

**በኢትዮጵያ ፌደራላዊ ዲሞክራሲያዊ ሪፐብሊክ
የጤና ጥበቃ ሚኒስቴር**

በከተማ ጤና ኤክስቴንሽን ፕሮግራም

**□ፅል ንጽህናና □መኖሪያ ቤት ጤና
አጠባበቅ ፓኬጅ**

**ነሐሴ 2001 □ም
አዲስ አበባ**

ማግኛ

	ገጽ
1. መግቢያ	1
2. ዓላማ	1
3. የማስፈጸሚያ ስልቶች	1
ምክራ። ፩ የግል ንጽህና አጠባበቅ	3
1.1 ዓላማዎች	3
1.2. የግል ንፅህና አጠባበቅን ዙሪያ የሚከናወኑ ተግባራት	3
1.2.1 ስለግል ንፅህና አጠባበቅ ፓኬጅ አጠቃላይ ፕሮግራም ለሚከተሉት አካላት ማስተዋወቅ	3
1.2.2 ከዚህ በታች የተዘረዘሩትን መረጃዎች ማሰባሰብ፣	4
1.2.3 ህብረተሰቡን ያሳተፈ የሥራ እቅድ ማውጣት	4
1.2.4 ስልጠና መስጠት	4
1.2.5 ለፓኬጁ ደጋፊ ሊሆኑ የሚችሉ ማህበራት፣ መንግሥታዊና መንግሥታዊ ያልሆኑ ድርጅቶች	5
1.2.6 በአካባቢ የሚገኙ የጤና ተቋማት ውስጥ ፣ ማህበራት የጤና ባለሙያዎችን ማሳተፍ፣	5
1.2.7 ህብረተሰቡን በመቀስቀስ በማስተማር፣ በማስተባበር፣ ተሳትፎውን በማሳደግ የባህሪ ለ፡፡-ግ እንዲያመጣ ማድረግ፣	5
1.3 የግል ንጽህና በመጠበቅ የሚገኙ ጥቅሞች	6
1.3.1 የገላ ንጽህና	6
1.3.2 የጥርስና ድድ /የአፍ/ ንፃህና	7
1.3.3 ፡፡አጅና ጥፍር ንፅህና አጠባበቅ	8

1.3.4. የዓይን ንፅህና.-----	10
1.3.5. ጠገር ንፅህና አጠባበቅ.-----	11
1.3.6. የፀጉር ንፅህና አጠባበቅ-----	12
1.3.7. የልብስ ንፅህና አጠባበቅ.....	13
1.3.8. የህፃናት ንፅህና አጠባበቅ.....	15
1.3.9 በወር አበባ ጊዜ የሚደረግ ንጽህና-----	16
1.3.10. የብልት አካባቢ ንፅህና አጠባበቅ-----	17

1.4. ህብረተሰቡ የአካባቢውን ግብአት በመጠቀም የግል ንፅህናውን ሊጠብቅ የሚችልባቸውን ዘዴዎች ተግባራዊ ማግለጫ ፣	17
1.5 ሰርቶ ማሳጠጥ መቀም	17
1.6 ጠገን ልብ-ጥግ	18
1.7. የማነቃቂያ ዘዴዎችን መጠቀም	18
1.8. አካባቢያዊና ሕጋዊ ደንቦችን መጠቀም	18
1.9. የክትትልና ቁጥጥር ሥራዎችን ማካሄድ	19
2. የግል ንጽህና አጠባበቅን በአግባቡ በመተግበር የሚጠበቁ ውጤቶች	19
3. የግል ንጽህና አጠባበቅ ፓኬጅን ተግባራዊ ለማድረግ ሊያጋጥሙ የሚችሉ ችግሮችና የመፍትሔ ሃሳቦች	20
ምክራብ ፪ የመኖሪያ ቤት ንጽህና አጠባበቅ	21
2.1. ዓላማዎች.....	21
2.2. ለጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት አሠራርና አያያዝ በሚመለከት የሚከናወኑ ተግባራት.....	22

2.3. ለጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት ለመስራት	
ንዕህናቸውን ለመጠበቅና ከአደጋ ለመከላከል ትኩረት	
□ሚሰጥባቸው ጉዳዮች	26
2.3.1. የምግብ እና □-ሃ ንጽህና አጠባበቅ.....	26
2.3.2. የደረቅና ፍሳሽ ቆሻሻ አሰባሰብና አወጋገድ.....	26
2.3.3. ማዕድ ቤት /ምግብ ማዘጋጃ.....	26
2.3.4 የመፀዳጃ ቤት	31
2.3.5. የቤት ውስጥ አየር ብክለት	31
2.3.6 ብርሃን	33
2.3.7. ድምጽን መቆ□□ር	34
2.3.8. □አንሰሳት ማደራጀት.....	35
2.3.9 በሽታ አስተላላፊ ነፍሳትና ቆርጣሚ	
እንሰሳት ቁጥጥር.....	36
2.4. የመኖሪያ ቤትና የአካባቢ ንጽህና አጠባበቅ	37
2.4.1. መኖሪያ ቤት ንጽህና አጠባበቅ	37
2.4.2 በመኖሪያ ቤት የሚከሰቱ አደጋዎችን መከላከል.....	38
2.4.3 የቤት ውስጥ ቁጥጥር.....	39
2.4.4. □ተሻሉ የቤት ውስጥ ዕዳት መጠበቂያ	
መሣሪያዎች.....	40
2.5. የልምድ ልውውጥ	41
2.6. የማነቃቂያ ዘዴዎች መጠቀም	41
2.7. አካባቢያዊና ሕጋዊ ደንቦችን መጠቀም	41
3. የሚጠበቁ ውጤቶች	42
4. አጭር የመልዕክት ማስተላለፊያ ዘዴዎች	43

5. ለጤና ተስማሚ መኖሪያ ቤት አሰራርና አያያዝ
ተግባራዊ ለማድረግ ሊያጋጥሙ የሚችሉ ችግሮችና
የመፍትሔ ሐሳቦች.....44

6. ክትትልና ግምገማ.....45

1. መግቢያ

የግልና የመኖሪያ ቤት ገጽህናን መጠበቅ ልዩ ልዩ ተላላፊ በሽታዎችን ለመከላከልና የራስን፣ የቤተሰብንና የአጠቃላይ ሕብረተሰቡን ጤንነት ለመጠበቅ ጠቃሚ ነው። በአብዛኛው የህብረተሰባችን የጤና ችግሮች በመከላከል ተግባር ልናስወግዳቸው የምንችላቸው ናቸው። ከማስወገጃዎቹ ዘዴዎች ጋር የግልና የመኖሪያ ቤት ገጽህና በፅሁፍ ሆነ በጋራ መጠበቅ ሲቻል ነው። ይህንን ተግባራዊ ለማድረግ ይረዳ ዘንድ ይህ ፓኬጅ ተዘጋጅቶ ቀርቧል።

2. ዓላማ

- በግል ገጽህና አጠባበቅ ጉድለት አማካኝነት የሚተላለፉና የሚከሰቱ በሽታዎችን በመከላከል ጤናማና አምራች ዜጋን ለፍራት
- ህብረተሰቡ ለጤና ተስማሚ የሆነ የመኖሪያ ቤት እንዲኖረው በማድረግ እራሱንና ቤተሰቡን ከተላላፊ በሽታዎችና አደጋዎች እንዲከላከል ማድረግ፤

3. የማስፈጸሚያ ስልቶች

- ለህብረተሰቡ ስለ ፓኬጁ አጠቃላይ ኘርፅራም ማስተጋቢያ፤
- መነሻ ጥናት /ቅኝት/ ማካሄድ፤
- ህብረተሰቡን ያሳተፈ የስራ ዕቅድ ማውጣት፤
- ስልጠና ማካሄድ፤
- ለፓኬጁ ሥራ ደጋፊ ሊሆኑ ከሚችሉ መንግስታዊና መንግስታዊ ያልሆኑ ድርጅቶችና የህብረተሰብ ክፍሎችጋር በቅንጅት መሥራት፤
- በአካባቢው የሚገኙ የጤና ባለሙያዎችን ማሳተፍ፤

- ህብረተሰቡን በማስተማር፣ በማስተባበርና በመቀስቀስ በቀዳሚ ተሳታፊ በማረጋገጥ በህራግ ለእንዲያመጣ ማስቻል፣
- በአካባቢው የሚገኘውን ህብት መቀም፣
- ሰርቶ ማሳያ ዘዴ መቀም፣
- ልምድ ልዩነት ማረጋገጥ፣
- የማነቃቂያ ዘዴዎችን መቀም፣
- አካባቢያዊና ህጋዊ ደንቦችን መቀም፣
- የክትትልና የቁጥጥር ስራዎችን ማካሄድ፡፡
- በአካባቢው ከሚገኙ ትምህርት ቤት መምህራን ጋር በቅንጅት መስራት፣
- ከወጣት፣ ከሴቶች ማህበራት ጋር አብሮ መስራት፣
- የማስተማሪያ መርጃ መሳሪያዎችን በትምህርት ቤቶች፣ በወጣት ማዕከላትና ቤት ለቤት ይሠራጫል፣
- ስለግልና የመኖሪያ ቤት ንፅህና አጠቃላይ በቴሌቪዥንና በሬዲዮ ማስተላለፍ፣
- ከእምነት መሪዎችና ከታዋቂ ሠዎች ጋር በጋራ መስራት፣

ምክራ□ ፩ የግል ንጽህና አጠባበቅ

□ፅል ንጽህና ማለት □ኢጅና ጥፍር፣ ዓይንና ፀጉር፣ ጥርስና ድድ፣ እግርና ገላ እንዲሁም □ልብስ ንፅህናን በመ□በቅ በቀላሉ ራስንና ቤተሰብን ከበሽ□ መከላከል ነው።

ለግል ንጽህና ጉድለት ዋና ዋና ምክንያቶች፣

- ስለግል ንፅህና ጥቅም ግንዛቤ ማነስ ፣
- ንፁህና በቂ □ውሃ አቅርቦት አለመኖር ፣
- □ኢኮኖሚ አቅም ማነስ ፣
- የአኗኗር ባህልና የሥራ ባህሪ ተፅዕኖ ናቸው ፣
- ቸልተኝነት፣
- በትምህርት ቤቶች ስለግል ንጽህና ቁጥጥር የሚሰጠው ትኩረት አናሳ መሆን፣

ስለዚህ በግል ንፅህና ጉድለት □ሚመጡትን ተላላፊ በሽታዎች ለመከላከልና ለማስወገድ የግልና □ቤተሰብ ንፅህና መጠበቅ አስፈላጊ ነው።

1.1. ዓላማዎች

- ስለ ግል ንፅህና አጠባበቅ □ህብረተሰቡን ግንዛቤ ዕውቀትና ክህሎት ከፍ ለማ□ረፅ ፣
- የግል ንፅህና ለመጠበቅ የሚያስችሉ ሁኔታዎችን አደራጅቶ እያንዳንዱ ሰው እንዲጠቀም ለማድረግ፣
- በግል ንፅህና አጠባበቅ ጉድለት ከሚመጡ ተላላፊ በሽታዎች እያንዳንዱ ሰው ራሱንና ቤተሰቡን እንዲከላከል ለማድረግ፣

1.2. በግል ንፅህና አጠባበቅ □ሪ□ የሚከናወኑ ተግባራት

1.2.1 ስለግል ንፅህና አጠባበቅ ፓኬጅ አጠቃላይ ፕሮግራም

ለሚከተሉት አካላት ማስተዋወቅ

- ለመስተዳደር አካላት፤
- በአካባቢው ለሚገኙ የበጎ ፈቃድ የጤና መልእክተኞች፤
- ለታዋቂና ተሰሚነት ላላቸው የአካባቢ ነዋሪዎች፤
- መገናኛ ብዙሃንን በመጠቀም ለመላ ህብረተሰቡ ማስተጋቅ፤
- በአካባቢው ለሚገኙ መንፅረትና መንፅረት ዋላልሆኑ ድርጅቶች፤ ግብ. ማስተጋቅ፡፡
- ለትምህርት ቤት፤

1.2.2 ከዚህ በታች የተዘረዘሩትን መረጃዎች ማሰባሰብ፤

- የንፁህ ውሃ አቅርቦት አያያዝና አጠቃቀም ላይ ተጽእኖ ሊያደርጉ ስለሚችሉ ሁኔታዎች መረጽ መሰብሰብ፤
- የግል ንፅህናን በተገቢው ሁኔታ ለመጠበቅ ተፅእኖ ሊገኝ የሚችሉ ሁኔታዎችን መለየት፤
- ግል ንፅህናን ለመጠበቅ በአካባቢው የሚገኙ ቁሳቁስ፤
- የግል ንፅህና አጠባበቅን በተመለከተ የህብረተሰቡን እውቀት፤ ባህሪና ልምድ ወዘተ.

