक बहुत महत्वपूर्ण दूत हो सकते हैं। यदि एक गृहस्थी में एक पूर्ण शौचालय है, तो



सबसे अच्छी चीजों में से एक आप दूसरों से पूछ और सूचित कर सकते हैं। एक पूर्ण शौचालय समुदाय के लिए बहुत खतरनाक है क्योंकि यह रोगजनकों और बीमारियों को फैलाता है।

---

## समीक्षा



### 5 मिनट

1. प्रतिभागियों से एक पूर्ण शौचालय या बाथरूम का उपयोग करके अपनी आँखें बंद कर और छवि की कल्पना करने के लिए कहें, जिसका वे उपयोग करना चाहते हैं।
  2. उन विशिष्ट कारणों के बारे में सोचने के लिए प्रतिभागियों से पूछें कि उनके लिए लैट्रिन क्यों सही है।
  3. कुछ प्रतिभागियों से अपने मानदंडों को साझा करने के लिए कहें कि क्या उनके शौचालय या शौचालय को सही बनाता है।
  4. प्रतिभागियों को समझाएं कि सामुदायिक WASH प्रचारक के रूप में स्वास्थ्य और गौरव के लिए, उस पूर्ण शौचालय को प्राप्त करने के लिए लोगों का समर्थन करना महत्वपूर्ण है।
-

## पाठ योजना: एक बुनियादी लैट्रीन का निर्माण

### पाठ विवरण



प्रतिभागियों को अपने स्वयं के शौचालयों के निर्माण की चुनौतियों पर चर्चा करनी चाहिए। वे एक बुनियादी लैट्रीन और लैट्रीन बैठने के मुख्य भागों के बारे में भी जानेंगे।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. अपने स्वयं के शौचालय के निर्माण के लिए गृहस्थी की चुनौतियों पर चर्चा करने में
2. एक शौचालय के मुख्य भागों को पहचानने में
3. प्रत्येक लैट्रीन भाग के कार्य की व्याख्या करने में
4. एक बुनियादी अस्थायी शौचालय बैठने के लिए सामान्य नियमों की सूची बनाने में

### सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- फीता
- मार्कर
- लैट्रिन आरेख
- लैट्रिन पार्ट्स के कार्य कार्ड

वैकल्पिक:

- संगणक
- प्रक्षेपक
- CWP\_B एक बेसिक लैट्रिन पावरपॉइंट प्रेजेंटेशन प्रस्तुति

### तैयारी



- तकनीकी संक्षिप्त में समीक्षा विषय: स्वच्छता का परिचय परिणाम
- वैकल्पिक: CWP\_LP15\_B एक बेसिक लैट्रिन का उपयोग करना
  - PowerPoint प्रस्तुति की समीक्षा करें
  - जांचें कि प्रोजेक्टर काम कर रहा है
  - कंप्यूटर पर पावरपॉइंट को क्यू करें
- यदि PowerPoint का उपयोग नहीं कर रहे हैं:
  - तीर की ओर इशारा करते हुए, फ्लिपकार्ड पेपर पर मुख्य भागों में एक गड्ढे के बड़े आरेख को ड्रा करें,
  - अलग-अलग फ्लिप चार्ट पेपर पर लैट्रिन गड्ढों को बैठाने के लिए प्रत्येक नियम को लिखें
- लैट्रिन आरेख मुद्रित करें (प्रति 2-3 लोगों के लिए 1 आरेख)
- लैट्रिन पार्ट फंक्शन कार्ड्स को प्रिंट करें और काटें (प्रति 2-3 लोगों में 1 सेट)
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

### परिचय

5 मिनट



1. प्रतिभागियों से एक घर के बारे में सोचने या, डिजाइन करने के लिए के लिए कहें जो उन्होंने बनाया है या एक घर जिसे वे चाहते हैं,

- दूसरे घरों को देखो
- उन मित्रों और परिवार से समर्थन मांगें जिनके पास मकान बनाने का अनुभव है
- संपर्क सामग्री आपूर्तिकर्ताओं
- राजमिस्त्री से संपर्क करें
- परिवार के सदस्यों को शामिल करें

2. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक शौचालय का निर्माण घर बनाने के समान है। यह जटिल है और आपको कई तकनीकी तत्वों को शामिल करने की आवश्यकता है। ऐसे लोग हैं जो शौचालय बनाने के विशेषज्ञ हैं, और

आगे बढ़ने और शौचालय बनाने से पहले उनसे सलाह ली जानी चाहिए। CAWST की इस पर पूरी कार्यशाला है और यदि प्रतिभागी रुचि रखते हैं, तो वे अधिक जानकारी के लिए आपसे संपर्क कर सकते हैं।

3. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## अपनी खुद की लैट्रिन के निर्माण के लिए चुनौती

10 मिनटों



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि शौचालय बनाते समय सावधानी बरतना महत्वपूर्ण है। अगर द शौचालय सही तरीके से नहीं बनते हैं, इसके कई बुरे प्रभाव हो सकते हैं। पूछना प्रतिभागियों: खराब तरीके से डिजाइन किए जाने के कुछ परिणाम हैं और फ्लिपकार्ड पेपर पर प्रतिक्रियाओं को रिकॉर्ड करें

- गड़बड़ ढह गए
- अधिरचना ढह जाती है
- लैट्रिन भारी वर्षा से सुरक्षित नहीं है
- लैट्रिन से बदबू आती है
- लैट्रिन बहुत दूर है
- लैट्रिन गोपनीयता प्रदान नहीं करता है

2. प्रतिभागियों से पूछें:

- उपयोगकर्ताओं ने लैट्रिन का उपयोग करके खुद को चोट पहुंचाई
- उपयोगकर्ता अपने लैट्रिन को असुविधाजनक और व्यावहारिक नहीं पाते हैं
- उपयोगकर्ता शौचालय का उपयोग करना बंद कर देते हैं



3. बता दें कि घरों में डिजाइनिंग और खुद के निर्माण के लिए प्रमुख संदे शौचालय यह है कि शौचालय का निर्माण करना मुश्किल है। उन्हें सलाह और समर्थन मिलना चाहिए शुरू करने से पहले समुदाय के अनुभवी राजमिस्त्री और / या अन्य सदस्य।

4. बताएं कि हालांकि एक शौचालय बनाना और बनाना एक कठिन प्रक्रिया है, सामुदायिक WASH प्रमोटर अभी भी परिवारों को मुख्य भागों के बारे में सिखा सकते हैं लैट्रिन और लैट्रिन सीटिंग।

## लैट्रिन पार्ट्स

10 मिनटों



1. बता दें कि प्रतिभागियों को एक मूल शौचालय के विभिन्न हिस्सों के बारे में जानने के लिए जाना जा रहा है। कई अलग-अलग प्रकार के शौचालय हैं लेकिन आज का फोकस एक बुनियादी शौचालय पर है।



**ट्रेनर नोट:** यदि वे विभिन्न प्रकार के शौचालय के बारे में अधिक जानना चाहते हैं, तो कृपया लैट्रिन डिजाइन और निर्माण कार्यशाला देखें और उपयुक्त का चयन करें सबक।

2. स्पष्ट करें कि वे समूहों में काम करने जा रहे हैं ताकि आम भागों की पहचान की जा सके शौचालय। लैट्रिन आरेख दिखाएं।

3. बता दें कि आरेख में लैट्रिन के विभिन्न हिस्सों की ओर इशारा करते हुए तीर हैं। वे भागों का नाम रखना चाहिए, जो भी शब्द उन्हें लगता है कि सबसे अच्छा है।



4. प्रतिभागियों को 2-3 लोगों के समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को लैट्रिन दें आरेख। कार्य पूरा करने के लिए समूहों को 5 मिनट दें।



5. एक बड़े समूह के रूप में, लैट्रिन के फ्लिपकार्ड आरेख को दिखाएं। एक भाग को इंगित करें और पूछें प्रतिभागियों ने इसे क्या कहा। आमतौर पर सहमत नाम पर चर्चा करें और लेबल करें

फ्लिपकार्ड आरेख। नीचे दिए गए शब्द CAWST द्वारा सुझाए गए शब्द हैं और उपयोग किए गए हैं कार्यशाला के लिए दोनों शब्दों का उपयोग करना चाहते हैं।

- सुपरस्ट्रक्चर
- पत्थर की पटिया
- शौचालय
- गड्ढा
- पिट लाइनिंग

- पिट वेंट
- हाथ धोना

## लैट्रिन भागों के कार्य मिनटों

10



1. बताएं कि समूह अब लैट्रिन के प्रत्येक भाग को एक फंक्शन कार्ड से मिलाएंगे। वे यह भी चर्चा करेंगे कि क्यों एक शौचालय के समुचित उपयोग के लिए यह कार्य महत्वपूर्ण है।
2. प्रत्येक समूह को लैट्रिन भागों के एक सेट को सौंपें। समूहों को 5 देें कार्य पूरा करने के लिए मिनट।
3. प्रत्येक लैट्रिन भाग के लिए, उन समूहों में से एक से पूछें कि उन्होंने क्या कार्य पहचाना और क्यों किया वे सोचते हैं कि कार्य महत्वपूर्ण है। तब तक जारी रखें जब तक सभी भागों पर चर्चा नहीं हो जाती। किसी भी लैट्रिन भागों का उल्लेख करें जो छूट गया हो।

समाधान:

- उपयोगकर्ताओं के लिए गोपनीयता और आश्रय प्रदान करता है। → सुपरस्ट्रक्चर
- उपयोगकर्ता को खड़े होने के लिए एक ठोस आधार प्रदान करता है। यह उपयोगकर्ता के बीच एक बाधा है और संग्रहित मलमूत्र। → पत्थर की पटिया
- लैट्रिन के अंदर का पैन, सीट या छेद जिसमें उपयोगकर्ता पेशाब करते हैं और शौच करते हैं। → शौचालय
- स्टोर मलमूत्र, पानी और गुदा सफाई सामग्री। → पिट (अधिक सामान्यतः ज्ञात एक्स्ट्रा स्टोरेज के रूप में)
- गड्डे की दीवारों का समर्थन करता है ताकि वे पतन न करें, खासकर ढीली मिट्टी में या जब गड्डे को खाली कराया जाता है। स्लैब का भी समर्थन करता है। → पिट लाइनिंग
- गैस से बचने की अनुमति देता है। लैट्रिन के अंदर बदबू कम करता है। मक्खियों को कम करता है। → बाहर निकलने देना पाइप
- उपयोगकर्ता शौचालय का उपयोग करने के तुरंत बाद अपने हाथों से रोगजनकों को धो सकते हैं। → हैंडवाशिंग स्टेशन

## लैट्रिन को बैठाया

25 मिनट

1. प्रतिभागियों से पूछें: "अब जब हम एक शौचालय के विभिन्न हिस्सों को जानते हैं, तो हमें यह पता लगाने की आवश्यकता है कि इसे कहां रखा जाए।"
2. प्रतिभागियों से पूछें "यह क्यों मायने रखता है जहाँ आप एक शौचालय बनाने के लिए चुनते हैं?" बुरी तरह से रखा गया शौचालय भूजल को दूषित कर सकता है, जिसे पीने से घर खत्म हो सकता है।
3. एक लैट्रिन, भूजल, और फ्लिप चार्ट पेपर के एक टुकड़े पर एक अच्छी तरह से आरेख बनाएं। वैकल्पिक: आप संदर्भ के लिए CWP\_Building एक बेसिक लैट्रिन पावरपॉइंट का उपयोग कर सकते हैं।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि भूमिगत जल को दूषित करने की क्षमता को कम करने के लिए शौचालय स्थित होने चाहिए।
5. बता दें कि भूजल, जिसे पानी की वाटर टेबल के रूप में भी जाना जाता है, शौचालय के नीचे पाया जाता है। भूजल जमीन के माध्यम से बहता है, संभवतः रोगजनकों को परिवहन करता है। यह कुओं और बोरहोलों के साथ-साथ सतही जल स्रोतों, जैसे झीलों और तालाबों को भी दूषित कर सकता है।
6. बताएं कि भूजल संदूषण के जोखिम को कम करने के लिए कुछ सरल नियम हैं।
7. नियम # 1 के साथ फ्लिप चार्ट या पावरपॉइंट स्लाइड दिखाएं: बीच में अधिक दूरी लैट्रिन और भूजल के नीचे, संदूषण का खतरा कम होता है। गड्डे के नीचे उच्चतम वार्षिक भूजल स्तरसे कम से कम 2 मीटर ऊपर होना चाहिए।
  - चूंकि पानी और रोगजनक इस दूरी पर मिट्टी के माध्यम से आगे बढ़ते हैं, कुछ इसमें फंस गए, और कुछ भूजल तक पहुंचने से पहले ही मर जाएंगे।
  - यदि भूजल अधिक है और अन्य उपाय नहीं हैं, तो उथले गड्डे खोदें। पिट अधिक बार जाएगा खोदा जाना है।





8. फ्लिप चार्ट दिखाएं या नियम # 2 के साथ स्लाइड करें: क्षैतिज दूरी जितनी अधिक होगी लैट्रिन और पेयजल स्रोत के बीच संदूषण का खतरा कम होता है।

- जितनी अधिक दूरी होगी, यात्रा करने के लिए एक रोगजनक उतना ही लंबा होगा और यह अधिक संभावना है कि रोगजनकों की मृत्यु हो जाएगी या पेयजल स्रोत तक पहुंचने से पहले फंस जाएगा।
- मिट्टी या चट्टान के प्रकार के आधार पर लैट्रिन और पेयजल स्रोत के बीच न्यूनतम पृथक्करण दूरी की सिफारिश की जाती है।
- एक लैट्रिन और पीने के पानी के स्रोत के बीच 30 मीटर की दूरी की दूरी अक्सर अनुशांसित होती है। ऐसे समय होंगे जब यह दूरी काम नहीं करेगी। ऐसी स्थितियां हो सकती हैं जब थोड़ी दूरी स्वीकार्य होगी और अन्य परिस्थितियां जहां 30 मीटर के अलगाव के बावजूद भूजल दूषित है।



9. नियम # 3 के साथ फ्लिप चार्ट या पावरपॉइंट स्लाइड दिखाएं: साइट लैट्रिन की तुलना में कम है पेयजल स्रोत।

- भूजल नीचे की ओर बहता है।
  - बहुत सपाट क्षेत्रों में, प्रवाह की दिशा निर्धारित करने के लिए परीक्षणों की आवश्यकता हो सकती है।
  - यदि लैट्रिन जल स्रोत से भौतिक रूप से कम (नीचे की ओर) स्थित है,
  - तब यह संभावना नहीं है कि शौचालय से संदूषण एक समस्या होगी।
10. प्रतिभागियों से जोड़े बनाने के लिए कहें। बता दें कि प्रतिभागियों में से एक आपदा प्रभावित व्यक्ति होगा और दूसरा एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर होगा।
11. कम्युनिटी WASH प्रमोटर से पूछें: "किसी अन्य व्यक्ति को शौचालय के लिए बैठने के तीन नियम समझाएं"।
12. प्रतिभागियों को लैट्रिन बैठने के नियमों को समझाने के लिए कुछ मिनट प्रदान करें।
13. प्रतिभागियों से पूछें कि वे स्पष्टीकरण को समझने में आसान बनाने के लिए क्या कर सकते हैं

a. चित्र बनाएं, इशारों का उपयोग करें, अपने आस-पास के स्थानों को दिखाएं

14. तीन नियमों के प्रतिभागियों को फ्लिप चार्ट के एक टुकड़े पर लिखकर याद दिलाएं पेपर या उन्हें एक PowerPoint स्लाइड पर प्रदर्शित करना।

- नियम # 1: लैट्रिन के नीचे और के बीच अधिक दूरी भूजल, संदूषण का खतरा कम है
- नियम # 2: लैट्रिन और पीने के बीच क्षैतिज दूरी जितनी अधिक होगी जल स्रोत संदूषण के जोखिम को कम करता है।
- नियम # 3: पेयजल स्रोत की तुलना में साइट शौचालय कम है।

---

## समीक्षा



### 5 मिनट

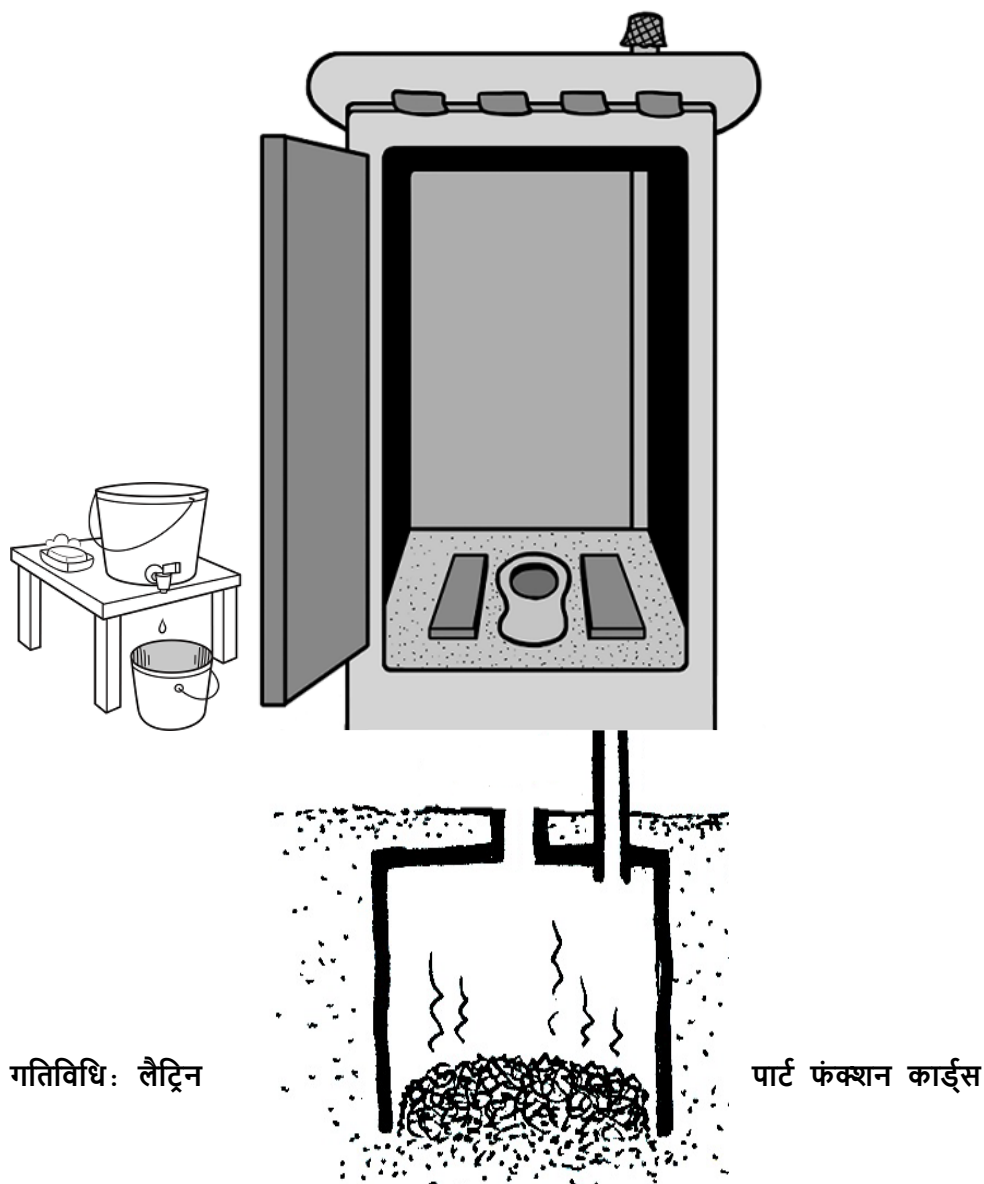
1. प्रतिभागियों से 3 लोगों के समूह बनाने के लिए कहें।
2. बताएं कि वे प्रतिक्रिया की एक श्रृंखला बनाएंगे। समूह का पहला व्यक्ति कहेगा एक लैट्रिन भाग, दूसरा व्यक्ति भाग के कार्य का वर्णन करेगा, और तीसरा व्यक्ति उस भाग के महत्व का वर्णन करेगा। उन्हें प्रत्येक भूमिका में मोड़ लेना चाहिए।
3. समूहों को समीक्षा के लिए 3 मिनट दें जितना वे कर सकते हैं, लगातार भूमिकाएं बदलते रहें।

---

## पाठ पर विचार

### लैट्रिन आरेख





गतिविधि: लैट्रिन

पार्ट फंक्शन कार्ड्स

गोपनीयता और आश्रय प्रदान करता है उपयोगकर्ताओं के लिए।	उपयोगकर्ता पर खड़े होने के लिए एक ठोस आधार प्रदान करता है । संग्रहित मल यह एक अवरोध है उपयोगकर्ता और के बीच
पैन, आसन या छेद जिसमें उपयोगकर्ताओं को शौचालय पेशाब करना और शौच करना।	उपयोगकर्ता लैट्रिन के तुरंत बाद अपने हाथों से रोगजनकों को धो सकते हैं।
स्टोर मलमूत्र, पानी और गुदा सफाई सामग्री।	गैस से बचने की अनुमति देता है। लैट्रिन के अंदर बदबू कम करता है। मक्खियों को कम करता है।
गड्डे की दीवारों का समर्थन करता है ताकि वे पतन नहीं है, खासकर में ढीली मिट्टी या जब गड्डे हों खाली कर दिया। का भी समर्थन करता है पटिया।	

पाठ योजना: हैंडवाशिंग



कुल 45 मिनट  
(वैकल्पिक 1 घंटे)

---

### पाठ विवरण



इस पाठ का फोकस प्रतिभागियों को महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान करना है एक वैकल्पिक अनुभाग के साथ बीमारी के प्रसार को रोकने के लिए हैंडवाशिंग और कम लागत वाले हैंडवाशिंग स्टेशन का निर्माण कैसे करें।

---

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. उचित हैंडवाशिंग तकनीक का प्रदर्शन
  2. हैंडवाशिंग के लिए महत्वपूर्ण समय की सूची बनाएं
  3. **वैकल्पिक**: लोगों को अपने हाथ धोने के लिए प्रेरित करने के तरीकों पर चर्चा करें
  4. **वैकल्पिक**: एक हैंडवाशिंग स्टेशन का निर्माण करें
-

## सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- मार्कर
- हैंडवाशिंग स्टेशन (पानी, साबुन, सैनिटाइजर)
- वैकल्पिक: हैंडवाशिंग कहानी
- वैकल्पिक: चमक या हल्दी
- वैकल्पिक: टिप्पी टैप बनाने के निर्देश
- वैकल्पिक** (एक हैंडवाशिंग स्टेशन का निर्माण)
- निर्देशों की एक प्रति प्रिंट करें
- 2x2 मीटर लकड़ी की छड़ें
- लकड़ी की छड़ें 2x1 मी
- फावड़ा (या अन्य खुदाई के उपकरण)
- संभाल के साथ पानी के कंटेनर
- कंकड़
- साबुन
- तार

