

সাৰথি

দুৰ্যোগৰ হাতপুথি



EUROPEAN COMMISSION



Humanitarian Aid

act:onaid



গ্রাম্য বিকাশ মঞ্চ
নলবাৰী ৪-অসম

সাৰথি

দুৰ্যোগৰ হাতপুথি

(শিক্ষানুষ্ঠানৰ মাধ্যমেৰে দুৰ্যোগৰ ক্ষয়-ক্ষতিৰ আশংকা প্ৰশমন প্ৰকল্প, অসমৰ অধীনত প্ৰকাশিত
বাইজৰ বাবে হাতপুথি)

মূললেখা

উদ্যালক দত্ত

সহযোগী

ৰমেন দাস

গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ

মুখ্য কাৰ্যালয় : ১ নং বৰধনৰা

ডাক-দক্ষিণগাওঁ, নলবাৰী (অসম) পিন - ৭৮১৩৫০

দুৰ্যোগৰ হাতপুথি

Sarathi : A manual for community, volunteers and Development Practitioners associated with Disaster Risk Reduction process and programme written by Uddalak Datta and associated by Romen Das and published by Development Communication Cell, Gramya Vikash Mancha, Nalbari (Assam), Pin - 781350 under PSDRR Project, Assam supported by Actionaid India and funded by DIPECHO

প্ৰকাশক : ডেভেলপমেন্ট কমিউনিকেচন্ চেল, গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ

মুখ্য কাৰ্য্যালয় : ১ নং বৰধনৰা

ডাক : দক্ষিণগাওঁ

জিলা : নলবাৰী (অসম)

পিন - ৭৮১৩৫০

প্ৰকাশ : ২০১০ চন

স্বত্ব : প্ৰকাশক

বেটুপাত আৰু অংকন : অঞ্জল দত্ত

বেটুপাত সজ্জা : প্ৰফুল্ল ভট্ট

অক্ষৰ বিন্যাস : প্ৰফুল্ল ভট্ট, গিৰিশ দাস আৰু সুৰেণ বামচিয়াৰী

মুদ্ৰণ : অৰোৰা ফাইন আৰ্ট্ছ,
বামুণীমৈদাম, গুৱাহাটী-৭৮১০২১

(কেৱল ব্যক্তিগত সীমিত বিতৰণৰ বাবে)

আগকথা

অতীজৰে পৰা প্ৰতিখন সমাজৰে দুৰ্যোগৰ সতে মুখামুখি হব পৰা বা মোকাবিলা কৰিব পৰা নিজস্ব কৌশল আছে। অভিজ্ঞতাৰ ভিত্তিত সৃষ্টি হোৱা তেনে মোকাবিলাৰ কৌশল একোখন সমাজৰ বাবে অতিকৈ লগাতীয়াল সম্পদ। অন্যহাতে সময়ৰ লগে লগে দুৰ্যোগৰ ধৰণ - কৰণ সলনি হৈ গৈ আছে আৰু নিত্য নতুন দুৰ্যোগৰ কাৰক বৃদ্ধি হৈ গৈ আছে। আমাৰ সমাজখনক সুৰক্ষিত ভাবে ৰাখিবলৈ হলে সকলো ধৰণৰ দুৰ্যোগৰ সতে মুখামুখি হব পৰাকৈ সমাজখনক সু-সংগঠিত কৰাৰ প্ৰয়োজন। ইয়াৰ লগতে দুৰ্যোগৰ সতে মোকাবিলা কৰাৰ কৌশল আৰু অধিক সুদৃঢ় কৰাৰ প্ৰয়োজন আছে। তাৰ বাবে প্ৰাথমিকভাবে প্ৰয়োজন হব তথ্য, জ্ঞান আৰু সজাগতা। তথ্য, জ্ঞান আৰু সজাগতাই সচেতনতা বৃদ্ধি কৰিব পাৰে আৰু সচেতনতাই সমাজক সুৰক্ষিত বা নিৰাপদ অৱস্থালৈ আগবঢ়াই নিয়াত সহযোগ কৰিব পাৰে। 'সাৰথি' নামৰ হাতপুথিখনি সমাজৰ সকলো শ্ৰেণীৰ লোকৰ তথ্য আৰু জ্ঞান প্ৰসাৰৰ লগতে সজাগতা সৃষ্টি কৰাৰ লক্ষ্যৰে প্ৰকাশ কৰা হৈছে। এই পুস্তিকাখনি অধ্যয়নৰ পিছত প্ৰতিজন ব্যক্তিয়ে দুৰ্যোগ বিষয়ক তথ্য, জ্ঞান আৰু কৌশলসমূহ নিজ নিজ সমাজত বিয়পাই দিলে নিশ্চয় আমি বিচৰা লক্ষ্যত উপনীত হ'ব পাৰিম।

এই হাতপুথিখনি যুগুতাই উলিয়াইছে অসম তথা ভাৰতৰ বিভিন্ন স্থানৰ কৰ্ম অভিজ্ঞতাৰে সমৃদ্ধ ব্যক্তি উদ্যালক দত্ত ডাঙৰীয়াই আৰু তেওঁৰ সতে বিভিন্ন দিশত সহযোগিতা আগবঢ়াইছে অসম সৰ্বশিক্ষা অভিযান মিছনৰ প্ৰালোচক ৰমেন দাসে। পুস্তিকাখন প্ৰস্তুত কৰোতে স্থানীয় প্ৰচলিত জনবিশ্বাস, পৰম্পৰা আদিৰ লগতে বিভিন্ন ব্যক্তি, প্ৰতিষ্ঠান, গ্ৰন্থ তথা তথ্য পুস্তিকাৰ সহায় লোৱা হৈছে। ইয়াৰ উপৰিও একচন এইডৰ আঞ্চলিক প্ৰৱন্ধক শ্ৰী মৃগাল গোঁহাই, সংস্থাটোৰে স্বপন সিনহা, আব্দুল হাচিব আৰু একচন এইডৰ অন্যান্য সহযোগী সদস্যৰ লগতে যোৰহাট জিলা শিক্ষা প্ৰশিক্ষণ প্ৰতিষ্ঠানৰ অধ্যক্ষ উত্তম বৰদলৈ, অসম সৰ্বশিক্ষা অভিযান মিছনৰ উপ-অভিযন্তা অনিছউজ জামান আৰু প্ৰাক্তন প্ৰালোচক শ্ৰী হোমেশ্বৰ কলিতাক বিশেষ ধন্যবাদ জ্ঞাপন কৰিছো আৰু তেখেতসকলৰ বহুমূলীয়া বৰঙনিৰ বাবে শলাগ লৈছো। নলবাৰী জিলাৰ দুৰ্যোগ আৰু ইয়াৰ আশংকা প্ৰশমন প্ৰকল্পৰ অন্তৰ্গত বিদ্যালয়সমূহ শিক্ষক-শিক্ষয়িত্ৰী তথা সমল শিক্ষক-সকল, পৰামৰ্শ সমিতিৰ সদস্যসকল, গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চৰ কৰ্মকৰ্তা তথা স্বেচ্ছাসেৱকসকলক বিশেষভাৱে কৃতজ্ঞতা জনাইছো।

সদৌ শেষত অসমৰ ৰাজহ আৰু দুৰ্যোগ ব্যৱস্থাপনা মন্ত্ৰী মাননীয় ডাঃ ভূমিধৰ বৰ্মন মহোদয়ে নলবাৰীৰ এই প্ৰকল্প ৰূপায়িত বিদ্যালয় তথা গাওঁসমূহৰ উপৰিও সমগ্ৰ ৰাজ্যখনৰ কাৰণে দুৰ্যোগ আৰু ইয়াৰ আশংকা প্ৰশমনৰ এক সুন্দৰ নিদৰ্শন হোৱাৰ লক্ষ্যত আগবঢ়োৱা পৰামৰ্শৰ বাবে গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ, নলবাৰী তেখেতৰ ওচৰত আজীৱন কৃতজ্ঞ হৈ ৰব।

অজানিতভাবে ৰৈ যোৱা ভুল-ভ্ৰুতিসমূহ আঙুলিয়াই দিলে পৰবৰ্ত্তী পৰ্য্যায়ত শুধৰণি কৰা হ'ব আৰু আমি তেওঁলোকৰ ওচৰত চিৰকৃতজ্ঞ হম। শেষত হাতপুথিখনি যি লক্ষ্যৰে প্ৰকাশ কৰা হৈছে সেই লক্ষ্যত উপনীত হ'বলৈ সকলোৰে সক্ৰিয় সহযোগিতা শ্ৰদ্ধাৰে কামনা কৰিলো। আহক, দুৰ্যোগৰ ক্ষয়-ক্ষতিৰ আশংকা প্ৰশমনৰ বাবে একেলগে আগবাঢ়ো।

শ্ৰদ্ধাৰে -

পৃথিভূষণ ডেকা

সভাপতি

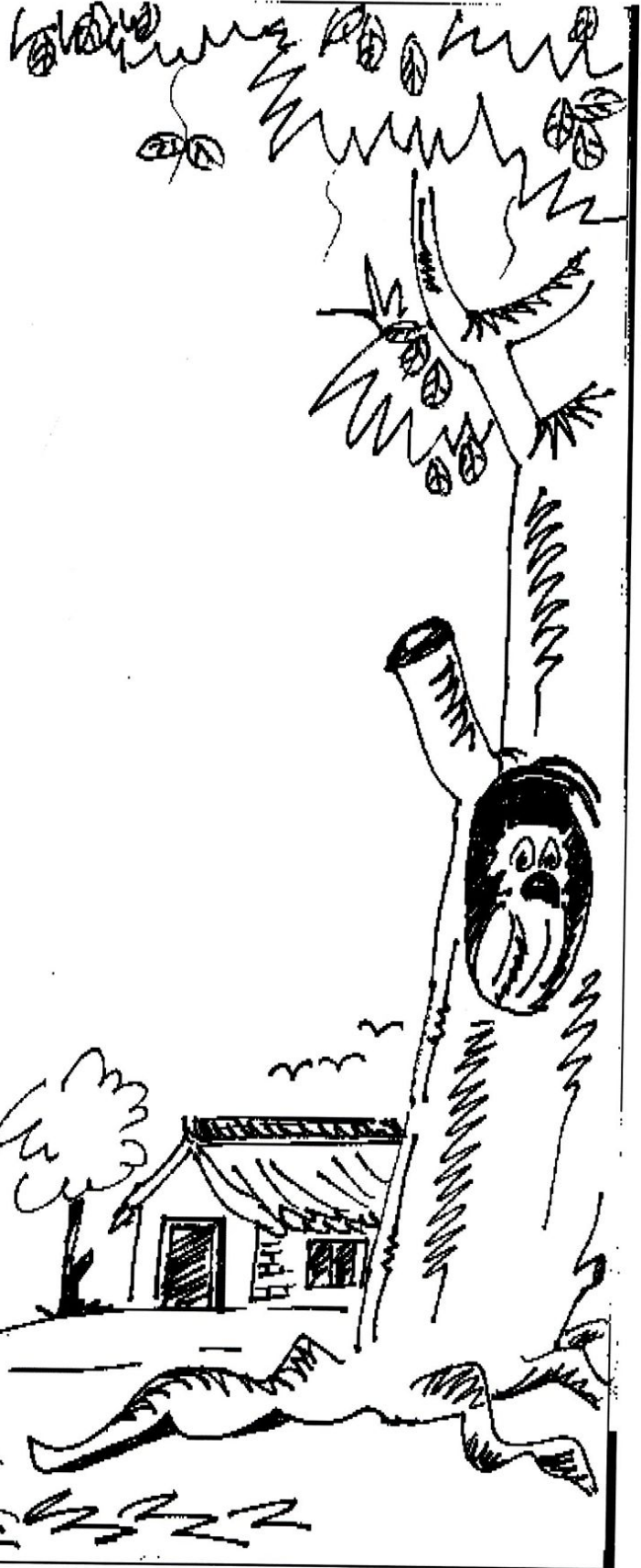
গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ

ভে
চি
চি

মানুহৰ জীৱনত সকলো ঘটনা
ভবামতে নঘটে। নভবাকৈ ঘটা
কিছুমান ঘটনাই জীৱনত শুভ অৰ্থ

কঢ়িয়াই আনে আৰু কিছুমান ঘটনাই
জীৱনত অশুভ প্ৰভাৱ পেলায়। এনে অশুভ
ঘটনাবোৰক 'অঘটন' বুলি কওঁ। সৰু-সুৰা
ঘটনাবোৰ আমি দৈনন্দিন জীৱনৰ অংগ
হিচাপে মানি লৈ এনে পৰিস্থিতিৰ সৈতে
সহজভাৱে মোকাবিলা কৰি লওঁ। কিন্তু
কিছুমান 'অঘটনে' আমাৰ জীৱন (শাৰীৰিক
বা মানসিকভাৱে) আৰু সম্পত্তি বিপদগ্ৰস্ত
কৰি তোলে আৰু এনে ধৰণৰ ঘটনাক
'দুৰ্যোগ' আখ্যা দিয়া হয়।

দুৰ্যোগ আমাৰ জীৱনৰ বিভিন্ন
পৰিসৰত আহিব পাৰে - ব্যক্তিগত ভাবে,
এটা পৰিয়ালৰ, এটা চুবুৰীৰ, এখন গাঁৱৰ,
এটা মহকুমাৰ, এখন জিলাৰ, এখন প্ৰদেশৰ,
এখন দেশৰ বা গোটেই পৃথিৱীখনৰ। এজন
মটৰ-চাইকেল আৰোহী দুৰ্ঘটনাগ্ৰস্ত হলে



দুৰ্যোগৰ হাতপুথি

তেওঁৰ জীৱনলৈ দুৰ্যোগ নামি আহিব পাৰে; যদি তেওঁ, পৰিয়ালৰ একমাত্ৰ উপাৰ্জনক্ষম সদস্য হয় তেনেহলে এই দুৰ্ঘটনাই গোটেই পৰিয়ালটোলৈ দুৰ্যোগ আনিব পাৰে।

এটা ঘৰত জুই লাগিলে এটা পৰিয়াল দুৰ্যোগৰ সন্মুখীন হ'ব পাৰে, কিন্তু এই জুই নিয়ন্ত্ৰণৰ বাহিৰ হৈ বিয়পি গ'লে চুবুৰীটোৰ বা গাঁওখনৰ সকলো পৰিয়ালৰ বাবে দুৰ্যোগৰ কাৰণ হ'ব পাৰে। তেনেদৰে বানপানীয়ে একোটা অঞ্চল, একোখন জিলা বা একোখন প্ৰদেশৰ সামাজিক জীৱন দুৰ্যোগপূৰ্ণ কৰি তুলিব পাৰে। মহামাৰীৰ দৰে ঘটনায়ো একোখন বা কেইবাখনো দেশত দুৰ্যোগৰ সৃষ্টি কৰিব পাৰে।

একোটা অঘটনক 'দুৰ্যোগ' বুলি ক'ব পাৰোঁ, যদি

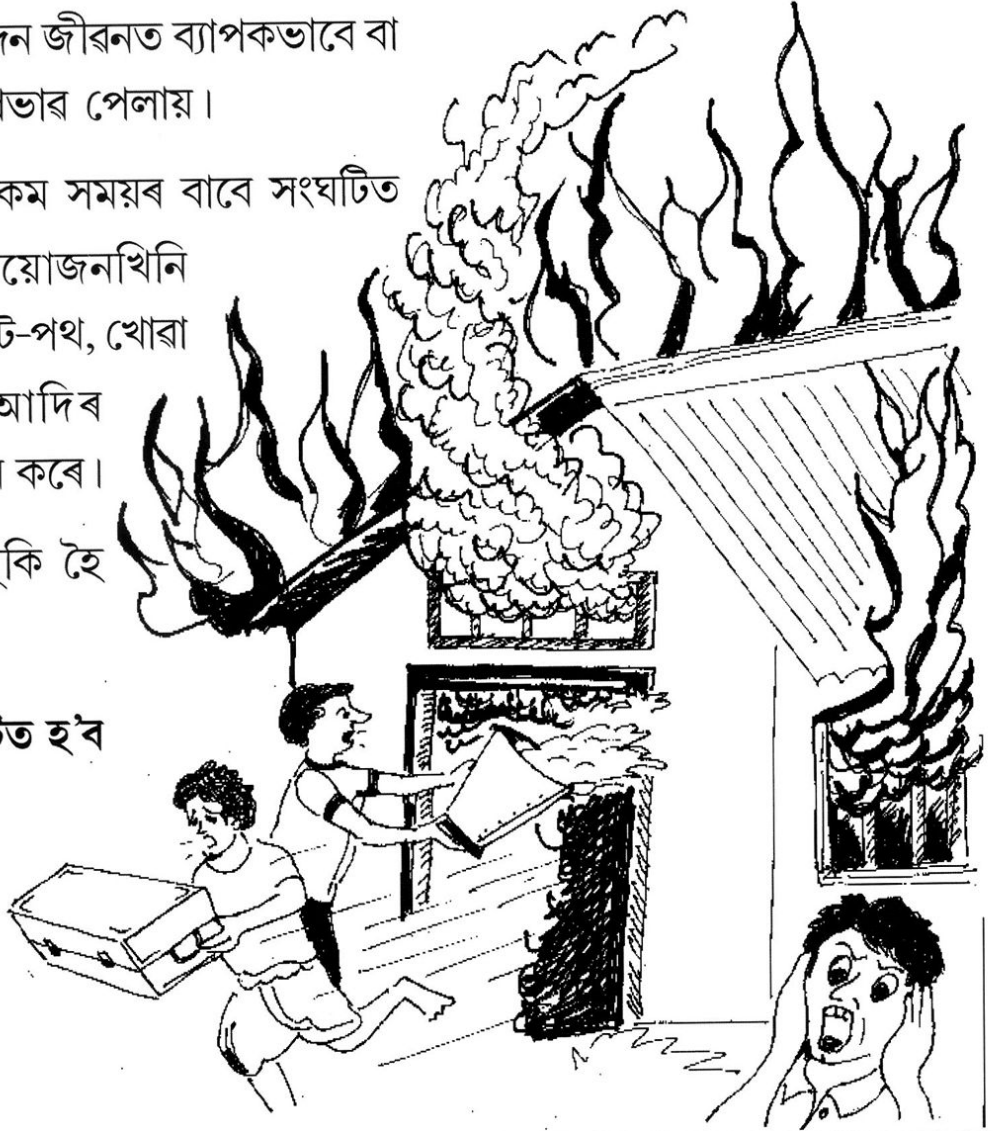
☞ ই আমাৰ মৌলিক প্ৰয়োজনখিনি- যেনে খাদ্য, বস্ত্ৰ, বাসস্থান, স্বাস্থ্য আদি - পূৰণ হোৱাত ব্যাঘাত জন্মাই দৈনন্দিন জীৱনত ব্যাপকভাবে বা সম্পূৰ্ণভাবে বিৰূপ প্ৰভাৱ পেলায়।