1.2.3 ህብረተሰቡን ያሳተፈ የሥራ እቅድ ማውጣት

- ጁህም ሲባል-ቅድመ ጥናቱን መሠረት ያደረገና የህብረተሰቡን ሙሉ ተሳትፎ ያካተተ የሥራ ግብ ማውጣት ነው፡፡
- እንደ አስፈላጊነቱ የሳምንት፣ የወር፣ የዓመት የሥራ እቅድ ማውጣት ናቸው፡፡

1.2.4 ስልጠና መስጠት

- ለፓኬጁ ሥራ አጋዥ የሆኑ የህብረተሰብ ክፍሎች ማለትም የሰለጠኑ የበጎ ፈቃድ የጤና መልእክተኞች

የልማት ሠራተኞች፣ ታዋቂና ተሰማሚነት ያላቸው የአካባቢ ነዋሪዎችን ወዘተ. ማሰልጠን።

- የሞዴል ቤተሰቦች ስልጠና

1.2.5 ለፓኬጃ ደጋፊ ሊሆኑ የሚችሉ ማህበራት፣ መንግሥታዊና መንግሥታዊ ያልሆኑ ድርጅቶች ፉር በጋራ መሥራት

- የቀበሌ መስተጻብ - አስተዳደራዊ ድጋፍ እንዲሰጡ፤
- ትምህርት ቤቶች - በመምህራንና ተማሪዎች ስለ ግል ንፅህና አጠባበቅ ትምህርት እንዲሰጡ፤
- ማህበራት የወጣቶች፣ የሴቶች ወዘተ. ጋር ቅንጅት መጻፍ፤
- ባሕላዊ ማህበራት - ጻፍ፣ ጽብ ጽፍ እንዲሰጡ፤
- የመገናኛ ብዙሃን ቴሌቪዥን ሬዲዮና ጋዜጣዎች ህብረተሰቡን እንዲቀረጹ ማድረግ ይገባል።

1.2.6 በአካባቢ የሚገኙ የጤና ተቋማት ውስጥ የሚሰሩ የጤና ባለሙያዎችን ማሳተፍ፣ ጽህፈት ሲባል ፓኬጃ በሚካሄድበት አካባቢ ያሉ የጤና ባለሙያዎች ቀዳተኛ የሆነ ቴክኒካዊ ጽብ እንዲሰጡ ማድረግ ነው።

1.2.7 ህብረተሰቡን በመቀስቀስ በማስተማር፣ በማስተባበር፣ ተሳትፎውን በማሳደግ የባህሪ ለውጥ እንዲያመጣ ማረጋገጥ፤

- በቤተሰብ ደረጃ ስለ ግል ንፅህና አጠባበቅና አስፈላጊነት ሰፊና ቀጣይነት ያለው ትምህርት መስጠት።
- በስብሰባ፣ በዕድር፣ በሃይማኖት ቦታዎች፣ በህዝባዊ በዓላትና መሰብሰቢያ ቦታዎች ወዘተ ስለ ግል ንፅህና አጠባበቅና አስፈላጊነት ትምህርት መስጠት፤

1.3. የግል ንጽህና በመጠበቅ ሚናዎች ጥቅሞች

ጤንነታችንን ለመጠበቅ ንጽህናችንን መጠበቅ ያስፈልጋል። በማንበራዊ ሕጁ ታችን ውስጥም ሰዎች ለጽኑ ያላቸውን መልካም አመለካከት ከፍ ያደርጋል። የግል ንፅህና ከዚህ በታች የተጠቀሱትን ያጠቃልላል ።

1.3.1 የገላ ንጽህና

በየዕለቱ በምናደረገው ልዩ ልዩ እንቅስቃሴ ከሰውነታችን በላብ መልቀቅ ቆሻሻ ጁጫጫ። ሰውነታችን በተለያዩ መንገድ በአቧራና በልዩ ልዩ ምክንያት ይቆሻሻል። ከሰውነታችን የሚወጣ ላብና ቆሻሻን በመጠበቅ ማስጠበቅ አለብን። አለበለዚያ ለመጥፎ ጠረንና በሽታ ጭልጭል።

የገላን ንፅህና ባለመጠበቅ የሚመጡ የጤና ችግሮች የሚከተሉት ናቸው፤

- እከክ
- ተስቦ
- የግርሻ ትኩሳት
- ጭርት
- መጥፎ ጠረን ወዘተ. ናቸው።

መከላከያ ዘዴዎች

- ገላን ቢያንስ በሳምንት አንድ ጊዜ በንፁህ ውሃና ሳሙና መጠቀም ተገቢ ነው።
- ገላን ሊያቆሽሽ የሚችል ስራ እንደ ቁፋሮ፣ ሽክም፣ ወዘተ ከሥራ መልስ መላ ሰውነትን መጠበቅ አስፈላጊ ነው።
- ህፃናትን በየቀኑ በንፁህ ውሃና ሳሙና ማጠብ፤
- ገላን ከታጠቡ በኋላ የታጠበ ወይም ንጽህ ልብስ መልበስ፤

1.3.2. የጥርስና ድድ /የአፍ/ ንፅህና

የአፍ ንፅህናን አለመጠበቅ ጥርስና ድድን ለበሽታ ማፋጨት ምክንያት ይሆናል። ድድን በመርፌ (በሽታ ነገር) መነቀቅ ወይም መውጋት የተለያዩ በሽታዎችን ያመጣል። ይህ ድርጊት ጎጂ ባህል ስለሆነ መወገድ አለበት። ማንኛውም የምግብ አይነቶችና ጣፋጭ ምግቦች እንደ ከረሜላ፣ ብስኩት ወዘተ ከተመገብን በኋላ ጥራትን ካለፀግን ሁሌም ለጥርስ ጤንነት አደገኛ ነው። ጣፋጭ ነገሮችን ከተመገብን በኋላ አፋችንና ጥርሳችንን ማፅዳት አለብን።

የአፍን ንፅህና ባለመጠበቅ የሚመጡ የጤና ችግሮች

- መግቢያ የአፍ ጠረን፣
- የጥርስ መበስበስ፣
- የጥርስ ህመም፣
- መቁሰል፣
- በጥርስ መስተዋት ሽፋን ላይ ጉዳት መድረስ፣ ጥፋት ማድረግ።

መከላከያ መንገዶች

- ጧት ከመኝታችን ስንገሳ አፍን በንፁህ ውሃ ማጠፋት፣
- ምግብ ከተመገብን በኋላ አፍን በንፁህ ውሃ መጠጠን፣
- ጥርስን ዘወትር በንፁህ መፋቂያ ወይም ብሩሽ መጠጠን፣ የጥርስ መጠጠን የሚጠቀም ሰው ቢቻል አንድ መፋቂያ ለአንድ ጊዜ ብቻ ተጠቅሞ ሌላ ሰው እንዳይጠቀምበት በጥንቃቄ ማስወገድ ድጋሚ የሚጠቀም ከሆነ ከመፋቂያ በፊት በደንብ ማጠብ ከፋቂም በኋላ አጥቦ በንፁህ ጥፋት ማስቀመጥ አለበት። የጥርስ ብሩሽ ማጠፋት ከሆነ የጥርስ ሳሙና መጠቀም ይገባቸዋል።

- ማታ ከመተኛታችን በፊት አፍን በንፁህ ውሃ መጫመዳችን ፤
- አፋችንን ለማፅዳት የምንጠቀምበት ውሃ ንፁህ መሆን አለበት። ንፁህ ካልሆነና ከተጠራጠርን እስኪፈለቅ አፍልተን አቀዝቀዘን መጠቀም፤
- የጥርስ ቡርሽ በፈላ ውሃ ሁልጊዜ ማፅዳት፣ ሌላ ሰው እንዳይጠቀምበት ማድረግ ልጆች በማይደርሱበት ስጦታ ማስቀመጥ፤
- ንፁህናቸው ያልተጠበቀ ጉዳት የሚያደርሱ እንደ ስንጥር፣ ስንደዶ፣ መርፌ፣ ስፒልና ብረት ነክ በሆኑ ነገሮች ጥርሳችንን አለመጎርጎር ፤
- ድድን መነቀስ ለመንጋጋ ቆልፍ፣ ለኤድስ፣ ለጉበት በሽታ፣ ስጦታ ስለሚያጋልጥ አለመነቀስ፤
- መጥፎ የአፍ ጠረን ለማጥፋት ጨውና ውሃ በጥብጠ በቀን አራት ሰዓት መጫመዳችን ፤ ካልሆነ በአቅራቢያው በሚገኝ የጤና ድርጅት በመሄድ የጤና ባለሙያ ማማከር
- የህፃናትን አፍና ጥርስ ንጽህና መጠበቅ ይገባል
 - ህፃናትንም የማጽዳት ልምድ እንዲያዳብሩ መርዳት ተገቢ ነው።

ማሳሰቢያ

ዕድሜያቸው ከ8 ዓመት በታች ለሆናቸው ፍሎራይድ ሌለው ግን ሳሙና /Tooth paste/ ጁን ቀሙ። እንደ የጥርስ ቡርሽ ለአንድ ሰው ብቻ እንዲሆን ይመከራል።

1.3.3. ጭንቀትና ጥፍር ንፁህና አጠባበቅ

በእጆቻችን ብዙ ሥራ ስለምንሰራ በቀላሉ በአይናችን በማጽታዩ በበሽታ አምጪ ጥቃቅን ተዋህሲያን ይበክላል። ጥፍራችን አድጎ ከረዘመ ተዋህሲያን በመጠራቀም ለበሽታ ጭንቀትና ጥፍር ሊጠራጠር ይችላል። ጥፍራችንን ስንቆርጥ ቆዳችን እንዳይቆረጥ መጠንቀቅ ጥሩ ነው። ጥፍር በጥርሳችን መቁረጫ ተዋህሲያን ወደ አፋችን እንዲገቡ ያደርጋል። ስለዚህ

ጥፍራችንን በግላችን ጥፍር መቁረጫ ብቻ በአጭሩ በመቁረጥ ማሳጠር አለብን። የእጃችንንም ንፅህና አዘወትረን መ□በቅ ተገቢ ነው።

□እጅና የጥፍር ንፅህና ባለመጠበቅ የሚመጡ □በሽ□ አይነቶች የሚከተሉት ናቸው

- □□ም ተቅማዓ ፣
- ወስፋት፣
- አጣዳፊ ተቅማጥና ትውከት
- አይንማዝ፣
- አሜባ፣
- የአንጀት ተስቦ፣
- ተቅማዓ □□ተ. ናቸው።

መከላከያ ዘዴዎች

- ጧት ከመኝታችን ስንገሳ በንፁህ ውሃና ሳሙና እጅን መ□□ብ፣
- ምግብና የምግብ ማብሰያና መመገቢያ እቃዎችን በእጃችን ከመነካካታችን በፊት መታጠብ፣
- ምግብ ከመመገባችን በፊትና በኋላ እጅን በንፁህ ውሃና ሳሙና መ□□ብ፣
- ከተፀዳዳን በኋላ እጃችንን በንፁህ ውሃና ሳሙና መ□□ብ፣
- ህፃናትን ካፀዳዳንና የሽንት ጨርቅ ከቀየርን በኋላ እጅን በንፁህ ውሃና ሳሙና መ□□ብ፣
- እናቶች ለህፃናት ጡት ከማጥባታቸውና ተፊ ማሪ ምግብ ከመመገባቸው በፊት እጃቸውን በንፁህ ውሃና ሳሙና መ□□ብ አለባቸው፣
- ከተለያዩ ስራዎች በኋላ እጃችንን በንፁህ ውሃና ሳሙና መ□ተብ፣
- ጥፍራችንን በግላችን የጥፍር መቁረጫ ማሳጠር፣
- ጥፍራችንን በጥርሳችን አለመቁረጥ፣

- ንፅህናቸው ባልተጠበቀና አሮጌ የጥፍር መቁረጫ አለመጠቀም፤
- የልጆችን /ሕፃናት/ ጥፍር ተከታትሎ ማሳጠር።
- መሬት ላይ የወደቁ እና አስፈላጊ ያልሆኑ ነገሮችን ከመነካካትና ከመያዝ መቆጠብ

ቁልፍ መልዕክት

ጸጅታችሁን በንፁህ ውሃና ሳሙና

- ከመፀዳጃ ቤት መልስ፤
- ሕፃናት ከማፀዳዳታችን በፊትና በኋላ፤
- የምግብና የምግብ ዕቃዎችን ከመነካካታችን በፊት፤
- ምፅብ ከመመገባችን በፊትና በኋላ፤
- ማንኛውም አይነት ቆሻሻ ካስወገድን በኋላ መጠቀም አለብን።

1.3.4. የዓይን ንፅህና

ዓይን ከፍተኛ ጥንቃቄ ሊደረግለት የሚገባ የሰውነታችን ክፍል ነው። ዓይን በአካባቢ በሚፈጠር አቧራና ዝንብ ከተጋለጠና በጠጣር ነገር ከተመጠ ሊጠመን ይችላል። ዝንብና አቧራ የአይን በሽታ አምጪ ተዋህዶን ወደ ዓይናችን ያስተላለፋሉ። በዝንቦች አማካይነትም የአይን በሽታ አይኑ ከታመመ ሰው ወደ ጤነኛ ሰው በቀላሉ ጽተላለፍሉ።

