पंचायती राज सदस्यों के अभिमुखीकरण हेतु

प्रशिक्षण पुस्तिका

राज्य परिवार नियोजन सेवा अभिनवीकरण परियोजना एजेन्सी (सिफ्सा)

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

दूरभाष: 223 7497/ ~498/ ~525

फैक्स: 223 7574 /~388

प्रस्तावना

पंचायती राज के 73वें संविधान संशोधन के द्वारा पंचायत की भूमिका में महत्वपूर्ण परिवर्तन आया है। इसके द्वारा सरकार की 11वीं सूची के अनुसार 29 विषय अब पंचायती राज संस्थाओं द्वारा क्रियान्वित किये जायेगें। इन कार्यो में प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य भी शामिल हैं। उ0प्र0 में बढ़ती हुई जनसंख्या को देखते हुए प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम अपने में एक महत्वपूर्ण स्थान रखता है। इस कार्यक्रम में जब तक जनसमुदाय का सहयोग प्राप्त नहीं होगा तब तक इस विशाल कार्य में सफलता प्राप्त करना संभव नहीं है। अतः ग्राम पंचायतों की भूमिका इस कार्य में सहयोगी के रूप में काफी महत्वपूर्ण है। इसी उपयोगिता को ध्यान में रखते हुए सिफ्सा द्वारा पंचायती राज सदस्यों के प्रशिक्षण को एक अहम् कार्य माना जा रहा है। इस क्रम में जिला पंचायत के प्रतिभागियों तथा उनके सदस्यों का प्रशिक्षण प्रायोजित हैं। इस प्रशिक्षण से अपेक्षा की जाती है कि प्रतिभागी एवं पंचायत सदस्य प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य के बारे में विस्तृत जानकारी प्राप्त कर सकेंगे तथा अपने गांव के लोगों को इन सेवाओं के प्रति जागरूक करते हुये इन सेवाओं को प्राप्त करने में सक्रिय सहयोग प्रदान करेंगे।

यह एक दिवसीय प्रशिक्षण खण्ड /ब्लाक स्तर पर आयोजित किया जायेगा। जिसके आयोजन में खण्ड / जिला स्तर के विकास अधिकारियों की मुख्य भूमिका होगी।

प्रत्येक प्रशिक्षण में प्रशिक्षणार्थियों की संख्या लगभग 35–50 तक होनी चाहिए और जहां तक संभव हो महिलाओं का प्रशिक्षण पृथक रूप से आयोजित किया जाये। जिससे कि वे बिना संकोच अपनी बातों को खुलकर रख सकें। यह प्रशिक्षण सहभागी प्रशिक्षण पद्धति पर आधारित है। इस प्रशिक्षण पुस्तिका में प्रत्येक सत्र को चरणबद्ध तरीके से प्रतिभागी की सुविधा हेतु सरल भाषा में वर्णित किया गया है तथा शुरूआत में प्रतिभागियों के लिये कुछ ध्यान देने योग्य बातें भी रखी गयी है।

वयस्क कैसे सीखते हैं

1. वयस्कों का यह जानना आवश्यक है कि वह जो सीखने जा रहें हैं उसका उनके अपने लिए क्या महत्व एवं उपयोग है। अतः प्रतिभागी के लिए यह आवश्यक है कि वह सर्वप्रथम प्रशिक्षणार्थियों को यह स्पष्ट कर दें कि यह प्रशिक्षण किस उद्देश्य से दिया जा रहा है। इसका उनके लिए क्या फायदा है।
2. वयस्क वही सीखते हैं जो उन्हें रूचिकर लगता है।
3. वयस्क सीखने की अवस्था में अपनी आवश्यकताओं, समस्याओं, अपेक्षाओं, भावनाओं, उम्मीदों को लेकर उतरते हैं जिनको पहचाना जाना चाहिए साथ ही उसकी भावनाओं का आदर भी किया जाना चाहिए। इसके द्वारा सीखने की प्रवृत्तियों में उनके उत्साह को बढ़ाया जा सकता है।
4. वयस्क अपने व्यक्तिगत अनुभवों को सीखने में इस्तेमाल करते है। सीखने की प्रवृत्ति के दौरान वयस्कों के पुराने अनुभवों को मान्यता देना आवश्यक है। वरना वयस्क स्वयं को हीन महसूस करेंगे और उनके सीखने की प्रवृत्ति में इसका नकारात्मक प्रभाव पड़ेगा।
5. वयस्क स्वचालित ढंग से सीखते है। अर्थात प्रतिभागी की भूमिका एक सुगमकर्ता / उत्प्रेरक /सहायक के रूप में रहती है जिसमें वयस्कों को अधिक दिशा–निर्देश की आवश्यकता नहीं रहती है।
6. सीखने की प्रवृत्ति में वयस्कों में तमाम भावनात्मक अनुभूतियॉ पैदा होती है जिसके फलस्वरूप उनमें जोश, चंचलता, तनाव, भय एवं गुस्सा आदि उत्पन्न हो सकता है। यह भावनाएं सीखने की प्रवृत्ति पर प्रभाव डालती हैं अतः इन्हें संवेदनशील तरीके से समझना व सुलझाना चाहिए।
7. व्यस्क तभी सीखते है जब सीखने का वातावरण आदर व सम्मान के साथ सहयोगी तथा बिना किसी डर या दबाव के प्रोत्साहित करने वाला हो।

