

**Community Health Department, St. Stephen's Hospital**  
**G-4, Sunder Nagri, Delhi-110093**

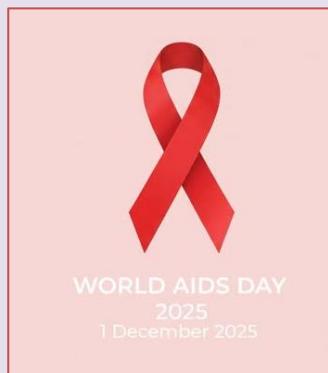
**Visit our Facebook page:**

<https://www.facebook.com/St-Stephens-Hospital-Community-Health-Department-108657167391236>

**December 2025**

**01.01.25 World AIDS Day 2025**

[ststephenshospital.org/sshchd/wp-content/uploads/2021/06/World-AIDS-Day.pdf](https://ststephenshospital.org/sshchd/wp-content/uploads/2021/06/World-AIDS-Day.pdf)



**02.12.25 National Pollution Control Day**

**राष्ट्रीय प्रदूषण नियंत्रण दिवस (National Pollution Control Day)**

देश में हर साल दो दिसंबर को राष्ट्रीय प्रदूषण नियंत्रण दिवस मनाया जाता है। इस दिवस को मनाने का उद्देश्य साल 1984 में शोपाल गैस दुर्घटना में जान गंवाने वाले लोगों को याद करना है। इसके अलावा इस दिन वायु प्रदूषण को नियंत्रित करने के बारे में लोगों के बीच जागरूकता पैदा की जाती है, साथ ही देश में प्रदूषण को नियंत्रित करने के उपायों के बारे में लोगों को बताया जाता है।

**वायु प्रदूषण**

हर साल, विशेष रूप से सर्दियों में, हम वायु प्रदूषण में तेज वृद्धि देखते हैं। हाल ही में, दिल्ली का वायु प्रदूषण का स्तर 'गंडीर' (401-500) या इससे भी अधिक रहा है। रिपोर्ट के अनुसार, वायु प्रदूषण अब भारत में स्वास्थ्य के लिए सबसे बड़ा खतरा है। बाहरी और घरेलू वायु प्रदूषण के कारण सन 2019 भारत में स्ट्रोक, दिल का दोरा, मधुमेह, फेफड़ों के कैंसर, सीओपीडी तथा नवजात शिशुओं में रोगों से 10 लाख 67 हजार मौतें हुईं।

**वायु प्रदूषण को नियंत्रित करने के लिए खुद कुछ कदम उठायें**



- कूड़ा-प्लास्टिक आदि खुले में न जलाएं
- खाना पकाने के लिए रसोई गैस का प्रयोग करें



- आस-पास के स्थानों पर पैदल या साइकिल से जाएं
- पब्लिक ट्रांसपोर्ट (बस, मेट्रो) व शेयर्ड टैक्सी का उपयोग करें



- कारों में पर्यावरण के अनुकूल ईंधन का उपयोग करें
- वाहन प्रदूषण जांच सर्टिफिकेट को नियमित रूप से नवीनीकृत करें
- लाल ट्रैफिक सिग्नल पर कार का इंजन बंद करें



Community Health Department, St. Stephen's Hospital (2023)

#### जल प्रदूषण

वर्तमान समय में जनसंख्या वृद्धि व फैक्ट्रीज के बढ़ोतरी के कारण जल प्रदूषण तेजी से हो रहा है। जब जल के रासायनिक, भौतिक एवं जैविक गुणों में हास होता है, तो इस प्रकार के जल को प्रदूषित जल कहा जाता है।

#### जल प्रदूषण के कारण:

जल प्रदूषण का सीधा सम्बन्ध जल के अतिशय उपयोग से है। घरों व फैक्ट्रीज पर्याप्त मात्रा में जल का उपयोग किया जाता है एवं सीधरों तथा नालियों द्वारा अपशिष्ट जल को जलस्रोतों में गिराया जाता है। यह अपशिष्ट जल में अनेक विषेश रसायनों एवं कार्बनिक पदार्थों होते हैं, जिससे स्वच्छ जल भी प्रदूषित हो जाता है। उद्योगों से निःसृत पदार्थ भी जल प्रदूषण का मुख्य कारण हैं।

#### जल प्रदूषण से उत्पन्न समस्याएँ:

जल प्रदूषण का प्रभाव जलीय जीवन एवं मनुष्य दोनों पर पड़ता है। एक अनुमान के अनुसार भारत में होने वाली दो तिहाई बीमारियाँ प्रदूषित पानी से होती हैं। पेय जल के साथ रोग वाहक बैक्टीरिया, वायरस, प्रोटोजोआ, एवं कृमि मानव शरीर में पहुँच जाते हैं और हैंजा, टाइफाइड, पेचिश, पीलिया, डायरिया व कैंसर जैसे अव्यंकर रोग हो जाते हैं।