ዓይንን በንፅህና ባለመጠበቅ የሚመጡ የጤና ችግሮች

- የዓይን ማዘ /ትራኮማ/
- የዓይን ቅላት
- ተገቢውን ጥንቃቄና አፋጣኝ ህክምና ካልተደረገ ለዓይነስውርነት መዳረግ ናቸው።

መከላከያ መንገድ

- ጧት ከመኝታችን ስንገላ ፊታችንንና አይናችንን በንፁህ ውሃና ሳሙና መጠቀም።

- ጃችንና ፊችንን ከታጠብን በኋላ በንፁህ ፎጣ ጃም ፊ ርቅ ማረቅ።
- ሌላ ሰው በተጠቀመበት የፊት ፎጣ ወይም ጨርቅ አይናችንና እጃችንን አለማስነካት፤
- አይናችንን በእጃችን አለመነካካት፤
- ህፃናት በቀን ሁለት ጊዜ ፊችውን በንፁህ ውሃና ሳሙና ማጠብ፤
- ዘወትር ከስራ መልስ ፊታችንን በንፁህ ውሃና ሳሙና መጠብቅ፤
- የዓይን ሕመም ሲሰማን ወድያውኑ ወደ አቅራቢያችን ጤና ድርጅት ሄዶ መታከም፤

1.3.5. ጅግር ንፅህና አጠባበቅ

እግራችንን በንፅህና በመያዝና ጫማ በማድረግ ከተለያዩ በሽታዎችና አደጋዎች ለመከላከል ይቻላል። እግራችን ስለሚያልበው በየቀኑ መጠብቅ ስለሚችል፡፡ ስለሆነ በሚጣ አጽድቶ ማድረቅና የእግርን ጥፍር ማሳጠር ሊፈጠር የሚችለውን መጥፎ ሽግግር ስለሚፈጠር፡፡ ጅግር ጣት መካከልና ጥፍር ሥር ቆሻሻ ሊጠራቀም ይችላል። ፅር ስለሆነ ሽግግር ማረጋገጥ ከሆነ ንፅህናውን ይበልጥ ማጠናከርና ለውጥ ከሌለው ወደ አቅራቢያ ጤና ድርጅት መሄድ ይገባል።

በባህሪ ፅር በመሄድ ማረጋገጥ የጤና ችግሮች የሚከተሉት ናቸው-

- መንጠቆ ትል (በባዶ እግር ቆዳ በስቶ በመግባት)፤
- መንጋጋ ቆልፍ ፤
- ሙጽሌ ፤
- በሹልና በስለት ነገር በመወጋት መቁሰልና መቆረጫ ፤
- በተለያዩ ነፍሳትና እንስሳት መነደፍ፤

□□ፅርን ንጽህና ባለመጠበቅ □ሚመ□· የጤና ችግሮች የሚከተሉት ናቸው

- መዓ □ ሽ□
- ፈንገስ (ጮቅ) ወዘተ ናቸው።

መከላከያ መንገዶች

- ዘወትር እግርን በንጹህ ውሃና ሣሙና መታጠብ
- □ ማ ማ□ረፅ
- ካልሲን በ□□□□· ማ□ብ፤
- ጫማችንን ማጠብና በመ□ል□ል፤
- □እግር ጥፍር በአጭር መቁረጥ።
- ጠባብ ጫማና ካልሲ ያለመጠቀም

1.3.6. የፀጉር ንፅህና አጠባበቅ

□ራስ □ፎር ለአቧራ የተጋለጠ ስለሆነ በቀላሉ ይቆሽሻል። ፀጉር ከቆሽሽ የተባይ መራቢያ ይሆናል። ከዚህም የተነሳ ለበሽታ ያጋልጠናል። በአጭሩ ተቆር□ □ተ□□ □ፎር ለማፅዳት አመቺ ነው። ረጅም ፀጉር አስቸጋሪ ቢሆንም ከታጠብን በኋላ በማድረቅና በማበጠር ንፅህናውን ለመ□በቅ ይቻላል።

የብልት፣ የቅንድብና የብብት ፀጉር እንደ ቅማልና ቅማጭ ነፍሳት ስለሚያፈራ በመላጩትና ንጽህናን በመጠበቅ ልንከላከል እንችላለን።

የፀጉር ንፅህና ባለመጠበቅ የሚመጡ የጤና ችግሮች ሚከተሉት ናቸው፤

- የቅጫምና ቅማል መራቢያ መሆን ፤
- ቆረቆር፤
- □ረ□ር
- □□ም ተስቦ፤
- የግርሻ ትኩሣት ናቸው።

መከላከያ ዘዴዎች

- ቢያንስ በሶስት ቀን አንድ ጊዜ በንጹህ ውሃና ሣሙና መ□□ብ፤
- እንደ አስፈላጊነቱ ፀጉርን በአጭር መቁረጥ ወይም መላጩት ንፅህናውን በመ□በቅ፤
- ረጅም ፀጉርን ዘወትር ማበጠርና መ□□ብ፤
- ንፅህናው በተጠበቀ የግል ማበጠሪያ ብቻ ፀጉርን ማበ□ር፤
- ሌላ ሰው ባልተጠቀመበት አዲስ ምላጭ ብቻ ፀጉርን መላጩት፤
- ፀጉር ቅጫምና ቅማል ሲይዝ በማበጠሪያ ጥርስ ውስጥ ክር በማስገባት በማበጠር ማስወገድ፤
- ሴቶች ሹሩባ ከተሰሩ ከሣምንት በላይ አለማቆየትና ፈትቶ ማበጠርና መ□□ብ፤
- ቅቤና የመሳሰሉ ቅባቶችን ተቀብቶ ፀጉርን አለመሸፈን፤ ማናፈስና በሦስት ቀን ውስጥ መ□□ብ፤
- ፀጉርን የሚያቆሽሹ ሥራዎች ሲሰሩ □ና ምግብ በሚ□□ቅ-□በት ጊዜ ፀጉርን መሸፈን ፤
- የግርሻ ትኩሳት □□□□ ሰ□ □□ሩን መላጩትና የተላጩውን ፀጉር ማቃ□ል □ጁም □ለቅ ባለ □□ጃ□ መቅበር

1.3.7. የልብስ ንፅህና አጠባበቅ

ልብስ ከብርድ፣ ከፀሀይ ቃጠሎና ሌሎች ነገሮች ጉዳት ይከላከልልናል። ልብስ ሙቀትና ሰብአዊ ክብርን ለመ□በቅ ይረዳል። ንፅህናው ያልተጠበቀ ልብስ የተባይ መራቢያ ይሆናል። ይህ ደግሞ ለተላላፊ በሽታ ያጋልጠናል። ንፁህ ልብስ ለጤና አስፈላጊ ነው። ስለ□ህ ቀንም ሆነ ሌሊት ንፅህናው የተጠበቀ ልብስ መልበስና ንፁህ መኝ□ ላጁ መተኛት ለጤንነት አስፈላጊ ነው። የጉልበትም ሆነ ሌሎች

ስራዎች በምንሰራበት ጊዜ ሲያልቡን በላቡ የተነሳ ልብሳችን መጥፎ ጠረን ያመጣል። ስለዚህ የገላችንን ንፅህና እንደምንጠብቀው ሁሉ የልብሳችንንም ንፅህና መጠበቅ አስፈላጊ ነው። የሌሊትና የቀን ልብሶችን መለየት።

የልብስ ንፅህና ባለመጠበቅ የሚመጡ የጤና ችግሮች የሚከተሉት ናቸው-

- □□ም ተስቦ
- የግርሻ ትኩሳት
- መጥፎ ጠረን፤
- ማሳከክና የሰውነት መቁሰል □□ተ.

መከላከያ ዘዴዎች

- የህፃናት ልብስ ቶሎ ቶሎ ስለሚቆሽሽ ተከታትሎ ማ□ብና ቶሎ ቶሎ መቀየር፤
- ከውስጥ የሚለበሱ እንደ ውስጥ ሱሪና ካናቴራ፤ የሌሊት ልብሶችን ቶሎ ቶሎ ማጠብ፤ ቢቻል ተኩሶ ንፁህ ቦ□ ማስቀመጥ፤
- ብርድ ልብስና የመሳሰሉትን በየጊዜው ፀሀይ ላይ ማውጣትና ማናፈስ፤ እንደአስፈላጊነቱ ማጠብና ማራ□□፤
- ቅማል □□ሩ ልብሶችን በፈላ ውሃ ውስጥ ቢያንስ ለ1ወ □ቂቃ እያገላበጡ መቀቀልና ፀሐይ ላይ ማስጣት፤
- በ□ላ □ሃ ለ20 ደቂቃ የሌሊትና ቀን ልብሶችን መቀቀልና ፀሐይ ላይ ማስጣት፤
- ወረርሽኝ በሽታ ሲከሰት በ10% □.□.ቲ □ጁም 1% ማላታይን በቀንና በሌሊት ልብሶች ላይ በመነስነስና በማሸት ቢያንስ ለአንድ ቀን በማቆየት አጥቦ በመ□ቀም ተባዮችን መግደል፤
- የግርሻ ትኩሳትና የደም ተስቦ ወረርሽኝ ሲነሣ ወዲያውኑ በአቅራቢ□ ለሚገኝ ጤና ድርጅት ሪፖርት ማድረግ።

1.3.8. የህፃናት ንፅህናና አጠባበቅ

ህፃናት ሽንትና ዓይነ ምድራቸውን በልብሳቸው፣ በሰውነታቸውና በመኝታቸው ላይ ስለሚፀዳዱ፣ በአብዛኛው መሬት ላይ ስለሚጫወቱ ቆሻሻ ነገሮችን በእጅና በእግራቸው ስለሚነካኩ ስለሚንከባለሉ ወዘተ በግል ንፅህና ጉድለት ለሚከሰቱ ተላላፊ በሽታዎች ክሌላው ህብረተሰብ ክፍል በይበልጥ ተጠቂ ናቸው።

የህፃናት ንፅህናን ባለመጠበቅ የሚመጡ የጤና ችግሮች የሚከተሉት ናቸው፣

- ተቅማዓ
- የአንጀት ትላትል
- የአይን ማዘ /ትራኮማ/
- የአይን መቅላት
- እከክ
- ቆረቆር
- ጉንፋን ወዘተ.

መተላለፊያ መንገዶች

- ህፃናት ማንኛውንም ቆሻሻ በመነካካት፣ በመያዝና ወደ አፋቸው በማስገባት፣
- ህፃናት እጃቸውን በሚገባ ሳይታጠቡ በመመገብ፣
- ህፃናት ሁልጊዜ የፊታቸውንና የአይናቸው ንፅህና በሚጠበቁ ስለማጁጠበቅና ዝንቦች ስለሚያርፉበት፣
- በሽንት፣ በዓይነምድርና በተለያዩ ቆሻሻዎች ሰውነታቸው ስለሚቆሸሽ፣
- ንፅህናው ባልተጠበቀ አካባቢ ስለሚጫወቱ ለአባራት ለንፋስ ስለሚጋለጡ ወዘተ።

መከላከያ መንገዶች

- ልቸውን በየቀኑ ጠዋትና ማታ በንፁህ ውሃና ሳሙና ማጠብ፤
- ከመመገባቸው በፊት እጃቸውን በንፁህ ውሃና ሳሙና ማጠብ፤
- እጃቸውን፣ ፊታቸውንና አይናቸውን በየጊዜው ማጠብ፤
- ህፃናት ከተፀዳዱ በኋላ ማጠብ፤
- ህፃናት የሚውሉበትና የሚጫወቱበት አካባቢን ንፅህና መጠበቅ፤
- መፀዳጃ ቤት አካባቢ እንዳይጫወቱ ማድረግ፤
- እናቶች ጡት ከማጥባታቸው በፊት ጠታቸውንና እጃቸውን ማጠብ፤
- ጠታ በቀላሉ ሊበክል ስለሚችል ህፃናትን በጡጦ ለመመገብ፣ ምግባቸውን በማንክያና ከባያ መስጠት።

1.3.9 በወር አበባ ጊዜ የሚደረግ ንጽህና

ሴቶች ለአቅመሄዋን ሲደርሱ በየወሩ ከሰውነታቸው የሚወገድ የወር አበባ ይኖራቸዋል። በወር አበባ ጊዜ የግል ንፅህናን መጠበቅ አስፈላጊ ነው። የወር አበባ መቀበያ የተዘጋጀ ሞዴስ ወይም ከንፁህ ጨርቅ ሰርቶ መጠቀም ይቻላል። የወር አበባ መቀበያ እንደ ፎጣና ጨርቆች ቶሎ ቶሎ ካልተቀየረ ሽግግር መጠቀም በሽታንም ያስይዛል። ሞግስ ማፅኘት የማይቻል ከሆነ ጨርቁን ቶሎ ቶሎ መለወጥ ያስፈልጋል። አገልግሎት ላይ የዋለ የወር አበባ መቀበያ በቆሻሻ ማጠቃለያ ማጠቃለያ መቀበር ጁም ማቃጠል ተገቢ ያወጋገድ ዘዴ ነው። በወር አበባ ወቅት የማህፀን ፅግግር ለበሽታ የተጋለጠ ስለሚሆን በተቻለ መጠን የግብረሥጋ ግንኙነት ከማድረግ መቆጠብ ተገቢ ነው። ከዚህም በተጨማሪ ሴት እህቶቻችን እና እናቶቻችን በሚውሉባት ጊዜ ፈላጊ ነገር ከሰጧቸው ስለሚወጣ መግባት ሽታ እንዳይፈጥርና በሽታ እንዳይፈጠር በሞቀ ውሃ

