

April 2020

ஏப்ரல் 2020

Chezhumai

Do not worry, follow the basic protective measures against the new coronavirus and stay safe and healthy

Coronavirus disease (COVID-19) is an infectious disease caused by a newly discovered coronavirus. Most people infected with the COVID-19 virus will experience mild to moderate respiratory illness and recover without requiring special treatment. Older people, and those with underlying medical problems like cardiovascular disease, diabetes, chronic respiratory disease, and cancer are more likely to develop serious illness.

The best way to prevent and slow down transmission is be well informed about the COVID-19 virus, the disease it causes and how it spreads. Protect yourself and others from infection by washing your hands or using an alcohol based rub frequently and not touching your face.

TIST Tree Planting India Pvt. Ltd

Flat A, Plot 69, 26th Street, Sankar Nagar, Pammal, Chennai 600075.

Mobile : 9840299822

Email: josephrexontist@gmail.com

Skype: a.joseph.rexon

Web: www.tist.org



The International Small Group & Tree Planting Program

செழுமை

கவலைப்பட கொரோனா அடிப்படை கைகளைப் ப்பாகவும் இருங்கள் **வேண்டாம், வைரஸுக்கு எதிரான பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளைப் பின்பற்றி பாதுகாப்பாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் இருங்கள்**

கொரோனா வைரஸ் நோய் (COVID-19) என்பது புதிதாக கண்டுபிடிக்கப்பட்ட கொரோனா வைரஸால் ஏற்படும் ஒரு தொற்று நோயாகும். COVID-19 வைரஸால் பாதிக்கப்பட்ட பெரும்பாலான மக்கள் லேசான மற்றும் மிதமான சுவாச நோயை அனுபவிப்பார்கள் மற்றும் சிறப்பு சிகிச்சை தேவையில்லாமல் குணமடைவார்கள். வயதானவர்கள், மற்றும் இருதய நோய், நீரிழிவு நோய், நாள்பட்ட சுவாச நோய் மற்றும் புற்றுநோய் போன்ற மருத்துவ பிரச்சினைகள் உள்ளவர்கள் கடுமையான நோயை உருவாக்கும் வாய்ப்புகள் அதிகம்.

COVID-19 வைரஸ், அது ஏற்படுத்தும் நோய் மற்றும் அது எவ்வாறு பரவுகிறது என்பதைப் பற்றி நன்கு அறியப்படுவதே பரவுவதைத் தடுக்கவும் மெதுவாக்கவும் சிறந்த வழியாகும். உங்கள் கைகளை கழுவுவதன் மூலமோ அல்லது ஆல்கஹால் அடிப்படையிலான சுத்திகரிப்பு திரவத்தால் அடிக்கடி பயன்படுத்துவதன் மூலமோ உங்கள் முகத்தைத் தொடாமல் இருப்பதன் மூலமும் உங்களையும் மற்றவர்களையும் தொற்றுநோயிலிருந்து பாதுகாக்கவும்.

TIST - Planting Trees and Improving Agriculture for Better Lives

டிஸ்ட், மரங்களை நடவு செய்தல் மற்றும் சிறந்த வாழ்க்கைக்கு விவசாயத்தை மேம்படுத்துதல்

Stay aware of the latest information on the COVID-19 outbreak, available on the WHO website and through your national and local public health authority. Most people who become infected experience mild illness and recover, but it can be more severe for others. Take care of your health and protect others by doing the following:

Wash your hands frequently

Regularly and thoroughly clean your hands with an alcohol-based hand rub or wash them with soap and water.

Why? Washing your hands with soap and water or using alcohol-based hand rub kills viruses that may be on your hands.

Maintain social distancing

Maintain at least 1 metre (3 feet) distance between yourself and anyone who is coughing or sneezing.

Why? When someone coughs or sneezes they spray small liquid droplets from their nose or mouth which may contain virus. If you are too close, you can breathe in the droplets, including the COVID-19 virus if the person coughing has the disease.

Avoid touching eyes, nose and mouth

Why? Hands touch many surfaces and can pick up viruses. Once contaminated, hands can transfer the virus to your eyes, nose or mouth. From there, the virus can enter your body and can make you sick.

