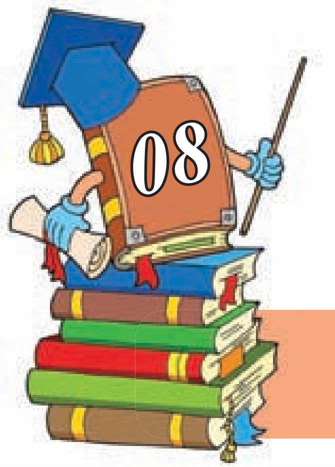

நோயற்ற வாழ்வு

எம்மைச் சுற்றியுள்ள அனைத்தும் சூழல் எனப்படும். நாம் வாழும் இச் சூழலில் வீடு, பாடசாலை, வீதி, அலுவலகம், கோயில், பேரூந்து நிலையம்,

விளையாட்டு மைதானம் போன்ற யாவும் உள்ளன. எமது சுற்றுப்புறத்தில் நாம் காணும் எல்லா இடங்களிலும் சுத்தம் பேணப்பட வேண்டும். சுற்றுப்புறம் சுத்தமாக இருந்தால் தான் எமது ஆரோக்கியமும் நன்றாக அமையும். இதனை நன்றாக உணர்ந்த நம் முன்னோர்கள் '' சுத்தம் சுகம் தரும்'' என்று கூறியுள்ளனர்.

ஒரு மனிதனுக்கு உடற் தூய்மையும். உளத் தூய்மையும் அவசியம். அப்போது தான் அவனது வாழ்வு முழுமையான வாழ்வாக அமையும். அதனால் தான் '' நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்றச் செல்வம்'' என்று கூறுகின்றனர். எனவே சூழலையும், சுற்றுப்புறத்தையும் சுத்தமாக வைத்திருப்பது நமது கடமையாகும்.

வீதிகளில் கண்ட கண்ட இடங்களில் குப்பைகளைப் போடுதல், எச்சில் துப்புதல், மலம் கழித்தல், சிறு நீர் கழித்தல் போன்றனயும், வீடுகள், மற்றும் தொழிற்சாலைகளின் கழிவு நீர் தேங்கி நிற்றல் போன்றனயும் சூழல் மாசடைவதற்குக் காரணங்களாக உள்ளன.

சூழல் தூய்மையாக இருந்தால் தான் நாம் சுத்தமான காற்று, நீர், உணவு ஆகியவற்றை பெற்றுக்கொள்ள முடியும். அப்பொழுதுதான் நாம் நோயின்றி சந்தோசமாகவும், ஆரோக்கியமாகவும் வாழலாம். எனவே நாம் ஒவ்வொருவரும் சூழலைப் பாதுகாப்போம்.

அரும்பதங்கள்
වදන් පෙළ

1.	சூழல்	-	පරිසරය
2.	பேரூந்து நிலையம்	-	බස්නැවතුම් පොළ
3.	சுத்தம் / தூய்மை	-	පිරිසිදුව
4.	ஆரோக்கியம்	-	නිරෝගිබව
5.	சுற்றுப்புறம்	-	වටපිටාව
6.	வாழ்வு	-	ජීවිතය
7.	நன்றாக	-	හොඳින්
8.	தொழிற்சாலை	-	කර්මාන්ත ශාලාව
9.	நோய்	-	රෝගය
10.	சந்தோஷம்	-	සතුට
11.	பாதுகாத்தல்	-	ආරක්ෂා කිරීම
12.	செல்வம்	-	ධනය/ සම්පත

.නොමිලේ බෙදාහැරීම සඳහා ය

செயற்பாடு - 1
ක්‍රියාකාරකම - 1

பின்வரும் வினாக்களுக்கு விடை எழுதுவோம்.
පහත සඳහන් ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ලියමු.

1. சூழல் என்றால் என்ன?
2. சூழல் மாசடைவதற்கான ஐந்து காரணங்களைக் குறிப்பிடுங்கள்.
3. சூழல் மாசடைவதால் ஏற்படும் பாதிப்புகள் என்ன?
4. சூழல் மாசடைவதை எவ்வாறு தடுக்கலாம்?
5. ஏன் நாம் சூழலை சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும்?

செயற்பாடு - 2
ක්‍රියාකාරකම - 2

பொருத்தமான சொற்களைக் கொண்டு இடைவெளிகளை நிரப்புவோம்.
සුදුසු වචන යොදා හිස්තැන් පුරවන්න.

1. நாங்கள் சூழலை ____________________ வைத்திருக்க வேண்டும்.
2. சூழல் சுத்தமாக இருந்தால் நாங்கள் ____________________ வாழலாம்.
3. நாங்கள் ஆரோக்கியமாக இருந்தால் வாழ்க்கை ____________________ அமையும்.
4. சுற்றுப்புறங்களில் மரங்களை வளர்த்தால் சூழல் ____________________ இருக்கும்.
5. சூழலை ____________________ வைத்திருப்பது எமது கடமை ஆகும்.

செயற்பாடு - 3
ක්‍රියාකාරකම - 3

‘சூழலைப் பாதுகாப்போம்’ என்ற தலைப்புக்குப் பொருத்தமான விழிப்புணர்வு சுவரொட்டி ஒன்றைத் தயாரிக்குக.

‘පරිසරය සුරකිමු’ යන මාතෘකාවට ගැළපෙන දැන්වීම් පත්‍රිකාවක් හදන්න.

செயற்பாடு - 4
ක්‍රියාකාරකම - 4

சூழல் பாதுகாப்பு தொடர்பாக ஐந்து வசனங்கள் எழுதுங்கள்.

‘පරිසරය සුරකිමු’ සම්බන්ධව වාක්‍ය 5ක් ලියන්න.

செயற்பாடு - 5
ක්‍රියාකාරකම - 5

‘‘சுற்றாடலைப் பேணுவோம்’’ என்ற தலைப்பில் கட்டுரை ஒன்றை எழுதுக.

‘පරිසරය සුරකිමු’ යන මාතෘකාවෙන් රචනයක් ලියන්න.