

સ્તુતિ અને પૂનમ હાથ ધોતા શીખ્યા

   IndSciCovid

by Indian Scientists Response to Covid

<https://indscicov.in/>



"મમ્મી! મમ્મી! હું તો કંટાળી ગઈ! હવે અમે શું કરીએ?", સ્તુતિએ પૂછ્યું. તે અને તેની નાની બહેન પૂનમ ની શાળા છેલ્લા ત્રણ અઠવાડિયાથી બંધ છે. પોતાની બહેનપણીઓને મળવાનું, બગીચામાં રમવાનું અને ખરીદી કરવા કે સિનેમા જોવા જવાનું બંધ હોવાથી તેઓ રોજ કોઈ ને કોઈ નવી મજા પડે તેવી પ્રવૃત્તિની શોધમાં હોય છે.

સરીતાબેને કહ્યું, "જુઓ બંને જણા, અત્યારે હું લાડુ બનાવી રહી છું. તમે મારી મદદ કરી શકો છો!" સરીતાબેનની તમામ બહેનપણીઓ બાળકોને ઘરમાં સંભાળવાની તકલીફો વિષે ફરિયાદો કરે છે, પણ સરીતાબેનને તો અંદરખાને નોકરીથી દુર રહેવાનું અને તેમની દીકરીઓ સાથે રહેવાનું બહુજ ગમે છે.

પૂનમ તરત બોલી, "મમ્મી હું મદદ કરીશ!" સ્તુતિ તેને યાદ કરાવતા બોલી, "મમ્મીને મદદ કરતા પહેલા હાથ તો ધોઈ આવા!"

પૂનમે નારાજગી થી કહ્યું, "પણ મારા હાથ તો સાફ છે! હું માટીમાં નહોતી રમતી!" સરીતાબેનનું તરત ધ્યાન ગયું કે બન્ને બહેનો ચિત્રકામ કરતા હતા એટલે બન્નેના હાથમાં રંગ અને ઝીટર (ચળકતી સજાવટ) લાગી હતી. તેમણે આગ્રહ કરતા કહ્યું, "મને તો તમારા હાથમાં રંગ અને ઝીટર દેખાય છે. આપણે રંગ વાળા લાડુ નથી ખાવા! મહેરબાની કરીને તમારા હાથ ધોઈ આવો તો!"



બન્ને બહેનો બાથરૂમમાં દોડી અને ફટાફટ બહાર આવી ગઈ. સરીતાબેનનું તરત ધ્યાન ગયું કે બન્ને જણા વધારે પડતી ઝડપથી બહાર આવી ગયા હતા અને બન્ને જણે હાથ ધોવામાં ૨૦ સેકન્ડ જેટલો સમય પણ નથી લગાડ્યો.

પૂનમે ફરિયાદ કરી, "મમ્મી, સ્તુતિએ સાબુથી હાથ નથી ધોયા!" સ્તુતિ પોતાની દલીલ કરવા લાગી: "મેં તો મારા હાથ બરોબર ધોયા છે. જો મમ્મી, હાથમાં રંગ કે ઝીટર લાગેલું નથી!"

સરીતાબેનને બંને દીકરીઓને સાબુની અને હાથ ધોવાની અગત્ય સમજાવવા માટેની એક સરસ તક મળી ગઈ. તેણીએ બંને દીકરીઓને પાસે બેસાડી અને કહ્યું, "હું જોઈ શકું છું કે તમારા હાથમાં રંગ કે ઝીટર નથી લાગેલા પણ કોરોનાવાઈરસ અત્યંત સુક્ષ્મ હોય છે. આપણને નરી આંખે દેખાતા પણ નથી. જો તમે કોઈ જગ્યાને સ્પર્શ કરો અને ત્યાં વાઈરસ લાગેલ હોય તો તે તમારા હાથમાં લાગી જાય છે. પછી તમે જ્યારે તમારા મો અથવા નાકને સ્પર્શ કરો, ત્યારે તે તમારા શરીરમાં પ્રવેશી તમને બીમાર કરી શકે છે. સાબુ આ વાઈરસ નાં બહારની સપાટીનું નાશ કરે છે. આથી, પપ્પાએ શીખવાડ્યું છે તેમ, તમારા હાથ ઓછામાં ઓછી ૨૦ સેકન્ડ માટે સાબુથી ધોવા ખૂબ જરૂરી છે."

પૂનમ પ્લેટફોર્મ સુધી પહોંચી શકે તે માટે રસોડામાં નાનકડું સ્ટ્રલ લઈ આવી અને સરીતાબેનને લાડુ બનાવવામાં મદદ કરવા લાગી. સ્તુતિ પાછી બાથરૂમમાં જઈને સાબુથી બરોબર હાથ ધોઈ આવી અને નક્કી કર્યું કે તેના પપ્પા સાથે તે સાબુ, હાથ ધોવા અને વાઈરસ વિષે ગંભીરતાથી ચર્ચા કરશે.