अच्छे प्रशिक्षक के लिये 12 सुनहरे नियम

सरल एवं स्पष्टता से बोलिये :–

यह सुनिश्चित करिये कि सब आपको सुन एवं समझ पा रहे हैं। खास बोली (विशिष्ट शब्दावली) के प्रयोग से बचिये। सरल भाषा का ही प्रयोग करिये और जहॉ तक संभव हो स्थानीय प्रचलित शब्दों का प्रयोग अधिक करें।

एक अच्छा श्रोता बनिये :–

एक प्रभावी प्रशिक्षक को सारी वार्ता स्वयं ही नहीं करनी चाहिए। उसमें ध्यानपूर्वक सुनने की भी योग्यता होनी चाहिए एवं प्रतिभागियों के प्रत्येक प्रश्न एवं सब समस्याओं को ध्यान से सुनना चाहिए। अपनी योग्यता एवं तैयारी के आधार पर उनके प्रश्नों का श्रेष्ठतम उत्तर देकर उन्हें संतुष्ट करने का प्रयास करना चाहिए।

धैर्यवान बनिये :–

याद रखिये बहुत से प्रतिभागीं कम पढ़े–लिखे या अनपढ़ भी हो सकते हैं। उन्हें नये अवसर प्रदान करें। नवीन दृष्टिकोण को ग्रहण करने में कुछ समय लग सकता है, इन्हें स्पष्टता से समझाइये। हो सकता है कि कुछ प्रतिभागियों को आपकी बात समझने में ज्यादा समय लगे अतः जहॉ ऐसी स्थिति हो वहॉ अपनी बात को दोहराये।

समयबद्धता के साथ सत्र का संचालन करें :–

प्रशिक्षक को लगातार समय का ध्यान रखना चाहिए ताकि सीमित समय के अन्दर ही विषय पूरा किया जा सके।

पूर्ण रूप से तैयार रहिए :–

एक अच्छे प्रशिक्षक की तैयारी हमेशा पूर्ण रहती है। वे अपने द्वारा आयोजित होने वाले कार्यक्रम को प्रभावी करने के लिए पर्याप्त अध्ययन कर आते हैं और सारी सामग्री रखते हैं जैसे पोस्टर्स, चार्ट, पम्फलेट आदि।

संवेदनशील हो :–

ऐसे विषयों पर चर्चा न करें जो विवादास्पद हों और जिससे संवाद भंग हो जायें। उदाहरण के लिए जाति, धर्म आदि। आपके व्यंग्य / वक्तव्य कभी–कभी प्रतिभागियों की भावनाओं को ठेस पहुँचा सकते हैं। व्यक्तियों की आपसी तुलना मत करिये, इससे भी भावनाओं को आघात पहुँच सकता है।