☞ ই তুলনামূলকভাবে কম সময়ৰ বাবে সংঘটিত হ'লেও মৌলিক প্ৰয়োজনখিনি যেনে, খেতি-বাতি, বাট-পথ, খোৱা পানীৰ যোগান আদিৰ দীৰ্ঘম্যাদী ক্ষতি সাধন কৰে।

☞ ই জীৱনৰ প্ৰতি ভাবুকি হৈ পৰে।

'দুৰ্যোগ' দুই ধৰণে সংঘটিত হ'ব পাৰে-

- ১) প্ৰাকৃতিক কাৰণত
- ২) মানৱিক কাৰণত

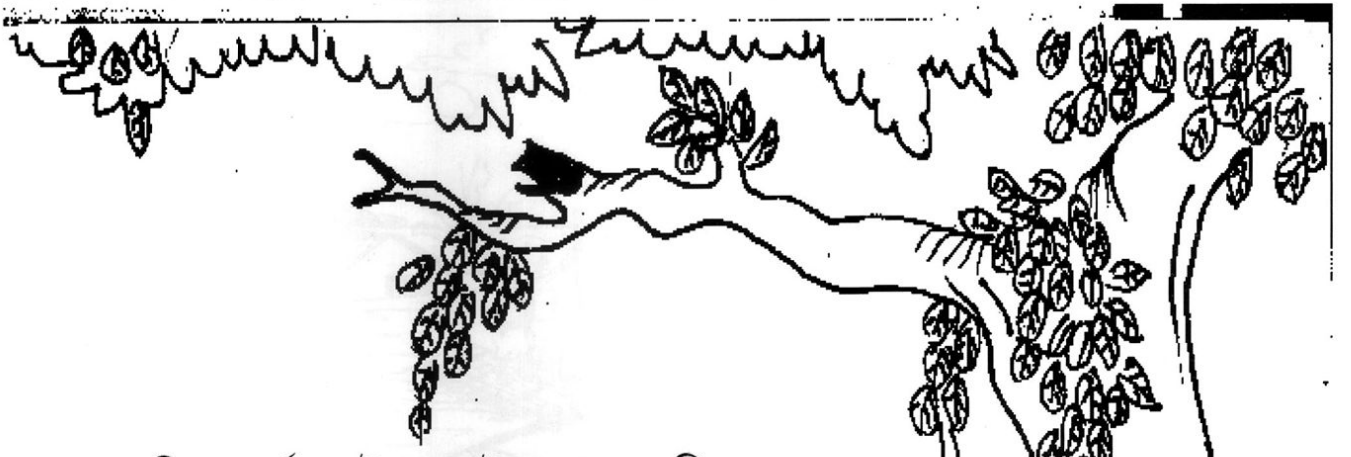




– প্ৰাকৃতিক কাৰণত সংঘটিত দুৰ্যোগক ‘প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগ’ বুলি কোৱা হয়। এনে ধৰণৰ দুৰ্যোগ সাধাৰণতে ব্যাপক পৰিসৰত হয়। আমাৰ বাবে দুৰ্যোগ সৃষ্টি কৰা আটাইতকৈ পৰিচিত প্ৰাকৃতিক পৰিঘটনা হ’ল বানপানী আৰু ভূমিকম্প। এই দুয়োটা পৰিঘটনাই একোটা এলেকা প্ৰভাৱিত কৰে। অৱশ্যে দুয়োটা পৰিঘটনাৰ মাজত পাৰ্থক্য নথকা নহয়। সেই কেইটা হ’ল-

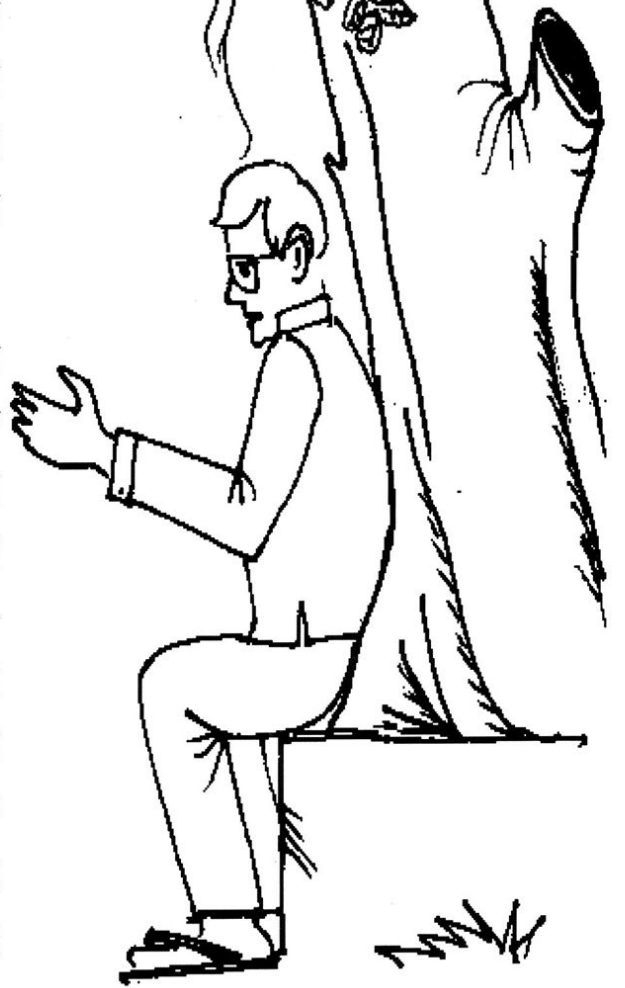
- ১) বানপানীৰ প্ৰভাৱ একোটা সৰু অঞ্চলৰ পৰা বৃহৎ অঞ্চললৈ বিস্তাৰিত হ’ব পাৰে। কিন্তু ভূমিকম্পৰ প্ৰভাৱে ব্যাপক অঞ্চল সামৰি লয়।
- ২) বানপানীৰ প্ৰকোপ এদিনৰ পৰা কেইবাটাও দিনলৈ থাকিব পাৰে। কিন্তু ভূমিকম্প কেইটামান মূহূৰ্তৰ বাবে সংঘটিত হয় যদিও ইয়াৰ প্ৰভাৱৰ দ্বাৰা দুৰ্যোগৰ সৃষ্টি হোৱাৰ সম্ভাৱনা বহু পৰিমাণে বেছি থাকে।
- ৩) বানপানীৰ সম্ভাৱনাৰ আগতীয়াকৈ উমান পোৱাটো সম্ভৱ। কিন্তু ভূমিকম্পৰ আগজাননী পোৱাটো এতিয়ালৈকে সম্ভৱপৰ হোৱা নাই।

ব্যক্তিগতভাবে অতি সীমিত পৰিসৰত দুৰ্যোগৰ কাৰণ হ’ব পৰা প্ৰাকৃতিক পৰিঘটনাটো হৈছে বজ্ৰপাত। বজ্ৰপাতে এটা নিৰ্দিষ্ট স্থানত আঘাত কৰে বাবে কেৱল সেই নিৰ্দিষ্ট স্থানত অৱস্থিত সম্পত্তি বা তাত উপস্থিত থকা মানুহ ইয়াৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হোৱাৰ সম্ভাৱনা থাকে।



মানৱিক দুৰ্যোগ সেইবোৰ ঘটনাৰ পৰা আহিব পাৰে যিবোৰ ঘটনাৰ বাবে প্ৰত্যক্ষভাবে বা পৰোক্ষভাবে মানুহৰ কিছুমান কাম-কাজ দায়ী। বিভিন্ন আকস্মিক দুৰ্ঘটনাৰ পৰা হ'ব পৰা দুৰ্যোগৰ ক্ষেত্ৰত মানুহৰ প্ৰত্যক্ষ সংযোগ থাকে।

তেনে কিছুমান ঘটনা হৈছে- যান-বাহনৰ দুৰ্ঘটনা, যান্ত্ৰিক বিজুতিৰ বাবে ঘটা দুৰ্ঘটনা, আতচবাজি আদি ফুটুৱাৰ সময়ত অসাবধানতাৰ বাবে হ'ব পৰা দুৰ্ঘটনা, বিপজ্জনক কৌশল প্ৰদৰ্শনৰ সময়ত হোৱা ভুলৰ বাবে হ'ব পৰা দুৰ্ঘটনা, সন্ত্ৰাসবাদী কাৰ্য-কলাপৰ ফলত হোৱা দুৰ্ঘটনা আদি। কিছুমান দুৰ্যোগৰ সৈতে আকৌ মানুহৰ পৰোক্ষ সংযোগ থাকিব পাৰে। বহুতো প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগৰ আঁৰত মানুহৰ কাৰ্য-কলাপ পৰোক্ষভাবে জৰিত হৈ থাকে। এই বিষয়ে আমি অলপ পিছত আলোচনা কৰিম।



এইখিনিতে এটা গুৰুত্বপূৰ্ণ কথা উল্লেখ কৰাটো সমিচীন হ'ব- বানপানী, ভূমিকম্প বা বজ্ৰপাত, এই তিনিওটা প্ৰাকৃতিক ঘটনাই সদায়ে দুৰ্যোগৰ সৃষ্টি নকৰে। ঘটনাক আমি তেতিয়ালৈকে 'দুৰ্যোগ' আখ্যা দিব নোৱাৰোঁ যেতিয়ালৈকে ইয়াৰ প্ৰভাৱে আমাৰ দৈনন্দিন জীৱন ব্যাহত নকৰে বা জীৱন তথা সা-সম্পত্তিৰ প্ৰতি ভাবুকি হৈ নপৰে।

আমাৰ সমাজত থকা কিছুমান জন-বিশ্বাসত বানপানী বা ভূমিকম্পৰ আগজাননী সম্পৰ্কে কিছুমান লক্ষণ উল্লেখ আছে। এনে ধৰণৰ কেইটামান জন-বিশ্বাস হৈছে-

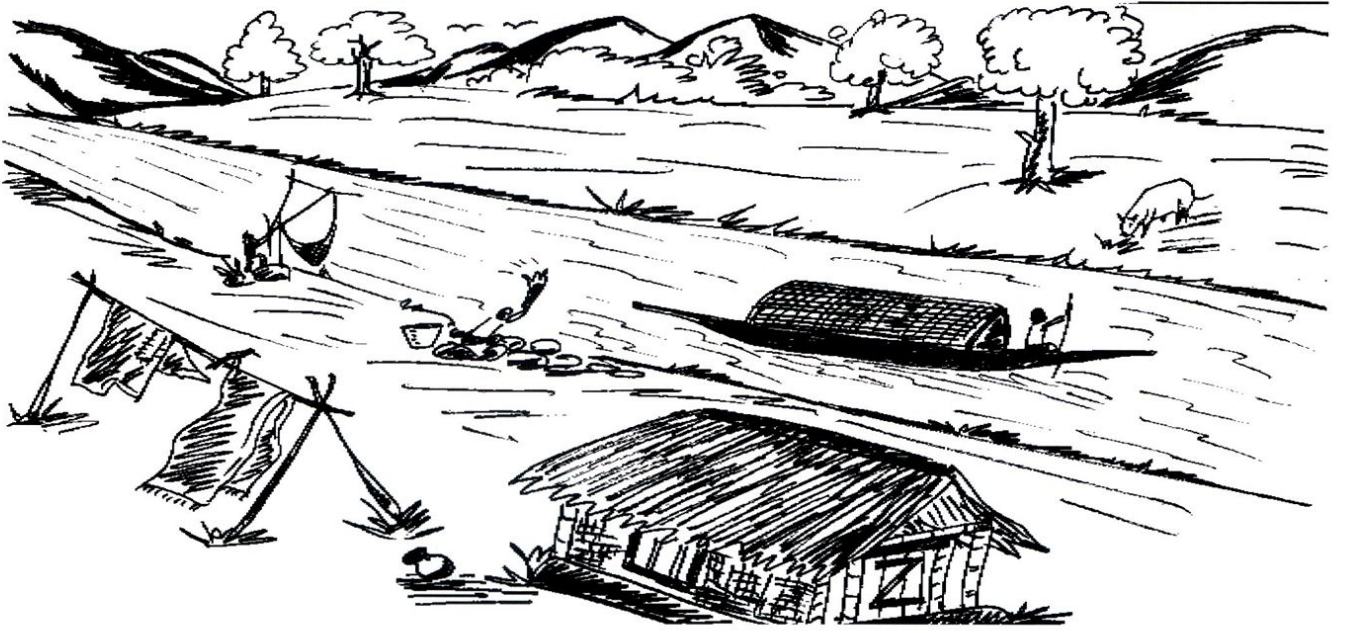
লক্ষণ	সংকেত
গৰু, ম'হ, ছাগলী আদিয়ে গোহালি বা গড়াঁলত অস্বাভাবিক আচৰণ কৰিলে।	প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগৰ সম্ভাৱনা
পৰুৱাবিলাকে খাদ্য আৰু কণীবোৰ লৈ ওখ ঠাইলৈ স্থান পৰিবৰ্তন কৰিলে	বানপানীৰ সম্ভাৱনা
কাউৰীয়ে নিশা ৰমলিয়ালে	প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগৰ সম্ভাৱনা
কেকোঁৰাবোৰ বামলৈ উঠি আহিলে	বানপানীৰ সম্ভাৱনা
পুখুৰী, খাল-বিল আদিৰ মাছবোৰে জপিয়াবলৈ ধৰিলে	প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগৰ সম্ভাৱনা

এনে জন-বিশ্বাসসমূহৰ সম্পূৰ্ণ বিজ্ঞান সন্মত বিশ্লেষণ হোৱা নাই যদিও কিছুমান বিশ্বাস মতে কৰা পূৰ্বানুমান বহুক্ষেত্ৰত সঠিক হোৱা দেখা গৈছে। গতিকে এনে ধৰণৰ কিছুমান লক্ষণ আমাৰ দৃষ্টিগোচৰ হ'লে নিজকে তথা চুবুৰীটো -গাওঁখনক সতৰ্ক কৰি ৰাখিলে অপকাৰ নিশ্চয় নহ'ব।

বাঁহ সাধাৰণতে নুফুলে। কিন্তু বাঁহ ফুলিলে অনাটন হয়। কথাষাৰ অতীজৰে পৰা আমাৰ সমাজত প্ৰচলিত হৈ আহিছে। কেইবছৰমান আগতে মিজোৰামত ব্যাপক ৰূপত বাঁহফুলা আৰু ইয়াৰ পৰা হ'ব পৰা অনাটন প্ৰতিৰোধ কৰাৰ বাবে চৰকাৰে গ্ৰহণ কৰা ব্যৱস্থাৰ কথা আমি আটায়ে জানো।

বাঁহৰ ফুল এন্দুৰৰ প্ৰিয় খাদ্য আৰু ই এন্দুৰৰ বংশ বৃদ্ধিত সহায় কৰে। ব্যাপক হাৰত হোৱা বংশ বৃদ্ধিৰ ফলত এন্দুৰে পথাৰৰ বা ভৰালৰ ধান খাই শেষ কৰে। ফলত অনাটন হয়।

আমাৰ জিলাখন বানপানী প্ৰৱণ জিলা হিচাপে জনাজাত আৰু দক্ষিণ-পূব নলবাৰী অঞ্চলটো জিলাখনৰ ভিতৰতে আটাইতকৈ বেছি বানপীড়িত। পাগলাদিয়াৰ অনিশ্চিত সূঁতি, নোনাই কঢ়িওৱা ভূটানৰ অতিৰিক্ত পানী আদিয়ে বাৰিষা কালত এই অঞ্চলটোক জলমগ্ন কৰি তোলে। যোৱা কেইবছৰমানৰ পৰা বানপানীৰ তীব্ৰতা বঢ়া-টুটা হৈ আহিছে যেন অনুভৱ হৈছে। ইয়াৰ মূল কাৰণ কেইটামান হ'ল — পাগলাদিয়া নদীৰ পৰা বৰভাগ, বড়িগোগ - বনভাগক ৰক্ষা কৰিবলৈ বহু বছৰ আগতে এটা মথাউৰি নিৰ্মাণ কৰা হৈছিল। বাৰিষা কালত অত্যাধিক বৰষুণৰ ফলত জমা হোৱা পানী ভূটান চৰকাৰে সময়ে সময়ে মুকলি কৰি দিয়াৰ ফলত এই অতিৰিক্ত পানী নোনা আৰু বৰলীয়া নৈৰে বৈ আহি এই অঞ্চলটো জলমগ্ন কৰিছিল। পশ্চিমফালে থকা মথাউৰিয়ে পানীখিনি আবদ্ধ কৰি ৰখাৰ বাবে এই অতিৰিক্ত পানীখিনিয়ে বানপানীৰ সমস্যাটো অধিক জটিল কৰি তুলিছিল।

