CES, Odisha

LiFE
Lifestyle for Environment

Mission LiFE

Nudging individual and collective action towards '**Lifestyle for Environment**'






Konark Sun Temple

PREFACE



Shri Pradip Kumar Amat
Minister
Forest, Environment & C.C Department
Government of Odisha

As concerns about environmental deterioration and climate change continue to escalate, India has emerged as the beacon light in addressing mounting environmental challenges and devising sustainable plans for the future.

As our commitment to mitigate environmental deterioration and climate change, Mission LiFE is a visionary initiative by Government Of India.

Making the role of people crucial in creating awareness, discovering solutions and taking requisite actions on environmental deterioration and climate change, the pioneering initiative democratises environmental action, making it a collective effort of both the Government and the public.

The initial phase of Mission LiFE will focus on prodding individuals, communities and institutions to practice 75 simple environment-friendly actions (LiFE actions) in their daily lives across 7 categories.

Students and youth constitute the bedrock of this mass environmental movement and to stir their curious minds, something more than alphabets and disinteresting write ups are requisite.

I congratulate CES for bringing out an outstanding pictorial book encompassing the LiFE actions through vibrant pictures where every picture tells a story.

As a commendable action, the vernacular translations of the imparted instructions will for sure touch the lives of the rural folk and guide them towards a sustainable lifestyle.

I do hope that, the book will leave a deep impact on each of the reader and motivate them to reflect and consider adopting a Lifestyle for Environment.

Wishing the publication all success.



landscape in route to Deomali

PREFACE



Shri Satyabrata Sahu, IAS
Director, Centre for Environmental Studies
and Coordinator, Odisha EIACP PC-Hub
Forest, Environment & C.C Department
Government of Odisha

Arresting the global attention, the consequences of climate change are becoming increasingly ineluctable. At this juncture, demonstrating that economy and ecology are fundamentally intertwined, India has been the catalyst for the world in adopting green initiatives and promoting sustainable living at a global scale.

To help achieve the national environmental and climate goals in a more participatory and democratic manner, in a farsighted move, Government has lunched Lifestyle for Environment or Mission LiFE program across the country.

Emphasising on the democratisation of climate change actions by creating a global community network called "ProPlanetPeople", Mission LiFE, in its first phase, will focus on prompting individuals, communities and institutions to practice 75 simple environment-friendly actions (LiFE actions) in their daily lives across 7 categories.

As the backbone of the nation's future, sowing the seeds of environmental consciousness in school children and ensuring their active involvement is the need of the hour.

Pictures invoke curiosity, keep the mind engaged and leave a deep impact on the readers especially the young ones. The Center for envionmmnetal studies has done a commendable job in bringing out a pictorial book embracing the LiFE actions with bilingual instructions.

I am sure these pictures and the accompanying instructions in both English and Odia will have an indelible impression on each of the reader, and spur them towards a sustainable Lifestyle for Environment.

I wish the publication best of luck.



Khiching, Mayurbhanj, Odisha

PREFACE



Dr. K. Murugesan, IFS
Director, Centre for Environmental Studies
and Coordinator, Odisha EIACP PC-Hub
Forest, Environment & C.C Department
Government of Odisha

Environmental degradation and climate change present a worrying trend across the globe, instigating disasters of Himalayan amplitude that invites immediate global attention and action. As both a driver and consequence of disasters, it narrows the capacity of the environment to meet social and ecological needs.It is high time we need to embrace concepts of global, human-driven, environmental risks and interactions that move across very large scales of space and time.

Encouraging and inculcating a Lifestyle for Environment or Mission LiFE is a global initiative in this direction Launched by Government . It is a ground-breaking initiative aimed at addressing the challenges faced by our planet by democratizing environmental action, by making people pivotal to creating awareness, discovering solutions and taking requisite actions on climate change. It is a fact that Government on its own can't be the harbinger of change. A collective effort is the call of the hour and Mission LiFE has sounded the clarion call for all to join hands in this fight against environmental degradation.

Some habits stick longer than others, especially if they are taught early on. Keeping this in mind, CES has prepared an illustrated Mission LiFE booklet depicting the LiFE actions in their daily lives and 75 such individual LiFE actions across 7 categories that will be appealing to the youth and nudge them towards a change in their behaviour to adopt sustainability.The instructions written in vernacular language in conjunction with the vibrant and colourful pictures will be a potent tool in imbibing nature positive habits in the readers and drive us towards a sustainable future.

I extend my best wishes to the entire team from CES for compiling this wonderful book and sincerely hope that it will ignite the envirophile in each reader.

Wish the publication all the best.



Dhauli, Bhubaneswar, Odisha

LIST OF ACTIONS



ଶକ୍ତି ସଞ୍ଚୟ
Save Energy



ଜଳ ସଞ୍ଚୟ
Save Water



ଏକକ ବ୍ୟବହୃତ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବର୍ଜନ କରନ୍ତୁ
Say No to Single Use Plastic



ଧାରଣୀୟ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀ ଆପଣାନ୍ତୁ
Adopt Sustainable Food Systems



ବର୍ଜ୍ୟ ହ୍ରାସୀକରଣ
Reduce Waste



ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ ଆପଣାଅ
Adopt Healthy Lifestyles



ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ ବର୍ଜ୍ୟ ହ୍ରାସ
Reduce E-waste

SAVE ENERGY

ଶକ୍ତି ସଞ୍ଚୟ











ଏଲଇଡି ବଲ୍ବ କିମ୍ବା
ଟ୍ୟୁବ୍ ଲାଇଟ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE LED
BULBS/ TUBE-LIGHTS



ଯେଉଁଠାରେ ସମ୍ଭବ ସର୍ବସାଧାରଣ
ପରିବହନ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE PUBLIC TRANSPORT WHEREVER POSSIBLE



ଯେଉଁଠାରେ ସମ୍ଭବ ଏଲେଭେଟର/ଲିଫ୍ଟ
ବ୍ୟବହାର ନ କରି ସିଡି/ପାହାଚ ଚଢ଼ି କରି ଯିବା

TAKE THE STAIRS

instead of an elevator wherever possible



ଟ୍ରାଫିକ୍‌ରେ ଲାଲ୍ ବତୀ ଜଳୁଥିବା ବେଳେ ଏବଂ ରେଲୱେ
ଫାଟକ ପଡିଥିବା ବେଳେ ଗାଡିର ଇଞ୍ଜିନ ବନ୍ଦ କରିଦବା

SWITCH OFF
VEHICLE ENGINES
at red lights and railway crossings



ସ୍ଥାନୀୟ କିମ୍ବା ଅଳ୍ପଦୂର ଯାତ୍ରା ପାଇଁ
ସାଇକେଲ ବ୍ୟବହାର କରିବା



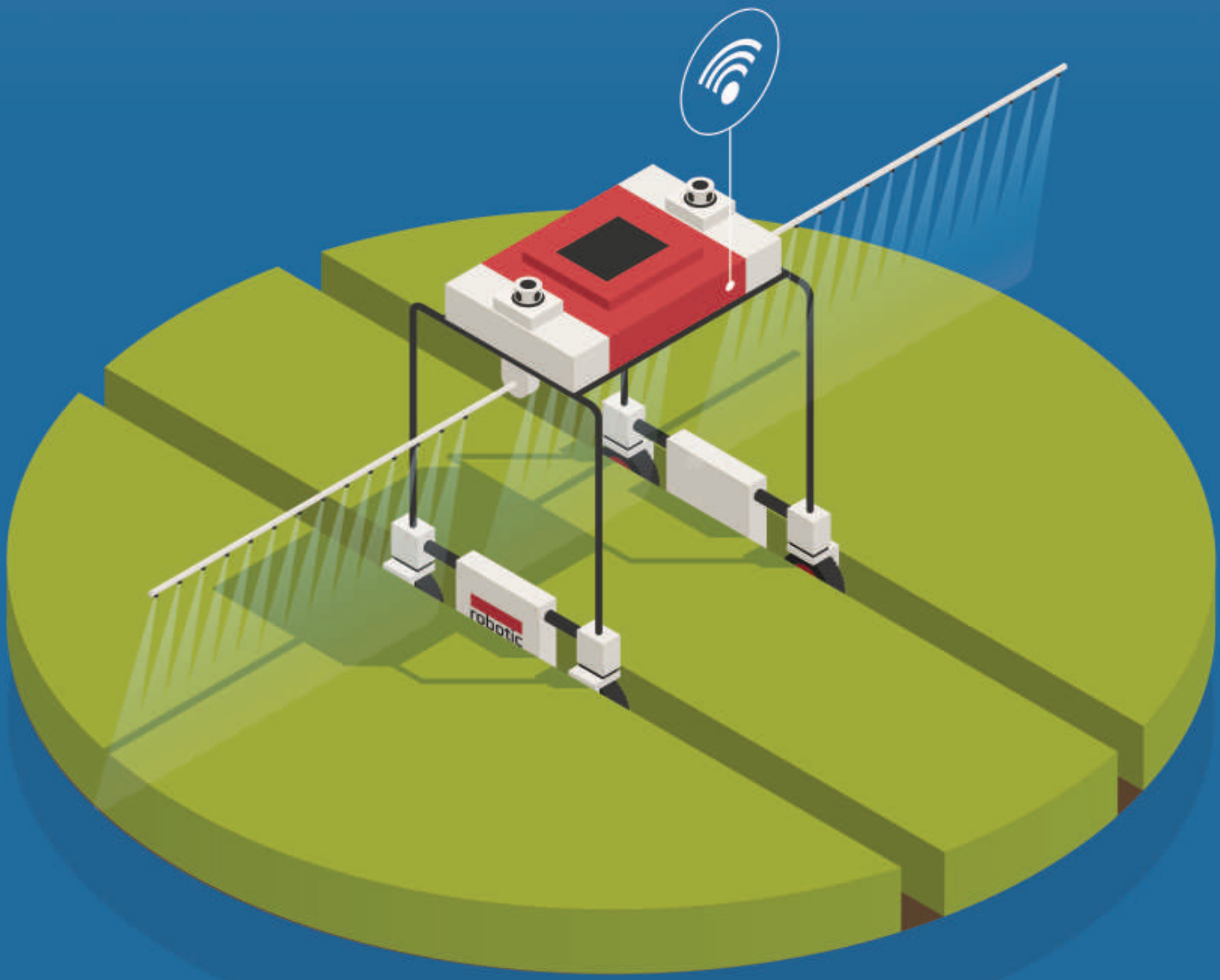
USE BICYCLES

for local or short commute

ଜଳସେଚନ ପାଇଁ ପମ୍ପ ବ୍ୟବହାର
କରିସାରିବା ପରେ ବନ୍ଦ କରିଦବା

SWITCH OFF

irrigation pumps after use



ଜୀବାଶ୍ମ ଇନ୍ଧନରେ ଚାଲୁଥିବା ପେଟ୍ରୋଲ ଓ ଡିଜେଲ ଯାନ
ବଦଳରେ ଘନୀଭୂତ ପ୍ରାକୃତିକ ଗ୍ୟାସ (ସି.ଏନ.ଜି)
କିମ୍ବା ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଯାନକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦବା

PREFER CNG/ EV VEHICLE

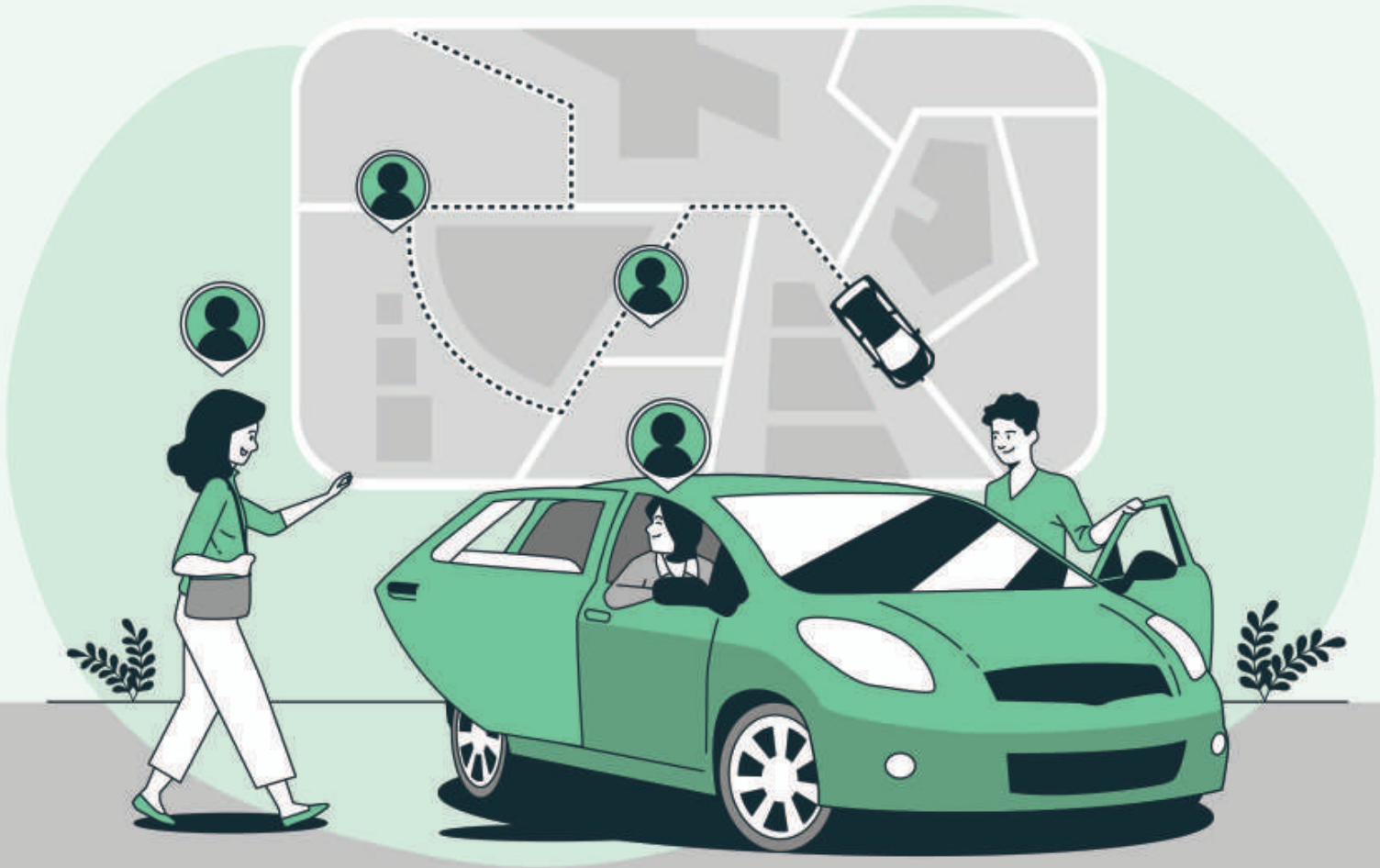
over petrol/ diesel vehicles



ବନ୍ଧୁ ଓ ସହକର୍ମୀ ମାନଙ୍କ ସହିତ
ସହଭାଗିତାରେ କାର୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE CARPOOLING

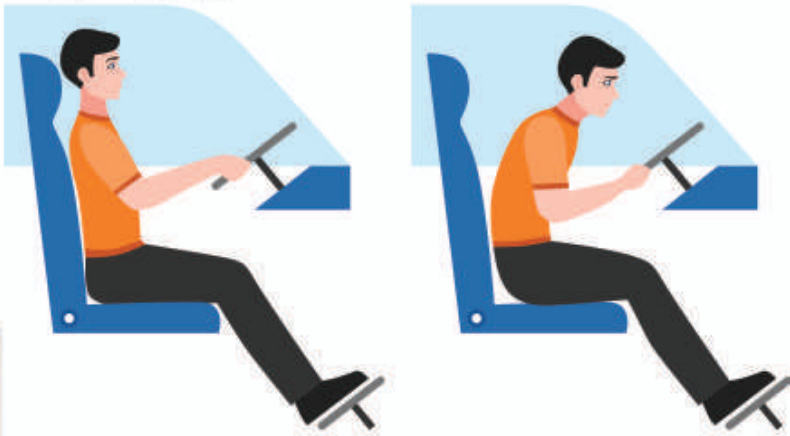
with friends & colleagues



ସଠିକ୍ ଗିୟରରେ ଗାଡି ଚଲାଇବା
ଗିୟର୍ ବଦଳାଉ ନଥିବାବେଳେ କ୍ଲଚ୍ ଉପରେ ପାଦ ରଖିବା ନାହିଁ।

DRIVE IN THE CORRECT GEAR

Keep your foot off the clutch
when not changing gears



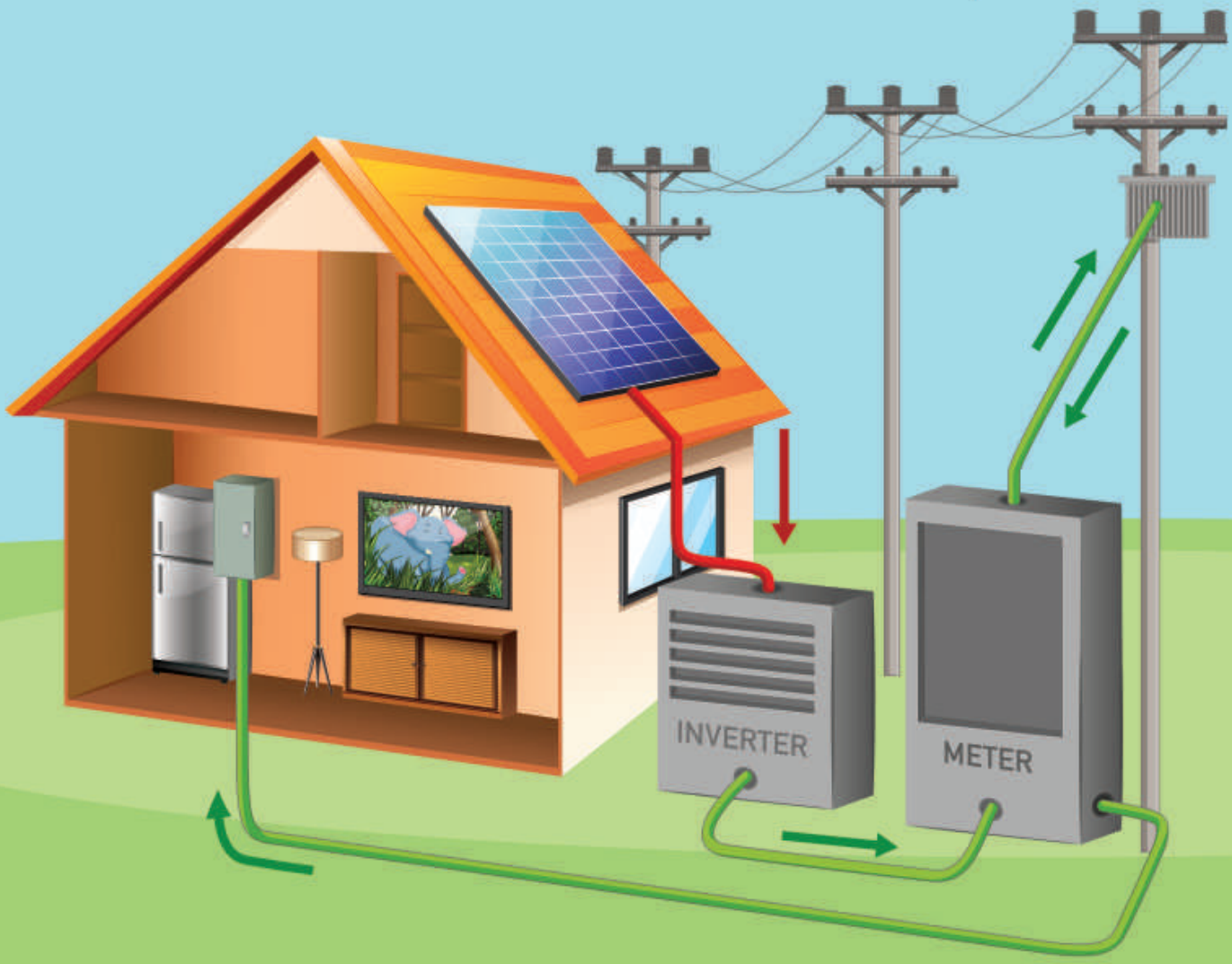
CORRECT ✓ INCORRECT ✗





ଛାତ ଉପରେ ପାଣି ଗରମ କରିବା ପାଇଁ ଓ
ସୂର୍ଯ୍ୟ ତାପରେ ରାନ୍ଧିବା ପାଇଁ ସୌର ପ୍ୟାନେଲ ଲଗାଇବା

INSTALL A SOLAR WATER
or solar cooker heater on rooftops



ବ୍ୟବହାର ନ ହେଉଥିବାବେଳେ ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଉପକରଣ
ଗୁଡ଼ିକୁ ବନ୍ଦ କରି ପ୍ଲଗ ପଏଣ୍ଟରୁ କାଢ଼ିଦବା