पूरे समूह को सम्मिलित करिये :–

कुछ प्रतिभागी प्रशिक्षण के दौरान चर्चा में हावी होने का प्रयास करते हैं, अन्य चर्चा में भाग ही नहीं लेते। अतः अच्छे प्रशिक्षक होने के नाते यह आपका उत्तरदायित्व है कि सभी प्रतिभागियों को अपने विचार प्रकट करने का अवसर प्रदान करें। एक कुशल प्रशिक्षक के रूप में प्रयास करें कि जो प्रतिभागी ज्यादा हावी हो रहे हैं उन्हें अप्रत्यक्ष रूप से रोकते हुए निष्क्रिय प्रतिभागियों को उत्साहित करें कि वह चर्चा में अपने विचार रखें। महिला प्रतिभागियों को सक्रिय सहभागी बनाइये। प्रतिभागियों के मध्य अपनी नयी भूमिका में महिला प्रतिभागी भाग लेने में कुछ हिचकिचाहट महसूस कर सकती है। उन्हें उनकी बात आगे रखने के लिए प्रोत्साहित करिये।

विषय पर केन्द्रित रहिये :–

प्रायः परिचर्चा प्रसंग से हट जाती है। जहाँ आपकी यह जिम्मेदारी है कि प्रतिभागीं अपने विचार व्यक्त कर सकें, वहीं आपकी यह भी जिम्मेदारी है कि आप यह सुनिश्चित करें कि कार्यक्रम अपने उद्देश्यों को प्राप्त करें यानि कि प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम को अनेक प्रकार से प्रोत्साहित एवं सहायता प्रदान करने हेतु प्रतिभागी अपनी कटिबद्धता प्रकट करें।

समाधान निकालने की प्रवृत्ति रखिये :–

क्या किया जा सकता है या कैसे हल निकाला जा सकता है इस पर केन्द्रित रहना चाहिए न कि इस पर कि क्या नहीं किया जा सकता है।

प्रशिक्षण माहौल को खुशनुमा बनाकर प्रशिक्षण सुरूचिपूर्ण ढंग से करें:–

आप जो कह रहे है उसे जहां तक हो सके चित्रों एवं चार्ट के माध्यम से समझायें। अपने विचार व्यक्त करने के लिए अलग–अलग विधियों को प्रयोग करें जैसे चर्चा, ब्रेन स्टॉर्म, अनुभव सहभागिता एवं रोल प्ले आदि।

केवल सैद्धान्तिक नहीं, व्यवहारिक भी बनियें :–

प्रतिभागी को अनावश्यक जानकारी /ज्ञान के भार से न लादें। जहॉ तक सम्भव हो मूल जानकारी का पालन करिये और उन व्यवहारिक कार्यो पर केन्द्रित रहिए जिनका उत्तरदायित्व प्रतिभागी आसानी से उठा सकें।

प्रशिक्षण का रिकार्ड रखिये :–

प्रशिक्षक को प्रत्येक ओरियन्टेशन कार्यक्रम के अंत में मुख्य गतिविधियों, प्रतिबन्धों एवं भविष्य के लिए किये जाने वाले प्रयासों का संकलन करना चाहिए। इससे प्रशिक्षक को अपनी दक्षता को सुधारने में मदद मिलती है।

एक दिवसीय ओरिएंटेशन कार्यक्रम

क्रम	समय	सत्र का नाम	विषय
	10:00–10:30	पंजीकरण	
सत्र –1	10:30–11:00	स्वागत एवं परिचय सत्र	प्रतिभागियों का स्वागत एवं परिचय तथा सिफ्सा द्वारा की जाने वाली पंचायती राज प्रशिक्षण की रूपरेखा प्रतिभागियों की अपेक्षाएं अभिमुखीकरण का प्रायोजन दिन का कार्यक्रम बताना प्रतिभागियों की पुस्तिका पोस्टर आदि का वितरण
सत्र –2	11:00–11:30	73वां संविधान संशोधन	73वां संविधान संशोधन के परिपेक्ष्य में प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य उ.प्र. जनसंख्या नीति और पंचायतों की भूमिका जिले के प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य संबंधी ऑकड़े, जिला कार्ययोजना की गतिविधियाँ
	11:30–11:45	चाय /जलपान	
सत्र –3	11:45–12:30	सिफ्सा परियोजना और प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य	सिफ्सा परियोजना क्या है और कैसे चलाई जा रही है। प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य की सेवायें और महत्व प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य में प्रधान क्या कर सकते हैं प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम से प्रधानों को लाभ
सत्र –4	12:30–1:00	गर्भवती महिला की देखभाल और सुरक्षित प्रसव	पंजीकरण एवं स्वास्थ्य जांच टेटनस टीकाकरण आयरन व फोलिक एसिड गोलियां सुरक्षित प्रसव प्रधानों का समर्थन क्यों और कैसे?
	1:00–1:30	भोजन	
सत्र –5	1:30–2:00	बाल स्वास्थ्य	स्तनपान टीकाकरण दस्त से बचाव