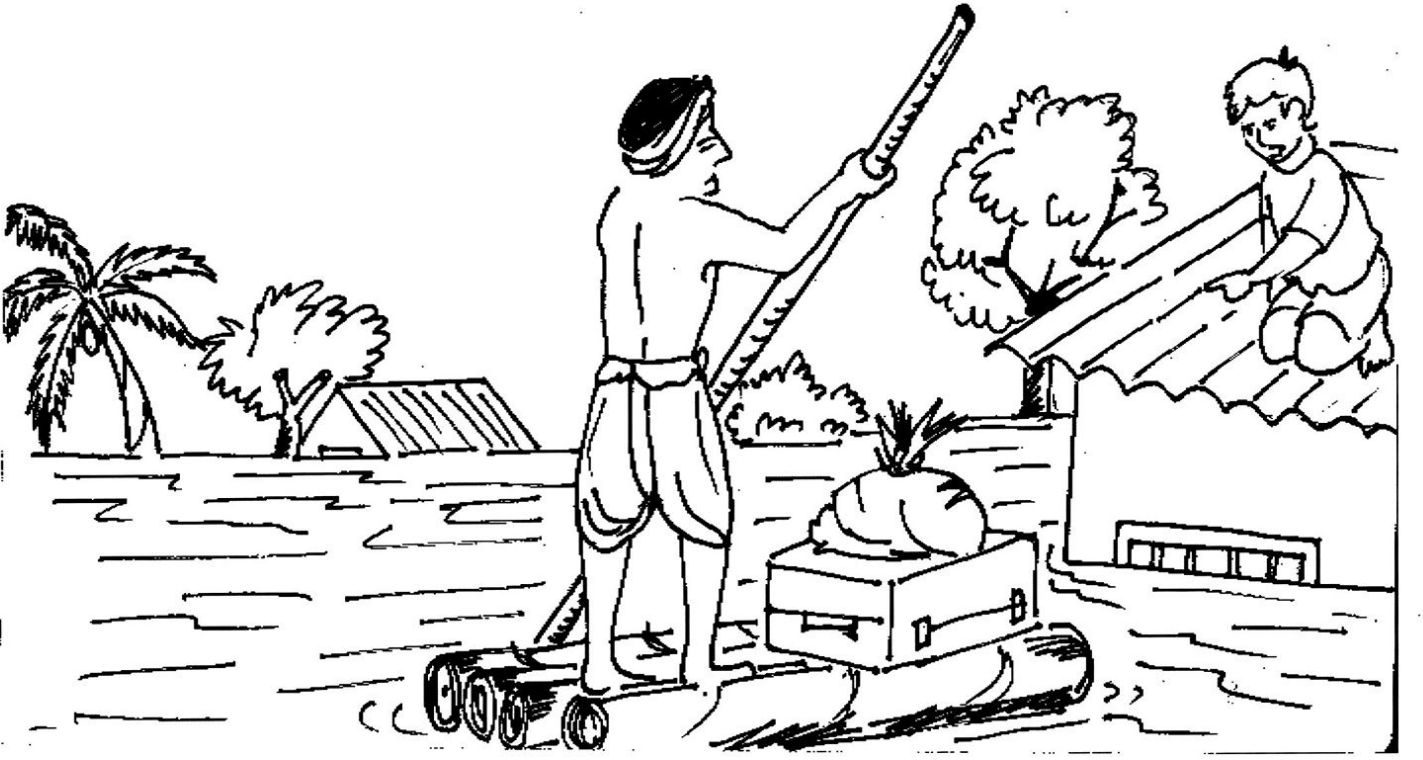


আজি কিছুবছৰ আগতে এটা জান খান্দি অতিৰিক্ত পানীখিনি উলিয়াই দিয়াৰ দিহা কৰা হৈছিল। এই জানটো সখাজান বুলি জনা যায়। দ্বিতীয়তে, পাগলাদিয়া নদীয়েও দিক্ পৰিবৰ্তন কৰি পশ্চিমমুৱা সূঁতিৰে মূল ধাৰাটো বৈ যাবলৈ ধৰাত পূৰ্বৰ সূঁতিটোত বাৰিষাৰ ঢলৰ তীব্ৰতা বহু পৰিমাণে কমি গ'ল। তৃতীয়তে, বৰষুণৰ পৰিমাণ কমি অহা তথা অনিশ্চয়তাই অতিৰিক্ত পানীৰ সমস্যাটো ক্ৰমশঃ হ্রাস কৰি আনিছে। এই সকলোবোৰ কাৰকৰ যৌথ প্ৰভাৱত সম্প্ৰতি বানপানীৰ প্ৰকোপৰ তীব্ৰতা কম হোৱা যেনহে অনুভৱ হৈছে।

বানপানীৰ ফলত এই অঞ্চলটোৰ লগতে কাষৰীয়া অঞ্চলসমূহ বিভিন্ন সমস্যাৰ সন্মুখীন হোৱা দেখা যায়। ঘৰ, দুৱাৰ অনিষ্ট হোৱাৰ লগতে বাট-পথৰো যোগাযোগ বিচ্ছিন্ন হৈ পৰে। পানীত ডুবি বা উটুৱাই নিয়াৰ ফলত পোহনীয়া জীৱ-জন্তুৰ মৃত্যু হয়। মেলেৰীয়া, ভাইৰেল জ্বৰ, ডায়েৰীয়া আদিয়েকেতিয়া মহামাৰীৰ ৰূপ ধাৰণ কৰে। বানপানীৰ পিছতো দূষিত পৰিবেশে ৰোগ আদি সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰে। বানপানীৰ সময়ত বিশুদ্ধ খোৱা পানীৰ যথেষ্ট নাটনিয়ে দেখা দিয়ে। কিয়নো পানীৰ উৎসসমূহ ঘাইকৈ পুখুৰী আৰু দমকল বানপানীত তল যায়। ভৰালৰ বীজ, শস্য আদিৰো যথেষ্ট ক্ষতি হয়।

বানপানীৰ ফলত মানুহৰ জীৱিকাত বিশেষকৈ প্ৰাকৃতিক সম্পদৰ ওপৰত হুস্কালীন আৰু দীৰ্ঘকালীন দুইধৰণে প্ৰভাৱ পৰে। জান-জুৰি, বিল, পথাৰ আদি পুতি পেলায়। কেতবোৰ ঠাইত পুখুৰী সদৃশ গাঁতৰ সৃষ্টি হয়। কৃষি ভিত্তিক মানুহখিনিৰেই যথেষ্ট ক্ষতি সাধন হয়। যাৰ হালৰ গৰু উটুৱাই নিছে নাইবা শস্যৰ বীজ নষ্ট হৈছে আৰু তাৰ ফলত তেওঁ জীৱন-জীৱিকাত কিমান বাধা বা কষ্টৰ সন্মুখীন হৈছে কেৱল তেঁৱেইহে অনুভৱ কৰিব পাৰে।

ঠিক একেদৰে বানপানীৰ বালিয়ে এখন বিল বা দ ঠাইসমূহ পুতি মাছমৰীয়া সকলৰ জীৱিকাৰো ওৰ পেলায়। যিসকলে দিন হাজিৰা কৰে সেই লোকসকলৰ বাবে ই 'কাম



দুহোৰাৰ হাতপুথি

নোহোৱা' অৰ্থাৎ নিবনুৱা সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰিছে। এই ক্ষেত্ৰত আগতে কৈ অহাৰ দৰে কিছু চিন্তা বা কাম কৰিবই লাগিব।

দক্ষিণ-পূব নলবাৰীৰ বান পৰিস্থিতিৰ এই প্ৰতিচ্ছবিখনে এটা কথা স্পষ্ট কৰি দিছে যে, বানপানীৰ সমস্যাটোৰ মূল কাৰণটো প্ৰাকৃতিক অৱস্থানজনিত। পাগলাদিয়া, নোনা, বৰলীয়া— এইকেইখন নদীৰ অৱস্থান আৰু প্ৰকৃতি সমগ্ৰ অঞ্চলটোতকৈ তুলনামূলকভাৱে দ হোৱাৰ বাবে বানপানীৰ তীব্ৰতা স্বাভাৱিকতে বৃদ্ধি পায়। পাগলাদিয়াৰ মথাউৰিয়ে পাগলাদিয়াৰ প্ৰকোপৰ পৰা কিছু পৰিমাণে সকাহ দিব পাৰিলেও অইন দিশৰ পৰা অহা পানীক আৱদ্ধ হোৱাত সহায় কৰি পৰিস্থিতিটোক অধিক জটিল কৰি তোলে। সথাজানটো খন্দাৰ পিছতহে যেনিবা পৰিস্থিতি অলপ ভালৰ ফালে আহে। ২০০৬ চনৰ পাছত তেনেকৈ ব্যাপক ৰূপত বানপানী হোৱা নাই।

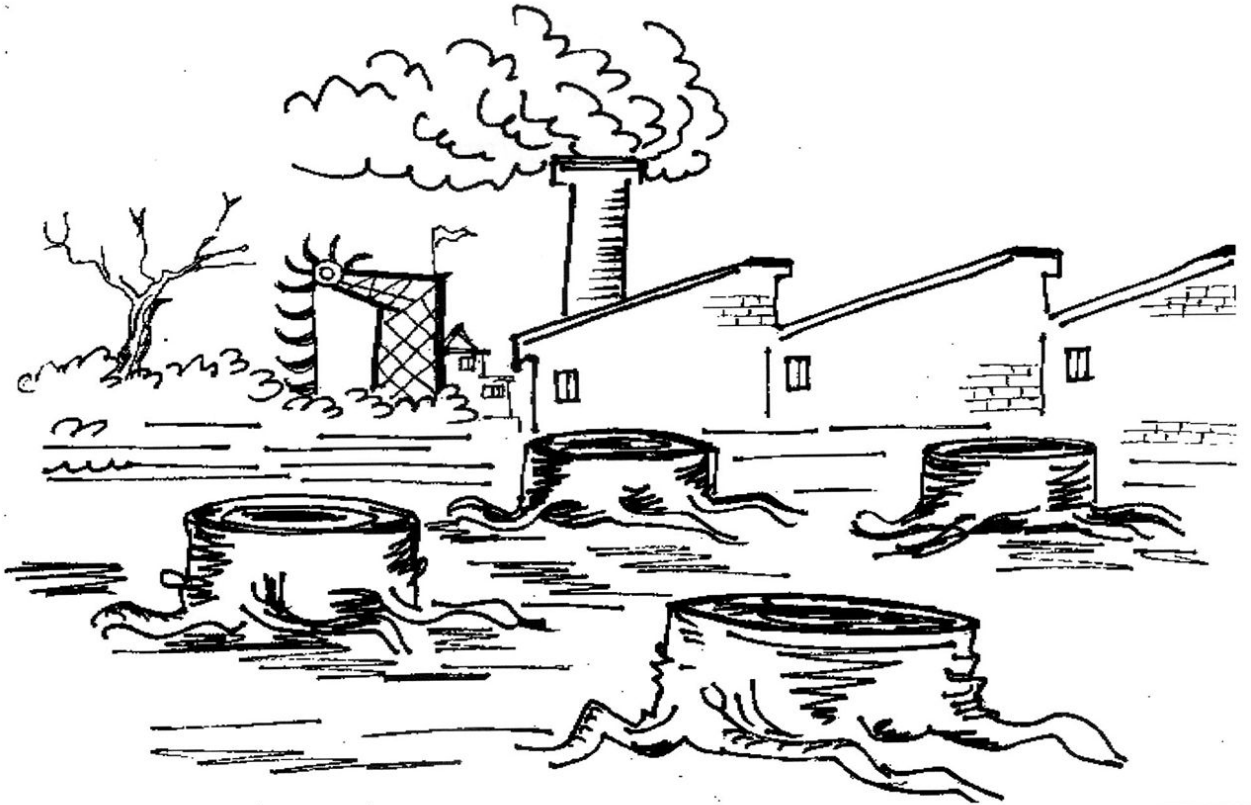
গতিকে, বানপানীৰ তীব্ৰতা কমাবলৈ পানী ওলাই যাব পৰা দিহা কৰাটোহে যুক্তিসংগত পদক্ষেপ হ'ব। এই ক্ষেত্ৰত সমজুৱাভাৱে এটা উদ্যোগ লোৱাটো ফলপ্ৰসূ হ'ব। অৱশ্যে আমি নিজাববীয়াকৈও কিছুমান কথাত সতৰ্কতা অৱলম্বন কৰি এই দিশত অৰিহণা যোগাব পাৰোঁ। যেনে, ঘৰ সজাৰ বা চৌহদটোৰ পৰিসৰ বঢ়োৱাৰ সময়ত পানী ওলাই যোৱাৰ দিহাটো আগতীয়াকৈ পৰিকল্পনা কৰি নিশ্চিত কৰা আৰু পানী ওলাই যোৱা নলা-নৰ্দমা আদি যাতে বন্ধ হৈ নাথাকে তাৰ বাবে সময়ে সময়ে, বিশেষকৈ বাৰিষা কালত, ব্যৱস্থা লোৱা।



ৱে
ৱি
ৱি

আমি সচৰাচৰ সন্মুখীন হোৱা প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগবোৰৰ কথা আলোচনা কৰি থাকোতে লাহে লাহে এটা কথা বুজি পোৱা গৈছে যে, সাম্প্ৰতিক কালত প্ৰকৃতিৰ প্ৰক্ৰিয়াসমূহ যেন দিশহাৰা হৈ পৰিছে। বৰষুণৰ পৰিমাণ কমি আহিছে তথা অনিয়মীয়া হৈ আহিছে। জহকালি গৰমৰ প্ৰকোপ আৰু ম্যাদ যথেষ্ট বৃদ্ধি পাইছে। আগতে প্ৰভাৱিত নোহোৱা অঞ্চলসমূহ ক্ৰমান্বয়ে সহজতে বানপানীৰ দ্বাৰা আক্ৰান্ত হ'ব ধৰিছে। প্ৰকৃতিয়ে যেন স্বাভাৱিক সম্ভলিত ৰূপ হেৰুৱাই পেলাইছে।

এনে অস্বাভাৱিক অৱস্থা সৃষ্টিৰ মূলতে হ'ল প্ৰকৃতিৰ ওপৰত মানুহৰ নিয়ন্ত্ৰণৰ প্ৰচেষ্টা। আমি সকলোৱে জনা এটা কাৰণ হ'ল- জৰ্ধেমধে গছ কটাৰ প্ৰক্ৰিয়া। উদ্যোগ আৰু অন্যান্য ব্যৱসায়িক লাভাৰ্থে দ্ৰুতগতিত ব্যাপক হাৰত গছ-গছনি সংহাৰ কৰাৰ বাবে প্ৰকৃতিৰ ভাৰসাম্যতাৰ তাৰতম্য ঘটি এক বিপজ্জনক পৰ্যায় পাইছেগৈ। গছনো কেনেকৈ প্ৰাকৃতিক ভাৰসাম্য ৰক্ষা কৰে এই বিষয়ে জানি ল'লে কথাখিনি বুজি পোৱাত সহায়ক হ'ব। প্ৰাকৃতিক ভাৰসাম্যৰ ক্ষেত্ৰত গছৰ আটাইতকৈ গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা হ'ল বতাহত অক্সিজেনৰ মাত্ৰা অক্ষুণ্ণ ৰখা। মানুহ সমন্বিতে সকলো প্ৰাণীয়ে উশাহত অক্সিজেন গ্ৰহণ কৰে আৰু নিশাহত এণ্ডাৰগেছ



(কাৰ্বন-ডাই-অক্সাইড) এৰি দিয়ে। বিশ্বৰ ইমানবোৰ প্ৰাণীয়ে এনেদৰে উশাহত অক্সিজেন গ্ৰহণ কৰি নিশাহত এঙাৰগেছ এৰি দি থাকোতে এতিয়ালৈকে বাতাবৰণত অক্সিজেন নোহোৱা হৈ এঙাৰগেছেৰে পৰিপূৰ্ণ হ'ব লাগিছিল।

যিহেতু এঙাৰগেছ প্ৰাণীজগতৰ বাবে অনুকূল নহয়, ইমানদিনে মানুহ সমন্বিতে সকলোবোৰ প্ৰাণী জীয়াই থকাটো কেনেদৰে সম্ভৱপৰ হ'ল? ইয়াৰ গুৰিতে হ'ল গছ-গছনি। গছ-গছনিয়ে এঙাৰগেছ গ্ৰহণ কৰি অক্সিজেন এৰি দিয়ে। সূৰ্যৰ কিৰণৰ সহায়ত দিনৰ ভাগত গছে এঙাৰগেছক অক্সিজেনলৈ ৰূপান্তৰিত কৰে। এই গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকাৰ আধাৰতে এইষাৰ বচনৰ প্ৰচলন হৈছে- 'গছ থাকিলেহে মানুহ থাকিব।' কেৱল এয়ে নহয়, বিশ্বৰ ইতিহাসত গছ-গছনিয়ে প্ৰাণী জগতক বিশেষকৈ মানুহক আন বহুতো দিশেৰে উপকৃত কৰে। প্ৰাণীজগতৰ আহাৰৰ এক বৃহৎ অংশ গছ-গছনিয়েই যোগান ধৰে। মানুহে ঘৰ-দুৱাৰ সাজিবলৈ কাঠ, ৰন্ধা-বঢ়া কৰিবলৈ খৰি আদি গছ-গছনিৰ পৰাই পোৱা হয়। কাপোৰ তৈয়াৰ কৰিবলৈ প্ৰয়োজনীয় সূতাৰ জন্মও ঘাইকৈ গছ-গছনিৰ ওপৰতেই নিৰ্ভৰশীল। কেতবোৰ গছৰ পৰা তেলযুক্ত পদাৰ্থও অহৰণ কৰা হয়। সাম্প্ৰতিক কালত গছ-গছনিৰ পৰা তৈয়াৰ কৰা আটাইতকৈ উল্লেখযোগ্য সামগ্ৰীবিধ হৈছে- কাগজ। সেইবাবেই কথিত আছে 'এক বৃক্ষ দশ পুত্ৰসম।'