SWITCH OFF

Appliances from plug points when not in use



ରନ୍ଧନ କ୍ରିୟା ଓ ବିଦ୍ୟୁତ ଆବଶ୍ୟକତା ପାଇଁ
ବାୟୋଗ୍ୟାସ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE BIOGAS

for cooking and electricity needs



ଶୀତତାପ ନିୟନ୍ତ୍ରକ/ବାତାନୁକୁଳକ ଯନ୍ତ୍ରର
ତାପମାତ୍ରା ୨୪ ଡିଗ୍ରୀ ସେଲସିୟସ୍‌ରେ ରଖିବା

KEEP TEMPERATURE

of Air Conditioners to 24 degrees



ଅନ୍ୟ ବାସନ ବଦଳରେ ପ୍ରେସରକୁକରର
ବ୍ୟବହାରକୁ ପସନ୍ଦ କରିବା

PREFER

Pressure Cookers over other Cookware



ନିଜର ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ସ ଉପକରଣ ଗୁଡିକୁ
ଶକ୍ତିସଂଚୟ ଢଙ୍ଗରେ ରଖିବା

KEEP YOUR

Electronic devices in energy-saving mode





ବାରମ୍ବାର ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ସ
ଉପକରଣ ଗୁଡିକର ସ୍ମାର୍ଟ ସୁଇଚ ଲଗାଇବା

USE SMART

Switches for appliances which are used frequently



ପାଣକୁ ଶୀତଳ କରିବା ପାଇଁ ସର୍ବସାଧାରଣ
ମାଟି ପାତ୍ର/ମାଠିଆ ବ୍ୟବହାର କରିବା

INSTALL COMMUNITY

Earthen pots for cooling water



ଫ୍ରିଜ୍ ବା ଫ୍ରିଜରରୁ ନିୟମିତ ଭାବେ ବରଫ ନିଷ୍କାସନ କରିବା

DEFROST

Fridge or freezer regularly



ଟ୍ରେଡ୍‌ମିଲରେ ଚଲିବା/ଦଉଡ଼ିବା ଅପେକ୍ଷା ବାହାରେ ଚଲିବା/ଦଉଡ଼ିବା

RUN

Outdoors instead of on a treadmill





Save Water

ଜଳ ସଞ୍ଚୟ



ମିଲେଟ୍‌ସ ପରି କମ୍ ଜଳ
ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ଫସଲ ଚାଷ ଆପଣାଇବା

ADOPT

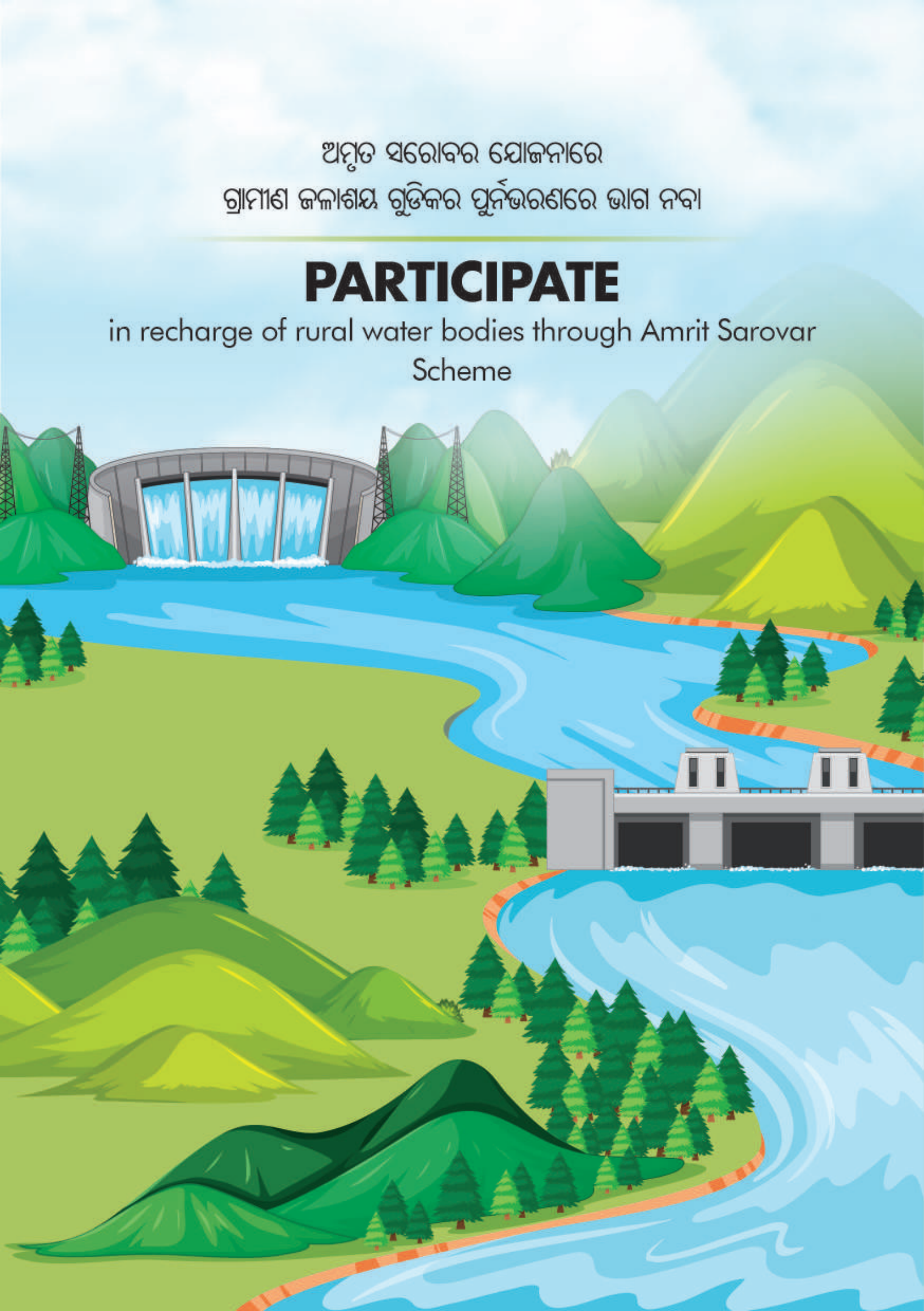
Cultivation of less **water intensive** crops like millets



ଅମୃତ ସରୋବର ଯୋଜନାରେ
ଗ୍ରାମୀଣ ଜଳାଶୟ ଗୁଡିକର ପୁର୍ନଭରଣରେ ଭାଗ ନବା

PARTICIPATE

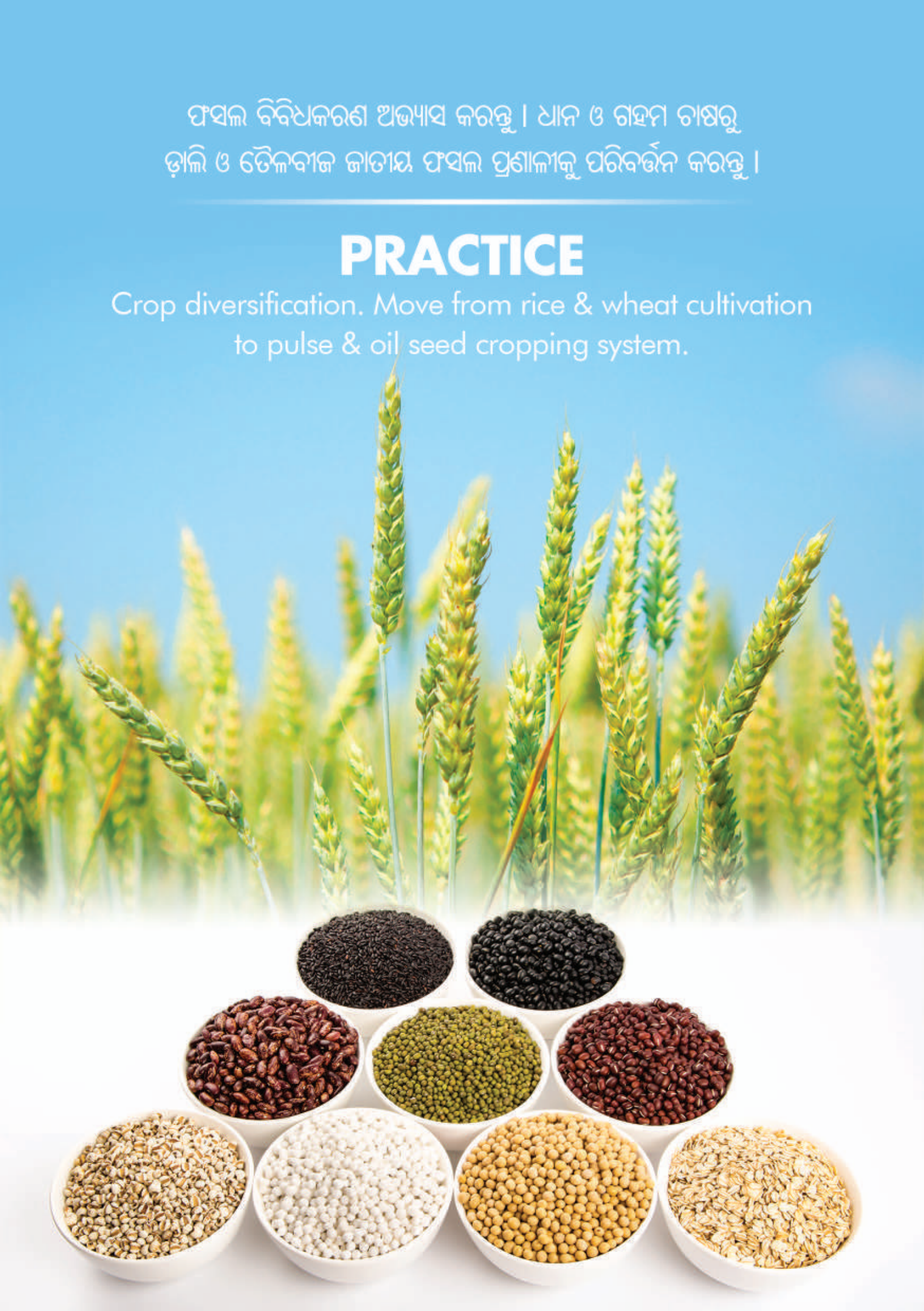
in recharge of rural water bodies through Amrit Sarovar Scheme



ଫସଲ ବିବିଧକରଣ ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ । ଧାନ ଓ ଗହମ ଚାଷରୁ
ଡ଼ାଲି ଓ ତୈଳବୀଜ ଜାତୀୟ ଫସଲ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରନ୍ତୁ ।

PRACTICE

Crop diversification. Move from rice & wheat cultivation
to pulse & oil seed cropping system.



