*Healthier Society* ஆரோக்கியமான சமுதாயம் by Raj Mukuntharaj 25/12/2020

பதிவு 01: ஆரோக்கியமான சமுதாயத்தை நோக்கி.....
பதிவு 02: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் என்றால் என்ன?
பதிவு 03: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - இலங்கை தமிழ் மக்களிடையே நாம் ஒரு நிலைத்தன்மையான வளர்ச்சியை உள்ளிடுத்துவது எப்படி?
பதிவு 04: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - Sustainability / Sustainable development
பதிவு 05: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - சேர்ந்து இயங்குவதற்கு மாதிரியான அமைப்பு
பதிவு 06: ஒட்டுமொத்த பார்வை
நன்றி முகுந்தராஜ் 25/12/2020

## பதிவு 01: ஆரோக்கியமான சமுதாயத்தை நோக்கி.....

எமது தமிழ் சமுதாயத்தை வறுமை கோட்டுக்கு மேலும், அதை தொடர்ந்து நடுத்தரவர்க்கம் என்கிற நிலைமைக்கு வழிக்கொண்டுவர முன்னெடுக்கும் முயற்சியை "ஆரோக்கியமான சமுதாயத்தை நோக்கி" என்ற தோரணையில் நாம் ஆரம்பிக்கிறோம். தனி மனிதனிலிருந்து அவனைச் சார்ந்த சமூக அமைப்புகளை கவனத்திலெடுத்து "நிலையான அபிவிருத்தியே" முதன்மையான நோக்காக நாம் வைக்கவேண்டும்.

- மன ஆரோக்கியம்
- உடல் ஆரோக்கியம்
- உறவுமுறை ஆரோக்கியம்
  - குடும்பம்
  - நண்பர்கள்
- கல்வி ஆரோக்கியம்
  - அறிவு சார கல்வி
  - தொழில்முறைக் கல்வி
- சமூக ஆரோக்கியம்
  - அண்டை வீட்டார்
  - சக தொழிலாளர்கள்
  - தொண்டு சமூகம்
  - பொழுதுபோக்கு சமூகம்
- சுற்றுச்சூழல் ஆரோக்கியம்
- பொருளாதார ஆரோக்கியம்
- அரசியல் ஆரோக்கியம்
- உள்கட்டமைப்பு ஆரோக்கியம்
  - தகவல் தொழில்நுட்பம்
  - தொழிற்படு எரிசக்தி
    - புதுப்பிக்கத்தக்க எரிசக்தி
    - புதுப்பிக்கமுடியாத எரிசக்தி
  - போக்குவரத்து
  - தொழில்துறை
  - சட்டம்/ஒழுங்கு/ஆயுதபடை
  - சுகாதார சேவை

இதற்கு நாம் மேல்குறிப்பிட்ட கட்டமைப்புகளின் நிலைகளையும் அபிவிருத்தியையும் முழுமையாக ஆராய்ந்து நமது தமிழ் பகுதிகளுக்கு இணைந்தபடி முன்னேற்ற பாதையை வகுக்க வேண்டும்.
நன்றி முகுந்தராஜ் 25/12/2020

## பதிவு 02: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் என்றால் என்ன?

ஒரு தனிமனிதனின் மன ஆரோக்கியமும், உடல் ஆரோக்கியமும் நிறைவு படுத்தப்பட்ட நிலையில், அவனின் சூழலிலும் சுற்றாடலிலும் ஆரோக்கியமான உறவுமுறையை உறுதிப்படுத்தி கொள்வதும்.

அவன் வாழும் சூழ்நிலையின் கல்வி ஆரோக்கியம் , சமூக ஆரோக்கியம், சுற்றுச்சூழல் ஆரோக்கியம், பொருளாதார ஆரோக்கியம், அரசியல் ஆரோக்கியம், உள்கட்டமைப்பு ஆரோக்கியம் மிகையடைந்து காணப்படும் போது, நாம் அதை "ஆரோக்கியமான சமுதாயம்" என அழைத்துக்கொள்ளலாம்.

