ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर0सी0एच0 कमेटी) के सदस्यों का प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य संबंधी प्रशिक्षण

प्रशिक्षकों हेतु माड्यूल

राज्य परिवार नियोजन सेवा अभिनवीकरण परियोजना एजेन्सी (सिफ्सा)

ओम कैलाश टावर, 19–ए, विधान सभा मार्ग, लखनऊ–226001

दूरभाष: 223 7497/ ~498/ ~540

फैक्स: 223 7574 /~388

ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर0सी0एच0 कमेटी) के सदस्यों का प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य संबंधी प्रशिक्षण

सत्र विषय सूची

प्रथम दिवस

सत्र सं0	**सत्र विषय**	**समयावधि**	**पृष्ठ सं.**
सत्र–१	वातावरण निर्माण	१ घंटा	३ – ५
सत्र–२	पंचायत राज	३० मिनट	६ – ६
सत्र –३	गॉव में स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं की स्थिति – हमारा गॉव हमारा स्वास्थ्य	१ घंटा ३० मिनट	१० – १६
सत्र–४	प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी)	४५ मिनट	१७ – २१
सत्र–५	स्वास्थ्य संबंधी जानकारी	१ घंटा	२२ – २४
	कुल	**4 घंटे 45 मिनट**	
द्वितीय दिवस			
सत्र–५	स्वास्थ्य संबंधी जानकारी (क्रमशः)	१ घंटा	–
सत्र–६	सरकारी स्वास्थ्य सेवायें एवं गठजोड़	३० मिनट	२५ – २८
सत्र–७	पंचायत स्तर पर स्वास्थ्य एवं कल्याण सम्बन्धी योजनाएं	३० मिनट	२६ – ३१
सत्र–८	स्त्री पुरूष भेदभाव	४५ मिनट	३२ – ३५
सत्र–६	नेतृत्व विकास एवं कार्य की प्रेरणा	२ घंटे	३६ – ४१
	कुल	**4 घंटे 45 मिनट**	
तृतीय दिवस			
सत्र–१०	स्वास्थ्य नियोजन	३ घंटे	४२ – ४५
सत्र–११	मॉनिटरिंग / निगरानी	१ घंटा १५ मिनट	४६ – ४८
	कुल	**4 घंटे 15 मिनट**	

लक्ष्य : पंचायती राज व्यवस्था स्वास्थ्य सेवाओं को कैसे प्रभावी बनायें

उद्देश्य

- पंचायत व्यवस्था स्वास्थ्य सेवाओं के प्रति जागरूक हो सकेंगीं।
- ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) के सदस्य अपने कार्य एवं जिम्मेदारियां समझ सकेंगे।
- स्वास्थ्य सेवा देने वाले कार्यकर्ता और उनके द्वारा दी जाने वाली सेवाओं एवं उसके महत्व को समझ सकेगें।
- अपने गॉव की जरुरत एवं स्थानीय परिस्थितियों / हालात के आधार पर योजना तैयार कर सकेंगे।
- ग्राम, ब्लाक, तहसील एवं जिला स्तर पर मिलने वाली सेवाओं को जान सकेगें।
- अपने पंचायत क्षेत्र मे बेहतर स्वास्थ्य के लिये अगुवाई कर सकेगें।
- भविष्य में आने वाली स्वास्थ्य योजनाओं के निर्माण एवं क्रियान्वयन में स्थानीय कार्यकर्ताओ की मदद करेंगे।

माड्यूल – 1

वातावरण निर्माण

समय : 1 घंटा

उददेश्यः सत्र के अंत तक सहभागी :

- एक दूसरे से परिचित हो सकेगें।
- अपनी बात कहने व दूसरों की बातों को सुनने का माहौल बना सकेगे।
- प्रशिक्षण के उद्‌देश्य और पूरे दिन का कार्यक्रम जान सकेंगे।

कम सं.	**विषय**	**प्रशिक्षण के तरीके**	**समय**
१	पंजीकरण		१५ मिनट
२	आपसी परिचय	खेल	३० मिनट
३	प्रशिक्षण के उद्‌देश्य व कार्यक्रम	प्रस्तुतिकरण	१५ मिनट

प्रशिक्षण सामग्री :

- फ्लिप चार्ट
- मार्कर पेन
- सादे कागज की छोटी पर्ची नाप (४" x ३" की) प्रतिभागियों की संख्या के बराबर
- एक छोटा डिब्बा या गिलास

तैयारी :

- सादे कागज की छोटी पर्ची नाप (४"x ३" की) पर एक चित्र की दो–दो पर्ची बनायें जैसे : गेंदा, गुड़हल, गुलाब, सूरजमुखी, कमल, अंगूर, सेब, केला, अमरूद, बैंगन, गोभी, लौकी, टमाटर, प्याज, गाजर, मूली, आलू, परवल इत्यादि। पर्ची मोड़कर मिला दें तथा सबको एक डिब्बा या गिलास में डाल दें।
- जैसे फूल के, फलों के, मिठाई के, सब्जी आदि के लगभग ३० से ४० की संख्या मे चित्र के जोडे एक साथ मोड कर पहले से ही रख ले। प्रतिभागी की संख्या के आधार पर मोडे हुये पर्ची के जोडों की संख्या को घटाया / बढाया जा सकता है।
- प्रतिदिन के प्रशिक्षण की समय सारिणी अलग–अलग फ्लिप चार्ट पर लिख लें।

माड्यूल – 1

प्रारम्भिक सत्र – वातावरण निर्माण

समय : 1 घंटा

उददेश्यः सत्र के अंत तक सहभागी :

- एक दूसरे से परिचित हो सकेगें।
- प्रशिक्षण के उद्देश्य जान सकेंगे।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 1ः सहभागियों का पंजीकरण	
चरण – 2ः सहभागियों का स्वागत करें।	
चरण – 3ः आपसी परिचय। पर्ची के खेल द्वारा परिचय सत्र को बढ़ायें। सहभागियों को बतायें कि एक खेल द्वारा हम लोग एक दूसरे से परिचय प्राप्त करेंगे। प्रशिक्षक अपना परिचय देते हुए उदाहरण दें। प्रत्येक प्रतिभागी को डिब्बे या गिलास में रखी एक पर्ची उठाने को कहें, पर्ची खेालकर बने चित्र का जोड़ा ढूँढने को कहें। जोड़े बन जाने पर प्रशिक्षक निम्न निर्देश दें। • प्रत्येक जोड़ा अपना नाम • अपनी कोई एक पसंद • कहॉ से आये हैं • अपने गॉव के लिये आपका एक सपना की जानकारी लें तथा जानकारी लेने के बाद प्रत्येक जोड़ा सामने आकर अपने साथी का परिचय दें। जब सहभागी अपने–अपने गॉव के लिए एक सपना बतायें तब प्रशिक्षक फिलप चार्ट पर	सादे कागज की छोटी पर्ची नाप (४" x ३" की) पर एक चित्र की दो–दो पर्ची बनायें जैसे : गेंदा, गुड़हल, गुलाब, सूरजमुखी, कमल, अंगूर, सेब, केला, अमरूद, बैंगन, गोभी, लौकी, टमाटर, प्याज, गाजर, मूली, आलू, परवल इत्यादि। पर्ची मोड़कर मिला दें तथा सबको एक डिब्बा या गिलास में डाल दें। साथी का परिचय देने से पूर्व परिचय के खेल को प्रशिक्षक स्वयं अपना परिचय देकर खेल को शुरू करे। प्रशिक्षक प्रतिभागी द्वारा बताये सपने को चार्ट पेपर पर अलग अलग लिख ले। परिचय पूरा होने पर हर सपने से जुडी आज की वास्तविकता पर चर्चा करे। उदाहरण गांव साफ सुथरा हो तो आज की वास्तविकता मे जैसे जगह जगह कूडे का ढेर, नालिया टूटी फूटी हैं आदि। अन्त मे समूह को बताये कि प्रशिक्षण के

उनके द्वारा बताये गये सपने लिखते जायें और बाद में दीवार पर चिपका दें। बतायें कि इस प्रशिक्षण में दी गयी जानकारी उनके सपनों को साकार करने में सहायक सिद्ध होगी।	दौरान हम आज की वास्तविकता को बदलने के तरीके और सपनों को साकार करने की चर्चा करते रहेगे।
चरण – 4 : प्रशिक्षण का उद्देश्य प्रशिक्षक प्रत्येक उद्देश्य पर चर्चा अवश्य करे।	**प्रशिक्षण के अन्त तक ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर0सी0एच0 कमेटी) के सदस्य :** • पंचायत व्यवस्था स्वास्थ्य सेवाओं के प्रति जागरूक हो सकेंगीं। • ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) के सदस्य अपने कार्य एवं जिम्मेदारियां पहचान सकेंगे। • अपने गॉव की जरुरत के आधार पर योजना तैयार कर सकेंगे। • स्वास्थ्य सेवा देने वाले कार्यकर्ता और उनके द्वारा दी जाने वाली सेवाओं को समझ सकेगें। • ग्राम, ब्लाक, तहसील एवं जिला स्तर पर मिलने वाली सेवाओं को जान सकेगें। • अपने पंचायत क्षेत्र मे बेहतर स्वास्थ्य के लिये अगुवाई कर सकेगें।
चरण – 5: प्रशिक्षण कार्यक्रम पर एक नजर	पहले दिन के प्रशिक्षण कार्यक्रम की समय सारिणी चार्ट को दीवार पर लगा दें।

माड्यूल – 2

पंचायती राज

समयः 30 मिनट

उददेश्यः सत्र के अंत तक सहभागी :

- पंचायती राज की नई व्यवस्था एवं छः समितियों से परिचित होंगे।

चरण सं.	विषय	प्रशिक्षण विधि	समय
१.	पंचायत क्या है?	ब्रेनस्टार्मिंग	१० मिनट
२.	पंचायत की प्रक्रिया	प्रस्तुतिकरण	१० मिनट
३.	पंचायती राज की छः समितियॉ	प्रस्तुतिकरण	१० मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