Practice respiratory hygiene

Make sure you, and the people around you, follow good respiratory hygiene. Then dispose of the used tissue immediately.

Why? Droplets spread virus. By following good respiratory hygiene you protect the people around you from viruses such as cold, flu and COVID-19.

WHO வலைத்தளத்திலும் உங்கள் தேசிய மற்றும் உள்ளூர் பொது சுகாதார ஆணையத்தின் மூலமாகவும் கிடைக்கும் COVID-19 பரவுதல் பற்றிய சமீபத்திய தகவல்களை அறிந்து கொள்ளுங்கள். பாதிக்கப்பட்ட பெரும்பாலான மக்கள் லேசான நோயை அனுபவித்து குணமடைகிறார்கள், ஆனால் இது மற்றவர்களுக்கு மிகவும் கடுமையானதாக இருக்கும். பின்வருவனவற்றைச் செய்வதன் மூலம் உங்கள் ஆரோக்கியத்தைக் கவனித்து மற்றவர்களைப் பாதுகாக்கவும்:

உங்கள் கைகளை அடிக்கடி கழுவ

வேண்டும் உங்கள் கைகளை ஆல்கஹால் அடிப்படையிலான கை சுத்திகரிப்பு திரவத்தால் தவறாமல் மற்றும் முழுமையாக சுத்தம் செய்யுங்கள் அல்லது சோப்பு மற்றும் தண்ணீரில் கழுவவும்.

ஏன்? உங்கள் கைகளை சோப்பு மற்றும் தண்ணீரில் கழுவுதல் அல்லது ஆல்கஹால் சார்ந்த சுத்திகரிப்பு திரவத்தைப் பயன்படுத்துவது உங்கள் கைகளில் இருக்கும் வைரஸ்களைக் கொல்லும்.

சமூக இடைவெளி

பராமரிக்கவும் உங்களுக்கும் மற்றும் இருமல் அல்லது தும்மும் எவருக்கும் இடையில் குறைந்தது 1 மீட்டர் (3 அடி) இடைவெளியை பராமரிக்கவும்.

ஏன்? யாராவது இருமல் அல்லது தும்மும்போது அவர்கள் மூக்கு அல்லது வாயிலிருந்து சிறிய திரவ துளிகளை தெளிக்கிறார்கள், அதில் வைரஸ் இருக்கலாம். நீங்கள் மிகவும் நெருக்கமாக இருந்தால், இருமல் உள்ளவருக்கு நோய் இருந்தால், COVID-19 வைரஸ் உள்ளிட்ட நீர்த்துளிகளை சுவாசிக்க வாய்ப்புகள் உள்ளன.

கண்கள், மூக்கு மற்றும் வாயைத் தொடுவதைத் தவிர்க்கவும்

ஏன்? கைகள் பல மேற்பரப்புகளைத் தொடுகின்றன எனவே வைரஸ் உங்கள் கைகளில் ஓட்டக்கூடும். அசுத்தமான கைகளால் உங்கள் கண்கள், மூக்கு அல்லது வாய்க்கு வைரஸை பரவக்கூடும். அங்கிருந்து, வைரஸ் உங்கள் உடலில் நுழைந்து உங்களை நோய்வாய்ப்படுத்தும்.

சுவாச சுகாதாரம் பயிற்சி

நீங்களும் உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களும் நல்ல சுவாச சுகாதாரத்தைப் பின்பற்றுவதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். பின்னர் பயன்படுத்தப்பட்ட திசுக்களை உடனடியாக அப்புறப்படுத்துங்கள்.

ஏன்? நீர்த்துளிகள் வைரஸ் பரப்புகின்றன. நல்ல சுவாச சுகாதாரத்தைப் பின்பற்றுவதன் மூலம், உங்களைச் சுற்றியுள்ளவர்களை சளி, காய்ச்சல் மற்றும் COVID-19 போன்ற வைரஸ்களிலிருந்து பாதுகாக்கிறீர்கள்.

Life without sickness is the limitless wealth

நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்

If you have fever, cough and difficulty breathing, seek medical care early

Stay home if you feel unwell. If you have a fever, cough and difficulty breathing, seek medical attention and call in advance. Follow the directions of your local health authority.

