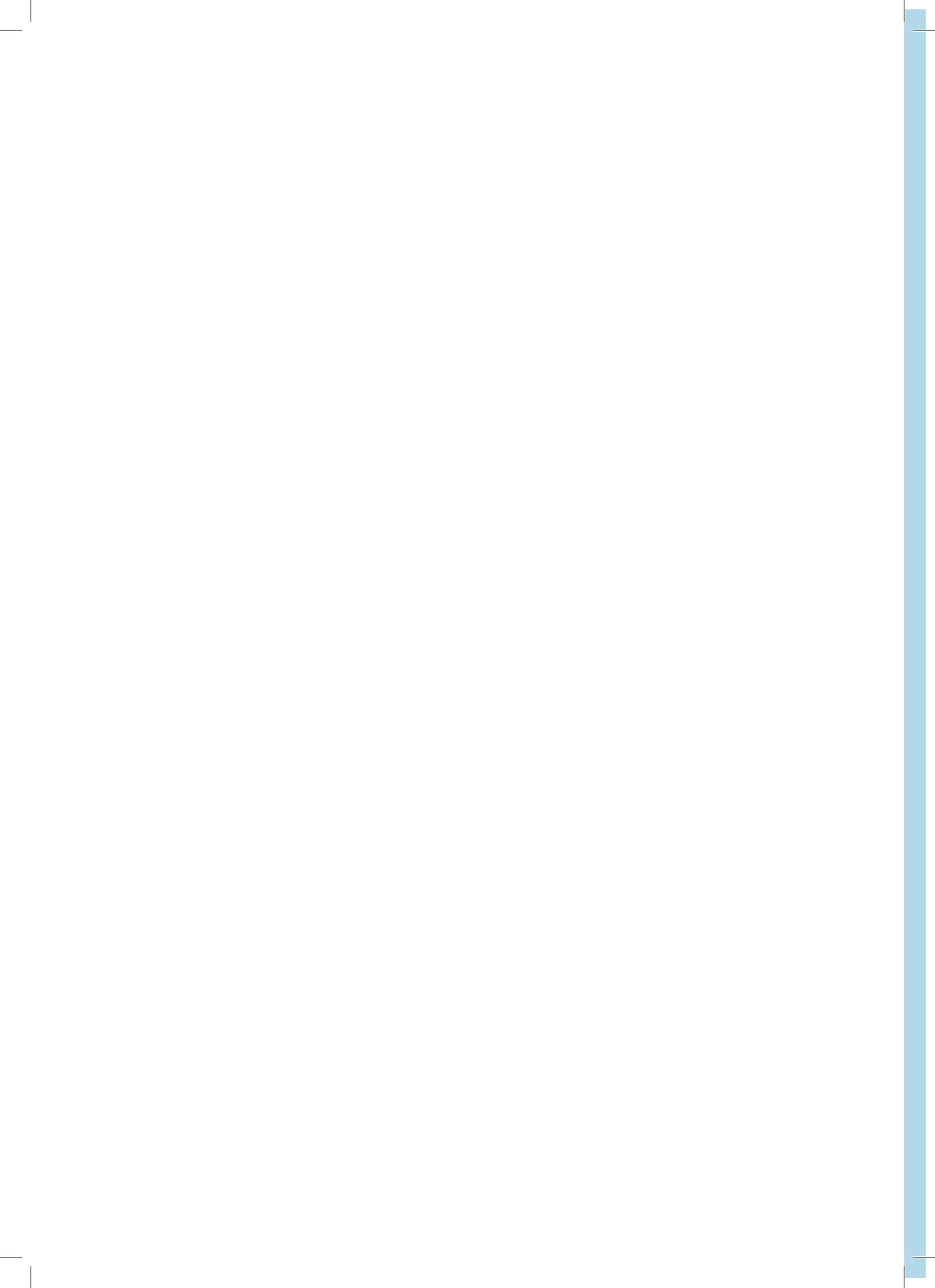


समुदाय संचालित स्वच्छता विधि Community Led Approaches to Sanitation (CLAS)

प्रशिक्षण मार्गदर्शिका





समुदाय संचालित स्वच्छता विधि
Community Led Approaches to Sanitation (CLAS)

प्रशिक्षण मार्गदर्शिका

विषय सूची

1. प्रस्तावना	3
2. भूमिका	3
3. प्रशिक्षण की तकनीक एवं प्रक्रिया	5
4. तीन दिवसीय सी.एल.ए.एस. प्रशिक्षण कार्यक्रम की समय सारिणी	7
5. प्रशिक्षण पूर्व की तैयारी	9
5.1 प्रतिभागियों का चयन	9
5.2 प्रशिक्षण का स्थान, समय एवं प्रतिभागी को सूचना	9
5.3 कार्यशाला का स्थल	10
5.4 क्षेत्र भ्रमण हेतु परिवहन	10
5.5 प्रवास एवं भोजन	10
5.6 प्रशिक्षण में उपयोग आने वाली सामग्री	10
6. कार्यशाला की प्रस्तावित रूपरेखा	11
6.1 प्रथम दिवस	11
6.1.1 प्रशिक्षण कार्यशाला का उद्घाटन	11
6.1.2 परिचय तथा प्रतिभागियों का मेल-जोल	11
6.1.3 कार्यशाला से अपेक्षाएं	12
6.1.4 प्रशिक्षण का उद्देश्य	12
6.1.5 स्वच्छता क्यों ?	12
6.1.6 खुले में शौच मुक्त क्या है ? भारत वर्ष में स्वच्छता के लिए कौन-कौन सा कार्यक्रम चलाए गए ?	14
6.1.7 सी.एल.ए.एस. की अवधारणा एवं संपूर्ण प्रक्रिया	15
6.1.8 सी.एल.ए.एस. के सिद्धांत	15
6.1.9 सी.एल.ए.एस. की प्रक्रिया	16
6.1.10 ट्रिगर टूल्स का प्रदर्शन (Simulation Exercise)	17
6.2 दूसरा दिवस	18
6.2.1 प्रेरणा गीत एवं प्रथम दिवस का पुनरावलोकन	18
6.2.2 क्षेत्र भ्रमण एवं जीवंत ट्रिगरिंग अभ्यास	18
6.2.3 ट्रिगरिंग पश्चात् के सत्र	19
6.2.4 व्यवहार परिवर्तन के चरण	20
6.2.5 शौचालय निर्माण तकनीक	20
6.3 तीसरा दिवस	21
6.3.1 गाँव में फोलो-अप	21
6.3.2 फॉलोअप में ये गतिविधियां की जा सकती हैं	21
6.2.3 प्रतिभागियों के अनुभवों का प्रस्तुतीकरण	22
6.2.4 ओ.डी.एफ. (ODF) स्थायित्व	22
6.2.5 ओ.डी.एफ. (ODF) प्लस	23
6.2.6 प्रशिक्षण का समापन	24
अनुलग्नक 1- प्रेरणा गीत	25



1 प्रस्तावना

स्वच्छता के प्रति पर्याप्त जानकारी और जागरूकता के अभाव में मल-जनित (faecal-oral) बीमारियां तेजी से बढ़ रही हैं जिसका परिणाम उच्च मृत्यु दर (mortality rate) एवं रुग्णता दर (morbidity rate) के रूप में, खासकर शिशुओं में देखने को मिल रहा है। ऐसे में स्वच्छता संबंधी गुणवत्तापूर्ण प्रशिक्षण निर्देशिका और समग्रियों का अभाव भी महसूस किया जाता रहा है।

स्वच्छता के क्षेत्र में कार्य कर रहे सामुदायिक कार्यकर्ताओं और सुगमकर्ताओं की क्षमतावर्धन के लिए उच्च स्तरीय प्रशिक्षण बहुत आवश्यक है। इसकी आवश्यकता को देखते हुये सामुदायिक कार्यकर्ताओं की क्षमतावर्धन के लिए वॉटर फॉर पीपल इंडिया ने 'समुदाय संचालित स्वच्छता विधि-Community Led Approaches to Sanitation (CLAS)' को बढ़ावा दिया है। यह विधि खुले में शौच के प्रति लोगों की सोच और व्यवहार में परिवर्तन लाने में सफल एवं प्रभावी है। इस विधि में समुदाय के व्यक्ति की निजता, शर्म और कठिनाईयों का आदर करते हुये विभिन्न गतिविधियों द्वारा व्यवहार में परिवर्तन लाया जाता है।

यह मार्गदर्शिका स्वच्छता के विभिन्न पहलुओं से अवगत कराती है एवं उन सारी गतिविधियों को आयोजित करने की विधि को विस्तार से बताती है जो सहभागी क्रिया सिद्धांत के अनुरूप है, और जिससे समुदाय में कुछ बेहतर करने की भावना जागृत होती है। यह मार्गदर्शिका सुगमकर्ताओं में समुदाय को ट्रिगर करने एवं ट्रिगरिंग उपरान्त फॉलोअप करने की समझ विकसित करने में उपयोगी सिद्ध होगी। इस प्रशिक्षण मार्गदर्शिका के अध्ययन एवं उपयोग से प्रशिक्षक बेहतर ढंग से सी.एल.ए.एस. विधि पर प्रशिक्षण दे सकते हैं, और इससे तैयार हुए प्रशिक्षणार्थी अपने गाँव समुदाय में वांछित बदलाव ला सकेंगे।

इस मार्गदर्शिका को वॉटर फॉर पीपल इंडिया के एस.बी.सी.सी. स्पेशलिस्ट सफदर अली ने विकसित किया है। इसे विकसित करने में कंट्री डाइरेक्टर मीना नरुला ने मार्गदर्शन दिया है तथा प्रोग्राम डाइरेक्टर वकील अहमद और बिहार स्टेट इंचार्ज विवेक शरण ने सहयोग प्रदान किया है।

वॉटर फॉर पीपल इंडिया



2 भूमिका

जब से पृथ्वी पर मानव जाति का सृजन हुआ है, मनुष्य शौच निपटान के लिए विभिन्न विकल्पों को तलाशता रहा है। भारत देश में ग्रामीण क्षेत्रों के प्रायः घरों में लोग खुले में शौच जाते हैं जिससे गन्दगी के साथ-साथ बीमारियां फैलती हैं और ज्यादातर छोटे बच्चे इसके शिकार होते हैं। खुले में शौच करना एक सामाजिक बुराई तो है ही इससे महिलाओं की निजता का हनन एवं सभी लोगों के स्वास्थ्य पर भी बुरा असर पड़ता है।