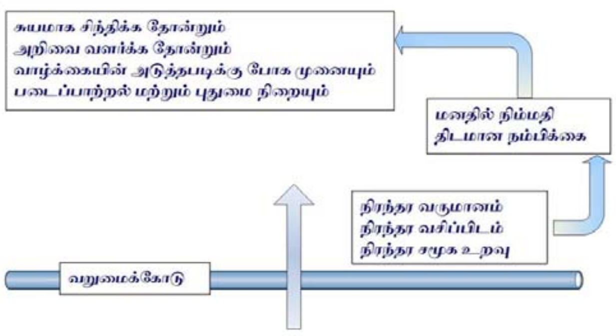
"ஆரோக்கியமான சமுதாயம்" என்ற குறிக்கோளை அடைவதற்கு, நாம் எங்கே தொடங்க வேண்டியதென்ற கேள்விக்குறி எமது தமிழ் சமுதாயத்தின் மேல் புகுத்தப்பட்டு எத்தனையோ வருடங்களாகிவிட்டன, எவ்வளவோ துன்பங்கள், தாங்கமுடியாத வேதனைகள், விலைமதிக்கமுடியாத உயிரிழப்புகள் எம்மை ஒரு மூலையில் தள்ளி ஒதுக்கிவைத்துள்ளது.

எமது நன்பர்களும், அவர்களின் நண்பர்களும், இன்னும் பல தமிழ் சகோதர சகோதரிகளும் 2009 ஆண்டின் பிற்பாடு எவ்வளவோ பெரு முயற்சிகளை எடுத்து வருகின்றனர். இவற்றை ஒன்று கூட்டி, ஒருமுகப்பட்ட அபிவிருத்தியாக, ஒரு ஆரோக்கியமான சமுதாயம் ஒன்றை நோக்கி எங்கிருந்து ஆரம்பிக்கலாம்? உங்களில் பல விதமான, வகையான திறமைசாலிகள் நிறைந்திருக்கிறீர்கள். உங்களெல்லோரின் உள்ளீடுகளையும் திறமைகளையும் ஒன்று சேர்த்து ஒருமுகப்படுத்தினால், அபிவிருத்தியை நெறிப்படுத்தி நமது இலக்கை அடையமுடியும்.நண்பர்களே அன்பான வேண்டுகோளுடன்....
நன்றி முகுந்தராஜ் 27/12/2020

## பதிவு 03: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - இலங்கை தமிழ் மக்களிடையே நாம் ஒரு நிலைத்தன்மையான வளர்ச்சியை உள்ளிடுத்துவது எப்படி?

முதல் முயற்சியாக வறுமைக்கோட்டுக்கு கீழ் உள்ள மக்களை வறுமைக்கோட்டுக்கு மேல் கொண்டுவரவேண்டும்.

எப்படி இதை சாதிக்கலாம்?
வறுமைக்கோட்டுக்கு கீழ் உள்ள மக்களை வறுமைக்கோட்டுக்கு மேல் கொண்டுவரவேண்டும்.




நாம் எம்மால் முடிந்த அளவு மக்களுக்கு அவர்களின் வாழ்க்கைத் தரதாரத்தை வறுமைக்கோட்டுக்கு மேல் கொண்டு வர செய்யவேண்டிய மூன்று அடிப்படை வேலைகள்:
- நிரந்தர வருமானம்
- நிரந்தர வசிப்பிடம்
- நிரந்தர சமூக உறவு

இதை தொடர்ந்து அவர்கள் மனதில் நிம்மதியும் நம்பிக்கையும் நிறையும்.
அதன் தொடர்சியாக தானாகவே மெல்ல மெல்ல சமூக அபிவிருத்திகள் நடந்தேற வெளிக்கிடும்.

நன்றி முகுந்தராஜ் 28/12/2020

*Healthier Society* ஆரோக்கியமான சமுதாயம் by Raj Mukuntharaj 25/12/2020

*Healthier Society* ஆரோக்கியமான சமுதாயம் by Raj Mukuntharaj 25/12/2020

பதிவு 01: ஆரோக்கியமான சமுதாயத்தை நோக்கி.....
பதிவு 02: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் என்றால் என்ன?
பதிவு 03: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - இலங்கை தமிழ் மக்களிடையே நாம் ஒரு நிலைத்தன்மையான வளர்ச்சியை உள்ளிடுத்துவது எப்படி?
பதிவு 04: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - Sustainability / Sustainable development
பதிவு 05: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - சேர்ந்து இயங்குவதற்கு மாதிரியான அமைப்பு
பதிவு 06: ஒட்டுமொத்த பார்வை
நன்றி முகுந்தராஜ் 25/12/2020