Why? National and local authorities will have the most up to date information on the situation in your area. This will also protect you and help prevent spread of viruses and other infections.

Stay informed and follow advice given by your healthcare provider

Stay informed on the latest developments about COVID-19. Follow advice given by your healthcare provider, your national and local public health authority or your employer on how to protect yourself and others from COVID-19.

Why? National and local authorities will have the most up to date information on whether COVID-19 is spreading in your area. They are best placed to advise on what people in your area should be doing to protect themselves.

உங்களுக்கு காய்ச்சல், இருமல் மற்றும் சுவாசிப்பதில் சிரமம் இருந்தால், ஆரம்பத்தில் மருத்துவ உதவியை நாடுங்கள். உங்களுக்கு உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருந்தால் வீட்டிலேயே இருங்கள். உங்களுக்கு காய்ச்சல், இருமல் மற்றும் சுவாசிப்பதில் சிரமம் இருந்தால், மருத்துவ சிகிச்சை பெறுங்கள், இதை முன்கூட்டியே செய்யுங்கள். உங்கள் உள்ளூர் சுகாதார அதிகாரத்தின் வழிமுறைகளைப் பின்பற்றவும்.

ஏன்? உங்கள் பகுதியில் உள்ள நிலைமை குறித்த புதுப்பித்த தகவல்களை தேசிய மற்றும் உள்ளூர் அதிகாரிகள் வைத்திருப்பார்கள். இது உங்களைப் பாதுகாக்கும் மற்றும் வைரஸ்கள் மற்றும் பிற நோய்த்தொற்றுகள் பரவாமல் தடுக்கவும் உதவும்.

உங்கள் சுகாதார வழங்குநரின் ஆலோசனையைப் பின்பற்றுங்கள்

COVID-19 பற்றிய சமீபத்திய முன்னேற்றங்கள் குறித்து தொடர்ந்து தெரிந்து கொள்ளுங்கள். COVID-19 இலிருந்து உங்களையும் மற்றவர்களையும் எவ்வாறு பாதுகாப்பது என்பது குறித்து உங்கள் சுகாதார வழங்குநர், உங்கள் தேசிய மற்றும் உள்ளூர் பொது சுகாதார ஆணையம் அல்லது உங்கள் மேலாண்மை அளித்த ஆலோசனையைப் பின்பற்றவும்.

ஏன்? உங்கள் பகுதியில் COVID-19 பரவுகிறதா என்பது குறித்த தேசிய மற்றும் உள்ளூர் அதிகாரிகளிடம் மிகவும் புதுப்பித்த தகவல்கள் இருக்கும். உங்கள் பகுதியில் உள்ளவர்கள் தங்களைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதைப் பற்றி ஆலோசிக்க அவை சிறந்தவை.

Do not worry, follow the basic protective measures

கவலைப்பட வேண்டாம், அடிப்படை பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளைப் பின்பற்றவும்

Following social distance on field during work is good
பணியின் போது களத்தில் சமூக இடைவெளி பின்பற்றுவது நல்லது



Best practices to follow farm fire prevention work during summer

No smoking: Never allow smoking in farm buildings. Do not throw used cigarette on the soil or shrubs on the farm land Clear the clutter: Keep barns and yard areas clear from flammable debris. Move flammable items away from heat sources, and clear away dirt and dust buildup from appliances and equipment to prevent overheating.

Let the air flow: Provide adequate ventilation on the farm land to prevent buildup of chemical vapours. Proper airflow helps dissipate flammable gas and vapours, preventing heat buildup.