તે દિવસે સાંજે, જમતા પહેલા, સ્તુતિએ તેની નવી શીખેલી માહિતીની જાણકારી પૂનમ ને આપી. "જો, હાથ આવી રીતે ધોવાય, હાથ ઉપર બહુ બધું ફીણ કરીને ઓછામાં ઓછી ૨૦ સેકન્ડ્સ સુધી હાથ ઘસવાના, હેપ્પી બર્થડેનુ ગાયન બે વાર ગઈ લઈએ તેટલી વાર! . આવું કરવાથી હાથની ગંદકી ધોવાઈ જશે અને વાઈરસ નાશ પામશે. પછી નેપકીનથી હાથ લુછી નાખવાના."

રાત્રે જમતી વખતે તો પ્રશ્નોની જાણકે ઝડી વરસવા લાગી.

પૂનમે તેના પપ્પાને પૂછ્યું, "પપ્પા તમને યાદ છે, ગયા ઉનાળામાં આપણે ત્યાં ઘણા દિવસો સુધી નળમાં પાણી નહોતું આવતું અને આપણે આખા ઘરમાં મોટા વાસણોમાં પાણી ભરી રાખતા હતા ? જો ફરી આવું થાય તો આપણે શું કરીશું?"



પપ્પાએ જવાબ આપ્યો, "જો તમારે પાણી બચાવવું હોય તો બે વાટકામાં પાણી ભરો, પહેલામાં તમારા હાથ ભીના કરો, પછી સાબુથી ૨૦ સેકન્ડ સુધી હાથ બરાબર ધુઓ અને બીજા વાટકાના પાણીથી હાથ સાફ કરો. પછી નેપકીનથી હાથ લુછી નાખો."

સ્તુતિ બોલી, "મમ્મી, અમને સ્કુલમાં ટીપીટેપ વિષે જાણકારી આપી હતી, જેમાંથી નળની જેમજ પાણી આવે છે! અજયે કહ્યું કે જ્યારે તેમને ત્યાં પાણી નહોતું આવતું ત્યારે તેમના ઘરે કોઈ એન.જી.ઓ માંથી બહેન આવ્યા હતા અને ટીપીટેપ તેમના મકાનની પાસે ના જાહેર નળ પાસે લગાડી આપ્યું હતું. એ કહેતો હતો કે સુરક્ષિત રીતે હાથ ધોવા માટે તેમના સોસાયટીના લોકોને આ વ્યવસ્થા ખુબજ ઉપયોગી અને સસ્તી લાગી હતી. આપણા બિલ્ડીંગ માં પણ આપણે આવી વ્યવસ્થા ગોઠવી શકીએ છે!"



ચારે જણાએ સાથે મળીને તેઓએ તેમના હાથ ક્યારે ધોવા જોઈએ તેના વિષે પણ ચર્ચા કરી. સ્તુતિએ તો તેમની હવે પછીની ચિત્રમાં રંગ પુરવાની પ્રવૃત્તિનો વિષય પણ વિચારી લીધો - ચાલો ઘરમાં ક્યારે સ્તુતિને તેમની આવતી ચિત્રકારી ની પ્રવૃત્તિનો વિષય મળી ગયો - "ઘરમાં ક્યારે હાથ ધોવાના તેની યાદી બનાવીએ!"

બન્ને દીકરીઓએ નીચેની માહિતી એકત્ર કરી:

તમારે ક્યારે હાથ ધોવા જોઈએ?

- રસોઈ બનાવતા પહેલા અને પછી
- કોઈ પણ પ્રકારનો ખોરાક ખાતા પહેલા
- બાથરૂમ જતા પહેલા અને પછી
- છીંક ખાધા અને નાક સાફ કાર્ય પછી તેમજ ઉધરસ ખાધા પછી
- કોઈ પણ પ્રાણી, તેનો ખોરાક અને તેના મળને સ્પર્શ કર્યા પછી
- કચરાને સ્પર્શ કર્યા પછી
- બીજા વ્યક્તિએ સ્પર્શ કર્યા હોય તેવી કોઈ પણ જગ્યા/વસ્તુને સ્પર્શ કર્યા પછી (રેલિંગ, દરવાજાના હેન્ડલ, દરવાજા ની ઘંટી, બહારથી આવેલ સામાન, નાણા)
- જ્યારે તમારા હાથ સાફ ન હોય
- જ્યારે તમે બહાર જઈને ઘરે આવો

સવિતાબેન બોલ્યા, "આ યાદી તમામ લોકો માટે પણ અત્યંત ઉપયોગી યાદી છે! ચાલો આપણે આનો ફોટો પાડીને આપણા મિત્રો અને કુટુંબીજનોને મોકલીએ!"