- फिलप चार्ट
- मार्कर पेन

माड्यूल – 2

पंचायती राज व्यवस्था

समय: 20 मिनट

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 1 : सहभागियों से पूछें कि उनकी नजर में पंचायत क्या है?	• पंचों (पंचायत प्रतिनिधि) से बना है। • इसमें चुने हुए प्रतिनिधि होते हैं। • प्रधान इसका मुखिया होता है। • पंचायत गॉव के विकास का ध्यान रखती है।
चरण – 2: पंचायत प्रतिनिधियों को अपने अनुभवों को बॉटने के लिए प्रेरित करें कि उनके गॉव में पंचायत द्वारा अभी तक क्या–क्या कार्य किये गये।	**संभावित उत्तर** • खडंजा लगवाया • विद्यालय भवन बनवाया • हैण्डपंप लगवाया इत्यादि
चरण – 3 पंचायत प्रक्रिया के बारे में सहभागियों को बतायें।	• पंचायतों की परम्परा बहुत पुरानी है। • पुराने समय में गॉवों का प्रशासन पंचायत द्वारा ही किया जाता था। • सन् १९९२ में सरकार ने गांव के स्तर पर विकास कार्यक्रमों में लोगों की भागीदारी बढ़ाने के लिए संविधान में ७३वां संशोधन किया। • भारतीय संविधान के ७३वें संशोधन के द्वारा पंचायतों को स्थानीय सरकार का दर्जा दिया गया है और सत्ता का विकेन्द्रीकरण हुआ है। • पंचायती राज संस्थाओं का कार्यकाल ५ वर्ष के लिए निर्धारित किया गया। • इसमें महिलाओं की भागीदारी विशेषरूप से सुनिश्चित है। • सामाजिक–आर्थिक रूप से पिछड़े वर्गों की भागीदारी है। • गॉव के विकास के लिए मिलजुलकर योजना बनाना। • स्थानीय कार्यकर्ताओं के सहयोग से योजनाओं को लागू करना। • कार्यो की निगरानी करना।
चरण – 4 : सहभागियों से पूछें कि पंचायतें अपने काम किन समितियों के द्वारा करते हैं। (इस प्रश्न का	**संभावित उत्तर** • नियोजन एवं विकास समिति • शिक्षा समिति • निर्माण कार्य समिति

प्रशिक्षण विधि	**प्रशिक्षक के नोट्स**	
उत्तर प्रधान, ग्राम पंचायत विकास अधिकारी अथवा पंचायत प्रतिनिधि सरलता से दे सकते हैं)	• **स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति** जल प्रबन्धन समिति • प्रशासनिक समिति	
चरण – 5 : सहभागियों में उपस्थित प्रधान अथवा ग्रम पंचायत विकास अधिकारी से प्रत्येक समिति के कार्य के बारे में संक्षिप्त में बताने को कहें।	**समिति का नाम**	**समिति के कार्य**
	१. नियोजन एवं विकास समिति	१. ग्राम पंचायत की योजना तैयार करना। २. कृषि, पशुपालन, गरीबी मिटाना आदि कार्यक्रमों का संचालन।
	२. शिक्षा समिति	१. प्राथमिक शिक्षा, उच्च प्राथमिक शिक्षा, अनौपचारिक शिक्षा, साक्षरता आदि से संबंधित कार्य
	३. निर्माण कार्य समिति	१. सभी निर्माण कार्य कराना और गुणवत्ता सुनिश्चित करना।
	४. स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति	१. चिकित्सा, स्वास्थ्य, परिवार कल्याण संबंधी कार्य और समाज कल्याण विशेष रूप से महिला एवं बाल कल्याण योजनाओं का संचालन। २. अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति तथा पिछड़े वर्गो की उन्नति एवं संरक्षण।
	५. प्रशासनिक समिति	१. कर्मियों संबंधी समस्त विषय २. राशन की दुकान संबंधी कार्य
	६. जल प्रबन्धन समिति	१. राजकीय नलकूपों का संचालन २. पेयजल संबंधी कार्य
चरण – 6: प्रधानजी अथवा ग्राम पंचायत विकास अधिकारी अथवा पंचायत के किसी अन्य सदस्य से प्रशिक्षक अनुरोध करें कि वे बतायें कि यह जो नई पंचायती राज प्रणाली बनाई गई है उससे क्या लाभ है।	**सम्भावित उत्तर** • हमें मौका मिला कि हम ग्राम के विकास में सक्रिय भाग ले सकें तथा आपस में मिलजुल कर अपने गॉव के विकास में गति दें। • हम अपने गॉव के विकास कार्यो का स्वयं नियोजन कर सकते हैं और उन पर निगरानी रख सकते हैं।	

पंचायती राज व्यवस्था ने ठाना है, जन–जन में चेतना लाना है ।।

माड्यूल – 3

गॉव में स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं की स्थिति – हमारा गॉव, हमारा स्वास्थ्य

समयः 1 घंटा 30 मिनट

उददेश्यः सत्र के अंत तक सहभागी :

- अपने गांव की स्वास्थ्य की स्थिति तथा मिलने वाली स्वास्थ्य सेवाओं को समझ सकेंगें।
- स्वास्थ्य सेवाओं व उनके महत्व को समझ सकेंगें।
- सभी के लिए स्वास्थ की सोच विकसित कर सकेंगें।

चरण सं.	**विषय**	**प्रशिक्षण विधि**	**समय**
१.	अपने गाँव की स्वास्थ्य स्थिति को आँकना	प्रस्तुतिकरण	१५ मिनट
२.	स्वास्थ्य सेवाओं का महत्व	प्रस्तुतिकरण एवं समूह कार्य	१५ मिनट
३.	सभी के लिए स्वास्थ्य की सोच	प्रस्तुतिकरण	१ घंटा

प्रशिक्षण सामग्रीः

- फ्लिप चार्ट
- मार्कर पेन

सिफ्सा SIFPSA

माड्यूल – 3

गॉव में स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं की स्थिति – हमारा गॉव, हमारा स्वास्थ्य

समयः 1 घंटा 30 मिनट

प्रशिक्षण के तरीके	**प्रशिक्षक के नोट्स**
चरण – 1: प्रतिभागियों को १, २, ३ व ४ की गिनती के क्रम में चार समूह में बॉटें तथा प्रशिक्षक निम्न बिन्दुओं पर समूह में चर्चा करवायें। ● गॉव में स्वास्थ्य संबंधी क्या–क्या समस्यायें हैं।	**संभावित उत्तर :** • मौसमी बुखार • तपेदिक (टी.बी.) • दमा • हैजा • दस्त रोग • उल्टी • पीलिया • मलेरिया • गर्भवती की देखभाल • सुरक्षित प्रसव • बच्चों का स्वास्थ्य • परिवार नियोजन
● इलाज के लिए समुदाय के लोग कहॉ जाते हैं तथा किस पर निर्भर होते हैं?	**संभावित उत्तर** ● घरेलू इलाज ● गॉव के डाक्टर के पास
● नवजात शिशुओं की देखभाल व टीकाकरण की सेवायें कहॉ उपलब्ध हैं।	**संभावित उत्तर** ● टीके नहीं लगते ● नर्स दीदी टीके लगाती हैं
● महिलाओं की देखभाल व प्रसव की सेवायें कहॉ पर उपलब्ध है?	**संभावित उत्तर** ● घर पर ● दाई के द्वारा
नोट : उपरोक्त बिन्दुओं को चार्ट पर लिखकर समूह के सुविधा के लिए दीवार पर लटका दें।	

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 2ः प्रत्येक समूह, समूह में हुई चर्चा का प्रस्तुतिकरण करे। प्रशिक्षक प्रतिभागियों को यह बतायें कि सभी को एक कहानी सुनायी जा रही है। अन्त में इससे संबंधित प्रश्न के उत्तर आपको देने होगें।	प्रशिक्षक समूह चर्चा का संक्षिप्तीकरण करते हुए गॉव में स्वास्थ्य की स्थिति को और बेहतर बनाने के लिए स्वास्थ्य के मुख्य बिन्दुओं पर प्रकाश डालें। चौबेपुर गॉव में तीन सदस्यों का एक परिवार रहता है – यशोदा, उसका बेटा मोहन और बहू राधा। शादी के समय राधा की उम्र १६ वर्ष थी। वह बहुत ही दुबली पतली, उसका वजन रहा होगा लगभग ४० किलोग्राम। शादी के अगले ही साल वह गर्भवती हो गयी। उसका पति मोहन एक छोटा किसान है। वह किसी और के खेत में मजदूरी करता है। राधा और यशोदा घर पर रहते हैं। गर्भ धारण करने के ३ महीने बाद जा कर राधा ने अपनी सास को बताया कि वह गर्भवती है। सास ने उससे कहा कि अगर कोई दिक्कत हो तो बताना। समय धीरे–धीरे गुजरता गया, राधा घर पर काम करती रही, पर अब उसे थकान और सुस्ती महसूस होने लगी थी। कई बार उसने सांस फूलने की शिकायत की। खाने से उसकी रूचि हट गई। कई बार तो ऐसा होता था कि वह बिना खाये सो जाती थी। जब राधा को गर्भधारण किये आठ माह हो चुके थे उसका पांव फूल गया। घर का कामकाज करते हुए उसे जल्दी ही थकान आ जाती थी। एक दिन अचानक ए.एन.एम. और ऑगनबाड़ी कार्यकर्ता उनके गांव आई और उनकी नजर राधा पर पड़ी। उन्होनें राधा से कहा कि जल्द से जल्द स्वास्थ्य केन्द्र आकर अपनी जांच कराओ। राधा जांच के लिए गई। जांच के बाद ए.एन.एम. बहन ने उसे बताया कि उसमें खून की कमी है और उसका वजन केवल ४४ किलोग्राम है जबकि इससे ज्यादा होना चाहिए था। पूरी जांच के बाद यह पता चला कि राधा के पेट में जो बच्चा है उसकी हालत सही नहीं है।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षक के नोट्स
	उसे आयरन फोलिक ऐसिड की गोलियां लेने की सलाह दी गई और प्रसव के लिए स्वास्थ्य केन्द्र आने को कहा गया। ए.एन.एम. बहन ने राधा को यह सलाह भी दी कि वह ज्यादा खाना खाये, कम से कम एक अतिरिक्त खाना खाये। नौ महीने बीत गये। राधा को प्रसव का दर्द उठा। सास ने गांव की दाई को बुलवाया। दाई ने बताया कि पेट में बच्चे की स्थिति असामान्य है इसलिए प्रसव कराना उसके बस से बाहर की बात है। उसने सलाह दी कि राधा को उसी समय तहसील स्थित जिला अस्पताल ले जाया जाये। सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र गांव से १२ किलोमीटर दूर था। किसी तरह लोगों ने मिलजुलकर जाने के लिए गाड़ी का इंतजाम कर लिया पर जब तक अस्पताल पहुॅंचते राधा दम तोड़ चुकी थी।
सहभागियों को चार समूहों में बॉटें। प्रत्येक समूह को निम्नलिखित में से एक विषय पर चर्चा हेतु दें और समूह के विचार प्रस्तुत करने के लिए किसी एक को कहें : **१. राधा की मौत के क्या कारण थे?** **२. राधा की मौत के लिए कौन–कौन जिम्मेदार थे?** **३. राधा को कैसे बचाया जा सकता था?** **४. ऐसी घटनायें और न हों इसके लिए क्या करना चाहिए?** प्रस्तुतिकरण के बाद प्रशिक्षक फिलप चार्ट पर लिखें मुख्य बिन्दुओं को दर्शाते हुए छूटे हुए बिन्दुओं पर ध्यान आकर्षित करायें।	
1. **राधा की मृत्यु के कारण** :	**राधा की मृत्यु के कारण** : • १६ साल की कम उम्र में शादी • वजन केवल ४० किलोग्राम (बहुत दुबली पतली)