देश में सभी लोगों के जीवन स्तर को बेहतर करने के लिए पेयजल एवं स्वच्छता मंत्रालय, भारत सरकार ने 2 अक्टूबर 2014 को स्वच्छ भारत मिशन (ग्रामीण) का शुभारंभ किया। इस मिशन के अंतर्गत 2 अक्टूबर 2019 को राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के 150वीं जयंती पर देश को खुले में शौच मुक्त बनाने का संकल्प लिया गया है।

भारत सरकार द्वारा गांवों को खुले में शौच मुक्त कराने के लिए वृहद स्तर पर अभियान चलाया जा रहा है। जिले के ओ.डी.एफ. होते ही ओ.डी.एफ. प्लस का कार्यक्रम धरातल पर शुरू हो जाएगा जिसमें कूड़ा-करकट के निपटान को टारगेट किया जाएगा। ओडीएफ प्लस कार्यक्रम के अंतर्गत उचित तकनीक के आधार पर गांव के ठोस एवं तरल कचरा (संसाधन) का निपटान करना है। शौचालय के टैंक से निकलने वाले मलयुक्त कचरे का सुरक्षित निपटान करना तथा सेप्टिक टैंक से निकलने वाले काले पानी (ब्लैक वाटर) का निपटान एवं माहवारी स्वच्छता प्रबंधन शामिल हैं।

भारतवर्ष में स्वच्छता कार्यक्रम आज़ादी के बाद से चलाया जा रहा है, पर इसका समुदाय पर व्यापक प्रभाव नहीं हुआ और लोगों ने अपनी इच्छानुसार शौचालय का निर्माण नहीं किया। इसके कारण अधिकतर निर्मित शौचालय खराब हो गये हैं, या उसका उपयोग शौच निपटान के बजाय दूसरे कई कामों में लाया जा रहा है।

इसीलिये स्वच्छ भारत मिशन (ग्रामीण) में पहली बार सूचना, शिक्षा एवं संचार के साथ-साथ पारस्परिक संचार पर विशेष जोर दिया गया है, जिससे समुदाय को खुले में शौच से होने वाले नुकसान को अलग-अलग माध्यम से बताया एवं दिखाया जाये जिससे लोग इससे प्रेरित होकर अपने शौचालय का निर्माण खुद करें और उपयोग करें।

CLAS विधि में समुदाय द्वारा उनके ही स्वच्छता संबंधी व्यवहार का आत्म विश्लेषण करवाया जाता है एवं उनमें अन्तः प्रेरणा की आग पैदा की जाती है, जिससे समुदाय अपने खुले में शौच की आदत का स्वयं विश्लेषण कर सके, इसके दुष्परिणामों का आंकलन कर सकें। ये व्यक्तिगत व्यवहार परिवर्तन का प्रश्न न होकर सामाजिक व्यवहार परिवर्तन का मुद्दा बन सके, समाज के हर तबके की आदत को बदलने के लिए एक सोच, एक विचार जन्म ले सके।

स्वच्छता की वास्तविक स्थिति का सजीव चित्रण ग्रामीण समुदाय के बीच किया जाता है, जिससे समुदाय खुले में शौच की आदत के कारण होने वाले नुकसान का अहसास करता है, और अस्वच्छता के कारण समूचे समुदाय/सामाज पर पड़ने वाले दुष्परिणामों की विस्तृत चर्चा होती है। इससे समुदाय अपनी स्थिति को भांप कर एवं इसकी भयावयता को समझते हुए व्यवहार परिवर्तन के लिए विचार कर एक मत से निर्णय लेकर सुधार एवं परिवर्तन के लिए संकल्पित होकर प्रयास करता है।

वाटर फॉर पीपल इंडिया ने यह मार्गदर्शिका ग्रामीण क्षेत्रों में स्वच्छता के क्षेत्र में कार्य कर रहे कार्यकर्ताओं के उपयोग के लिए बनाया है। वाटर फॉर पीपल इंडिया एक गैर लाभकारी अंतर्राष्ट्रीय संस्था है जो विशेषकर महिलाओं, बच्चों तथा सीमांत किसानों को पेयजल एवं स्वच्छता की सुविधा व्यक्तिगत, सामुदायिक एवं सार्वजनिक संस्थानों (जैसे- स्कूल, आंगनवाड़ी केंद्र, स्वास्थ्य केंद्र) में उपलब्ध कराने हेतु कार्य करती है। राज्य सरकार से परामर्श के उपरांत मानव विकास सूचकांक के आधार पर जिलों का चयन किया जाता है। वाटर फॉर पीपल इंडिया द्वारा वर्तमान में पश्चिम बंगाल, महाराष्ट्र, ओडिशा, बिहार और असम के 24 जिलों में कार्यक्रम कार्यान्वित किए जा रहे हैं। पेयजल एवं स्वच्छता कार्यक्रम संचालन में उपलब्ध कमियों को दूर करने हेतु वाटर फॉर पीपल इंडिया स्थानीय संस्थानों, ब्लॉक, एवं जिला स्तरीय सरकारी कार्यक्रमों के साथ समन्वय करने हेतु सहयोग प्रदान करता है।

प्रत्येक परिवार, समुदाय और सार्वजनिक संस्थान में पेयजल तथा स्वच्छता की स्थायी सुविधा सुनिश्चित करने हेतु वाटर फॉर पीपल इंडिया द्वारा 'सभी के लिए, सदा के लिए' (एवरीवन फॉरएवर) मॉडल रणनीति विकसित की गयी है। इस रणनीति के तहत सामुदायिक पेयजल सुविधा, नल जल आपूर्ति तथा शुद्धिकरण इकाइयों को समुदाय के सहयोग से स्थापित कर अबतक 5 लाख लोगों को शुद्ध पेयजल की सुविधा उपलब्ध कराया जा चुका है।

3 प्रशिक्षण की तकनीक एवं प्रक्रिया

यह सी.एल.ए.एस. प्रशिक्षण मार्गदर्शिका स्वच्छता कार्यकर्ताओं के लिए है जो अपने गाँव समुदाय में स्वच्छता के प्रति लोगों को ट्रिगर की प्रक्रिया से जागरूक कर, व्यवहार परिवर्तन एवं बेहतर आदत को बढ़ावा देते हैं। यह प्रशिक्षण मार्गदर्शिका तीन दिवसीय आवासीय प्रशिक्षण के अनुरूप बनाई गई है।

यह प्रशिक्षण सहभागी क्रिया को ध्यान में रखकर बनाया गया है एवं इसमें आने वाले सभी प्रशिक्षणार्थी को प्रशिक्षण के दौरान संचार एवं ट्रिगर विधि की जानकारी के साथ क्षेत्र में इसका उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित किया जायेगा।





4 प्रशिक्षण कार्यक्रम की समय सारिणी

क्र. स.	विषय-वस्तु	समय-सारिणी	सुगमकर्ता
1	पंजीकरण	09.00–09.15	
2	उद्घाटन, प्रेरणा गीत, एवं स्वागत भाषण	09.15–09.30	
3	परिचय पूर्व मूल्यांकन और नियम निर्धारण	09.30–10.00	
4	प्रतिभागियों की कार्यशाला से अपेक्षाएं एवं कार्यशाला के उद्देश्यों का चर्चा	10.00–11.00	
5	स्वच्छता क्या और क्यों ज़रूरी है, संपूर्ण स्वच्छता के प्रमुख घटक	11.00–12.00	
6	खुले में शौच से मुक्ति: अवधारणा एवं ज़रूरत	12.00–12.30	
7	स्वच्छता कार्यक्रमों के परंपरागत दृष्टिकोण, सी.एल.ए.एस. की आवश्यकता तथा सी.एल.ए.एस. और सी.एल.टी.एस. के सिद्धांत में मुख्य अंतर	12.30–01.30	
भोजनावकाश 01.30 – 02.15			
8	ट्रिगर टूल्स क्या है?	02.15–03.45	
9	ट्रिगर टूल्स का प्रदर्शन (Simulation Exercise of Trigger Tools)	03.45–05.00	
10	प्रतिभागियों के सवाल एवं चर्चा	05.00–05.30	
द्वितीय दिवस			
1	प्रेरणा गीत एवं प्रथम दिवस का पुनरावलोकन	09.00–9.30	
2	ट्रिगर पर आधारित फिल्म प्रदर्शन	09.30–10.30	
3	क्षेत्र भ्रमण एवं समूहों द्वारा अलग-अलग गाँवों में समुदाय के साथ जीवंत ट्रिगरिंग अभ्यास	10.30–13.30	
भोजनावकाश 01.30 – 02.30			
4	व्यवहार परिवर्तन के घटक एवं चरण	02.30–03.30	
5	शौचालय तकनीक (दो गड्ढा जल बंद शौचालय एवं अन्य तकनीक)	03.30–05.00	
6	प्रतिभागियों के सवाल एवं चर्चा	05.00–05.30	

क्र. स.	विषय-वस्तु	समय-सारिणी	सुगमकर्ता
तृतीय दिवस			
1	प्रेरणा गीत	09.00–09.15	
2	समूहों द्वारा ट्रिगर किये गये गाँव में सुबह का फॉलो-अप गतिविधि	09.15–11.30	
3	द्वितीय दिवस का पुनरावलोकन	11.30–12.15	
4	समूह द्वारा ट्रिगर एवं फॉलोअप का प्रस्तुतीकरण	12.15–01.00	
5	ओ.डी.एफ. के स्थायित्व क्या है एवं क्यों आवश्यक है	01.00–01.30	
भोजनावकाश 01.30 – 02.15			
6	ओ.डी.एफ. प्लस क्या है, ठोस एवं तरल अपशिष्ट प्रबंधन एवं माहवारी स्वास्थ्य प्रबंधन पर प्रस्तुतीकरण	02.15–03.30	
7	कार्य योजना का निर्माण	03.30–04.30	
8	प्रशिक्षण पश्चात् मूल्यांकन	04.30–04.45	
9	धन्यवाद ज्ञापन एवं समापन	04.45–05.00	

