

4 ශ්‍රේණිය - පරිසරය ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම්



# ආරක්ෂාව හා පරිස්සම



වගකිව යුතු පුරවැසියන්ගෙන් යුත් සමාජයක පුරවැසියෝ ප්‍රවේශම පිළිබඳ සංකල්පය සහිතව ක්‍රියා කරති. දිනපතා විවිධ ක්‍රියාකාරකම්හි දී ද, සමාජ කාර්යයන්හි දී ද එවැනි පුරවැසියන් හැසිරෙනුයේ තමා පිළිබඳව මෙන්ම අනුන් පිළිබඳව ද වගකීමෙන් යුතුවය. මෙම පාඩම තුළ දී අනාරක්ෂිත අවස්ථා හා ස්ථාන හඳුනා ගැනීමටත්, ඒවායින් ආරක්ෂා වීමට, ආහාර පාන විෂ වීම හා ඉන් ඇති විය හැකි අහිතකර ප්‍රතිඵල වළක්වා ගැනීමටත් අවධානය යොමු කර ඇත.

## අනාරක්ෂිත අවස්ථා හඳුනා ගනිමු

- ❖ ගංවතුර අවස්ථාවකදී දිය නෑමට යාම/ ඔරු පැදීමට යාම.
- ❖ අකුණු ගසන අවස්ථාවකදී එළිමහනේ ගමන් බිමන් යාම.
- ❖ වීදුරු බඳුන් අතැතිව දිවීම.
- ❖ රතිඤ්ඤා පත්තු කිරීම.
- ❖ දුම්පිටිය දැකීමින් දුම්පිටිය මාර්ගය හරහා ගමන් කිරීම.
- ❖ වාහන තදබදය ඇති අවස්ථාවකදී පාර හරහා මාරු වීම.



pixtastock.com - 56899940



# අනාරක්ෂිත ස්ථාන හඳුනා ගනිමු.

- අතුරු මාර්ගයක් හරහා වැටී ඇති දුම්රිය මාර්ගයක ගේට්ටුවක් නොමැති ස්ථාන.
- දිය සුළි, උල් කටු, වීදුරු කටු ආදිය බහුල ජලය පිරි ස්ථාන.
- පඩිපෙළක ලිස්සන සුලු ප්‍රදේශ.
- නාය යන ස්ථාන.
- අලි ඇතුන් ගමන් කරන මාර්ග/මංකඩ.
- සර්පයින් සහිත තුඹස්/ සර්පයින් සිටින ස්ථාන.

## ආහාර පාන විෂ වන අවස්ථා.

| විෂ වූ ආහාර       | සිදු වන හානි හා රෝග ලක්ෂණ    |
|-------------------|------------------------------|
| කල් ගත වූ සැමන්   | බඩ රිදීම/වමනය                |
| ෆෝමලින් දැමූ මාළු | තොල් ඉදිමීම                  |
| අන්තෘසි ගැට       | ගරිරයේ පලු ඇති වීම, සම කැසීම |

## අනාරක්ෂිත අවස්ථා හඳුනාගෙන තොරන්න

පයින් ගමන් කරන විට පාරේ දකුණුපසින් ගමන් කිරීම.

රනිඤ්ඤා පත්තු කිරීම.

අකුණු ගසන අවස්ථාවක දී එළිමහනේ ගමන් නොකිරීම.

ගංවතුර අවස්ථාවකදී දිය නෑමට යාම.

දුම්පිය මාර්ගයේ ගමන් කිරීම.

කහ ඉරෙන් පාර මාරු වීම.

නිවරදි

වැරදි

නිවරදි

වැරදි

නිවරදි

වැරදි

නිවරදි

වැරදි

නිවරදි

වැරදි

නිවරදි

වැරදි