प्रशिक्षण के तरीके	**प्रशिक्षक के नोट्स**
	• शादी के एक साल बाद ही कम उम्र में गर्भवती हो गई • पंजीकरण नहीं कराया • प्रसव पूर्व जांच नहीं कराई • पर्याप्त आराम नहीं किया • खाना अपर्याप्त खाया और रोज एक अतिरिक्त आहार नहीं लिया • गर्भावस्था के दौरान इसका वजन केवल ४ किलोग्राम ही बढ़ पाया • परिवार ने प्रसव के लिए तैयारी नहीं की
2. राधा की मौत के लिए कौन जिम्मेदार थे?	**राधा की मौत के लिए कौन जिम्मेदार थे?** • आई.सी.डी.एस. – ऑगनबाड़ी कार्यकत्री • स्वास्थ्य विभाग – ए.एन.एम. • पंचायत / ग्रामीण विकास • परिवार • समुदाय
3. राधा को कैसे बचाया जा सकता था?	**राधा को कैसे बचाया जा सकता था?** • गर्भधारण करते ही ए.एन.एम. बहनजी के पास जाकर पंजीकरण करके। • एक महीने के अन्तराल पर टी.टी. की दो सुई लगवाकर। • १०० आयरन की गोलियां खाकर। • ए.एन.एम. बहनजी के पास कम से कम तीन प्रसवपूर्व जॉच करवाकर • प्रशिक्षित दाई द्वारा प्रसव करवाकर। जब प्रशिक्षित दाई को पता चल जाता है कि पेट में बच्चे की स्थिति सही नहीं है तब वह उसे तुरन्त अस्पताल भेजने की सलाह देती है।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षक के नोट्स
ऐसी घटनायें रोकने के लिए क्या कदम उठाने चाहिए?	निम्न परिवर्तन के लिए सामाजिक देखरेख जागरूकता और कार्यवाई जरूरी है : • शादी देर से करके (महिलाओं के लिए १८ वर्ष और पुरूषों के लिए २१ वर्ष के बाद) • पहला गर्भधारण विलंब से करके (२० साल के बाद) • आई.सी.डी.एस. या स्वास्थ्य विभाग (उप स्वास्थ्य केन्द्र / प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र / सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र / जिला अस्पताल) में पंजीयन करा कर • दिन में दो घंटे के आराम का महत्व बताकर • प्रत्येक दिन एक अतिरिक्त खुराक देकर जिससे गर्भावस्था के दौरान उपयुक्त वजन बढ़ता है (८–१० किलो तक) • पहली तिमाही के बाद रोज आई.एफ.ए. की एक गोली (कम से कम १०० गोलियां) दे कर। • प्रसव के दौरान, जच्चा–बच्चा को संक्रमण से बचाने के लिए ५ प्रकार की सफाई अपना कर (साफ स्थान, साफ हाथ, साफ ब्लेड, साफ नाल, साफ धागा नाल बॉधने के लिए) • प्रत्येक प्रसव को गंभीर मानकर चलना चाहिए और पहले से तैयारियां करके रखनी चाहिए, जैसे कि ए.एन.एम. या प्रशिक्षित दाई को सूचना, ले जाने के लिए वाहन का इंतजाम इत्यादि।
चरण – 3ः सहभागियों को बतायें कि थोड़ी सी होशियारी और सूझबूझ तथा एक दूसरे के सहयोग से हम अपने क्षेत्र में निम्नलिखित सुनिश्चित कर सकते हैं ताकि राधा जैसे महि लाओं की मौत न हो।	• ए.एन.एम. से हर माह गर्भवती को दी जा रही सेवाओं के बारे में जानकारी प्राप्त करके। • चूँकि आशा जो उसी गॉव में रहती है, ए.एन.एम. के सहयोग से गॉववालों को स्वास्थ्य सेवायें दिलवाएगी। • उदाहरण के तौर पर टीकाकरण तो ए.एन.एम. बहनजी ही करेंगी परन्तु आशा टीकाकरण के लाभार्थियों (शिशु एवं गर्भवती) से मिलकर उन्हें टीके का महत्व समझाएगीं तथा यह सेवा कहॉ और कब मिलेगी यह भी बताएगी।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षक के नोट्स
	• टीकाकरण वाले दिन ए.एन.एम. बहनजी के साथ आशा भी मौजूद रहेगी और टीकाकरण में सहयोग देगी। • जिस दिन ए.एन.एम. बहनजी गॉव में आती है उस दिन आशा गर्भवती महिलाओं और शिशुओं को इकट्ठा करके ए.एन.एम. बहनजी से सेवा लेने के लिए प्रेरित करेंगी। आशा से हर माह की बैठक में किये गये कार्य एवं कार्य में आ रही परेशानियों को जानकर ऐसे कदम उठाना जिससे कि काम में आ रही परेशानियॉ कम हों जैसे : • वह गर्भवती महिला की सास इत्यादि, उसे सेवा लेने के लिए ए.एन.एम. के पास जाने नहीं देतीं • कुछ गर्भवती महिला आयरन की १०० गोलियॉ ले तो लेती हैं परन्तु खाती नहीं है। ग्राम प्रधान बैठक में सुरक्षित मातृत्व एवं प्रसव संबंधी देखभाल के बारे में पुरूषों को जानकारी दे सकते हैं। ए.एन.एम. गर्भवती महिलाओं के घरवालों को उसके द्वारा दी जाने वाली सेवाओं के महत्व के बारे में बता सकती हैं। ऑगनबाड़ी कार्यकर्ता भी गर्भवती महिला को खाने पीने, आराम इत्यादि के बारे में बता सकती हैं। सिफ्सा परियोजना के अन्तर्गत अनेक जिलों में दाईयों को प्रशिक्षण दिया गया है। अतः प्रशिक्षित दाईयों से ही प्रसव करवायें।
संक्षिप्तिकरण :	

हम ग्रामवासियों का है यह सपना ।

गॉव स्वस्थ, सुखी व सम्पन्न हो अपना ।।

माड्यूल – 4

स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर0सी0एच0 कमेटी)

समय : 45 मिनट

उद्देश्यः सत्र के अंत तक सहभागीः

- समिति बनाने से क्या लाभ है जान सकेंगे।
- ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) किन–किन लोगों को मिलाकर बनायी जाती है, जान सकेंगे।
- ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) के कार्य व जिम्मेदारियॉं बता सकेंगे।

चरण सं.	विषय	प्रशिक्षण विधि	समय
१.	प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) की संरचना	चर्चा	२० मिनट
२.	प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) के कार्य एवं जिम्मेदारियॉं	समूह कार्य एवं चर्चा	२० मिनट
३.	संक्षिप्तीकरण	चर्चा	५ मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

- फ्लिप चार्ट
- मार्कर पेन

सिफ्सा SIFPSA

माड्यूल – 4

ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर0सी0एच0 कमेटी)

समय : 45 मिनट

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 1 : **आओ खेल खेलें** • सहभागियों को बतायें कि हम लोग एक खेल खेलेंगे जिससे यह सीखेंगे कि स्वास्थ्य समिति के रूप में लोगों को मिलजुलकर काम करने से क्या फायदे हैं? • अगर महिलाओं और पुरूषों का मिलाजुला समूह है तो दोनों के लिए अलग अलग खेल करायें। • सहभागियों में सात लोगों को आगे आने के लिए आमंत्रित करें। • चार लोगों को एक तरफ ले जाकर बाघ बनने को कहें तथा उनकी भूमिका समझायें कि उसे लोगों के बीच बैठी बकरी को छूने का प्रयास करना है। • तीन लोगों को बकरी बनने को कहें तथा उनकी भूमिका समझायें। • बाकी बचे सहभागियों को निर्देश दें कि वे किसी भी तरह अपनी बकरियों को बचाने का प्रयास करें।	• चार बाघ हैं, बाघ ज्यादा भी हो सकते हैं • उसी तरह अनेक बीमारियॉ हैं जो हमारी बकरी अर्थात मॉं, पिता और बच्चों को पकड़ने के लिये अलग–अलग तरीके से जैसे असावधानी, टीकाकरण न करवाना, गंदगी, अस्वच्छ पेयजल, देखभाल की कमी इत्यादि तरीकों से प्रयास कर रही है। • हमारे प्रयास जैसे कि गॉंव के विकास की योजना बनाना, विभिन्न विभागों से तालमेल, लोगों के सहयोग एवं व्यक्तिगत प्रयास आदि के द्वारा हम अपनी बकरियों अर्थात गॉंव के लोगों को बचा सकते हैं। • लोगों के सहयोग व समिति की जरूरत – सौभाग्य से ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) के सदस्य के रूप में हमको अपने गॉंव के लोगों को स्वास्थ्य समस्याओं से बचाने का मौका भी मिला है

• बाघ को कम से कम ५ मौके दें कि वो बकरियों को पकड़ने के लिये अलग–अलग तरीके से प्रयास करें। • प्रत्येक हमला और बचाव के बाद सहभागियों को अलग–अलग विचार विमर्श के लिये आधे मिनट का चर्चा करने तथा सोचने का मौका दें कि वे तय कर सकें कि बाघ किस तरह से हमला करेगा तथा सहभागी किस प्रकार से बचाव करेंगे। • खेल के बाद प्रतिभागियों को एक साथ बैठाकर चर्चा करें और सूची बनायें कि : • बाघ बकरियों को पकड़ने के लिये क्यों प्रयास करता है? उत्तरों का संदर्भ लेते हुए स्पष्ट करें कि	
चरण – 2ः ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर0सी0एच0 कमेटी) सहभागियों को बतायें कि ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) किन–किन लोगों को मिलाकर बनी है।	अब ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) में एक सभापति तथा निम्नलिखित सदस्य होगें जो ग्राम पंचायत के सदस्यों द्वारा अपने में से नियत रीति से निर्वाचित किये जायेंगे। ग्राम प्रधान इस समिति का सभापति होगा इसके अतिरिक्त स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति के समस्त सदस्य उपरोक्त समिति के सदस्य होगें व अल्पसंख्यक वर्ग का एक पंचायत सदस्य, उपलब्ध न होने पर ग्राम सभा के सदस्यों में से अनुमेलन की व्यवस्था की जायेगी जो इसका सदस्य होगा। संबंधित ग्राम पंचायत विकास अधिकारी / सचिव ग्राम पंचायत भी इस मिति के सदस्य होगें। संबंधित ए.एन.एम. सदस्य सचिव के रूप में काम करेगी। ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) में एक सभापति तथा निम्नलिखित सदस्य होगें जो ग्राम पंचायत के सदस्यों द्वारा अपने में से नियत रीति से निर्वाचित किये जायेंगे। अध्यक्ष – ग्राम प्रधान संयोजक – ए.एन.एम. सदस्य – स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति के समस्त छः सदस्य