গছৰ দ্বিতীয় উল্লেখযোগ্য ভূমিকাটো হ'ল- ভূমি সংৰক্ষণ। গছে শিপাৰ দ্বাৰা মাটিত খামোচ মাৰি ধৰি মাটিৰ খহনীয়া প্ৰতিৰোধ কৰে। পাহাৰুৱা অঞ্চলত গছৰ এই ভূমিকা অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ। গছ-গছনিৰ আচ্ছাদনে এহাতে মাটিৰ খহনীয়াত বাধা দিয়ে আৰু আনহাতে বৰষুণৰ তীব্ৰতাক ধৰাতললৈ স্পৰ্শ কৰিব নিদিয়। ফলত মাটি খহাৰ সম্ভাৱনা হ্রাস পায়। বাতাবৰণৰ উষ্ণতা আৰু আৰ্দ্ৰতা নিয়ন্ত্ৰণ কৰি সম্ভুলিত কৰি ৰাখে। ফলত বৰষুণ সঠিত মাত্ৰাত আৰু নিয়মীয়াকৈ হোৱাত সহায়ক হয়। সঠিক মাত্ৰাৰ বৰষুণে মাটিৰ উৰ্বৰতা অক্ষুণ্ণ ৰখাত সহায় কৰে।

ইফালে মানুহে নিৰ্বিচাৰে বনাঞ্চল ধ্বংস কৰি গৈ আছে। ফলত পাহাৰুৱা অঞ্চলসমূহত ভূমিস্থলন ঘটি নৈ-উপনৈসমূহ বাম হ'বলৈ ধৰাত বানপানীৰ তীব্ৰতা আৰু প্ৰসাৰ বাঢ়িছে। অনিয়মীয়া বৰষুণে খেতি-বাতিৰ পৰা হ'ব পৰা লাভালাভ অনিশ্চিত কৰি তুলিছে। বতাহ প্ৰদূষিত হৈ প্ৰাণীজগত বিপদাপন্ন হৈছে। ইয়াৰ উপৰিও বনাঞ্চল ক্ৰমশঃ হ্রাস পাই অহাৰ ফলত আহাৰ আৰু আশ্ৰয় হেৰুৱাই বন্যপ্ৰাণীসমূহে মানুহৰ বসতিস্থললৈ ওলাই আহিছে। আৰম্ভ হৈছে সংঘাত। উদাহৰণ স্বৰূপে আমি হাতী-মানুহৰ সংঘাতৰ কথা কৈ ধৰিব পাৰো। অৰণ্যত আহাৰ সীমিত হৈ অহাৰ ফলত হাতীয়ে পথাৰৰ শস্য খাইছে আৰু নষ্ট কৰিছে। ঘৰবাৰীৰ ক্ষতি কৰাৰ লগতে

মানুহৰো প্ৰাণ হানি হৈছে। ইফালে অৰণ্যৰ পৰা ওলাই অহা নিৰীহ জীৱ-জন্তুকো মানুহে নিধন কৰিছে।

এতিয়া আমি ভালদৰে বুজি পালোঁ যে, গছ-গছনি কমি যোৱাৰ ফলত আমাৰ বাতাবৰণত বিসংগতিয়ে দেখা দিছে। আমি নিজে জীয়াই থাকিবলৈ বনাঞ্চল সুৰক্ষিত কৰিব লাগিব আৰু বনাঞ্চল সুৰক্ষিত হ'লেহে আমাৰ আপুৰুগীয়া উদ্ভিদ আৰু জীৱ-জন্তুসমূহ বাচি থাকিব। গছ-গছনি সংৰক্ষণৰ বাবে চৰকাৰে বিভিন্ন আঁচনি হাতত লৈছে যদিও ৰাইজ যদি নিজে সজাগ নহয়, এনেবোৰ আঁচনিৰে কেতিয়াও সম্পূৰ্ণভাবে গছ-গছনি সংৰক্ষণ নিশ্চিত কৰিব নোৱাৰে। আমি কি কৰিব পাৰোঁ বাৰু?

- ☞ আমি গছপুলি ৰুব পাৰোঁ। আমাৰ খেতি-বাতিখিনিৰ প্ৰসাৰ বঢ়াব নোৱাৰিলেও যিমানদূৰ সম্ভৱ হ্রাস নকৰাতো নিশ্চিত কৰিব পাৰোঁ।
- ☞ কাগজ ব্যৱহাৰৰ ক্ষেত্ৰত সাৱধান হ'ব পাৰোঁ। কাগজৰ যাতে অপব্যয় নহয় তাক নিশ্চিত কৰিব পাৰোঁ। যিমানদূৰ সম্ভৱ একেখন কাগজকেই বিভিন্ন কামত ব্যৱহাৰ কৰাৰ দিহা উলিয়াই ল'ব পাৰোঁ।
- ☞ আমাৰ আহাৰৰ তালিকাত বিভিন্ন শাক-পাচলিৰ আমাৰ অসমীয়া প্ৰকৰণসমূহ ৰাখিব পাৰোঁ। শাক-পাচলিখিনি বাৰীতে খেতি কৰি ল'ব পাৰিলে তিনিটা উপকাৰ হয়- সতেজ শাক-পাচলি স্বাস্থ্যবৰ্দ্ধক, বাৰীৰ শাক-পাচলিয়ে খৰচ কমায়, বাৰীখনে গছ-গছনি ৰোপন কৰাত অৰিহণা যোগায়।

বজ্ৰপাত সাধাৰণতে ওখ গছ আদিৰ প্ৰতি আকৰ্ষিত হয়। সেয়ে নতুনকৈ ঘৰ সাজোতে ঘৰৰ একেবাৰে কাষত যাতে ডাঙৰ গছ নাথাকে তাৰ প্ৰতি মনোযোগ দিয়া উচিত বা ঘৰৰ নিচেই কাষত বৃহৎ প্ৰজাতিৰ গছ ৰুব নালাগে। ইফালে ধুমুহা বতাহত গছজোপা বা ইয়াৰ ঠাল-ঠেঙুলি ঘৰৰ ওপৰত উভালি পৰাৰ সম্ভাৱনা থাকে। গছৰ শিপায়ো আকৌ ঘৰৰ গাঁঠনি সোলোক-তোলোক কৰি পেলায়।

এতিয়া কথা হ'ল, আমাৰ ঘৰৰ নিচেই কাষতে এজোপা ডাঙৰ গছ আছে। গছজোপা কাটি পেলাম নেকি? নহয়, ইয়াৰ পৰিবৰ্তে ঘৰৰ ওপৰত বজ্ৰপাত নিবাৰক ব্যৱস্থাটো সুনিশ্চিত কৰাৰ লগতে গছজোপাৰ পৰা ক্ষয় ক্ষতিৰ পৰিমাণ কমোৱাটোহে উচিত হ'ব।

ৱৈ
মাৰি

আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনৰ স্বাভাৱিক কামকাজখিনি কৰি থাকোতে আমি নিজেই
আমাৰ পৰিয়াল তথা গাঁওখনক কিছুমান সাম্ভাৱ্য দুৰ্যোগ বা বিপদৰ পৰা ৰক্ষা
পোৱাত সহায়ক হ'ব পাৰোঁ। তাৰ বাবে আমি কিছুমান গুৰুত্বপূৰ্ণ কথা মনত ৰখাটো
প্ৰয়োজন হ'ব। উদাহৰণ হিচাপে ঘৰ সজা কামটোকে লওঁচোন। ডাকৰ বচন মতে
ঘৰ- গৃহস্থী এখন এনে ধৰণৰ হোৱাটো বাঞ্ছনীয় -

“পূবে হাঁহ, পশ্চিমে বাঁহ।

উত্তৰে গুৱা, দক্ষিণে ধুৱা।।”



অৰ্থাৎ গৃহস্থীখনৰ মূল ঘৰটোৰ পূব দিশত পুখুৰীটো, উত্তৰ দিশত বাৰীখন আৰু পশ্চিম
দিশত বাঁহনি থাকিব লাগে। দক্ষিণ দিশটো মুকলি হৈ থকাটো ভাল। পশ্চিমত বাঁহনিডৰা
থাকিলে পছোৱা বতাহে ঘৰটোৰ ক্ষতি কৰাৰ সম্ভাৱনা কম থাকে। সাধাৰণতে আমাৰ অঞ্চলত
ধুমুহা-বতাহ উত্তৰ পশ্চিম বা উত্তৰ পূব দিশৰ পৰাই অহাটো দেখা যায় আৰু সেইবাবে
তামোল- নাৰিকলৰ বাৰীখন উত্তৰ দিশত থাকিলে এনে ধৰণৰ ধুমুহা-বতাহৰ প্ৰকোপৰ পৰা
বহুখিনি হাত সাৰিব পাৰি। সূৰ্যৰ পোহৰ জাৰকালি বৰ প্ৰয়োজনীয় আৰু দক্ষিণায়নৰ বাবে

সূৰ্যৰ কিৰণ জাৰকালি দক্ষিণ দিশৰ পৰা আহে। সেইবাবেই দক্ষিণ দিশটো মুকলিকৈ ৰাখিবলৈ আৰু সেইফালে গছ ৰোপণ নকৰিবলৈ উপদেশ দিছে। সূৰ্যৰ কিৰণে চৌহদটো স্বাস্থ্যকৰ কৰি ৰাখি পৰিয়ালটো নিৰোগী হৈ থকাত সহায় কৰে। বৰ্তমান কালত ডাকৰ বচন মতে ঘৰ সজাটো সকলোৰে বাবে বা সকলো ক্ষেত্ৰত সম্ভৱ নহয়। কিন্তু ডাকৰ বচন ফাঁকিয়ে এটা কথা আমাৰ মনলৈ আনে যে, আমি যদি কাম কৰাৰ আগতে অলপমান চিন্তা কৰোঁ, তেনেহ'লে কিছুমান গুৰুত্বপূৰ্ণ কথাৰ প্ৰতি নজৰ দি আমাৰ জীৱন অধিক সুৰক্ষিত কৰিব পাৰোঁ।

আজিকালি ঘৰ সজাৰ উন্নত আৰ্হি আৰু পদ্ধতি প্ৰচলিত হৈছে। এনে ধৰণৰ উন্নত আৰ্হিৰে ঘৰ সজাৰ আগতে ই আমাৰ পৰিৱেশৰ লগত খাপ খাব নে নাই এই বিষয়ে নিশ্চিত হোৱাটো বাঞ্ছনীয়। উদাহৰণ স্বৰূপে, আজিকালি আৰ. চি. চি. (RCC) পদ্ধতি এটা জনপ্ৰিয় আৰ্হি হৈ পৰিছে। ধুমুহা বতাহৰ ক্ষেত্ৰত এই আৰ্হিৰ ঘৰ নিৰাপদ যদিও ভূমিকম্পৰ ক্ষেত্ৰত এনে ধৰণৰ ঘৰ অতিশয় বিপদজনক হ'ব পাৰে।

সেই তুলনাত অসম আৰ্হিৰ ঘৰবোৰ আমাৰ পৰিৱেশৰ সৈতে সততে খাপ খোৱা। আমি যদি এনে আৰ্হিৰ ঘৰ সাজোতে প্ৰতিৰোধক ব্যৱস্থা লওঁ, তেনেহ'লে এনেবোৰ ঘৰ অধিক নিৰাপদ আৰ্হি হিচাপে পৰিগণিত হ'ব পাৰে।

দ্বিতীয়তে, এই আৰ. চি. চি. (RCC) ঘৰ সাজোতে ভেটিটো যথেষ্ট ওখ কৰিবলগীয়া হয়। ফলত এলেকাটোত কেইবাটাও আৰ. চি. চি. ঘৰ সজাৰ পিছত ৰাস্তাটো বা আশে-পাশে থকা আন ঘৰৰ চৌহদবোৰ আৰু মুকলি ঠাইবোৰ তুলনামূলকভাৱে দ হৈ যায় আৰু বাৰিষা বৰষুণৰ পানী জমা হৈ কৃত্ৰিম বানপানীৰ সৃষ্টি হোৱাৰ সম্ভাৱনাই দেখা দিয়ে।

চৌহদৰ পৰা আৰু আশে-পাশে বৰষুণৰ পানী ওলাই যাব পৰা ব্যৱস্থা এটা আগতীয়াকৈ দিহা কৰাটো উচিত কাম হ'ব। নতুনকৈ ঘৰ সাজিবলৈ লোৱা ব্যক্তিয়ে যদি এই কথাটোত গুৰুত্ব দিয়ে, তেনেহ'লে সমগ্ৰ চুবুৰীটো বা গাঁওখন বৰষুণৰ পানী জমা হৈ হ'ব পৰা সম্ভাৱ্য সাময়িক দুৰ্যোগৰ পৰা ৰক্ষা পাব।

ঘৰ সজাৰ সময়ত আন এটা কথা মনত ৰাখিলে ভাল। যেনে, চৌহদৰ পৰা আৰু আশে-পাশে বৰষুণৰ পানী ওলাই যাব পৰা ব্যৱস্থা এটা আগতীয়াকৈ দিহা কৰাটো উচিত কাম হ'ব। সকলো নতুনকৈ ঘৰ সাজিবলৈ লোৱা ব্যক্তিয়ে যদি এই কথাটোত গুৰুত্ব দিয়ে, তেনেহ'লে সমগ্ৰ চুবুৰীটো বা গাঁওখন বৰষুণৰ পানী জমা হৈ হ'ব পৰা সম্ভাৱ্য সাময়িক দুৰ্যোগৰ পৰা ৰক্ষা পাব।

দুৰ্যোগৰ হাতপুথি

বিজুলীৰ মিটাৰ, মেইন চুইচ, পানীৰ মটৰ-পাম্প আদিৰ ক্ষেত্ৰত চাব লাগে যাতে এইবোৰ উচিত উচ্চতাত তথা সহজতে ঢুকি পোৱা ঠাইত থাকে। উচিত উচ্চতাই যেনেদৰে বানপানীৰ বিপদৰ পৰা ৰক্ষা কৰিব, সহজতে ঢুকি পোৱাতে থাকিলে ভূমিকম্প বা আন বিপদৰ সময়ত ক্ষীপ্ৰতাৰে চুইচ অফ কৰাত সুবিধাজনক হ'ব। গৃহ প্ৰৱেশৰ পিছত আচবাব পত্ৰ সজোৱাৰ পৰত প্ৰথমতে মন কৰিবলগীয়া কথাটো হ'ল কোঠাৰ পৰা বাহিৰলৈ ওলাই যোৱাৰ পথ যাতে সুগম হৈ থাকে। যিকোনো বিপদৰ সময়ত বাহিৰ ওলাই যাবলগীয়া হ'লে আচবাব পত্ৰই বাধাৰ সৃষ্টি কৰিব নালাগে।

প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগৰ উপৰিও আমাৰ দৈনন্দিন জীৱনত কেতিয়াবা অনৰ্থ ঘটাব সম্ভাৱনা নাই কৰিব নোৱাৰি। যিমানদূৰ সম্ভৱ আগতীয়াকৈ সাৱধানতা অৱলম্বন কৰিলে এনে ধৰণৰ সম্ভাব্য বিপদৰ পৰা হাত সাৰি থাকিব পাৰি।

- ☞ কেতিয়াও তিতা হাতেৰে বৈদ্যুতিক সৰঞ্জাম ব্যৱহাৰ নকৰা; আনকি চুইচ অন-অফ কৰাৰ ক্ষেত্ৰতো।
- ☞ বৈদ্যুতিক সৰঞ্জাম ব্যৱহাৰ কৰাৰ সময়ত ৰবৰৰ চেণ্ডেল বা জোতা ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।
- ☞ বৈদ্যুতিক সৰঞ্জামসমূহ অনবৰতে প্লাগত লগাই থব নালাগে। কেৱল ব্যৱহাৰ কৰাৰ সময়তহে প্লাগত লগাই চুইচ অন কৰিব লাগে।
- ☞ কোনো নথকা সময়ত কোঠাটোৰ লাইট বা ফেন অফ কৰি থলে বিজুলীৰ অপচয় ৰোধ হোৱাৰ উপৰিও অযথা খৰচৰ পৰা ৰেহাই পাব পাৰি।
- ☞ পাকঘৰত খিৰিকি বা বতাহ চলাচলৰ ব্যৱস্থা থাকিব লাগে। যদি কিবা কাৰণত গেছ নিৰ্গত হয় পাকঘৰৰ দুৱাৰ-খিৰিকি খুলি দিব লাগে। কেৰাচিনৰ স্তোভ, খৰি বা কয়লাৰ চৌকা আদি ব্যৱহাৰ কৰাৰ ক্ষেত্ৰতো পাকঘৰত বতাহ চলাচলৰ সুবিধা থকাটো বাঞ্ছনীয়। বস্তা আৰু পানী ওচৰতে থকাটো ভাল।
- ☞ ব্যৱহাৰ নকৰা সময়খিনিত গেছ চিলিঙাৰ বন্ধ কৰি থ'ব লাগে। গেছৰ ৰেগুলেটৰ আদি নিজে মেৰামতি কৰাৰ চেষ্টা নকৰাটোৱেই উচিত। যিকোনো বিজুতিৰ ক্ষেত্ৰত বিশেষজ্ঞৰ সহায় লোৱাটো শ্ৰেয়।