ጨው/ ሎሚ በመቀላቀለ በቀን ሦስት ጊዜ ለ15 ደቂቃ መነከር ወይም ለብ ባለ -ሃ እንፋሎት መታጠን።

1.3.10 የብልት አካባቢ ንፅህና

6ኛ

የብልት አካባቢ ብዙ ጊዜ ላብ ስለሚበዛበት፣ በየቀኑ በንፁህ -ሃ መታጠብ ከመጥፎ ሽታና ከተለያዩ በሽታዎች ይከላከላል።

1.4. ህብረተሰቡ የአካባቢውን ግብአት በመጠቀም የግል ንፅህናውን ሊጠብቅ የሚቻልባቸውን ዘዴዎች ተፅባራዊ ማግለጫ፤

- በአካባቢ በሚገኙ ቁሳቁስ ለእጅ፣ ለፊትና ለእግር መታጠቢያ እንደ እንስራ፣ ትናንሽ በርሜል፣ ቅልና የመሳሰሉትን ማቴሪያሎች በማዘጋጀት እቃዎቹን በማንጠልጠል ወይም በመስቀልና ውሃ በማጠራቀም ከዚህም በተጨማሪ ለውሃ መውረጃ ጁም መጠላለጥ ቱቦና መሰል ነገሮች በማበጀት መጠቀምና የሚወገደውን ፍሳሽ ቆሻሻ ለመጠቀም/ ለማስወገድ የሚያስችል ጉድጓድ/Filtration trench/ አዘጋጅቶ መጠቀም
- ሣሙና መጠቀም
- ለገለገለ መጠቀሚያ ሊያገለግል የሚችል ክፍል አዘጋጅቶ ከጠባብ በኋላ የሚወጣውን ፍሳሽ ወደ ፍሳሽ ቆሻሻ ማስረጃ ጁም /Filtration trench/ እንዲገባ ማድረግ

1.5. ስርቶ ማሳያ ዘዴ መጠቀም

- ህብረተሰቡ በቀላሉ አይቶ ስለ ግል ንፅህና አጠባበቅ ሊረዳ በሚችልበት ቦታ ስርቶ ማሳያ በመስራት ሌሎች ቤተሰቦች በራሳቸው እንዲሰሩ ማስቻል፤

- በቤተሰብ ደረጃ የግል ንፅህና መጠበቂያ ዘዴ ሰርቶ በማሳየት አጎራባች ቤተሰቦች የራሳቸውን ገላ መታጠቢያ ሰርተው እንዲጠቀሙ ማስቻል፤

1.6. የልምድ ልውውጥ

- የግል ንፅህና ለመጠበቅ የሚረዱ ነገሮች በግልና በጋራ በአግባቡ ሰርተው የሚጠቀሙ ቤተሰቦችን በማስጠንቀቅ እንደ አርአያ በመጠቀም ሌሎች ከእነርሱ ልምድና ተሞክሮ እንዲቀስሙ ማግለጫ፤
- ለፓኬጃ ሥራ ስኬታማ የሆኑ የጤና ኤክስፔንሽን ሠራተኞች እንደ አርአያ መጠቀምና ሌሎች ከነሱ እንዲቀስሙ ማድረግ፤
- በፓኬጃ ጥሩ ሥራ ጋራ ቀበሌዎች ለሌሎች ልምዳቸውን እንዲያካፍሉ ማድረግ፤

1.7. የማነቃቂያ ዘዴዎችን መጠቀም

- በፓኬጃ ጥሩ ተሳትፎና እንቅስቃሴ ላደረጉ ቤተሰቦች የማነቃቂያ ስጦታዎችን መስጠት፤
- የምስክር ወረቀት መስጠት፤
- በስብሰባ ላይ እንደ ምሳሌ መጥቀስና እውቅና መስጠት

1.8. አካባቢያዊና ሕጋዊ ደንቦችን መጠቀም

- የአካባቢያዊ ሕጎችን - ከመንግስት ሕግና ደንቦች ጋር አጣጥሞ መስራት፤
- የአካባቢው ነዋሪ በጋራ መተዳደሪያ ደንብ እንዲያውጡ ማግለጫ፤

1.9. የክትትልና ቁጥጥር ሥራዎችን ማካሄድ

- የወጡትን የሥራ እቅዶች በሳምንት፣ በወር፣ በ□መት ወዘተ በመከፋፈል ተግባራዊነታቸውን በ□ርፅራም □ፋ□ዊ ክትትልና ቁጥጥር ማድረግ፤
- በ□□□ እቅድ መሰረት ስራዎች መፈጸማቸውን ሕብረተሰቡንና የአካባቢው አስተዳደር አባላትን በማሳተ□ መግምገም፤
- በግምገማ ወቅት የታዩትን ችግሮች በሰዓቱ እንዲታረሙ ማድረግ ድጋፍ መስጠት

2. የግል ንጽህና አጠባበቅን በአግባቡ በመተግበር የሚጠበቁ ውጤቶች

- ህብረተሰቡ የግል ንጽህናውን በአግባቡ በመጠበቅ ከግል ንጽህና ጉድለት የሚመጡ በሽታዎችን □ስ□ፅ□ል፤
- ህብረተሰቡ በግል ንጽህና አጠባበቅ ላይ ያለው ግንዛቤ፣ እውቀትና ክህሎት ያዳብራል፤
- ህብረተሰቡ የግል ንጽህናን ለመጠበቅ የሚያስችሉ ሁኔታዎችን በራሱ አነሳሽነት አደራጅቶ ይጠቀማል፤
- የፓኬጃ ኘሮግራም አስፈጻሚዎች ስለሚሰሩበት አካባቢ በቂ መረጃና እውቀት ይኖራቸዋል፤
- በግል ንጽህና አጠባበቅ ላይ ከእቅድ ማውጣት እስከ ማስፈጸም ድረስ የሕብረተሰቡ ተሳትፎና ልምድ ጁ□በራል፤
- ለፓኬጃ ሰራተኛ □ፋ□ □ሚሰ□ ተፈ ማሪ □ህብረተሰብ ክፍሎች ይፈጠራሉ፤
- □ቅንጅታዊ አሰራር ባህል ይዳብራል፤
- ሰዎች ከሰዎች እውቀትና ልምድ በመቅሰም በራሳቸው አነሳሽነት የሚፈለግባቸውን ስራ ያከናውናሉ።

3. የግል ንጽህና አጠባበቅ ፓኬጅን ተግባራዊ ለማድረግ ሊያጋጥሙ የሚችሉ ችግሮችና የመፍትሔ ሃሳቦች

ሀ) ሊያጋጥሙ የሚችሉ ችግሮች

- ባህላዊና ልማዳዊ ተፅእኖዎች፤
 - ለምሳሌ በአንዳንድ አካባቢዎች ፀጉርን መላጨት የሐዘን መግለጫ ብቻ ሆኖ መታየት፤
- ፀጉር ላይ ቅቤ ቀብቶ ለብዙ ጊዜ ማቆየት፤
- የህብረተሰቡ ተሳትፎ በሚፈለገው መጠን አለመሆን፤
- የኑሮ ደረጃ ዝቅተኛ መሆን ፤
- ፓኬጅን ለማስፈፀም በቀጥታም ሆነ በተዘዋዋሪ የሚመለከታቸው አካላት ድጋፍና ትኩረት ማግኘት ስኬታማ ሳይሆን ስላይ ስላልሆነ ማሳየት፡፡

ለ) የመፍትሔ ሀሳብ

- ህብረተሰቡ ተከታታይና ለዋጭ የሆነ ትምህርት መስጠት፤
- የግሉን ንፅህና ባለው አቅምና ግብአት እንዲጠበቅ መርዳት፤
- ህብረተሰቡ ጤናማ የአኗኗር ዘዴን እንዲያዳብር መርዳት፤
- ፓኬጅን ለማስፈፀም በቀጥታ ለሚመለከታቸው አካላት ተደጋጋሚ ቅስቀሳና ስልጠና መስጠት፤
- በየደረጃው ያሉ አካላት በየጊዜው ክትትልና ግምገማ በማግኘት የሚያጋጥሙ ችግሮች መፍትሔ መስጠት፡፡

ምክራብ ፪ የመኖሪያ ቤት ንጽህና አጠባበቅ

ሰዎች አብዛኛውን የህይወት ዘመናቸውን ሚሳልጦት በቤት ውስጥ ስለሆነ አንድ መኖሪያ ቤት ሊያሟላቸው የሚገባውን መስፈርት ያላሟላና ንጽህናው የተጓደለ ከሆነ በጤና ላይ ሊያስከትል የሚችለው ጉዳት በቀላሉ የሚገመት አይሆንም።

ለጤና ተስማሚ ያልሆነ መኖሪያ ቤት ሰዎችን ለቅዝቃዜ፣ ላልተፈለገ ሙቀት፣ ለተለያዩ አደጋዎች፣ ለከፍተኛ ምጫ፣ ለቲቢ፣ እንፍሎዌንዛ፣ ግርሻ ተስቦና ለሌሎች ተላላፊ በሽታዎች መሰራጨት እንዲሁም በሥነ አእምሮአዊና ማንበራዊ ቀውስ ምክንያት ለሚፈጠር የፀባይ መለዋወጥና ለአእምሮ ጭንቀት ያጋልጣል። ለዚህ ዓይነቱ አስከፊ ሁኔታ የሚጋለጡት በአብዛኛው በቅተኛ የኑሮ ደረጃ ላይ የሚገኙ የህብረተሰብ ክፍሎች ቢሆኑም ግንባር ቀደም ተጠቂዎች ግን ህጻናት፣ ሴቶችና አረጋዊያን ናቸው።

ስለሆነም ከመኖሪያ ቤት ጋር በተያያዘ ያለውን የጤናና የደህንነት ችግር ለማስወገድ በከተማ ሕብረተሰብ ለጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት ንጽህና አጠባበቅ ላይ ግንዛቤ ለማስፈ በዓ እንዲቻል ተረጋግጦት ጠቃሚ ሀሳቦች ቀርበዋል።

2.1. ዓላማዎች

- ህብረተሰቡ ስለ ጤናማ የመኖሪያ ቤት አሠራርና አያያዝ ላይ ያለውን ግንዛቤ ዕውቀትና ክህሎት እንዲያዳብርና እንዲያገኝ ለማረጋገጥ፤
- ህብረተሰቡ ለልጅ ልጅ /ለመኝ፣ ለማብሰ፣ ለመመገብ፣ ለእንስሳት ማደሪያ ወዘተ/ አገልግሎት የሚውሉ የተለያዩ ክፍሎች ያሉት ቤት ሠርቶ እንዲጠቀም ለማረጋገጥ፤

- ህብረተሰቡ አዳዲስ መኖሪያ ቤቶች ሲሰራም ሆነ ነባር ቤቶችን ሲያሻሽል ለጤና ተስማሚ የመኖሪያ ቤት ንድፍ የመጠቀም ልምዱ እንዲዳብር ለማግለጸፍ፤
- ህብረተሰቡ የመኖሪያ ቤቱንና አካባቢውን ከተለያዩ ነፍሳት፣ ተባዮችና ቆርጣሚ እንሰሳት ነፃ በማድረግ ንጹህና ለጤና ተስማሚ የመኖሪያ ቤትና አካባቢ ለመግለጽ፡፡

2.2. ለጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት አያያዝ በሚመለከት የሚከናወኑ ተግባራት

2.2.1 ስለ ጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት አጠባበቅን ፡

- ለመስተዳድር አካላት፤
- በአካባቢው ለሚገኙ የበጎ ፈቃድ ጤና መልዕክተኞች ጤና ነክ ሥራ ለሚሰሩ ሰራተኞች፤
- ለታዋቂና ተሰሚነት ላላቸው የአካባቢ ነዋሪዎች፤
- ለሕብረተሰቡ፣ በአካባቢው ለሚገኙ መንግስታዊና መንግስታዊ ያልሆኑ ድርጅቶች፣ ወዘተ... ማስተጋጠም፤

2.2.2 ከዚህ በታች የተዘረዘሩትን በማካተት መረጃ ማሰባሰብ፤

- የቤቱ ሁኔታና አያያዝ፤
- ለጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት በተመለከተ ህብረተሰቡን እውቀት፣ ባህሪና ልምድ ወዘተ.
- በመኖሪያ ቤት አያያዝ ላይ የዋሉ ጤና አጠባበቅ ትምህርት መርጃ መሣሪያዎች ብዛት፤
- የተከፋፈለ መኖሪያ ቤት ያላቸው ቤተሰብ ብዛት፤
- ስተለ ስምፅብ ማጭጽ /ማዕድ ቤት/ ያላቸው ቤተሰብ ብዛት፤