	अन्य विशेष आमंत्री : – ऑगनबाड़ी कार्यकर्ता – आशा – पंचायत की महिला सदस्य – प्रा. स्कूल का नामित अध्यापक – प्रशिक्षित ग्राम दाई – प्रत्येक छोटे गॉव से १ से २ सदस्य – अनुसूचित जाति तथा अनुसूचित जनजाति प्रतिनिधि – लेखपाल इसके अलावा संबंधित ग्राम पंचायत से अधिकतम ०६ सदस्य जो कि विशेष आमंत्रित / कोआपटेड होगें जोकि संबंधित ग्राम की आंगनबाड़ी कार्यकत्री, शिक्षामित्र / स्थानीय शिक्षिका / शिक्षक, प्रशिक्षित दाई, स्वयं सहायकता समूह की सदस्य (स्वर्ण जयंती रोजगार योजना, स्वशक्ति योजना आदि) में से होगे। विशेष आमंत्री को समिति की बैठक में अपने विचार प्रकट करने का अधिकार होगा और इनके सुझावों पर समिति की बैठक गंभीरतापूर्वक विचार करेगी तथा उन्हें समिति की बैठक की कार्यवाही में अंकित भी करेगी किन्तु विशेष आमंत्री को समिति की बैठक में मत देने का अधिकार नहीं होगा।
चरण – 3 : सहभागियों को वर्तमान शासनादेश (नई व्यवस्था) के बारे में बताते हुए ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) के कार्य एवं उत्तरदायित्व से संबंधित स्वयं द्वारा तैयार किये चार्ट दिखाकर उनके कार्य एवं उत्तरदायित्व स्पष्ट करें।	**चर्चा करें जैसे :–** • चिकित्सा, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग की योजनाओं जैसे कुपोषण, अन्धता निवारण, कुष्ठ रोग, क्षय रोग, घेंघा नियन्त्रण कार्यक्रम में सहयोग प्रदान करना • महिला एवं बाल विकास योजनाओं के क्रियान्वयन में सहयोग जैसे कि राष्ट्रीय मातृत्व लाभ योजना, बालिका समृद्धि योजना तथा बंदे मातरम योजना • बीमारियों की रोकथाम एवं रेफरल सेवाओं में सहयोग दें। • जब किसी व्यक्ति की परेशानी या किसी मरीज का इलाज गॉव स्तर पर नहीं हो सकता है तो उसे डॉक्टरी

(ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) के कार्य एवं उत्तरदायित्व सत्र के अंत में संलग्न है।) संलग्नक १ के आधार पर चर्चा करें।	/ ए.एन.एम. की सलाह के लिए भेजना चाहिए। ए.एन.एम. की सलाह के लिए उपकेन्द्र तथा डाक्टरी सलाह के लिए प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र / सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पर जाना चाहिए। सुविधा के लिए वर्तमान शासनादेश की प्रति संलग्न है।
चरण – 4 : सहभागियों को छोटे समूहों में बॉट दें तथा समूह कार्य दें कि ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर०सी०एच० कमेटी) के दिये गये कार्यो में से कौन से कार्य सरल एवं कठिन हैं? सरल अथवा कठिन होने के कारणों पर भी चर्चा के उपरान्त बतायें कि :	काम सरल एवं कठिन होने के मानदण्ड सभी व्यक्तियों के लिए अलग–अलग हो सकते है किन्तु उन कामों के करने से हमारे गॉव की अनेक स्वास्थ्य समस्याओं का समाधान हो जायेगा। अनेक बच्चों एवं मॉओं को मरने से बचाया जा सकेगा अतः अगर कुछ छोटी मोटी बाधायें या परेशानियॉ आती भी है तो हमें मिलजुल कर इसका हल निकालना होगा।
चरण – 5 : **संक्षिप्तीकरण** **सहभागियों से पूछें कि :** • हम मिजुलकर किस प्रकार से अपने गॉव को बीमारियों से बचा सकते हैं? स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति के कुछ कार्यो को दोहराने को कहें।	

ग्राम स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति / प्रजनन एवं बाल विकास समिति (आर0सी0एच0 कमेटी) की शक्ति से, बीमारियॉ हटेंगी बस्ती से ।।

ग्राम स्वास्थ्य समिति के कार्य

सिफ्सा SIFPSA

माड्यूल – 5

स्वास्थ्य संबंधी जानकारी

समय : 2 घंटे

उद्देश्य : सत्र के अंत तक सहभागी बता सकेंगे कि :

- प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें कौन–कौन सी हैं और उन्हें लेना क्यों जरूरी है?
- टी.बी., मलेरिया, कुष्ठ रोग इत्यादि कैसे फैलते हैं, उनसे बचाव कैसे कर सकते हैं और रोगी को कौन से लक्षण होते हैं।

चरण सं.	विषय	प्रशिक्षण विधि	समय
१.	प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य प्रदर्शनी	• सहभागियों को दो समूह में बॉटते हुए अलग–अलग बैठायें। • सहभागियों को हर एक पैनल (पोस्टर) दिखाते हुए चर्चा करें • समूह चर्चा	१ घंटा १५ मिनट
२.	टी.बी., मलेरिया, कुष्ठ रोग, घेंघा, कुपोषण, रतौंधी, एड्स इत्यादि के लक्षण, इलाज एवं बचाव	फिलप बुक द्वारा चर्चा	४५ मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

- फिलप चार्ट (पहले से विषयानुसार तैयार किये गये)
- मार्कर पेन
- प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य विषयक १६ पैनल (पोस्टर) प्रदर्शनी के लिए

SIFPSA

माड्यूल – 5

स्वास्थ्य संबंधी जानकारी

समय : 2 घंटे

उद्देश्य : सत्र के अंत तक सहभागी बता सकेंगे कि :

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 1: ● एक स्वास्थ्य गीत के साथ सत्र की शुरूआत करें। ● प्रशिक्षक एक पंक्ति गायें और सहभागी उस पंक्ति को गाकर दोहरायें।	
चरण – 2: ● सहभागियों को बतायें कि उन्हें प्रजनन व बाल स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों पर एक प्रदर्शनी दिखाई जायेगी। ● सहभागियों को दो समूहों में बॉटे। ● दोनों समूहों को अलग–अलग बैठायें। ● पहले समूह में ट्रेनर क्रम से एक–एक पैनल दिखायें तथा सहभागियों से निम्न बिन्दुओं पर चर्चा करें। – पैनल में किस विषय की जानकारी दी गई है?	**19 पैनल (पोस्टर) की प्रदर्शनी** १. प्रजनन व बाल स्वास्थ्य २. प्रसवपूर्व देखभाल ३. गर्भावस्था में खतरे के संकेत ४. प्रसवपूर्व तैयारी ५. सुरक्षित प्रसव ६. नवजात शिशु एवं ० से ५ वर्ष आयु के बच्चों की देखभाल ७. टीकाकरण ८. पोलियो ९. दस्तरोग १०. टेटनस ११. विवाह की उचित आयु १२. लड़का / लड़की एक समान १३. भ्रूण के लिंग की जॉच १४. परिवार नियोजन के अस्थाई व स्थाई साधन १५. पुरूष नसबंदी (एन.एस.वी.) १६. प्रजनन तंत्र संक्रमण / यौन रोग

	१७. जनसंख्या विस्फोट के प्रभाव १८. प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र पर दी जाने वाली सेवायें १९. प्रथम संदर्भ यूनिट – सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र
• सहभागियों से चर्चा के बाद दूसरा प्रश्न पूछें। – पैनल में बताये गये विषय पर गॉव में क्या स्थिति है? जैसे कि पैनल में प्रसव पूर्व देखभाल की चर्चा है तो पूछना होगा कि प्रसव पूर्व देखभाल कितनों की हो पाती है, कहॉ हो पाती है, क्या समस्यायें आती हैं इत्यादि। • इस विषय पर चर्चा के बाद तीसरा प्रश्न पूछें: – पैनल से हमें क्या शिक्षा या संदेश मिलता है। • चर्चा के उपरान्त सहभागियों से चौथा प्रश्न पूछें। – पंचायत को इस विषय पर क्या–क्या कार्य करना चाहिए।	• जब एक प्रशिक्षक पहले समूह के साथ पैनल पर चर्चा कर रहा हो तो दूसरे समूह के प्रशिक्षक कोई खेल करा सकते हैं (जिससे कि पहले समूह के कुछ पैनल खाली होकर दूसरे समूह में काम आ सकें) जैसे कि – नेता–नेता चाल बदल – ७ की गिनती, सात का पहाड़ा और ताली – जोड़े बनाओ (लाला जी ने लड्डू बॉटे) • इस पूरे सत्र को दो हिस्सों में करें। आधा सत्र पहले दिन तथा आधा सत्र दूसरे दिन किया जायेगा। फ्लिप बुक दिखाकर संक्षेप में टी.बी., मलेरिया, कुष्ट रोग, एड्स, कैंसर, घेंघा, रतौंधी तथा कुपोषण इत्यादि के बारे में बतायें।
हर समूह के साथ एक प्रशिक्षक होगा जो प्रत्येक पोस्टर पर चर्चा करेगा। **नोटः** एक – एक पैनल को कुर्सी या मेज के ऊपर रख कर दिखाया जाये बाद में सभी पैनल को एक रस्सी के द्वारा कहीं पर लटका दें।	
संक्षिप्तिकरण : शेष विषयों के बारे में बतायें।	आगे के सत्रों में उन विषयों पर चर्चा करें।

स्वास्थ्य संबंधी जानकारी ।

जन–जन के लिए हितकारी ।।

माड्यूल – 6

स्वास्थ्य सेवायें एवं गठजोड़

समयः 30 मिनट

उददेश्यः सत्र के अंत तक सहभागी :