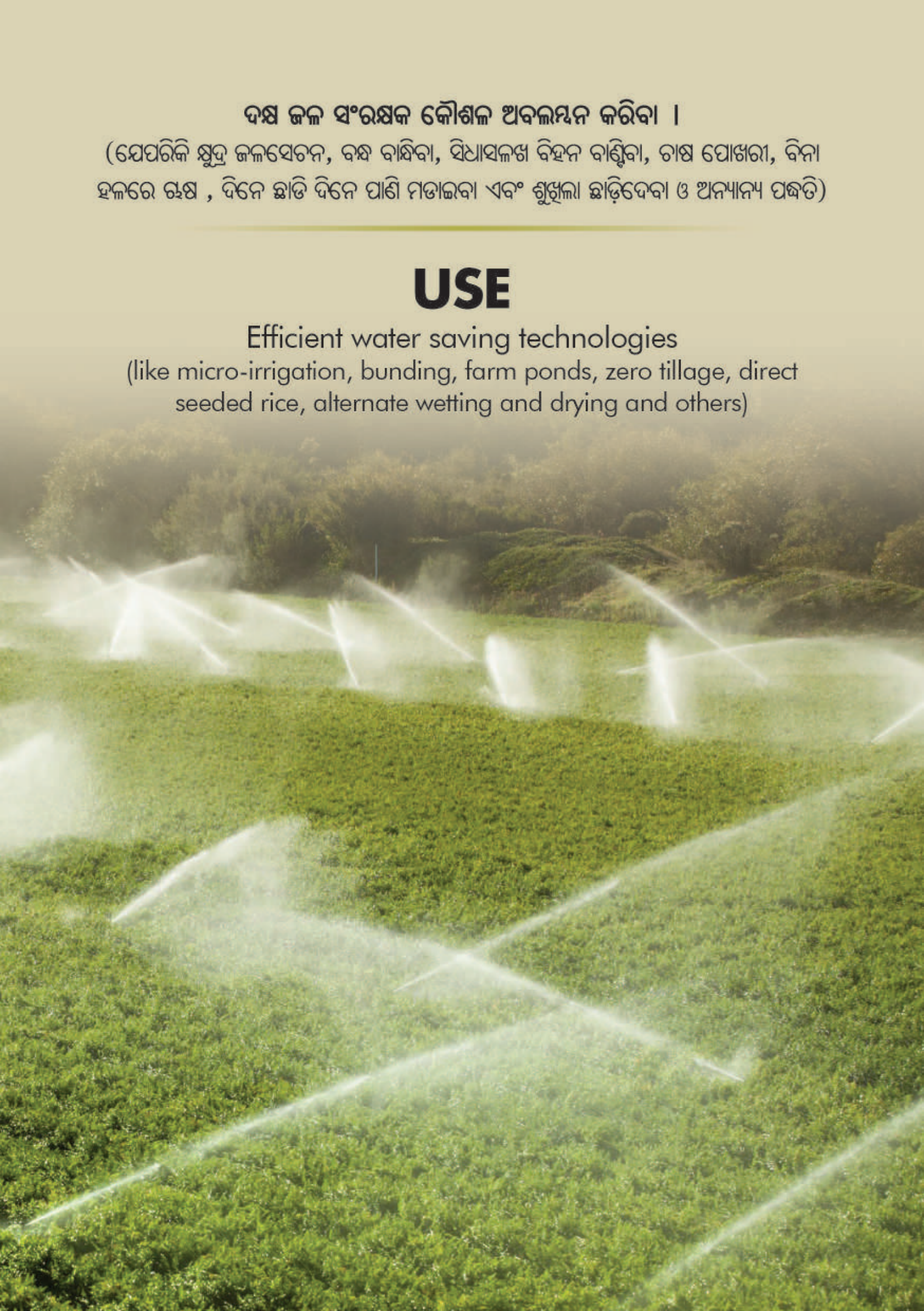
ଦକ୍ଷ ଜଳ ସଂରକ୍ଷକ କୌଶଳ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ।

(ଯେପରିକି କ୍ଷୁଦ୍ର ଜଳସେଚନ, ବନ୍ଧ ବାନ୍ଧିବା, ସିଧାସଳଖ ବିହନ ବାଣ୍ଟିବା, ଚାଷ ପୋଖରୀ, ବିନା ହଳରେ ଚାଷ , ଦିନେ ଛାଡି ଦିନେ ପାଣି ମଡାଇବା ଏବଂ ଶୁଖିଲା ଛାଡ଼ିଦେବା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପଦ୍ଧତି)

USE

Efficient water saving technologies

(like micro-irrigation, bunding, farm ponds, zero tillage, direct seeded rice, alternate wetting and drying and others)



ଘର/ବିଦ୍ୟାଳୟ/କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ବର୍ଷାଜଳ ଅମଳ ପ୍ରକଳ୍ପ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିବା

CREATE

Rainwater harvesting infrastructure in home/schools/offices



ଯେଉଁଠି ସମ୍ଭବ, ବର୍ଜ୍ୟ ବସ୍ତୁ ବ୍ୟବହାର କରି ତିଆରି ହୋଇଥିବା
ବୁନ୍ଦା ଜଳସେଚନ ପ୍ରଣାଳୀ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE DRIP IRRIGATION

Systems created with waste materials, wherever possible



ପରିବା ପତ୍ର ଧୋଇବା ପାଣିର ପୁନଃବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ଗଛରେ ଦବା
ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଉପଯୋଗ କରିବା

REUSE WATER

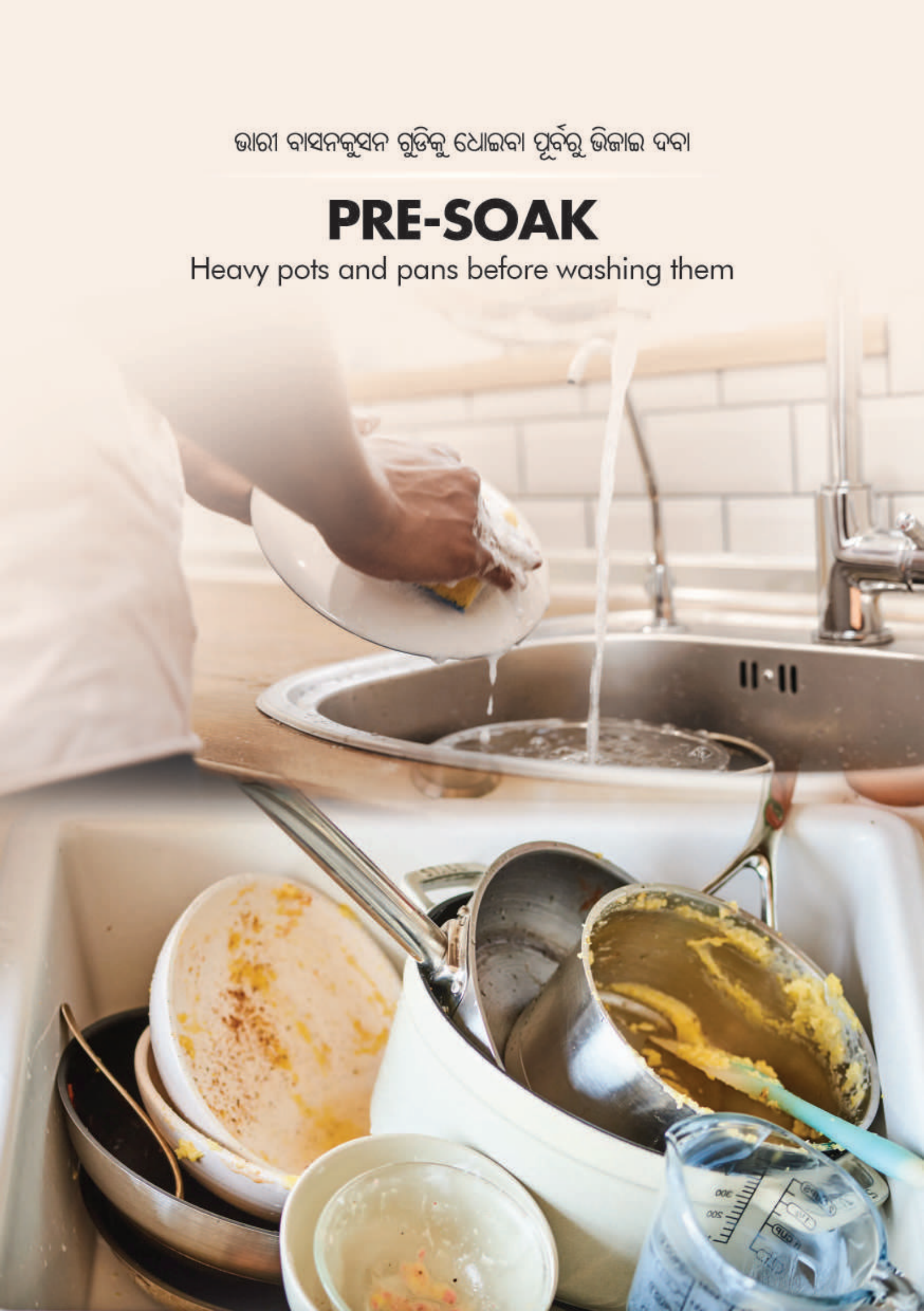
From washed vegetables to water plants & other purpose



ଭାରୀ ବାସନକୁସନ ଗୁଡିକୁ ଧୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଭିଜାଇ ଦବା

PRE-SOAK

Heavy pots and pans before washing them



ପ୍ରତିଥର ପାଇପ୍‌ରେ ପାଣି ଆସିଲା ସମୟରେ
ପୂର୍ବରୁ ଘରେ ଗଚ୍ଛିତ ଥିବା ଅବ୍ୟବହୃତ ପାଣିକୁ ନଷ୍ଟ କରିବାନାହିଁ।

DO NOT DISCARD

Unused stored water every time there is fresh water coming in taps



ଘର ଚଟାଣ ସଫା କଲାବେଳେ, ଗାଡି ଧୋଇଲାବେଳେ
ବା ଗଛରେ ପାଣି ଦେବାବେଳେ ପାଇପ୍ ବ୍ୟବହାର ନ କରି ବାଲ୍‌ଟି ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE BUCKETS