## பதிவு 04: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - Sustainability / Sustainable development

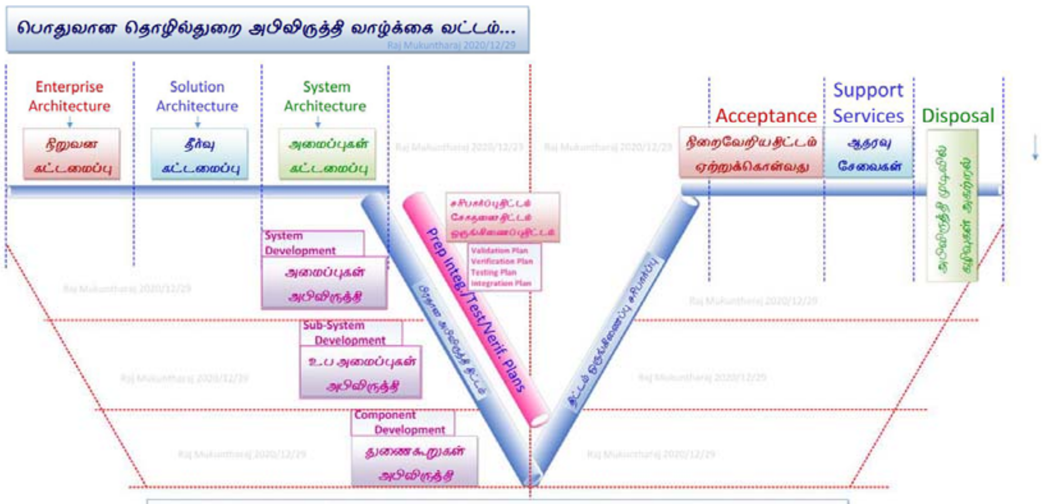
தொடர்ச்சியான பேணியலுகை, நிலைத்தன்மை / நிலையான வளர்ச்சி
நாம் முன்னெடுக்கும் அபிவிருத்தி திட்டங்கள் அனைத்தையும் எதிர்காலத்தில் அது ஒரு நிலையான வளர்ச்சியாக இருக்க வேண்டும் என்பதும், அதற்குரிய இயற்கையான சூழ்நிலைகளையும் பொருத்தமான உட்கட்டமைப்பு வசதிகளையும் ஏட்படுத்தி கொண்டு ஆரம்பித்தால், அந்த அபிவிருத்தி திட்டங்கள் நீண்ட காலத்திற்க்கு நிலைத்து நிற்கும். இல்லையெனில் செலுத்தப்படும் நிதியுதவி நின்றவுடன் அவை மெல்ல மெல்ல மருவி விடும். சில சந்தர்ப்பங்களில் முற்றாகவே அழிந்துவிடும்.

இவற்றிற்கு சமுதாயத்திலே கல்விமுதிர்ச்சியுடன் கலாச்சாரமுதிர்ச்சியும் மிக அவசியம்.

இவற்றிற்கு சமுதாயத்திலே தனிமனிதர்களிடம் அன்பு, நேர்மை, கூட்டுறவு, பொறுப்புணர்வு, மனிதநேயம், மரியாதை, அமைதி, ஒற்றுமை, எளிமை, சுதந்திரம், தனித்துவம். விட்டுக்கொடுக்கும் மனப்பான்மை. எதையும் உறுதியாக பிரதிபலிக்கும் தன்மை இவைகளுடன் நிறைந்தமனமும் இருக்கும் தன்மைகள் கட்டமைக்கப் படவேண்டும். இவர்களுக்கு அடிப்படையான கல்வி, மருத்துவம், பொதுசுகாதாரம். போக்குவரத்து, தொழில்வாய்புகள் ஏட்படுத்திக்கொடுக்க வேண்டும்.

இவற்றிக்கு நேரியதிட்டமிடல் மற்றும் திறந்த பொருளாதார கொள்கை அடிப்படையில் திட்டங்கள் வகுக்க படவேண்டும்.

நாம் இப்போ ஒரு அபிவிருத்தி திட்டத்தின் மாதிரி அமைப்பு ஒன்றை கருத்தில் கொள்ளலாம். அதன் வாழ்க்கை வட்டத்தை (சுழற்சியை) ஆராய்வோமானால்...