- विभिन्न स्तर पर दी जाने वाली सरकारी स्वास्थ्य सेवाओं का ढॉचा बता सकेंगे।
- क्षेत्र स्तर पर उपलब्ध सरकारी स्वास्थ्य सेवाओं की जानकारी दे सकेंगे।

चरण सं.	विषय	प्रशिक्षण विधि	समय
१.	उपकेन्द्र, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र (पी.एच.सी.), सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र (सी.एच.सी.) तथा जिला अस्पताल	पोस्टर एवं चर्चा	१५ मिनट
२.	ऑगनबाड़ी केन्द्र, प्रशिक्षित दाई तथा आशा	पोस्टर एवं चर्चा	१० मिनट
३.	संक्षिप्तीकरण	प्रश्न–उत्तर	५ मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

- पोस्टर
- फिलप चार्ट
- मार्कर पेन

माड्यूल – 6

स्वास्थ्य सेवायें एवं गठजोड़

समयः 30 मिनट

प्रशिक्षण के तरीके	**प्रशिक्षक के नोट्स**
चरण – 1ः सहभागियों से पूछें कि वे अपने कार्य को बढ़ावा देने के लिए किन–किन सरकारी स्वास्थ्य विभागों एवं व्यक्तियों से सहयोग ले सकते हैं। पोस्टर दिखाते हुए प्रत्येक विभाग के संरचनात्मक ढॉचे के बारे में विस्तृत रूप से चर्चा करें। साथ ही साथ प्रत्येक सेवा के लिए यह भी चर्चा करते चलें कि यह सेवा क्यों जरूरी है।	
ए.एन.एम. की सेवायें	**सुरक्षित मातृत्व सेवायें** • प्रसवपूर्व • प्रसव पश्चात • प्रसव के दौरान • नवजात शिशु की देखभाल **बाल सुरक्षा सेवायें** • टीकाकरण करना • दस्त • श्वास संबंधी बीमारियों का प्रारंभिक उपचार • मलेरिया, टी.बी. की जॉच में सहयोग करना • गंभीर स्थिति में रेफरल • आम बीमारियों में दवा का वितरण • पेयजल स्त्रोतों में दवा डालना • परिवार नियोजन की सेवायें

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षक के नोट्स
प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र की सेवायें	**ए.एन.एम. द्वारा उपलब्ध कराई जा रही सेवाओं के अलावा निम्न सेवायें मिलती हैं :** • रेफरल • जॉच – खून, पेशाब इत्यादि • स्वास्थ्य संबंधी शिविरों का आयोजन • स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं का प्रचार–प्रसार
सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र	**प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र पर उपलब्ध कराई जा रही सेवाओं के अलावा निम्न सेवायें मिलती हैं :** • मरीजों की भर्ती की सुविधा • एक्सरे एवं अन्य जॉच • बड़े स्तर पर स्वास्थ्य सेवायें / विभिन्न रोग विशेषज्ञ सेवायें
जिला अस्पताल	**सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पर उपलब्ध कराई जा रही सेवाओं के अलावा निम्न सेवायें मिलती हैं** • बड़े स्तर पर जॉच • भर्ती तथा आप्रेरशन सुविधा • विशेषज्ञ की उपलब्धता जैसे कि स्त्री रोग, बाल रोग, ब्लड बैंक तथा अन्य विभाग
चरण – 2 पोस्टर द्वारा सहभागियों को ऑगनबाड़ी कार्यकर्ता, प्रशिक्षित दाई तथा आशा के द्वारा दी जा रही सेवाओं की जानकारी समझायें। (ग्राम स्तर पर स्वास्थ्य सेवायें – पोस्टर)	पोस्टर के माध्यम से ऑगनबाड़ी के कार्य समझायें। **ऑगनबाड़ी कार्यकर्ता के कार्य** १. ० – ५ वर्ष के बच्चों, गर्भवती एवं धात्री महिलाओं को पोषण प्रदान करना २. कुपोषित बच्चों का रेफरल करना ३. गर्भवती महिलाओं का पंजीकरण तथा उनकी देखभाल ४. ए.एन.एम. के द्वारा बच्चों का टीकाकरण करवाना ५. जन्म–मृत्यु का पंजीकरण

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षक के नोट्स
	दाई के कार्य : १. प्रसव के लिए पॉच स्वच्छ कार्यो को ध्यान में रखते हुए सुरक्षित प्रसव करवाना। २. कठिन परिस्थितियों में अस्पताल के लिए रेफर करना। **आशा के कार्य :** १. आशा समुदाय और सरकारी स्वास्थ्य प्रणाली के बीच एक सम्पर्क सूत्र के रूप में कार्य करती है। तथा ऑगनबाड़ी कार्मिकों और ए.एन.एम. के सहयोग से गॉव वालों के अच्छे स्वास्थ्य हेतु कार्य करती है।
चरण – 3 गठजोड़ की प्रकिया को समझाने के लिए एक समूह कार्य करायें।	१, २ व ३ की गिनती कराकर प्रतिभागियों को तीन समूह में बॉट लें तथा इस बात का ध्यान रखें कि सेवाकर्मी सभी समूह में रहें। तीनों समूह को अलग–अलग चर्चा का विषय दें जैसे : १. गर्भवती का पंजीकरण २. बच्चों का सम्पूर्ण टीकाकरण ३. परिवार नियोजन प्रत्येक विषय पर चर्चा करें कि स्वास्थ्य कर्मी इस विषय पर गॉव में क्या सेवा देते हैं तथा आज के अनुसार क्या हो रहा है। इसे सुधारने के लिए किस तरह के आपसी सहयोग की आवश्यकता है। चर्चा के उपरान्त समूह को एक या दो सदस्य चर्चा के बिन्दुओं को प्रस्तुत करें।
संक्षिप्तिकरण	प्रशिक्षक इस अभ्यास में उभरे आपसी सहयोग के बिन्दुओं को दोहरायें।

स्वास्थ्य सेवाओं एवं सेवकों का गठबंधन ।

यानि बीमारियों व हैरानियों का प्रतिबंधन ।।

माड्यूल – 7

पंचायत स्तर पर स्वास्थ्य एवं कल्याण संबंधी सरकारी योजनायें

समय : 30 मिनट

उद्देश्य : सत्र के अंत तक सहभागी :

- स्थानीय स्तर पर सरकार द्वारा दी जाने वाली स्वास्थ्य एवं कल्याण संबंधी योजनाओं से परिचित होगें।
- अपने पंचायत क्षेत्र में उक्त योजनाओं से लोगों को लाभान्वित करा सकेगें।

चरण सं.	विषय	प्रशिक्षण विधि	समय
१.	स्थानीय स्तर पर सरकार द्वारा दी जाने वाली स्वास्थ्य एवं कल्याण संबंधी योजनायें	प्रस्तुतिकरण	१५ मिनट
२.	अपने पंचायत क्षेत्र में उक्त योजनाओं से लोगों को लाभान्वित करना	प्रस्तुतिकरण	१५ मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

- फिलप चार्ट
- मार्कर पेन

तैयारी :

प्रशिक्षक पहले से तैयार फिलप चार्ट पर सरकार द्वारा दी जाने वाली स्वास्थ्य एवं कल्याण योजनाओं की सूची लिख लें।

माड्यूल – 7

पंचायत स्तर पर स्वास्थ्य एवं कल्याण संबंधी योजनायें

समय : 30 मिनट

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 1ः पंचायती राज क्यों लागू किया गया इस पर समझ बनाने के लिए निम्न बिन्दुओं को शामिल करते हुए चर्चा करेंगे	• विकास की योजनायें गॉव वालों की आवश्यकतानुसार बनें। • कार्यक्रमों का लाभ जरूरतमंद लोगों तक पहुॅच सके। • जिन लोगों के लिए विकास की योजना हो उन लोगो की योजना बनाने और लागू करने में भागीदारी हो।
सहभागियों को स्थानीय स्तर पर दी जाने वाली सरकारी स्वास्थ्य एवं कल्याण योजनाओं की जानकारी दें। प्रशिक्षक पहले से तैयारी की गई योजनाओं की सूची को फ्लिप चार्ट पर दर्शायें। प्रत्येक योजना पर चर्चा करें।	१. राष्ट्रीय मातृत्व लाभ योजना २. वन्दे मातरम ३. बालिका समृद्धि योजना
चरण – 2ः सहभागियों के साथ चर्चा करें कि उक्त योजनाओं से लोगों को किस प्रकार लाभान्वित किया जा सकता है। अपनी भूमिका बतायें।	**राष्ट्रीय मातृत्व लाभ योजना** राष्ट्रीय मातृत्व लाभ योजना के अन्तर्गत गर्भवती महिलाओं को धनराशि रू० ५०० देय होगी परन्तु इस प्रतिबंध के साथ कि : १. यह धनराशि पहली दो संतानों तक सीमित रखी जाये। २. गर्भवती महिला की आयु १९ वर्ष या उससे अधिक होनी चाहिए।

	३. लाभार्थी ऐसे परिवार की हो जो गरीबी रेखा से नीचे जीवन यापन कर रहें हो। ४. लाभार्थी को धनराशि प्रसव से ८ से १२ सप्ताह पूर्व मिल जानी चाहिए। यदि किन्हीं कारणों वश धनराशि प्रसवपूर्व नहीं दी गयी तो प्रसव उपरान्त धनराशि लाभार्थी की उचित पुष्टि किये जाने पर देय होगी। जनपद स्तर पर चिकित्साधिकारी इस योजना के नोडल अधिकारी होगें। योजना के सुचारू रूप से संचालित किये जाने हेतु जिलाधिकारी की अध्यक्षता में एक कमेटी का गठन किया जायेगा जो निम्नवत होगी : १. जिलाधिकारी – अध्यक्ष २. मुख्य चिकित्साधिकारी – सदस्य / सचिव ३. जिला पंचायती राज अधिकारी – सदस्य ४. जिला कार्यक्रम अधिकारी – सदस्य ५. (आई.सी.डी.एस.) ६. उप मुख्य चिकित्साधिकारी – सदस्य ७. नगर स्वास्थ्य अधिकारी – सदस्य ग्रामीण क्षेत्र में धनराशि ग्राम पंचायतों तथा स्थानीय निकायों के माध्यम से वितरित की जायेगी। नगरीय क्षेत्र में धनराशि स्थानीय निकायों एवं सरकारी सेवकों के माध्यम से दी जायेगी। धनराशि वितरण स्थानीय जनता / मोहल्ला कमेटी की बैठकों में दी जायेगी।

स्वास्थ्य एवं कल्याण संबंधी तंत्र ।

स्वास्थ्य एवं खुशहाली का है मूलमंत्र ।।

माड्यूल – 8

स्त्री – पुरूष भेदभाव

समय : 45 मिनट

उद्देश्य : सत्र के अंत तक सहभागी बता पाएँगें कि :

- स्त्री और पुरूष के बीच में समाज द्वारा किस तरह के भेदभाव किये जाते है?
- भेदभाव के बुरे परिणाम क्या हैं और स्वास्थ्य पर इनका क्या असर पड़ता है?
- भेदभाव को कम करने में हमारी क्या भूमिका है?