## तैयारी



- हैंडवाशिंग कहानी के लिए नाम को स्थानीय महिला के नाम और प्रिंट 1 में बदलें प्रति 2 प्रतिभागियों को कॉपी करें
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणाम या पाठ विवरण लिखें
- वैकल्पिक: हैंडवाशिंग स्टेशन निर्माण सामग्री तैयार करें।

## परिचय

### 5 मिनट

#### विकल्प A: ग्लिटर हैंड शेक



1. आसानी से फैल सकता है की तुलना में कम चमक (या एक अन्य प्रकार का पाउडर) की एक छोटी संपर्क पर मात्रा रखें) प्रतिभागियों के बिना जाने उनके हाथों पर अपना हाथ रखें।
2. सभी से हाथ मिलाएं और उन्हें एक दूसरे से हाथ मिलाने के लिए कहें जैसे कि वे सड़क पर या सामुदायिक सभा में मिल रहे हैं। प्रतिभागियों से अपने हाथों और कपड़ों को देखने के लिए कहें और देखें कि चमक कितनी है और कितना फैला हुआ है
3. लिंक: प्रतिभागियों से चर्चा करें कि लोगों के बीच क्या बीमारियाँ हो सकती हैं जब वे हाथ मिलाते हैं।
4. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

#### विकल्प बी: ग्लिटर हैंड शेक नहीं



1. प्रतिभागियों से सभी से हाथ मिलाने के लिए कहें जैसे कि वे उनसे मिल रहे हैं सड़क पर या सामुदायिक सभा में।
2. लिंक: प्रतिभागियों से चर्चा करें कि लोगों के बीच क्या बीमारियाँ हो सकती हैं जब वे हाथ मिलाते हैं।
3. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## हैंडवाशिंग के लिए क्रिटिकल टाइम्स

10 मिनटों



1. हैंडवाशिंग स्टोरी की 1 प्रति प्रत्येक 2 प्रतिभागियों को सौंपें।
2. प्रतिभागियों को कहानी पढ़ने और दो सबसे महत्वपूर्ण समय के बारे में बात करने के लिए कहें

[आम स्थानीय महिला नाम] को कहानी में अपने हाथ धोने चाहिए थे

[आम स्थानीय महिला नाम] और उसका परिवार [स्थानीय बड़े शहर] के बाहर एक छोटे से गाँव में रहते हैं। उसका परिवार दैनिक आधार पर एक शौचालय का उपयोग करता है। लैट्रीन का उपयोग करने के बाद, [सामान्य स्थानीय महिला नाम] अपने घर वापस जाती है और अपने बच्चे के डायपर को बदल देती है। डायपर

बदलने के बाद, वह अपने बच्चे को ले जाती है और कुछ फल खरीदने के लिए बाजार के बाहर जाती है। वह विक्रेता को पैसे सौंपती है और अपने घर में वापस जाती है। वहाँ, वह फलों को टुकड़ों में काटती है और उसे अपने बच्चे को खिलाती है।

3. प्रतिभागियों को चर्चा के लिए 2-3 मिनट प्रदान करें।

4. कुछ समूहों से अपने विचारों को बड़े समूह के साथ साझा करने के लिए कहें, फिर किसी असहमति या अलग विचार पर चर्चा करें।

5. प्रतिभागियों को समझाएं कि कई बार जहां यह महत्वपूर्ण है



- हाथ धोने, अगर हम केवल 2 का चयन कर सकते हैं तो वे क्या होना चाहिए:

- मल के साथ निकट संपर्क में आने के बाद। भोजन के संपर्क में आने से पहले।

6. प्रतिभागियों को बताएं कि यदि इन समय के दौरान हाथों को अच्छी तरह से धोया जाता है तो यह होगा रोगों के प्रसार को काफी कम किया जा सकता है। जब हाउसहोल्ड के साथ काम करना है तब यह महत्वपूर्ण है कि हम इन दो महत्वपूर्ण समयों पर जोर दें।

## उचित हैंडवाशिंग तकनीक

10 मिनटों

1. प्रतिभागियों को समझाएं कि आप वास्तव में हैंडवाशिंग के उचित तरीकों पर चर्चा किए बिना हैंडवाशिंग के महत्व पर चर्चा कर रहे हैं।

2. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या कोई स्वयंसेवक कमरे के सामने आना चाहेगा और हर किसी को एक उचित हैंडवाशिंग तकनीक सिखाएगा जो उन्होंने अतीत में सीखी है।

3. सभी प्रतिभागियों को स्वयंसेवक के निर्देशों का पालन करने के लिए कहें।

4. कोई भी छूटी हुई जानकारी जोड़ें। सामान्य सिद्धांतों में शामिल होना चाहिए:

- अपने हाथों को साफ पानी से गीला करें (आदर्श रूप से, पानी डालना)
- साबुन और लैटर का उपयोग करें और 10-15 सेकंड के लिए अपने हाथ धो लें
- अपने पूरे हाथ को आगे और पीछे धोएं
- प्रत्येक नख के नीचे धोएं
- साफ बहते पानी से अपने हाथों को रगड़ें
- अपने हाथ को साफ तौलिये या हवा से सुखाएं

## हैंडवाशिंग को प्रभावित करने वाले कारक

20 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: यदि हैंडवाश करना बहुत महत्वपूर्ण है, और अधिकांश लोग जानते हैं कि कैसे करना है यह, वें प्रतिभागियों से अपने विचार साझा करने के लिए कहें।

2. प्रतिभागियों से पूछें: किसी ऐसे समुदाय की कल्पना करें जो अपने हाथ नहीं धो रहा है, ऐसा क्यों है,

- "आप में से कुछ अपने हाथ क्यों नहीं धोएंगे?"
- "क्या चुनौतियाँ, बाधाएँ और कारण हैं जो लोगों को ऐसा करने से रोकते हैं?"

3. फ्लिप चार्ट पेपर पर उनके जवाब लिखें।

- कोई हैंडवाशिंग स्टेशन नहीं
- लोग साफ पानी को बर्बाद नहीं करना चाहते हैं
- लोगों को हैंडWASH न करने के जोखिमों के बारे में पता नहीं है (यह संभावना है कि वे बीमारियों को प्रसारित कर सकते हैं और इसका असर उन पर होगा)
- उन्होंने अतीत में कभी हाथ नहीं धोया है
- समुदाय में कोई भी अपना हाथ नहीं धो रहा है
- वे हाथ धोना भूल जाते हैं

**ट्रेनर नोट:** जैसा कि प्रतिभागी आपको जवाब देते हैं, किसी अन्य ट्रेनर से उन्हें अलग-अलग प्रिंटर पेपर शीट पर लिखने के लिए कहें और उन्हें उनके संबंधित श्रेणियों के तहत चल रहे RANAS व्यवहार परिवर्तन मॉडल तालिका में जोड़ें। यदि आपके पास आपका समर्थन करने के लिए कोई अन्य प्रशिक्षक नहीं है, तो पाठ समाप्त होने के बाद ऐसा करें, या किसी प्रतिभागी को आपसे लिखने के लिए कहें।

**वैकल्पिक: सीडब्ल्यूपी कैसे मदद कर सकता है****25 मिनट**

1. प्रतिभागियों को 2 या 3 लोगों के समूह में विभाजित करें।
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब घर के सदस्यों को इन चुनौतियों से उबरने में मदद करने के तरीके खोजने की कोशिश करेंगे।
3. प्रत्येक समूह को कई चुनौतियों में से एक दें कि लोग अपने हाथों को क्यों नहीं धोएंगे।
4. प्रतिभागियों को रणनीति पर चर्चा करने के लिए 5 मिनट दें कि वे घर के सदस्यों को अपने हाथों को धोने के लिए सही, निरंतर और एक समान तरीके अपनाने में कैसे मदद करेंगे।
5. प्रत्येक समूह को रणनीति साझा करने के लिए कहें। दूसरे फ्लिप चार्ट पेपर पर रणनीतियों का सारांश लिखें। नई हैंडवाशिंग प्रथाओं को सुविधाजनक और आसान बनाने के तरीके खोजें; जैसे कि
  - i. हैंडवाशिंग स्टेशन को लैटीन के समीप रखना
  - ii. हर बार जब कोई अपने हाथों को धोता है तो उसे कैंडी की अनुमति देता है
  - iii. हर किसी के नाम के बगल में एक चेक मार्क लिखकर इसे एक प्रतियोगिता बनाएं जब भी वे हाथ धोते हैं
 लोगों को स्वास्थ्य के लिए हैंडवाशिंग के लाभों के बारे में सिखाएं
  - लोगों को हाथ धोने और साफ सुथरा दिखने के लाभों के बारे में सिखाएं;
  - उन्हें अपने समुदाय के अन्य सदस्यों को अपने स्वच्छ हाथ प्रदर्शित करना सिखाएं यह दिखाने के लिए कि वे साफ हैं
  - लोगों को अपने स्वयं के हैंडवाशिंग स्टेशन बनाने में मदद करें

**वैकल्पिक: हैंडवाशिंग स्टेशन का निर्माण****30 मिनट**

1. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक उचित हैंडवाशिंग स्टेशन का निर्माण करना काफी आसान है। सामुदायिक WASH प्रचारकों के रूप में उनकी भूमिका का हिस्सा लाभार्थियों की आवश्यकता पड़ने पर अपने स्वयं के हैंडवाशिंग स्टेशन बनाने में मदद करना होगा।
2. प्रतिभागियों को 2-3 समूहों में विभाजित करें (सामग्री की मात्रा के आधार पर और कैसे कई हैंडवाशिंग स्टेशन जो आप बनाना चाहते हैं)
3. हैंडवाशिंग स्टेशन बनाने के लिए प्रत्येक समूह को निर्देशों का एक सेट दें।
4. टिप्पी-टैप हैंडवाशिंग स्टेशन के निर्माण में प्रतिभागियों का समर्थन करें।
5. उन चुनौतियों पर चर्चा करें जिनका समूह एक समूह के रूप में सामना कर सकता है।

**समीक्षा****5 मिनट**

1. प्रतिभागियों को जोड़े में विभाजित करें।
2. बता दें कि वे स्वच्छता संदेशों का संचार करने का अभ्यास करेंगे। एक व्यक्ति दो सबसे महत्वपूर्ण समय बताएगा कि लोगों को अपने हाथ धोने चाहिए। दूसरा व्यक्ति उचित हैंडवाशिंग के लिए बुनियादी चरणों की व्याख्या करेगा।
3. प्रतिभागियों से पूछें: "अपने हाथ धोने की अपनी आदतों पर ध्यान दें और सोचें कि आप अपने हाथ धोने के लिए खुद को कैसे याद दिला सकते हैं।"

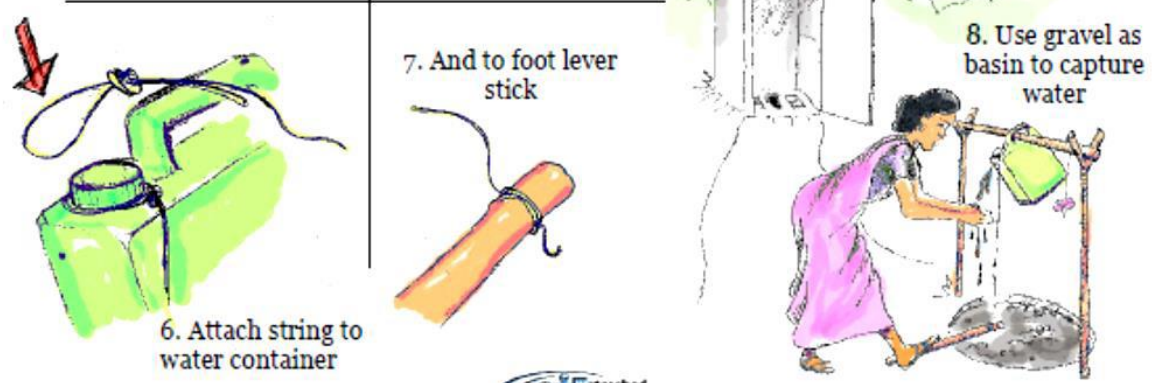
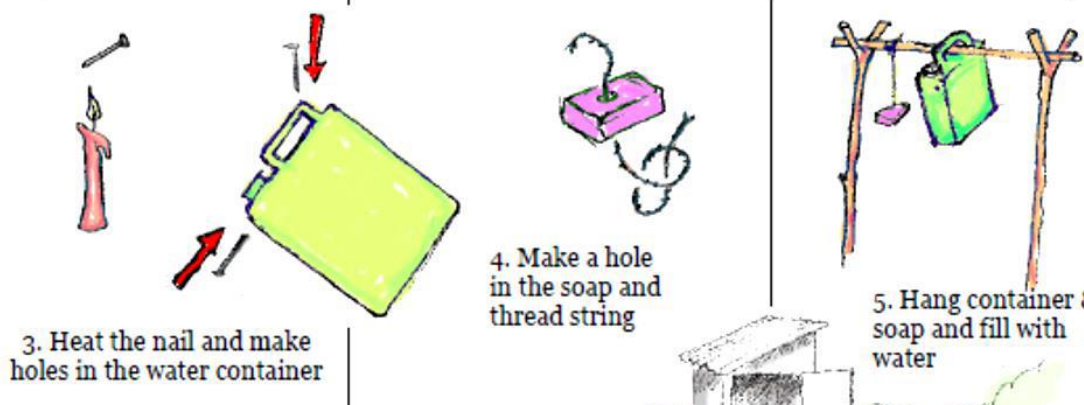
**पाठ पर विचार**

[आम स्थानीय महिला नाम] को कहानी में अपने हाथ धोने चाहिए थे

[आम स्थानीय महिला नाम] और उसका परिवार [स्थानीय बड़े शहर] के बाहर एक छोटे से गाँव में रहते हैं। उसका परिवार दैनिक आधार पर एक शौचालय का उपयोग करता है। लैटीन का उपयोग करने के बाद, [सामान्य स्थानीय महिला नाम] अपने घर वापस जाती है और अपने बच्चे के डायपर को बदल देती है। डायपर बदलने के बाद, वह अपने बच्चे को ले जाती है और कुछ फल खरीदने के लिए बाजार के बाहर जाती है। वह विक्रेता को पैसे सौंपती है और अपने घर में वापस जाती है। वहाँ, वह फलों को टुकड़ों में काटती है और उसे अपने बच्चे को खिलाती है।

## BUILD YOUR OWN TIPPY TAP

tippytap.org





## पाठ योजना: खाद्य स्वच्छता

### पाठ विवरण



यह पाठ इस बात पर केंद्रित होगा कि भोजन कैसे दूषित होता है। प्रतिभागी भी लोगों को दूषित भोजन खाने से रोकने के तरीके तलाशेंगे।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. खाद्य स्वच्छता के महत्व का वर्णन करने में
2. बताइए कि भोजन कैसे दूषित हो सकता है
3. भोजन के माध्यम से रोग संचरण को कम करने के लिए प्रथाओं की सूची बनाने में
4. एक घर में खाद्य स्वच्छता के संकेतकों पर चर्चा करने में

### सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- मार्कर
- 5 सुरक्षित खाद्य शीर्षक के लिए कुंजी
- स्टिकी नोट्स

### तैयारी



- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें
- खाद्य स्वच्छता पर WHO संसाधन दस्तावेज़ पढ़ें  
(<http://www.who.int/foodsafety/publications/5keysmanual/en/>)
- 5 कुंजी को सुरक्षित खाद्य शीर्षक में प्रिंट करें और काटें

### परिचय

2 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या आप एक रेस्तरां में खाने के बाद कभी बीमार हो गए हैं?"
2. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या आपने खाने से पहले अपने हाथ धोए थे?" और "क्या आपने गंदा पानी पी लिया?"
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि भले ही आपने हाथ धोने और साफ पानी पीने से बीमार न होने के लिए सब कुछ किया हो, फिर भी लोग दूषित भोजन खाने से बीमार हो सकते हैं।
4. पाठ विवरण या सीखने के परिणाम प्रस्तुत करें।

### खाद्य स्वच्छता का महत्व

15 मिनट

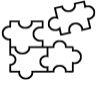


1. प्रतिभागियों से पूछें: "खाद्य स्वच्छता से क्या मतलब है?"  
डब्ल्यूएचओ की परिभाषा: खाद्य स्वच्छता वह स्थिति और उपाय है जिससे आप खाना खाते समय उसकी सुरक्षा सुनिश्चित कर सकते हैं। वध या कटाई, प्रसंस्करण, भंडारण, वितरण, परिवहन और तैयारी के दौरान किसी भी बिंदु पर भोजन दूषित हो सकता है।
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि भोजन सूक्ष्मजीवों से भरा है। सूक्ष्मजीव बहुत छोटी जीवित चीजें हैं जो भोजन सहित पर्यावरण में रहते हैं - लेकिन उनमें से सभी खराब नहीं हैं! उनमें से ज्यादातर वास्तव में आपके लिए बहुत अच्छे हैं।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि हम सूक्ष्मजीवों को 3 श्रेणियों में व्यवस्थित कर सकते हैं: अच्छा, बुरा और खतरनाक। 3 कॉलम में एक ही फ्लिप चार्ट पेपर पर इन 3 शीर्षकों को लिखें।
4. बता दें कि भोजन बनाने के लिए अच्छे सूक्ष्मजीवों (जैसे पनीर, दही, बीयर और वाइन) का उपयोग दवा बनाने के लिए किया जा सकता है (उदाहरण के लिए, पेनिसिलिन), और वे आपके पेट के लिए आवश्यक हैं कि भोजन को प्रभावी ढंग से पचाने में सक्षम हों। 'गुड' कॉलम के तहत इन उदाहरणों को लिखें।

5. प्रतिभागियों को समझाएं कि कुछ सूक्ष्मजीवों को खराब करने वाले सूक्ष्मजीव कहा जाता है। ये आम तौर पर लोगों को बीमार नहीं बनाते हैं, लेकिन वे हमारे भोजन को खराब गंध, भयानक स्वाद, और घृणित दिखते हैं।
6. बता दें कि इनमें से कुछ सूक्ष्मजीव शुरू में सुरक्षित होते हैं, लेकिन समय के साथ वे सूक्ष्मजीवों के प्रजनन के रूप में असुरक्षित हो सकते हैं। इन सूक्ष्मजीवों में से कुछ अंततः भोजन में पोषक तत्वों को खाने से गुणा कर सकते हैं और भोजन को खाने के लिए खतरनाक बना सकते हैं।
7. प्रतिभागियों को समझाएं कि खतरनाक 'सूक्ष्मजीव असुरक्षित हैं और वे हैं जो लोगों को बीमार कर सकते हैं और यहां तक कि मृत्यु भी हो सकती है। हम इन 'रोगजनकों' को भी कॉल कर सकते हैं। भोजन में रोगजनकों को पानी में पाए जाने वाले रोगजनकों की तुलना में भिन्न हो सकते हैं।
8. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या वे किसी खतरनाक सूक्ष्मजीव या रोगजनकों को जानते हैं जो भोजन में पाए जा सकते हैं। कुछ जवाबों में साल्मोनेला, ई. कोलाई, गियार्डिया और हेपेटाइटिस ए शामिल हैं, कॉलम 'खतरनाक' के तहत इन उदाहरणों को लिखें।

## संदूषण और प्रजनन

10 मिनटों



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि सभी सूक्ष्मजीवों को उन्हें स्थानांतरित करने के लिए कुछ की आवश्यकता होती है; उनके पास जानवरों और इंसानों की तरह पैर नहीं हैं। सूक्ष्मजीव चीजों के साथ खुद को जोड़कर आगे बढ़ते हैं। सूक्ष्मजीवों को परिवहन की आवश्यकता होती है, जैसे हमें एक स्थान से दूसरे स्थान पर जाने के लिए कार या मोटरसाइकिल की आवश्यकता होती है।
2. प्रतिभागियों को यह समझाएं कि खुद को चीजों से जोड़कर सूक्ष्मजीवों की गति को 'संदूषण' कहा जाता है। हम खाद्य स्वच्छता में 'संदूषण' से बचना चाहते हैं।
3. एक नए फ्लिप चार्ट पेपर पर, 2 कॉलम बनाएं और पहला शीर्षक 'संदूषण' लिखें।
4. प्रतिभागियों से पूछें: "ऐसी कौन सी सामान्य चीजें हैं जो इन सूक्ष्मजीवों को घूमने में मदद कर सकती हैं? ट्रांसमिशन मार्गों की गतिविधि पर वापस सोचें।" हाथ, पानी, जानवरों, मल, मक्खियों, भोजन तैयार करने के लिए उपयोग की जाने वाली सतह, रसोई बर्तन, चश्मा और अन्य भोजन।
5. कॉलम 'संदूषण' के तहत उनके जवाब लिखें।
6. प्रतिभागियों को समझाएं कि सूक्ष्मजीव बहुत जल्दी प्रजनन कर सकते हैं, जैसे बैक्टीरिया बहुत जल्दी पानी में पुनः उत्पन्न कर सकते हैं। कुछ खतरनाक सूक्ष्मजीव आपको बीमार नहीं कर सकते हैं, लेकिन कई खतरनाक सूक्ष्मजीव कर सकते हैं। भोजन में जितने खतरनाक सूक्ष्मजीव होते हैं, उतना ही संभव है कि कोई भी इसे खाकर बीमार पड़ सकता है।
7. 'प्रजनन' नामक दूसरा शीर्षक लिखें।
8. प्रतिभागियों को समझाएं कि सूक्ष्मजीवों को जीवित रहने और प्रजनन करने के लिए वैसी ही चीजों की आवश्यकता होती है: भोजन, पानी, समय और एक अच्छा तापमान। कॉलम 'प्रजनन' में इन 4 बातों को लिखें।
9. प्रतिभागियों से पूछें: "सूक्ष्मजीवों के बारे में अधिक जानने के बाद, खाद्य स्वच्छता के 2 मुख्य लक्ष्य क्या हैं?" बोर्ड पर 2 कॉलम देखें। 1. भोजन के संदूषण (या खतरनाक सूक्ष्मजीवों के परिवहन) को रोकने के लिए, और 2. खतरनाक सूक्ष्मजीवों को पुनः उत्पन्न करने से रोकें या मारें।

## फूड हाइजीन प्रैक्टिस

20 मिनट



1. प्रतिभागियों को बताएं कि वे एक समूह के रूप में काम करने जा रहे हैं ताकि यह पता लगाया जा सके कि भोजन को दूषित होने से कैसे बचाया जाए और हमारे भोजन को सुरक्षित रखने के लिए सूक्ष्मजीवों को कैसे पुनः पेश करने से रोका जाए।
2. प्रतिभागियों को 4-5 लोगों के समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को स्टिकी-नोट्स दें।
3. प्रतिभागियों को एक समूह के रूप में काम करने के लिए कहें जो व्यक्तिगत गतिविधियों को लिखने के लिए एक घर में किया जा सकता है जो कि व्यक्तिगत रूप से चिपचिपे नोटों पर भोजन की स्वच्छता में सुधार के लिए किया जा सकता है। इन गतिविधियों को 2 चीजों पर ध्यान देना चाहिए: प्रदूषण को रोकना और प्रजनन को मारना / रोकना
4. प्रतिभागियों को अपने चिपचिपे नोटों को कमरे के सामने की दीवार पर चिपकाने के लिए कहें।