- ለብርሃንና ለአየር መዘዋወሪያ በቂ መስኮቶች ያላቸው መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- የፊትና የኋላ መግቢያና መውጫ በሮች ያላቸው መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- ቅጥር ግቢው ከተባዮችና ቆርጣሚ እንስሳት ነፃ መሆኑን፤
- የቤቱና የማዕድ ቤቱ ወለል፣ ግድግዳ፣ ጣሪያ፣ ወዘተ ንጹህ መሆኑን፤
- ቤቱና ማዕድ ቤቱ ከተባይና ከቆርጣሚ እንስሳት ነፃ የሆነ መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- ቤቱ በቂ ክፍሎች /ሳሎን፣ መኝታ፣ዕቃ/ እና ስፋት ያላቸው መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- የተሰጠውን ምክር በመጠቀም የተሰሩ አዳዲስ መኖሪያ ቤቶች (የሰው መኖሪያ ቤት፣ ማዕድ ቤት፣ መፀዳጃ ቤት) ብዛት፤
- የተሰጠውን ምክርና ትምህርት መሠረት በማድረግ □ተሻሻሉ ነባር መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- □ለማ□ እንስሳት /ውሻ፣ ዶሮ ወዘተ/ የተለየና ንጽህናው የተጠበቀ ቤት ያላቸው ቤተሰብ ብዛት፤
- □ቁም ም□ጃ በማድ ቤት ያላቸው ቤተሰብ ብዛት፤
- □ኘሮግራሙ አጠቃላይና ዝርዝር ዓላማዎች፤
- ዓላማዎቹን ለማሳካት የተዘጋጁ ዝርዝር ዕቅዶች፤
- ዕቅዶቹን ለማስፈፀሚያ የዋሉ ግብአቶች
- □ስ□ ሐጃልና የሙያ አይነት ብዛት፤
- የማቴሪያል /በአካባቢ የሚገኙ ቁሳቁሶችና ድጎማዎች/
- የተገኘ የገንዘብ መጠን /ከህዝብና ከ□□□□/
- በመስ□ የተደረገ ጉብኝት ብዛት፤
- ተዘጋጅተውና ተሰብስበው የቀረቡ ሪፖርቶች ብዛት፤

2.2.3 ህብረተሰቡን ያሳተፈ የስራ እቅድ ማውጣት

- መነሻ ጥናቱን መሠረት ያደረገና የህብረተሰቡን ሙሉ ተሳትፎ ያካተተ የሥራ እቅድ ማውጣት ፤
- የሳምንት፣ የወር፣ የሩብ ዓመት የ6 ወርና የዓመት ስራ እቅድ ማውጣት፤ በመኖሪያ ቤት አሠራርና አያያዝ ላይ ትምህርት የተሰጣቸው ሰዎች ብዛት፤

2.2.4 ስልጠና መስጠት

- ለፓኬጃ ሥራ አጋዥ የሆኑ የህብረተሰብ ክፍሎች ማለትም የሰለጠኑ በጠቃሚ ጤና መልእክተኞች፣ የልማት ሰራተኞች፣ ታዋቂና ተስማሚ ያላቸውና የከተማ ነዋሪዎችን ወዘተ... ማስልጠን፡፡
- ለሞዴል ቤተሰቦች
- ለወጣት ሴቶች ማህበራት ተወካዮች

2.2.5 ለፓኬጃ ደጋፊ ሊሆኑ የሚችሉ ማህበራት፣ መንግስታዊና መንግስታዊ ያልሆኑ ድርጅቶች፣

- የከተማው መስተጻጫ - (አስተዳደራዊ ድጋፍ እንዲሰጥ)
- ትምህርት - (ለመምህራንና ተማሪዎች ስለ ጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት አሠራርና አጠባበቅ ትምህርት እንዲሰጥ)
- ማህበራት - (የሴቶች፣ የወጣቶች)፣ ጠቃሚ ፈራሽ ቅንጅት መፍጠር፡፡
- መንግስታዊ ካልሆኑ ድርጅቶች በጋራ መስራት

2.2.6 በአካባቢ የሚገኙ የጤና ተቋማት ውስጥ የሚሰሩ የጤና ባለሙያዎችን ማሳተፍ፣

- ፓኬጅ በሚካሄድበት ከተማ ያሉ የጤና ባለሙያዎች ቀዳ ተኛ ጠቃሚ ቴክኒካዊ ድጋፍ እንዲሰጡ ማድረግ፤

2.2.7 ህብረተሰቡን በመቀስቀስ በማስተማር፣ በማስተባበር፣ ተሳትፎውን በማሳደግ የባህሪ ለውጥ እንዲያመጣ ማግረፅ፣

- በቤተሰብ ደረጃ ስለ ጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት አስፈላጊነትና አሠራር ሰፊና ቀጣይነት ያለው ትምህርት መስጠት፣
- በስብሰባ በዕድር በሃይማኖት ቦታዎች፣ በህዝባዊ በዓላት ወዘተ ስለ ጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት አስፈላጊነትና አሰራር ትምህርት መስጠት፣

2.2.8 በተስማሚ መኖሪያ አካባቢ መመገብ ነጥቦች
የአለም ጤና ድርጅት ለጤና ተስማሚ መኖሪያ ቤት/ አካባቢ ብሎ ባወጣው የመመዘኛ ነጥቦች መሰረት መኖሪያ ቤት፣

- ነዋሪዎቹን ከሙቀት፣ ከቅዝቃዜ፣ ከከፍተኛ ድምፅና አቧራ ከመሳሰሉት ለመከላከል የሚያስችል፣
- በቂና ለጤና ተስማሚ የሆነ የውሃ አቅርቦት ያለው፣
- በቂ የመፀዳጃ አገልግሎት፣ የደረቅና፣ ሰላሽ ቆሻሻ ማስወገጃ ዝግጅት ያለው፣
- የቤቱ አሰራር ከተለያዩ አደጋዎች ለመከላከል የሚያስችል፣
- እንደቤተሰቡ ብዛት በቂ ክፍሎች ያሉትና በቂ የአየር ዝውውርና የፀሐይ ብርሃን ማስገባት የሚችል፣
- በማገዶ ጭስ ምክንያት ሊከሰቱ የሚችሉትን የቤት ውስጥ አየር ብክለት ለመከላከል የሚያስችል፣
- ለቤተሰቡ አገልግሎት የሚውለው ምግብ ከአያያዝና አቀማመጥ ጉድለት የተነሳ እንዳይበላሽ በቂ የሆነ ንፅህናው የተሟላ ማስቀመጫ ያለው፣
- በሽታ አስተላላፊ ከሆኑ ነፍሳትና ቆርጣሚ እንሰላት እንዲሁም ከመጥፎ ሽታ ነፃ የሆነና፣
- በአካባቢው መዝናኛ ቦታና ለማህበራዊ አገልግሎት ቅርብ ተያይዞ ያለው ቢሆን ይመረጣል።

2.3. ለጤና ተስማሚ ለሆነ መኖሪያ ቤት ትኩረት □ሚሰጥባቸው ጉዳዮች

2.3.1. የምግብ እና □ሃ ንጽህና አጠባበቅ

ምግብና ውሃ ጥቅም ላይ እስኪውል ድረስ በልዩ ልዩ ጀርምች በመበከል ለጤና ጎጆ ይሆናል። ይህንም ሁኔታ ለመከላከል በአያያዝ ረገድ ከፍተኛ ጥንቃቄ መደረግ ይኖርበታል።

ለበለጠ ማብራሪያ የምግብና ውሃ ንጽህና አጠባበቅ ፓኬጅን ይመልከቱ

2.3.2. የደረቅና ፍሳሽ ቆሻሻ አሰባሰብና አወጋገድ

ለመኖሪያ ቤትና አካባቢ ንጽህና አጠባበቅ ተቀ□ሚ ትኩረት ከሚደረግባቸው ነገሮች አንዱ የደረቅና ፍሳሽ ቆሻሻ አወጋገድን በአግባቡ መተግበር ነው።

ለበለጠ መረጃ የደረቅና ፍሳሽ ቆሻሻ አወጋገድ ፓኬጅን ይመልከቱ

2.3.3 ማዕድ ቤት /ምግብ ማዘጋጃ

ማዕድ ቤት ከመኖሪያ ቤት የተለየ ሆኖ ከመጸዳጃ፣ ከደረቅ ቆሻሻ ማከማቻ እንዲሁም ከከብቶች ማደሪያ የራቀ መሆን አለበት። በተጨማሪም በቂ የአየር ማስገቢያና ማስወጫ፣ የተፈጥሮ ብርሃን መፅቢ□ □□.ስ ማውጫ መስኮት/ ች ምኒ ሊኖረው ይገባል።

ማንኛውም መኖሪያ ቤት ስፋቱ ከ4 ካሬ ሜትር ያላነሰ ምግብ ማብሰያ ክፍል ያለው /Kitchen/ በእንጨት፣ ጋዘ ወይም በኤሌትሪክ የሚሰራ ምድጃና እቃ ማጠቢያ(Sink)

ዝግፀ ት ያሉት፤ በቂ የተፈጥሮ ብርሃንና አየር ማስገቢያ የሚሆን መስክት ያለው ሊሆን ይገባል።

ከማግኛ ግብ ፋር ግራፍ ሩ መርጫ ንጥረ ነገሮች

ከማገዶ የሚወጣውን ጭስና ሊያስከትል የሚችለውን የጤና ችግር ለመቅረፍ የኢነርጂ /ኃይል/ ምንጮች አማራጮች ንመጠቀም ለምሳሌ ነጭ ፋ፣ የኤሌክትሪክ፣ የፀሐይ ሙቀት ጤናን የሚያውኩ ብዙ ዓይነት መርዘኛ ንጥረ ነገሮች በጢስ ውስጥ የሚገኙ ሲሆን እጅግ አደገኛዎቹ የሚከተሉት ናቸው፡-

- «ካርቦን ሞኖኦክሳይድ»
- «ካርቦን ዳይኦክሳይድ»
- «ናይትሮጂን ዳይኦክሳይድ»
- «ሰልፍር ግራፍኦክሳይድ»
- «አሞኒያ»

የማገዶ ጢስ በሰው ጤና ላይ የሚያስከትላቸው ችግሮች ምንድን ናቸው?

- የዓይን ሕመም ለምሳሌ በጢስ ምክንያት የዓይን ፀጉሮች ረግፈው አጉል አበቃቀል በመብቀል የዓይን ብርሃን ማስገቢያን በማቀጠል በማቀሰል የማየት ችግርን ማስከተል፤
- የመተንፈሻ አካል ሕመም/አስም፣ ለረጅም ጊዜ ግራፍኦክሳይድ ማለፍና የጥቁር ሳምባ በሽግ/
- የልብና የደም ዝውውር መጠጠፍ፤
- የምግብ ፍላጎት መቀነስ፤
- ለእሳት አደጋ መጋለጥ፤
- ክብደቱ አነስተኛ የሆነ ልጅ መውለድ፤
- ግራፍኦክሳይድ በሽታዎች
- በ«ካርቦን ሞኖኦክሳይድ» መመረዝ፣ በዚህም ሳቢያ ሕሊናን መሳት እና ለሞት መዳረግ ናቸው።

የማገዶ ጢስ በጤና ላይ ከፍተኛ ጉዳት እንደሚያደርስ ጁጋታ። ይህን ተገንዝቦ የተሻለ ማገዶ በደንብ እያቃጠለ ጢሱን በቀጥታ ወደ ከባቢ ዓየር ሚግሮስፊድ ጢስ አልባ ምጽ መቀም ስጧል።

ተሻለ ባለ ጢስ ማቆራረጫ ምጽብ ማብሰት ምጽ
ሚሰጡ ዓቅም፣

- ጭሱ ቤት ውስጥ ታፍኖ የዓይንና የመተንፈሻ አካል ሕመም እንዳያመጣ፤
- ጭሱ የቤቱን ጣራና ግድግዳ እንዳያቆሽሽ፤
- ጭሱ በቤት የሚቀመጠውን ማንኛውንም እቃና ልብስ እንዳያበላሽና ሁሉም ነገር በንፅህና እንዲጠበቅ፤
- ለማብሰያ የምንጠቀምበት እንጨት እንዳይባክን ጁረጋ፤
- ተሻለ ምጽ ማግኘት ጁቆዓ ባል፤
- እንዲሁም ሕፃናት ከእሳት ቃጠሎ እንዲጠበቁ ጁረጋ፤

ባለ ጢስ ማቆራረጫ ምጽብ ማብሰያ ምድጃ አሠራር

- ምድጃው ምግብ በምናበስልበት ጣቢያ በፅሁፍ እንዲታየን በተቻለ መጠን በቂ ብርሃንና የአየር ጣቢያ እንዲኖረው ማድረግ፤
- የምድጃው መጠን አራት ክንድ ስፋት፣ ሁለት ክንድ ቁመት መሆን አለበት፤ ይህ መጠን ለመካከለኛ ምድጃ ሲሆን እንደባለቤቱ ፍላጎትና እንደቤቱ ስፋት የተሰጠው ስፋት መጠን ሊጨምር ይችላል፤
- በተሰጠው ስፋት ልክ ከቤቱ ግድግዳ አንስቶ ዙሪያውንና መሀሉን አንድ ስንዝር ጥልቀት ያለው መሠረት መቆራረጥ፤