चरण सं.	सत्र विषय	प्रशिक्षण के तरीके	समय
1	स्त्री – पुरूष भेदभाव का मतलब	प्रस्तुतिकरण	5 मिनट
2	स्त्री – पुरूष भेदभाव के परिणाम	प्रस्तुतिकरण	10 मिनट
3	बालक / बालिका को समान अवसर देने से परिवार व समुदाय को लाभ	चर्चा	15 मिनट
4	परिवार व समुदाय के अच्छे स्वास्थ्य के लिए हम क्या कर सकते हैं	चर्चा	15 मिनट

प्रशिक्षण सामग्री :

- फ्लिप चार्ट
- मार्कर पेन

माड्यूल – 8

महिला – पुरूष में भेदभाव

समय : 45 मिनट

प्रशिक्षण के तरीके	**प्रशिक्षक के नोट्स**
चरण – 1 : सहभागियों से पूछें कि आपके आस–पास / समुदाय में स्त्री–पुरूष में भेदभाव किस तरह किया जाता हैं :	**संभावित उत्तर :** ● लड़की को बोझ समझा जाता है। ● लड़की को लड़कों की अपेक्षा पढ़ाई लिखाई के कम अवसर मिलते हैं। ● औरतों को घर से बाहर कम निकलने दिया जाता है और घरेलू कामकाज तक ही सीमित रहती हैं। ● समाज में निर्णय लेने का काम पुरूष ही करते हैं। ● महिलाओं के स्वास्थ्य पर कम ध्यान दिया जाता है इत्यादि।
चरण – 2 : भेदभाव कम करने के लिए क्या कर सकते हैं बतायें :	**संभावित उत्तर :** **परिवार के सदस्य के रूप में –** ● लड़कियों के जन्म पर भी खुशियॉ मनायें। ● महिला जो लड़की को जन्म देती है उसे हीन भावना से न देखा जाये। ● अपने लड़के और लड़की को समान मात्रा में आहार दें, भेदभाव न करें। ● आपस में घर के कार्यो का समान बॅटवारा करें। ● खान–पान में सभी समानता का व्यवहार रखें। ● गर्भवती एवं धात्री माताओं के आहार पर विशेष ध्यान दें। ● महिलाओं को परिवार में भरपूर सम्मान दें।

	समाज के स्तर पर : • बालिकाओं को समाज में आगे बढ़ने के अवसर दें जैसे शिक्षा, रोजगार व अन्य कौशल सीखना, जानकारी, संसाधन तक पहुॅंच, निर्णय लेने का अधिकार,आने जाने की स्वतंत्रता, सामुदायिक कार्यो में भाग लेना आदि के अवसर प्रदान करें। **पंचायत प्रतिनिधि के रूप में –** • यदि आपके गॉव में १८ वर्ष से छोटी लड़की और २१ वर्ष से छोटे लड़के की शादी हो रही हो तो ऐसी शादी को रोकें। • यदि महिला प्रधान है तो प्रधान पद की जिम्मेदारी निभाने में पति पूर्ण सहयोग दें। • बालिका शिक्षा पर ध्यान दें। • महिला प्रतिनिधियों को उनके कार्य में शत–प्रतिशत भागीदारी बढ़ाने में सहयोग दें। • महिला उत्पीड़न को कम करने के लिए कार्य करें।
चरण – 3 : सहभागियों को स्पष्ट करें कि महिलाओं एवं लड़कियों को आगे बढ़ने के मौके और निर्णय लेने की स्वतंत्रता देने से परिवार और समाज को क्या लाभ होगा।	• लड़कियॉं पढ़ी लिखी होगीं तो आगे चलकर परिवार को कुशलतापूर्वक चला सकेंगी। • जरूरत पड़ने पर अपनी जीविका भी चला सकती हैं। • अपने प्रजनन स्वास्थ्य का ठीक तरह से ध्यान रख पायेंगी। • मॉ और बच्चे के स्वास्थ्य में सुधार आयेगा। • अपने को और अपने परिवार को किसी भी तरह के शोषण से बचा पायेंगी। • पढ़ी–लिखी लड़की गाँव में आँगनबाड़ी चला सकती है, ए.एन.एम. का काम कर सकती है और मौका मिलने पर तो एक जिम्मेदार अधिकारी / नागरिक बनकर देश की सेवा कर सकती हैं।
चरण – 4 : चर्चा करें कि गर्भावस्था में पुरूष किस प्रकार स्त्री की देखभाल कर सकते है।	**गर्भावस्था के दौरान पुरूषों की भागीदारी** समूह द्वारा प्राप्त बिन्दुओं को फ्लिपचार्ट पर लिखवाने के बाद अपने कुछ बिन्दुओं को क्रमवार प्रशिक्षक प्रस्तुत करें। • गर्भवती का पंजीकरण, तीन जॉच व टीकाकरण पुरूष स्वयं ले जाकर करावें। • आयरन की १०० गोलियॉ खाने के लिए प्रोत्साहित करें और लाभ बतायें।

	• गर्भावस्था में खतरों के संकेत प्राप्त होते ही तुरन्त कार्यवाही करें। • गर्भवती महिला को भारी वजन न उठाने दें। • लड़का या लड़की का होना पुरूष पर निर्भर करता है न कि महिला पर अतः स्त्री को दोषी न ठहराया जाये।
चर्चा करें कि प्रसव के बाद पुरूष किस प्रकार स्त्री और नवजात शिशु की देखभाल कर सकते है।	**प्रसव के समय नवजात शिशु की देखभाल में पुरूषों की भागीदारी** • प्रसव हेतु स्वास्थ्य केन्द्र से सम्पर्क बनायें • प्रसव हेतु वाहन की व्यवस्था • प्रसव हेतु आर्थिक व्यवस्था • शिशु के नियमित टीकाकरण में सहयोग
चर्चा करें कि परिवार नियोजन में पुरूषों की भागीदारी कैसे बढ़ाई जा सकती है?	**परिवार नियोजन में पुरूषों की भागीदारी** • छोटा परिवार सुखी परिवार का आधार है । • सीमित परिवार रखने के लिए पुरूष पहल करें। • परिवार नियोजन विधियों को अपनाने में पहल करें। • निरोध व पुरूष नसबन्दी को अपनायें और इन्हें बढ़ावा दें। • असुरक्षित यौन संबंधों से बचे।
चरण – 5 : संक्षिप्तिकरण **बतायें कि**	पहले की अपेक्षा महिलाओं की स्थिति में जो भी सुधार आया है वह पुरूषों द्वारा सही समय पर सही निर्णय लेने की वजह से। उदाहरण – शिक्षा, काफी परिवार लड़कियों को स्कूल भेज रहें हैं और जिससे की लड़किया आगे की पढ़ाई पूरी कर रही हैं। इसी तरह यदि पुरूषों का सहयोग मिलता रहे तो महिलाओं की स्थिति में सुधार की प्रक्रिया तेज होगी।

लड़के – लड़की में भेदभाव मिटायें ।

जीवन में खुशहाली लायें ।।

माड्यूल – 9

नेतृत्व विकास एवं कार्य की प्रेरणा

समय : 2 घंटे

उद्देश्य : सत्र के अंत तक सहभागियों में :

- ग्राम स्वास्थ्य समिति के सदस्य के रूप में जिम्मेदारी का एहसास होगा।
- नेतृत्व क्षमता बढ़ेगी।

चरण सं.	**विषय**	**प्रशिक्षण विधि**	**समय**
१	प्रतिनिधि कौन है?	चर्चा	१५ मिनट
२	प्रतिनिधि के गुण	खेल	१ घंटा
३	प्रतिनिधि की भूमिका	कहानी	४५ मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

- फ्लिप चार्ट
- मार्कर

माड्यूल – 9

नेतृत्व विकास एवं कार्य की प्रेरणा

समय : 2 घंटे

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 1: सहभागियों से पूछें कि प्रतिनिधि का अर्थ क्या है? पूछें कि अगर आपको किसी को अपना प्रतिनिधि बनाना हो तो उसमें क्या देखना चाहेंगे? बतायें कि :	**संभावित उत्तर :** • जो हमारी बात को दूसरों के सामने रख सके। • जो हमारे हित की बात करे। **संभावित उत्तर :** • गॉव के विकास के प्रति सोच हो • दूरदर्शिता हो • लोगों को साथ लेकर चल सके गॉव के लोगों ने आपको अपना प्रतिनिधि चुना है क्योंकि आपके अंदर कुछ गुण हैं। गॉव में आपकी कुछ अलग पहचान है और लोगों को यह विश्वास है कि आपमें यह क्षमता है कि आप उनके लिये कुछ कर सकते हैं।
चरण – 2 : प्रतिनिधि के गुण सहभागियों को बतायें कि उन्हें एक खेल कराया जायेगा **तैयारी :** • जमीन पर चित्रानुसार क्रमशः १००, ७५, ५०, २५ और १० का नम्बर देते हुए पॉच गोले बनायें। (संलग्नक–२)। • ईंट /पत्थर की १ गोटी तैयार करें। **खेल करायें :** • सहभागियों से एक–दो, तीन–चार गिनती करवायें।	

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
• हर **एक** गिनती वाले का एक समूह बनायें और इसी तरह **दो, तीन और चार** गिनती वालों के अलग समूह बनायें। • सभी सदस्य बारी–बारी से निशाना लगायें। • फिर सभी समूह के सदस्यों से कहें कि आपस में कुशलता को देखते हुए अपने समूह के नेता का चुनाव करें। **बतायें** : कि लगे हुए निशानों के आधार पर अंक कैसे दिये जायेंगे।	
चरण – 3 : सहभागियों को कहानी सुनायें तथा कहानी सुनाने के बाद नीचे लिखे प्रश्नों पर चर्चा करें।	

कहानी

एक दिन पड़ोसी गॉव के प्रधान रामखिलावनजी राजापुर गॉव से गुजर रहे थे तो उन्होनें देखा कि सड़क पर कुछ बच्चे खेल रहे थे, दो बच्चे लंगड़ा कर भी चल रहे थे, आस–पास कूड़े का ढेर लगा हुआ था। मक्खियॉ व मच्छर भिनभिना रहे थे।