Instead of hose pipes to water plants/ floors/ vehicles



ଟ୍ୟାପ୍‌ରେ, ପାଣି ପାଇପ୍‌ରେଏବଂ ଫ୍ଲସ୍‌ରେ
ଲିକ୍ ଥିଲେ ତୁରନ୍ତ ଏହାକୁ ମରାମତି କରିବା

FIX LEAKS

Fix leaks in flushes, taps and waterpipes



ପାଣିଟ୍ୟାପ୍, ସାୱାର ଏବଂ ଟଏଲେଟ୍ ଫ୍ଲସ୍ ଗୁଡିକରେ
ଜଳ ସଂରକ୍ଷଣ ସମ୍ପନ୍ନ ଉପକରଣ ଲଗାଇବା

USE WATER-EFFICIENT

Fixtures for taps, and showerheads, and toilet flush units



ଗୃହରେ ନିୟମିତ ଭାବେ ଜଳ ବ୍ୟବହାର
ମାପିବା ପାଇଁ ପାଣି ମିଟର ବା ମାପଯନ୍ତ୍ର ଲଗାଇବା

INVEST IN A WATER METER

For your house to measure water consumption regularly





ଶୀତତାପ ନିୟନ୍ତ୍ରକ ଏବଂ ରିଭର୍ସ ଓସ୍ମୋସିସ ଜଳବିଶୋଧକ ଯନ୍ତ୍ରରୁ
ନିର୍ଗତ ପିଇବା ଅଯୋଗ୍ୟ ଜଳକୁ ବାସନ ମାଜିବା, ଗଛରେ ପାଣି ଦେବା
ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପୁନଃ ବ୍ୟବହାର କରିବା

REUSE WATER

Drained out from AC/RO for cleaning utensils,
watering plants and others



କମ୍ ଜଳ ନଷ୍ଟ କରୁଥିବା ଜଳ ବିଶୋଧନ ପ୍ରଣାଳୀ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦବା



PREFER A

Water purification system that wastes less water

SAY NO TO
SINGLE USE PLASTIC

ଏକକ ବ୍ୟବହୃତ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବର୍ଜନ କରିବା



କିଣାକିଣି ପାଇଁ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଥଳୀ/ବ୍ୟାଗ୍ ବଦଳରେ
କପଡ଼ା ଥଳୀ/ବ୍ୟାଗ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE CLOTH BAG

For shopping instead of plastic bags









ଯେଉଁଠାରେ ସଂଭବ, ନିଜ ପାଣିବୋତଲ ସାଙ୍ଗରେ ନେବା

CARRY YOUR OWN

Water bottle wherever possible



ବ୍ୟବହୃତ ହୋଇଥିବା ଗ୍ଲାସ ଓ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ଡବା ଗୁଡ଼ିକୁ
ଜିନିଷପତ୍ର ଗଚ୍ଛିତ କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରିବା

REUSE GLASS

Containers/ packaging plastic items as storage boxes



ସହର ଓ ଜଳାଶୟଗୁଡିକର ସଫେଇ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିଜେ ସାମିଲ୍ ହେବା ଏବଂ
ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସାମିଲ ହେବା ପାଇଁ ଉତ୍ସାହିତ କରିବା

PARTICIPATE IN AND

Mobilize participation for clean-up drives of cities
and water bodies



ସମାବେଶ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମାନଙ୍କରେ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ନଥିବା ଏବଂ
ପରିବେଶ ସହାୟକ କଣ୍ଢା ଚାମଚ ବ୍ୟବହାର କୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦବା

PREFER USING

Non-plastic eco-friendly cutlery during
gatherings and events




ବ୍ୟବହାର ହେଉ ନଥିବା ସମୟରେ ପାଣି ଟ୍ୟାପ୍‌କୁ ବନ୍ଦ କରିବା
TURN OFF
Running taps when not in active use

ସାନିଟାରି ନାପକିନ୍ ବଦଳରେ
ମେନଷ୍ଟ୍ରୁଆଲ କପ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE MENSTRUAL

Cups instead of sanitary napkins



ଅକ୍ଷତ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ବଦଳରେ,
ସମ୍ଭବ ହେଲେ ପୁନଃଚକ୍ରଣ ହୋଇଥିବା ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE RECYCLED PLASTIC

Recycled plastic over virgin plastic, wherever possible



ଷ୍ଟିଲ କିମ୍ବା ପୁନଃଚକ୍ରିତ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ଲଞ୍ଚ୍ ବାକ୍ସ ଏବଂ
ପାଣିବୋତଲ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE

Steel/ recyclable plastic lunch boxes and water bottles



କ୍ଷୀର, ଘୋଳଦହି ଇତ୍ୟାଦି ପାଇଁ ବ୍ୟବହୃତ ପ୍ୟାକେଜିଂଗ ବ୍ୟାଗ କୁ କେବଳ ଆଂଶିକ କାଟିବା ଯାହା ଦ୍ୱାରା କଟା ଯାଇଥିବା କ୍ଷୁଦ୍ର ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ଖଣ୍ଡ ଅନ୍ୟ ଜୈବ ବିଘଟନ କ୍ଷମ ବର୍ଜ୍ୟ ବସ୍ତୁ ସହ ମିଶି ପାରିବ ନାହିଁ।

CUT THE PACKAGING

Bags used for milk, buttermilk, etc. only partially to avoid plastic bits from mixing into biodegradable waste



ପାଉଁଶରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ 'ଟୁଥ୍ ବ୍ରସ' ଓ ନିମ୍ବ କାଠ ପାନିଆ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦବା

OPT FOR

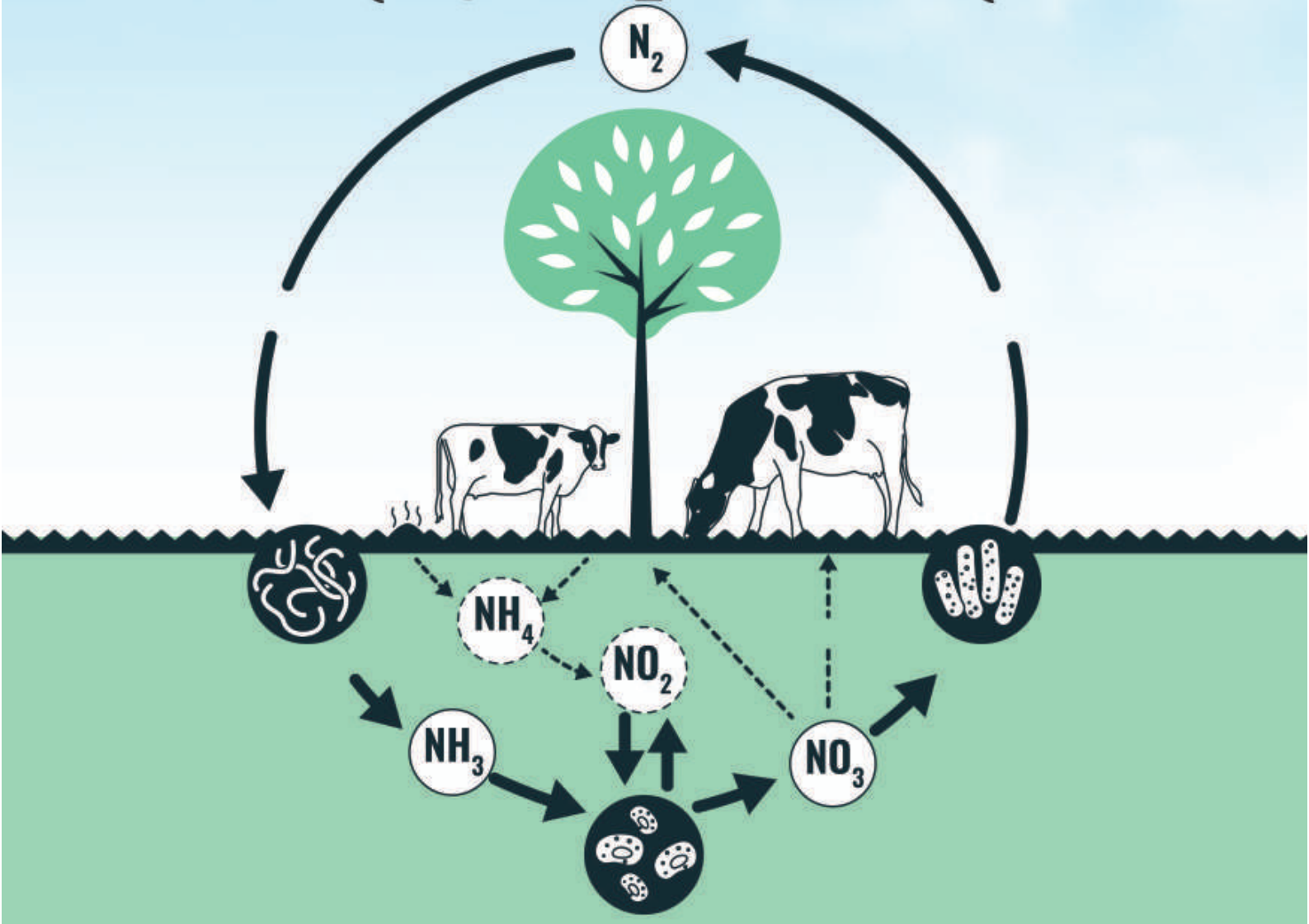
Bamboo toothbrushes and neem combs



ADOPT SUSTAINABLE

FOOD SYSTEMS

ଧାରଣୀୟ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରଣାଳୀ ଆପଣାଇବା





ଅଙ୍ଗନବାଡି କେନ୍ଦ୍ର, ସ୍କୁଲ ମାନଙ୍କରେ ଦିଆ ଯାଉଥିବା ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ ଏବଂ ସାର୍ବଜନିନ
ବିତରଣ ଯୋଜନା ଆହାରରେ ମାଣ୍ଡିଆ ଓ ବାଜରା ଜାତୀୟ ଶସ୍ୟ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରିବା

INCLUDE MILLETS

In diets through Anganwadi, Mid-Day meal and PD scheme

ନଷ୍ଟ ହୋଇଥିବା ଖାଦ୍ୟପଦାର୍ଥ ଦ୍ୱାରା ଘରେ କମ୍ପୋଷ୍ଟ ତିଆରି କରିବା

COMPOST

Food waste at home



ଘରେ, ବିଦ୍ୟାଳୟରେ କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ
'ରୋଷେଇ ବଗିଚା' କିମ୍ବା 'ଛାତ ବଗିଚା' ତିଆରି କରିବା