5. जैसा कि प्रतिभागी उन्हें दीवार पर चिपकाते हैं, उन्हें डब्ल्यूएचओ 5 कुंजी में सुरक्षित भोजन में समूहित करें।
- **स्वच्छ रखें**
    - i. भोजन से पहले और भोजन के तैयारी के दौरान बार-बार हाथ धोएं
    - ii. शौचालय जाने के बाद अपने हाथ धोएं
    - iii. भोजन के तैयारी लिए उपयोग की जाने वाली सभी सतहों और उपकरणों को धोएं और साफ करें
    - iv. कीटों, और अन्य जानवरों से रसोई क्षेत्रों और भोजन की रक्षा करें
  - **कच्चे और पके हुए अलग रखें**
    - i. अन्य खाद्य पदार्थों से कच्चे मांस, मुर्गी और समुद्री भोजन को अलग करें
    - ii. कच्चे खाद्य पदार्थों को संभालने के लिए चाकू और कटिंग बोर्ड जैसे अलग-अलग उपकरण और बर्तन का उपयोग करें
    - iii. कच्चे और तैयार के बीच संपर्क से बचने के लिए कंटेनरों में भोजन स्टोर करें
  - **खाद्य पदार्थ अच्छी तरह से पकाएं**
    - i. भोजन को अच्छी तरह से पकाएं, विशेष रूप से मांस, पोल्ट्री, अंडे और समुद्री भोजन
    - ii. सूप की तरह भोजन ले आओ और यह सुनिश्चित करने के लिए उबाल लें कि वे 70 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच गए हैं। मांस और मुर्गी पालन के लिए, सुनिश्चित करें कि रस स्पष्ट हैं, गुलाबी नहीं। आदर्श रूप से, थर्मामीटर का उपयोग करें।
    - iii. पके हुए भोजन को अच्छी तरह से गर्म करें
  - **भोजन को सुरक्षित तापमान पर रखें**
    - i. 2 घंटे से अधिक के लिए कमरे के तापमान पर पका हुआ भोजन न छोड़ें
    - ii. तुरंत सभी पके हुए भोजन और भोजन को ठंडा करें जो खराब हो सकते हैं (अधिमानत: 5 डिग्री सेल्सियस से नीचे)
    - iii. परोसने से पहले पकाया हुआ भोजन वास्तव में गर्म रखें
    - iv. रेफ्रिजरेटर में भी भोजन को लंबे समय तक स्टोर न करें
    - v. कमरे के तापमान पर जमे हुए भोजन का पिघलाने न
  - **सुरक्षित पानी और कच्चे माल का उपयोग करें**
    - i. सुरक्षित पानी का उपयोग करें या इसे सुरक्षित बनाने के लिए इसका इलाज करें
    - ii. ताजा और पौष्टिक खाद्य पदार्थों का चयन करें
    - iii. सुरक्षा के लिए प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ चुनें, जैसे पास्चुरीकृत दूध
    - iv. फलों और सब्जियों को धोएं, खासकर अगर कच्चा खाया जाए
6. जैसा कि आप 5 कुंजी समझाते हैं, समूहों के किनारे अलग-अलग शीर्षकों को चिपकाएं।

## एक घरेलू में खाद्य स्वच्छता के संकेतक

15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समुदाय WASH प्रमोटर के रूप में उनकी भूमिका के बारे में बताएं कि वे घर के सदस्यों को अच्छी खाद्य स्वच्छता प्रथाओं को अपनाने के लिए प्रेरित करें। कभी-कभी यह निर्धारित करना मुश्किल हो सकता है कि क्या घर के सदस्य पहले से ही अच्छी स्वच्छता प्रथाओं को अपना रहे हैं।
  2. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब उन तरीकों पर चर्चा करेंगे, जो एक समुदाय WASH प्रमोटर निर्धारित कर सकते हैं कि क्या घर का सदस्य अच्छी खाद्य स्वच्छता प्रथाओं का उपयोग कर रहा है।
  3. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या कुछ तरीके हैं जो हम देख सकते हैं कि क्या घर का सदस्य अच्छी खाद्य स्वच्छता प्रथाओं का उपयोग कर रहा है?" शीर्षक के तहत फ्लिप चार्ट पेपर पर उनके उत्तर लिखें अच्छे खाद्य स्वच्छता प्रथाओं का पालन करने के तरीके :  
मक्खियों के लिए खाद्य कवर मौजूद है
- पशु आसानी से खाना पकाने के क्षेत्र तक नहीं पहुंच सकते हैं
  - व्यंजन और खाना पकाने की सतहों को साफ करने के लिए साबुन मौजूद है
  - घरेलू पानी का उपयोग सुरक्षित है

- खान - पान की स्वच्छता
- हैंडवाशिंग स्टेशन मौजूद है
- फ्रिज मौजूद है
- 4. प्रतिभागियों से इन उत्तरों को कागज के एक टुकड़े पर लिखने के लिए कहें।

---

### समीक्षा

5 मिनट

- ①
1. प्रतिभागियों से खाद्य स्वच्छता के लिए अपने स्वयं के व्यवहार को प्रतिबिंबित करने के लिए कहें।
  2. प्रतिभागियों को 2 चीजें लिखने के लिए कहें जो वे घर पर अपने स्वयं के खाद्य स्वच्छता प्रथाओं के लिए बदलेंगे।
- 

1. साफ रखें

2. कच्चे और अलग  
पकाया

3. अच्छी तरह से पकाएं

## 4. भोजन को सुरक्षित रखें तापमान

## 5. सुरक्षित पानी और कच्चे का उपयोग करें सामग्री

पाठ योजना: मासिक धर्म स्वच्छता



60 मिनट

### पाठ विवरण



यह पाठ उन चुनौतियों को पेश करने के लिए एक भूमिका-प्ले गतिविधि का उपयोग करता है जो कई महिलाओं और लड़कियों को अपने मासिक धर्म स्वच्छता के प्रबंधन में होती है, और उनके स्वास्थ्य और शिक्षा पर प्रभाव डालती है। प्रतिभागियों को घर और स्कूल में महिलाओं और लड़कियों की मासिक धर्म स्वच्छता की जरूरतों को पूरा करने के लिए समाधानों की पहचान होगी।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. महिलाओं और लड़कियों के लिए मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन की चुनौतियों पर चर्चा करने में
2. स्वास्थ्य और शिक्षा पर खराब मासिक धर्म स्वच्छता के प्रभाव पर चर्चा करने में
3. मासिक धर्म स्वच्छता के अनुकूल घरों और स्कूलों को सुनिश्चित करने के लिए समाधानों की पहचान करने में

### सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- मार्कर
- फीता
- छोटे चिपचिपे नोट या स्टिकर
- रोल-प्ले कार्ड

- समस्या समाधान चार्ट के साथ फ्लिप चार्ट पेपर
- गर्भाशय की ड्राइंग के साथ चार्ट पेपर
- मासिक धर्म के लिए उपयोग किए जाने वाले स्थानीय उत्पाद (उदाहरण के लिए, सैनिटरी पैड, कपड़े)  
स्थानीय शिक्षा सामग्री लड़कों और लड़कियों को युवावस्था और मासिक धर्म के बारे में सिखाती हुई
- वैकल्पिक: मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन पर PowerPoint प्रस्तुति

## तैयारी



- तकनीकी संक्षिप्त में विषय की समीक्षा करें: मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन
- परिचय गतिविधि के लिए रोल-प्ले कार्ड्स प्रिंट करें और काटें (प्रति प्रतिभागी 1 कार्ड)। समूह के आकार के आधार पर, 1 या 2 लोग छात्र को उनकी भूमिका के लिए अटक गई वस्तु के साथ खेल सकते हैं, 1 या 2 लोग धमकाने वाली भूमिका निभा सकते हैं, 1 या 2 लोग सहायक मित्र की भूमिका निभा सकते हैं, और शेष प्रतिभागी भाग ले सकते हैं कक्षा में सामान्य छात्र बनें।
- उन प्रतिभागियों की पहचान करें, जो छात्र के रूप में भूमिका में सक्रिय रूप से भाग लेंगे, जो कि उनके, धमकाने वाले, और सहायक मित्र से चिपके हुए हैं। यदि संभव हो तो, कम से कम एक आदमी वस्तु के साथ छात्र की भूमिका निभाए और एक महिला धमकाने के लिए। इन प्रतिभागियों के साथ व्यक्तिगत रूप से कार्यशाला शुरू होने से एक दिन पहले या सुबह उनकी भूमिकाओं के बारे में बोलें ताकि वे तैयार हों, लेकिन उन्हें यह न बताएं कि यह गतिविधि मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन के बारे में है। प्रतिभागी को अपने कपड़ों से पहले से चिपके रहने के लिए वस्तु दें ताकि बाकी लोग इस बात से अनजान रहें कि क्या हो रहा है।
- एक पारंपरिक कक्षा सेटिंग बनाने के लिए तालिकाओं और कुर्सियों को पुनर्व्यवस्थित करें। अपनी उपस्थिति को एक अधिक पारंपरिक कक्षा शिक्षक (उदा: टाई या सूट जैकेट पर डालकर, अपने बालों को वापस खींचें, या चश्मा लगाएं) में आपकी उपस्थिति को बदलने में मदद करने के लिए प्रॉप्स खोजने की कोशिश करें।
- मासिक धर्म, प्रथाओं का वर्णन करने के लिए स्थानीय शब्दों या वाक्यांशों के बारे में मेजबान से पूछें मासिक धर्म स्वच्छता, और सामाजिक और सांस्कृतिक दृष्टिकोण के लिए उपयोग किया जाता है।
- स्थानीय उत्पादों के उदाहरण खोजें जो लड़कियों और महिलाओं को मासिक धर्म के लिए उपयोग करते हैं (के लिए) उदाहरण के लिए, सैनिटरी पैड, और कपड़े)। स्थानीय शिक्षा सामग्री के उदाहरण खोजें जो लड़कों और लड़कियों को पढ़ाने के लिए उपयोग की जाती हैं यौवन और मासिक धर्म के बारे में। तंजानिया, घाना में स्कूलों में इस्तेमाल की जाने वाली किताबें, इथियोपिया, और कंबोडिया को मुफ्त में डाउनलोड किया जा सकता है: [www.growandknow.org/books.html](http://www.growandknow.org/books.html)
- फ्लिप चार्ट पेपर पर गर्भाशय की एक बड़ी छवि बनाएं (संदर्भ के लिए नीचे की छवि देखें)
- 4-5 से ड्रा करें समस्या (प्रति 3-4 प्रतिभागी) (अंत देखें) पाठ योजना)
- वैकल्पिक: मासिक धर्म स्वच्छता पर PowerPoint प्रस्तुति को तैयार करें
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणाम लिखें

## परिचय

10 मिनट



गए हैं।

प्रतिभागियों से यह कल्पना करने के लिए कहें कि वे स्कूल में वापस आ

3. कमरे के सामने खड़े होकर प्रतिभागियों के मौजूदा ज्ञान के आधार पर छात्रों को एक सरल पाठ सिखाएँ। उदाहरण के लिए, छात्र बनें, छात्रों को अपने हाथों को उठाएं और जब वे एक प्रश्न करें तो खड़े हो जाएं।

4. कुछ मिनटों के बाद, कक्षा के सामने आने और दूसरे छात्रों के सामने कुछ करने के लिए अपने कपड़ों पर ऑब्जेक्ट के साथ छात्र से पूछें। उदाहरण के लिए: उन्हें बोर्ड या फ्लिप चार्ट पर कुछ लिखने या कुछ पाठ सुनाने के लिए कहें।
5. जब छात्र कक्षा छोड़ने की अनुमति मांगता है, तो उन्हें खड़े होकर समझाएं कि उन्हें छोड़ने की आवश्यकता क्यों है। उन्हें असहज और शर्मिंदा महसूस करवाएं।
6. उन प्रतिभागियों को फटकार या दंडित न करें जो छात्र के कपड़ों पर वस्तु की पहचान करते समय धमकाने की भूमिका निभा रहे हैं। आप ऑब्जेक्ट के बारे में छात्र को छेड़ सकते हैं। यदि धमकाने वाला कुछ मिनटों के बाद छात्र की पहचान करने में सक्षम नहीं है, तो आप छात्र को पहचान सकते हैं और उन्हें वस्तु के बारे में चिढ़ा सकते हैं।
7. रोल-प्ले समाप्त होने के बाद, पाठ विवरण या सीखने के परिणामों को प्रस्तुत न करें।
8. जब रोल-प्ले खत्म हो जाता है तो प्रतिभागियों को कमरे से बाहर जाने के लिए कहें। एक सर्कल में कुर्सियों को फिर से व्यवस्थित करें, अपने मूल स्वरूप में लौटें, और फिर प्रतिभागियों को कमरे में पुनः प्रस्तुत करने के लिए आमंत्रित करें।

## रोल-प्ले डेब्यू

10 मिनट



2. प्रतिभागियों को सामान्य छात्रों की भूमिका निभाने के लिए कहें जो उन्होंने मनाया।
3. सामान्य छात्रों की भूमिका निभाने वाले प्रतिभागियों से पूछें कि उन्होंने क्या महसूस किया।
4. प्रतिभागी से वस्तु के बारे में पूछें ताकि यह वर्णन किया जा सके कि अपनी वस्तु को दूसरों से छुपाना कैसा लगा और फिर उसके बारे में चिढ़ना। तनावपूर्ण, कठिन, शिक्षक और पाठ पर ध्यान केंद्रित नहीं कर सकता, यह वस्तु को छिपाने के लिए आसान बनाने के लिए छोड़ना चाहता था
5. धमकाने वाले से यह वर्णन करने के लिए कहें कि उसे दूसरे छात्र को चिढ़ाने में कैसा लगा।
6. मित्र से यह वर्णन करने के लिए कहें कि शिक्षक और धमकाने के दौरान दूसरे छात्र (छात्रों) का समर्थन करना कैसा लगा।
7. समूह से यह चर्चा करने के लिए कहें कि इससे क्या प्रभाव पड़ सकता है पर स्कूल उपस्थिति और उनकी शिक्षा।
  - घर पर रहें, स्कूल से बचें, दूसरों से वस्तु छिपाने के लिए आसान, खराब शिक्षा से नौकरी के अवसर कम हो जाते हैं और गरीबी चक्र समाप्त हो जाता है (कार्यशाला के पहले दिन चर्चा की गई)
8. प्रतिभागियों से पूछें: "शर्मिंदा व्यक्ति को क्या सामना करने में सक्षम होना चाहिए और इस तरह की स्थिति से प्रभावित नहीं होना चाहिए?" चर्चा के साथ मदद के लिए आप निम्नलिखित 2 श्रेणियों का उपयोग कर सकते हैं:
  - व्यक्तिगत (आंतरिक): प्रेरणा, साहस, आत्मविश्वास, आत्म-सम्मान, दृढ़ संकल्प
  - बाहर (बाहरी): प्रोत्साहन, समर्थन, ज्ञान, कौशल, पुरस्कार/प्रोत्साहन, परिणाम, पर्यावरण, सामाजिक प्रभाव
9. प्रतिभागियों से पूछें: "यह रोल-प्ले वास्तविक जीवन के समान कैसे है?" महिलाओं और लड़कियों के लिए मासिक धर्म स्वच्छता।
10. पाठ विवरण या सीखने के परिणाम प्रस्तुत करें।

## माहवारी के तथ्य

10 मिनटों



11. वैकल्पिक: PowerPoint प्रस्तुति प्रारंभ करें।
2. प्रतिभागियों से पूछें: "आप मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन के बारे में कितना सहज हैं?" प्रतिभागियों से 5 उंगलियों का उपयोग करने के लिए कहें तो बहुत आरामदायक और 1 उंगली के लिए बहुत आरामदायक नहीं है।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन के बारे में बात करने के लिए पुरुष और महिलाएं समान रूप से जिम्मेदार हैं। हम सभी को अपने जीवन में महिलाओं और लड़कियों के अच्छे स्वास्थ्य की खातिर मासिक धर्म स्वच्छता के बारे में बात करना जितना संभव हो उतना आरामदायक बनना होगा।
4. गर्भाशय और फैलोपियन ट्यूब की छवि प्रदर्शित करें।
5. एक महिला की प्रजनन प्रणाली और मासिक धर्म की व्याख्या करने के लिए आरेख का उपयोग करें और निम्नलिखित तथ्य प्रस्तुत करें:

- मासिक धर्म, जिसे आमतौर पर एक अवधि कहा जाता है, एक महिला या किशोर लड़की के गर्भाशय के अस्तर को बहा देने की प्राकृतिक प्रक्रिया है। मासिक धर्म के दौरान, रक्त गर्भाशय से बहता है और योनि के माध्यम से शरीर से बाहर निकलता है। यह प्रक्रिया हर महीने सामान्य मासिक धर्म चक्र के हिस्से के रूप में 2-7 दिनों के लिए होती है।
- लड़कियों को आमतौर पर 9 से 14 साल की उम्र के बीच माहवारी शुरू होती है। मासिक धर्म आमतौर पर तब रुकता है जब कोई महिला अपने 40 के दशक के अंत या 50 के दशक की शुरुआत में होती है, जिसे रजोनिवृत्ति कहा जाता है। एक महिला अपने जीवनकाल के दौरान लगभग 3,000 दिनों तक मासिक धर्म करेगी।
- नियमित मासिक धर्म चक्र होना एक संकेत है कि महिला शरीर के महत्वपूर्ण अंग सामान्य रूप से काम कर रहे हैं। महिलाओं और लड़कियों को स्वस्थ रखने के लिए मासिक धर्म चक्र हार्मोन प्रदान करता है, जो शरीर के महत्वपूर्ण रसायन होते हैं। यह हर महीने गर्भावस्था के लिए शरीर को तैयार करता है।



**ट्रेनर नोट:** यह जानकारी प्रतिभागियों या नई जानकारी के लिए समीक्षा की जा सकती है उनकी पृष्ठभूमि और संस्कृति पर निर्भर करता है। यदि आप उन्हें जानते हैं तो स्थानीय शब्दों और अभिव्यक्तियों का उपयोग करने का प्रयास करें।

6. चर्चा करें कि मासिक धर्म एक प्राकृतिक प्रक्रिया है; हालांकि, अगर ठीक से प्रबंधित नहीं किया गया तो इससे स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। वैकल्पिक: एक चीर, कपड़ा या अन्य स्थानीय स्वच्छता उत्पाद को पकड़ें। प्रतिभागियों को यह कल्पना करने के लिए कहें कि इसे साबुन और पानी से ठीक से साफ नहीं कर पा रहे हैं, इसे एक अंधेरी जगह में लटका दें, और फिर इसे आपकी त्वचा के खिलाफ पूरे दिन के लिए लगा दें। प्रतिभागियों को यह कल्पना करने के लिए कहें कि कैसा लगेगा।
7. प्रतिभागियों से पूछें: "किसी महिला या लड़की के स्वास्थ्य पर खराब मासिक धर्म स्वच्छता का क्या प्रभाव हो सकता है?"

रिपोर्ट में खराब मासिक धर्म स्वच्छता प्रथाओं और महिलाओं और लड़कियों में निम्नलिखित स्वास्थ्य प्रभावों के बीच संबंधों की पहचान की गई है: चकते और परेशानियां; मूत्रल, योनि और पेरिनेल संक्रमण; प्रजनन और गर्भावस्था के साथ जटिलताओं, महिला जननांग विकृति या काटने के साथ जुड़ी जटिलताओं।

## समस्या समाधान चार्ट

### 30 मिनट



- प्रतिभागियों को 3 या 4 लोगों के समूह में विभाजित करें।
  - **ट्रेनर नोट:** लिंग द्वारा समूहों को विभाजित करने का प्रयास करें। चर्चा का एक बड़ा बिंदु है



- यह दर्शाता है कि पुरुषों और महिलाओं को मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन से संबंधित समस्याओं और समाधानों के विभिन्न विचार कैसे हैं।
- समस्याओं में से 1 का उपयोग करना - समाधान चार्ट एक उदाहरण के रूप में, प्रतिभागियों को समझाते हैं कि नीचे के ऑक्टैगन, जैसे संकेत रोकते हैं, समस्या, चुनौतियां, और अच्छा, सुरक्षित और सम्मानजनक मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन में बाधाएं हैं। शीर्ष आयतें समाधान हैं। समस्याओं और समाधानों को 3 कॉलमों में विभाजित किया गया है:
- घर, स्कूल, और दोनों।
- उन प्रतिभागियों को समझाइए जिन्हें आप केवल एक समूह के रूप में चर्चा करना चाहते हैं और समस्याओं - समाधान चार्ट के 'समस्याएँ' अनुभाग को भरना चाहते हैं। आप पाठ में बाद में समाधान के हिस्से पर काम करेंगे।
- प्रत्येक समूह को एक 'समस्याएँ - समाधान चार्ट' सौंपना।
- प्रतिभागियों को 'समस्याएँ' अनुभाग पूरा करने के लिए 10 मिनट दें।
- प्रत्येक समूह को अपनी 'समस्याएं' प्रस्तुत करने के लिए कहें। बड़े समूह के साथ चुनौतियों और बाधाओं पर चर्चा करें।
  - सेनेटरी उत्पादों की कमी
  - सफाई के लिए पानी और साबुन की कमी
  - उपयुक्त स्वच्छता सुविधाओं तक पहुंच का अभाव