रामखिलावनजी को यह सब देखकर कुछ अजीब सा लगा तो वह उस गॉव की प्रधान रमई काकी से मिले। रामखिलावन जी ने रमई काकी से बातचीत की और बताया कि उन्होनें स्वास्थ्य समिति के प्रशिक्षण में भाग लिया और प्रशिक्षण में सीखा कि प्रधान लोग अपने गॉव के स्वास्थ्य के लिये क्या क्या कर सकते हैं। बस इसी के बाद से राजापुर की प्रधान रमई काकी ने अपने गॉव के सुधार के बारे में सोचने लगी और उन्होंने अगले दिन ऑगनबाड़ी कार्यकर्ता, ए.एन.एम., सी.बी.डी. कार्यकर्ता, महिला मंगल दल की अध्यक्षा समई काकी सभी को एक जगह बुलाकर बात की और कहा कि हम सबको मिलकर गॉव की साफ–सफाई और महिला व बच्चों के स्वास्थ्य के लिये काम करना चाहिए। फिर सबने मिलजुल कर गॉव की स्वास्थ्य आवश्यकताओं की सूची बनाई और एक योजना के तहत काम करना शुरू कर दिया।

शुरू में कुछ लोगों ने इसकी आवश्कयता न समझते हुये शामिल नहीं हुये तथा कुछ तो विरोध भी करते थे लेकिन रमई काकी ने हिम्मत नहीं हारी। फिर गॉव की योजना के अनुसार दो दो सदस्यों ने घर–घर जाकर छोटे–छोटे समूहों में बैठकें की। लोगों को जानकारी दी तथा गॉव के अन्य लोगों को भी अपने काम में जोड़ा जैसे ऑगनबाड़ी कार्यकर्ता ने महिला और बच्चों की खुराक व गर्भवती की देखभाल, स्वास्थ्य जॉच, ए.एन.एम. ने टीकाकरण, सी.बी.डी. कार्यकर्ता ने परिवार नियोजन, महिला मंगल दल ने बच्चों को स्कूल भेजने की जिम्मेदारी उठाई और जानकारी भी दी।

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
इसके साथ ही कूड़े कचरे की सफाई के लिए कम्पोस्ट गढ्डे बनवाये नालियों को साफ करवाया व मरम्मत करवाई जिसमें गॉव के सभी लोगों ने मिलकर श्रमदान किया। महिला और बच्चों के स्वास्थ्य जॉच व बच्चों को स्कूल भिजवाने में महिला मंगल दल की अध्यक्ष समई काकी ने बहुत सहयोग दिया। इस बार जब रामखिलावन जी प्रधान जी से होली मिलने आये तो बोले वाह काकी होली की बधाई के साथ राजपुर गॉव के सुधार की भी बधाई हो। गॉव के विकास के साथ साथ गॉव के लोगों के रहन–सहन में भी बदलाव आया है। लोगों के स्वास्थ्य भी अच्छा हुआ है। बच्चे स्कूल जा रहे हैं, कुछ लोगों ने परिवार नियोजन भी अपना लिया है।	
प्रश्न :	१. राजापुर गॉव की स्थिति कैसी थी? २. गॉव की स्थिति में सुधार की वजह क्या थी? ३. इस सुधार में किन–किन लोगों ने सहयोग दिया। ४. सुधार हेतु क्या–क्या किया गया। ५. हम कौन सी चीजें अपने क्षेत्र में लागू करना चाहेंगे।
चरण – 4 : आपका व्यवहार कहानी के आधार पर पूछें कि – रमई काकी से एक प्रधान के रूप में कम क्या सीख सकते हैं? प्राप्त उत्तरों का संदर्भ लेते हुए नेता के गुणों को बतायें।	आप अब पंचायत प्रतिनिधि हैं इसलिए गॉव के विकास कार्यक्रमों में आपकी भागीदारी जरूरी हो जाती है। गॉव के प्रतिनिधि के रूप में आपको ही आगे आना होगा और अब आपको गॉव के लोगों से तथा सरकारी अधिकारियों से भी बातचीत करनी होगी। इसके लिए ध्यान रखने योग्य बातें इस प्रकार से हैं : • सबको साथ लेकर चलें। • गॉव की समस्या को आपस में मिलजुलकर सुलझाना चाहिए। • अपने गॉव के विकास के लिए आगे बढ़कर काम करना चाहिए। • गॉव वालों के साथ मिलकर योजना बनायें। • लोगों को उनकी क्षमता के अनुसार जिम्मेदारी दें। • अपनी पंचायत के कार्यो के बारे में बतायें और सभी जरूरी रिकार्ड बेझिझक दिखायें। • जब कोई बाहरी व्यक्ति आपके क्षेत्र में आये तो उसके सुझावों पर ध्यान दें।

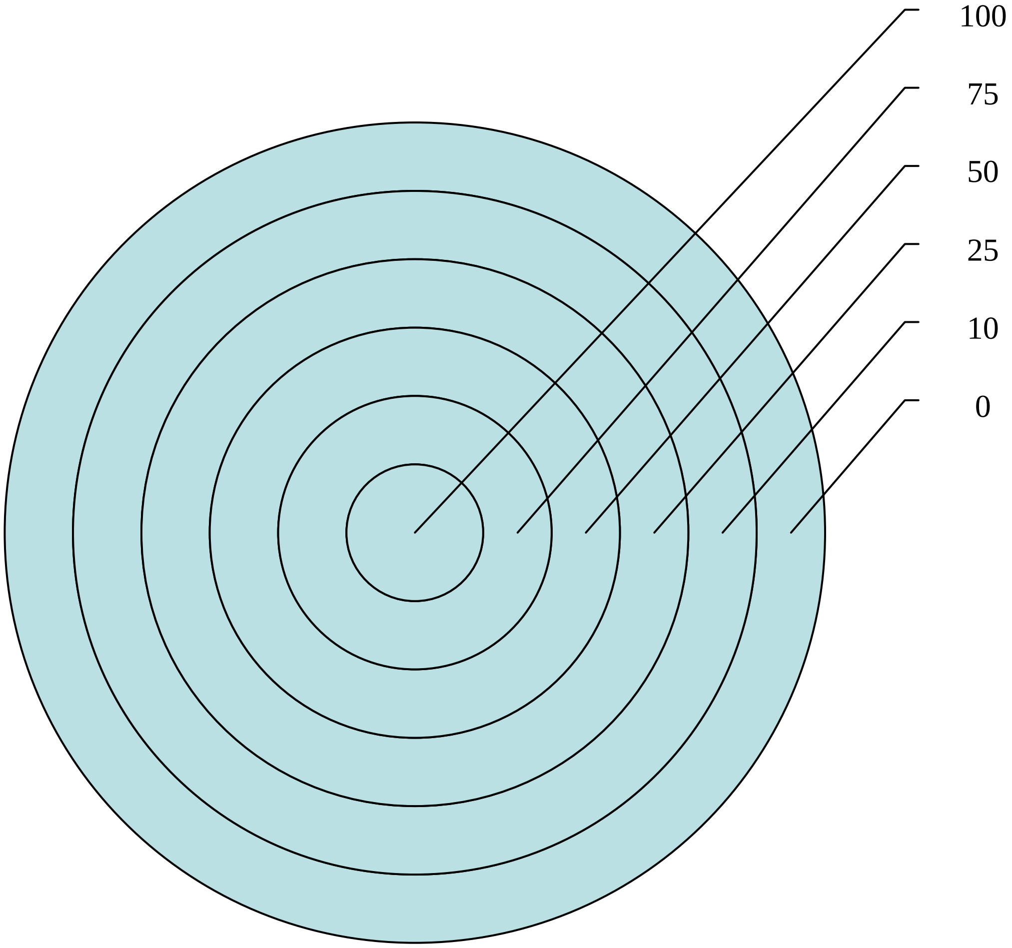
प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
	• आप प्रतिनिधि हैं इसलिए आपको ग्राम, क्षेत्र, जिला पंचायत की बैठकें करवायें व उनमें विकास कार्यो की विस्तार से चर्चा हो। • सरकारी अधिकारियों एवं कर्मचारियों के साथ तालमेल बनाकर समझ बूझ से काम करें।
चरण – 5 : गॉव की समस्याओं को ध्यान में रखते हुए उनके समाधान हेतु गॉव स्वास्थ्य समिति के सदस्य क्या क्या कर सकते हैं चर्चा करें।	प्रशिक्षक उनके नेतृत्व के गुण को उभारकर प्रस्तुत करें। जैसे : पहल करना, सभी को साथ लेकर चलना, समस्या की तह तक जाना इत्यादि।
संक्षिप्तीकरण	

नेता की है यह पहचान ।

जो सोचे सबका उत्थान ।।

सिफ्सा
SIFPSA

संलग्नक–2



सिफ्सा SIFPSA

माड्यूल – 10

स्वास्थ्य नियोजन

समयः 3 घंटे

उद्देश्यः सत्र के अंत तक सहभागीः

- गॉव की स्थिति एवं संसाधनों को नक्शे में दिखा सकेंगे।
- समस्याओं की प्राथमिकता निर्धारित कर सकेंगे।
- स्थिति एवं संसाधनों के आधार पर स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिये एक स्वास्थ्य योजना बना सकेंगें ।

क्रम सं.	विषय	प्रशिक्षण विधि	समय
१.	सामाजिक मानचित्रण कैसे करेंगे	प्रदर्शन	२ घंटा ३० मिनट
२.	स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिये एक स्वास्थ्य योजना		३० मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