5

प्रशिक्षण पूर्व तैयारी

सी.एल.ए.एस. विधि के प्रशिक्षण के लिए प्रशिक्षण से पूर्व कुछ तैयारी करनी आवश्यक है जो निम्नलिखित है।

5.1 प्रतिभागियों का चयन

सी.एल.ए.एस. विधि के अनुसार कार्य करने हेतु सुगमकर्ताओं के व्यवहार एवं सम्प्रेषण की विशेष शैली एवं कौशल महत्वपूर्ण है अतः इसको ध्यान में रखते हुये प्रतिभागियों के चयन में विशेष महत्व दिया जाना चाहिए।

- ◆ प्रतिभागी उत्साही, मेहनती एवं जुझारू व्यक्तित्व का धनी हो।
- ◆ स्थानीय भाषा का ज्ञान हो।
- ◆ सीखने के लिए उत्सुक हो एवं नवाचारण करने की प्रवृत्ति हो।
- ◆ महिला एवं पुरुष प्रतिभागियों का सन्तुलन अच्छा हो।
- ◆ प्रतिभागी ग्राम के विकास के लिए पर्याप्त समय दे सकें।
- ◆ प्रतिभागी की सम्प्रेषण शैली स्पष्ट हो।
- ◆ प्रतिभागी को मानव मूल, कूड़ा-कचरा, बेकार पानी इत्यादि जगहों पर एवं उसके संपर्क में आने से घृणा भाव न हो।
- ◆ यह सुनिश्चित कर लेना चाहिए की प्रतिभागी स्वयं की रुचि और सीखने की ललक लेकर प्रशिक्षण प्राप्त करना चाहते हैं या किसी दबाव या लालच में।
- ◆ प्रतिभागी का स्वभाव लचीला, हंसमुख एवं मिलनसार होना चाहिए ताकि वे आसानी से समुदाय के साथ घुल-मिल सकें और समुदाय के स्तर के समुदाय के साथ सम्प्रेषण कर पाने में सक्षम हो सकें।
- ◆ अगर प्रतिभागी पूर्व से ग्रामीण सहभागी आंकलन या रणनीति से परिचित हो तो उत्तम होता है।

5.2 प्रशिक्षण का स्थान, समय एवं प्रतिभागी को सूचना

प्रशिक्षण का स्थान, समय, एवं ट्रिगर करने वाले गाँव पूर्व से निर्धारित होने चाहिए। गाँव या टोला का चयन ऐसा हो जहाँ पूर्व में ट्रिगर गतिविधि नहीं की गई है एवं बहुत ज़्यादा फैला नहीं है। चयनित गाँव में प्रतिष्ठित लोगों, पंचायत प्रतिनिधियों एवं ग्रामीणों को पूर्व से सूचना रहे जिससे वहाँ ग्रामीण इकट्ठा हो सकें और प्रतिभागी एवं प्रशिक्षक ट्रिगर विधि को प्रदर्शित कर सकें।

प्रतिभागी का चयन पूर्व से होना चाहिए एवं उनको प्रशिक्षण प्रारंभ होने की पूर्व संध्या में ही प्रशिक्षण स्थल में आमंत्रण होना चाहिए।

5.3 कार्यशाला का स्थल

कार्यशाला का स्थल ऐसा हो जो ट्रिगरिंग स्थल से समीप हो। कार्यशाला स्थल में विडियो दिखाने की व्यवस्था हो। प्रतिभागियों की बैठक समूह बनाकर हो सके। कुर्सी, टेबल फिक्स न हो बल्कि ऐसी हो जिसे आसानी से गोलाकार स्थिति में जमाया जा सके। समूह कार्य हेतु प्रशिक्षण स्थल के अन्दर और बाहर खुली जगह होनी चाहिए। प्रशिक्षण स्थल में शौचालय/मूत्रालय की व्यवस्था महिला एवं पुरुषों के लिए अलग होनी चाहिए।



5.4 क्षेत्र भ्रमण हेतु परिवहन

क्षेत्र भ्रमण हेतु परिवहन की व्यवस्था प्रतिभागियों के बने समूह संख्या के मान से हो। प्रत्येक समूह के लिए एक वाहन उपलब्ध होना चाहिए ताकि आसानी से नियत समय पर क्षेत्र भ्रमण किया जा सके।

5.5 प्रवास एवं भोजन

प्रशिक्षण स्थल पर प्रतिभागियों के ठहरने एवं भोजन की व्यवस्था अच्छी होनी चाहिए जिससे लोग स्वस्थ एवं निरोगी रहें।

5.6 प्रशिक्षण के उपयोग में आने वाली सामग्री

कार्यशाला में विभिन्न गतिविधियां की जाती हैं एवं क्षेत्र भ्रमण में ट्रिगरिंग टूल्स के सफल क्रियान्वयन के लिए सहयोगी सामग्री की आवश्यकता होती है जिनमें:

- ◆ चार्ट पेपर (कम से कम चार रंग के)
- ◆ सेलो टेप
- ◆ डबल साईड टेप
- ◆ चूना
- ◆ रंगोली (पीला, हरा, नीला, लाल, विशेषकर पीला रंग अधिक मात्रा में)
- ◆ रंगीन कार्ड
- ◆ स्केच पेन के सेट
- ◆ व्हाइट बोर्ड मार्कर
- ◆ व्हाइट बोर्ड
- ◆ छोटी कैंची
- ◆ प्रतिभागी के लिए नोटपैड एवं कलम

6 कार्यशाला की प्रस्तावित रूपरेखा¹

6.1. प्रथम दिवस

6.1.1 प्रशिक्षण कार्यशाला का उद्घाटन

उद्घाटन किस व्यक्ति से कराना है उसका निर्णय पूर्व में ही कर लेना होगा। सरकार के किसी वरिष्ठ साथियों को अथवा कार्यक्रम के सहयोगी संस्था के वरिष्ठ साथियों को उद्घाटन के लिए बुलाया जाना चाहिये जो बाद में कार्यक्रम को विस्तारित करने में सहयोग प्रदान कर सकें।

जिस व्यक्ति से उद्घाटन करवाना है उससे पहले ही सम्पर्क कर लें और उसे प्रशिक्षण कार्यशाला और कार्यक्रम के बारे में संक्षिप्त जानकारी उपलब्ध करा दें।

6.1.2 परिचय तथा प्रतिभागियों का मेलजोल

परिचय सत्र को रोचक ढंग से एवं जीवंत तरीके से किया जाये। इस सत्र को खेल के माध्यम से संचालित करने से कार्यशाला प्रारंभ से ही तनाव मुक्त वातावरण में संचालित हो सकेगी।

- ♦ प्रत्येक व्यक्ति को सभी से बातचीत करने का एवं आपस में घुलने मिलने का अवसर दिया जाये।
- ♦ प्रशिक्षण हेतु सहज वातावरण बनाया जाये। सामूहिक प्रेरणा गीत गाने पर भी सकारात्मक ऊर्जा बनती है जो प्रशिक्षण के लिए सहायक सिद्ध होती है।
- ♦ आपसी शंकाओं को दूर करने तथा सी.एल.ए.एस. को आत्मसात करने के लिए परिचय सत्र में ही “गुह” “टट्टी” आदि स्थानीय शब्दों का उपयोग के लिए प्रेरित किया जाये।
- ♦ लोगों से पूछा जाये कि कितने लोगों को खुले में शौच करने का अनुभव मिला है और कुछ लोगों के अनुभव भी सुने जाएं।

हंसी-मजाक से परिचय सत्र को चलाते हुये प्रशिक्षण सत्रों में व्यवहार तथा बातचीत का नियम निर्धारित किया जाना चाहिये। जैसे प्रतिदिन प्रशिक्षण सत्र का आरंभ कितने बजे होगा, शाम को कितने बजे तक कक्षा चलेगी, मोबाईल फोन को बन्द रखना, एक बार में एक ही व्यक्ति को बोलना, समूह कार्यों के लिए समय अवधि का ध्यान रखना आदि।

पहले दिन की मुख्य गतिविधियां

उद्घाटन एवं परिचय

अपेक्षाएं एवं प्रशिक्षण के नियम

स्वच्छता क्यों?

सी.एल.ए.एस. विधि

ट्रिगर टूल्स का प्रयोग

परिचय सत्र में प्रतिभागी स्वयं का परिचय न देकर अपने नए साथी का परिचय दें।

¹नोट: ये प्रशिक्षण कार्यक्रम सुझावात्मक है परिस्थिति एवं व्यवहारिक तौर पर इसमें परिवर्तन सम्भव हो सकते हैं।

6.1.3 कार्यशाला से अपेक्षाएं

प्रतिभागियों की अपेक्षाएं यह बताती हैं कि वे कार्यशाला से क्या सीखना चाहते हैं इसके आधार पर आप कार्यक्रम में फेरबदल कर सकते हैं। प्रतिभागियों की अपेक्षाओं से प्रतिभागियों की दिमागी सोच तथा दृष्टिकोण का भी बोध होता है और प्रशिक्षण के दौरान आने वाली चुनौतियों की जानकारी भी मिल जाती है। अपेक्षाएं जानने के कई तरीके हैं। एक पद्धति यह है कि सदन पर छोटे-छोटे कार्ड, स्केच पेन रख दिये जाएं और प्रतिभागियों से कहा जाये –

- ♦ आप इस कार्यशाला से जो सीखना चाहते हैं जिस उम्मीद से इस कार्यशाला में आप भाग लेने आये हैं आप अपनी जिज्ञासाओं को इन कार्ड्स पर स्पष्ट अक्षरों से लिख लें। एक कार्ड का उपयोग एक जिज्ञासा के लिए करें यदि आप 10–20 बातें सीखना चाहते हैं तो निःसंकोच 10 से 20 कार्ड का प्रयोग करें।
- ♦ इस कार्ड का उपयोग आप अपनी जिज्ञासाओं को व्यक्त करने के लिए ही करें। यदि आपके पास कार्यशाला को लेकर या कार्यक्रम के संबंध में कोई सुझाव हो तो उसे अलग से लिखें जिसे सुझाव बोर्ड पर लगाया जायेगा और फिर उस पर विचार किया जायेगा।
- ♦ कार्ड पर आप लोगो को अपना नाम लिखने की आवश्यकता नहीं है।
- ♦ फिर सभी कार्ड को एक स्थान पर एकत्रित करवा लें एवं उन्हें अच्छी तरह मिला दें। फिर पुनः प्रतिभागियों से कहें कि वे आकर एक-दो कार्ड ले लें और उसका बारी-बारी से वाचन करें।
- ♦ इन कार्डों को मुख्य शीर्षकों के आधार पर वर्गीकृत करें जैसे – समुदाय का व्यवहार परिवर्तन, सी.एल.ए.एस. की पद्धति, शौचालय की तकनीक, ठोस एवं तरल कचरा प्रबंधन इत्यादि। शीर्षक के अन्तर्गत आने वाले समस्त कार्डों की श्रेणी को ऊपर रखें।