- ከፊት ለፊት ለእንጨት ወይም ለሌላ እቃ ማስቀመጫ እንዲያገለግል ክፍት ማድረግ፤
- የጭቃውን ጡብ በሦስቱም በኩል እስከ ግድግዳው ድረስ በተባከ ጭቃ አያይዞ ወደ ላይ መገንባት፤
- የሚገነባው አራት ስንዝር ከፍታ ያለው ከሆነ አጣና እንጨት በስፋቱ ልክ የተቆረጠ የጭቃውን ጡብ ርብራብ □□□□ መረብረብ፤
- በርብራቡ ላጁ □ተባካውን ጭቃ በማድረግ የጭቃውን ጡብ መ□ር□ር፤
- ጡቡን በጭቃ መለሰን ፤
- ከፊት ለፊት ለማገዶ ማስገቢያ የሚሆን ሁለት ቀዳዳ መተ□፤
- በሚጣድበት ዕቃ ልክ ለክቶ ከፋፍሎ ሽቅብ መገንባት፤
- የጭስ ማውጫውንም ቀዳዳ አብሮ ማያያዝና ቀዳዳዎቹ ውስጥ ለውስጥ በአንድ ወገን ብቻ እንዲገናኙ ማ□ረፅ፤
- የጭስ ማውጫውን ቀዳዳ በደንብ ገንብቶ ከቤቱ ግድግዳ መካከል ወደ ውጭ እንዲወጣ ማ□ረፅ፤
- ከሁለት ስንዝር ከፍታ በኋላ የመጣጃ ቀዳዳዎችን በመተው በጭቃው ጡብ ከላይ መድፈን (ማያያዝ)፤

- ዙሪያውን በተባካ ጭቃ መለሰን ቀዳዳ እንዳይኖረው መጠንቀቅ፤
- ከጎኑ ወይንም ከዳር በኩል ለሊጥ ማቡኪያና ለማሰሻ ማስቀመጫ ቦታ መተው፤ በደንብ ከደረቀ በኋላ ላስፈላጊው ግልጋሎት መጠቀም፤

ማሳሰቢያ

- ምድጃው በደንብ ከመድረቁ በፊት እሳት መንደድ የለበትም፤
- ምጽጸግ በሚሰራበት ጊዜ የሦስቱም ቀዳዳዎች ውስጥ ከጭስ ማውጫው ጋር መገናኘት አለባቸው፤
- በምጽጸግ ላይ ሚሰሩት የመጎለቻ ቀዳዳዎች እንደሚጣድበት እቃ መጠን የተለያየ መሆን አለበት ለምሳሌ ለምጣድ፣ ለድስት፣ ለማሰር፣ ለጀበና ጫፍ፤
- የጭስ ማውጫው በግድግዳው መካከል በሚያልፍበት ጊዜ እሳቱ ግድግዳውን እንዳያግለው ጫፍም እንዳያቃጥለው በግድግዳው ዙሪያ የማሰር አንገት ከተቻለ በሽክላ አፈር መገንባት ይጠቅማል፤

አሠራሩ

- አፈርንና ጭዱን በደንብ አዋህዶ ማቡካትና ለሦስት ቀናት ያህል ማቆየት፤
- እንደገና ትንሽ ጭድ ጨምሮ ማሸት፤
- ታሸውን ትክክል ቦታ አድርጎ መጠፍጠፍ፤
- ቅርፁን ማውጫ እንጨት በላይ በማድረግ መቁረጫ፤
- ከመጠኑ በላይ በቅርፁ ልክ እስኪሆን ከላይ ማስተካከል፤

- ከቅርጹ መጠን ካነሰ መሙላትና መጠቀሚያ ማጠቃለያ፤
- የተቆራረጠው ጡብ በደንብ እስኪደርቅ በማቆየት እንደአስፈላጊነቱ ለሚፈለገው ሥራ መጠቀም፤

2.3.4. የመጠቃለያ ቤት

ከመጠቃለያ ቤት የሚወጣ ሽታ በጤንነት ላይ ችግር እንዳይፈጥር የነፋስ አቅጣጫን በማየት ነፋስ እንደ ልብ ሊዘዋወርበት የሚችልበት አካባቢ ሆኖ ከመኖሪያ ቤት ቢያንስ 6 ሜትር ርቀት ላይ፣ ከውጭ መጠቃለያ ቤት ከምግብ ማብሰያ ራቅ ብሎ መሠራት አለበት። ሽታ አልባ መጠቃለያ ቤት ከሆነ ከዚህ ባነሰ ርቀት ሊሠራ ይችላል። ይህ የመጠቃለያ ቤት እርቀት በውኃ ግፊት ለሚሰራ መጠቃለያ ቤት ሳይሆን ለደረቅ መጠቃለያ ቤት የሚያገለግል ነው። የመጠቃለያ ቤት ንጽህና የተጠበቀ እንዲሆን የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ዕቃ፣ ማጽጃ የሚሆን መጥረጊያና እንደ አስፈላጊነቱ መወልወያ ሊኖረው ይገባል። ማጠራቀሚያ ዕቃ ውስጥ የሚጠራቀመው ቆሻሻ ሞልቶ ሳይዘረከረክ፣ በአካባቢው መጥፎ ሽታና ለዝንብ መራባት ምክንያት እንዳይሆን በጊዜ ማስወገድና ለመጠቃለያው ክዳን እንዲኖረው ማድረግ ያስፈልጋል። መጠቃለያ ቤቱም ከመሙላቱ በፊት 50 ሣ.ሜ /አንድ ክንድ/ ሲቀረው መድፈን ያስፈልጋል።

ለበለጠ ማብራሪያ የመጠቃለያ ቤት አሠራር፣ አያያዝና አጠቃቀም ፓኬጅ ይመልከቱ

2.3.5. የቤት ውስጥ አየር ብክለት

ስለ አየር ብክለት ሲነሳ አብዛኛዎቻችን የምናተኩረው ከቤት ውጭ ስለሚገኘው ከባቢ አየር መበከል ነው። በመሆኑም በመኖሪያ ቤት ውስጥ የሚገኘው አየር በልዩ ልዩ በካይ ነገሮች በመበከል ለጤና ኅጂ በመሆኑ፣ ከውጭው አየር መበከል ባላነሰ ሁኔታ አሳሳቢ እየሆነ መጥቷል።

በአደጉ ሀገሮች ከሕንጻ መሳሪያዎች ማለትም ድንጋይ፣ ሸክላ፣ ኮንክሪት፣ ወዘተ. ቁሳቁሶች ያለማቋረጥ «ሬዲዮ አክቲቭ ራዶን» እየተነነ ከአየር ጋር ወደ ሳንባ በመግባት ጉዳት ያስከትላል። ከቤት ማሞቂያ /ሂተር/ የጋዝ ምድጃ ከቤት እቃዎች፣ ከተባይ ማጥፊያ እስፕሬይ ወዘተ. የሚወጡ የኬሚካል ብናኝና ትናኝ ምክንያት ለካንሰር እንደሚያጋልጡ ተረጋግጧል። ኢትዮጵያን በመሳሰሉት ታዳጊ አገሮችም የቤት ውስጥ አየር ብክለት የሚመነጨው በአብዛኛው ጠጣር የሆኑ የማገዶ ዓይነቶችን ማለትም እንጨት፣ እበት፣ ፋንድያ፣ የእንጨት ፍቅፋቂ ከሰል እንዲሁም ናፍጣና ነጭ ጋዝ በመጠቀም ሲሆን ከነዚህ የማገዶ ዓይነቶች የሚወጣው መርዘኛ ኬሚካል አዘል ጢስ ለጤና ጎጂ እየሆነ መጥቷል። ችግሩም በበለጠ እየተባባሰ እንዲሄድ ካደረጉት ምክንያቶች ዋና ዋናዎቹ፤

- ሀ. በአነስተኛ ከተሞች የሚሰሩ ቤቶች ባለአንድ ክፍልና አንድ በር ሲሆኑ፣ እንግዳ መቀበያ፣ መመገቢያ፣ መኝታ፣ ምግብ ማብሰያ እና የከብቶች ማደሪያ በአንድ ክፍል ውስጥ ሆነው ጁጅሉ። ቤቱ በቂ ተግባር ብርሃንና አገር መፅቢ እንዲሁም ጢስ መውጫ የሚሆን በቂ መስኮት የሌለው መሆኑ፤
- ለ. ማገዶው በደንብ እንዲቃጠል የማያደርግ እንዲሁም የሚፈጠረው ጢስ የሚወጣበት ቱቦ የሌለው ምድጃ የሚጠቀሙ መሆናቸው፤
- ሐ. በተጨማሪም የቤት ውስጥ አየር በጢስ እንዳይበክል ለመከላከል የሚያስችሉ አማራጮች ለመጠቀም ጎብረተሰቡ በቂ ግንዛቤ የሌለው መሆኑ ናቸው።

2.3.6. ብርሃን

ለጤናማ ኑሮ የተፈጥሮና ሰው ሠራሽ ብርሃን አስፈላጊ ከመሆኑ በላይ በትክክል ለማየትና ለመስራት በጣም ጠቃሚ ነው። ስለሆነም ቤት ለመስራት ሲቀጥብ በቂ ብርሃን የማግኛ ሁኔታዎች ግንዛቤ ውስጥ መግባት አለባቸው።

የተፈጥሮ ብርሃን

- የተፈጥሮ ብርሃን ከፀሐይ የሚገኝ እንደመሆኑ መጠን ለአካልና አዕምሮ ጤንነት በጣም አስፈላጊ ነው።
- ቀን ለሥራ የሚበቃ የፀሐይ ብርሃን ለማፅኘት እንዲቻል በቂ ስፋት ያላቸው መስኮቶች ሊኖሩ ጁባል፣/ የመስኮት ስፋት የቤቱ □ለል ስፋት10-20% ቢያንስ መሆን አለበት፤
- የቤቱ ወስጥ ግድግዳዎች ብርሃን ለማንፀባረቅ እንዲችሉ ፈካ ያለ ቀለም መቀባት እንዲሁም፤
- ወደ ክፍሎች የሚገባውን የብርሃን መጠን ለመቀነስ የሚችሉ መጋረጃዎችን መጠቀም።

ሰው ሰራሽ ብርሃን

ለመኖሪያ ቤት ከፀሐይ ብርሃን በተጨማሪ ሰው ሠራሽ /□ኤሌክትሪክ/ ብርሃን አስፈላጊ ነው። አገልግሎት ላይ የሚውለው የኤሌክትሪክ ብርሃን መጠን ደረጃውን የጠበቀና ነፀብራቅ /Glare/ የሌለው መሆን የሚገባው ሲሆን በመኖሪያ ቤት ልዩ ልዩ ሥራዎችን ለማከናወን ቀጥሎ ባለው ዝርዝር መሠረት የብርሃን መጠን ያስፈልጋል፡-

- ሳሎን/መመገቢያና መዝናኛ ክፍል/7 ፋት ካንድል፤
- መኝታ ክፍል 6 ፋት ካንድል
- መፀዳጀ ክፍሎች 10 ፋት ካን□ል
- ምግብ ማዘጋጃ ክፍል 10 ፋት ካንድል

ምንም እንኳን ናፍጣ ነጭ ጋዝ ወዘተ. በመንደድ ብርሃን የሚሰጡ ቢሆንም ከነሱ የሚፈጠረው «ካርቦን ሞኖኦክሳይድ» የቤት ውስጥ አየርን በመበከል ጤናን ይጎዳል፤ የቤቱን ጽዳት ያበላሻል እንዲሁም የውጭ አካባቢ አየርን ይበክላል።

2.3.7 በመኖሪያ አካባቢ የሚፈጠር ድምጽን መቆጣጠር
ድምፅ የሰው ጆሮ ሊቋቋመው ከሚችለው በላይና □ማጁፈለግ በሚሆንበት ጊዜ የድምፅ ብክለት ይፈጠራል። ከተሞች እየተስፋፉ በሚሄዱበት ጊዜ በዚያው መጠን የድምፅ ብክለትም □□ተባባሶ ጁሄ□□ል።

በመኖሪያ አካባቢ የሚፈጠረው የድምፅ መጠን ከ30 □ሲቤል □ልበለ□ እንዲሁም በመኝታና በጥናት ክፍል ከ20 ዴሲቤል ያልበለጠ ቢሆን ይመረጣል።

የመኖሪያ ቤቱ በተገቢው ቦ□ /Site/ የተሠራ ካልሆነ በሚከተሉት ምንጮች /Sources/ □□ም□ መረበሽ ጁ□ርሳል።

የከፍተኛ □ምጽ ምንጮች፡-

- ከተሽከርካሪዎች
- ከሙዚቃ መደብሮችና ምሽት መዝናኛ ክበቦች፤
- የኮንስትራክሽን ማሽኖች
- የአይሮኖላን ማረፊያ አካባቢ
- ኢንዱስትሪዎች ወዘተ. ናቸው።