সৰু-সুৰা অসুখ বিসুখৰ ক্ষেত্ৰত আমি কিছুমান ঘৰুৱা দিহাৰ সহায় লওঁ। যেনে চৰ্দি, কাঁহ হ'লে কেঁচা পিয়াজ, নহৰু ভজা তেল আদি খোৱা আৰু নিমখ দিয়া গৰম পানীৰে কুলকুলি কৰা। তেনে ধৰণৰ সততে হৈ থকা আন কেইটামান অসুখ বিসুখৰ ঘৰুৱা দিহাৰ উদাহৰণ হৈছে -

অসুখ বিসুখ	ঘৰুৱা দিহা
কোষ্ঠকাঠিন্য	অমিতা, ত্ৰিফলা, তিল-গুৰ, বেহেৰুপাতৰ ৰস আদি।
পেটচলা	আদাৰ ৰস, গোলনেমু, ভীমকল-দৈ, শিলিখা-পিপলি আদি।
বমি	দুৰি বন-চূপানী, আমলখি-চেনী, মৰাণ আদা-পিয়াজ, মহানিমৰ পাত আদি।
খজুৰতি	মহানিমৰ পাত, গাজৰ, নহৰু, মাটিমাহৰ ৰুটি, চিৰতা আদি।
শিশুৰ প্ৰস্ৰাব বন্ধ হোৱা	দুপৰীয়া টেঙা, সিজু পাত, কুহুমীয়া আৰু ঠাণ্ডা পানীৰে তলপেট মোহাৰা আদি।
জুইয়ে পোৰা	পুৰৈশাক-মাখনৰ প্ৰলেপ, আলুৰ প্ৰলেপ, ছালকুঁৱৰীৰ পাত, পকা ভীমকলৰ প্ৰলেপ আদি।

কিন্তু, এনে ধৰণৰ দিহাই ৰোগৰ উপশম ঘটাব নোৱাৰিলে আমি ডাক্তৰী চিকিৎসাৰ শৰণাগত হওঁ। এলোপেথিকেই হওক বা হোমিওপেথিকেই হওক, ঔষধ সদায় ডাক্তৰৰ পৰামৰ্শ মতে খাব বা ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।

এই ক্ষেত্ৰত ৰোগীৰ ফালৰ পৰা ল'বলগীয়া সাৱধানতাখিনি হ'ল- কিনাৰ সময়ত দৰৱৰ ম্যাদ উকলি যোৱা তাৰিখটো নিশ্চিত কৰি লোৱাটো। সময়সীমা পাৰ হৈ যোৱা দৰৱৰ হিতে বিপৰীত কৰাৰ সম্ভাৱনা থাকে। সৰু ল'ৰা-ছোৱালীয়ে ঢুকি পোৱা ঠাইত দৰৱৰ বাকচটো থব নালাগে।

দুৰ্যোগৰ হাতপুথি

ঘৰুৱা জীৱনত আন দুটা হ'ব পৰা বিপদ হৈছে - আতচবাজিৰ দ্বাৰা আঘাত পোৱা বা জুই লগা আৰু সাপে খোটা। বিভিন্ন উপলক্ষ্যত আতচবাজি জ্বলোৱাৰ সময়ত উপযুক্ত সতৰ্কতা অৱলম্বন কৰিব লাগে। ঘৰ বা কোনো সামগ্ৰীত জুই লাগিলে নুমুৱাব পৰাকৈ পানীৰ ব্যৱস্থা ৰাখিব লাগে। বালিৰ ব্যৱস্থা কৰিব পাৰিলেও ভাল। ঘৰত জুই লাগিলে ততালিকে বিজুলী সংযোগ কাটি দিব লাগে (মেইন চুইচ অফ কৰি) আৰু গেছৰ চিলিণ্ডাৰ, কেৰাচিনৰ স্তোভ, কেৰাচিন বা পেট্ৰল, ডিজেলৰ গেলন, স্কুটাৰ, গাড়ী আদি অনতি পলমে দূৰলৈ লৈ যোৱা উচিত। মানুহৰ গাত জুই লাগিলে কম্বল বা বস্তাৰে মেৰিয়াই দিব লাগে। সেইদৰে এনে ধৰণৰ মুহূৰ্তত (আতচবাজি আদি জ্বলোৱাৰ সময়ত) বস্তা বা কম্বল আদি ওচৰতে ঢুকি পোৱাকৈ ৰখাটো অত্যন্ত জৰুৰী।

ইয়াৰ উপৰিও আতচবাজি জ্বলোৱাৰ সময়ত আৰু কেইটামান কথাত গুৰুত্ব দিয়া দৰকাৰ। আতচবাজি ফুটুৱাওঁতে সদায় দীঘল মমবাতিৰে বা শলিতাৰে অগ্নি সংযোগ কৰিব লাগে আৰু ফুটুৱাজনৰ হাতখন দীঘলকৈ মেলি ল'ব লাগে যাতে শৰীৰ আৰু আতচবাজিৰ মাজৰ ব্যৱধান বেছি হয়। আতচবাজি জ্বলোৱাৰ ক্ষেত্ৰত সতৰ্ক হ'বলগীয়া কথা কেইটা জানি থোৱা ভাল।

- ☞ হাতেৰে ধৰি থকা অৱস্থাত বা পাত্ৰত থৈ আতচবাজি জ্বলাব নালাগে।
- ☞ জ্বলি থকা বা আধা জ্বলা আতচবাজিৰ ওচৰলৈ যাব বা স্পৰ্শ কৰিব নালাগে।
- ☞ আতচবাজি ঘৰত বনাবলৈ চেষ্টা কৰিব নালাগে।
- ☞ সৰু ল'ৰা-ছোৱালীক আতচবাজি স্পৰ্শ আৰু জ্বলাব দিব নালাগে।
- ☞ আতচবাজি অইন মানুহৰ গালৈ দলিয়াব বা লগাই দিব নালাগে।
- ☞ সদায় মুকলি ঠাই বা পথাৰত আতচবাজি জ্বলালে ভাল আৰু নিৰাপদ।
- ☞ পোৰা ঠাইত কোনো ধৰণৰ ক্ৰীম, মলম বা তেল লগাব নালাগে।
- ☞ তীব্ৰ বেগেৰে বতাহ বলাৰ সময়ছোৱাত আতচবাজি জ্বলাব নালাগে।
- ☞ আতচবাজি জ্বলাওঁতাজনে আহল-বহল কাপোৰ পৰিধান কৰিব নালাগে। পাৰিলে কাপোৰখিনি সাৱধানে পৰিধান কৰা উচিত।

তে
তি
সি

প্ৰতি বছৰেই বাৰিষা কালত আমি বানপানীৰ সন্মুখীন হওঁ। কেতিয়াবা কেতিয়াবা বানপানী কেইবাটাও পৰ্যায়ত আহে। আনহাতে কেতবোৰ পৰ্যায়ত ই প্ৰলয়ংকৰী ৰূপ লৈ দুৰ্যোগৰ সৃষ্টি কৰাৰ অভিজ্ঞতা কেনেকৈ পাহৰিম আমি। বাৰিষা অহাৰ আগতেই সেইবাবে বানপানীৰ সাম্ভাৱ্য বিপদৰ সৈতে মোকাবিলা কৰিবলৈ নিজকে প্ৰস্তুত কৰি ৰখাটো অতিশয় প্ৰয়োজনীয়।

- ☞ ৰেডিঅ', টিভি, বাতৰি কাকতত প্ৰচাৰিত আগজাননী সমূহৰ প্ৰতি নজৰ ৰাখক।
- ☞ যদি ঘৰৰ ভেটিটোৰ উচ্চতা কম আৰু আগে পিছে বানপানীৰ সময়ত ঘৰৰ ভিতৰত বা চোতালত পানী সোমোৱাৰ নজিৰ আছে তেন্তে বিছনা, আলমাৰী, ৰেক আদি যিমানখিনি সম্ভৱ ওখ কৰি লওক।
- ☞ আলমাৰী, ৰেক আদিৰ তলৰ খলপত থকা বস্তুবিলাক আঁতৰাই ওপৰৰ খলপত থওক।
- ☞ সাধাৰণতে মজিয়াত ৰখা সামগ্ৰীসমূহ ওখ যতনৰ ওপৰত ৰাখক। গেছৰ চিলিণ্ডাৰ, ষ্টেভ আদিৰ ক্ষেত্ৰতো এনে ব্যৱস্থা কৰি লওক।
- ☞ চাউল আৰু দাইলৰ লগতে চিৰা, মুৰি, কোমল চাউল আদি একোটা সহজতে কঢ়িয়াই নিব পৰা তথা বতাহ সোমাব নোৱাৰা পাত্ৰত মজুত কৰি ৰাখক। এনেদৰে বাৰিষাৰ দিনকেইটাত নিয়মীয়াকৈ কেইটামান খোৱা পানীৰ অতিৰিক্ত বটল সাজু কৰি ৰখাটো ভাল।
- ☞ দৰৱৰ বাকচটোত প্ৰয়োজনীয় দৰৱখিনি আছে নে নাই নিশ্চিত কৰি লওক।
- ☞ বাৰীৰ কলগছখিনিৰ অৱস্থাটো নিৰীক্ষণ কৰি থাকিব। কোনো কাৰণত নিৰাপদ স্থানলৈ যাবলৈ ভেল (ভুৰ) সাজি ল'ব লগা হ'ব পাৰে।
- ☞ ইয়াৰ উপৰিও ডেক্স, বেঞ্চ বা খাটৰ সহায়ত কেনেকোনো এখন নাও বনাই ল'ব পাৰি সেই বিষয়ে স্কুলৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীখিনিৰ পৰা জানি লওক। এই ক্ষেত্ৰত যিখিনি সামগ্ৰীৰ প্ৰয়োজন সেইখিনি আনি থ'ব পাৰিলে ভাল। অন্যথা এনে প্ৰস্তুতি থকা ওচৰ-চুবুৰীয়া চিনাক্ত কৰি ৰাখক।
- ☞ ঘৰ এৰি যাবলগীয়া হ'লে আশ্ৰয় ল'ব পৰা নিৰাপদ ঠাইসমূহ ওচৰ চুবুৰীয়াৰ লগ লাগি চিহ্নিত কৰি থ'লে বিপদৰ সময়ত খৰতকীয়াকৈ এই নিৰাপদ ঠাইসমূহলৈ যাব পাৰিব।

বানপানীৰ ক্ষেত্ৰত আৰু কেইটামান কথা জানি থোৱা ভাল-

বানপানীৰ আগেয়ে কি কৰা উচিত

- ☞ নিৰাপদ ওখ স্থান, আশ্ৰয় শিবিৰ চিনাক্ত আৰু তেনে স্থানলৈ যাবৰ বাবে সুচল বাটটো ঠিক কৰি থোৱা।
- ☞ প্ৰাথমিক চিকিৎসাৰ বাবে ঔষধ তথা অন্যান্য সামগ্ৰী সংগ্ৰহ কৰা।
- ☞ টৰ্চ লাইট, ৰেডিঅ', অতিৰিক্ত বেটাৰী, শুকান খাদ্য সামগ্ৰী, মমবাতি, দিয়াচলাই, কেৰাচিন, হেল'জেন টেবলেত, ব্লিছিং পাউদাৰ ইত্যাদি সাজু কৰি ৰখা।
- ☞ সৰ্প দংশন এৰাই চলিবলৈ ব্যৱস্থা গ্ৰহণ (ফেনাইল সংগ্ৰহ, চৌপাশ পৰিষ্কাৰ) কৰা।
- ☞ পোহনীয়া জীৱ-জন্তু কেনেকৈ ৰক্ষা কৰিব তাৰ আগতীয়া কাৰ্যকৰী পৰিকল্পনা কৰা।
- ☞ অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ নথিপত্ৰসমূহ সংৰক্ষণৰ দিহা কৰা।
- ☞ গৰ্ভৱতী মহিলা, শিশু, শাৰীৰিভাৱে অক্ষম, ৰুগীয়া লোকসকলৰ সুৰক্ষাৰ বাবে আগতীয়া ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা।

বানপানীৰ সময়ত কি কৰা উচিত

- ☞ যিকোনো খবৰ-বাতৰিৰ বাবে ৰেডিঅ' শুনা, ঠাই বিশেষে টিভি চোৱা।
- ☞ ওখ ঠাইলৈ যোৱা।
- ☞ পৰাপক্ষত বানপানীলৈ নামি নোযোৱা। নামিব লগা হলেও পিছত লগে লগে পৰিষ্কাৰ পানীৰে ধুই পেলোৱা।
- ☞ সকলো ধৰণৰ বিজুলী চুইচ বন্ধ কৰা।

বানপানীৰ পাছত কি কৰা উচিত

- ☞ বতৰৰ আগজাননী নিয়মিতভাৱে সংগ্ৰহ কৰা।
- ☞ পানী উতলাই আৰু বিশুদ্ধ কৰি খোৱা।
- ☞ বানপানীৰ পাছত সাপৰ আক্ৰমণ বৃদ্ধি হয়, গতিকে সকলো সময়ত সাৱধানে থকা।
- ☞ যিমানদূৰ সম্ভৱ সোনকালে খোৱাপানীৰ উৎস, শৌচালয়- প্ৰস্ৰাৱগাৰ ব্যৱহাৰৰ উপযোগী তথা চৌপাশৰ আৱৰ্জনা পৰিষ্কাৰ কৰা।
- ☞ বানপানীৰ পিচতে ডায়েৰীয়া, মেলেৰীয়া আদিৰ সম্ভাৱনাৰ মাত্ৰা অতি বেছি। গতিকে চিকিৎসকৰ লগত যোগাযোগ কৰা আৰু উপযুক্ত ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা।



ইয়াৰ উপৰি আমি সকলোৱে বানপানীৰ সময়ত চৰ্তহীনভাৱে কেইটামান দায়িত্ব পালন কৰিবই লাগিব :

- ☞ কোনো লোককে বানপানীত চলা ফুৰা আৰু যান-বাহন চলাবলৈ নিদিয়া। পথত দ' গাঁত থাকিলে, কালভাৰ্ট ভাগি থাকিলে সকলোকে জনোৱাৰ ব্যৱস্থা কৰা।
- ☞ কোৱাল সোঁতেৰে বৈ থকা পানীত কাকো সাঁতুৰিবলৈ নিদিয়া।
- ☞ কোনো ধৰণৰ বিজুলী তাঁৰ আদি চুবলৈ নিদিয়া।
- ☞ শিশুক কেতিয়াও পানীত খেলিবলৈ বা নামিবলৈ নিদিয়া বা চকুৰ আতঁৰ হবলৈ নিদিয়া।
- ☞ বানপানীৰ পানীত ডুব যোৱা কোনো খাদ্য সামগ্ৰী নিজেও নোখোৱা আৰু আনকো খাবলৈ নিদিয়া।

তেতিয়া

ভূমিকম্পৰ কথাটো অলপ বেলেগ। অৱশ্যে মনত থাকি যোৱাকৈ অৰ্থাৎ বিস্তৰ ক্ষতি কৰা কোনো ভূমিকম্প বহু বছৰ ধৰি আমি দেখা নাই। আমি যিসকল বয়সস্থ মানুহ আছোঁ আমাৰ এতিয়াও ভালদৰে মনত আছে ১৯৫০ চনৰ ভূমিকম্পটোৰ কথা। আমি তেতিয়া সৰু আছিলো—

- ☞ আমি দেখিছিলো, গৰু, ছাগলীবোৰে বৰকৈ জপিয়াইছিল, চিঞৰিছিল আৰু ৰচী ছিঙি দৌৰিছিল।
- ☞ আকাশত জাক জাক চৰাই উৰি উৰি কোহাঁল কৰিছিল।
- ☞ ভূমিকম্পৰ সময়ত চালনীৰে চাউল চলা ধৰণে ভৰিৰ তলৰ মাটি জোকাৰ খাইছিল।
- ☞ আমি ডাঙৰ-সৰু সকলোৱেই ভয়ত বিতত হৈছিলো। আমি ঘৰৰ বাহিৰলৈ আহি মুকলি ঠাইত ৰৈছিলোহি। গাঁৱৰ মহিলাসকলে উৰুলী দিছিল। মুনিহসকলে ডবা, কাঁহ, শংখ বজাইছিল আৰু হৰিব'ল দিছিল।
- ☞ বাট-পথসমূহত ডাঙৰ ডাঙৰ ফাঁট মেলিছিল। পথাৰৰ কোনো কোনো ঠাইত ফাঁট মেলি সেইফালে বালি আৰু গৰম পানী ওলাইছিল। ঘৰবোৰৰ ক্ষতি হৈছিল যদিও মেৰামতি কৰিব পৰা হৈ আছিল।

ইয়াৰ পিছত ইমান ভয় খাবলগীয়া ভূমিকম্প অহা নাই যদিও চেগাছোৰোকাকৈ ভূমিকম্প দেখোন আহিয়েই থাকে।