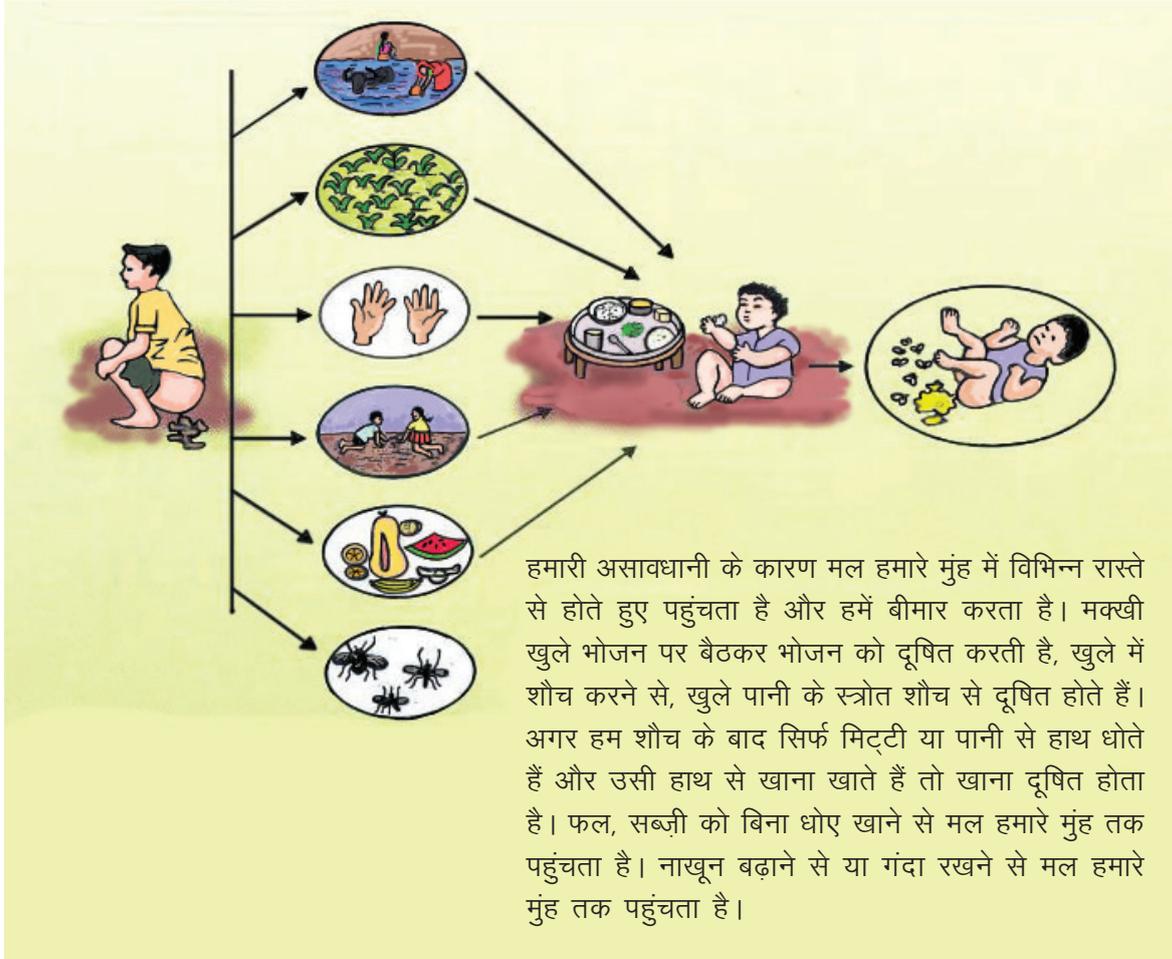
6.1.4 प्रशिक्षण का उद्देश्य

प्रशिक्षण का उद्देश्य प्रशिक्षण आवश्यकताओं तथा प्रशिक्षण को आयोजित करने वाली संस्था से परामर्श के बाद पहले ही तय कर लेना चाहिये। प्रशिक्षण के उद्देश्य में यथासंभव कोशिश होनी चाहिये कि प्रतिभागियों की प्रशिक्षण से अपेक्षाओं को शामिल करें।

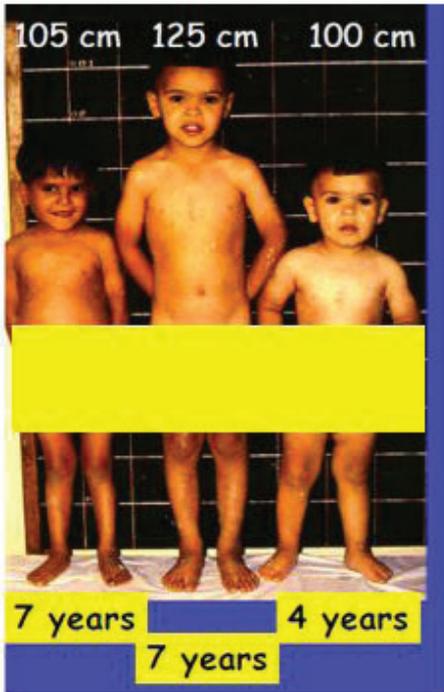
प्रशिक्षण की समाप्ति पर प्रतिभागियों से प्रतिक्रिया लेनी चाहिए कि वे कार्यशाला के निर्धारित उद्देश्यों को प्राप्त कर पाये या नहीं।

6.1.5 स्वच्छता क्यों?

स्वच्छता की आवश्यकता क्यों है इस चर्चा को आगे बढ़ाने के लिए प्रतिभागियों से पूछें कि भारत देश की सबसे बड़ी समस्या क्या है? इस प्रश्न के उत्तर में प्रतिभागी अनेकों समस्याओं का उल्लेख करेंगे जैसे – गरीबी, अशिक्षा, आतंकवाद, बेरोज़गारी, कुपोषण इत्यादि सहजकर्ता इन सभी समस्याओं का विश्लेषण करें और समस्या की जड़ में स्वच्छता की कमी से जुड़कर प्रतिभागियों के साथ विश्लेषण करें और देखें कि देश की सबसे बड़ी समस्या अस्वच्छता है जिसके कारण अन्य समस्याओं का जन्म होता है। सहजकर्ता/प्रशिक्षक चर्चा को जारी रखते हुये पी.पी.टी. प्रस्तुतीकरण के माध्यम से गरीबी के दुष्प्रभाव, अस्वच्छता के दुष्प्रभाव, गंदगी के कारण होने वाली जनहानि, श्रम दिवस की हानि और अपराध में बढ़ावा के आंकड़ों के साथ चर्चा करें साथ ही जिस क्षेत्र में प्रशिक्षण किया जा रहा है वहां की स्वच्छता की स्थिति पर भी चर्चा करें।



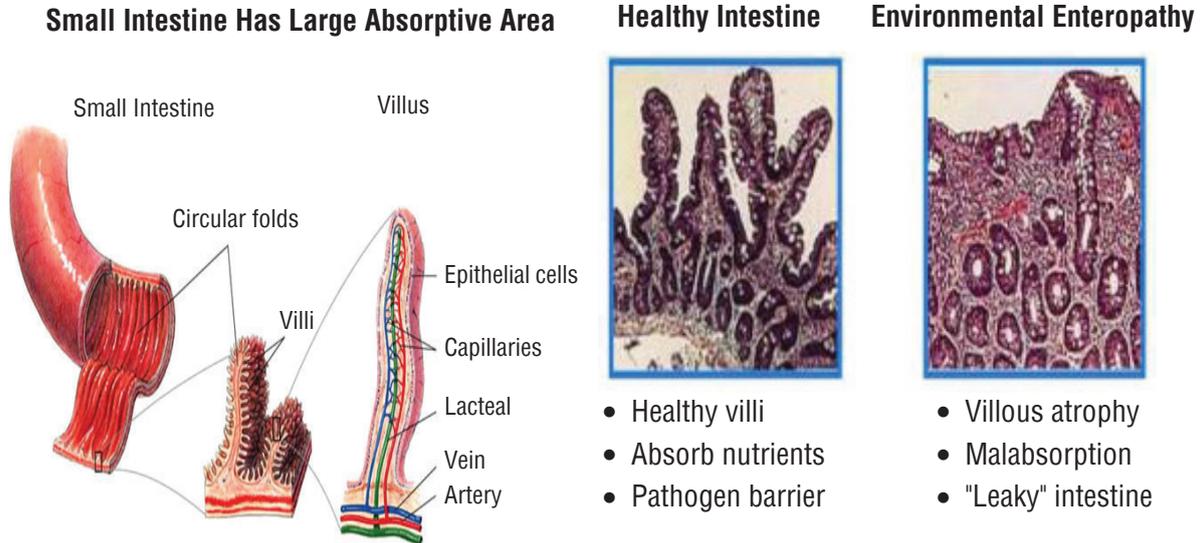
शारीरिक विकास में कमी



- ◆ 48/100 बच्चों का पूरा विकास नहीं हो पाता (Stunting-NFHS 4)
- ◆ शारीरिक विकास नहीं होने से दूरगामी परिणाम नज़र आते हैं:
 - स्कूल जाने एवं पढ़ाई में कम ध्यान एवं कम उपलब्धि
 - कम आय एवं रोजगार
 - शारीरिक समस्या

शारीरिक विकास में कमी के कारण

A sub-clinical condition caused by constant faecal-oral contamination and resulting in blunting of intestinal villi and intestinal inflammation.