- सांस्कृतिक और धार्मिक प्रतिबंध
- शर्म और शर्मिंदगी
- सूचना और जागरूकता की कमी
- प्रतिभागियों को अपने समूहों में लौटने और बाधाओं और चुनौतियों के कुछ समाधानों पर विचार करने के लिए कहें। उन्हें चार्ट पर अपने विचारों को रिकॉर्ड करने के लिए कहें। उन्हें याद दिलाएं कि समाधान 3 श्रेणियों में विभाजित हैं: घर, स्कूल, और दोनों।
- 10 मिनट के बाद, प्रतिभागियों को "समाधान" प्रस्तुत करने के लिए कहें।
- बड़े समूह के साथ समाधान पर चर्चा करें। जोर दें कि दोनों हार्डवेयर (उदाहरण के लिए, WASH सुविधाएं) और सॉफ्टवेयर (उदाहरण के लिए, सूचना और शिक्षा) को घर, स्कूल और दोनों में अच्छे मासिक धर्म स्वच्छता को प्रोत्साहित करने की आवश्यकता है।
- सुनिश्चित करें कि सैनिटरी उत्पाद और अंडरवियर उपलब्ध हों, सस्ती हों और आसानी से उपलब्ध हों।
- घर और सार्वजनिक स्थानों पर, स्कूलों और काम की तरह पानी, स्वच्छता और स्वच्छता तक पहुंच प्रदान करें। महिलाओं और लड़कियों को अपने सेनेटरी उत्पादों को बदलने के लिए कहीं सुरक्षित और निजी की आवश्यकता होती है; अपने हाथ, शरीर और पुनः प्रयोज्य कपड़े धोने के लिए साफ पानी और साबुन; और उपयोग किए गए सेनेटरी के सुरक्षित निपटान के लिए सुविधाएं
- पुनः प्रयोज्य होने पर उन्हें सुखाने के लिए उत्पादों या एक साफ और अच्छी तरह से जलाया हुआ स्थान।
- लड़कियों और लड़कों, पुरुषों और महिलाओं को नकारात्मक रिवाजों का मुकाबला करने और महिलाओं और लड़कियों को सकारात्मक समर्थन देने के लिए तथ्यात्मक जानकारी प्रदान करें। स्कूल मासिक धर्म स्वच्छता की जानकारी के साथ कई लड़कियों (और लड़कों) तक पहुंचने का अवसर प्रदान करते हैं।
- शिक्षकों और स्कूल अधिकारियों के लिए शिक्षा कार्यक्रम और साथ ही माता-पिता और व्यापक समुदायों के लिए संवेदीकरण की पेशकश करें।
- प्रतिभागियों से एक साथी के साथ चर्चा करने के लिए कहें कि वे कैसे घरों के मुद्दे को कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में संबोधित करते हैं। उन्हें चर्चा के लिए 5 मिनट का समय दें।
- प्रतिभागियों से पूछें कि क्या कोई इस बारे में रणनीतियों को साझा करना चाहता है कि वे समुदाय के वाश प्रमोटर्स के रूप में घरों के साथ मासिक धर्म स्वच्छता को संबोधित करने की योजना कैसे बनाते हैं।
- प्रतिभागियों से किसी भी विशिष्ट उदाहरण को साझा करने के लिए कहें जो उन्होंने अपने काम में देखा है या उनका उपयोग मासिक धर्म स्वच्छता प्रबंधन का समर्थन करने के लिए किया है। स्थानीय शिक्षा सामग्री के उदाहरण दिखाएं जो लड़कों और लड़कियों को यौवन और मासिक धर्म के बारे में सिखाने के लिए उपयोग किया जाता है।



1. जोड़े में, प्रतिभागियों से चर्चा करने के लिए कहें कि वे इस जानकारी का उपयोग कैसे कर सकते हैं व्यक्तिगत स्तर पर।

### परिचय गतिविधि: रोल-प्ले कार्ड

आप अन्य लड़कों और लड़कियों के साथ कक्षा में 14 वर्षीय छात्र हैं। आपके पास आपके कपड़ों के लिए एक वस्तु है जो आपकी संस्कृति में बहुत शर्मनाक है। आपको अपने सहपाठियों और शिक्षक से वस्तु को छिपाने की कोशिश करने की ज़रूरत है और किसी और के साथ चर्चा नहीं करनी चाहिए।

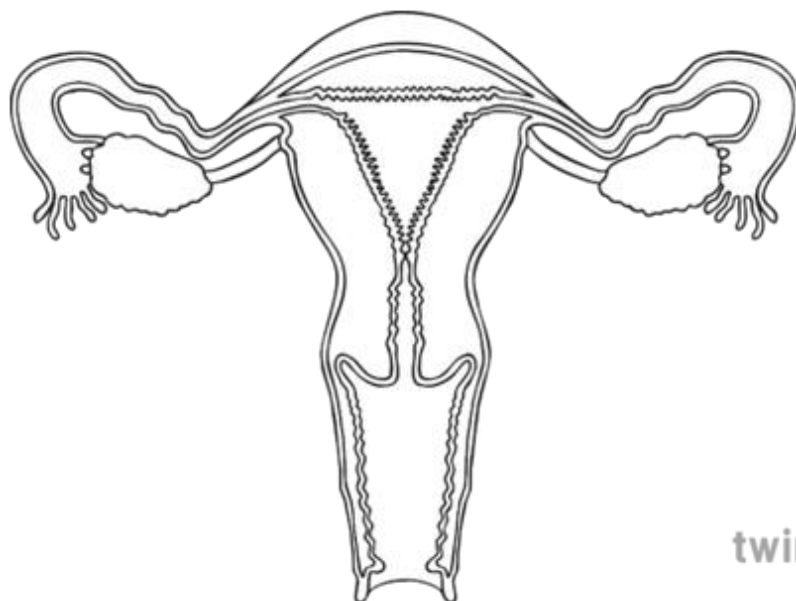
रोल-प्ले में कुछ मिनटों के बाद, शिक्षक से पूछने के लिए अपना हाथ बढ़ाएं कि क्या आप निजी कारण से कक्षा छोड़ सकते हैं। आप चुपके से अपने कपड़ों से वस्तु को हटाना चाहते हैं, लेकिन यह नहीं कहते कि आपको कक्षा छोड़ने की आवश्यकता क्यों है।

आप अन्य लड़कों और लड़कियों के साथ कक्षा में 14 वर्षीय छात्र हैं। आपके सहपाठियों में से एक के पास उनके कपड़ों के लिए एक वस्तु है जो आपकी संस्कृति में बहुत शर्मनाक है। वे सभी से वस्तु को छिपाने की कोशिश कर रहे हैं। इस छात्र की पहचान करने की कोशिश करें और जब आप ऑब्जेक्ट को नोटिस करें तो कक्षा के सामने उन्हें छेड़ें।

आप अन्य लड़कों और लड़कियों के साथ कक्षा में 14 वर्षीय छात्र हैं। आपके दोस्तों में से एक के पास उनके कपड़ों के लिए एक वस्तु है जो आपकी संस्कृति में बहुत शर्मनाक है। वे सभी से वस्तु को छिपाने की कोशिश कर रहे हैं। अपने दोस्त को सहायता प्रदान करें यदि वे दूसरों द्वारा तंग किए जाते हैं और उन्हें अधिक सहज महसूस कराने की कोशिश करें।

आप अन्य लड़कों और लड़कियों के साथ कक्षा में 14 वर्षीय छात्र हैं। पाठ में भाग लें और शिक्षक के निर्देशों का पालन करें।





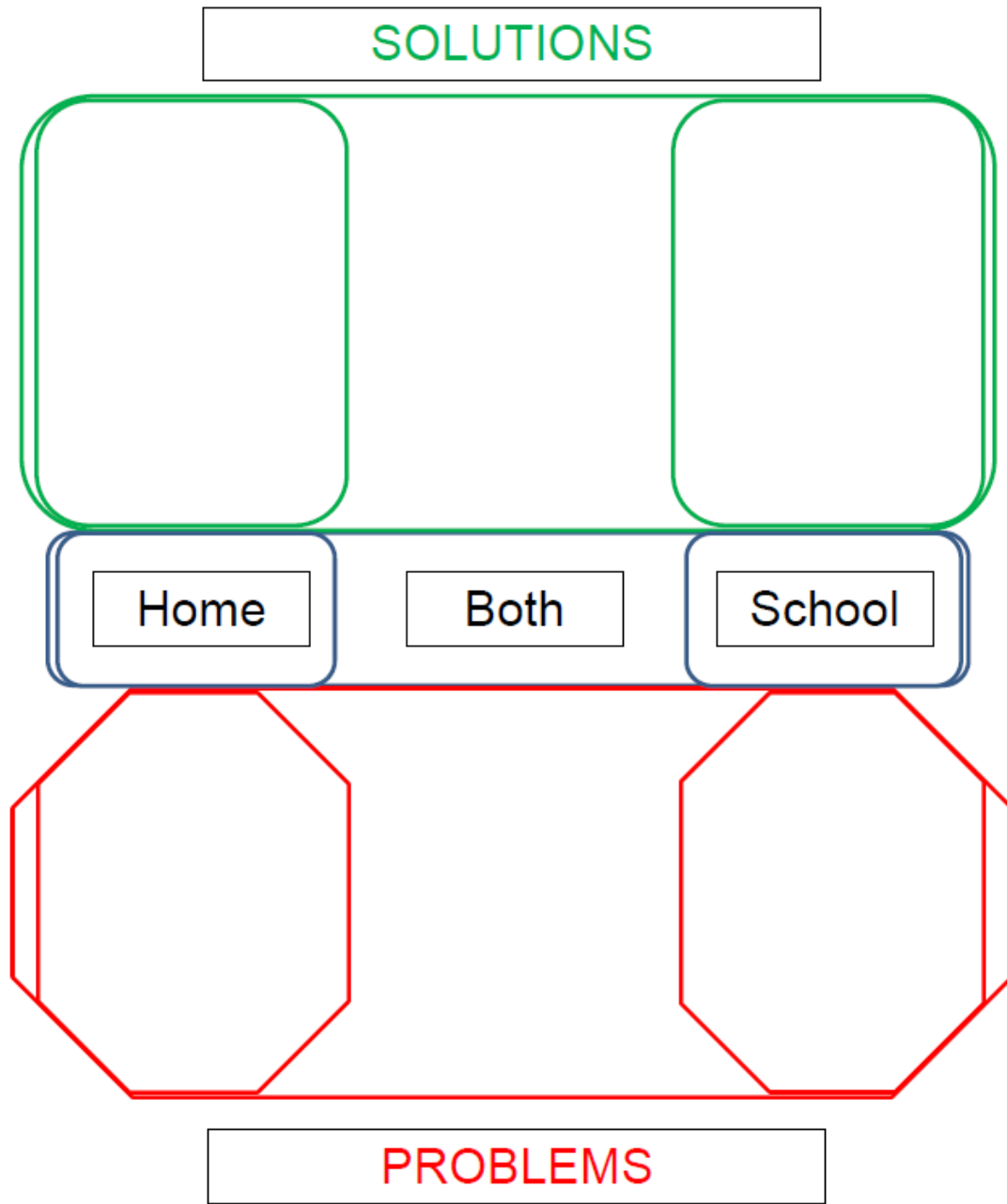
twinkl.com

---

गर्भाशय और फैलोपियन ट्यूबों की छवि

**DIAGRAM**

The Problem – Solutions Chart



## पाठ योजना: ठोस अपशिष्ट प्रबंधन



60 मिनट

### पाठ विवरण



यह पाठ कचरे के प्रबंधन के महत्व का परिचय देता है। यह एक एकीकृत ठोस अपशिष्ट प्रबंधन और विभिन्न चरणों को शामिल करता है जहां हस्तक्षेप गतिविधियाँ कम करने, पुनः उपयोग, पुनर्चक्रण, खाद, जलाने और दफन करने सहित प्रभावी हो सकती हैं।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. कचरे के प्रबंधन के महत्व पर चर्चा करें
2. ठोस कचरे को कम करने, पुनः उपयोग और रीसायकल करने के तरीकों पर चर्चा करें
3. खाद और इसके लाभों का वर्णन करें
4. ठोस कचरे को इकट्ठा करने और परिवहन के तरीकों पर चर्चा करें
5. ठोस कचरे को जलाने और दफनाने के खतरों और सुरक्षा सावधानियों पर चर्चा करें

### सामग्री



- फ्लिपकार्ड पेपर
- फीता
- मार्कर
- कैंची
- कचरे का थैला (जैसे, बोटलें, डिब्बे, कागज, प्लास्टिक, खाद्य अपशिष्ट)
- दस्ताने
- कचरा गतिविधि कार्ड की थैली

### तैयारी



- तकनीकी संक्षिप्त ठोस अपशिष्ट प्रबंधन में विषय की समीक्षा करें
- कचरा की गतिविधि थैली से कार्डों को प्रिंट करें और काटें
  - प्रत्येक प्रतिभागी के लिए पर्याप्त कार्ड के साथ 1 प्रति
  - समीक्षा गतिविधि के लिए 3 प्रतियां

- फ्लिपकार्ट पेपर पर हेडिंग रिसाइक्लिंग को लिखें
- फ्लिपकार्ट पेपर पर हेडिंग कम्पोस्टिंग लिखिए
- फ्लिपकार्ट पेपर पर हेडिंग बर्निंग लिखें
- वैकल्पिक: फ्लिपकार्ट पेपर पर अध्ययन परिणाम लिखें

---

## परिचय

5 मिनट



1. दस्ताने की एक जोड़ी पहने हुए, एक अतिरंजित तरीके से कचरे के एक बैग के माध्यम से जाना कुछ की तलाश में। फर्श पर सभी वस्तुओं को टॉस करें।
2. प्रतिभागियों की प्रतिक्रिया के अनुसार जवाब दें, अंततः पूछें कि आप क्या कर रहे हैं?
3. लिंक: प्रतिभागियों से पूछें कि सभी जगह कचरा फेंकना एक अच्छा अभ्यास क्यों नहीं है?
4. पाठ विवरण या सीखने के परिणाम प्रस्तुत करें।

---

## प्रबंधन अपशिष्ट का महत्व

10 मिनट



1. प्रतिभागियों को 3-4 लोगों के समूहों में विभाजित करें।
2. क्या कचरे को सही तरीके से प्रबंधित करना महत्वपूर्ण है? फ्लिपकार्ट पेपर पर लिखें:
  - कीड़े, कृन्तकों, मच्छरों, सांपों और अन्य के लिए प्रजनन के आधार को कम करें जानवर जो बीमारियाँ फैला सकते हैं
  - पर्यावरण और जल स्रोतों की रक्षा करें
  - अपशिष्ट जल निकासी नहरों को अवरुद्ध कर सकते हैं और बाढ़ में योगदान कर सकते हैं
  - सड़ने वाला कचरा वायु प्रदूषण पैदा करता है, जो आपके स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है
  - अधिक कचरे का उपयोग करने से नए उत्पादों के निर्माण की आवश्यकता होती है, जो कि खराब है वातावरण
  - कचरा खतरनाक हो सकता है
  - **दृश्य प्रदूषण**

---

## पुनः उपयोग रीसायकल कम (Reduce, Reuse, Recycle)

10 मिनटों

1. प्रत्येक प्रतिभागी को बैग ऑफ़ गारबेज गतिविधि से एक कार्ड दें। समझाएं कि शेष पाठ के लिए वे उस कार्ड पर आइटम होंगे जो वे रखते हैं। प्रतिभागियों को बताएं कि सभी एक साथ, आइटम कचरे का एक काल्पनिक बैग बनाते हैं जो आपके अंतर्गत आता है। वे कचरे के प्रबंधन के विभिन्न तरीकों से गुजरने वाले हैं।
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि इस गतिविधि का लक्ष्य बैग में सभी कचरे का उचित प्रबंधन करना होगा। गतिविधि के अंत तक, हम चाहते हैं कि बैग में कुछ भी न बचे।
3. प्रतिभागियों से पूछें: "बैग को छोटा करने के लिए हम सबसे पहली चीज क्या कर सकते हैं?" पहली बार में हमारे द्वारा उपयोग किए जाने वाले कचरे की मात्रा को कम करें।
4. प्रतिभागियों से पूछें: "कम उपयोग करना क्यों महत्वपूर्ण है?" कम साधनों का उपयोग करके हम उन उत्पादों में अधिक कुशल हो सकते हैं जिनका हम उपयोग करते हैं और कचरे के निपटान और प्रबंधन को बहुत आसान बनाते हैं।
5. प्रतिभागियों से पूछें: "ऐसी कौन सी चीजें हैं जो हम अपने रोजमर्रा के जीवन में कर सकते हैं जो हमारे द्वारा पैदा किए गए कचरे की मात्रा को कम करने में मदद कर सकती हैं?" के फ्लिपकार्ट पर उनके उत्तर लिखें।

- जब आप किसी दुकान से कुछ खरीदते हैं तो प्लास्टिक बैग न लें
  - नए खरीदने के बजाय प्लास्टिक की बोतलों की तरह पुनः प्रयोज्य कंटेनरों का उपयोग करें
  - जब वे टूटते हैं तो चीजों को ठीक करने या सुधारने की कोशिश करें
6. जैसा कि प्रतिभागी आपको जवाब देते हैं, आप देखेंगे कि कुछ वास्तव में पुनः उपयोग करने के बजाय केवल पुनः उपयोग करने वाले उत्पादों के लिए प्रासंगिक हैं। जब, और यदि ऐसा होता है, तो शीर्षक जोड़ें: "/ Reuse" इस फ्लिपकार्ड के शीर्षक में।
  7. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या कोई ऐसी वस्तुएं हैं जिनका पुनः उपयोग किया जा सकता है, या एक अलग उद्देश्य के लिए?" सूची में उनके उत्तर जोड़ें।
  8. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक तीसरा 'आर' है जो वे कचरे के साथ कर सकते हैं: "पुनर्चक्रण"।
  9. प्रतिभागियों से पूछें: "रीसाइक्लिंग क्या है?" और "रीसाइक्लिंग के कुछ लाभ क्या हैं?" "पुनर्चक्रण" फ्लिपकार्ड पर जवाब लिखें।
    - पुनर्चक्रण एक उत्पाद ले रहा है, इसे अपने वर्तमान स्वरूप से तोड़ रहा है, और उसी सामग्री से कुछ नया बना रहा है
    - रीसाइक्लिंग कंपनियां अक्सर सामग्रियों के लिए भुगतान करती हैं, आय उत्पन्न हो सकती है
    - पर्यावरण के लिए अच्छा है, कम कच्चे माल का उपयोग करता है
  10. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या देश में कोई रीसाइक्लिंग केंद्र हैं?"
  11. प्रतिभागियों से पूछें: "किन वस्तुओं को यहाँ पुनर्नवीनीकरण किया जा सकता है?" "पुनर्चक्रण" फ्लिपकार्ड पर जवाब लिखें।
 

कागज, धातु, प्लास्टिक, कांच
  12. प्रतिभागियों से पूछें: "यदि आपके कार्ड के आइटम को पुनर्नवीनीकरण किया जा सकता है, तो कृपया इसे लाएं और अपने कार्ड के साथ कमरे के बीच में एक छोटा सा ढेर बना दें।" प्रतिभागियों को बताएं कि हमने उन वस्तुओं को अपने कचरे के थैले से रिसाइकल किया है।

## खाद

10 मिनटों



1. प्रतिभागियों से पूछें: खाद क्या है? खाद पर जवाब फ्लिप चार्ट पर लिखें।
  - एक प्राकृतिक प्रक्रिया जो जैविक सामग्री (एक बार आने वाली सामग्री) को तोड़ देती है एक जीवित चीज से) एक मूल्यवान मिट्टी संशोधन बनाने के लिए
2. प्रतिभागियों से पूछें: किन वस्तुओं से खाद बनाया जा सकता है? कम्पोस्टिंग फ्लिपकार्ड पर उत्तर लिखें।
  - फल, सब्जियां, कागज, भूसी, घास, पत्ते
3. उन प्रतिभागियों से पूछें, जिनके पास खाद के सामान हैं, उनके कार्ड लाने के लिए और कमरे के बीच में एक नया ढेर बना दें।
4. खाद के लाभों पर चर्चा करें। कम्पोस्टिंग फ्लिपकार्ड पर मुख्य बिंदुओं को लिखें।
  - विकासशील देशों में, अपशिष्ट जल का 85% तक कार्बनिक पदार्थ है
  - खाद बनाया जा सकता है
  - कचरे की मात्रा को कम किया जाता है और एकत्र किया जाता है
  - घर के बगीचे सहित कृषि के लिए मूल्यवान संसाधन बनाता है
  - मिट्टी पानी को बेहतर रखती है



- उर्वरक की प्रभावशीलता को बढ़ाता है
  - घर पर किया जा सकता है
  - शुरू करने के लिए बहुत कम लागत और संचालित करने के लिए कुछ भी नहीं
5. प्रतिभागियों को समझाएं कि आपने अब उन वस्तुओं को कम कर दिया है और उनका उपयोग नहीं किया है कर सकते हैं, आप पुनर्नवीनीकरण केंद्र में कर सकते हैं, और आप पुनर्नवीनीकरण घर के पीछे एक क्षेत्र में सभी खाद को सॉर्ट किया है।

## बचे हुए अपशिष्ट 25 मिनट



1. प्रतिभागियों को बताएं कि अब आप बैग उठा सकते हैं, लेकिन आप इसे दूर ले जाना चाहते हैं कचरा आपके यार्ड या समुदाय में बिखरा हुआ है। प्रतिभागियों से पूछें: क्या मैं कचरे से भरा बैग उठा सकता हूँ? चर्चा निम्नलिखित बिंदुओं और उन्हें संग्रह फ्लिपचार्ट पर लिखें।



- औपचारिक संग्रह सेवाएं अधिकतर नियोजित शहरी और धनी क्षेत्रों की सेवा करती हैं। बड़े खड़ी, या खराब गुणवत्ता।
- कचरे को एक केंद्रीकृत बिंदु पर ले जाएं जहां अपशिष्ट सेवाएं इसे उठाएंगी।
- किसी को छोटे वाहनों के साथ भुगतान करें ताकि वह तिपहिया गाड़ियां, हाथ गाड़ियां, मोटर चालित गाड़ियाँ अर्ध- उठा सके ।

2. प्रतिभागियों को बताएं कि आपने अपने काल्पनिक क्षेत्र की जाँच की है और आप के पास संग्रह सेवाएं बिल्कुल नहीं हैं । एक केंद्रीकृत पिक-अप साइट भी नहीं। प्रतिभागियों से पूछें कचरे को गायब करने के लिए आप क्या कर सकते हैं?