በመኖሪያ አካባቢ የሚፈጠር ከፍተኛ ድምጽ በጤና ላይ የሚያስከትለው ችግር

- የአጭር ወይም የረጅም ጊዜ የጆሮ መደንቆር፤
- የደም ግፊት መጨመር፤
- የጨንጎራ ሕመም፤

- የሰውነት መድከም፤
- አጠቃላይ የፀባይ መለወጥና በነፍሰጡሮች ላይ የጽንሰ መታወክ ያስከትላል።

መኖሪያ አካባቢን ከሐይለኛ ድምጽ ብክለት ለመከላከል መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች

- ቤቶች ድምጹን ለመከላከል በሚያስችላቸው ዲዛይንና ማቴሪያል እንዲሠሩ ማድረግ፤
- ከመኖሪያ ቤቶች ሕንፃ የሚፈጠረውን ድምጽ ለመከላከል ኮርኒሶችና ወለሎች ድምጹን ውጠው ሊያስቀሩ በሚችሉ ማቴሪያሎች መሠራት ይኖርባቸዋል፤
- በመኖሪያ ቤት በሰዎች ኮቴ፣ ወንበርና በጠረጴዛ ወዘተ. እንቅስቃሴ የሚፈጠረውን አላስፈላጊ ድምጽ ለመቆጣጠር የቤቱ ወለል ኘላስቲክ፣ ወይም ምንጣፍ እንዲለብስ ማድረግ ችግሩን ያቃልላል።
- በቤት ውስጥ የሚገኙ የውሃ ቧንቧዎች መስመር፣ በአግባቡ እንዲገጠሙ ማድረግ ያስፈልጋል፤
- ማቀዝቀዣ፣ ማሞቂያ ወዘተ. መሣሪያዎች አላስፈላጊ ድምጽና እርግብግቦሽ እንዲያስከትሉ በአግባቡ መገጠም ይኖርባቸዋል።

2.3.8 ቤት አካባቢ ማቆራረጫ

በአንዳንድ አካባቢዎች እንሰላትና ሰው በአንድ ክፍል ቤት አብሮ የመኖር ልማድ አለ። ይህም ሁኔታ ህብረተሰቡን ለተለያዩ ከእንሰላት ወደ ሰው/ አባ ሠንጋ፣ አባ ጎርባ፣ በብብ በ-ሻ በሽ በአንጀት ትላትሎች/፣ ከሰው ወደ እንሰላት ለሚተላለፉ በሽታዎች ያጋልጣል። ስለሆነም የመኖሪያ ቤት ለጤና ተስማሚ እንዲሆን የእንሰላት ቤት ከሰዎች መኖሪያ ተለጁቶ ከው በመገኘት፣ ከምግብ ማዘጋጃ ራቅ ብሎ መሠራት አለበት። በየጊዜውም መፅዳትና መናፈስ አለበት።

የቤት እንስሳት

ድመትና ውሻ ንጽሕናቸው ከተጠበቀና በጥንቃቄ ከተያዙ ቤትንና ግቢን በመጠበቅ በማጫወትና በማስደሰት የ□□ቁናቸው። ሆኖም በጥንቃቄ ካልተያዙና የትም የሚልከሰከሱ ከሆነ ከጥቅማቸው ይልቅ የሚያስከትሉት ጉዳት ጁበል□ል። ስለ□ህ ቀዳሎ □ተ□ጊ□ሩትን መሠረ□ዊ ነጥቦች ተግባራዊ በማድረግ የሚያስተላልፏቸውን በሽታዎች መከላከል ይቻላል።

- ሰዎች ምግብ ከመመገባቸው በፊት ከውሾች ወይም ከሌላ እንስሳት ጋር ንክኪ ካደረጉ እጃቸውን በደንብ መታጠብ ሲመገቡም እንስሳትን አለመንካት፤
- እንስሳት የራሳቸው የሆነ የምግብ ዕቃ ኖሮአቸው ዕቃዎቹ በሚገባ ታጥበውና ተለይተው እንዲቀመጡ ማ□ረፅ፤
- እንስሳት የሰዎችን ፊት በተለይም የአፍ አካባቢን እንዳይልሱ መከላከል፤
- እንስሳት ከሰዎች ጋር በአንድ ቤትና ክፍል እንዳይኖሩ ማ□ረፅ፤
- እንስሳትን በየጊዜው እንደ አስፈላጊነቱ ማስከተብ፤ በተለይም ውሻና ድመትን በተወሰነ ጊዜ □□ብ □-ስዓ አስፈላጊውን ክትባት እንዲወስዱ ማድረግና ከግቢ እንዳይወጡ መቆጣጠር ያስፈልጋል።

2.3.9 በሽታ አስተላላፊ ነፍሳትና ቆርጣሚ እንስሳት ቁጥጥር

የመኖሪያ ቤት በዕቅድ ካልተሠራና ዘወትር ክትትል በማድረግ ንጽሕናው ካልተጠበቀ ዝንቦች፣ በረሮዎች፣ አይጦችና ወፎች ቤት ውስጥ የመግባት ዕድል ያገኛሉ። ስለዚህ ወደ ቤት እንዳይገቡ መግቢያቸውን መድፈን ተገቢ ነው። በራሪ ነፍሳትንና ቆርጣሚ እንስሳትን ለመቆጣጠር የሚረዱ ሶስት ውጤታማ ዘዴዎች፤

ሀ. ቋሚ የቁጥጥር ዘዴ

- የቤቶች ወይም የምግብ ማከማቻ መጋዘኖች ዲዛይን እንዲሁም አሠራር አይጦችንና ጎጂ ነፍሳትን በማያስገባ ሁኔታ በማደራጀት መጠለያና መራቢያ እንዳያገኙ ማድረግ አስፈላጊ ነው። ይህ አሠራር አይጦች ምግብና ውኃ የማግኘት ዕድላቸውንም ይቀንሳል።
- የመኖሪያ ቤትን በየጊዜው በአግባቡ በማደስና በማፅዳት እንዲሁም ደረቅና ፍሳሽ ቆሻሻን በአግባቡ ማስ□□□

ለ. ጊዜያዊ የቁጥጥር ዘዴ

ፀረ ተባይና ፀረ አይጥ ወይም የቆርጣሚ ነፍሳት መርዝ እንደ “ዋርፈሪን”፣ “አንቲና ሶዲየም ፍሎራይዲታት” የመሳሰሉትን በመጠቀም መቆጣጠር ይቻላል።

ሐ. የተፈጥሮ ቁጥጥር

በተፈጥሮ የቆርጣሚ ነፍሳት /አይጥ፣ ሽኮኮ/ ጠላት በሆኑት ድመቶች በመጠቀም የመግደል ዘመቻ ማካሄዱ ሌላው አማራጭ ዘዴ ነው።

2.4. የመኖሪያ ቤትና የአካባቢ ንጽሕና አጠባበቅ

2.4.1. መኖሪያ ቤት ንፅህና አጠባበቅ

- ቤትን በየጊዜው ማጽዳት፣ ወለልን መጥረግ፣ የወለል ምንጣፍ ካለ በሳምንት አንድ ጊዜ እያወጡ ማጽዳት፣
- የቤት ግድግዳዎችን ማ□ስ፣
- በግድግዳዎችም ሆነ በወለል ላይ የሚታዩ ስንጥቆችና ጉድጓዶች ለተባዮች፣ ለበራሪ ነፍሳትና አይጦች መ□በቂ□ እንዳይሆኑ መድፈን፣
- የቤቱን ውስጣዊና ውጭአዊ አካባቢ ከማንኛ□-ም ዓይነት ቆሻሻና ከትርፍራፊ ምግብ የጸዳ ማድረግ፣

- አልጋ ከወለል በላይ ከፍታ እንዲኖረው ሆኖ የመኝታ ልብሶችንም አዘውትሮ ከቤት □□□□- □አጁ ላጁ ማስጣት፤
- የመኖሪያ ቤት ንጽህና ሊያንድሱ የሚችሉ ለማዳ እንሰሳት ወደ ቤት እንዲይገቡ ማድረግ፤
- ምግብ የሚዘጋጅበትን ክፍል፣ የምግብ አዘገጃጀት፣ አቀማመጥና አያያዝ ንጽህናው እንዲጠበቅ ማድረግ፤
- የቤትና አካባቢ ደረቅ ቆሻሻን ሰብስቦ በማቃጠል □ጁም በመቅበር ማስ□□□፤
- ማንኛውንም የቤት ውስጥ እጣቢና ፈሳሽ ቆሻሻን በአግባቡ ማስወገድ፤
- በራሪ ነፍሳትንና ቆርጣሚ እንሰሳትን /ዝንቦች፣ ሽረራቶች፣ በረሮች፣ አይጦች፣ ወፎች ወዘተ/ ለማስወገድ መኖሪያ ቤቶችን በኅላን መሥራትና ዘወትር ቤትንና አካባቢውን ማጽዳት ያስፈልጋል፡፡

2.4.2. በመኖሪያ ቤት የሚከሰቱ አደጋዎችን መከላከል
 በቤት ውስጥ ዘወትር ከሚታዩ አደጋዎች መካከል መቃ□ል፣ መ□□ቅ፣ መመረ□፣ በእንሰሳት ወይም በእባብ መነከስ፣ በኤሌክትሪክ መያዝና የጋዝ ምድጃ ፍንዳ□ጁ□ኑበ□ል፡፡ በመሆኑም የተጠቀሱትን አደጋዎች ለመከላከል

- በመኖሪያ አካባቢ በቅርብ የሚገኝ ሣር ካለ ለእባብና መርዛማ በራሪ ነፍሳት መደበቂያ ስለሚሆን ሳሩን ማፊ □፤
- መሬት ላይ እሳት በማቃጠል ምግብ ከማብሰል ይልቅ ከመሬት ከፍ ብሎ በተሰራ ምድጃ መጠቀም፤
- ሕጻናት ልጆችን ከእሳት፣ ከፈላ ውኃና ምግብ አካባቢ አለመተው፣ ጥንቃቄ እንዲያደርጉ መምከር፤
- ድንገት የእሳት አደጋ ቢፈጠር ለመከላከል እንዲቻል በቤትና በምግብ ማብሰያ አካባቢ አሽዎ፣ አፈር፣ ውሃና የመሳሰሉትን ማስቀመጥ፡፡

- ፀረ ተባይና የአይጥ መርዞች እንዲሁም ሌሎች ኬሚካሎችንና መድኃኒቶች ልጆች በማይደርሱበት ቦታ ማስቀመጥ፣ ምግብ ከሚዘጋጅበትና ከሚቀመጥበት ማራቅ፣
- የጦር መሣሪያ /ሽጉጥ፣ ጠመንጃ፣ ጎራዴ/፣ ቢላዋ፣ መርፌዎችን ወዘተ... ከልጆች ማራቅ፣
- □□ኃ ጉድጓዶች አገልግሎት በማይሰጡበት □□ ከድኖ መቆለፍ፣
- የመፀዳጃ ጉድጓዶች አገልግሎት በማይሰጡበት ጊዜ ቀዳዳውን መክደን ያስፈልጋል፣
- አገልግሎት መስጠት ያበቁና የሞሉ መጻዳጃ ቤቶች መድፈን ወይም ከተቻለ ማስመጠጥ
- የቤቱ ወለል፣ የመውጫ ደረጃ፣ ለመውደቅ አደጋ □ፆ□□ርስ መሆን አለባቸው።

2.4.3. የቤት ውስጥ ቁጥጥር

በቁጥጥር ወቅት ቤቶች የሚከተሉትን መሥፈርቶች ማሟላታቸውን ማረጋገጥ ያስፈልጋል፣

- የአየር ዝውውርን በተመለከተ
 - የመስኮቱ ስፋት ቢያንስ የወለሉን መጠን 10-20% ስፋት ሊኖረው ይገባል።
 - የመስኮቶች አቀማመጥ ለአየር ዝውውር በደንብ የሚያመኝ መሆን ይኖርበታል።
- ብርሃን

መስታወት የተገጠመለት መስኮት፣ ብርሃን በቀላሉ ማስገባት ስለሚችል አስፈላጊ ነው። መስኮት የሌለው ክፍል ካለ ብርሃን እንዲያገኝ በጣራ ላይ ብርሃን በሚያስገባ ኘላስቲክ ቆርቆሮ መሸፈን ያስፈልጋል።
- እርጥበት

ግድግዳና ወለል እርጥበት ከማይስብ ማቴሪያል ካልተሠራ እንዲሁም ጣራ ወይም አሸንፊዎች ከተበላሹ በመኖሪያ ቤት ውስጥ እርጥበት ስለሚኖር