Inflammatory disorder of small intestine that reduces

हमें स्वच्छता की आवश्यकता क्यों है?

लोगों का जीवन बेहतर बनाने के लिए

बच्चों में कुपोषण एवं बाल मृत्यु दर को खत्म करने के लिए

बीमारियों से बचने के लिये

महिलाओं के स्वाभिमान, निजता, सुरक्षा, सुविधा को बनाये रखने के लिए, गरीबी के कुचक्र को खत्म करने के लिए

पैसे की बचत, उत्पादकता में वृद्धि एवं विद्यालयों में ज़्यादा छात्र/छात्रायें

यह प्रशिक्षण सिर्फ स्वच्छता एवं शौचालय निर्माण तक ही सीमित नहीं है, पूरा देश अब खुले में शौच मुक्ति (ओ.डी.एफस.) से आगे बढ़कर दूसरे चरण जिसे खुले में शौच मुक्ति के स्थायित्व (ओ.डी.एफस.) एवं ओ.डी.एफ. प्लस पर केन्द्रित हो रहा है। इसलिए प्रतिभागियों को (ओ.डी.एफस.) एवं ओ.डी.एफ. प्लस की भी जानकारी होनी चाहिए।

6.1.6. खुले में शौच मुक्त क्या है? भारत वर्ष में स्वच्छता के लिए कौन-कौन सा कार्यक्रम चलाया गया?

इस सत्र में प्रतिभागियों से खुले में शौच मुक्त क्या है, उसके बारे में पूछें एवं स्वच्छता के लिए देश में कौन से कार्यक्रम चलाए गए?

ओ.डी.एफ. यानी 'ओपन डेफिकेशन फ्री'. हिंदी में इसका मतलब होता है 'खुले में शौच मुक्त'। भारत सरकार का पेयजल एवं स्वच्छता मंत्रालय इसको और स्पष्ट करते हुए कहता है कि, "ओ.डी.एफ. वह जगह है जहां पर्यावरण में मल नहीं दिखे और सभी घरेलू, सार्वजनिक और सामुदायिक स्तर पर इसका पालन किया जा रहा हो।

भारत में स्वच्छता के लिए आज़ादी के बाद से ही कुछ न कुछ कार्यक्रम चल रहा है परन्तु 1980 के दशक में स्वच्छता कार्यक्रम में व्यापक बदलाव लाया गया

- ◆ 1986 में केन्द्रीय ग्रामीण स्वच्छता कार्यक्रम (CRSP) का शुभारंभ हुआ
- ◆ 1999 में सम्पूर्ण स्वच्छता अभियान
- ◆ 2012 में निर्मल भारत अभियान एवं
- ◆ अक्टूबर 2014 से स्वच्छ भारत मिशन

प्रतिभागियों को बिहार के परिप्रेक्ष्य में यह बतायें की केंद्र प्रायोजित स्वच्छ भारत मिशन-ग्रामीण (SBMG) एवं राज्य संपोषित लोहिया स्वच्छता योजना (LSY) को समावेश करते हुए इसे लोहिया स्वच्छ बिहार अभियान (LSBA) के नाम से क्रियान्वयन किया जा रहा है। बिहार में इस कार्यक्रम को ग्रामीण विकास विभाग द्वारा संचालित किया जाता है।

6.1.7 सी.एल.ए.एस. की अवधारणा एवं संपूर्ण प्रक्रिया -

सी.एल.ए.एस. विधि क्या है, इसकी ज़रूरत क्यों है, इसकी प्रक्रिया क्या है, इसके लिए प्रतिभागियों से चर्चा करें। परंपरागत एवं सी.एल.ए.एस. विधि में क्या अंतर है इसके ऊपर चर्चा करें।

परंपरागत पहुंच	सामुदायिक पहुंच
सामग्रियों पर संकेन्द्रण	लोगों पर संकेन्द्रण
परियोजना बाहरी व्यक्ति द्वारा संचालित	प्राकृतिक नेता उभरते हैं और प्रक्रिया को नेतृत्व प्रदान करते हैं
शौचालय का निर्माण	सामूहिक व्यवहार परिवर्तन
शौचालय की गणना	ओ.डी.एफ. गांवों की गणना
पूर्व नियत मानक डिज़ाइन	उपयोगकर्ता स्वयं डिज़ाइन करता है
बताना एवं पढ़ाना	प्रक्रिया में सहायता करना
अनुदान एवं पुरस्कार	उत्प्रेरण एवं स्वयं-सहायता
आई.ई.सी.	सामूहिक विश्लेषण एवं निर्णय

6.1.8. सी.एल.ए.एस. के सिद्धांत

- ◆ जब किसी व्यक्ति/समुदाय को अहसास होता है कि वे जाने-अनजाने एक-दूसरे का गुह/गंदगी खा-पी रहें हैं तो वे बैचेने हो जाते हैं और अपने व्यवहार में परिवर्तन लाकर स्वयं को सुरक्षित करते हैं।
- ◆ स्वच्छता का मुद्दा व्यक्ति विशेष का मुद्दा नहीं ये पूरे समुदाय का और समाज का मुद्दा है।
- ◆ इस विधि में कोई उपदेश या शिक्षा नहीं देनी होती केवल समुदायों को आत्मविश्लेषण करने की प्रक्रिया को सहज करना होता है।
- ◆ स्थायी स्वच्छता को कायम करना और स्थायी व्यवहार परिवर्तन स्वच्छता सीढ़ी के अनुसार होता है।

6.1.9. सी.एल.ए.एस. की प्रक्रिया

सी.एल.ए.एस. (CLAS) से कार्य करने की प्रक्रिया विभिन्न चरणों में सम्पन्न की जाती है।

6.1.9.1 प्रथम चरण - प्री ट्रिगरिंग

इसमें गांव के समुदाय के बारे में संक्षिप्त जानकारी ली जाती है जिससे समुदाय के बारे में समझ विकसित हो सके और समुदाय को ट्रिगर करने में ये सहायक हो। समुदाय के रहने के तरीके, मुख्य व्यवसाय, शिक्षा का स्तर, सुविधाओं की उपलब्धता, सामाजिक एवं आर्थिक स्थिति इत्यादि के बारे में जाना जाता है। प्री-ट्रिगरिंग के समय केवल एक से दो व्यक्ति ही गाँव का भ्रमण कर केवल कुछ प्रभावी व्यक्तियों से मुलाकात कर जानकारी प्राप्त करते हैं।

6.1.9.2 द्वितीय चरण - ट्रिगरिंग

ट्रिगरिंग को जानने से पहले ट्रिगर को समझना ज़रूरी है। किसी व्यक्ति या समुदाय को किसी परिस्थिति या अवधारणा के बारे में सोचने और कार्यवाही करने के लिए बाध्य कर देना अर्थात् उसके व्यवहार में परिवर्तन करने के लिए प्रेरित कर देना ही ट्रिगर कहलाता है। ट्रिगर होने और अपने व्यवहार परिवर्तन करने के पीछे भावनाएं होती हैं जिसके कारण कोई व्यक्ति या समुदाय स्वयं के व्यवहार परिवर्तन के लिए तैयार होता है –

- ◆ गोपनीयता
- ◆ सुविधा
- ◆ शर्म/सम्मान
- ◆ दबाव (परिवार का, आस-पड़ोस का, व्यवस्था का)
- ◆ डर
- ◆ लाभ (आर्थिक, स्वास्थ्य एवं सामाजिक)
- ◆ प्रदर्शन का प्रभाव
- ◆ पुरस्कार/प्रोत्साहन

ट्रिगरिंग गतिविधि करते समय कोशिश होनी चाहिए की अधिक से अधिक संख्या में लोग उपस्थित रहें समुदाय का अधिक से अधिक प्रतिनिधित्व संभव हो। समुदाय के साथ इस बैठक में लोगों के साथ बातचीत करते हुये कुछ टूल्स के माध्यम से गाँव की स्वच्छता की वर्तमान स्थिति का विश्लेषण करवाया जाता है और समुदाय चिंतन की प्रक्रिया से गुजरता है और ट्रिगर होकर खुले में शौच से मुक्ति के लिए और व्यवहार परिवर्तन के लिए तैयार होता है।

6.1.9.3 तीसरा चरण - निगरानी समिति /स्वच्छता दल का गठन

जब समुदाय अपनी स्वच्छता की वर्तमान स्थिति में सुधार लाने के लिए और अपने व्यवहार परिवर्तन के लिए तैयार हो जाता है उस समय सहजकर्ता उनके बीच प्रश्न करता है कि कैसे और कब तक आप लोग खुले में शौच की कुप्रथा से मुक्त होंगे और इस कार्य को सफल करने में कौन- कौन अपना सहयोग देगा?