- फ्लिप चार्ट
- मार्कर पेन
- रंगीन चाक

सिफ्सा SIFPSA

माड्यूल – 10

स्वास्थ्य नियोजन

समयः 3 घंटे

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 1 : योजना बनाने का महत्व सहभागियों को स्वास्थ्य की योजना बनाने का महत्व बतायें।	• अपने गॉव की स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिये योजना बनाना एक बहुत ही महत्वपूर्ण कार्य है। • योजनाबद्ध तरीके से काम करने से सफलता जल्दी मिलती है। • दूरगामी प्रभाव पड़ता है। • समय और साधनों का सही उपयोग हो जाता है। • योजना बनाने का कार्य आशा के द्वारा प्रधान, ऑगनबाड़ी कार्यकत्री तथा स्वास्थ्य समिति के अन्य सदस्यों के सहयोग से किया जायेगा। • योजना बनाने के लिये पहले चरण में गॉव का एक नक्शा बनाया जायेगा।
चरण – 2 : गॉव का नक्शा • प्रशिक्षक जमीन पर किसी एक गॉव (जिस गॉव से ज्यादा सहभागी हों) का नक्शा बनवायें। • नक्शा बनवाने की प्रक्रिया का पालन करें	नक्शा बनवाते समय निम्न बिन्दुओं का ध्यान रखना चाहिये : • वातावरण को खुशनुमा और मित्रतापूर्ण हो। • सभी को यह विश्वास दिलायें कि यह जानकारी उनके गाँव की योजना बनाने के लिए ही है। • मानचित्र बनाने में उन्हीं की पसंद के अनुसार चिन्हों को अंकित करने का अवसर दें जैसेः फूल, पत्ती, रंग, अनाज, दालें इत्यादि। • जल्दीबाजी न करें तथा पूरा समय दें। • जिस गॉव का नक्शा बनवा रहे हैं उस गॉव के सहभागियों को गोले में बिठायें। तथा अन्य सहभागियों को प्रक्रिया का अवलोकन करने को कहें। • नक्शा बनाने की शुरूआत प्रशिक्षक स्वयं करें और लकड़ी लेकर जमीन पर कोई निशान लगाकर लकड़ी सहभागियों को दे दें

<table>
<tr><th>प्रशिक्षण विधि</th><th colspan="2">प्रशिक्षक के नोट्स</th></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">तथा निर्देश दें कि गॉव के रास्तों को दिखाते हुए एक नक्शा बनाये।
● एक–एक करके नक्शे में निम्न बातें दिखाने को कहें:
➢ गॉव की भौगोलिक सीमायें – टोला/ पुरवा /मजरा इत्यादि
➢ स्वास्थ्य सेवायें मिलने के स्थान जैसे कि आशा, ऑगनबाड़ी कार्यकत्री, प्रशिक्षित दाई, ए.एन.एम, ग्रामीण चिकित्सक अथवा अन्य स्वास्थ्यकर्मी के आवास, उपकेन्द्र, दवा की दुकान, पी.एच.सी., झाड़फूंक वाले, नीम–हकीम इत्यादि
➢ प्रमुख स्थान जैसे कि मंदिर, मस्जिद, प्रधान, पंचायत सदस्यों तथा स्वास्थ्य समिति के सदस्यों के आवास इत्यादि
➢ अनुसूचित जाति / अनुसूचित जनजाति तथा पिछड़ा वर्ग के लोगों की बस्तियॉ
➢ स्वास्थ्य की समस्याओं से ज्यादा प्रभवित बस्तियॉ
➢ किसी एक बस्ती / गॉव के हिस्से के सभी आवास, लक्ष्य दम्पति (जातिवार संख्या भी दिखायें)
● बाकी सहभागियों को नक्शा बनाने में सहयोग देने को कहें।
● जमीन पर नक्शा बन जाने के बाद उसे एक चार्ट पर उतार लें तथा दीवार पर टॉग करके चर्चा करें तथा आवश्यकतानुसार सहभागियों के सहयोग से इसमें सत्यापन एवं संसोधन भी कर लें।</td></tr>
<tr><td>चरण – 3 :
सहभागियों से पूछें कि गॉव में कौन–कौन सी स्वास्थ्य संबंधी आवश्यकतायें हैं? सभी प्राप्त उत्तरों को चार्ट पर लिखें।</td><td>संभावित उत्तर :
● प्रसवपूर्व देखभाल
● प्रसव
● बच्चों की देखभाल</td><td>● मलेरिया
● टी.बी.
● बुखार
● यौन रोग इत्यादि</td></tr>
<tr><td>चरण – 4 :
स्वास्थ्य आवश्यकताओं की सूची बन जाने के बाद दो समूहों में समूह कार्य के द्वारा प्राथमिकता तय करने को कहें।</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 5 : अब प्राथमिकता के आधार पर तय किये गये किसी एक स्वास्थ्य संबंधी आवश्यकता पर सहभागियों के सहयोग से एक योजना निम्न स्वरूप में बनवायें।	

क्रम सं.	बीमारी / स्वास्थ्य आवश्यकता	कौन प्रभावित है	क्यों है? (गॉव में स्थिति/ कारण)	क्या करें? (जिससे बचाव हो सके)	कौन करे? (पंचायत समिति / सेवादाता)	कब करें	निगरानी कौन करेगा?
1.							
2.							

चरण – 6 : सहभागियों से चर्चा करके आगे के लिये निम्न बातें तय करायें। • आशा, ए.एन.एम., ऑगनबाड़ी, दाई तथा पंचायत समिति के सदस्य प्रशिक्षण के बाद कोई दिन तय करके गॉव वालों के सहयोग से नक्शा पूरा करायें जैसे कि गॉव के बचे हुए प्रत्येक आवास को प्रदर्शित करें तथा अगर संभव हो तो प्रत्येक घर में परिवार नियोजन के प्रयोगकर्ता, ०–५ के बच्चे तथा गर्भवती आदि को प्रदर्शित करें। • गॉव में व्याप्त अन्य स्वास्थ्य समस्याओं के लिये प्रशिक्षण के दौरान बताये गये तरीके से व्यापक योजना बनायें। • योजना की प्रतिलिपि सेवादाताओं तथा प्रधान को उपलब्ध कराने हेतु जिम्मेदारियों का निर्धारण करें। • चर्चा के माध्यम से निगरानी प्रक्रिया पर चर्चा करें कि बनाई गई योजना का मूल्यांकन तथा निगरानी का कार्य कौन करेगा।	
चरण – 7 : संक्षिप्तीकरण प्रत्येक बिन्दु पर संक्षिप्त चर्चा करते हुए सत्र का समापन करें।	

मॉड्यूल – 11
मॉनिटरिंग (निगरानी)

समय 1 घंटा, 15 मिनट

उद्देश्यः सत्र के अंत तक सहभागीः

- मॉनिटरिंग/निगरानी क्या है और क्यों आवश्यक है, बता सकेंगे।
- उन्हें अपने क्षेत्र के किन मुद्दों की मॉनिटरिंग करनी है, बता सकेंगे।
- मॉनिटरिंग हेतु उक्त मुद्दों की जानकारी कौन देगा और कैसे, बता सकेंगे।
- आवश्यक जानकारी प्राप्त करने पर प्रजनन एवं बाल विकास समिति की क्या भूमिका है, बता सकेंगे।

चरण सं	**सत्र विषय**	**प्रशिक्षण विधि**	**समय**
१.	मॉनिटरिंग क्या है और क्यों आवश्यक है?	प्रस्तुतिकरण	१५ मिनट
२.	किन–किन मुद्दों की मॉनिटरिंग जरूरी है, कौन करेगा, कब और कैसे?	प्रस्तुतिकरण, चर्चा	२५ मिनट
३.	मॉनिटरिंग में प्रजनन एवं बाल विकास समिति की भूमिका	समूह कार्य	३० मिनट
४	संक्षिप्तिकरण		५ मिनट

मॉड्यूल – 11

मॉनिटरिंग (निगरानी)

समय 1 घंटा, 15 मिनट

प्रशिक्षण विधि	प्रशिक्षक के नोट्स
चरण – 1 : मॉनिटरिंग/निगरानी क्या है, पर चर्चा करें। **मॉनिटरिंग की आवश्यकता क्यों?**	मॉनिटरिंग एक निगरानी की प्रक्रिया है, जिसके द्वारा समय–समय पर किसी परियोजना/कार्यक्रम की दिशा का पता किया जा सकता है। ▪ किए जा रहे कार्य का अवलोकन करने के लिए ▪ उन कारणों का पता चल जाता है, जिसकी वजह से वांछित सफलता नहीं मिलती। ▪ कारणों को पता करने के लिए कुछ सूचकों की जानकारी प्राप्त होती है। ▪ कार्यक्रम को लागू करने में आ रही समस्याओं को दूर करने के लिए, ऐसे कदम उठाये जा सकते हैं, जिससे वांछित परिणाम प्राप्त हो सके।
चरण – 2 : प्रजनन एवं बाल विकास समिति द्वारा क्षेत्र के किन मुद्दों की निगरानी की जा सकती है, पर चर्चा करें।	▪ विवाह की उम्र (लड़की का गौना १८ वर्ष से कम तो नहीं) ▪ कितनी गर्भवती महिलाओं को जरूरी सेवायें मिली? ▪ सुरक्षित प्रसव हेतु कितनी गर्भवती को जरूरी सेवायें मिलीं? ▪ कितने ०–५ वर्ष के बच्चों का समय पर टीकाकरण हो रहा है, ▪ कितने दम्पत्ति बच्चों मे अंतर रखने के लिए परिवार नियोजन का तरीका अपना रहे हैं,

	▪ कौन सी बीमारी से लोग बीमार पड़े, इलाज और बचाव के लिए क्या किया गया? ▪ कितने लोगों को सरकार की स्वास्थ्य एवं कल्याण सेवाओं का लाभ मिला, ▪ कितनी माताओं की मृत्यु हुई, ▪ कितने ०–५ वर्ष के बच्चों की मृत्यु हुई? ▪ जन्म–मृत्यु पंजीकरण हर माह की तुलनात्मक प्रगति पिछले माह की रिपोर्ट से कर सकते हैं।
चरण – 3 : बतायें कि उपरोक्त मुद्दों की जानकारी आशा द्वारा एक निर्धारित प्रपत्र पर हर माह प्रजनन एवं बाल विकास समिति को प्रेषित की जायेगी।	
चरण – 4 : सहभागियों को छोटे समूह में बाँटे और निम्नलिखित पर चर्चा करें: ▪ प्रपत्र मे लिखी अच्छे परिणाम की जानकारी पर आपकी प्रतिक्रिया ▪ प्रपत्र मे यदि कुछ परिणाम संतोषजनक नहीं हैं तो उसके लिए आप क्या कदम उठायेंगे?	
चरण – 5 : सहभागियों को बतायें कि उनके द्वारा समय–समय पर (हर माह) कार्यक्रम के अन्तर्गत दी जा रहीं सेवायें/किये जा रहे कार्य की मॉनिटरिंग करने से क्या फायदे हैं?	▪ लोगों की सोच में परिवर्तन आयेगा। ▪ सेवाओं का लाभ/जानकारी मिलने से लोगों के जीवन स्तर में अच्छा परिवर्तन आयेगा। ▪ स्वास्थ्य सेवा देने वालों का मनोबल बढ़ेगा। ▪ लोग प्रजनन एवं बाल विकास समिति के कार्यों की सराहना करेंगे और उनमें लोगों का विश्वास बढ़ेगा। ▪ गाँव के लिए सपना साकार होगा।