কাকতে পত্ৰই বা আলোচনা-বিলোচনাসমূহত কৈ থাকে যে আমাৰ ৰাজ্যখন ভূমিকম্প প্ৰৱণ এলেকাত আছে। কেৱল আমাৰ ৰাজ্যখনেই নহয়, সমগ্ৰ উত্তৰ-পূৰ্বাঞ্চলকে ধৰি দেশৰ কেইবাখনো ৰাজ্যত যিকোনো সময়ত আটাইতকৈ ডাঙৰ ভূমিকম্প হ'ব পাৰে। আটাইতকৈ ডাঙৰ মানে ১০ ৰিখটাৰ স্কেল পৰ্যন্ত প্ৰাৰল্য হ'ব পাৰে। সাধাৰণতে ৰিখটাৰ স্কেলত প্ৰাৰল্য ৮ মানেই বৃহৎ ভূমিকম্প আৰু এই অৱস্থাত পৃথিৱীৰ ভিতৰ আৰু উপৰিভাগত ভয়ানক যিকোনো ঘটনা ঘটিব পাৰে।

ইপিনে ভূমিকম্প আগজাননী নিদিয়াকৈ আহে বা ইয়াৰ আগতীয়া অনুমান কৰিব পৰা নাযায় বা ভৱিষ্যত বাণীও কৰিব পৰা নাযায়। গতিকে ভূমিকম্পৰ সন্মুখীন হোৱাৰ বাহিৰে আমাৰ গতান্তৰ নাই।



এতিয়া আমাৰ হাতত দুটা বিষয় থাকিল—

- ১। ভূমিকম্প আহিলে কি কি আৰু ক'ত কেনেকৈ থকা সামগ্ৰীৰ পৰা ক্ষতি হ'ব পাৰে তাৰ বিচাৰ কৰা আৰু সেইমতে আগতীয়া ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰা।
- ২। ভূমিকম্পৰ সময়ত কেনে পৰিস্থিতি উদ্ভৱ হ'ব পাৰে আৰু তেনে অৱস্থাৰ বাবে কি কি ক্ষেত্ৰত সাজু হৈ থকা দৰকাৰ।

অৱশ্যে ভূমিকম্পৰ পাছৰ পৰিস্থিতিতো কেইবাটাও দিশৰ প্ৰতি গুৰুত্ব দিয়া দৰকাৰ।

বিজ্ঞানলোকসকলে কয় যে - ভূমিকম্পই মানুহ নামাৰে, ভয়েহে মাৰে। ভূমিকম্পই সৃষ্টিকৰা পৰিস্থিতিৰ কথা জানিলে আগতীয়াকৈ সাৱধান হৈ থাকিব পাৰি বা ভূমিকম্পৰ সময়ত বা ইয়াৰ আগে - পাছে কি কৰিব লাগিব সেই বিষয়ে ঠিৰাং কৰিব পাৰি।

তেনেহ'লে থাওকতে আমি সকলোৱে জনা কেইটামান কথা জুকিয়াই লওঁ-

ভূমিকম্প অহাৰ আগতে কি কি ব্যৱস্থা ল'ব লাগে-

- ☞ পুৰণি গৃহ (পকী) বা দুৰ্বল ঘৰৰ বেৰ চিলিঙত দেখা দিয়া ফাট বা ভঙা অংশ পুনৰ মেৰামতি কৰিব লাগে।
- ☞ ওপৰৰ পৰা সহজতে পৰিব পৰা বা ওলমি থকা যিকোনো গধুৰ বস্তু ভালদৰে বান্ধিব বা পৰিব নোৱাৰাকৈ ৰখাৰ ব্যৱস্থা কৰিব লাগে।
- ☞ সহজতে ভাঙিব পৰা সামগ্ৰী যেনে- কাচৰ বটল, গিলাছ ইত্যাদি চাপৰ ঠাইত ৰাখিব লাগে নতুবা লৰচৰ কৰিব নোৱাৰাকৈ আলমিৰা আদিত ভৰাই থব লাগে।



ভূমিকম্প আহিলে আঘাতৰ পৰা বাচিবৰ বাবে ভাতখোৱা টেবুল বা বিচনাখন বা সহজে তলত সোমাব পৰা মজবুত ডেক্স আদি আৰু ঘৰৰ ভিতৰত বেৰৰ কাষ বা চুকটো আগতীয়াকৈ সাজু কৰি থব লাগে। ইয়াৰ উপৰিও ঘৰৰ সকলোৱে জনাকৈ

ভূমিকম্পৰ সময়ত আনমানুহক উদ্ধাৰ কৰা, নিৰাপদে ওলাই যোৱা আৰু ওলাই গৈ ঘৰৰ বাহিৰত একে লগ হোৱাৰ এখন পৰিকল্পনা তৈয়াৰ কৰি থোৱাটো ভাল।

ভূমিকম্পৰ সময়ত কি কৰিব লাগে সেই কথা কেইটাও মনত ৰাখি লওঁ-

☞ ঘৰৰ ভিতৰত থকা অৱস্থাত ভূমিকম্প আহিলে শক্তিশালী ডেক্স, টেবুল বা বিচনাৰ তলত সোমাব লাগে। ইয়াৰ খুটা এটাত জোৰেৰে খামুচি ধৰি থাকিব লাগে। যদি তেনে চকী, মেজ সুবিধাজনক ঠাইত নাথাকে তেতিয়া কোঠাৰ ভিতৰত থকা দুৱাৰৰ সোমাজত থিয় হ'ব লাগে নাইবা কোঠাটোৰ চুকত আশ্ৰয় ল'ব লাগে।

☞ শুই থকা অৱস্থাত ভূমিকম্প আহিলে লৰচৰ কৰিব নালাগে। গাৰুটোৰে নিজৰ মূৰটো ঢাকি ৰাখিব লাগে।



☞ অতি দৰকাৰী ফোন নম্বৰ সমূহ সংগ্ৰহ কৰি থব লাগে। যেনে- থানা, অগ্নিনিৰ্বাপক বাহিনী, চিকিৎসালয় আদি।

☞ সুৰক্ষা সঁজুলিৰে বাকচ এটা সাজু কৰি থব লাগে।

☞ জোকাৰণি শেষ নোহোৱালৈকে ঘৰৰ ভিতৰত নিৰাপদ স্থানত থাকিব লাগে। জোকাৰণি শেষ হোৱাৰ পিছত বাহিৰলৈ ওলাই আহিব লাগে।

ঘৰৰ বাহিৰত থাকোতে যদি ভূমিকম্প আহেঃ

☞ ওপৰৰ পৰা কোনো বস্তু গাত নপৰাকৈ একে ঠাইতে থিয় হৈ থাকিব লাগে।

☞ পাহাৰীয়া ঠাইত থাকিলে ভূমিস্থলন আৰু ওপৰৰ পৰা শিলাখণ্ড সৰি পৰাৰ পৰা আঁতৰত থাকিব।

☞ ওখ ঘৰ, গছ, বৈদ্যুতিক খুঁটা আৰু তাঁৰ তলৰ পৰা আঁতৰি যাব লাগে।

☞ ঘৰৰ প্লাচ লগোৱা অংশৰ পৰা আঁতৰত থাকিব লাগে।



ভূমিকম্পৰ পাছতো সাৰধান ল'ব লগা কথা বা কাম আছে —

☞ ঘৰৰ দুৱাৰ আচম্বিতে খুলিব নালাগে।

☞ ৰেডিঅ' বা দূৰদৰ্শন যোগে প্ৰচাৰ কৰা সতৰ্কীকৰণ জাননী সমূহ পালন কৰিব লাগে।

☞ এটা ভূমিকম্পৰ পিছত আকৌ অনুৰূপ জোকাৰণি হ'ব পাৰে।

দুৰ্যোগৰ হাতপুথি

- ☞ লাইটৰ মেইন চুইচ আৰু পানী বন্ধ কৰি থব লাগে।
- ☞ প্ৰথমতে বন্ধন গেছৰ চিলিঙাৰ সমূহ পৰীক্ষা কৰিব লাগে।
- ☞ জুই জ্বলিলে জুই নুমুৱা যতন নতুবা বালি বা পানীৰ সহায়ত জুই নুমুৱাৰ ব্যৱস্থা কৰিব লাগে। কেৰাচিন বা পেট্ৰল আদি ততালিকে আঁতৰাই থব লাগে।
- ☞ জোকাৰণি শেষ হোৱাৰ পাছত ভঙা আইনাৰ টুকুৰা, বা তেনে কোনো বস্তু আঁতৰাই দিব লাগে।
- ☞ যদি কোনো ব্যক্তি ভঙা ঘৰৰ ভিতৰত সোমাই থকা গম পোৱা যায়, তেনেহলে উদ্ধাৰকাৰী সকলক খবৰ দিব লাগে।
- ☞ বিপদজনকভাৱে এৰাই থকা বৈদ্যুতিক তাঁৰৰ ওচৰৰ পৰা আঁতৰি থাকিব লাগে।
- ☞ বেয়াকৈ ক্ষতিগ্ৰস্ত হোৱা গৃহত সোমোৱাৰ চেষ্টা কৰিব নালাগে।
- ☞ পথত বিনা কাৰণতে লৰা টাপৰা কৰিব নালাগে।
- ☞ চিকিৎসা সেৱাৰ লোকক আৰু উদ্ধাৰকাৰী লোকক খবৰ দিয়াৰ বাহিৰে অন্যান্য আত্মীয় বা বন্ধুৰ সৈতে ফোনত অযথা কথা নাপাতিব।



ভে
ট
চি
চি

সাধাৰণতে বাৰিষা কালত বা ডাৰৰীয়া বতৰত আকাশত বিজুলীয়ে চিক্‌মিকায়। তাৰ লাগে লগে গাজনি বা ঢেৰেকনি মাৰে। আকাশত ঘটা এনে ঘটনা আমি সৰুৰে পৰা দেখি আহিছোঁ।

এনে গাজনিক আকৌ আমি কিছূৰে দেৱতাৰ বা দেউতাৰ আটাই বুলিও কওঁ। বিজুলী বা গাজনি প্ৰায় একে সময়তে উৎপত্তি হলেও বিজুলীৰ পোহৰ, মেঘৰ গাজনি বা দেউতাৰ আটাইতকৈ আগতে দেখা যায়। বিজুলীৰ ফলত অতিপাত গৰম হৈ বায়ু যেতিয়া তীব্ৰ বেগত গতি কৰে তেতিয়াই প্ৰচণ্ড শব্দৰ সৃষ্টি হয় যাক আমি ঢেৰেকনি বুলি কওঁ।

অন্যহাতে বজ্ৰপাত পৰি কোনো গছ জ্বলি যোৱাৰ দৃশ্যও আমি দেখিছোঁ বা পথাৰত কাম কৰি থকা অৱস্থাত খেতিয়কৰ মৃত্যু হোৱাৰ খবৰো বাতৰি কাকতত পঢ়িবলৈ পাইছোঁ বা জীৱ-জন্তুৰ মৃত্যু হোৱাৰ কথাও শুনিছোঁ।

ওখ ওখ অট্টালিকাত বা ডাঙৰ ঘৰত বজ্ৰপাত পৰি বিনষ্ট হোৱাৰ সম্ভৱনা থাকে বাবেই বজ্ৰপাত নিবাৰক হিচাপে ধাতুৰ এডাল দণ্ড ব্যৱহাৰ কৰা হয়। ধাতুৰ দণ্ড ডালৰ এটা মূৰ ৰেডিঅ'ৰ এন্টিনাৰ নিচিনাকৈ ঘৰৰ ওপৰত দি তাৰ আনটো মূৰ এডাল তাঁৰেৰে ভূমি সংলগ্ন কৰা হয়। অৰ্থাৎ লোৰ পাইপ এডালত বান্ধি পাইপডাল মাটিত ভালদৰে থিয়কৈ পুতি ৰখা হয়। তেতিয়া বজ্ৰপাত দণ্ডডালৰ মাজেৰে পোনে পোনে মাটিলৈ গতি কৰে। অট্টালিকাটোৰ লগতে আন কাৰো একো ক্ষতি নহয়।

বজ্ৰপাতকো আগতীয়াকৈ নিৰ্ণয় কৰিব নোৱাৰি, যাৰ বাবে মানুহ তথা সা-সম্পত্তিৰ হানি হোৱাৰ আশংকা সদায় থাকে।

বিজুলী ঢেৰেকনিৰে সাধাৰণতে মুকলি

বজ্ৰপাত নিবাৰক হিচাপে ধাতুৰ এডাল দণ্ড ব্যৱহাৰ কৰা হয়। ধাতুৰ দণ্ড ডালৰ এটা মূৰ ৰেডিঅ'ৰ এন্টিনাৰ নিচিনাকৈ ঘৰৰ ওপৰত দি তাৰ আনটো মূৰ এডাল তাঁৰেৰে ভূমি সংলগ্ন কৰা হয়। অৰ্থাৎ লোৰ পাইপ এডালত বান্ধি পাইপডাল মাটিত ভালদৰে থিয়কৈ পুতি ৰখা হয়। তেতিয়া বজ্ৰপাত দণ্ডডালৰ মাজেৰে পোনে পোনে মাটিলৈ গতি কৰে।

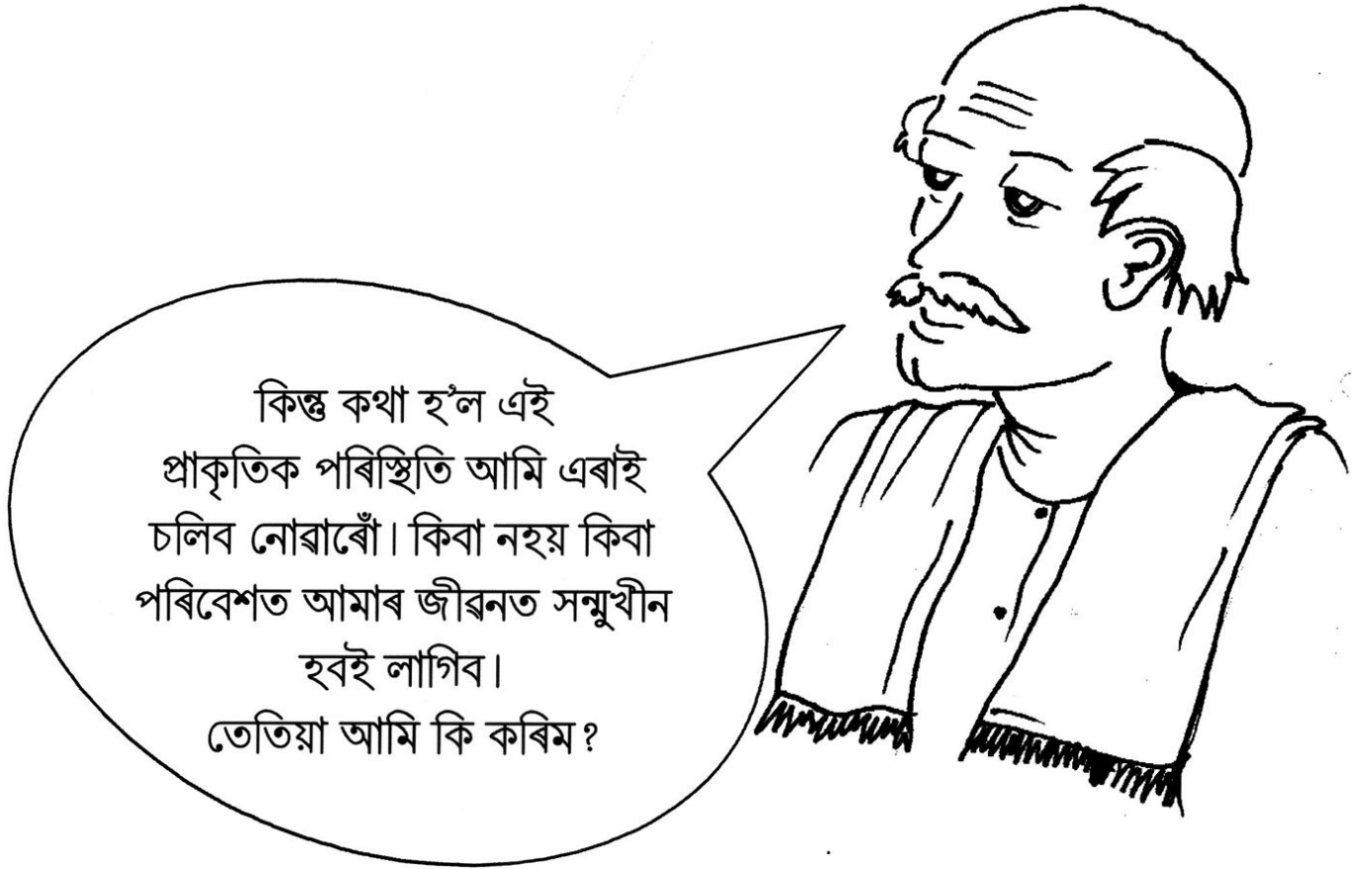
দুৰ্মোগৰ হাতপুথি

ঠাইত বেছিকৈ আঘাত হানিব পাৰে। অৱশ্যে বেছিভাগ ক্ষেত্ৰতে বজ্ৰপাতৰ আঘাত ঘৰৰ বাহিৰত হোৱা দেখা যায়।

বজ্ৰপাতৰ পৰা হাত সাৰিবলৈ আনি সাৱধান হ'বই লাগিব -

☞ পাহাৰত, মুকলি পথাৰ বা নাৱত বা মুকলি ঠাইৰ জুপুৰী বা টিনৰ চালিৰ তলত থকাটো অতি বিপদজনক।

☞ ঘৰৰ ওচৰত থকা ওখ গছে কিন্তু বিপদ মাতিব পাৰে।



মুকলি খেতি পথাৰত কাম কৰি থকা অৱস্থাত বিজুলী, চেৰেকনি, বজ্ৰপাতৰ লক্ষণ দেখামাত্ৰেই হাত দুখনেৰে কাণ বন্ধ কৰি মূৰটো আঁঠুৰ মাজত সোমাই বহি দিব লাগে বুলি আমাৰ সমাজত প্ৰচলন আছে।