Inspect electrical equipment: Maintain electrical equipment safely

Handle flammable items safely: Flammable items like petrol or diesel should be handled carefully, also handle the flammable items away from farm land

கோடையில் பண்ணை தீ தடுப்பு பணிகளைப் பின்பற்ற சிறந்த நடைமுறை

புகை பிடிக்காதீர்: பண்ணை கட்டிடங்களில் புகைபிடிப்பதை ஒருபோதும் அனுமதிக்க வேண்டாம். பயன்படுத்திய சிகரெட்டை மண்ணிலோ அல்லது புதர்களிலோ பண்ணை நிலத்தில் வீச வேண்டாம். ஒழுங்கீனத்தை அழிக்கவும். களஞ்சியங்கள் மற்றும் முற்றத்தில் உள்ள பகுதிகளை எரியக்கூடிய குப்பைகளிலிருந்து சுத்தமாக வைத்திருங்கள். எரியக்கூடிய பொருட்களை வெப்ப மூலங்களிலிருந்து நகர்த்தி, அதிக வெப்பத்தைத் தடுக்க உபகரணங்களிலிருந்து அழுக்கு மற்றும் தூசி கட்டமைப்பை அகற்றவும்.

காற்று ஓட்டம்: வேதியியல் நீராவினை உருவாக்குவதைத் தடுக்க பண்ணை நிலத்தில் போதுமான காற்றோட்டத்தை வழங்குதல். சரியான காற்றோட்டம் எரியக்கூடிய வாயு மற்றும் நீராவினைக் கலைக்க உதவுகிறது, வெப்பத்தை உருவாக்குவதைத் தடுக்கிறது.

மின் சாதனங்களை ஆய்வு செய்யுங்கள்: மின் சாதனங்களை பாதுகாப்பாக பராமரிக்கவும்

எரியக்கூடிய பொருட்களை பாதுகாப்பாக கையாளவும்: பெட்ரோல் அல்லது டீசல் போன்ற எரியக்கூடிய பொருட்களை கவனமாகக் கையாள வேண்டும், மேலும் பண்ணை நிலத்திலிருந்து எரியக்கூடிய பொருட்களை வெகு தொலைவில் கையாளவும்

Advance action and prevention is the best

முன்கூட்டிய நடவடிக்கை மற்றும் தடுப்பு சிறந்தது



Tiruvannamalai District

We the members of Govindhaswamy Small Group are following the best practices at Meppathurai Village, Tiruvannamalai Taluk, Tiruvannamalai District and we were practicing groundnut and paddy in our 5 acres land. In 2010, TIST employees approached us and explained about the free seedlings and the importance of trees and the benefits of the program. Then we planted 1,150 teak trees and now we have 964 live trees which we are maintaining with good care. In our other land we are practicing black gram, groundnut, sugarcane. As we are in TIST, we get opportunity to participate in many TIST meetings, like, Node meeting, Training Meetings, where we learn to prepare natural pest control and its usage, seed management, etc. We stopped to use chemical pest control, and we reduced our expense. Now, our trees are ten years old and we did not remove the branches as we thought if there are lot of leaves the trees would grow good. In the future, we plan to develop integrated farming system on our land. Like us, we wish and request other small groups too understand the benefits of natural farming and practice. We thank TIST India for its encouragements.