क्रम	समय	सत्र का नाम	विषय
			प्रधानों का समर्थन क्यों और कैसे?
सत्र –6	2:00–2:30	प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर	प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर की रूपरेखा प्रतिभागी अपने क्षेत्र के प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर में कैसे सहयोग दे सकते हैं और उससे उन्हें क्या लाभ होगा।
सत्र –7	2:30–3:30	परिवार नियोजन	परिवार नियोजन का महत्व समझा सकेंगे। परिवार नियोजन के साधनों एवं लाभ के बारे में मुख्य बातें बता सकेंगे। अपने समुदाय में परिवार नियोजन कार्यक्रम को बढ़ावा देने में अपनी भूमिका बता पायेंगे और उससे उनको क्या लाभ होगा ।
	3:30–3:45	चाय	
सत्र –8	3:45–4:15	पंचायत द्वारा किये जाने वाले कार्यो की रूपरेखा	प्रधान अपने क्षेत्र में क्या और कैसे कर सकते हैं? एक रूपरेखा तैयार करना।
	4:15–4:30	धन्यवाद ज्ञापन	

प्रशिक्षण सामग्री की सूची

- प्रधानों की पुस्तिका और प्रधानों का पोस्टर (प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य और आपका नेतृत्व) – प्रत्येक प्रधान हेतु
- जिले के प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य संबंधित ऑकड़े
- सरकार द्वारा निर्मित आर.सी.एच. एवं परिवार नियोजन चार्ट
- महिला एवं पुरूष नसबन्दी के बड़े चित्र
- आयरन गोली का पत्ता, ओ.आर.एस. पैकेट, माला एन / डी, कंडोम,एवं कॉपर टी के सैम्पल
- फ्लिप चार्ट और मार्कर पेन
- पंचायती राज सदस्यों का प्रशिक्षण मूल्यॉकन प्रपत्र – प्रत्येक प्रतिभागी के लिये एक

सत्र संख्या 1 **समयः** 30 मिनट

सत्र का नामः स्वागत एवं परिचय सत्र

उद्देश्यः सत्र के अन्त तक सभी प्रतिभागीः

- आपस मे एक दूसरे से तथा प्रशिक्षकों से परिचित हो जायेगें।
- बैठक का उद्देश्य और प्रशिक्षण की रूपरेखा बता सकेगें।

चरण	सत्र के विषय	प्रशिक्षण की विधि	समय
1.	प्रतिभागियों का स्वागत एवं परिचय	सभी अपना परिचय देंगें।	5 मिनट
2.	बैठक का उद्देश्य	चर्चा एवं चार्ट द्वारा समझाना	10 मिनट
3.	सिफ्सा द्वारा पंचायती राज सदस्यों के प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य प्रशिक्षण की रूपरेखा	पहले से बनाये चार्ट द्वारा प्रस्तुतीकरण	10 मिनट
4.	दिन का कार्यक्रम	पहले से बनाये चार्ट द्वारा समझाना	5 मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

- प्रधानों की पुस्तिका (प्रत्येक प्रधान हेतु एक)
- प्रधानों वाले पोस्टर (प्रत्येक प्रधान हेतु एक)
- पहले से बने चार्ट