- इसे जलाओ, दफनाओ



3. प्रतिभागियों से पूछें: क्या घर में कचरे को जलाने के खतरे हैं? अभिलेख जलन फ्लिपचार्ट पर प्रतिक्रियाएं।

- आग फैलती जा रही है
- एयर प्लास्टिक में जारी रसायन विशेष रूप से खतरनाक होते हैं। लकड़ी, कागज, और कुछ निर्माण मलबे कम खतरनाक हैं। रसायन कारण गंभीर वायु प्रदूषण और कैंसर जैसी बीमारियों से संबंधित हैं।
- जलने से होने वाला धुआं मानव स्वास्थ्य के लिए खतरनाक है, विशेषकर फेफड़ों के लिए, आंखों, नाक और गले को परेशान करता है।

4. कचरे के थैले में बचे कार्ड वाले लोगों को कम से कम खतरनाक से लाइन अप करने के लिए कहें सामने, सबसे पीछे खतरनाक। एक बार लाइन में लगने के बाद, प्रतिभागियों से उनके आइटम जोर से कहने के लिए कहें।

5. प्रतिभागियों से पूछें: कोई और विकल्प नहीं था, लेकिन सामग्री को जलाने के लिए, कैसे कर सकते हैं



- यह सुरक्षित रूप से किया जाना चाहिए? ज्वलंत फ्लिपचार्ट पर मुख्य बिंदुओं को लिखें

- जहां तक संभव हो लोगों और वस्तुओं से अलग आग जलाएं, जैसे आपका घर

- आग फैलने से रोकने के लिए इसे किसी गड्ढे या बैरल में जलाएं, राख गड्ढे या लैंडफिल में दफन करें; उनमें खतरनाक पदार्थ हो सकते हैं



6. प्रतिभागियों को बताएं कि आपके पास बहुत सारी संपत्ति है और आप कचरे को दफनाना चाहते हैं क्योंकि आप स्वास्थ्य के प्रभावों के कारण इसे जलाना नहीं चाहते हैं। बताइए कि कचरा दफन होने पर क्या होता है।

- लीचेट, एक तरल पदार्थ के रूप में उत्पन्न होता है जो टूट जाता है, बनता है और भूजल को दूषित कर सकता है
- ग्रीनहाउस गैसों (जैसे, मीथेन) को छोड़ा जाता है। ऑर्गेनिक्स को बाहर निकालना और उन्हें खाद बनाना गैसों की मात्रा को कम करता है
- मीथेन गैस भी पलायन कर सकती है और विस्फोटक है



7. चिंताओं को जानने के बाद, प्रतिभागियों से चर्चा करें कि वे गड्डे का पता लगाने और उसे बनाए रखने के लिए क्या सलाह देंगे। "दफनाने" प्लिपकार्ड पर प्रतिक्रियाएँ लिखें।

- पीने के पानी से कम से कम 500 मीटर की दूरी पर और ढलान पर साइट का पता लगाएँ सूत्रों का कहना है।
- पीने के पानी के स्रोतों से कम से कम 500 मीटर की दूरी पर और ढलान पर साइट का पता लगाएँ।
- सुनिश्चित करें कि निपटान गड्डे के नीचे और उच्चतम वार्षिक भूजल स्तर के बीच कम से कम 2 मीटर हैं। गड्डे और भूजल के तल के बीच अधिक दूरी, संदूषण का खतरा कम होता है।
- बाढ़ के लिए अतिसंवेदनशील क्षेत्र में कचरे का निपटान न करें।
- यदि संभव हो तो मिट्टी की तरह मिट्टी में साइट का पता लगाएँ। मिट्टी के दाने का आकार जितना छोटा होगा, मिट्टी और भूजल के दूषित होने का खतरा उतना ही कम होगा। रेतीले क्षेत्रों में कचरे का निपटान न करें।
- नियमित रूप से (जैसे, दैनिक या साप्ताहिक) 0.1 मीटर मिट्टी या राख के साथ कचरे को कवर करें ताकि बदबू और कीटों को कम किया जा सके, और कचरे को बहने से रोका जा सके।
- जानवरों और बच्चों को निपटान स्थल से बाहर रखने के लिए बाड़ का निर्माण करें।



8. किसी भी खतरनाक अपशिष्ट पदार्थों की चर्चा करें, जिन्हें इस्तेमाल किया जाता है (सिरिज) और उनके निपटान के लिए विकल्प।

- उन कंटेनरों का पुनः उपयोग न करें जो खतरनाक सामग्री रखते थे
  - खतरनाक कचरे को न जलाएं
  - शौचालय, जल निकासी चैनलों, पानी में खतरनाक कचरे का निपटान न करें स्रोत, या जमीन पर
  - विकल्प के रूप में कम खतरनाक सामग्री का उपयोग करें
  - सामान्य घरेलू कचरे से खतरनाक कचरे को अलग करें
  - खतरनाक कचरे के संग्रह से पहले और उसके दौरान बेहतर भंडारण का उपयोग करें
  - सामान्य घर से अलग लैंडफिल साइट में खतरनाक कचरे का निपटान बेकार
  - यदि उपलब्ध हो, तो निपटान के लिए स्थानीय स्वास्थ्य देखभाल सुविधा के लिए चिकित्सा अपशिष्ट लें
9. प्रतिभागियों से जोड़े में चर्चा करने के लिए कहें कि उन्होंने क्या सीखा है और क्या तरीके हैं वे समुदायों में बेहतर ठोस अपशिष्ट प्रबंधन को बढ़ावा देने के लिए उपयोग कर सकते हैं। बड़े समूह के साथ कुछ प्रतिक्रियाएँ साझा करें।

---

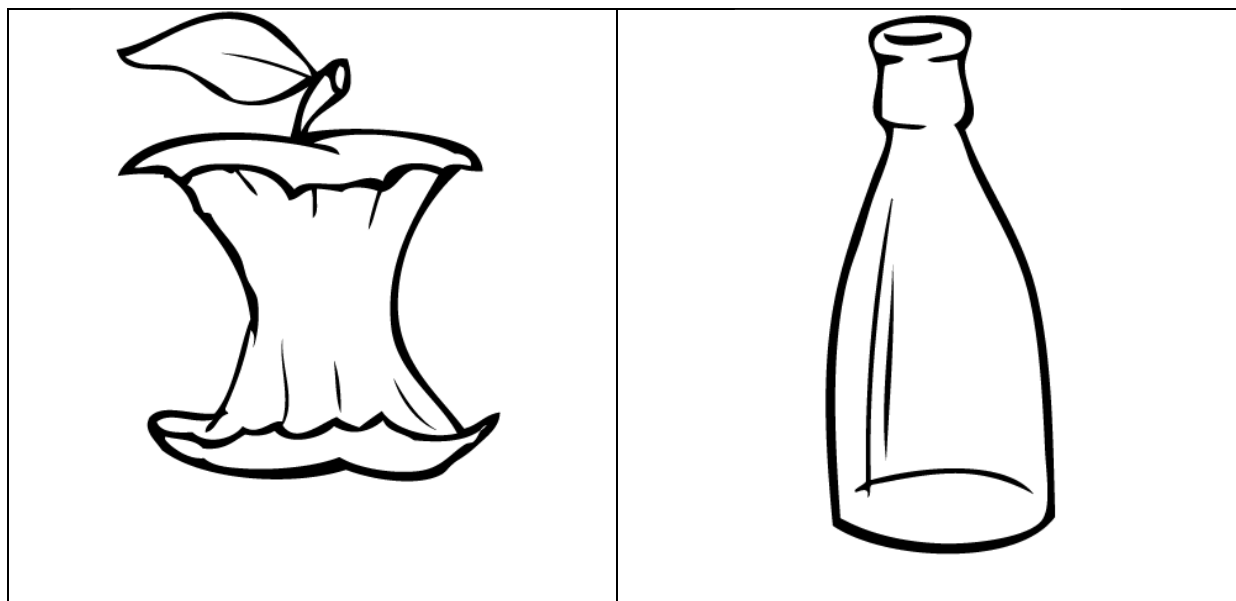
## समीक्षा

### 5 मिनट

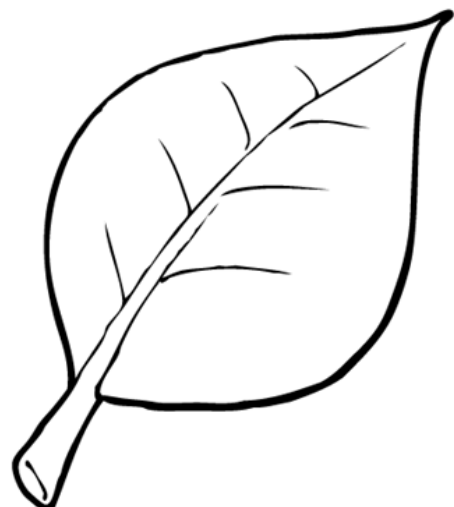
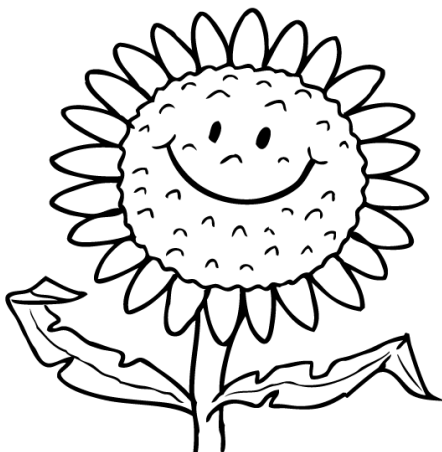
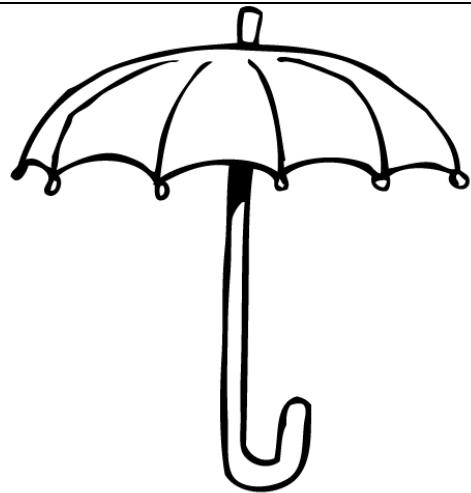
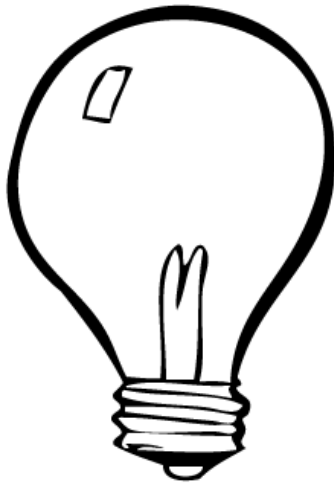
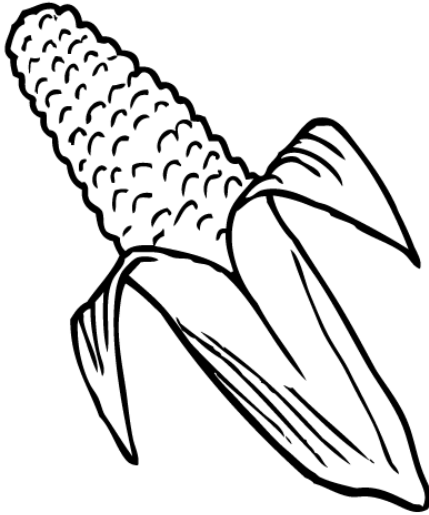


1. प्रतिभागियों को तीन समूहों में विभाजित करें। प्रत्येक समूह को one बैग ऑफ़ गारबेज गतिविधि कार्ड का एक सेट सौंपें।
  2. बताएं कि प्रतिभागी कमरे में घूमने के लिए जगह लेंगे सही कचरा प्रबंधन ढेर में कार्ड (जैसे, रीसायकल, खाद, जला / दफन, खतरनाक अपशिष्ट)। प्रतिभागी को अगले व्यक्ति से पहले अपने समूह में वापस जाना होगा, अपने सभी कार्ड को सॉर्ट करने वाला पहला समूह जीतता है।
-

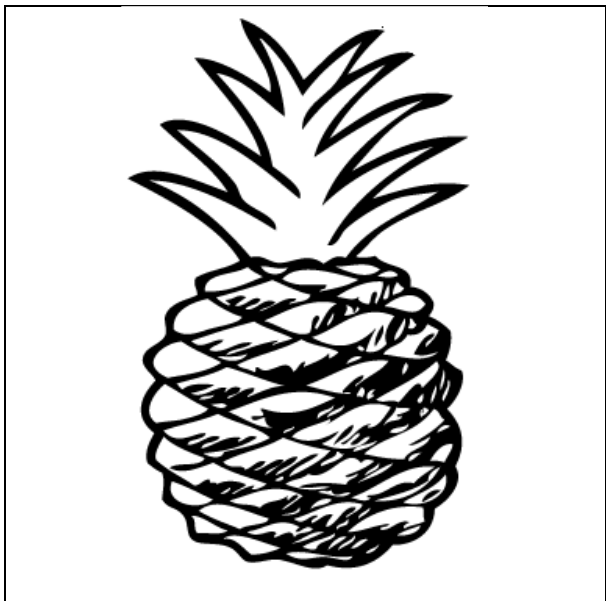
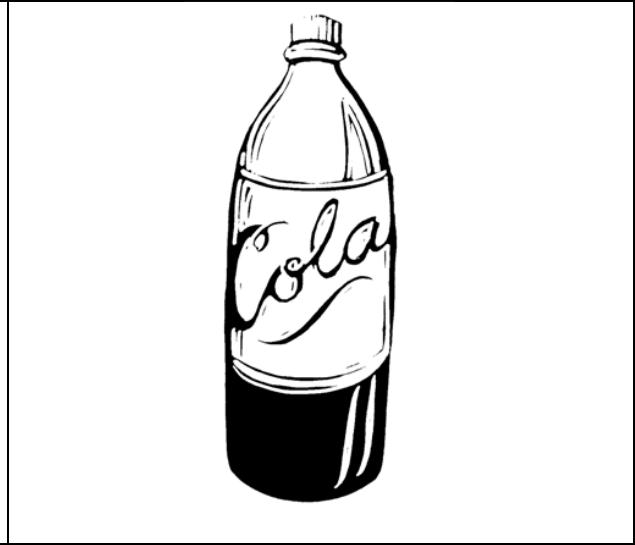
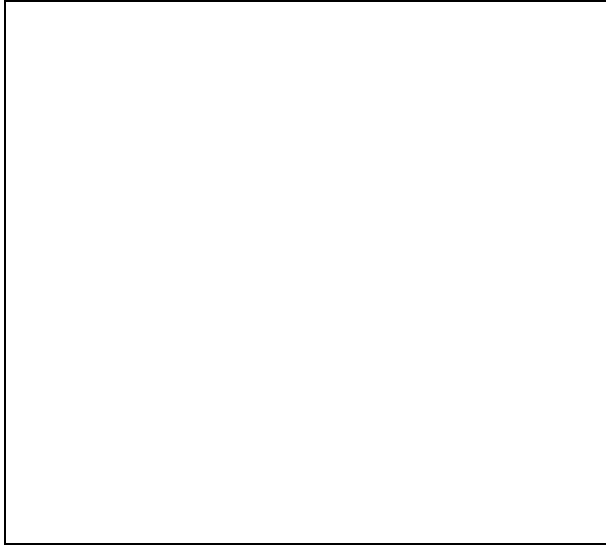
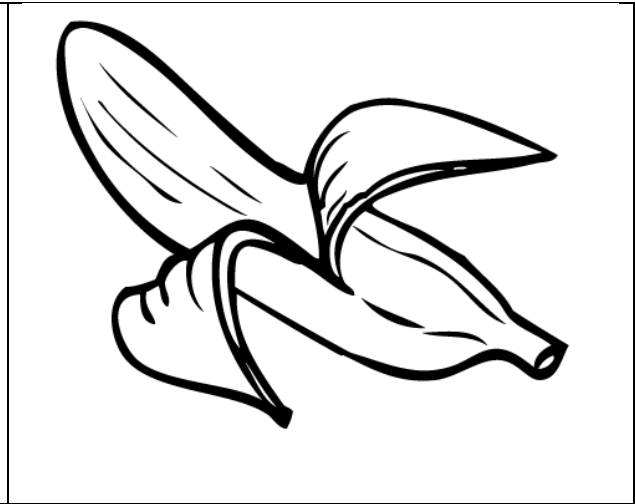
गतिविधि: कचरे का थैला

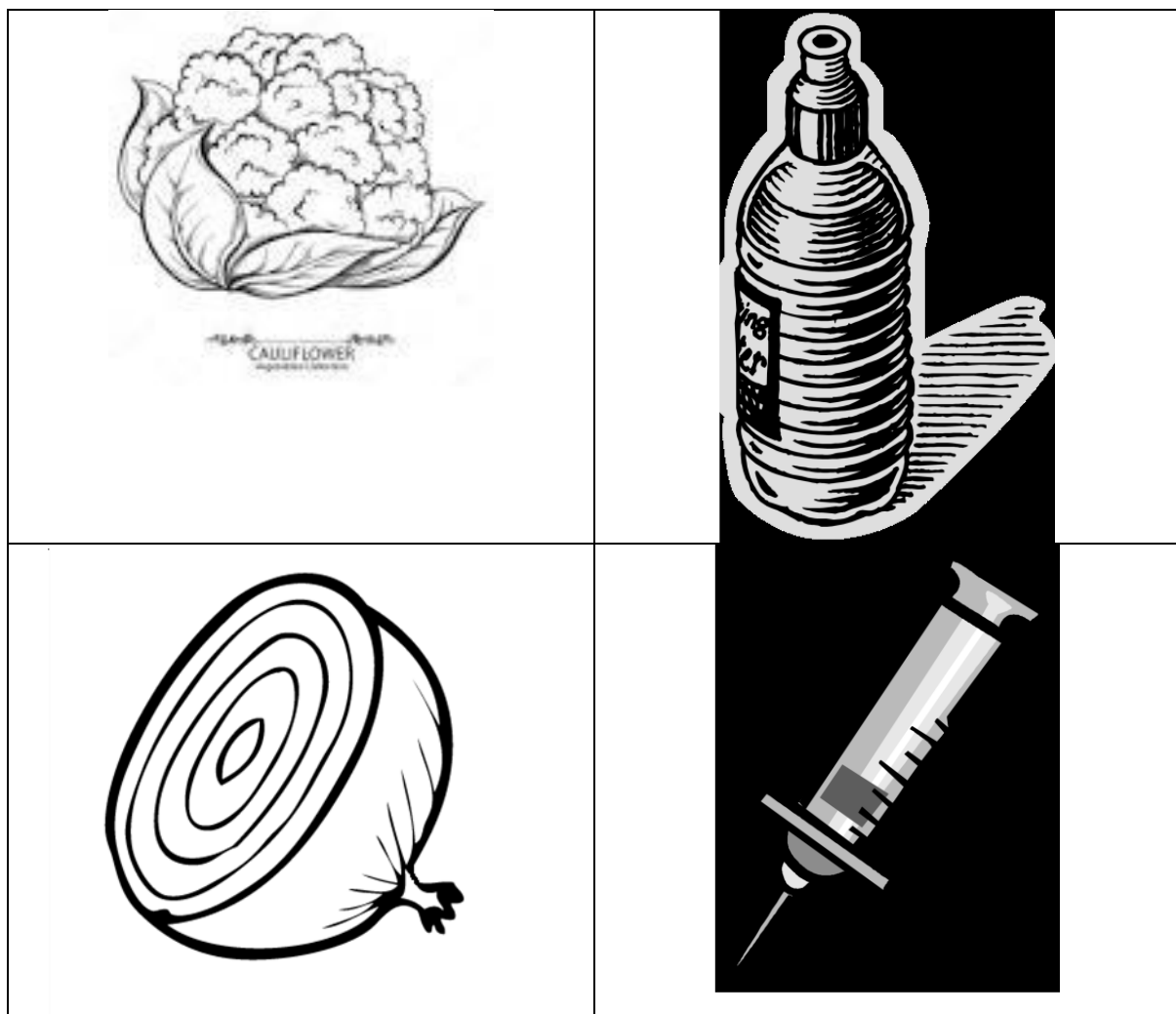






Community WASH Promotion





## पाठ योजना: कीड़े और जानवर

### पाठ विवरण



यह पाठ उन तरीकों पर ध्यान केंद्रित करता है जो कीड़े और जानवरों रोगजनकों और रोगोंके प्रसार में योगदान करते हैं। प्रतिभागियों ने बीमारियों के संचरण को कम करने लिए रणनीतियों पर भी चर्चा की।

### अध्ययन परिणाम



इस पाठ के अंत में, प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. कीड़े और जानवरों के प्रबंधन के महत्व को समझाने में
2. चर्चा करें कि कीड़े और जानवर कैसे बीमारियां फैला सकते हैं
3. एक घर में कीड़े और जानवरों के प्रबंधन के लिए रणनीतियों की पहचान करने में

### सामग्री



- फ्लिपकार्ड पेपर
- मार्कर
- 5 जानवरों और कीड़ों की छवियां

## तैयारी



- 5 तैयार करें मक्खियों, मुर्गियों / सुअर / गाय / कुत्तों / बकरियों, मच्छरों, कृन्तकों और तिलचट्टे

- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

## परिचय

5 मिनट



1. कमरे के सामने आने के लिए दो स्वयंसेवकों (वालंटियर) से पूछें। स्वयंसेवकों (वालंटियर) को खड़े होने के लिए कहें कमरे के विपरीत छोर पर।
2. स्पष्ट करें कि एक व्यक्ति बीमार है, और दूसरा स्वस्थ है।
3. प्रतिभागियों से पूछें: "लोगों को स्थानांतरित करने की अनुमति नहीं है। ऐसे कौन से तरीके हैं जिनसे बीमार व्यक्ति स्वस्थ व्यक्ति को बीमार बना सकता है?" पानी के माध्यम से, हवा के माध्यम से और मच्छरों, जानवरों, पिस्सू टिक, मक्खियों, आदि के माध्यम से रोग संचरण।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि रोग वैक्टर द्वारा फैल सकते हैं, जिन्हें भी जाना जाता है बीमारियों के ट्रांसपोर्टर।
5. अध्ययन परिणाम या पाठ विवरण प्रस्तुत करें।

## कैसे कीड़े और पशु रोग फैलाते हैं

25 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि जानवर और कीड़े बीमारियों और रोगजनकों को ले जा सकते हैं जो मनुष्यों में फैल सकते हैं।
2. प्रतिभागियों से पूछें: "कुछ सामान्य बीमारियाँ या रोगाणु जो कीड़ों या जानवरों द्वारा फैलते हैं? मलेरिया, डेंगू, ई। कोलाई, जीका, आदि।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि हालांकि कीड़े और जानवर बीमारियों और रोगजनकों को फैलाते हैं, लेकिन बहुत सरल तरीके हैं जिनसे हम अपनी रक्षा कर सकते हैं।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि 2 तरह के तरीके हैं जिनसे आप बीमारियों को फैलने से रोकने के लिए जानवरों और कीड़ों का प्रबंधन कर सकते हैं। 2 श्रेणियाँ सक्रिय नियंत्रण और निष्क्रिय नियंत्रण हैं।
5. फ्लिपचार्ट पेपर पर 2 शीर्षक लिखें।
6. बताएं कि Control एक्टिव कंट्रोल 'ऐसी चीजें हैं जो हम करते हैं जो सीधे जानवरों या कीड़ों के जीवन को प्रभावित करती हैं। उदाहरण हो सकते हैं: जहर, RAID, या चूहे गोंद का उपयोग करना।
7. बताएं कि पैसिव कंट्रोल 'वे चीजें हैं जो हम एक सुरक्षित वातावरण बनाने के लिए करते हैं। उदाहरण हो सकते हैं: बाड़ का निर्माण, भोजन की रक्षा, स्थिर पानी न होना, आदि।
8. भित्तिचित्र दीवारें: प्रतिभागियों को समझाएं कि 4 अलग-अलग जानवर या कीड़े हैं जो रोगजनकों या बीमारियों को फैला सकते हैं। प्रत्येक स्टेशन पर, आपके समूह के पास यह लिखने के लिए 5 मिनट होंगे कि वह जानवर या कीट किस तरह से बीमारियों या रोगजनकों को फैला रहा है। उन्हें उन बीमारियों या रोगजनकों को फैलने से रोकने में मदद करने के तरीके लिखने की भी आवश्यकता होगी।
9. प्रतिभागियों से रणनीतियों के बारे में सोचते समय सक्रिय और निष्क्रिय नियंत्रण के बारे में सोचने की कोशिश करें। 5 मिनट के बाद, समूह स्टेशनों को बदल देंगे। समूहों को तब तक घुमाएं जब तक कि प्रत्येक समूह हर स्टेशन पर न हो जाए और मूल समूह मूल स्टेशन पर हो
10. समीक्षा करने के लिए समूहों को फ्लिपचार्ट पेपर पढ़ने के लिए कहें।
11. पूछकर वैक्टर और जानवरों को नियंत्रित करने के विभिन्न तरीकों की चर्चा को प्रोत्साहित करें:
  - कौन से नए समाधान हैं जो आप पहले नहीं जानते थे?
  - वैक्टर और जानवरों को नियंत्रित करने में मदद के लिए व्यक्तिगत घराना क्या कर सकता है?