तब स्वाभाविक नेताओं का उदय होता है और वे पूरे समुदाय को खुले में शौच की कुप्रथा से मुक्त करने के लिए सक्रिय होते हैं और ऐसे ही स्वाभाविक नेताओं का दल तैयार होता है जिसमें पुरुष, महिलायें, युवा और बच्चे सभी होते हैं जो ग्राम को खुले में शौच मुक्त करने की रणनीति बनाते हैं

- ◆ सबसे पहले स्वयं का व्यवहार परिवर्तन करते हैं और खुले में शौच करना बन्द करते हैं।
- ◆ गांव में खुले में शौच मुक्त होने की कार्ययोजना बनाते हैं।

- ◆ गांव में खुले में शौच मुक्ति के लिए प्रचार-प्रसार करते हैं।
- ◆ शौचालय का निर्माण कार्य सभी की सहभागिता से होता है।
- ◆ समुदाय की निगरानी की व्यवस्था करते हैं।
- ◆ समुदाय के प्रयासों के द्वारा स्वच्छता विकास या स्वच्छता की सीढ़ी पर चढ़ते हुये समुदाय खुले में शौच मुक्त होता है और समुदाय खुले में शौच मुक्ति का उत्सव मनाता है जिसमें आस-पड़ोस के गांव/पंचायतों से लोगों को बुलाया जाता है और अन्य आमंत्रित लोगों को प्रेरित किया जाता है कि वे भी खुले में शौच की कुप्रथा से मुक्त हो।

समुदाय जब खुले में शौच मुक्त हो जाता है उनका आत्म विश्वास बढ़ जाता है। समुदाय तब योजना बनाकर गांव में स्वच्छता के अन्य मापदण्डों को सामूहिक प्रयासों के द्वारा प्राप्त करता है।

6.1.9.4 चौथा चरण- फॉलोअप गतिविधि

अगर ट्रिगर प्रभावशाली होता है, तो समुदाय खुले में शौच की कुप्रथा को समाप्त करने का निर्णय लेती है। समुदाय अपना खुले में शौच मुक्त कार्य योजना बनाने के लिए और शौचालय निर्माण की तकनीकी जानकारी देने के लिए सामुदायिक बैठक करती हैं। इस बीच सुगमकर्ता निगरानी समिति के साथ मिलकर गाँव में सुबह और शाम फॉलोअप गतिविधि करता है। जो लोग खुले में शौच कर रहे होते हैं उन्हें टट्टी पे मिट्टी डालने के लिए प्रेरित किया जाता है। यह आग्रह निगरानी समिति के सदस्य द्वारा ही किया जाता है।

कुछ दिनों के लगातार फॉलोअप से लोग अपने घरों में स्वयं से शौचालय निर्माण का काम शुरू करते हैं और एक बेहतर टिकाऊ शौचालय का निर्माण होता है एवं वह गाँव बहुत जल्द खुले में शौच से मुक्त (ODF) बन सकता है। शौचालय निर्माण के दौरान सुगमकर्ता तकनीकी जानकारी (दो गड्ढा जल बंद शौचालय) राजमिस्त्री एवं ग्रामीणों को देकर स्वच्छता कार्यक्रम में अपना योगदान दे सकता है।

6.1.10 ट्रिगर टूल्स का प्रदर्शन (Simulation Exercise)

व्याख्यान एवं प्रस्तुतीकरण के उपरांत प्रशिक्षक ट्रिगर टूल्स का प्रदर्शन (demonstration) प्रतिभागियों के समक्ष करें जिससे उन्हें ट्रिगर का एहसास हो। ट्रिगर टूल्स का प्रदर्शन प्रशिक्षण स्थल के बाहर या प्रशिक्षण कमरे में करें। इसके लिए रंग, चूना, चार्ट पेपर, खाना, मानव मल, कागज़ के टुकड़े की व्यवस्था कर लें।



प्रतिभागियों का गोल घेरा बना लें और मल मानचित्रिकरण, जल और मल, खाना-पैखाना, बीमारियों पर खर्च, चिकित्सीय खर्च टूल्स का प्रदर्शन करें।

खुले में शौच मुक्त कार्यक्रम अब दूसरे चरण में प्रवेश कर चुका है जिसमें ठोस तरल कचरा प्रबंधन, हाथ धोना इत्यादि के ऊपर बातचीत भी शुरू करनी होगा। इसमें प्रशिक्षक प्रतिभागियों को कचरा मानचित्रिकरण, कचरे की गणना, के ऊपर भी बातचीत कर सकते हैं।

सहभागी विधि का प्रयोग

औज़ार (Tools)	खुले में शौच मुक्ति के दौरान के टूल्स (During ODF)	खुले में शौच मुक्ति के पश्चात् के टूल्स (Post ODF)
क्षेत्र भ्रमण	शर्म एवं घृणा की यात्रा (Walk of Shame)	शर्म एवं घृणा की यात्रा (Walk through Waste)
सहभागी मानचित्रिकरण	मल मानचित्रिकरण	कचरा मानचित्रिकरण
गणना	मल की गणना	कचरे का गणना
मौसमी चित्रण	मल-मुख संचरण एवं मौसम अनुसार बीमारी का चित्रण	गंदगी एवं कचरे से होने वाले दुष्परिणाम की चर्चा
कारण विश्लेषण	खुले में शौच से नुकसान, बिमारियों पर खर्चा	खुले में कचरे से नुकसान, कचरा और आय के साधन

प्रतिभागियों को यह बतायें की जब गाँव में जायेंगे तो उन्हें भी समुदाय के बीच ट्रिगर टूल्स का प्रयोग करना है इसीलिए इसकी समझ बनाना बहुत ज़रूरी है।

इस सत्र के उपरांत प्रतिभागियों को सवाल पूछने के लिए प्रेरित करें और समूह में ट्रिगर पर चर्चा करने को कहें।

6.2. दूसरा दिवस

दूसरे दिन की मुख्य गतिविधियां

6.2.1 प्रेरणा गीत एवं प्रथम दिवस का पुनरावलोकन

द्वितीय दिवस का शुभारंभ एक प्रेरणा गीत से करें। शुरु में प्रशिक्षक एक गीत गायें उसके बाद प्रतिभागियों में से ही एक या दो को मौका दें।

इसके बाद प्रथम दिवस में किये गये कार्य एवं विषय पर चर्चा करें।

पुनरावलोकन
क्षेत्र भ्रमण एवं जीवंत ट्रिगरिंग अभ्यास
व्यवहार परिवर्तन के चरण
शौचालय तकनीक

6.2.2 क्षेत्र भ्रमण एवं जीवंत ट्रिगरिंग अभ्यास

6.2.2.1 क्षेत्र अभ्यास की तैयारियां

क्षेत्र अभ्यास के लिए कुछ तैयारी करना आवश्यक होता है। प्रतिभागियों को इसके लिए तैयार करें।

6.2.2.2 गाँव में ट्रिगरिंग के लिये समूहों का गठन -

समूहों का संतुलित गठन किया जाना ज़रूरी है जिसमें प्रतिभागियों की क्षमता तथा सुगमकर्ता के कार्य को ध्यान में रखना होता है। क्योंकि कुछ प्रतिभागी अच्छे सीखने वाले, कुछ शर्मीले तथा कुछ मध्यम दर्जे के होते हैं।

6.2.2.3 समूहों में जिम्मेदारियां -

प्रत्येक समूह अपने कार्य करने की रणनीति स्वयं बनाए। ट्रिगरिंग के विभिन्न चरणों के अनुसार समूह प्रत्येक सदस्य के लिए जिम्मेदारी पूर्व से निर्धारित करे और पूछे जाने वाले संभावित प्रश्नों और परिस्थितियों का अभ्यास करे। समूह जिम्मेदारियां का बंटवारा कुछ इस प्रकार कर सकते हैं।

- ◆ मुख्य सुगमकर्ता – जो सम्पूर्ण ट्रिगरिंग प्रक्रिया का नेतृत्व कर रहा है।
- ◆ सहायक सुगमकर्ता – मुख्य सुगमकर्ता को सहायता करता हो। ट्रिगरिंग की समस्त प्रक्रिया को बार-बार स्पष्ट करें तथा उसका संक्षिप्तीकरण करें।
- ◆ वातावरण निर्माणकर्ता – कार्य करने योग्य वातावरण तैयार करता है। ट्रिगरिंग के दौरान बाधा पैदा करने वाले लोगों को सम्भालना और ये तालमेल बनाना कि ट्रिगरिंग के बाद बच्चों के समूहों का प्रस्तुतीकरण वयस्कों के समूहों में प्रभावी ढंग से हो सके।
- ◆ रिपोर्ट लेखक – जो गतिविधियां हो रही हैं उसका नोट तैयार करें तथा देखें कि उसकी टीम अपने द्वारा बनायी गयी रणनीति पर कैसे चल रही है।
- ◆ ट्रिगरिंग टूल्स हेतु सहायक सामग्री प्रबंधन – ये मुख्य सुगमकर्ता को ट्रिगरिंग के समय ज़रूरत की सामग्री उपलब्ध कराने का कार्य करते हैं जिससे सुगमकर्ता का लोगों के साथ विश्लेषण कराने का प्रवाह बिना रूकावट के जारी रहे।

6.2.2.4 वास्तविक ट्रिगरिंग के दौरान रखी जाने वाली सावधानियाँ -

- ◆ यदि किसी गांव की महिलायें ट्रिगरिंग में शामिल नहीं होती हैं या मुख्य ट्रिगरिंग स्थल पर आने में संकोच करती हों तो ऐसी स्थिति में महिलाओं की अलग से ट्रिगरिंग की व्यवस्था की जा सकती और जहाँ तक सम्भव हो महिलाओं की ट्रिगरिंग को सुगम करने के लिए किसी महिला सुगमकर्ता को प्राथमिकता देनी चाहिये।
- ◆ प्रत्येक समूह को ट्रिगरिंग अभ्यास के दौरान नियम अवश्य बना लेने चाहिये जैसे जब समूह का कोई सदस्य ट्रिगरिंग के समय भाषण या ज्ञान देने लगे या समुदाय पर हावी होने लगे तो समूह के अन्य साथियों को संकेत के द्वारा उसे रोकने की विधि तय करनी चाहिये।
- ◆ समूह से एक बार में केवल एक सदस्य ही चर्चा करे, अक्सर यह देखने में आता है कि सभी सदस्य चर्चा करने लगते हैं या छोटे ग्रुप में बात करते हैं जिससे ट्रिगरिंग का प्रभाव कम होता है।
- ◆ लोगों का सम्मान करते हुए उनसे जानने की प्रक्रिया होनी चाहिए न की बताने की। ट्रिगर के दौरान भाषा संतुलित रखें एवं किसी वर्ग, धर्म, जाति पर टिप्पणी कभी न करें।
- ◆ समूह के सदस्यों का हाव-भाव तथा वेशभूषा ऐसी नहीं होनी चाहिये जो समुदाय से उनकी दूरी को बढ़ाये या फिर समुदाय उनसे मेलजोल करने में संकोच करे।

6.2.3. ट्रिगरिंग पहचात् के सत्र

गांव के ट्रिगरिंग अभ्यास के बाद जब सभी समूह प्रशिक्षण स्थल पर पहुँच जाये, उन्हें अपने क्षेत्र भ्रमण के अनुभव और सीख को लिखने को कहें।

6.2.4. व्यवहार परिवर्तन के चरण

इसके बाद प्रतिभागी को व्यवहार परिवर्तन के चरण को बतायें। प्रशिक्षक प्रतिभागियों को अलग-अलग हितग्राहियों से बातचीत करने के तरीके को बताए। व्यवहार परिवर्तन के लिए निरंतर प्रयास करने की आवश्यकता है और इसमें एक सूचना को लगातार लोगों को बताना पड़ता है। तभी समुदाय बदलते हैं एवं बेहतर आदतों को अपनाते हैं।