ወለሉን በሲሚንቶ መሸፈንና የተበላሹ ጣሪያዎችና አሸንዳዎች መጠገን ይኖርባቸዋል።

- የምግብ ማብሰያ ክፍል
የምግብ ማብሰያ ክፍል ጢስ መውጫ ያለው ምድጃ ሊኖረው ይገባል። ክፍሉ ለምግብ ማብሰያ እንጂ በዕቃ ማከማቻነት ማገልገል የለበትም። በበረንዳና በኮሪደር ላይ ምግብ የማብሰል ልምድን ማስወገድ፤
- መተፋፈግ
ለአንድ አዋቂ ሰው የመኝታ ክፍል ስፋት 4 ካሬ ሜትር ካልሆነ፤ ዕድሜአቸው አሥርና ከአሥር ዓመት በላይ የሆኑ ወንድና ሴት በአንድ ክፍል ውስጥ ከተኙ /ባልና ሚስትን አይመለከትም/ ቤቱ የመተፋፈግ ችግር እንዳለበት ይቆጠራል/ ዕድሜአቸው ከአሥር ዓመት በታች የሆኑ ልጆች ሁለት እንደ አንድ አዋቂ የሚቆጠሩ ሲሆን ዕድሜአቸው ከአንድ ዓመት በታች የሆኑ ሕፃናት ግን ከግምት ውስጥ አይገቡም።
- ሳኒቴሽንና የፍሳሽ አወጋገድ
የመፀዳጃ ጉድጓዶች በጽዳት የተጠበቁና ከዝንብ ነፃ መሆን አለባቸው። የፍሳሽ መውረጃና ማስወገጃ ቦቶች የትንኝ መራቢያ እንዳይሆኑ በንጽህና መጠ በቅ ይኖርባቸዋል።

2..4.4. □ተሻሉ የቤት ውስጥ ፅዳት መጠበቂያ መሣሪያዎች ቤት ሁልጊዜ ፅዳት ያስፈልገዋል፤ በቆሻሻ ቤት ውስጥም ሆነ የአካባቢ ጽዳት በሚደረግበት ወቅት መጥረጊያ□. ምቹነት ያለው መሆን አለበት። ባልተሻሻለና በሚ□□□ም መሳሪያ ቤትን ማጽዳት

- ጊዜና ጉልበትን ያባክናል፤
- የሰውነትን አቋም ያበላሻል፤
- የጀርባ ህመም ያስከትላል ፤
- መውደቅና መጎዳትን ያስከትላል።

2.5. የልምድ ልውውጥ

በቤተሰብ ረጽ

ንጽህናቸው የተጠበቁና ለጤና ተስማሚ የሆኑ መኖሪያ ቤቶችን በአግባቡ የሚጠቀሙ ቤተሰቦችን በማስጠንቀቅ እንደ አርአያ በመጠቀም ሌሎች ከእነርሱ ልምድና ተሞክሮ እንዲቀስሙ ማድረግ፤

ለጤና ኤክስቴንሽን ባለሙያ

ለፓኬጃ ስራ ስኬት ማ ሆኑትን የጤና ኤክስቴንሽን ሠራተኞች እንደ አርአያ መጠቀምና ሌሎች ከእነርሱ ልምት እንዲቀስሙ ማድረግ፤

በቀበሌ ረጽ/ በፍላጎት ከተማ

በፓኬጃ ዓሩ ሥራ ሠሩ ቀበሌዎች ለሌሎች ልምዳቸውን እንዲያካፍሉ ማድረግ፡፡

2.6. የማነቃቂያ ዘዴዎች መጠቀም

- በፓኬጃ ጥሩ ተሳትፎና እንቅስቃሴ ላደረጉ ቤተሰቦች የማነቃቂያ ስጦታዎች መስጠት፤
- የምስክር ወረቀት መስጠት
- መስሪያ ቁሳቁስ መስጠት - በአካባቢው በቀላሉ የሚገኝ
- በስብሰባ ላይ እንደ ምሳሌ መጻፍት ተ

2.7. አካባቢያዊና ሕጋዊ ደንቦችን መጠቀም

- የአካባቢያዊ ሕጎችን - ከመንግስት ሕግና ደንቦች ጋር አጣጥሞ መሥራት፤
- የአካባቢው ነዋሪ በጋራ የሚወስነው መተዳደሪያ ደንብ እንዲያወጡ ማድረግ፤

□□ጡትን የሥራ እቅዶች በሳምንት፣ በወር፣ በዓመት ወዘተ በመከፋፈል ተግባራዊነታቸውን በፕሮግራም ክትትልና ቁፃዓር ማ□ረፅ፣

በ□□□- እቅድ መሠረት ሥራዎች ለመፈፀማቸው ሕብረተሰቡን በማሳተፍ በጋራ መገምገም፣

3. የሚጠበቁ ውጤቶች

ለጤና ተስማሚ መኖሪያ ቤት አሰራርና አያያዝ በአግባቡ በመተፅበር የሚጠበቁ ውጤቶች

- ሕብረተሰቡ በቀላል ወጭና ጉልበት በአግባቡ የተሰራ ለጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ቤት በመጠቀም ለጤና ተስማሚ መኖሪያ ቤት ካለመኖር □ሚመ□- ተላላ□ በሽታዎችን ይከላከላል፣
- በጤና ተስማሚ መኖሪያ ቤት አሰራርና አጠባበቅ ላይ ከእቅድ ማውጣት እስከማስፈፀም ድረስ የሕብረተሰቡ ተሳትፎና ልምድ ይዳብራል፣
- የፓኬጁ ፕሮግራም አስፈፃሚዎች ስለሚሰሩበት አካባቢ በቂ መረጃና እውቀት ይኖራቸዋል፣
- ለፓኬጁ ሰራተኞች □ፉ□ □ሚለ□- ተፈ ማሪ የሕብረተሰብ ክፍሎች ይፈጠራሉ፣
- የቅንጅታዊ አሰራር ባህል ይዳብራል፣
- በጤና ተስማሚ መኖሪያ ቤት አሰራርና አጠባበቅ ላይ □ሕብረተሰቡ እውቀትና ክህሎት ይዳብራል፣
- ሰዎች ከሰዎች እውቀትና ልምድ በመቅሰም በራሳቸው ተነሳሽነት የሚፈለግባቸውን ስራ ያከናውናሉ፣
- ህብረተሰቡ ለሰ□- ለእንሰሳትና ለልዩ ልዩ አገልግሎት የሚውሉ የተለያዩ ክፍሎችን ሰርቶ የመጠቀም ልምዱ ከፍ ይላል፡፡

4. አጭር የመልዕክት ማስተላለፊያ ዘዴዎች
ሀ) መልዕክት ማስተላለፊያ ሥፍራዎች

- ቤት ለቤት ጉብኝት በማድረግ /በቤተሰብ ደረጃ/፤
- በሞዴል ቤተሰቦች፤
- በትምህርት ቤቶች፤
- በወጣቶች ማዕከል፤
- በእምነት ቦታዎች /ቤተክርስቲያንና መስጊድ/
- በባሕላዊ ተቋማት /□□□፣ ክቁብ □□ተ../
- በልማት ጽ/ቤቶች
- በስብሰባ ቦታዎች

ለ) የመልዕክት ማስተላለፊያ መንገዶች

- ሰው ለሰው /አንድ ለአንድ/ በመነጋገር፤
- ስብሰባ በማካሄድ /ትልልቅ ስብሰባ/፤
- በቡድን ስብሰባ በማካሄድ፤
- ሠርቶ ማሳያ በመጠቀም፤
- በድራማ፣ በዘፈን፣ በግጥም፣ በተረትና ምሳሌ፤
- በኤግዝቢሽን
- በ□□በረ በዓላት ልዩ ልዩ ዝግጅቶችን በማቅረብ፤
- ቴኘሪክ□□□ በመ□ ቀም፤
- በፖስተር፣ በበራራ ጽሁፎችና በመጽሔት፤
- ጋዜጣ፣ ሬዲዮና ቴሌቪዥን የመሳሰሉትን በአካባቢው □ሚ□ኙ የብዙሃን መገናኛ ዘዴዎችን በመጠቀም፤
- ተንቀሳቃሽ የቤና ትምህርት መስጫ መሣሪያ በመ□ ቀም፡፡

ሐ) የሚተላለፉ መልዕክቶች

በፓኬጃ ውስጥ የተካተቱትን ዝርዝር ተግባራት መሠረት በማድረግ የሚፈጸም ይሆናል፡፡

5. ለጤና ተስማሚ መኖሪያ ቤት አሰራርና አያያዝ ተግባራዊ ለማድረግ ሊያጋጥሙ የሚችሉ ችግሮችና የመፍትሔ ሐሳቦች

ሊያጋጥሙ የሚችሉ ችግሮች

- ባህላዊና ልማዳዊ ተፅእኖዎች
- ለግንባታ ሥራ የሚውሉ ቁሳቁሶች እጥረት
- የኑሮ ደረጃ ዝቅተኛ መሆን፤
- የህብረተሰቡ የባህሪ ለውጥና ተሳትፎ በሚፈለገው መጠን አለመሆን፤
- ነባር ቤቶች ለጤና ተስማሚ ሆነው አለመሰራት፤
- ፓኬጁን ለማስፈጸም በቀጥታም ሆነ በተ□□□ሪ የሚመለከታቸው አካላት ድጋፍና ትኩረት ማነስ።

የመፍትሔ ሐሳቦች

- ለህብረተሰቡ ተከታታይና ለዋጭ የሆነ ትምህርት መስጠት፤
- በአካባቢው በቀላሉ ሊገኙ የሚችሉ የግንባታ ቁሳቁሶች መጠቀም፤
- ህብረተሰቡ የኑሮ ደረጃውን እንዲያሻሽል ማረፊያ፤
- ነባር ቤቶችን በተቻለ መጠን በአካባቢ በሚገኝ ግብአት በመጠቀም ለጤና ተስማሚ እንዲሆኑ አሻሽሎ መሰራት፤
- ፓኬጁን ለማስፈጸም በቀጥታም ሆነ በተዘዋዋሪ ለሚመለከታቸው አካላት በተደጋጋሚ ቅስቀሳና ስልጠና መስጠት፤
- በየደረጃው ያሉ ጤና ፅህፈት ቤቶች በየጊዜው ክትትልና ግምገማ በማድረግ ለሚያጋጥሙ ችግሮች መፍትሄ መስጠት

6. ክትትልና ግምገማ ክትትል

- በመኖሪያ ቤት አያያዝ ላይ ትምህርት የተሰጣቸው ሰዎች ብዛት፤
- በመኖሪያ ቤት አያያዝ ላይ የዋሉ ጤና አጠባበቅ ትምህርት መርጽ መሣሪያዎች ብዛት፤
- የተከፋፈለ መኖሪያ ቤት ያላቸው ቤተሰብ ብዛት፤
- የተለየ የምግብ ማዘጋጃ /ማዕድ ቤት/ ያላቸው ቤተሰብ ብዛት፤
- ለብርሃንና ለአየር መዘዋወሪያ በቂ መስኮቶች ያላቸው መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- የፊትና የኋላ መግቢያና መውጫ በሮች ያላቸው መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- ቅጥር ግቢው ከተባዮችና ቆርጣሚ እንስሳት ነፃ መሆኑን፤
- የቤቱና የማዕድ ቤቱ ወለል፣ ግድግዳ፣ ጣሪያ፣ ወዘተ ንጹህ መሆኑን፤
- ቤቱና ማዕድ ቤቱ ከተባይና ከቆርጣሚ እንስሳት ነፃ የሆነ መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- ቤቱ በቂ ክፍሎች /ሳሎን፣ መኝታ፣ ዕቃ/ እና ስፋት ያላቸው መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- የተሰጠውን ምክር በመጠቀም የተሰሩ አዳዲስ መኖሪያ ቤቶች (የሰው መኖሪያ ቤት፣ ማዕድ ቤት፣ መጻጃ ቤት) ብዛት፤
- የተሰጠውን ምክርና ትምህርት መሠረት በማድረግ ተሻሻሉ ነባር መኖሪያ ቤቶች ብዛት፤
- ለማ እንስሳት /ውሻ፣ ዶሮ ወዘተ/ የተለየና ንጹህናው የተጠበቀ ቤት ያላቸው ቤተሰብ ብዛት፤
- የቁም ምድጃ በማድ ቤት ያላቸው ቤተሰብ ብዛት፤
- ኸሮግራሙ አጠቃላይና ዝርዝር ዓላማዎች፤

- ዓላማዎቹን ለማሳካት የተዘጋጁ ዝርዝር ዕቅዶች፤
- ዕቅዶቹን ለማስፈጸሚያ የዋሉ ግብአቶች
- ስ. ሐጃልና የሙያ አይነት ብዛት፤
- የማቴሪያል /በአካባቢ የሚገኙ ቁሳቁሶችና ድጎማዎች/
- በመስጫ የተደረገ ጉብኝት ብዛት፤
- ተዘጋጅተውና ተሰብስበው የቀረቡ ሪፖርቶች ብዛት፤

ግምገማ

- ለጤና ተስማሚ የሆነ መኖሪያ ለማስፈን ግንዛቤያቸው ያደገ ቤተሰቦች ብዛት፤
- ለጤና ተስማሚ መኖሪያ ቤት ሊያሟላ የሚገባውን መስፈርት /ዝግጅት/ ያሟሉ ቤቶች ብዛት፤

የተገኘ ትምህርት

- የሽፋን መለኪያ በመጠቀም ውጤቱን ማስላት (በፐርሰንት %)፤
- ተገኝ ጠንካራ ጎኖች፤
- ተገኝ ደካማ ጎኖች፤
- የተከናወኑ ተግባራት በህብረተሰቡ ጤና ላይ ያስከተለው ለውጥ፤
- ፈ. መ. ችግሮች፤
- ችግሮቹን ለመፍታት የተሰጡ አስተያየቶች፤