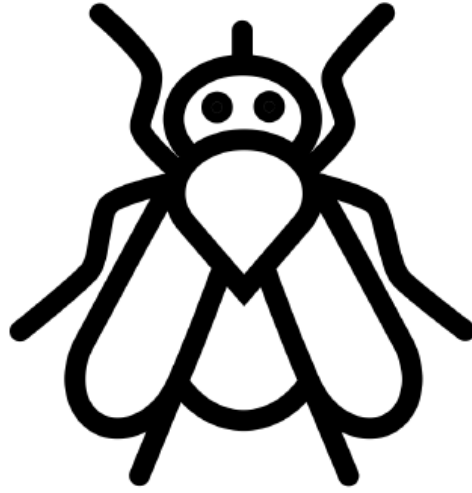
## समीक्षा

10 मिनटों

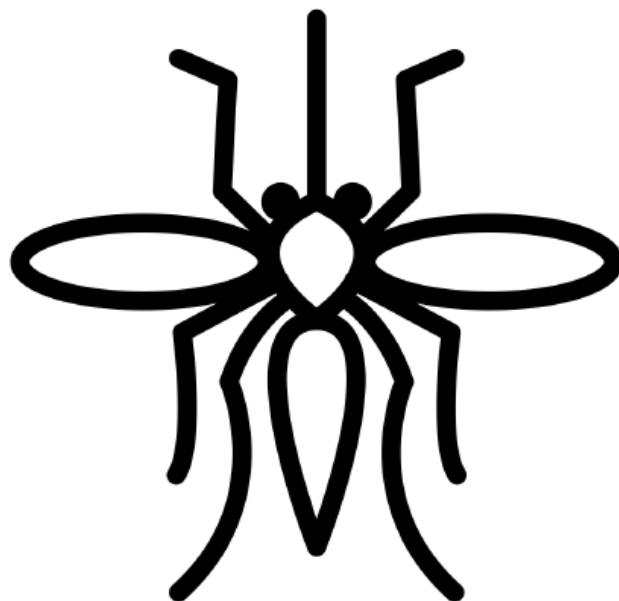


1. प्रतिभागियों को अपने समूह में बने रहने के लिए कहें और लोगों की मदद के लिए एक गीत या कविता लिखें याद रखें कि कीटों और जानवर से बीमारियों के प्रसार को रोकने में मदद करने के लिए उन्हें क्या करना चाहिए।
  2. समूहों को अपने गीत या कविता को बाकी बड़े समूह के सामने प्रस्तुत करने के लिए कहें।
- 

## मक्खियों



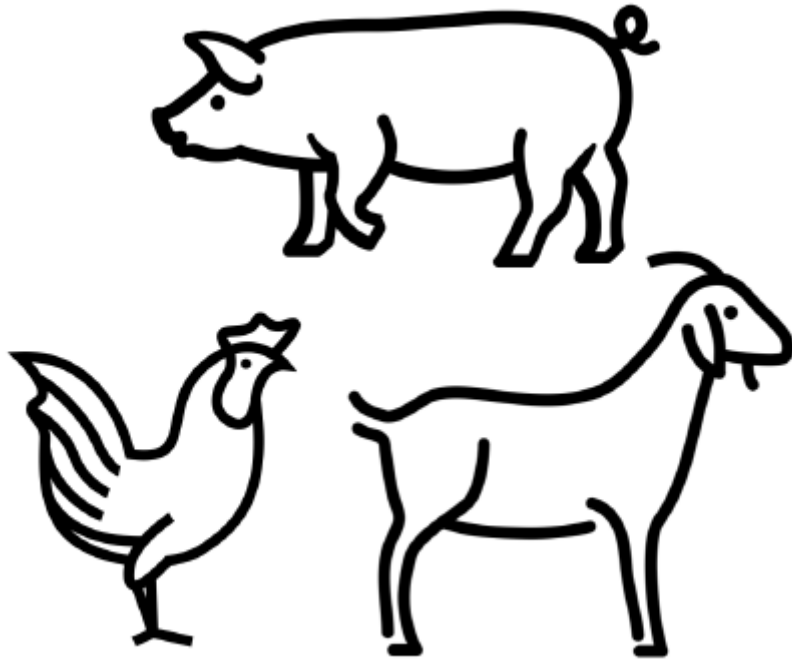
## मच्छर



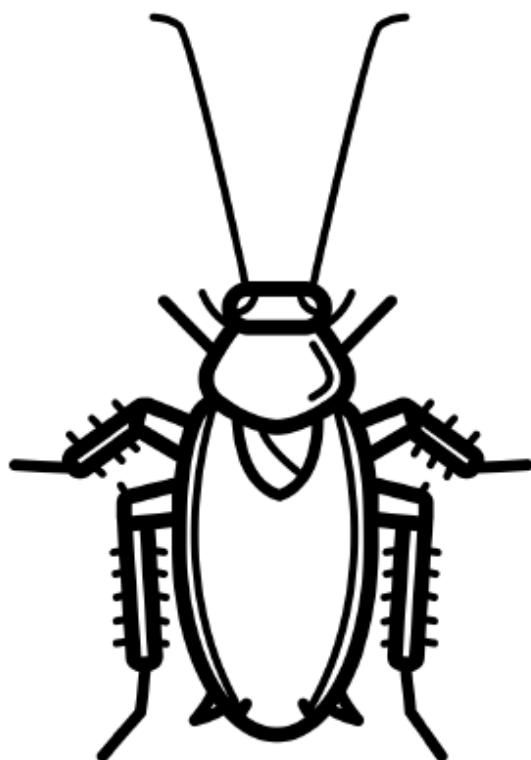
कृतक



मुर्गियों / गायों / सुअर / कुत्तों /  
बकरी



# तिलचट्टे







## पाठ विवरण



यह पाठ लिंग(सेक्स) और लिंग (जेंडर) के बीच अंतर पर केंद्रित है। प्रतिभागियों को यह पता लगाना होगा कि लिंग का सीधा संबंध WASH से कैसे है। प्रतिभागियों चर्चा करेंगे कि कैसे लिंग (जेंडर) उनके काम को भी प्रभावित करता है कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में।

## अध्ययन परिणाम



इस पाठ के अंत में, प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. लिंग(सेक्स) और लिंग (जेंडर) बीच अंतर को परिभाषित करने में
2. WASH और लिंग (जेंडर) के बीच संबंध पर चर्चा करने में
3. WASH प्रथाओं में लिंग को संबोधित करने के लिए CWP<sub>s</sub> के महत्व पर चर्चा करने में

## सामग्री



- मार्कर
- फ्लिप चार्ट पेपर
- WASH भूमिका गतिविधि (क्षेत्रीय)

उन पर लिखे गए निम्नलिखित शब्दों के साथ कागज की 3 शीट: 1 आदमी, 1 दोनों, और 1 महिला।

## तैयारी



- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर सत्र के अध्ययन परिणाम लिखें
- दो संकेत बनाएँ: एक जो 'सेक्स' कहता है और दूसरा वह जो 'लिंग' कहता है। एक दूसरे का विरोध करते हुए उन्हें 2 अलग-अलग दीवारों पर चिपकाएँ करें।

## परिचय

15 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि लिंग और सेक्स शब्द अक्सर एक के लिए इस्तेमाल होते हैं, और हम उन्हें एक गतिविधि के माध्यम से परिभाषित करेंगे।

2. प्रतिभागियों को समझाएं कि आप बयान पढ़ रहे होंगे। जब वे बयान सुनते हैं, तो उन्हें 'सेक्स' या 'लिंग' के तहत खड़ा होना चाहिए। उन्हें यह तय करने की आवश्यकता होगी कि क्या बयान लिंग-आधारित है, या सेक्स-आधारित है। 1 या 2 प्रतिभागियों से पूछकर उनकी पसंद पर संक्षेप में चर्चा करें कि उन्होंने अपना पक्ष क्यों चुना।



**ट्रेनर नोट:** यदि प्रतिभागियों को कुछ प्रयासों के बाद सही उत्तर नहीं मिल पा रहा है, तो उन्हें लिंग और सेक्स की परिभाषा दें, और फिर गतिविधि को पूरा करने के लिए वापस लौटें।

3. निम्नलिखित कथनों को ज़ोर से कहें:

- महिलाएं गर्भवती हो सकती हैं
- महिलाएं कपड़े पहनती हैं
- पुरुष दाढ़ी बढ़ा सकते हैं
- पुरुष उतना रोते नहीं हैं, जितना महिलाएं
- महिलाएं अच्छी रसोइया हैं
- महिलाओं के लंबे बाल होते हैं
- पुरुष अपने परिवारों के लिए काम करने जाते हैं
- महिलाएं घर की देखभाल करती हैं

4. प्रतिभागियों को समझाएं: सेक्स और लिंग में क्या अंतर है

5. निम्नलिखित परिभाषाएँ प्रदान करें और समूहों द्वारा बनाई गई परिभाषाओं में याद की गई किसी भी जानकारी को उजागर करें:



**सेक्स:** पुरुषों और महिलाओं के बीच जैविक अंतर। वे आम तौर पर स्थायी होते हैं और यूनिवर्सल (यूएनडीपी, 2007)। उदाहरण के लिए, महिलाएं बच्चों को जन्म दे सकती हैं और दूध का उत्पादन, पुरुष नहीं कर सकते।

**लिंग:** महिलाओं और पुरुषों की सामाजिक रूप से निर्मित भूमिकाएँ और जिम्मेदारियाँ जो बदल सकती हैं। संस्कृति, राजनीति, पर्यावरण, आर्थिक, सामाजिक और धार्मिक कारकों के साथ-साथ कस्टम, कानून, जातीयता और व्यक्तिगत संस्थागत पूर्वाग्रह द्वारा लिंग भूमिकाओं का निर्माण किया जाता है। उदाहरण के लिए, महिलाओं को गृहिणी होना चाहिए और पुरुषों को मजदूरी करने वाला होना चाहिए। (यूएनडीपी, 2007) इसमें संस्कृति में पुरुषों और महिलाओं के स्टीरियोटाइप शामिल हैं।

6. प्रतिभागियों से चर्चा करने के लिए कहें कि सेक्स और लिंग के बीच अंतर क्यों महत्वपूर्ण है। पूर्ण समूह में कुछ उत्तर साझा करें। इस तथ्य पर जोर दें कि लिंग (जेंडर) बदला जा सकता है जबकि हमारे लिंग (सेक्स) को बिना भौतिक ऑपरेशन के आसानी से नहीं बदला जा सकता है।

7. प्रतिभागियों को समझाएं कि इस पाठ में, वे चर्चा करेंगे कि लिंग (जेंडर) का संबंध WASH से किस प्रकार है और कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स को लिंग (जेंडर) के बारे में समुदाय के सदस्यों के साथ काम करने के लिए सोचना चाहिए।

8. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## WASH रोल्स एंड जेंडर

25 मिनट



- दीवार पर 3 पोस्टर चिपकाएं: 1 आदमी, 1 दोनों, और 1 महिला।
- प्रत्येक व्यक्ति को WASH Roles गतिविधि से 1 गतिविधि कार्ड का दें।
  - प्रतिभागियों को अपने कार्ड पर गतिविधि के बारे में सोचने के लिए कहें और यह तय करें कि क्या यह घर में पुरुष, महिला या दोनों द्वारा किया गया है। उन्हें चुपचाप दीवार पर आने के लिए कहें और उन्हें अपने संबंधित शीर्षकों के तहत चिपका दें।
  - जब उन्होंने संकेतों के तहत कार्ड रखना समाप्त कर दिया है, तो उन्हें नीचे रखे गए सभी कार्डों के पूर्ण दृश्य में खड़ा करें।
  - विभिन्न गतिविधियों को वर्गीकृत करने के तरीके के बारे में प्रतिभागियों से उनकी समग्र टिप्पणियों को साझा करने के लिए कहें। आम तौर पर, अधिकांश कार्ड महिलाओं की श्रेणी में होंगे।

प्रतिभागियों से घर में और समुदाय में श्रम के इस विभाजन के निहितार्थ पर चर्चा करने के लिए कहें। प्रतिभागियों के विश्लेषण को आगे बढ़ाने के लिए प्रश्न करें:

- महिला बीमार हो गई तो क्या होगा? क्या परिवार सिर्फ अनुपचारित पानी पीएगा?
  - अगर पुरुष नहीं तो क्या होगा? क्या इसका मतलब यह है कि शौचालय नहीं होगा या नहीं होगा कूड़े के गड्डे?
  - क्या होता है जब आदमी घर नहीं होता है जब आप घर पर चर्चा करते हैं कि WASH मुद्दों को कैसे संबोधित किया जाए?
  - यह एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में आपके काम को कैसे प्रभावित करता है? क्या होगा आप अलग तरह से करते हैं?
7. यह सुनिश्चित करने के महत्व को समझाएं कि WASH के बारे में परिवार और समुदाय में सभी को सूचित किया गया है और हर कोई किसी न किसी पहलू में WASH की भूमिका निभाता है। उचित WASH रखना सभी की जिम्मेदारी है

**ट्रेनर नोट:** उल्लेख करना सुनिश्चित करें कि ये अक्सर चर्चा करने के लिए कठिन मुद्दे हैं



घर और नाजुक तरीके से संपर्क किया जाना चाहिए ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि सभी को सम्मान दिया जाए।

---

## समीक्षा

### 5 मिनट



1. प्रतिभागियों से चुपचाप सोचने के लिए कहें और निम्न प्रश्नों पर विचार करें

उन्हें एक-एक करके पढ़ें:

- एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में, क्या आप सही व्यक्ति से बात कर रहे हैं?
  - क्या आपको अलग-अलग लोगों से अलग-अलग विषयों पर बात करनी चाहिए? यदि हाँ, तो किन लोगों से ?
  - यह सबक एक समुदाय WASH प्रमोटर के रूप में आपकी भूमिका में कैसे मदद करता है?
-

## पाठ योजना: एक घरेलू यात्रा (household visit)के सिद्धांत



60 मिनट

## पाठ विवरण



यह पाठ व्यवहार परिवर्तन के दायरे में घरेलू यात्राओं के उद्देश्य पर केंद्रित है। प्रतिभागियों को घरों में काम करने के साथ-साथ सम्मानजनक और सहयोगी दृष्टिकोण पर चर्चा की जाएगी, साथ ही घरेलू यात्रा (household visit)के दौरान सामान्य कदम उठाने होंगे।

## अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. घरेलू यात्रा (household visit)के उद्देश्य को समझने में
2. एक घरेलू यात्रा (household visit)की 6 चरण प्रक्रिया का वर्णन करने में
3. घर के सदस्यों के साथ काम करने के सिद्धांतों पर चर्चा करने में

## सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- नोट्स
- मार्कर
- वैकल्पिक (एक समुदाय WASH प्रमोटर की पोशाक):
- क्लिपबोर्ड
- टोपी
- शिक्षण सामग्री

## तैयारी



- पाठ योजना पढ़ें और अपने आप को एक घरेलू यात्रा (household visit)की 6 कदम प्रक्रिया से परिचित करें
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर अध्ययन परिणामों को लिखें

## परिचय

15 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें कि क्या कोई परिदृश्य अभ्यास के लिए स्वयंसेवक (वालंटियर) बनना चाहेगा एक घर के सदस्य की भूमिका निभाने के लिए।
2. स्वयंसेवक (वालंटियर) को समूह के सामने खड़े होने के लिए कहें। स्वयंसेवक (वालंटियर) को समझाएं कि वे घर के सदस्य की भूमिका निभाएं और उत्तरों को सुधारने का प्रयास करें। सभी प्रतिभागियों को समझाएं कि आप WASH प्रथाओं के बारे में बात करने के लिए घर पर आने वाले समुदाय WASH प्रमोटर की भूमिका निभाएंगे।
3. यदि संभव हो, तो कम्यूनिटी WASH प्रमोटर की तरह दिखने के लिए अपनी (पोशाक बदलें एक क्लिपबोर्ड, एक टोपी पहनें, पोस्टर आदि का उपयोग करें)।
4. स्वयंसेवक को दृष्टिकोण दें और उन्हें संक्षिप्त रूप से शुभकामनाएं दें। अपना परिचय न दें।



**ट्रेनर नोट:** आप बहुत अप्रभावी सामुदायिक WASH प्रमोटर की भूमिका निभाएंगे। इसका मतलब बहुत अशिष्ट, आक्रामक, कृपालु और अपमानजनक होगा।

5. पानी / पानी कैसे दूषित हो सकता है, इस मुद्दे पर उससे बात करना शुरू करें व्यक्ति को वास्तव में शौचालय का उपयोग कैसे करना चाहिए। यदि स्वयंसेवक (वालंटियर) के पास कोई प्रश्न है, तो उसे अनसुना कर दें और पानी के बारे में बात करते रहें कि पानी कैसे दूषित हो सकता है।

6. स्वयंसेवक (वालंटियर) से कहें कि वे आपको दिखाएं कि वे कहाँ शौच करते हैं। यदि वे इनकार करते हैं, तो मांग करें दिखाने की।
7. इस बात पर ध्यान दें कि घर का सदस्य आपको दिखा रहा है कि वे कहाँ शौच करते हैं। जो वे आपको दिखा रहे हैं, उससे आप घृणा करते हैं ऐसा बनने का प्रयास करें। उन चीजों को सूचीबद्ध करना शुरू करें जो वे नहीं कर रहे हैं सही ढंग से: कोई हैंडवाशिंग स्टेशन, एक सही शौचालय नहीं, वे एक का उपयोग में नहीं पानी का फिल्टर, आदि
8. दिखावा करें कि आप हाउसहोल्ड से कैसे नाराज और घृणा करने लगे हैं।
9. स्वयंसेवक (वालंटियर) को बताएं कि उन्हें आपकी बात सुनने की ज़रूरत है और अपने शौचालय को बेहतर ढंग से साफ करना शुरू कर दें, एक फिल्टर का उपयोग करें, एक हैंडवाशिंग स्टेशन का निर्माण करें, अपने हाथों को धोएं, अपने भोजन को कवर करें, घर के चरों ओर के कचरों को इकठा करें, कुछ क्लोरीन प्राप्त करें, जानवरों को दूर रखें घर से, एक वर्षा जल संग्रहण प्रणाली का निर्माण करें, सुनिश्चित करें कि आप लाभार्थी को बदलने के लिए कई चीजों को सूचीबद्ध कर रहे हैं।
10. स्वयंसेवक (वालंटियर) को बताएं कि उन्हें इन सभी चीजों को बदलने की आवश्यकता है या वे कभी स्वस्थ नहीं होंगे और वे गरीब रहेंगे।
11. स्वयंसेवक (वालंटियर) को अलविदा कहें और कमरे से बाहर चलें।
12. कमरे में वापस आओ और स्वयंसेवक (वालंटियर) को अपनी सीट पर वापस बैठने के लिए कहें।
13. स्वयंसेवक (वालंटियर) से पूछें: "आप कैसा महसूस करते हैं?"
14. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या आपको लगता है कि घरेलू यात्रा (household visit)के लिए मेरा तरीका प्रभावी था?" "क्या आपको लगता है कि मेरी यात्रा के बाद घर का सदस्य अपना व्यवहार बदल देगा?" न होने की सम्भावना अधिक है।
15. प्रतिभागियों को समझाएं कि: "इस कार्यशाला में हम पानी, स्वच्छता और स्वच्छता से संबंधित समस्याओं और समाधानों पर चर्चा कर रहे हैं; हालाँकि, हमने अभी तक चर्चा नहीं की है कि लोगों को इन प्रथाओं को अपनाने के लिए कैसे प्रेरित किया जाए।"
16. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।



## एक घरेलू यात्रा (household visit)का उद्देश्य

### 5 मिनट



1. प्रतिभागियों से पूछें: "घरेलू यात्रा (household visit)का लक्ष्य क्या है?" एक घरेलू यात्रा (household visit)का संपूर्ण लक्ष्य समुदाय के सदस्यों को व्यवहार बदलने और पानी, स्वच्छता और स्वच्छता में अच्छी प्रथाओं को अपनाने में मदद करना है जिससे स्वास्थ्य और आजीविका में सुधार होगा।
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर एक पोस्टर, एक रेडियो संदेश या एक पुस्तक के लिए एक प्रतिस्थापन नहीं है, जो फ़िल्टर का उपयोग करके लोगों को स्वस्थ बनाने में मदद करेगा। एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर केवल एक व्यक्ति नहीं है जो लोगों को पानी, स्वच्छता और स्वच्छता प्रथाओं के महत्व के बारे में जानकारी देता है।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर वह व्यक्ति है जो नई प्रथाओं को अपनाने के लिए लोगों की मदद करने और उनका समर्थन करने के लिए काम करता है। एक घरेलू यात्रा (household visit)घर के सदस्यों के साथ काम करने के बारे में है ताकि उन्हें अपने व्यवहार को बदलने में मदद मिल सके। जैसा कि हमने पहले कार्यशाला में कवर किया है, व्यवहार बदलना बहुत कठिन है और इसमें लंबा समय लग सकता है। इसका मतलब है कि सम्मानजनक, मैत्रीपूर्ण, लचीला और समस्याओं और समाधानों पर चर्चा करने के लिए खुला है।