6.2.5 शौचालय निर्माण तकनीक

व्यवहार परिवर्तन और ट्रिगर विधि को जानने के साथ-साथ शौचालय निर्माण की तकनीकी जानकारी होना भी बहुत आवश्यक है। ट्रिगर उपरांत जब शौचालय निर्माण की बात आती है तो प्रतिभागी समुदाय को दो गड्ढा वाला जल बंद शौचालय एवं अन्य शौचालय के निर्माण विधि को बता सकते हैं।

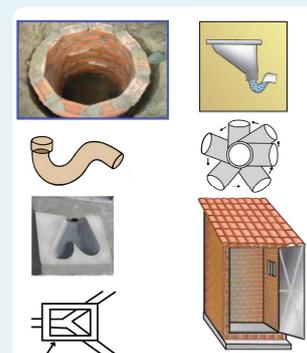
दो गड्ढे वाला जलबंद शौचालय का निर्माण सरल है एवं यह शौचालय अधिक दिनों तक निरंतर चलता है। इस शौचालय के उपयोग में जब एक गड्ढा भर जाता है तो दूसरे गड्ढे को उपयोग में लाता है। भरा हुआ गड्ढा 1-1.5 साल के अन्दर बेहतर खाद में बदल जाता है जिसे खेतों/बागवानी में इस्तमाल किया जा सकता है।

शौचालय निर्माण के मुख्य अव्यव

- ♦ AVAILABILITY: उपलब्धता
 - Land/ Technical Know How
- ♦ ACCESSIBILITY: पहुंच
 - Site Selection/Easy to Access
- ♦ AFFORDABILITY: सामर्थ्य
 - Money/Cost/Budget
- ♦ ACCEPTABILITY: स्वीकार्यता
 - Design/Aesthetic look/Quality
- ♦ ADAPTABILITY: अनुकूलन क्षमता
 - Modification/Easy to Clean/Re-use

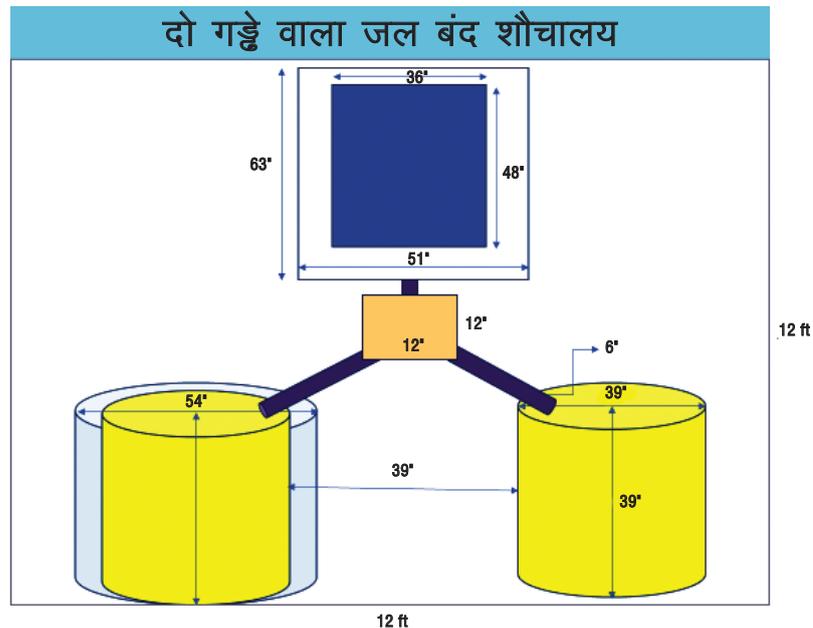
5 A

शौचालय के घटक



- ✓ गड्ढा
- ✓ ग्रामीण पैन एवं पावदान
- ✓ जल बंद
- ✓ Y जंक्शन/चैम्बर
- ✓ कमरा





6.3. तीसरा दिवस

तीसरे दिन की मुख्य गतिविधियां

6.3.1 गाँव में फॉलो अप

तीसरे दिन की भोर में प्रतिभागी अपने-अपने समूह के साथ गाँव में जायेंगे और गठित निगरानी समिति के साथ मॉर्निंग/सुबह का फॉलो अप गतिविधि करेंगे।

गाँव में फॉलो अप

पुनरावलोकन

समूह प्रस्तुतीकरण

ओ.डी.एफ. स्थायित्व

ट्रिगरिंग के परिणाम के आधार पर समुदाय के साथ समय-समय पर संपर्क करते रहना और खुले में शौच मुक्त होने की प्रक्रिया में समुदाय की मदद करने के लिए गाँव में फॉलो अप के लिए जाना अति आवश्यक है। फॉलोअप न करते हुये समुदाय को मात्र ट्रिगर करके भूल जाना, समुदाय को धोखा देना और उन्हें गंदगी के नरक में धक्का देना जैसा ही है।

वास्तव में ट्रिगरिंग की प्रक्रिया में जब समुदाय आत्मविश्लेषण करता है तब बैचेन हो जाता है और इस गंदगी के जाल से निकलना चाहता है परन्तु यदि समुदाय को उनके द्वारा लिये गये संकल्प को याद ना दिलाते रहे और उनके द्वारा किये जा रहे प्रयासों में ज़रूरत होने पर मदद ना दी जाना, उन्हें प्रोत्साहन ना दिया तो समुदाय हतोत्साहित होता है और ट्रिगरिंग के समय लगी चिंगारी शांत हो जाती है। ट्रिगरिंग के दौरान लगी चिंगारी को हवा देते हुये आग बनानी है और स्वच्छता की आग को/संकल्प को एक गाँव से दूसरे गाँव, एक समुदाय से दूसरे समुदाय में फैलानी है।



6.3.2 फॉलो-अप में ये गतिविधियां की जा सकती हैं -

- ◆ फॉलो-अप के दौरान स्वच्छता समिति, स्वाभाविक नेताओं से निरन्तर सम्पर्क में रहना।
- ◆ फॉलो-अप के दौरान, खुले में शौच जा रहे लोगों को विनम्र निवेदन करना की खुले में शौच न करें, शौचालय की व्यवस्था करें एवं अपनी टट्टी पर मिट्टी डालें।
- ◆ ज़रूरत पड़ने पर स्वच्छ और सुरक्षित शौचालय का कार्यरत मॉडल गाँव में बनाकर दिखाना और गाँव में मिस्त्रीयों का प्रशिक्षण, गाँव के स्थल पर आयोजित करना।
- ◆ महिलाओं और बच्चों के समूह के साथ अलग से बैठक आयोजित करना।
- ◆ गाँव में स्वच्छता दल/निगरानी समिति द्वारा स्वच्छता रैलियों का आयोजन करना।
- ◆ गाँव की सार्वजनिक साफ-सफाई के लिए श्रमदान दिवस आयोजित करना।
- ◆ इन गतिविधियों के अतिरिक्त स्थानीय आवश्यकता के अनुसार कार्य नवाचार भी किये जा सकते हैं जिसे समुदाय स्वयं अपनी सोच-समझ से कर सकते हैं। स्वच्छता के आंदोलन को आगे बढ़ा सकते हैं।

6.2.3 प्रतिभागियों के अनुभवों का प्रस्तुतीकरण

क्षेत्र भ्रमण के अनुभवों की रिपोर्टिंग एवं प्रस्तुतीकरण एक महत्वपूर्ण प्रक्रिया है क्योंकि सीखने के बहुत से मौके क्षेत्र भ्रमण के दौरान प्राप्त होते हैं।

- ◆ समूह चर्चा करें और अपने क्षेत्र भ्रमण के अनुभवों को सदस्यों के बीच रखें।
- ◆ अच्छे प्रस्तुतीकरण को आगे बढ़ाने के लिये आप कुछ प्रश्नों की रूपरेखा दे सकते हैं।
- ◆ संभव हो तो क्षेत्र भ्रमण के दौरान विडियों फोटोग्राफी की जाये ताकि सदस्यों की संप्रेक्षण शैली और शरीर की भाषा को देखा जा सके जिससे बहुत सीखने का मौका मिलता है।
- ◆ प्रत्येक समूह के प्रस्तुतीकरण के बाद दूसरे समूहों से पूछें कि उन्होंने इस प्रस्तुतीकरण से क्या सीखा और हर समूह से प्रस्तुतीकरण के उपरांत खुली चर्चा की जाये।

6.2.4. ओ.डी.एफ. (ODF) स्थायित्व

ग्राम पंचायतों के खुले में शौच मुक्ति की घोषणा के बाद ग्रामीण समुदाय एवं निगरानी समितियों की गतिविधियों में शिथिलता आ जाती है। परिवार के बुजुर्ग सदस्य धीरे-धीरे पुनः खुले में शौच के लिए जाने लगते हैं। कालान्तर में खुले में शौच जाने वालों की संख्या बढ़ती चली जाती है और ग्राम पंचायतें खुले में शौच से मुक्ति की स्थिति को बनाये नहीं रख पाती हैं। यह एक गंभीर समस्या है। अतः ग्रामीण परिवेश को स्वच्छ एवं स्वस्थ बनाये रखने के लिए ओ.डी.एफ. के स्थायित्व को निरन्तर बनाये रखना ज़रूरी है।

6.2.4.1 ओ.डी.एफ. स्थायित्व के प्रमुख घटक



6.2.4.2 ओ.डी.एफ. स्थायित्व के लिए गतिविधियां:-

- ◆ गांव, ग्राम पंचायत, ब्लॉक एवं जिले में ओ.डी.एफ. स्थिति की निरन्तरता बनाये रखने के लिए समय-समय पर गतिविधियों का आयोजन आवश्यक है।
- ◆ समुदाय के द्वारा शौचालय का उपयोग एवं सुरक्षित व स्वच्छतापूर्ण व्यवहार को निरन्तर सुनिश्चित करे।