திருவண்ணாமலை மாவட்டம்

திருவண்ணாமலை மாவட்டம் திருவண்ணாமலை வட்டம் மேப்பத்துரை கிராமம் கோவிந்தசாமி சிறுகுழு உறுப்பினர்களாகிய எங்களுக்கு 5 ஏக்கர் நிலம் உள்ளது இதில் வேர்கடலை நெற்பயிர் ஆகியவை சாகுபடி செய்து வந்தோம். கடந்த 2010 ல் டிஸ்ட் இந்தியா பணியாளர்கள் எங்களை நேரில் சந்தித்து இலவச மரக்கன்றுகளை இதன் மூலம் கிடைக்கும் பயன்கள் கூறினர். பின்பு நாங்கள் மூன்று ஏக்கர் நிலத்தில் 1,150 தேக்கு மரக்கன்றுகளை நடவு செய்து தற்போது 964 உயிர் மரங்கள் பராமரித்து வருகிறோம். மீதமுள்ள இரண்டு ஏக்கர் நிலத்தில் உளுந்து மணிலா கரும்பு ஆகியவை சாகுபடி செய்துவந்தோம். நாங்கள் மரம் நடவு செய்ததின் மூலமாக டிஸ்ட் இந்தியா நடத்தும் பல வித கூட்டங்களில் கலந்து கொண்டு அதாவது கணுக்ககூட்டம் மற்றும் பயிற்சி கூட்டம் இயற்கை முறை பூச்சி விரட்டி தயார் செய்து பயன்படுத்தும் முறை விதை நேர்த்தி ஆகியவை தெரிந்து கொண்டோம். இதனால் பூச்சிகொல்லி மருந்து முழுவதும் நிறுத்திவிட்டு விட்டோம். செலவு குறைந்துள்ளது லாபம் அதிகரித்துள்ளது. தற்போது எங்கள் மரத்தின் வயது பத்து ஆகிறது இதுவரை பக்ககிளைகள் எதுவும் அகற்றியது இல்லை ஏனெனில் இலைகள் இருந்தால் தான் மரம் நன்கு பெருத்து வளரும். எனது நம்பிக்கை வருங்காலத்தில் ஒருங்கிணைந்த பண்ணை முறை செயல்படுத்த திட்டமிட்டுள்ளேன். எங்களை போன்று மற்ற சிறு குழு உறுப்பினர்களும் இயற்கை விவசாயத்தின் முக்கியத்துவத்தையும் அதன் பலன்களையும் நன்கு அறிந்து சாகுபடி செய்து பயன் அடையுமாறு கேட்டுக்கொள்கிறேன். எங்களுக்கு உறுதுணையாக பல்வேறு ஊக்கங்களை ஊகவித்தமைக்கு டிஸ்ட் இந்தியா விற்கு மிக்க நன்றி தெரிவித்து கொள்கிறேன்.



பயிற்சி கூட்டம் – தேனீ வளர்ப்பு முறை

தேனீக்களில் மலைத்தேனீ, கொம்புத்தேனீ, அடுக்குத்தேனீ, கொசுத்தேனீ ஆகியவை உள்ளன. தேனீக்கள் சுமார் இரண்டு கிலோமீட்டர் தூரமுள்ள வாசனையை அறியும் தன்மை கொண்டது. தேனீக்கள் மகரந்த சேர்க்கைக்கு பெரும் உதவியாக உள்ளன. கம்பு, சூரியகாந்தி, ஆமணக்கு, வெங்காயம், கேரட், பப்பாளி போன்ற பயிர்களில் தேனீக்கள் மூலமே மகரந்த சேர்க்கை நடைபெறுகிறது. இதனால் பயிர்களின் மகசூல் அதிகரிக்கிறது.

தேனீ வளர்ப்பை பொருளாதார ரீதியில் செய்ய தேனீ பெட்டி, தேனீ பெட்டி தாங்கி, தேனீ முகத்திரை, கையுறை, பாதுகாப்பு உடை, புகைப்பான், தேனீ எடுக்கும் கருவி தேனீ பெட்டிகள் செய்வதற்கு புன்னை மரம் ஏற்றது. ஒவ்வொரு தேனீ கூட்டிலும் இரண்டு அறைகள் உள்ளன. கிழே உள்ள அறை புழு அறை என்றும் மேலே உள்ளதை தேன் அறை என்று அழைப்பார்கள்.

இரண்டு அறைகள் உள்ள சட்டத்தின் அளவு வேறுபாடும் ஒவ்வொரு பெட்டிக்கும் இடைவெளி சுமார் ஆறு அடிக்கு மேல் இருக்க வேண்டும். பூக்கள் நிறைந்த பகுதிகளில் ஒரே இடத்தில் முப்பது பெட்டிகள் வரை வைக்கலாம். பெட்டிகள் செங்குத்தாக நடப்பட்ட மூன்று அடி உயர கால்களில் மேல் கையிற்றால் கட்டப்படவேண்டும். அவ்வாறு நடப்பட்ட கால்களை சுற்றி தண்ணீர் தேங்கியும் அல்லது ஏறும்பு பொடியும் வேப்பெண்ணெய்யும் கிரீஸ் ஆகியவற்றில் எதாவது ஒன்றை கால்களில் தடவி தேனீக்களை எதிரிகளிடமிருந்து பாதுகாத்துக்கொள்ளலாம். ஒரு தேனீ பெட்டியில் ஆண்டுக்கு பத்து கிலோ தேனீ கிடைக்கும்.



Training on beekeeping
தேனீ வளர்ப்பில் பயிற்சி