আমি বজ্ৰপাতত আঘাত পোৱা লোকজনক ততালিকে চিকিৎসালয়লৈ নি চিকিৎসাৰ ব্যৱস্থা কৰাটোয়ে জৰুৰী তাক কেতিয়াও পাহৰিব নালাগে।

পৰিস্থিতি	কি কৰা উচিত
জংঘল বা হাবিত থাকিলে	আটাইতকৈ চাপৰ গছৰ তলত আশ্ৰয় লোৱা ভাল।
মুকলি ঠাইত/পথাৰত থাকিলে	তুলনামূলকভাৱে দ' স্থানত (যেনে-খালৰ দাঁতি) চাপৰি বহি দিয়া দৰকাৰ।
পানীৰ মাজত থাকিলে	সোনকালে বামলৈ উঠি আহি আৰু নিৰাপদ ঠাইত আশ্ৰয় লোৱা দৰকাৰ।
জীৱ-জন্তুৰ কাষত থাকিলে	মুকলি স্থানত ওখ পোহনীয়া জন্তুৰ লগত থকাটোও সমীচিন নহয়।

আকৌ ওখ গছত পৰাৰ দৰে ঘৰৰ ওপৰত থকা পানীৰ টেংকীটোতে বজ্ৰপাত পৰিব পাৰে। বজ্ৰপাতৰ প্ৰভাৱ টেংকীটোৰ পৰা পাইপৰ পানীৰে গাধোৱা ঘৰ-পাকঘৰ পৰ্যন্ত পাইহি। কাৰণ পানী বিদ্যুতৰ সুপৰিবাহী। গতিকে বজ্ৰপাত পৰাৰ সজ্জাৰনা থকা বতৰত সাধাৰণতে টেপৰ পৰা ওলাই থকা পানী ব্যৱহাৰ নকৰাই মংগল। কাৰণ পানীৰ মাজেৰে বিদ্যুৎ সঞ্চাৰ হ'ব পাৰে। সেয়ে বানপানীৰ সময়ত বা ধুমুহা বৰষুণৰ পাছত কেনেকৈ বিদ্যুৎ পৰিবাহী তাঁৰ পানীত বা মাটিত পৰি আছে নেকি সেই বিষয়ে দৃষ্টি দিয়াটো খুবেই দৰকাৰ। এনেধৰণৰ অৱস্থাই কেতিয়াবা মানুহৰ লগতে পশুধনৰো প্ৰাণ হানি কৰিব পাৰে।



আমাৰ নিচিনা গাওঁ অঞ্চলত জুইত ঘৰবাৰী বা সা-সম্পত্তি যাহ যোৱা ঘটনা সীমিত বুলি ক'ব পাৰি। আমি সকলোৱে সাৱধান হৈ থাকোৱেইচোন। ঘৰৰ বাহিৰত ধান সিজোৱা, গৰু-মহৰ দানা তৈয়াৰ কৰা বা অন্যান্য বস্তু ঘৰৰ বাহিৰত ৰন্ধাৰ বাবে জুই ব্যৱহাৰ কৰি কামটো সমাপন হোৱাৰ পাছত জুইৰ আঙঠাৰ ওপৰ পানী ঢালি দিওঁ। আনকি ভাত ৰন্ধা হোৱাৰ পাছত চৌকাত পানী ঢালি দিয়া হয়। গুৰ তৈয়াৰ কৰোতে ব্যৱহাৰ কৰা জালি গাঁতটো ঘৰৰ পৰা বহু নিলগত খন্দা হয়।

আমাৰ গাওঁসমূহত বাৰিষা কালত জুই লগা সম্ভৱনা তেনেই কম যদিও খৰাং বতৰত বিশেষকৈ ফাগুণ-চ'ত মাহত পথাৰত নৰা, ঘৰত খেৰৰ পুঁজি আদিৰ বাবে শংকা নথকা নহয়। কথাত কয় নহয়-ফিৰিঙতিৰ পৰা খাণ্ডব দাহ। সেইবোৰ কথা মন কৰিয়েই আমাৰ গএওঁ ৰাইজে খেৰি ঘৰৰ চাল বিশেষকৈ গুচি ধানৰ ভঁৰালৰ চালত পানী চতিয়ায়।

আমাৰ নিচিনা গাৱঁত চৌকাৰ আঙঠাৰ পৰা জুই জ্বলাৰ উপৰিও ঘাইকৈ অসাৱধানবশতঃ বিৰি-চুৰট জ্বলোৱা আঙঠাবোৰৰ বা জুমুঠিটো বা চাকিটোৰ পৰা বা কাঠখৰি ফুটি তাৰ পৰা ফিৰিঙতি উফৰি গৈ বা জুই শালৰ পৰা জ্বলি থকা খাৰ উফৰি গৈ বা আতচবাজি আদি উফৰি গৈ ঘৰ বা সম্পত্তিত জুই লগা দেখিবলৈ পোৱা যায়। কেতিয়াবা চহৰৰ দৰে বৈদ্যুতিক বিজুতিৰ পৰাও জুই লাগে। এতেকে সাৱধান হৈ থকাৰ বাহিৰে আমাৰ গতান্তৰ নাই।

আকস্মিকভাৱে কেতিয়াবা জুই লাগিলে পানী ঢালিব লাগে বুলিতো জানোৱেই। কিন্তু বৈদ্যুতিক বিজুতিৰ বাবে ঘৰত জুই লাগিলে পানী ঢালিলে হ'বনে? ইয়াৰ বাবে ঘৰৰ কাষত বালিৰ দম এটা থকাটো বৰ দৰকাৰ। আমি কলগছো ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰোঁ। বস্তা, কম্বল, টিপাল আদি ডাঠ কাপোৰ বা এনেধৰণৰ সামগ্ৰী ভাগে ভাগে সাজু কৰি থোৱা ভাল।

আমাৰ নিচিনা গাৱঁত চৌকাৰ আঙঠাৰ পৰা জুই জ্বলাৰ উপৰিও ঘাইকৈ সাৱধান বশতঃ বিৰি-চুৰট জ্বলোৱা আঙঠাবোৰৰ বা জুমুঠিটো বা চাকিটোৰ পৰা বা কাঠখৰি ফুটি তাৰ পৰা ফিৰিঙতি উফৰি গৈ বা জুই শালৰ পৰা জ্বলি থকা খাৰ উফৰি গৈ বা আতচবাজি আদি উফৰি গৈ ঘৰ বা সম্পত্তিত জুই লগা দেখিবলৈ পোৱা যায়।



আমাৰ
বিদ্যালয়খনৰ বাবেও
পানীৰ এটা আধাৰ আৰু বালিৰ এটা দ'ম
আমিয়েই যুগুতাই থ'ব লাগিব। ল'ৰা-
ছোৱালীখিনিক পানী আৰু বালি কেনেকৈ
ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি কৈ খোৱাটো
দৰকাৰ। অৱশ্যে বিদ্যালয়খনত এটা
অগ্নি-নিৰ্বাপক যন্ত্ৰও আছে।
ইয়াৰ ব্যৱহাৰৰ বিষয়ে সকলোৱে জানি
লোৱাটো উচিত।

আকস্মিকভাৱে কেতিয়াবা জুই লাগিলে পানী ঢালিব লাগে বুলিতো জানোৱেই।
কিন্তু বৈদ্যুতিক বিজুতিৰ বাবে ঘৰত জুই লাগিলে পানী ঢালিলে হ'বনে?
ইয়াৰ বাবে ঘৰৰ কাষত বালিৰ দ'ম এটা থকাটো বৰ দৰকাৰ। আমি কলগছো
ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰোঁ।

ৱে
ব্ৰি
চি

সাপে খোঁটাতে আমাৰ বাবে এটা পৰিচিত দুৰ্যোগ। অভিজ্ঞতা নাথাকিলেও প্ৰত্যেকেই সৰুৰে পৰা ইয়াৰ ফলত হোৱা ক্ষতিৰ অনুমান কৰিব পাৰে। সাপ দেখাৰ লগে লগে সকলোৱে কম-বেছি পৰিমাণে আতংকিত হয়।

এই ক্ষেত্ৰত আটাইতকৈ গুৰুত্ব দিব লগীয়া বিষয়টো হ'ল - 'সৰ্প দংশনৰ সম্ভাৱনা এৰাই চলা'। অৰ্থাৎ সাপে আপোনাক খুঁটিব পাৰে, গতিকে সাপ থাকিব পৰা স্থান বা পৰিৱেশত সাৱধানতা অৱলম্বন কৰাটো অতি জৰুৰী।

কিন্তু সাৱধান হওঁতে কি কি কথা মনত ৰাখিব লাগিব?

- ১) ওখ ঘাঁহ-বনত সাপে আশ্ৰয় লৈ থাকে।
তেনে স্থানত খোজ কাঢ়োঁতে সদায় হাতত এডাল দীঘল লাখুটি লৈ আগবাঢ়িব আৰু আগবাঢ়োঁতে সন্মুখৰ স্থান টুকুৰা লাখুটিডালেৰে জোকাৰি সাপ থকাটো নিৰীক্ষণ কৰিব।
- ২) সাপ তীব্ৰ গতিত বগাই যাব পাৰে। আনহাতে আপোনাৰ চকুৰ সন্মুখত, মূৰৰ ওপৰতো সাপ থাকিব পাৰে। তেনে ক্ষেত্ৰত সাপে আপোনাৰ মূৰত বা শৰীৰৰ ওপৰ অংশত খুঁটিব পাৰে। গতিকে চৌপাশ নিৰীক্ষণ কৰা দৰকাৰ।
- ৩) সাপে অন্ধকাৰত বা গহুৰত বা গছৰ খোৰোং, চুঙা, গাঁত, কলহৰ দৰে পাত্ৰ, বাঁহ-কাঠৰ দ'ম ইত্যাদিত আশ্ৰয় লৈ থাকে, গতিকে তেনে বস্তু বা সামগ্ৰী ব্যৱহাৰ কৰোঁতে সাৱধান হওঁক।
- ৪) কেতিয়াবা ৰোগাক্ৰান্ত দুৰ্বল সাপ দিনত সূৰ্যৰ পোহৰত নিঠৰ হৈ পৰি থাকে। সাৱধান হ'ব, ওচৰলৈ নাযাব।



- ৫) আপুনি ঘৰতে হওক বা কোনো নতুন ঠাইতে হওক, ওচৰে পাজৰে, বিছনাৰ তলত, বিছনাত থকা কাপোৰৰ দমত বা কোঠাটোৰ চুকে-কোণে কোনো সাপ আশ্রয় লৈ আছে নেকি চাই ল'ব।
- ৬) বেছি ভাগ ক্ষেত্ৰতে দেখা যায় যে সাপে ভৰিত খোটে। গতিকে খোজ কাঢ়োঁতে সাৱধান।
- ৭) প্ৰায়ে দেখা যায় যে পানীৰ যুঁৱলীত আহাৰৰ সন্ধানত সাপ বৈ থাকে। ঠিক একেদৰে ৰাতি পোহৰৰ ফালে সাপ আগুৱাই আহে।
- ৮) ঘৰৰ চৌপাশ পৰিষ্কাৰ কৰি ৰাখিব লাগে, যাতে সাপে আশ্রয় লৈ নাথাকে। নিয়মিতভাৱে ফেনাইল চটিওৱা দৰকাৰ।

সাপে খুটিলে মৃত্যুৰ সম্ভৱনা যিমান থাকে, ভয়ত বিতত হোৱা অৱস্থাই মৃত্যুৰ সম্ভৱনা বেছি কৰি তোলে। অৱশ্যে অন্ধবিশ্বাসে মৃত্যুৰ সংখ্যা আৰু অধিক কৰে। ইয়াৰ বাবে গুৰুত্বপূৰ্ণ কথাটো হ'ল- সচেতন হৈ থকা আৰু সঠিক সময়ত উচিত পদক্ষেপ লোৱা।

আমি সকলোৱে সাপৰ বিষয়ে কিছু কথা জনা দৰকাৰ

- ☞ অকল মূৰটো ওপঙি সাঁতোৰা সাপ সাধাৰণতে বিষাক্ত নহয়। যদি গোটেই সাপডাল ওপঙি সাতুৰি থাকে তেন্তে ই বিষাক্ত সাপৰ লক্ষণ।
- ☞ ত্ৰিভুজ আকৃতিৰ মূৰ থকা সাপ বিষাক্ত প্ৰজাতিৰ আৰু ইংৰাজী ইউ (U) আকৃতিৰ মূৰ থকা সাপ বিষহীন।
- ☞ সাপৰ শ্ৰৱণ শক্তি ছালত থাকে। সেই বাবে মাটিত শব্দ কৰিলেহে ই গম পায়।
- ☞ ছালত যদি একে লেথাৰিয়ে ৰঙা আৰু কলা আঁচ থাকে তেন্তে ই বিষাক্ত নহয়। আনহাতে ৰঙা আৰু হালধীয়া আঁচ যদি থাকে তেন্তে ই বিষাক্ত প্ৰজাতিৰ সাপ।
- ☞ বিষাক্ত সাপে খুটিলে দুটা ক্ষত চিহ্ন থাকে। আনহাতে বিষহীন সাপে খুটিলে ঘোঁৰাৰ খুৰাৰ আকৃতিৰ একাধিক ক্ষত চিহ্ন বৈ যায়। বিষহীন সাপে খুটিলে ক্ষত স্থানৰ সিৰা ক'লা বা ডাঠ নীলা হৈ পৰে।

সাপে খুটিলে কি কৰিব আৰু কি নকৰিব ?

- ☞ হুলস্থূল বা আতংকৰ পৰিৱেশৰ সৃষ্টি নকৰিব। ব্যক্তি গৰাকীক মানসিক সহযোগ আৰু প্ৰেৰণা দিয়ক, যিয়ে ৰক্ত চাপ আৰু মানসিক চাপ নিয়ন্ত্ৰণত থকাত সহায় কৰিব।
- ☞ সাপে খুটিলেই যে মৃত্যু নহয় আৰু সাপে খুটিলে বিষ নেৰিবও পাৰে তেনে ধৰণৰ সান্তনা দিয়ক।
- ☞ যথাসম্ভৱ সোনকালে ক্ষত স্থানৰ ওপৰত সুৰক্ষিতভাৱে গাঁঠি দিয়ক, চাব যাতে ক্ষত স্থানত হেঁচা প্ৰয়োগ কৰা নহয়।
- ☞ কোনো ধৰণৰ মাদক দ্ৰব্য সেৱন কৰিবলৈ নিদিব।
- ☞ যিমানদূৰ সম্ভৱ সোনকালে চিকিৎসালয়লৈ লৈ যাওক। চিকিৎসকক যোগাযোগ কৰি ৰোগীৰ অৱস্থাৰ বিষয়ে জনাই থাকক।
- ☞ খোঁটা অংশ কাটি নিদিব বা মুখেৰে ক্ষত স্থানত নুশুহিব বা বৰফ বা অন্য ঠাণ্ডা ক্ৰীম নলগাব।

ইফালে সচৰাচৰ মানুহে সাপ দেখিলেই খেদি খেদি মাৰে। এইটো উচিত কথানে? এন্দুৰৰ উপদ্ৰৱৰ পৰা ৰক্ষা পাবলৈ সাপেই উপযুক্ত ভৰষা নহয়নে?



বহুতে নেউল
নিধন কৰি তাৰ মাংস
ভক্ষণ কৰে। নেউল
আকৌ সাপৰ শত্ৰু।
আমাৰ বাৰীখনত যদি
নেউল বাস কৰে, তালৈ
সাপ আহিব
পাৰিবনে?

অৱশ্যে নেউল
থাকিলে ঘৰৰ হাঁহ
আৰু কুকুৰাৰ গড়াল
কেইটা মজবুত কৰিবই
লাগিব।



আমি সকলোৱে কামিজ বা পেন্টৰ জেপত অথবা ডিঙিত ওলোমাই লৈ ফুৰা মোবাইল ফোনটোও কেতিয়াবা ভয়ংকৰ দুৰ্যোগৰ কাৰণ হৈ উঠিব পাৰে।

গাড়ী চলাওতে মোবাইল ফোনত কথা পতাৰ ফলত চালকজনে দৃষ্টিটো সঙ্ঘটিত কৰাৰ নজিৰ নথকা নহয়। বা কাৰোবাক খুন্দিয়াই আহত বা নিহত কৰাৰো সম্ভাৱনা নথকা নহয়। মোবাইল ফোনেৰে কথাপাতি খোজকাড়ি গৈ থকাজনেও কেতিয়াবা ফুটপাথৰ গাঁতত সোমাই পৰা, পথত বৈ থকা গাড়ী, জীৱ-জন্তু, মানুহক খুন্দিওৱাৰ দৰে ঘটনাও সততে ঘটি থাকে।

মোবাইল ফোনলৈ অহৰহ আহি থকা তৰংগই ওচৰ পাজৰত থকা তৰংগ মাধ্যমত চলা যন্ত্ৰ পাতি সমূহৰ কাম-কাজত ব্যাঘাত জন্মায়। উদাহৰণ স্বৰূপে- টিভি চলি থকা সময়ত বা ৰেডিঅ'টো বাজি থকা সময়ত অন কৰা মোবাইলটো ওচৰত থলে মোবাইলৰ তৰংগই টি.ভিৰ স্বাভাৱিক ছবিবোৰত ব্যাঘাত জন্মায় বা ৰেডিঅ'টোত ঘেৰ ঘেৰ শব্দ উৎপত্তি হয়।

ধৰি লওক আপোনাৰ কোনো আত্মীয় এজন চিকিৎসালয়ৰ ICUত ভৰ্তি হৈ আছে। ICUত ভৰ্তি ৰোগীৰ স্বাস্থ্যৰ অৱস্থা কম্পিউটাৰৰ দ্বাৰা বা ইলেক্ট্ৰনিক উপকৰণেৰে নিৰীক্ষণ কৰা হয়। আপোনাৰ মোবাইলৰ তৰংগই সেই উপকৰণৰ সঞ্চালনত বাধাৰ সৃষ্টি নকৰিবনে? এনে অৱস্থাত ডাক্তৰজন বাৰু বিপথে পৰিচালিত নহ'বনে?