#### जल प्रदूषण से बचाव:

सीधर पानी को पूर्ण रूप से शोधन के बाद नदी में डालना

तालाब आदि में नहाने, कपड़े धोने पर रोकथाम

फैक्ट्रीज से निकलनेवाला जल का संशोधन



इनके अलावा अन्य प्रकार के प्रदूषण भी हैं। हम आपको अविष्य में प्रदूषण और पर्यावरण की स्वच्छता के बारे में और जानकारी देंगे।



Community Health Department, St. Stephen's Hospital (2023)

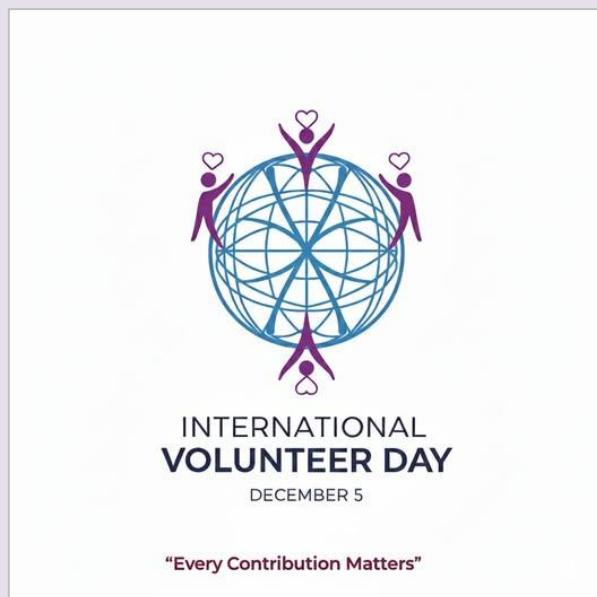
### 03.12.2025 International Day for Persons with Disabilities

<https://www.ststephenshospital.org/sshchd/wp-content/uploads/2021/06/Wrold-Disability-Day.pdf>



**05.12.25      World Volunteer Day**

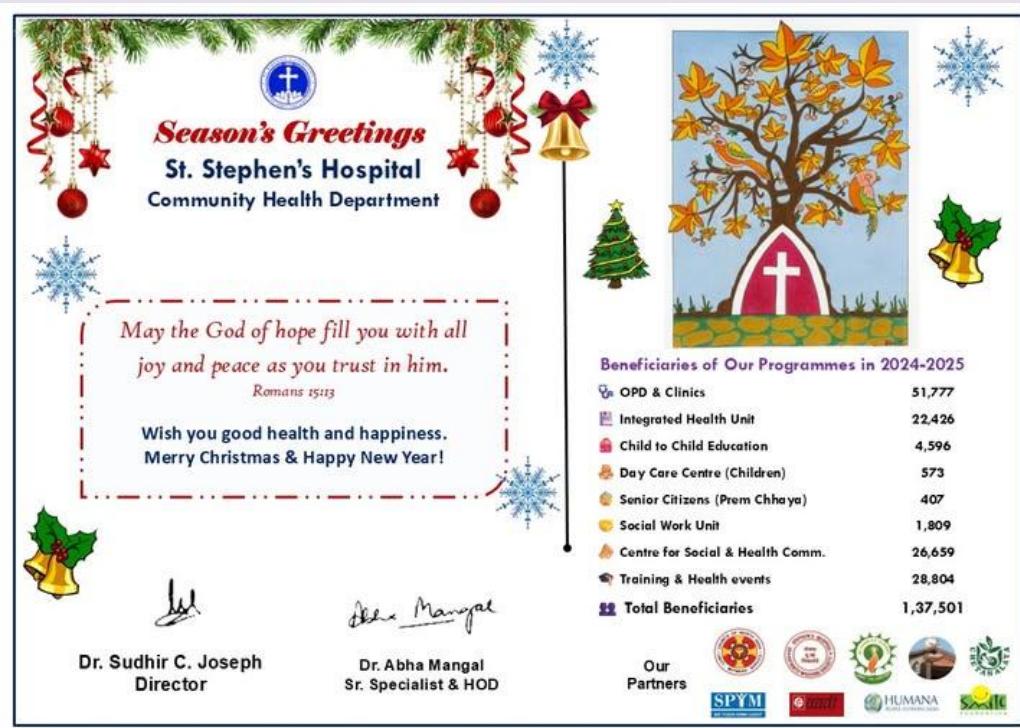
we appreciate with gratitude the efforts of all the people who have voluntarily contributed in making our society better.



**20.12.25    Christmas programme 2025**



## 25.12.25 Season's Greetings



## 29.12.25

A group of students from our Child to Child Education programme presented **Odissi Dance** at India Habitat Centre on 27th December, organized by Debadhara Dance Academy, under the guidance of Guru Dr. Binayak Panda.



**Please visit our Facebook page for the latest posts and updates.**

**Stay healthy. Thank you.**

**Connect with us:**



St. Stephen's Hospital,  
Community Health Department



<https://www.ststephenshospital.org/sshchd/>



CHDSSH



chdssh@gmail.com