CREATE KITCHEN

Gardens/ terrace gardens at homes/ schools/ offices



ଗାଈ ଗୋବରରୁ ଜୈବିକ ସାର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି କୃଷି କ୍ଷେତ୍ରରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା

PREPARE ORGANIC

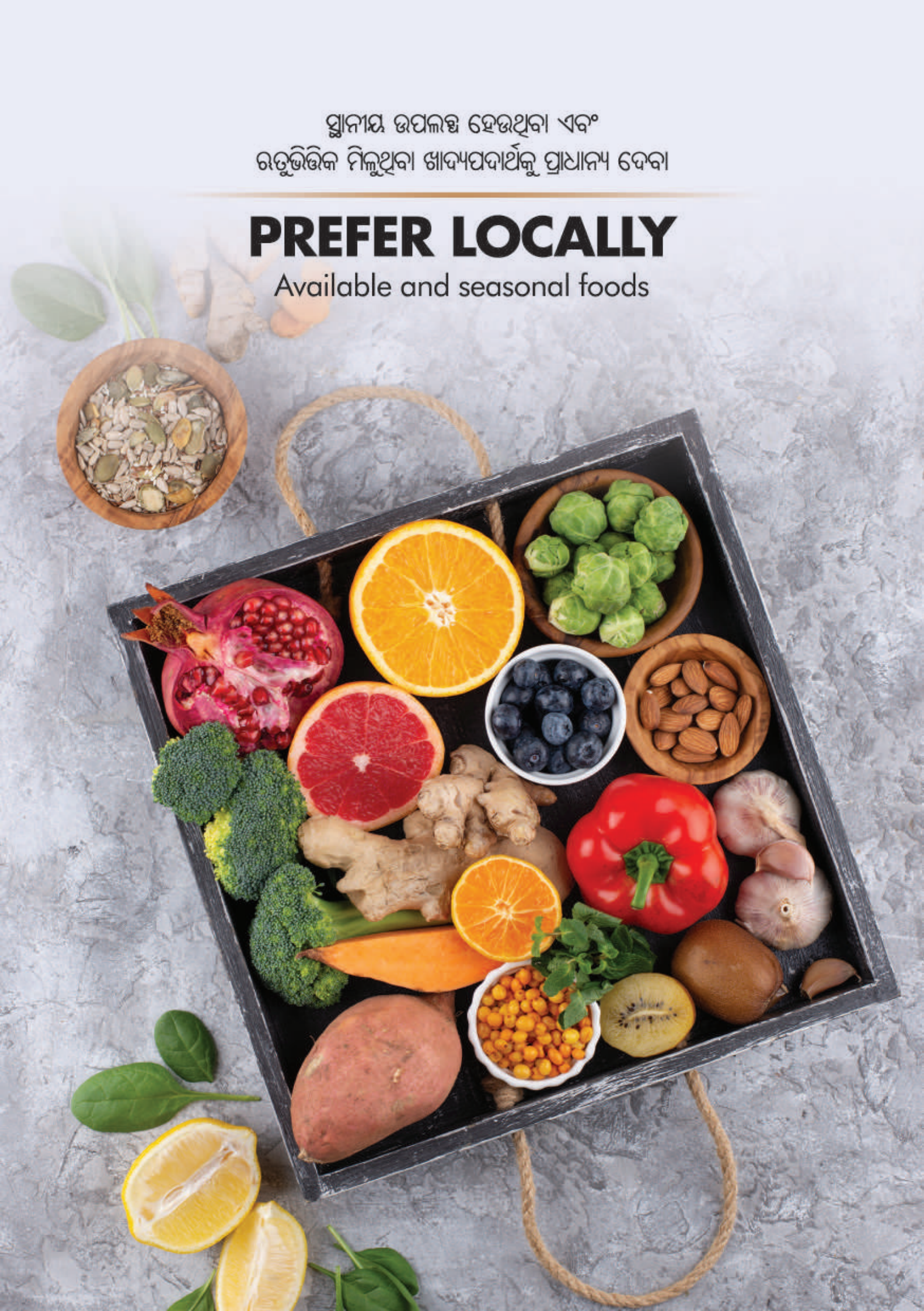
Manure from cow dungs and apply to farms



ସ୍ଥାନୀୟ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଥିବା ଏବଂ
ଋତୁଭିତ୍ତିକ ମିଳୁଥିବା ଖାଦ୍ୟପଦାର୍ଥକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେବା

PREFER LOCALLY

Available and seasonal foods



ଦୈନନ୍ଦିନ ଭୋଜନ ସମୟରେ
ଛୋଟ ପ୍ଲେଟ୍ ବ୍ୟବହାର କରି ଖାଦ୍ୟ ଅପଚୟ କମ୍ କରିବା

USE SMALLER

Plates for daily meals to save food wastage




Simlipal National Park

REDUCE WASTE

Swachhata Actions

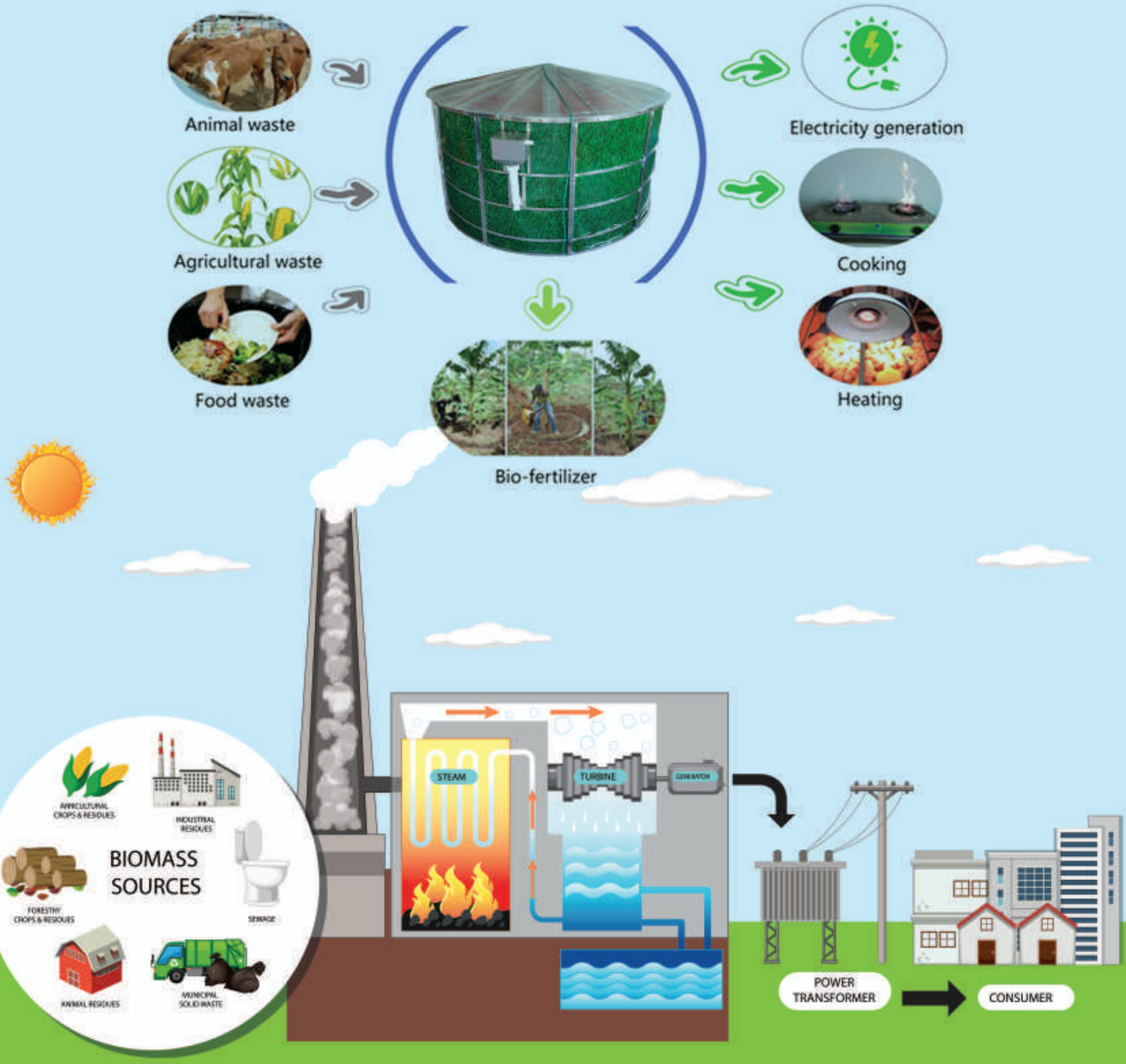
ବର୍ଜ୍ୟ ହ୍ରାସୀକରଣ



ଗୋରୁ ବର୍জ୍ୟ ବସ୍ତୁ, ଖାଦ୍ୟ ଓ କୃଷିଜାତ ବର୍জ୍ୟ ବସ୍ତୁ
ଗୋବର୍ଦ୍ଧନ ଯୋଜନାରେ ନିର୍ମିତ ବାୟୋଗ୍ୟାସ ପ୍ଲାଣ୍ଟରେ ବିନିଯୋଗ କରିବା

CONTRIBUTE

Cattle waste, food waste, and agricultural waste to biogas plant (provided under GOBARDHAN)



ଘରେ ଶୁଖିଲା ଏବଂ ଓଦା ବର୍ଜ୍ୟ ବସ୍ତୁ
ପୃଥକ୍ କରିବା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା

PRACTICE

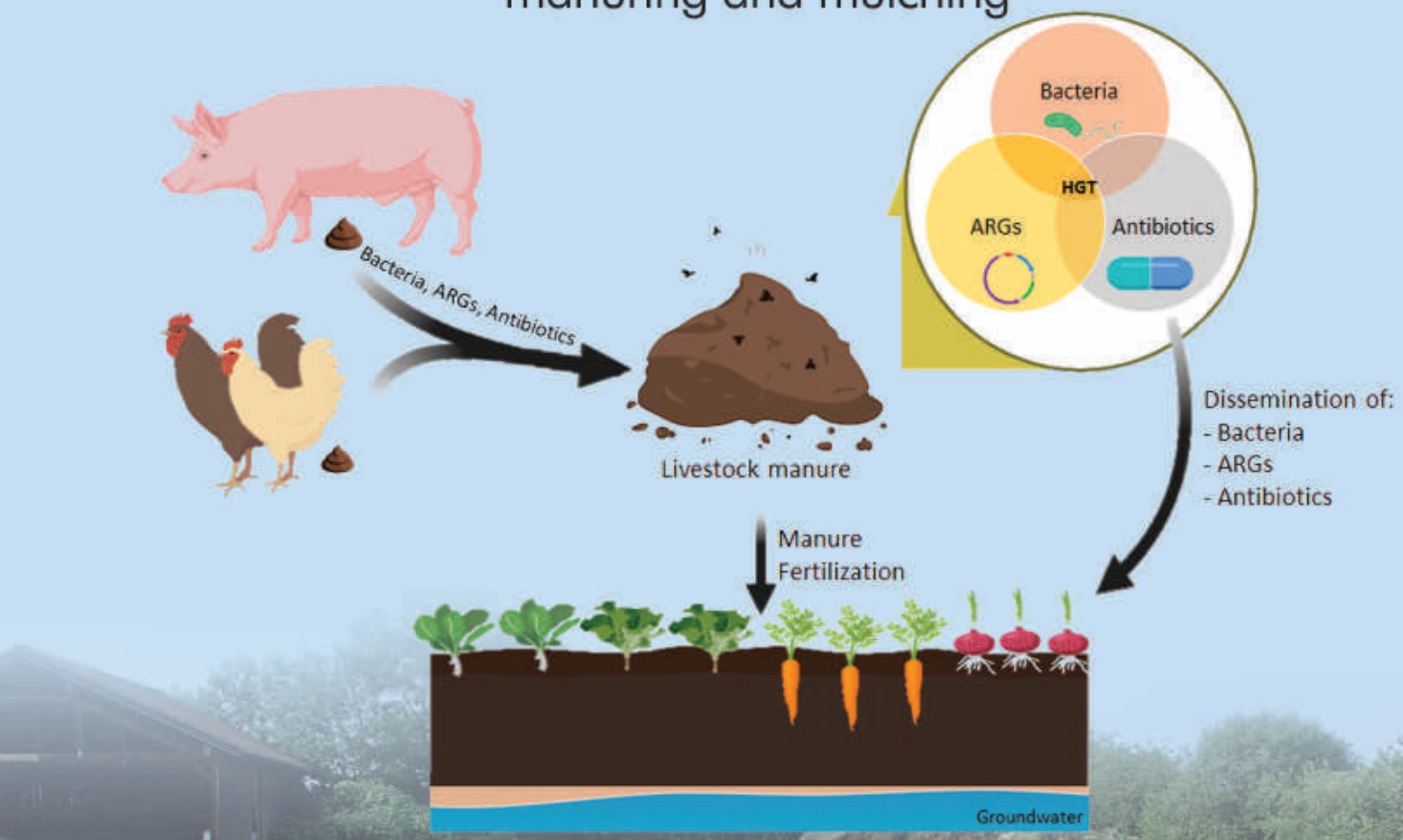
Segregation of dry and wet waste at homes



କମ୍ପୋଷ୍ଟ ଓ ଖତ ତିଆରି ପାଇଁ କୃଷି ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ,
ପଶୁ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE

Agricultural residue, animal waste for composting,
manuring and mulching



ପୁରୁଣା ଖବର କାଗଜ, ପତ୍ର ପତ୍ରିକା ଗୁଡ଼ିକର
ପୁନଃଚକ୍ରଣ ଓ ପୁନଃବ୍ୟବହାର କରିବା

RECYCLE & REUSE

Old newspapers, magazines



ଅବ୍ୟବହୃତ ଏବଂ ବଳକା ରହିଯାଇଥିବା ଅରନ୍ଧା ପନିପରିବା ଅବଶିଷ୍ଟ
ଗୋରୁ ଗାଇମାନଙ୍କୁ ଖାଇବାକୁ ଦେବା

FEED UNUSED

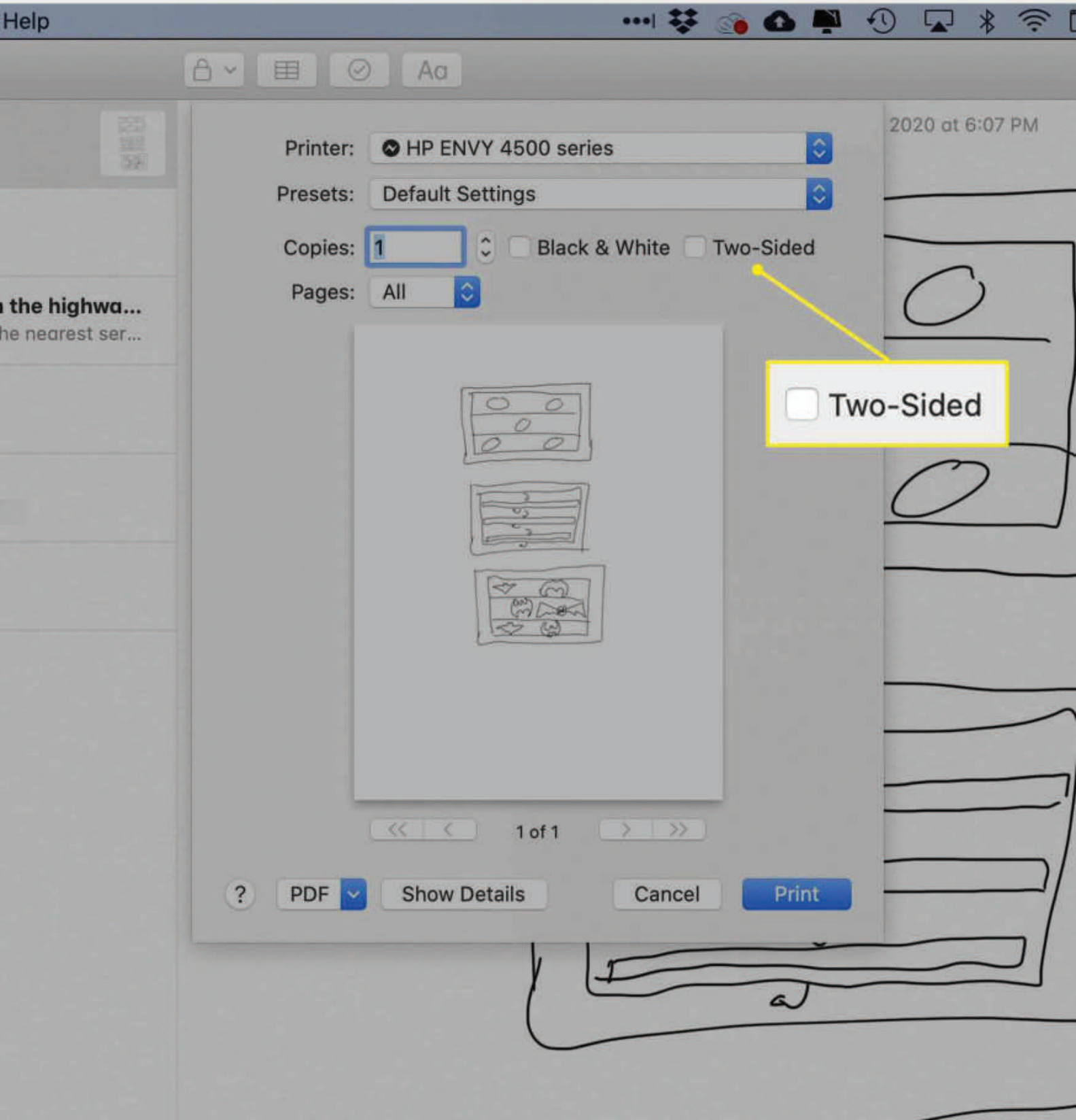
And uncooked vegetables leftovers to cattle



କମ୍ପ୍ୟୁଟରରେ ପ୍ରିଣ୍ଟ କଲାବେଳେ (ଛାପିଲା ବେଳେ)
କାଗଜର ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ପ୍ରିଣ୍ଟର (ଛାପିବାର) ବିକଳ୍ପ ଚୟନ କରିବା

SET PRINTER

Default to double-side printing



ପୁରୁଣା ଆସବାବ ପତ୍ର ମରାମତି, ପୁନଃବ୍ୟବହାର ଓ ପୁନଃଚକ୍ରଣ କରିବା

REPAIR

Reuse and recycle old furniture




ପୁନଃଚକ୍ରିତ କାଗଜରେ ତିଆରି ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବା
BUY PAPER
Products made from recycled paper

ପୁରୁଣା ଲୁଗାପଟା ଓ ବହିପତ୍ରକୁ ଦାନ କରିବା

DONATE

Old clothes and books





ଜଳାଶୟ ଏବଂ ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ଥାନରେ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁ ପକାଇବା ନାହିଁ।

DO NOT DISCARD

Waste in water bodies and in public spaces



ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ଥାନରେ ଗୃହପାଳିତ ଜୀବଙ୍କୁ
ମଳମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗ କରିବାକୁ ଦେବା ନାହିଁ।

DO NOT LET

Pets defecate in the public places



ADOPT
HEALTHY LIFESTYLES
ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ ଆପଣାଇବା



ପୁଷ୍ଟି ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟରେ ମିଲେଟ୍ ଏବଂ ଦେଶୀ/ସ୍ଥାନୀୟ
ଔଷଧୀୟ ଗୁଳ୍ମ ଓ ବୃକ୍ଷଲତାର ବ୍ୟବହାରକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା

ENCOURAGE

Use of millets in food and indigenous herbs and medicinal plants for nutrition and well being



ପ୍ରାକୃତିକ କିମ୍ବା ଜୈବିକ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଖାଇବାକୁ ପସନ୍ଦ କରିବା

PREFER CONSUMING

Natural or organic products



ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ତରରେ ଜୈବ ବିବିଧତା ସଂରକ୍ଷଣ ଆରମ୍ଭ କରିବା