*இது தொழிலக நெறிக்கட்டமைப்பு சம்பந்தப்பட்ட தாயினும் அடிப்படை அணுகுமுறையை நாம் கைப்பிடித்தோமாயின் நமது அபிவிருத்தி திட்டங்கள் வீண்போகாது நல்ல விளைவுகளையே தரும்*

*நன்றி* Raj Mukuntharaj 29/12/20

## பதிவு 05: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - சேர்ந்து இயங்குவதற்கு மாதிரியான அமைப்பு.

இலங்கை தமிழர்களின் போராட்ட கால கலாச்சாரம், போராட்டம் முடிந்து 10 வருங்களாகியும் தொடர்கிறதை பார்க்க மிக மனா வருத்தமாக இருக்கிறது,
தமிழ் பகுதிகளில் நடக்கும், நடக்க முனையும் அபிவிருத்தி திட்டங்களை நேரடியாகவும் மறைமுகமாகவும் பாதித்துக் கொண்டிருக்கிறது.

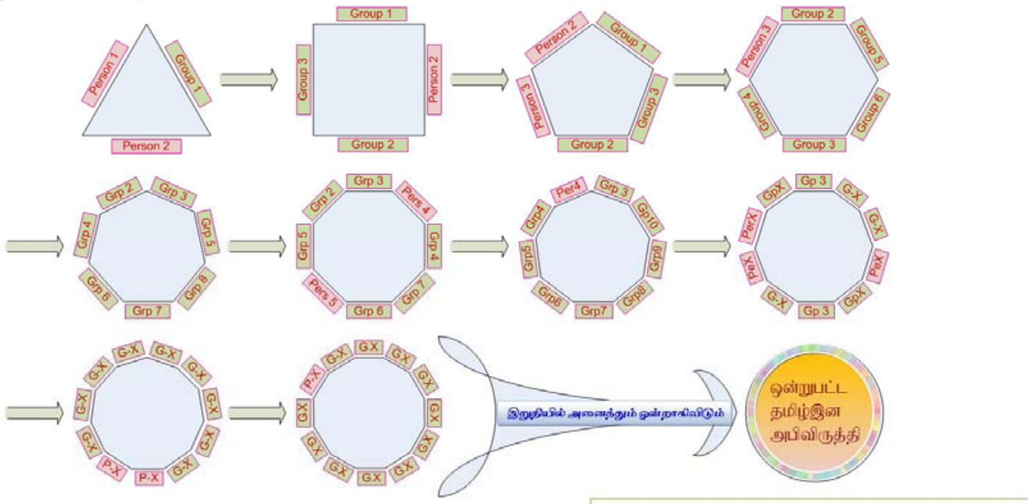
- ஒரு அமைப்பு மற்றைய அமைப்பு அழித்துக்கொண்டதும்
- ஒரு அமைப்பிலிருந்து தடம்பிரண்டு மறு அமைப்பு உருவாக்கி பாதிப்புகளை ஏட்படுத்தியதும்.
- ஒரு அமைப்பிலிருந்து தடம்பிரண்டு எதிரியுடன் சேர்ந்து பாதிப்புகளை ஏட்படுத்தியதும்.
- ஒரு அமைப்பின் கொள்கைகள் பிடிக்காவிடில் அதற்க்கெதிராக வேலைகள் செய்வதும்.
- ஒரு அமைப்பின் முன்னேற்றங்களில் எரிச்சலும் பொறாமையும் பட்டு, அவற்றை பின்னடிக்க முனைவதும்

இப்படியே சொல்லிக்கொண்டு போகலாம்... இந்த போர்க்கால கலாசாரத்தின் தாக்கங்கள் குறைந்திருந்தாலும், இவை நமது சமுதாயத்திலிருந்து முழுதாகவே அகற்ற படவேண்டும்.

கருத்து, சிந்தனை, செயற்பாடு வேறுபாடுகள் இருந்தாலும், நாம் எல்லோரும் ஒன்றாக இயங்குவதற்கும், மற்றவர்களின் செயற்பாடுகளில் பிழையான தாக்கங்கள் ஏற்படுத்தாமலும், ஒட்டுமொத்தமாக நாம் எல்லோரும் போடும் முயற்சிகளெல்லாம் நேரிய நிலையான முடிவுகளுடையதாகவும் வருவதற்கு என்னதான் வழி என்று பார்ப்போம்.