## सम्मान कैसे हो

35 मिनट



1. प्रतिभागियों को याद दिलाएं कि प्रस्तावना में भूमिका निभाने के दौरान आपने भूमिका निभाई थी एक समुदाय WASH प्रमोटर जो असभ्य था और बहुत प्रभावी नहीं था।
- 2 प्रतिभागियों को समझाएं कि हम घर की यात्रा (household visit) के दौरान और लोगों के साथ काम करने के दौरान अधिक प्रभावी और सम्मानजनक दिखेंगे।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब उन समूहों पर चर्चा करने के लिए समूहों में काम करेंगे, जिन्हें उन्हें कम्युनिटी WASH प्रमोटर्स के रूप में करना चाहिए, जो प्रभावी होंगे, और जिन चीजों को करने से उन्हें बचना चाहिए। वे तब बाकी समूह के लिए अपने विचार प्रस्तुत करेंगे।
4. प्रतिभागियों को 4-5 लोगों के समूहों में विभाजित करें।
5. प्रत्येक समूह को कुछ मार्कर और फ्लिप चार्ट पेपर दें।
6. प्रतिभागियों से 2 कॉलम बनाने के लिए कहें: करें और न करें।
7. प्रतिभागियों से उन चीजों की एक सूची बनाने के लिए कहें जो उन्हें घर में आने पर करनी चाहिए
8. प्रतिभागियों को उनकी सिफारिशों पर चर्चा करने और लिखने के लिए 10 मिनट का समय दें।
9. प्रतिभागियों को अपने विचार बड़े समूह में प्रस्तुत करने के लिए कहें।

## एक घरेलू यात्रा (household visit)के चरण क्या हैं

20 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्होंने पहचान की है कि काम करते समय कैसे व्यवहार करें और कार्य करें घर के सदस्यों के साथ, और अब हम चर्चा करेंगे कि घरेलू यात्रा (household visit) के दौरान क्या करेंगे। प्रतिभागियों को समझाएं कि वे एक घरेलू यात्रा (household visit)के लिए एक गाइड बनाएं।



2. प्रतिभागियों को समझाएं कि अधिकांश घरेलू यात्राएं अलग-अलग होंगी सामुदायिक WASH प्रमोटर की भूमिका या परियोजना, घर के सदस्य उपस्थित, घर का स्थान, कई अन्य लोगों के बीच, घर के सदस्यों की ज़रूरतें चर; हालांकि, हमें अभी भी प्रक्रिया के माध्यम से मार्गदर्शन करने के लिए कदम उठाने होंगे।

3. फ्लिप चार्ट पेपर पर एक खुले हाथ की एक बड़ी तस्वीर खींचें।



4. प्रतिभागियों को समझाएं कि घरेलू यात्रा (household visit)के दौरान करने के लिए चीजों को याद रखना, हम हर कदम के लिए एक गाइड के रूप में हमारे हाथ का उपयोग करेंगे। हमारी मदद के लिए हमारे हाथ का उपयोग करना आसान है चरणों को याद रखने में।



**ट्रेनर नोट:** सांस्कृतिक रूप से, लोग अपने हाथों से अलग-अलग गणना करते हैं। कुछ के साथ शुरू उनके अंगूठे जबकि अन्य उनकी तर्जनी से शुरू होते हैं, और कुछ खुले से शुरू होते हैं जबकि अन्य बंद मुट्ठी के साथ शुरू करते हैं। आप गतिविधि को संशोधित करना चाह सकते हैं आपके विशिष्ट संदर्भ पर निर्भर करता है।

5. प्रतिभागियों को अपने हाथों से मुट्ठी बनाने और अपने अंगूठे को बाहर करने के लिए कहें।

6. प्रतिभागियों से पूछें: आपको क्या लगता है कि हमें सबसे पहले क्या करना चाहिए जब हम वहां पहुंचते हैं एक घर में तब ? घर के सदस्य को विनम्र और दोस्ताना तरीके से बधाई दें।



**ट्रेनर नोट:** अभिवादन हर संस्कृति में बहुत अलग हो सकता है। यह कभी-कभी होता है अभिवादन के लिए सामान्य है एक लंबे समय के लिए, बस एक हाथ मिलाने की तुलना में। प्रतिभागियों को अपने स्वयं के संदर्भ पता चल जाएगा।



7. हाथ के अंगूठे के बगल में जो आपने अभी खींचा है, ग्रीटिंग लिखें।  
8. प्रतिभागियों को समझाएं कि इस कदम के दौरान अपना परिचय देना जरूरी है, समझाएं कि आप वहां क्यों हैं, और यात्रा को सुखद और विनम्र बनाने की कोशिश करें। यह पूछना महत्वपूर्ण है कि क्या घर के सदस्यों के साथ बात करने का यह अच्छा समय है और अगर यह घुसपैठ है या नहीं। हमेशा की तुलना में अधिक सुविधाजनक समय पर लौटना बेहतर होता है संदेश भेजने की कोशिश करें जब घर तैयार न हो या आरामदायक न हो।



9. प्रतिभागियों से अपनी तर्जनी को बाहर निकालने के लिए कहें। प्रतिभागियों को अब अपना अंगूठा और दूसरी उंगली विस्तारित करनी चाहिए।  
10. उनसे पूछें: "आपको क्या लगता है कि जब हम घर पर आते हैं, तो घर के सदस्य का अभिवादन करने के बाद हमें क्या करना चाहिए?" घर के WASH मुद्दों को पहचानें और समझें।  
11. तर्जनी (दूसरी) उंगली के आगे, 'अंडरस्टैंड' लिखें  
12. प्रतिभागियों को समझाएं कि जब किसी घर में जा रहे हों तो कई सवाल पूछना और उन चीजों की तलाश करना महत्वपूर्ण है जो आपको पहचानने में मदद करें कि आपको कौन से WASH विषयों पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए। एक अच्छा प्रारंभिक बिंदु घर के सदस्यों को किसी भी बिंदु को शुरू करने से पहले अपनी स्वयं की कथित चुनौतियों को पहचानने के लिए कहना है।  
13. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अगले पाठ में इस कदम को विस्तार से बताएंगे।  
14. प्रतिभागियों से अपनी मध्यमा उँगली उठाने के लिए भी कहें। प्रतिभागियों को अब 3 अंगुलियों का विस्तार होना चाहिए।  
15. प्रतिभागियों से पूछें: "अब जब हम जानते हैं कि हमें किस संदेश पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए, तो हमें आगे क्या करना चाहिए?" उन मुद्दों को एक तरह से संबोधित करें, जो घर के सदस्य को कुछ WASH व्यवहारों को अपनाने के लिए प्रभावित करेंगे।



16. तर्जनी (3) तीसरी उंगली के बगल में, प्रभाव लिखें  
17. प्रतिभागियों को समझाएं कि यह एक घरेलू यात्रा (household visit) का सबसे महत्वपूर्ण कदम हो सकता है और सबसे चुनौतीपूर्ण। बड़ा सवाल यह है कि कैसे प्रभावित किया जाए; क्या आप किसी को जोखिम के बारे में सिखाते हैं? क्या आप उन्हें सूचित करते हैं कि उनका व्यवहार समुदाय का आदर्श नहीं है? क्या आप प्रभावी प्रश्न पूछते हैं और लोगों को अपने स्वयं के व्यवहार को प्रतिबिंबित करने के लिए प्राप्त करते हैं? कहां से शुरू करें? किस बारे में बात करते हो? हम अगले कुछ पाठों में और जानकारी देंगे।

18. प्रतिभागियों से पूछें: "कदम समझ में आने के बाद कदम क्यों प्रभावित होता है?"

19. प्रतिभागियों को समझाएं कि इससे पहले कि वे प्रभावी WASH प्रथाओं को अपनाने के लिए घरों को प्रभावित करने की कोशिश करें, उन्हें पहले यह समझना होगा कि WASH मुद्दे क्या हैं और फिर यह समझने की कोशिश करें कि उन मुद्दों का अस्तित्व क्यों है। एक बार जब आप समझ जाते हैं कि मुद्दे क्यों मौजूद हैं, तो आप प्रभावित करने की कोशिश करने के लिए एक प्रभावी रणनीति चुन सकते हैं।

20. प्रतिभागियों से पूछें: "उन्हें प्रभावित करने के लिए घर के साथ काम करने के बाद वे WASH के अच्छे व्यवहार को अपनाते हैं, हम इन व्यवहारों को अपनाने और उन्हें जारी रखने में मदद करने के लिए आगे क्या कर सकते हैं?" उन्हें एक कार्य योजना बनाने के लिए, एक निजी या सार्वजनिक प्रतिबद्धता बनाना, आदि।

21. प्रतिभागियों से अपनी 4 वीं (रिंग) उंगली उठाने को कहें। प्रतिभागियों के पास अब 4 उंगलियां होनी चाहिए।

22. सूचकांक (4 वें) उंगली के बगल में, प्रतिबद्धता लिखें।



23 प्रतिभागियों को समझाएं कि परिवारों को अच्छी WASH प्रथाओं को अपनाने में मदद करने के लिए एक शानदार रणनीति उन्हें भविष्य के लिए एक योजना बनाने के लिए प्रोत्साहित करती है। एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर के रूप में, आप घर के सदस्यों को यह तय करने में मदद करेंगे कि आगे क्या करना है, और यह कैसे करना है। योजना बनाने या लिखने से घर के सदस्य जवाबदेह रहेंगे और उन्हें खुद को विनियमित करने में मदद मिलेगी। लोग अपने व्यवहार को बदलने के लिए व्यक्ति, परिवार या समूह प्रतिबद्धता भी बना सकते हैं।



24. प्रतिभागियों को समझाएं कि अंतिम उंगली भी रखने का एक शानदार तरीका है घर के सदस्य अच्छी WASH प्रथाओं को अपनाने में जवाबदेह हैं: फॉर्म भरें।
25. प्रतिभागियों को अपनी 5 वीं उंगली भी उठाने के लिए कहें। प्रतिभागियों के पास अब 5 उंगलियां होनी चाहिए।
26. तर्जनी (5 वें) उंगली के आगे, प्रपत्र (फॉर्म) लिखें
27. प्रतिभागियों को समझाएं कि अगले कुछ पाठों में हम इस बात पर ध्यान देंगे कि फॉर्म का उपयोग करने के लिए आपको न केवल घरेलू जवाबदेह बनाए रखने में मदद करनी चाहिए, बल्कि आपको एक स्वस्थ घर बनने में उनकी प्रगति को रिकॉर्ड करने में मदद करनी चाहिए। यह आपको फोकस और सिफारिशों के अपने क्षेत्रों की पहचान करने में मदद करेगा क्योंकि आपको पता चल जाएगा कि आपने पिछली घरेलू यात्रा (household visit)के दौरान उनसे क्या चर्चा की थी और वे अलग-अलग करने के लिए सहमत हुए थे।
28. प्रतिभागियों को समझाएं कि 1 अंतिम चरण है: पूरा हाथ।
29. प्रतिभागियों को हवा में अपना हाथ लहराने के लिए कहें।
30. अलविदा
31. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक प्रभावी समुदाय WASH प्रमोटर होने का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा लोगों के साथ एक अच्छा संबंध है। यदि आपको पसंद और सम्मान नहीं किया जाता है, तो लोग आपकी सिफारिशों को नहीं सुनेंगे। पूरे हाथ की लहर एक सम्मानजनक और विनम्र तरीके से घर को अलविदा कहने का प्रतिनिधित्व करती है। अधिकांश लोगों को एक सामाजिक संपर्क के पहले और अंतिम क्षण याद होंगे। एक सम्मानजनक, मैत्रीपूर्ण और विनम्र स्वर पर अपनी यात्रा को समाप्त करना महत्वपूर्ण है ताकि जब वे आपको अगली बार निकट आते हुए देखें तो वे आपको देखकर खुश हों।
32. अंतिम हाथ इस तरह दिखना चाहिए:



33. प्रतिभागियों को एक गाइड के रूप में अपनी उंगलियों का उपयोग करके एक साथी के साथ घरेलू यात्राओं के चरणों के माध्यम से जाने के लिए कहें।

## समीक्षा

5 मिनट



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि घरों की यात्राओं को प्रभावी बनाने में मदद करने के लिए एक रणनीति अपने आप को उनकी स्थिति में रखना है। प्रतिभागियों से यह कल्पना करने के लिए कहें कि अगर कोई घर में मुद्दों पर चर्चा करने के लिए अपने घर का दौरा करने आए तो आपको कैसा लगेगा और आपको अपना व्यवहार कैसे बदलना चाहिए।
2. प्रतिभागियों को अपनी आँखें बंद करने और अपने परिवार के साथ समय का आनंद लेने के लिए अपने घर में वापस होने की कल्पना करने के लिए कहें।
3. प्रतिभागियों से पूछें कि अब उनके घर पर आने वाले किसी व्यक्ति को पानी, स्वच्छता और स्वच्छता के मुद्दों पर चर्चा करने के लिए कल्पना करें।
4. प्रतिभागियों से यह कल्पना करने की कोशिश करने के लिए कहें कि उस दौरान कैसा महसूस होगा।
5. प्रतिभागियों से इस बात पर विचार करने के लिए कहें कि वे कैसे चाहेंगे कि कोई व्यक्ति इन मुद्दों पर सकारात्मक तरीके से चर्चा करने के लिए अपने घर का रुख करे।



6. प्रतिभागियों से पूछें कि वे इस बात पर भी विचार करें कि इन मुद्दों पर चर्चा करने के लिए वे अपने अगले घर कैसे पहुंचेंगे।

## पाठ योजना: द WASH डिटेक्टिव



कुल 1 घंटा 30 मीटर

### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागी घरेलू यात्रा के 3 सिद्धांत को शामिल करेंगे: व्यवहार परिवर्तन को प्रभावित करना। वे उन रणनीतियों पर चर्चा करेंगे जो एक समुदाय WASH प्रमोटर किसी का उपयोग करके अच्छे WASH व्यवहार को अपनाने के लिए प्रभावित करने की कोशिश कर सकते हैं।

### अध्ययन परिणाम



इस सत्र के अंत में प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. एक घर में संभव WASH मुद्दों की पहचान करने में
2. घरेलू WASH प्रथाओं के संकेतक का वर्णन करने में
3. अच्छी WASH प्रथाओं को अपनाने में आने वाली बाधाओं को खोजने के लिए रणनीतियों पर चर्चा करने में
4. घरों के साथ काम करने में WASH मुद्दों को प्राथमिकता देने पर चर्चा करने में

### सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- निशान
- क्षेत्रीय WASH डिटेक्टिव एक्टिविटी (प्रति 3-4 प्रतिभागी)
- व्हाइटबोर्ड मार्कर

### तैयारी



- पाठ योजना पढ़ें और घर की यात्रा की 6 कदम प्रक्रिया से खुद को परिचित करें
- वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर सीखने के परिणामों को लिखें

### परिचय

5 मिनट



1. प्रतिभागियों से खुद को पुलिस जासूस के रूप में कल्पना करने के लिए कहें।
2. प्रतिभागियों को परिदृश्य समझाएँ:
3. एक चोर एक सरकारी कार्यालय में घुस गया और महत्वपूर्ण गुप्त दस्तावेजों को चुरा लिया। आपको रहस्य को सुलझाने और उसे करने वाले को पकड़ने के लिए सबसे अच्छा जासूस के रूप में पूछा गया है।
4. प्रतिभागियों से पूछें: "हम इस रहस्य के समाधान के बारे में जानकारी कैसे प्राप्त कर सकते हैं?" वहां काम करने वाले लोगों का साक्षात्कार करें, उंगलियों के निशान देखें, वीडियो कैमरा देखें।
5. प्रतिभागियों से पूछें: "हम क्या देख रहे हैं?" सुराग जो हमें चोर की पहचान और ठिकाने की जानकारी दे सकते हैं।
6. प्रतिभागियों को एक समुदाय WASH प्रमोटर के रूप में उनकी भूमिका का एक अच्छा जासूस होने के समान है; लोगों और उनके परिवारों के बारे में अधिक से अधिक जानकारी प्राप्त करना, उनके व्यवहार को बदलने के लिए उनका समर्थन करने के लिए सर्वोत्तम रणनीति बनाना।
7. प्रतिभागियों को समझाएं: हालांकि एक जासूस और WASH प्रमोटर के पास समान अवलोकन और पूछताछ कौशल हो सकते हैं, यह ध्यान रखना बहुत महत्वपूर्ण है कि आप घर के सदस्य को दंडित करने की कोशिश नहीं कर रहे हैं, आप उनकी मदद करने की कोशिश कर रहे हैं।
8. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

9. प्रतिभागियों को समझाएं कि इस पाठ में, वे हमारे कदमों की दूसरी उंगली पर एक प्रभावी घरेलू यात्रा पर ध्यान केंद्रित करेंगे: समझे।

## WASH डिटेक्टिव पार्ट 1: क्या, कहां और कैसे?

30 मिनट

1. प्रतिभागियों को 3-4 लोगों के जोड़े या समूहों में विभाजित करें।
2. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब WASH के संबंध में घर के व्यवहार के बारे में जानकारी प्राप्त करने के लिए जासूसी कौशल का उपयोग करते हुए एक समुदाय WASH प्रमोटर की भूमिका निभाएंगे।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें एक व्हाइटबोर्ड मार्कर का उपयोग करके उन चीजों को सर्कल करने की आवश्यकता होगी जो वे देखते हैं जो एक निश्चित WASH अभ्यास का संकेत देंगे। ऐसा करने के लिए उनके पास 2 मिनट का समय होगा।
4. लिए 2 मिनट दें।
5. प्रत्येक समूह को अपने सुरागों में से 1 की पहचान करने के लिए कहें जो एक खराब WASH अभ्यास का संकेत देता है।
6. फ्लिप चार्ट पेपर पर उनका उत्तर लिखें
7. अगले समूह में जाएं, और एक ही काम करें जब तक कि सभी समूहों को एक सुराग पेश करने का मौका न मिले।
8. प्रतिभागियों को समझाएं कि जानकारी एकत्र करने के कई अलग-अलग तरीके हैं, और बस अवलोकन करना और सुराग ढूंढना उन तरीकों में से एक है जो आपको जानकारी प्राप्त करने में मदद कर सकते प्रतिभागियों से पूछें: "अब जब हमारे पास ये सभी सुराग हैं, तो हम उनके साथ क्या करते हैं? इन सभी सुरागों की पहचान करने का उद्देश्य क्या है?" यह आपके संदेश को केंद्रित करने में आपकी मदद कर सकता है, यह आपको यह समझने में मदद कर सकता है कि व्यक्ति एक निश्चित व्यवहार क्यों नहीं अपना रहा है, आदि।

## द WASH डिटेक्टिव पार्ट 2: कौन और क्यों? मिनट

15

1. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक प्रभावी समुदाय WASH प्रमोटर का एक महत्वपूर्ण कौशल न केवल एक जो एक घर बेहतर WASH व्यवहारों को नहीं अपना रहे हैं।
2. प्रतिभागियों से पूछें: "यह क्यों महत्वपूर्ण है यह जानने के लिए कि हाउसहोल्ड WASH का काम क्यों नहीं कर रही है? इसका कारण जानना महत्वपूर्ण है, ताकि कम्युनिटी WASH प्रमोशन आइडेंटिफाईंग WASH इश्यूज आप उस रणनीति पर ध्यान केंद्रित कर सकें जो सबसे प्रभावी होगी। समझाएं कि आप अगले पाठ में प्रभावी रणनीतियों को शामिल करेंगे।
3. प्रतिभागियों को एक साथी खोजने और खुद को ए या बी के रूप में पहचानने के लिए कहें।
4. प्रतिभागियों को WASH डिटेक्टिव गतिविधि में पहचाने गए WASH मुद्दों में से एक को चुनने के लिए कहें।
5. प्रतिभागियों को समझाएं कि व्यक्ति A, CWP की भूमिका निभाएगा और व्यक्ति B तस्वीर में घर के सदस्य की भूमिका निभाएगा।
6. प्रतिभागियों को समझाएं कि सीडब्ल्यूपी खेलने वाले व्यक्ति को जांच के प्रश्नों का उपयोग करने की कोशिश करनी चाहिए और यह पता लगाना चाहिए कि दूसरा व्यक्ति बेहतर डब्ल्यूएएसएच व्यवहार क्यों नहीं अपना रहा है। आप बस एक निश्चित व्यवहार के बारे में सबसे अधिक समझने की कोशिश कर रहे हैं।
7. घर के सदस्य की भूमिका निभाने वाले व्यक्ति को WASH समस्या मौजूद होने के कारण उसे सुधारने की कोशिश करनी चाहिए। कार्यशाला में पहले व्यवहार परिवर्तन पाठ में पहचाने गए कारणों में से किसी एक कारण को चुना जा सकता है।

8. 3 मिनट के अभ्यास के बाद, प्रतिभागियों को एक बड़े समूह के रूप में साझा करने के लिए कहें, घर के सदस्य के प्रश्न और रणनीतियों को पूछने के दौरान उन्हें जो चुनौतियां मिलीं, उन्होंने अधिक जानकारी का पता लगाने के लिए काम किया।
9. साथी को स्विच करने के लिए कहें, इस बार व्यक्ति B, CWP की भूमिका निभाएगा, और व्यक्ति A एक घर के सदस्य की भूमिका निभाएगा। फिर से, बड़े समूह के साथ चुनौतियों और रणनीतियों के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए चर्चा की।

## WASH इश्यू को कैसे प्राथमिकता दें

20 मिनट



1. ऐसे प्रतिभागियों को समझाएं जो घर या समुदाय के सभी WASH मुद्दों की पहचान करना और समझना सिर्फ पहला कदम है, उन्हें अब चुनना होगा कि किन पर ध्यान केंद्रित करना है।
2. प्रतिभागियों को ध्यान से सुनने के लिए कहें। शब्द केवल एक बार कहें: सेब, आड़ू, केला संतरे, अंगूर, स्ट्रॉबेरी, चेरी, आम, ब्लूबेरी और जुनून फल।
3. प्रतिभागियों से उन सभी शब्दों को लिखने के लिए कहें, जो आपने उनकी नोटबुक या कागज के टुकड़े में लिखे थे। उन्हें एक ही क्रम में होने की जरूरत नहीं है, उन्हें कोई सुराग न दें। फलों को लिखने के लिए प्रतिभागियों को सिर्फ 30 सेकंड दें।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि आप फिर से शब्दों को पढ़ेंगे। वे जांच करेंगे कि क्या उन्होंने उन सभी शब्दों को एक बार और कहें। प्रतिभागियों से पूछें: "क्या किसी ने सभी शब्दों को सही ढंग से प्राप्त किया है?"
5. प्रतिभागियों को समझाएं कि एक बार में बहुत अधिक जानकारी होना भारी पड़ सकता है और हमें इसे प्राथमिकता देकर और केवल एक या कुछ मुद्दों पर चर्चा करने के लिए चुनकर विखंडन में तोड़ना होगा। यदि आप एक ही समय में बहुत सारे मुद्दों पर ध्यान केंद्रित करते हैं, तो यह घरों के लिए भारी हो सकता है। जब घर वाले अभिभूत हो जाते हैं, तो वे कोई भी बदलाव नहीं करने का विकल्प चुन सकते हैं।
6. फ्लिप चार्ट पेपर पर फलों के नाम लिखें।
7. प्रतिभागियों से पूछें: "अगर आपको सिर्फ 1 फल चुनना था, तो वह कौन सा होगा? और क्यों?" WASH मुद्दों को पहचानने वाला सामुदायिक WASH संवर्धन
8. प्रतिभागियों के साथ उन विभिन्न मानदंडों पर चर्चा करें जो लोगों ने फल चुनने के लिए किए थे। यह स्वाद, विटामिन की मात्रा, परिवहन में आसानी आदि हो सकता है।
9. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब वही गतिविधि करेंगे लेकिन WASH मुद्दों के लिए।
10. प्रतिभागियों को WASH डिटेक्टिव गेम से अपने समूह में लौटने के लिए कहें।
11. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें यह कल्पना करने की कोशिश करनी चाहिए कि वे वास्तव में WASH डिटेक्टिव गेम की तस्वीर में घर के साथ काम करने वाले हैं।
12. प्रतिभागियों से पूछें: "हम कहाँ से शुरू करते हैं? हम पहले किन WASH मुद्दों पर चर्चा करते हैं?"
13. प्रतिभागियों को अपने पोस्टर को देखने के लिए कहें और उन्हें चुनना होगा कि कौन सा WASH प्राथमिकता के लिए जारी करता है। उन्हें न केवल सबसे महत्वपूर्ण पर विचार करना चाहिए, बल्कि इस क्रम में कि उन्हें लगता है कि उन्हें लंबे समय तक घर में व्यवहार परिवर्तन को प्राप्त करने में मदद मिलेगी।
14. प्रतिभागियों को चर्चा के लिए 2 मिनट दें।
15. प्रत्येक समूह को साझा करने के लिए कहें जहां वे शुरू करेंगे। इससे भी महत्वपूर्ण बात, उनसे पूछें
16. चर्चा करें कि उन्होंने उस विशेष मुद्दे को पहले क्यों चुना है।
17. जैसा कि प्रत्येक समूह प्रस्तुत करता है, फ्लिप चार्ट पेपर पर विभिन्न प्राथमिकताओं को लिखें। बड़े समूह के साथ चर्चा करें कि कौन सा मुद्दा सूची से पहला मुद्दा होना चाहिए और क्यों।





**ट्रेनर नोट:** यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि एक समुदाय का अंतिम लक्ष्य WASH प्रमोटर को व्यवहार परिवर्तन प्राप्त करना है। इस प्रश्न का कोई स्पष्ट सही उत्तर नहीं है। इस गतिविधि का लक्ष्य प्रतिभागियों को यह सोचने की कोशिश करना है कि वे कैसे प्राथमिकता देते हैं।

जल उपचार के साथ शुरू करना आसान हो सकता है, क्योंकि घर के सदस्य अपने स्वास्थ्य में सुधार के रूप में लाभों को बहुत जल्दी देखेंगे और अन्य WASH प्रथाओं को अपनाने के लिए प्रेरित होंगे।

दूसरी तरफ, एक व्यापक समुदाय के नेतृत्व वाले दृष्टिकोण व्यवहार परिवर्तन कार्यक्रम के तहत एक शौचालय के उपयोग के साथ शुरू करना आसान हो सकता है जो महिलाओं और बच्चों के लिए एक उच्च सामाजिक स्थिति या अधिक सुरक्षा प्राप्त करने पर केंद्रित है।

---

## समीक्षा



### 2 मिनट

1. जोड़ी में कार्य: प्रतिभागी से पूछें यह प्रयास करने के लिए महत्वपूर्ण है ऐसे कारणों का पता लगाएं कि क्यों एक घर WASH व्यवहार नहीं अपनाएगा ?