এতিয়া ICUত সোমালে আপুনি বাৰু আপোনাৰ মোবাইল ফোনটো অন কৰি থবনে?

মোবাইল ফোন ব্যৱহাৰ কৰোতে আমি আৰু কেইটামান কথাৰ ওপৰত গুৰুত্ব দিয়া উচিত হ'ব-

- ☞ বেটেৰী চাৰ্জ দিয়াৰ সময়ত মোবাইলত কথা পতা অনুচিত।
- ☞ অতিৰিক্ত ভাৱে বেটেৰী চাৰ্জ দিব নালাগে।
- ☞ মোবাইল ফোনেৰে যিমান পাৰি কমকৈ কথা পাতিলে ভাল।
- ☞ পেট্ৰল পাম্পত মোবাইলেৰে কথা পতা অনুচিত, আনকি মোবাইল ফোনৰ চুইচটোও অফ কৰি থোৱা উচিত।

ৱে
চি
চি

আমাৰ প্ৰত্যেকৰ জীৱন বা পৰিয়াললৈ বিপদ বা দুৰ্যোগ নহাকৈ থকা নাই। আৰু আমি সেই দুৰ্যোগ বা বিপদৰ যিকোনো প্ৰকাৰে অতিক্ৰম কৰিছোঁ। সি লাগিলে স্বভাৱগত ব্যৱস্থাৰ দ্বাৰাই হওক বা কৌশল প্ৰয়োগ কৰিয়েই হওক। ইফালে সম্ভাৱ্য পৰিস্থিতিৰ মোকাবিলা কৰিবৰ বাবে আমাৰ প্ৰত্যেকৰ ঘৰত সাধ্য অনুযায়ী কিবা নহয় কিবা সামগ্ৰী-সৰঞ্জাম আছেই আছে। কিন্তু আমি কোনো সজাগ হৈ নাথাকো। অৰ্থাৎ আমাৰ স্বভাৱটো পিয়াহৰ সময়ত ঘটিটো-লোটাটো বিচৰা নিছিনা। ঘৰৰ কাৰেণ্ট গলে চাকিটো, লেম্পটো, মমবাতিডাল বিচাৰি খপজপাই ফুৰাৰ অভিজ্ঞতা হয়তো আমাৰ সকলোৰে আছে।



এতেকে আমাৰ প্ৰয়োজনীয় সা-সামগ্ৰীবোৰ যিকোনো পৰিস্থিতিৰ ক্ষেত্ৰত সহজতে প্ৰয়োগ কৰিব পৰাকৈ সুচল ঠাইত

থোৱা, কি কি পৰিস্থিতি বা ঘটনা হ'ব পাৰে তাক খোৰতে জুকিয়াই লোৱা, তাৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় বয়বস্তু গোটেই লোৱা আৰু ভাগে ভাগে খোৱা, কি ঘটনা সাপেক্ষে কি ব্যৱস্থা ল'ব - এইবোৰ বিতংকৈ ঠিক-থাক কৰি লোৱাটোৱেই পৰিয়ালটোৰ সুৰক্ষাৰ পৰিকল্পনা।

ইয়াত, বিপদ আহিব বুলি কোনো কথা নাই। অৱশ্যে এনেবোৰ কথাৰ গুৰুত্ব দিয়া মানেই দুৰ্যোগ বা বিপদৰ পৰা হ'বলগীয়া হোৱা সাম্ভাৱ্য ক্ষয়-ক্ষতিৰ সৈতে মোকাবিলা কৰিবলৈ পৰিয়ালটো সাজু থকাটো বুজায়।

অৰ্থাৎ দুৰ্যোগৰ সম্ভাৱ্য ক্ষয়-ক্ষতিৰ পৰিমাণ যে কমিব সেয়া নিশ্চিত হোৱাটো বুজায়। জীৱিকাৰ খাতিৰত যেতিয়া পৰিয়ালৰ প্ৰতিজন সদস্যই বেছিভাগ সময় ঘৰৰ বাহিৰত থাকিব লগা

আমাৰ প্ৰয়োজনীয় সা-সামগ্ৰীবোৰ যিকোনো পৰিস্থিতিৰ ক্ষেত্ৰত সহজতে প্ৰয়োগ কৰিব পৰাকৈ সুচল ঠাইত থোৱা, কি কি পৰিস্থিতি বা ঘটনা হ'ব পাৰে তাক খোৰতে জুকিয়াই লোৱা, তাৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় বয়বস্তু গোটেই লোৱা আৰু ভাগে ভাগে খোৱা, কি ঘটনা সাপেক্ষে কি ব্যৱস্থা ল'ব - এইবোৰ বিতংকৈ ঠিক-থাক কৰি লোৱাটোৱেই পৰিয়ালটোৰ সুৰক্ষাৰ পৰিকল্পনা।

হয় আৰু শিশুকে ধৰি পৰিয়ালৰ শাৰীৰিক বা মানসিকভাৱে অক্ষম-কাৰ্যক্ষম নোহোৱা সদস্য-সদস্যগৰাকীহে তেতিয়া বা সাধাৰণতে বেছিভাগ সময় ঘৰৰ ভিতৰত থাকে। তেনে অৱস্থাত পৰিয়ালটো যিকোনো বিপদৰ সন্মুখীন হ'ব পাৰে আৰু এই বিপদৰ সময়ত বা জৰুৰীকালীন সময়ত অক্ষম ব্যক্তিজনৰ লগতে পৰিয়ালৰ আন সদস্য সকলোৰে সহায় হোৱাকৈ 'পৰিয়াল সুৰক্ষা আঁচনি' এখন প্ৰস্তুত কৰিব লাগে।

আমাৰ প্ৰত্যেকৰে ঘৰত এটা সুৰক্ষা বাকচ ৰখাটো জৰুৰী। বাকচটোত থাকিব লগা বস্তু কেইপদ হ'ল-

টৰ্চ লাইট এটা, মমবাতি এডাল, দিয়াচলাই এটা, পানী তিনি লিটাৰ, কটাৰী এখন, হাতুৰী এটা, হেক্স ব্লড এখন, ৰছী এডাল (অন্ততঃ ২০ ফুট দীঘল), অত্যাৱশ্যকীয় ঔষধ, বেণ্ডেজ আদি।

এতিয়া পৰিয়ালটোৰ বাবে সুৰক্ষাৰ পৰিকল্পনা আঁচনিখন কেনে হোৱা দৰকাৰ সেয়া আমি সকলোৱে চিন্তা কৰো আৰু প্ৰস্তুত কৰি লওঁ। আমাৰ সুৰক্ষাৰ আঁচনিখনে পৰিয়ালটোৰ লগতে চুবুৰীটো আৰু নিজৰ গাঁওখনক সুৰক্ষিত কৰিব।



দুৰ্যোগৰ ক্ষেত্ৰত সততে প্ৰয়োজন হোৱা কেইটামান অতি
গুৰুত্বপূৰ্ণ ঠিকনা আৰু ফোন নম্বৰ

জিলা দুৰ্যোগ ব্যৱস্থাপনা বিভাগ	
স্থানীয় আৰক্ষী থানা	
ওচৰৰ অগ্নি নিৰ্বাপক বাহিনীৰ কেন্দ্ৰ	
গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ	
গাওঁবুঢ়া	
গাৱঁৰপঞ্চায়ত সদস্য	
চিকিৎসালয়/চিকিৎসক	

ইকো' (ECHO)

ইউৰোপ মহাদেশৰ অন্তৰ্গত দেশসমূহৰ এটি সংস্থা হ'ল ইউৰোপিয়ান কমিচন। এই সংস্থাৰ এটি বিভাগ আছে যিটোৱে বিশ্বত দুৰ্যোগৰ সময়ত সহায় কৰে। এই বিভাগটোৰ নাম হ'ল ইউৰোপিয়ান কমিচন হিউমে-নিটেৰিয়ান অফিচ' (European Commission Humanitarian Office) চমুকৈ 'ইকো'। ১৯৯২ চনৰ পৰা ইকোৱে বিশ্বৰ ৮৫ খন দেশত কাম কৰি আছে। ইকোৱে সহায় কৰা প্ৰধান বিষয়বোৰ হ'ল— তৎকালীন সাহায্য, আহাৰ যোগান, বাসস্থানৰ সুবিধা ইত্যাদি। ইকোৰ এটা অন্যতম বিভাগ হ'ল 'ডিপ্ ইকো' (Disaster Preparedness European Commission Humanitarian Office) যিটো বিভাগে দুৰ্যোগৰ আগতে ল'ব লগা সাৰধানতাৰ বিষয়ে কাম কৰে। প্ৰতি বছৰে প্ৰায় দহ লাখ মানুহ, খৰাং বানপানী, ভূমিকম্প, ধুমুহা, ভূমিস্থলন, চুনামি ইত্যাদি দুৰ্যোগৰ দ্বাৰা ক্ষতিগ্ৰস্ত হয়। এই দুৰ্যোগবোৰে মানৱ জাতিৰ দৰিদ্ৰতাত ইন্ধন যোগায়। প্ৰায় ৯৭ শতাংশ প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগ সংঘটিত হয় অনুন্নত ৰাষ্ট্ৰসমূহত, যাৰ জৰিয়তে মানুহৰ জীৱিকা বিশেষ ধৰণে ক্ষতিগ্ৰস্ত হয়। প্ৰাকৃতিক দুৰ্যোগক বাধা দিব নোৱাৰি যদিও আমাৰ সাৰধানতা আৰু দুৰ্যোগৰ বিষয়ে সজাগ হ'লে ক্ষয়-ক্ষতিৰ পৰিমাণ হ্ৰাস কৰিব পাৰি। 'ইকো' নামৰ অনুষ্ঠানটোৱে বেছি দুৰ্দশাগ্ৰস্ত লোকসকলৰ জীৱন ৰক্ষাৰ বাবে কাম কৰে। সেইবাবে আমি 'ইকো'ক মানুহৰ দুৰ্যোগৰ বিষয়ে সজাগতা বৃদ্ধিত অৰিহণা যোগোৱা অন্যতম সংস্থা বুলি কব পাৰো। 'ইকো'ৰ অন্যতম বিভাগ 'ডিপ্ ইকো' (DIPECHO) ৰ প্ৰধান লক্ষ্যসমূহ হ'ল আটাইতকৈ বেছি দুৰ্দশাগ্ৰস্ত সমাজত য'ত দুৰ্যোগৰ সম্ভাৱনা বেছি, তাত পূৰ্ব-প্ৰস্তুতি আৰু সজাগতা বৃদ্ধিৰ বাবে কাম কৰা। ইয়াৰ অন্তৰ্গত বিষয়বোৰ হ'ল প্ৰশিক্ষণ, সক্ষমতা বৃদ্ধি আৰু সজাগতা। 'ডিপ্ ইকো' (DIPECHO) ৰ কাৰ্য্যাবলীয়ে গাঁৱৰ পৰা আৰম্ভ কৰি ৰাজহ চক্ৰ, পৌৰ নিগম, জিলা আনকি ৰাষ্ট্ৰীয় পৰ্য্যায়কো সামৰি লয়। দুৰ্যোগ প্ৰশমনৰ কাৰ্য্যসূচী হ'ল এটা দীঘলীয়া পৰ্য্যায়। গতিকে এই পৰ্য্যায়ত অংশীদাৰী অনুষ্ঠানসমূহক আৰ্থিক অনুদান আগবঢ়ায় 'ইকো'ৱে। আমাৰ প্ৰকল্পটিতো আৰ্থিক অনুদান আগবঢ়াইছে এই অনুষ্ঠানটিয়ে।

একচন এইড (ActionAid)

বিশ্বব্যাপী দৰিদ্ৰতাৰ বিৰুদ্ধে যুঁজ দিয়াৰ কাম কৰি থকা একচন এইড হ'ল এটি আন্তৰ্জাতিক সংস্থা। ১৯৭২ চনৰ পৰা এতিয়ালৈকে একচন এইডে বিশ্বৰ ৪২ খন দেশৰ প্ৰায় ১৩ মিলিয়ন অসহায় বা দুৰ্বল মানুহক সহায় আগবঢ়াইছে। ভাৰতবৰ্ষত একচন এইডে ২৪ খন ৰাজ্য আৰু দুখন কেন্দ্ৰীয় শাসিত অঞ্চলত প্ৰায় ৩০০ স্বেচ্ছাসেৱী সংস্থাৰ সহযোগত সেৱা আগবঢ়াই আছে। ভাৰতবৰ্ষৰ আটাইতকৈ বঞ্চিত সম্প্ৰদায় বিলাকৰ অধিকাৰৰ হকে একচন এইডে গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকাৰে মাত মতি আহিছে। দলিত, ভূমিপুত্ৰ, মহিলা, শিশু, সংখ্যালঘু, শাৰীৰিকভাৱে অক্ষম আদি লোকৰ সৈতে, যিসকলে ন্যূনতম সেৱা-সম্পদৰ অধিকাৰৰ পৰা বঞ্চিত হৈ আছে, তেওঁলোকৰ সতে সহযোগী হৈ একচন এইডে সমাজ পৰিবৰ্তনৰ বাটত আগবাঢ়ি আছে। তদুপৰি অতি স্পৰ্শকাতৰ পৰিস্থিতিত থকা লোক যেনে HIV/AIDS আক্ৰান্ত ব্যক্তি, শাৰীৰিকভাৱে অক্ষম লোক, বন্ধা-শ্ৰমিক, গৃহহীন শিশু, অনাথ বিদ্যালয়ৰ আওতাৰ বাহিৰত থকা শিশু, জীৱন জীৱিকাৰ সংকটত ভোগা নিৰশ্ৰয় লোক ইত্যাদিৰ সৈতে একচন এইডে বিশেষভাৱে কাম কৰি আহিছে। তাৎক্ষণিকস্থল, শিক্ষা ইত্যাদিৰ ব্যৱস্থাকৰণৰ লগতে একচন এইডে সাংবিধানিক, নৈতিক আৰু আইনগত অধিকাৰৰ ভিত্তিত উন্নয়নী প্ৰক্ৰিয়া আণ্ডৱাই নিয়াৰ হ'কে 'গণ অধিকাৰ' বিষয়ে সজাগতা আৰু সচেতনতা সৃষ্টিৰ লক্ষ্যৰে কাৰ্য্যক্ৰম পায়ন কৰি আহিছে।

গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ

প্ৰতিখন গাঁৱতে এখন শান্তিপূৰ্ণ, সমৃদ্ধিশালী, সমতাপূৰ্ণ আৰু শোষণ মুক্ত সমাজ গঢ়াৰ লক্ষ্যৰে ১৯৯৯ চনত জন্ম হোৱা 'গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ' এটি বেচৰকাৰী স্বেচ্ছাসেৱী সংস্থা। জন্মলগ্নৰে পৰা 'গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ'ই সমাজৰ বঞ্চিত সকল বিশেষকৈ মহিলা সকলক আৰ্থসামাজিক সৰলীকৰণৰ জৰিয়তে সমাজ পৰিৱৰ্তনৰ দায়িত্ব ল'ব পৰাকৈ উপযুক্ত কৰা আৰু তাৰ জৰিয়তে এনে এখন সমাজ সৃষ্টি কৰা য'ত তেওঁলোক মৰ্যদা সহ জীয়াই থাকিব পাৰে, তেনে উদ্দেশ্যৰে সেৱা আগবঢ়াই আছে। অনুষ্ঠানটোত প্ৰায় পাঁচ শতাধিক স্বেচ্ছাসেৱকে বিভিন্ন উন্নয়নমূলক কাৰ্য্যত প্ৰত্যক্ষভাৱে জড়িত হৈ আছে। নলবাৰী, বাগসা, বৰপেটা আৰু কামৰূপ (গ্ৰামীণ) জিলাৰ বিভিন্ন প্ৰান্তত অনুষ্ঠানটোৱে সেৱা আগবঢ়াই আছে। গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চৰ মুখ্য কাৰ্য্যালয় ১ নং বৰধনৰা, পোঃ অঃ দক্ষিণগাঁও, পিন- ৭৮১৩৫০, জিলা- নলবাৰী (অসম)ত অৱস্থিত। 'দুৰ্যোগ'ৰ মুহূৰ্তত সহায়ৰ বাবে গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চৰ 'জৰুৰী সেৱা'ৰ বাবে ০৩৬২৪-২৮৩৭৪০ অথবা ৯৮৬৪২৯২৮০৮ / ৯৮৬৪৩৫৪৮৮ / ৯৭০৭০৯২০৯৯ / ৯৮৬৪০৩৭১০৫ আৰু ই মেইল gvm_ngo@sify.com ত যোগাযোগৰ সুবিধা আছে।

আহক, দুৰ্যোগ প্ৰশমনৰ বাবে একেলগে আগবাঢ়ো।

'গ্ৰাম্য বিকাশ মঞ্চ'ৰ ডেভেলপমেন্ট কমিউনিকেচন চেল'ৰ দ্বাৰা 'ইকো'ৰ অৰ্থ সাহায্যত একচন এইড ইন্টাৰনেচনেল ইণ্ডিয়াৰ উদ্যোগত ৰূপায়িত "Promoting and Strengthening DRR Strategies and Mechanisms in Assam" প্ৰকল্পৰ অধীনত প্ৰচাৰিত।