START BIODIVERSITY

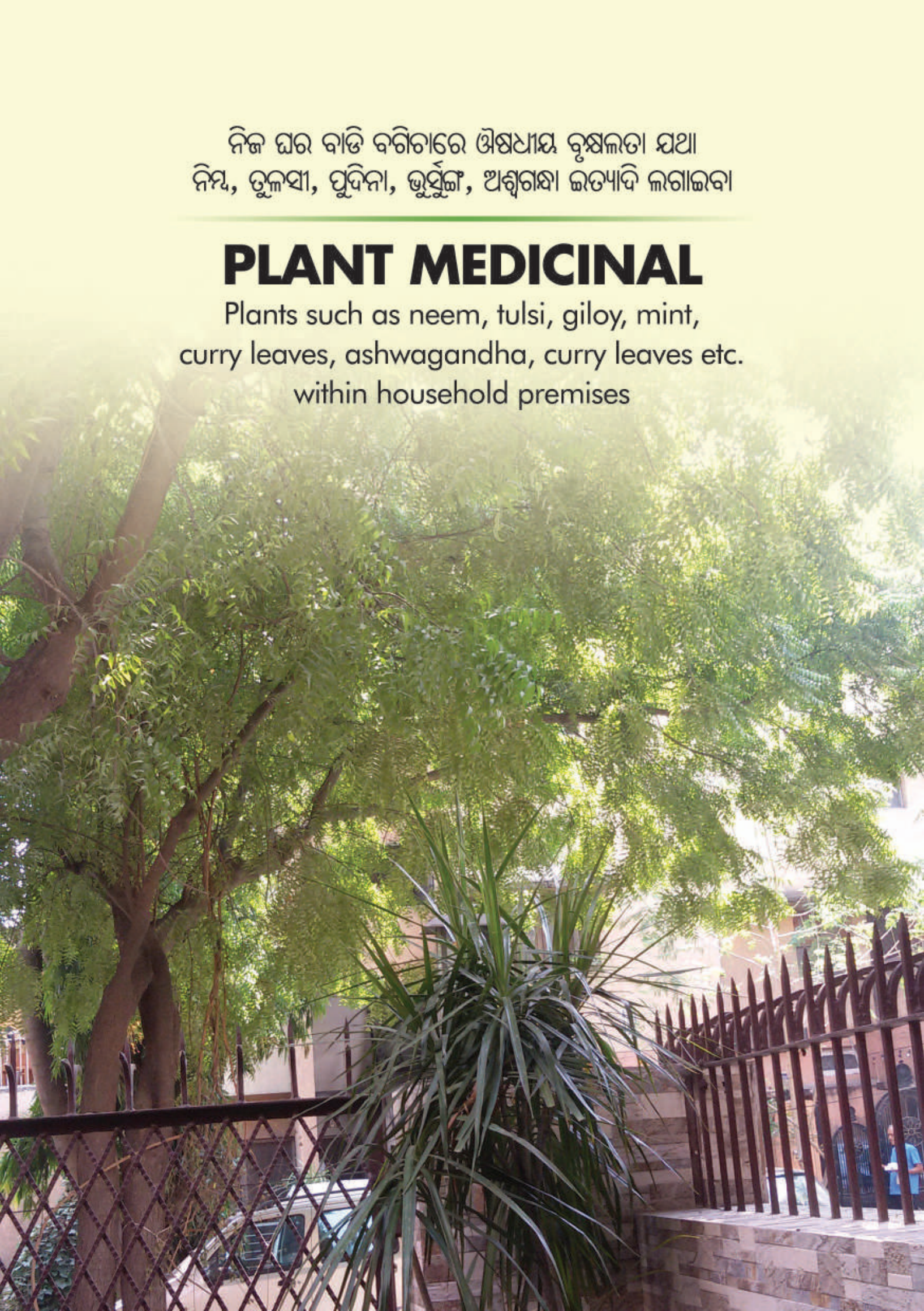
Conservation at community level



ନିଜ ଘର ବାଡି ବଗିଚାରେ ଔଷଧୀୟ ବୃକ୍ଷଲତା ଯଥା
ନିମ୍ବ, ତୁଳସୀ, ପୁଦିନା, ଭୁର୍ସୁଙ୍ଗ, ଅଶ୍ୱଗନ୍ଧା ଇତ୍ୟାଦି ଲଗାଇବା

PLANT MEDICINAL

Plants such as neem, tulsi, giloy, mint,
curry leaves, ashwagandha, curry leaves etc.
within household premises



ପ୍ରାକୃତିକ କିମ୍ବା ଜୈବିକ କୃଷି ଅଭ୍ୟାସ କରିବା

PRACTICE

Natural or organic farming



ପ୍ରଦୂଷଣର ପ୍ରଭାବକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କରିବା

PLANT TREES

To reduce the impact of pollution



ଜଙ୍ଗଲୀ ଜୀବଜନ୍ତୁଙ୍କ ଚମଡା, ହାତୀ ଦାନ୍ତ ଓ
ଲୋମରେ ତିଆରି ଦ୍ରବ୍ୟ କିମ୍ବା ସ୍ମାରକ କିଣିବା ନାହିଁ।

AVOID PURCHASING

Products/souvenirs made from skin,
tuskers and fur of wild animals



ନିଜର ଆବାସିକ କ୍ଷେତ୍ର/ବିଦ୍ୟାଳୟ/କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ
ସବୁଜ କ୍ଲବ ଆରମ୍ଭ କରିବା ଏବଂ ଯୋଗ ଦେବା

CREATE

And volunteer at community food and cloth banks,
and at animal shelters



ନିଜର ଆବାସିକ କ୍ଷେତ୍ର/ବିଦ୍ୟାଳୟ/କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ
ସବୁଜ କ୍ଲବ ଆରମ୍ଭ କରିବା ଏବଂ ଯୋଗ ଦେବା

INITIATE

and/or join green clubs in your
residential area/ school/ office



REDUCE E-WASTE

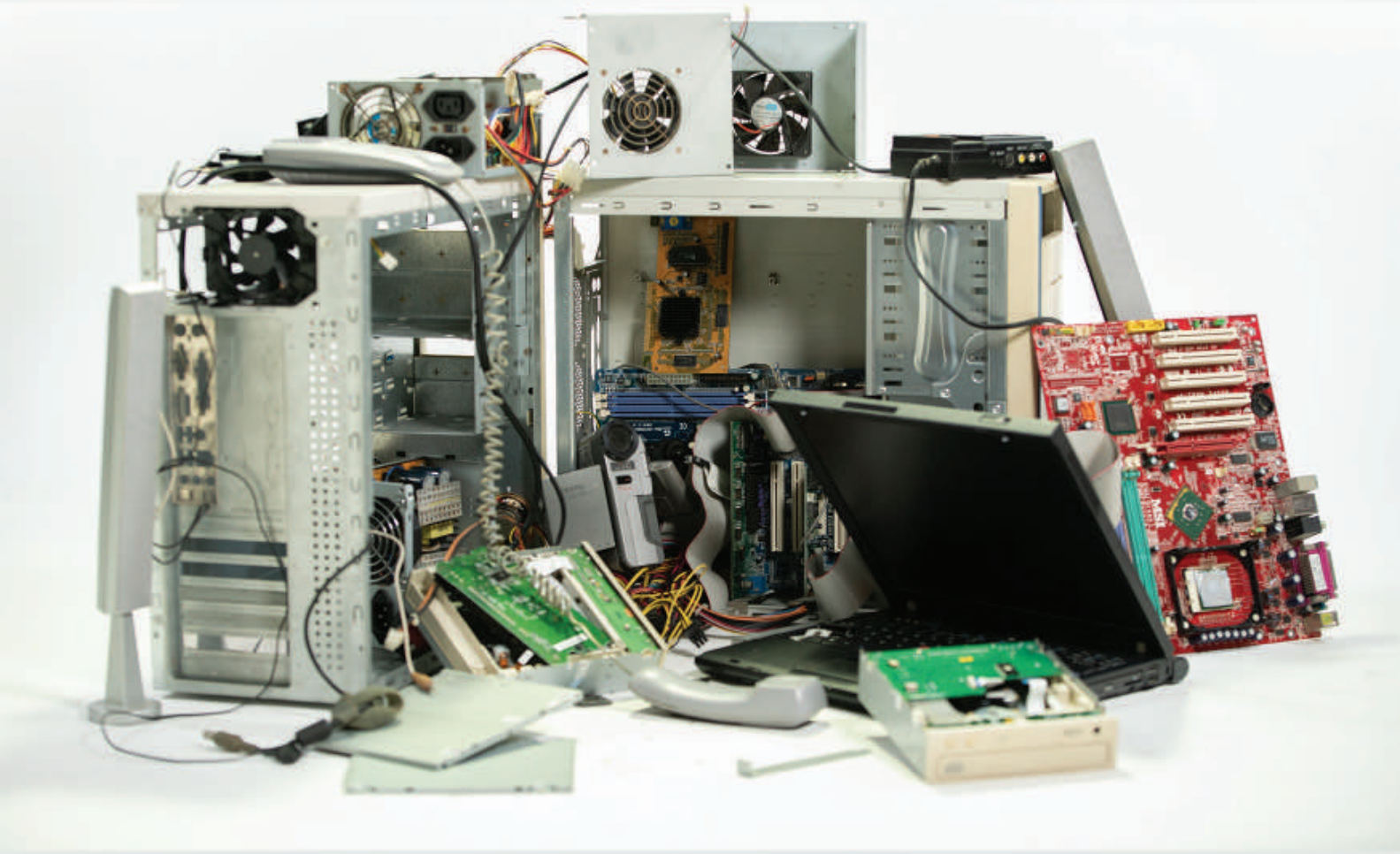
ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ ବର୍ଜ୍ୟ ହ୍ରାସ



ବୈଦ୍ୟୁତିକ ଉପକରଣ ଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବା
ଅପେକ୍ଷା ତାହାର ମରାମତି ଓ ବ୍ୟବହାର କରିବା

REPAIR

and use electronic devices over discarding the devices



ନିକଟସ୍ଥ ଇ-ପୁନଃଚକ୍ରଣ କେନ୍ଦ୍ରରେ
ଇ-ଉପକରଣ ଗୁଡ଼ିକୁ ପରିତ୍ୟାଗ କରିବା

DISCARD

Gadgets in nearest e-recycling units



ପୁନଃ ଚାର୍ଜ କରାଯାଇପାରୁଥିବା
ଲିଥିୟମ୍ ବ୍ୟାଟେରୀ ବ୍ୟବହାର କରିବା

USE

Rechargeable lithium cells





ପେନ୍ ଡ୍ରାଇଭ/ହାର୍ଡ ଡ୍ରାଇଭ୍ ବଦଳରେ
କ୍ଲାଉଡ୍ ଷ୍ଟୋରେଜ୍ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେବା

PREFER

Cloud storage over a pen drive / hard drive




E-waste Recycling Facility
Say No to Single Use Plastic
5.



#ChooseLiFE #MissionLiFE

#ProPlanetPerson #PrakritiKaKhayal



CES, Odisha

CENTRE FOR ENVIRONMENTAL STUDIES (CES)

Department of Forest, Environment & Climate Change, Government of Odisha

CRP - Ekamrakanan Road, IRC Village, Nayapalli, Bhubaneswar, Odisha - 751015

0674 - **255 1853** | www.cesodisha.org | cesodisha@gmail.com | /CESOdishaGovt