---

## पाठ योजना: व्यवहार परिवर्तन को प्रभावित करना

1 घंटा 30 मिनट

### पाठ विवरण



इस पाठ में, प्रतिभागी घरेलू यात्रा के तीसरे सिद्धांत को शामिल करेंगे: व्यवहार परिवर्तन को प्रभावित करना। वे उन रणनीतियों पर चर्चा करेंगे जो एक कम्युनिटी WASH प्रमोटर किसी का उपयोग करके अच्छे WASH व्यवहार को अपनाने के लिए प्रभावित करने की कोशिश कर सकते हैं।

### अध्ययन परिणाम



इस पाठ के अंत में, प्रतिभागी इसमें सक्षम होंगे:

1. अच्छे WASH व्यवहार को अपनाने के लिए घर को प्रभावित करने के लिए रणनीतियों पर चर्चा करने में

### सामग्री



- फ्लिप चार्ट पेपर
- व्यवहार परिवर्तन फूल (पाठ योजना का अंत देखें)
- व्यवहार परिवर्तन तकनीक गाइड (पाठ योजना का अंत देखें)

### तैयारी



व्यवहार परिवर्तन तकनीक गाइड की प्रिंट प्रतियां

4-5 फ्लिपकार्ड पेपर पर बड़े व्यवहार परिवर्तन फूल रेखांकित करें। प्रत्येक सर्कल के बीच में एक अलग व्यवहार लिखें।

1. एक शौचालय का उपयोग नहीं (वे एक है)
2. पीने के पानी का इलाज नहीं
3. शौचालय का उपयोग करने के बाद अपने हाथ नहीं धोना
4. शौचालय का उपयोग नहीं करना (उनके पास एक नहीं है)
5. सुरक्षित रूप से पानी का भंडारण नहीं करना

वैकल्पिक: कार्यशाला में बनाए गए RANAS तालिका को देखें। RANAS की प्रत्येक श्रेणी से 5 अलग-अलग कारणों को चुनें, और उन्हें प्रत्येक व्यवहार के लिए पंखुड़ियों में लिखें।

वैकल्पिक: फ्लिप चार्ट पेपर पर सीखने के परिणामों को लिखें

### परिचय: मिक्स एंड मैच प्रॉब्लम्स एंड सॉल्यूशंस मिनटों

10



1. प्रतिभागियों को समझाएं कि आप सभी को एक कार्ड देंगे। प्रत्येक कार्ड पर लिखा एक समस्या या एक समाधान है। समस्या कार्ड वाले लोग कमरे के चारों ओर जाएंगे और अपनी समस्याओं को उन लोगों के सामने पेश करेंगे जिनके पास समाधान हैं। गतिविधि का लक्ष्य आपके संबंधित समाधान को खोजना है। सुनिश्चित करें कि आप प्रतिभागियों को उनका मैच खोजने के लिए और अधिक कठिन बनाने के लिए हैंडआउट को यादच्छिक बना सकते हैं।



2. प्रतिभागियों को समझाएं कि उनके पास खड़े होने के लिए 5 मिनट होंगे और अपना मैच खोजने की कोशिश करेंगे।
3. प्रतिभागियों से पूछें: "क्या हुआ जब आपने एक समस्या का समाधान प्रस्तुत किया जो मेल नहीं खाता?" यह हास्यास्पद था और एक प्रभावी समाधान नहीं था।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि व्यवहार परिवर्तन को प्रभावित करने की कोशिश करते समय, समाधान और सलाह देने की कोशिश करना महत्वपूर्ण है जो उस बाधा से मेल खाता है जो किसी को WASH व्यवहार अपनाने से रोक रहा है।
5. पाठ विवरण या अध्ययन परिणाम प्रस्तुत करें।

## व्यवहार परिवर्तन को प्रभावित करना

60 मिनट



1. प्रतिभागियों को 3 उंगलियां उठाने के लिए कहें। एक घरेलू यात्रा के सिद्धांतों की दीवार पर 'हाथ' पर वापस जाएं।
2. तीसरी उंगली क्या है? प्रभावित करते हैं।
3. प्रतिभागियों को समझाएं कि यह एक ऐसा कदम है, जहां उन्हें बेहतर WASH व्यवहार को अपनाने के लिए घर को प्रभावित करने की कोशिश करनी चाहिए।
4. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें ऐसी रणनीति चुननी चाहिए जो उन कारणों से मेल खाती हो, जिनके कारण घर ने पहले से ही WASH व्यवहार नहीं अपनाया है।
5. उदाहरण दीजिए: "अगर कोई कहता है कि वे शौचालय का उपयोग नहीं करना चाहते हैं क्योंकि यह अंधेरा, गर्म और बदबूदार है, तो उन्हें सलाह देना कि शौचालय का उपयोग करना बहुत प्रभावी नहीं होगा। सीडब्ल्यूपी के रूप में, आपको उन्हें इस तरह से सलाह देनी चाहिए जो सीधे इस कारण से संबंधित होगी कि वे बदलते व्यवहार में सबसे प्रभावी होने के लिए शौचालय का उपयोग क्यों नहीं कर रहे हैं।"
6. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्होंने कार्यशाला में पहले "फैक्टर्स इन इन्फ्लुएंस बिहेवियर" (व्यवहार परिवर्तन के कारक) पाठ में WASH व्यवहार को न अपनाने के लिए अलग-अलग कारणों की पहचान की है।
7. प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अब उन रणनीतियों के बारे में सोचने की कोशिश करने के लिए समूहों में काम कर रहे होंगे जो सीधे उन कारणों को संबोधित करते हैं जो व्यक्ति को कुछ WASH व्यवहारों को नहीं अपनाने के लिए दिए गए थे।
8. तैयार किए गए व्यवहार परिवर्तन फूलों में से एक का उपयोग एक उदाहरण के रूप में करें और सभी को देखने के लिए इसे दीवार पर चिपका दें।
9. बताएं कि बिहेवियर चेंज फ्लावर (व्यवहार परिवर्तन फूल) के बीच में एक WASH बिहेवियर होता है जिसे हम चाहेंगे कि लोग बदलें। प्रत्येक व्यवहार परिवर्तन फूल का एक अलग WASH व्यवहार है।
10. प्रतिभागियों को समझाएं कि फूल पर छोटी पंखुड़ियों के कारण लोग व्यवहार को नहीं अपना रहे हैं।

### ट्रेनर नोट:



विकल्प A: RANAS तालिका को देखें जिसे हम इस कार्यशाला में बना रहे हैं। RANAS की प्रत्येक श्रेणी से 5 अलग-अलग कारणों को चुनें, और उन्हें प्रत्येक व्यवहार के लिए पंखुड़ी में लिखें।

विकल्प बी: प्रतिभागियों से प्रत्येक श्रेणी के लिए अपने स्वयं के कारणों का चयन करने के लिए कहें कि WASH व्यवहार क्यों नहीं है।

11. प्रतिभागियों को समझाएं कि उन्हें एक टीम के रूप में एक साथ काम करने और रणनीतियों के कई विचारों को लिखने की आवश्यकता होगी जो कि वे समुदाय WASH प्रमोटर के रूप में उपयोग कर सकते हैं ताकि प्रत्येक विशिष्ट कारण के लिए व्यवहार परिवर्तन को प्रभावित करने का प्रयास किया जा सके।
12. प्रतिभागियों को समझाएं कि याद रखने वाली महत्वपूर्ण बात यह है कि आपके द्वारा चुनी गई रणनीतियों को उस कारण को सीधे संबोधित करने की आवश्यकता है जो व्यक्ति ने दी है, या जिसे आपने खोजा है, WASH व्यवहार को न अपनाने के लिए।
13. प्रतिभागियों को 3-4 के समूहों में विभाजित करें और प्रत्येक समूह को फ्लिपकार्ड पेपर के 1 एक व्यवहार परिवर्तन फूल के आरेख के साथ दें।
14. प्रतिभागियों को समझाएं कि उनके व्यवहार परिवर्तन के फूलों को भरने के लिए उनके पास 15 मिनट का समय होगा।
15. 15 मिनट के बाद, प्रतिभागियों से अपने मार्करों को नीचे रखने और अपने अगले निर्देशों पर ध्यान देने के लिए कहें।
16. प्रतिभागियों को समझाएं कि जिन लोगों ने RANAS का विकास किया है, उन्होंने RANAS के कारकों की प्रत्येक श्रेणी के लिए रणनीति खोजने में हमारी मदद करने के लिए एक गाइड भी बनाया है।
17. प्रत्येक प्रतिभागी को व्यवहार परिवर्तन तकनीक गाइड की एक प्रति सौंपें।
18. प्रतिभागियों से अपने बिहेवियर चेंज फ्लावर पर लौटने और व्यवहार परिवर्तन तकनीक गाइड की रणनीतियों के साथ तुलना करने के लिए कहें। प्रतिभागियों को समझाएं कि वे अपने फूल की प्रत्येक पंखुड़ी के लिए 1 या 2 नई रणनीतियां जोड़ना चाहते हैं।
19. गाइड को पढ़ने के लिए उन्हें 10 मिनट का और समय दें, उनकी तुलना उन विचारों से करें, जो उनके साथ आए हैं, और अगर उनके पास है तो अपने फूल में कुछ नए विचार जोड़ें।
20. प्रत्येक समूह को अपने व्यवहार को बदलने के लिए कमरे के सामने की दीवार पर फूल लगाने और अपने विचारों को बड़े समूह में प्रस्तुत करने के लिए कहें।
21. जब प्रत्येक समूह ने प्रस्तुत किया है, तो बाकी प्रतिभागियों से पूछें कि क्या उनके पास रणनीतियों के अन्य विचार थे जो वे घर के व्यवहार परिवर्तन को प्रभावित करने में मदद कर सकते थे।
22. एक बार सभी समूहों द्वारा प्रस्तुत किए जाने के बाद, प्रतिभागियों को समझाएं कि कई तरीके हैं जो एक समुदाय WASH प्रचारक एक परिवार या समुदाय को अच्छी WASH प्रथाओं को अपनाने के लिए समर्थन कर सकते हैं। उनकी भूमिका बुरे WASH व्यवहार से जुड़े जोखिमों के बारे में जानकारी देने से कहीं अधिक है।

## समीक्षा



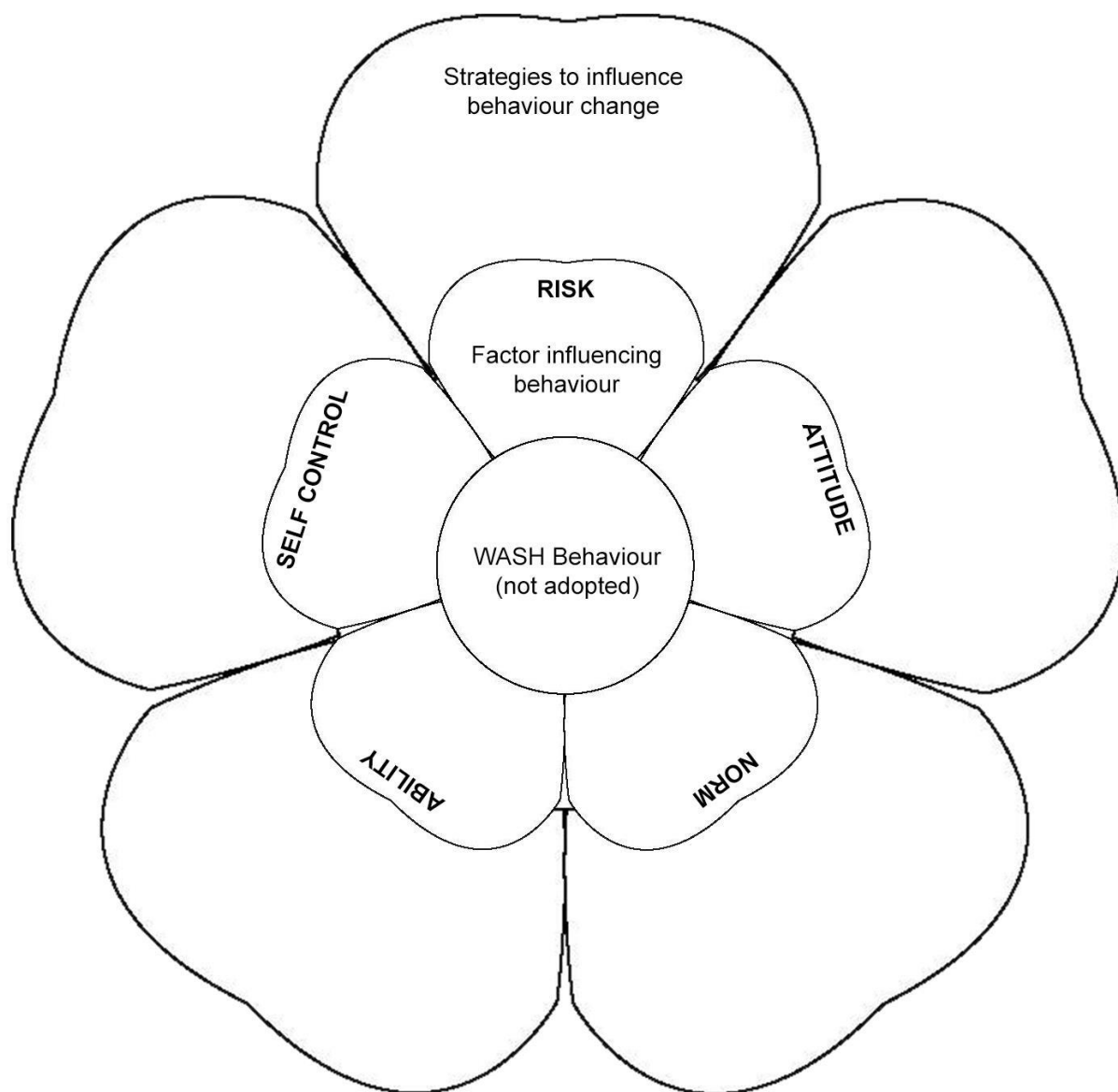
### 5 मिनट

1. प्रतिभागियों से व्यवहार परिवर्तन फूल पर सभी रणनीतियों को पढ़ने के लिए कहें दीवार। उन्हें अपने पसंदीदा 3 के बगल में आने और एक स्टार को आकर्षित करने की आवश्यकता होगी आज की रणनीतियों ने सीखा है कि वे घरों का दौरा करते समय उपयोग कर सकते हैं।

मुझे एक हथौड़ा चाहिए।	यहाँ एक हथौड़ा है।
मैं एक केला खाना चाहूंगा।	यहाँ एक केला है।
मुझे थोड़ा पानी पीने की जरूरत है।	यहाँ कुछ पानी है।
मैं चिकन खाना चाहूंगा।	यहाँ कुछ चिकन है।
मुझे नहीं पता कि नृत्य कैसे करना है।	मैं आपको दिखाऊंगा कि कैसे नृत्य करना है।

यहाँ गर्म रखने के लिए एक शर्ट है।	मुझे गर्म रखने के लिए एक शर्ट की आवश्यकता है।
मुझे रिंच चाहिए।	यहाँ एक रिंच है।
मुझे एक कील की जरूरत है।	यहाँ एक कील है।
मुझे अपने फोन के लिए क्रेडिट की जरूरत है।	यहाँ कुछ फोन क्रेडिट है।
मुझे अपना सूप खाने के लिए एक चम्मच चाहिए।	यहाँ एक चम्मच है।
मुझे अपना खाना काटने के लिए चाकू की जरूरत है।	यहाँ एक चाकू है।
मच्छर।	यहाँ एक मच्छरदानी है।





## व्यवहार बदलें तकनीक गाइड

**जोखिम (RISK) - जोखिम के बारे में एक व्यक्ति की समझ और जागरूकता।**

1. वर्तमान में स्वास्थ्य और उनके स्वास्थ्य सुरक्षा या सुरक्षा के जोखिम के बारे में तथ्य और जानकारी।
2. अगर वे उचित व्यवहार को नहीं अपनाते हैं तो होने वाले जोखिम, नुकसान के डर को हाइलाइट करें।
3. सम्बंधित व्यवहार के विषय में कुछ बुरी घटना की संभावना के बारे में जानकारी दें या कहानियां प्रस्तुत करें।

**मनोवृत्ति (ATTITUDE) - व्यवहार संबंधित विश्वास और भावनाओं के लाभ और हानि**

1. व्यवहार सम्बंधित हानि और लाभों पर जानकारी और सलाह प्रदान करें। जैसे: कोई साबुन, या क्लोरीन की गोलियों पर पैसा खर्च नहीं करना चाहता; समझाओ कि क्लोरीन की कीमत बीमार होने पर आवश्यक दवा की कीमत से बहुत कम है।
2. व्यवहार से संबंधित सकारात्मक भावनाओं का वर्णन करें (सुरक्षा, सम्मान, गरिमा, गर्व, आदि)।
3. व्यवहार संबंधित नकारात्मक भावनाओं (घृणा, शर्मिंदगी इत्यादि) के परिणामों का वर्णन करें।
4. उचित व्यवहार को अपनाने के लिए एक इनाम का प्रयोग करें।
<b>सामुदायिक चलन (NORM) - उचित व्यवहार के बारे में समुदाय क्या करता है और क्या सोचता है।</b>
1. चर्चा करें कि समुदाय में अन्य लोग पहले से ही कैसे उचित व्यवहार को अपना रहे हैं और अगर वे ऐसा नहीं करते हैं तो पीछे छूट जायेंगे।
2. पूरे समुदाय के विकास और हर किसी को शामिल करने के लिए परिवर्तन की घोषणा करने के महत्व पर चर्चा करें, चर्चा करें कि कोई घर कैसे अग्रनिय बन सकता है। उदहारण: जिस घर ने पहले से उचित व्यवहार अपनाया है, दूसरों को बताएं और उनके घर पर एक पोस्टर या स्टार लगायें।
3. उनसे पूछें कि क्या अन्य लोग अपने व्यवहार को स्वीकार या अस्वीकार करेंगे।
4. समुदाय से समर्थन प्राप्त करें। उदहारण: खुले शौचालय को रोकने के लिए एक सामुदायिक योजना बनाना।
<b>योग्यता (ABILITY) - व्यवहार को अपनाने के लिए व्यक्तिगत क्षमता, या क्षमता की धारणा</b>
1. उन्हें कुछ सिखाएं, या खुद उचित व्यवहार का प्रदर्शन करें।
2. उन्हें आवश्यक चीजों तक उनकी पहुंच बनाने में उनकी सहायता करें। उदहारण: बाजार में व्यापारियों से बात करें।
3. उन्हें उनके व्यवहार पर प्रतिक्रिया दें (इसे सही तरीके से / गलत तरीके से किया), और उन्हें प्रेरित करने के लिए प्रशंसा करें।
<b>स्व-नियंत्रण (SELF-CONTROL) - व्यवहार जारी रखने के लिए बाधाएं, भटकाव, या समर्थन।</b>
1. उन्हें आगे की योजना बनाने के लिए प्रोत्साहित करें; उदहारण: थोक में क्लोरीन या साबुन खरीदना।
2. उचित व्यवहार को अपनाने के बाद उन्होंने कितनी अच्छी तरह से किया है इस पर प्रतिक्रिया दें।
3. उचित व्यवहार करने और अवांछित व्यवहार से बचने के लिए अनुस्मारक (बार- बार याद दिलाने हेतु) बनाने में उनकी सहायता करें।
4. उन्हें असफलताओं का पूर्वानुमान लगाने व बचने हेतु योजना बनाने में मदद करें।
5. चर्चा करें कि सकारात्मक व्यवहार को अपनाना अब उनकी पहचान का हिस्सा है और वे अपने समुदाय में दूसरों के लिए रोल मॉडल हैं।

## Community WASH Promotion