பின்வரும் மாதிரியை பார்ப்போம். இந்தக் கட்டமைப்பில் இருக்கும் எளிமையான நிபந்தனை:

ஒரு பக்கத்திலிருந்து வேலை செய்பவர்கள் மற்றைய பக்கத்திலிருப்பவர்களின் வேலைத்திட்டங்களுக்கு எதிராக வேலை செய்யக்கூடாது. அத்துடன் மற்றவர்களின் விடயத்தில் அவர்களின் அனுமதியில்லாமல் தலையிட கூடாது




- *வளங்களை பகிர்ந்து கொள்ளலாம்*
- *தகவல்களை பகிர்ந்து கொள்ளலாம்*
- *பிடிக்காவிடில் தனியே இயங்கிக்கொள்ளலாம்*
- *பிடித்தால் மற்றவர்களுடன் சேர்ந்து இயங்கலாம்*

*Healthier Society* ஆரோக்கியமான சமுதாயம் by Raj Mukuntharaj 30/12/2020

# ஆரோக்கியமான சமுதாயம்

## பதிவு 06: ஒட்டுமொத்த பார்வை


பதிவு 01: ஆரோக்கியமான சமுதாயத்தை நோக்கி….
பதிவு 02: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் என்றால் என்ன?
பதிவு 03: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - இலங்கை தமிழ் மக்களிடையே நாம் ஒரு நிலைத்தன்மையான வளர்ச்சியை உள்ளிடுத்துவது எப்படி?
பதிவு 04: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - Sustainability / Sustainable development
பதிவு 05: ஆரோக்கியமான சமுதாயம் - சேர்ந்து இயங்குவதற்கு மாதிரியான அமைப்பு
பதிவு 06: ஒட்டுமொத்த பார்வை


### Development Concept

ஆரோக்கியமான சமுதாயம்

- தனிமனிதன்
  - மன ஆரோக்கியம்
  - உடல் ஆரோக்கியம்
  - உறவுமுறை ஆரோக்கியம்
    - குடும்பம்
    - நண்பர்கள்
    - சமூகம்
- சமூகம்
  - கல்வி ஆரோக்கியம்
    - அறிவு சார கல்வி
    - தொழில்முறைக் கல்வி
  - சமூக ஆரோக்கியம்
    - அண்டை வீட்டார்
    - சக தொழிலாளர்கள்
    - தொண்டு சமூகம்
    - பொழுதுபோக்கு சமூகம்
  - சுற்றுச்சூழல் ஆரோக்கியம்
  - பொருளாதார ஆரோக்கியம்
  - அரசியல் ஆரோக்கியம்
  - உள்கட்டமைப்பு ஆரோக்கியம்
    - தகவல் தொழில்நுட்பம்
    - தொழிற்படு எரிசக்தி
      - புதுப்பிக்கத்தக்க எரிசக்தி
      - புதுப்பிக்கமுடியாத எரிசக்தி
    - போக்குவரத்து
    - தொழில்துறை
    - சட்டம் / ஒழுங்கு / ஆயுதபடை
    - சுகாதார சேவை

### Development Need

வறுமைக்கோட்டுக்கு கீழ் உள்ள மக்களை வறுமைக்கோட்டுக்கு மேல் கொண்டுவரவேண்டும்.

வறுமைக்கோடு

நிரந்தர வருமானம்
நிரந்தர வசிப்பிடம்
நிரந்தர சமூக உறவு

மனதில் நிம்மதி
திடமான நம்பிக்கை

சுயமாக சிந்திக்க தோன்றும்
அறிவை வளர்க்க தோன்றும்
வாழ்க்கையின் அடுத்தபடிக்கு போக முனையும்
படைப்பாற்றல் மற்றும் புதுமை நிறையும்

### Type of Developments

- வாழ்வாதார உதவி திட்டம்
- முறைசார கல்வி அபிவிருத்தி திட்டம்
- தொழில்முறை கல்வி அபிவிருத்தி திட்டம்
- எரிசக்தி வசதி திட்டம்
- வணிக சந்தை வசதி திட்டம்
- சுகாதார அபிவிருத்தி திட்டம்
- அடிப்படை மருத்துவ வசதி திட்டம்
- குடிநீர், கழிவுநீர், தெரு விளக்குகள், தெரு சுத்தம்
- தகவல் தொழில்நுட்பம் அபிவிருத்தி திட்டம்
- அடிப்படை போக்குவரத்து திட்டம்
- சமூக சந்திப்பு வசதி திட்டம்
- கலை கலாச்சார அமைப்பு திட்டம்
- சமயம் பண்பாடு விரிவு திட்டம்
- இன்னும் பல அடிப்படை திட்டங்கள் இணைக்கப்படும்…

நன்றி முகுந்தராஜ் 31/12/2020 உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்திற்கும் இனிய மகிழ்ச்சியான, வளமான 2021 புது வருட வாழ்த்துக்கள்