- ◆ स्वच्छ भारत मिशन (ग्रामीण) के अन्तर्गत निर्मित व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक संसाधन एवं ढांचे (व्यक्तिगत एवं सामुदायिक शौचालय, नालियां, सोखता गड्ढे, तालाब, व्यक्तिगत एवं सार्वजनिक स्तर पर निर्मित शौचालय का पुनरोधवार (रेट्रोफिटिंग)) को निरन्तर क्रियाशील बनाये रखना ।
- ◆ बने हुए शौचालयों/अन्य ढांचों के रख-रखाव प्रबंधन के लिए विकेन्द्रीकृत व्यवस्था सुनिश्चित करे ।
- ◆ निर्मित शौचालयों का तकनीकी सुधार कर बेहतर बनाना ।
- ◆ सेप्टिक टैंक से निकलने वाले मलयुक्त कीचड़ का प्रबंधन ।
- ◆ खाने के पहले एवं शौच जाने के बाद साबुन से हाथ धोना ।
- ◆ बच्चों के मल का सुरक्षित निपटान ।

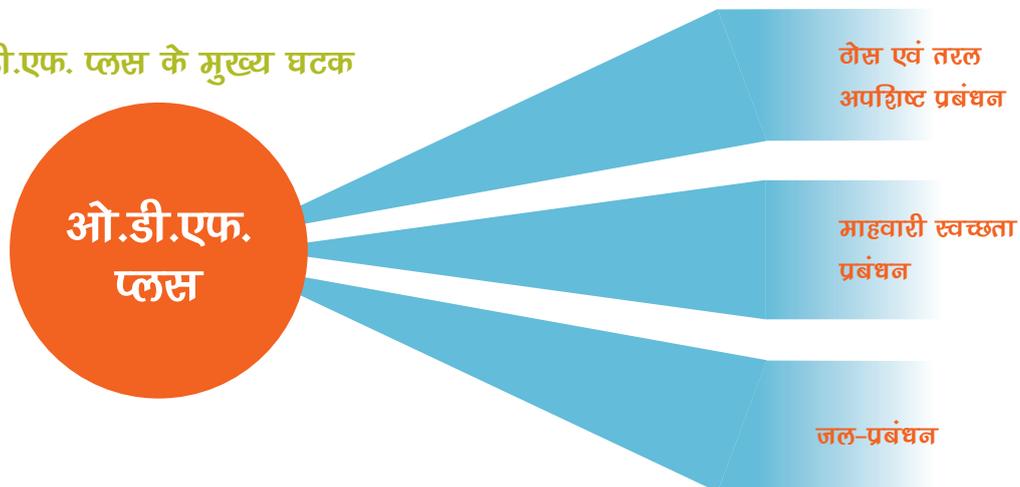


6.2.5. ओ.डी.एफ (ODF) प्लस

ग्राम पंचायत के ओ.डी.एफ. होने के बाद पंचायत के गाँव में निम्न गतिविधियां क्रियान्वित कर पंचायत को ओ.डी.एफ. प्लस बनाया/घोषित किया जा सकता है –

- ◆ उचित तकनीक के आधार पर गांव के ठोस एवं तरल कचरा (संसाधन) का निपटान करना
- ◆ शौचालय के टैंक से निकलने वाले मलयुक्त कीचड़ का सुरक्षित निपटान करना तथा सेप्टिक टैंक से निकलने वाले काले पानी (ब्लैक वाटर) का सोखता गड्ढे में निपटान
- ◆ माहवारी स्वच्छता प्रबंधन (Menstrual Hygiene Management)
- ◆ जल का प्रबंधन (Wise Water management)

ओ.डी.एफ. प्लस के मुख्य घटक



6.2.5.1 ठोस एवं तरल कचरा प्रबंधन

ठोस और तरल संसाधन प्रबंधन (SLRM) उन प्रमुख घटकों में से एक है जो ग्रामीण क्षेत्रों में जीवन की बेहतर गुणवत्ता प्राप्त करने में मदद कर सकते हैं। ठोस और तरल संसाधन प्रबंधन की पहल को समग्र रूप से किया जाना है जिसमें ठोस और तरल अपशिष्ट दोनों को एक साथ निपटाने का प्रयास किया जाना है। ठोस और तरल संसाधन प्रबंधन को घर के स्तर, संस्थागत स्तर पर और सामुदायिक स्तर पर पंचायती राज सदस्यों, स्वयं सहायता समूहों, समुदाय आधारित संस्थाओं (CBOs सक्रिय भागीदारी के साथ कार्यान्वित करने की आवश्यकता है। वॉटर फॉर पीपल इंडिया अपने शिवहर प्रोजेक्ट में सी.सी.पी. और सोक-पिट के द्वारा ठोस और तरल कचरा प्रबंधन कर रहा है।

6.2.5.2 माहवारी स्वच्छता प्रबंधन

माहवारी को ले कर चुप्पी और परिवार के सदस्यों द्वारा सीमित जानकारी संयुक्त रूप से लाखों महिलाओं एवं लड़कियों में माहवारी के दौरान क्या किया जाए इस बारे में कम जानकारी है। हमारे आधी जनसंख्या महिला होने पर भी इस विषय पर ध्यान कम है। मासिक धर्म स्वच्छता एक वर्जित विषय है – एक ऐसा विषय जिसे लेकर कई महिलाएं सार्वजनिक रूप से चर्चा करने में असहज होती हैं। माहवारी स्वच्छता प्रबंधन की कमी के कारण महिलाओं एवं किशोरियों में अनेक तरह की बीमारियाँ/संक्रमण होते हैं जिससे शारीरिक समस्या उत्पन्न होती है।

6.2.5.3 कार्ययोजना का निर्माण

प्रशिक्षण के अंतिम सत्र में प्रतिभागी अपने क्षेत्र की कार्ययोजना का निर्माण करेंगे। कार्य योजना में लक्षित परिवार को ध्यान में रखते हुए गतिविधि करेंगे जिससे ओ.डी.एफ. और ओ.डी.एफ. स्थायित्व हासिल किया जा सके।

कार्ययोजना में समय सीमा, गतिविधि करने वाले एवं उससे होने वाले परिणाम को ज़रूर लिखें। कार्ययोजना बनाना आवश्यक है जिससे प्रतिभागी को होने वाली गतिविधि और उससे वांछित परिणाम निकलने का ध्यान रहें।

6.2.6 प्रशिक्षण का समापन

प्रशिक्षक प्रशिक्षण समाप्ति के पूर्व सबको धन्यवाद ज्ञापन करें एवं प्रतिभागियों को बेहतर काम करने के लिए शुभकामनाएं दे। अगर प्रशिक्षण के अंतिम सत्र में गाँव से ग्रामीण और कोई अधिकारी आ सके तो प्रतिभागियों का मनोबल बढ़ता है।

अनुलग्नक 1- प्रेरणा गीत

समूह गान

होंगे कामयाब होंगे कामयाब
हम होंगे कामयाब एक दिन
हो हो हो मन में है विश्वास
पुरा है विश्वास हम होंगे कामयाब एक दिन ॥

होगी शान्ती चारो ओर
होगी शान्ती चारो ओर
होगी शान्ती चारो ओर एक दिन
हो हो हो मन में है विश्वास
पुरा है विश्वास होगी शान्ती चारो ओर एक दिन ॥

हम चलेंगे साथ साथ
डाले हाथोंमें हाथ
हम चलेंगे साथ साथ एक दिन
हो हो हो मन में है विश्वास
पुरा है विश्वास हम चलेंगे साथ साथ एक दिन ॥

नही डर किसी का आज
नहि भय किसी का आज
नहि डर किसी का आज के दिन
हो हो हो मन में है विश्वास
पुरा है विश्वास नही डर किसी का आज एक दिन ॥

समूह गान

कदम-कदम बढ़ाये जा, खुशी के गीत गाये जा
ये जिन्दगी है कौम की, तू कौम पे लुटाये जा

तू शेर-ए-हिन्द आगे बढ़, मरने से तू कभी ना डर
उड़ा के दुश्मनों का सर, जोश-ए-वतन बढ़ाये जा
कदम-कदम बढ़ाये जा...

तेरी हिम्मत बढ़ती रहे, खुदा तेरी सुनता रहे
जो सामने तेरे अड़े, तो ख़ाक में मिलाये जा
कदम-कदम बढ़ाये जा...

चलो दिल्ली पुकार के, गम-ए-निशां सम्भाल के
लाल किले पे गाड़ के, लहराये जा, लहराये जा
कदम-कदम बढ़ाये जा...

कदम-कदम बढ़ाये जा, खुशी के गीत गाये जा
ये जिन्दगी है कौम की, तू कौम पे लुटाये जा

प्रार्थना

तू ही राम है, तू रहीम है,
तू करीम, कृष्ण, खुदा हुआ,
तू ही वाहे गुरु, तू येसु मसीह,
हर नाम में, तू समा रहा ।

तेरी जात पात कुरान में,
तेरा दर्श वेद पुराण में ,
गुरु ग्रन्थ जी के बखान में,
तू प्रकाश अपना दिखा रहा ।
तू ही राम है, तू रहीम है,
तू करीम, कृष्ण, खुदा हुआ,
तू ही वाहे गुरु, तू येसु मसीह,
हर नाम में, तू समा रहा ।

अरदास है, कहीं कीर्तन,
कहीं राम धुन, कहीं आवहन,
विधि भेद का है ये सब रचन,
तेरा भक्त तुझको बुला रहा ।

प्रार्थना

इतनी शक्ति, हमें देना दाता,
मनका विश्वास, कमजोर हो ना,
हम चलें नेक, रस्ते पे हमसे,
भूलकर भी, कोई, भूल हो ना,

हर तरफ, जुल्म है बेबसी है,
सहमा-सहमा सा हर आदमी है,
पाप का बोझ, बढ़ता ही जाए,
जाने कैसे, ये धरती थमी है ,

बोझ ममता से, तू ये उठा ले,
तेरी रचना का, ये अंत हो ना,
हम चलें नेक, रस्ते पे हमसे,
भूलकर भी, कोई, भूल हो ना,
इतनी शक्ति, हमें देना दाता,,,



वॉटर फॉर पीपल इंडिया
C-2/51, ग्राउंड फ्लोर
सफदरजंग डेवलपमेंटल एरिया
नयी दिल्ली- 1100016, इंडिया