प्रशिक्षण का तरीका	**प्रशिक्षकों के लिए नोटः**
चरण – 1 प्रशिक्षण प्रारम्भ करते हुए ट्रेनर्स प्रतिभागियों का इस प्रशिक्षण में **स्वागत करेंगे** और उन्हें इस प्रशिक्षण में निःसंकोच भाग लेने को कहेंगे। साथ ही प्रतिभागियों को यह शुरू में ही बता देंगे कि वे खुले दिल से इस प्रशिक्षण के **उद्देश्य** से संबंधित प्रश्न अवश्य **पूछें** **आपसी परिचय** ट्रेनर अपना अपना नाम व पद बताएँ फिर प्रत्येक प्रतिभागी से उनका नाम, पद और उनकी एक पसंद **पूछें**	प्रतिभागियों का स्वागत करें और उन्हें यह बताएं कि आज दिन भर की बैठक में स्त्रियों, बच्चों और पुरूषों के स्वास्थ्य पर चर्चा होगी। चर्चा में कृपया सभी खुलकर भाग लें – प्रश्न पूछें, अनुभव बॉटे एवं विचार विमर्श अवश्य करें।
चरण – 2 **आज की बैठक का उद्देश्य** प्रतिभागियों से **पूछें** कि क्या वे जानते हैं कि आज की बैठक में किस विषय पर चर्चा होगी? जो हॉ कहें उनसे चर्चा के बिंदु **पूछें**। उभरे हुए चर्चा के बिंदुओं को जोड़ते हुए **बैठक का उद्देश्य पहले से तैयार चार्ट द्वारा समझायें**।	**बैठक का उद्देश्य** ग्राम पंचायतों को प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम से जोड़ना ताकि भविष्य में ग्राम पंचायतें इन स्वास्थ्य सेवाओं को अपने क्षेत्र के अधिक से अधिक लोगों को अपनाने के लिए प्रोत्साहित कर सकें
चरण– 3 सिफ्सा द्वारा आयोजित पंचायती राज सदस्यों के प्रशिक्षण की रूपरेखा को पहले से तैयार चार्ट के माध्यम रूपरेखा समझायें।	पंचायती राज सदस्यों के प्रशिक्षण की रूपरेखा पहले से बने निम्न प्रकार के एक चार्ट द्वारा बतायें।
पंचायती राज सदस्य के वर्ग	**प्रशिक्षण का तरीका**

<table>
<tr><td>प्रशिक्षण का तरीका</td><td>प्रशिक्षकों के लिए नोटः</td></tr>
<tr><td>प्रधान, उप–प्रधान एवं ब्लाक प्रमुख</td><td>ब्लाक स्तर पर एक दिवसीय बैठक प्रशिक्षण – अभिमुखीकरण ब्लाक स्तरीय प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर में एक दिन की पुनः बैठक</td></tr>
<tr><td>जिला पंचायत सदस्य</td><td>जिला स्तर पर एक दिवसीय बैठक</td></tr>
<tr><td>ग्राम स्वास्थ्य समिति सदस्य, बी.डी.सी. सदस्य एवं पी.डी.ओ.</td><td>दूरवर्ती शिक्षा– समय समय पर छपे हुए पर्चे भेजकर</td></tr>
<tr><td>चरण – 4</td><td>'एक दिवसीय कार्यक्रम</td></tr>
<tr><td>पहले से लिखे 'एक दिवसीय कार्यक्रम' चार्ट को समझायें फिर चार्ट को किसी एक जगह संदर्भ के लिये चिपका दें।

ट्रेनर प्रत्येक प्रतिभागी को उनके लिए विशेष रूप से तैयार की गयी निम्न सामग्री वितरित करें।
● प्रधानों के लिए पुस्तिका
● प्रधानों का पोस्टर
प्रतिभागियों को उपरोक्त सामग्री से अवगत करायें। दो पोस्टर कमरें में टॉग दें।</td><td>
<table>
<tr><th>क्र. सं.</th><th>सत्र का नाम</th></tr>
<tr><td></td><td>पंजीकरण</td></tr>
<tr><td>सत्र –1</td><td>स्वागत एवं परिचय सत्र</td></tr>
<tr><td>सत्र –2</td><td>73वां संविधान संशोधन और प्रधान</td></tr>
<tr><td>सत्र –3</td><td>सिफ्सा परियोजना और प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य क्या है?</td></tr>
<tr><td>सत्र –4</td><td>गर्भवती महिला की देखभाल और सुरक्षित प्रसव</td></tr>
<tr><td>सत्र –5</td><td>बाल स्वास्थ्य</td></tr>
<tr><td>सत्र –6</td><td>प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर</td></tr>
<tr><td>सत्र –7</td><td>परिवार नियोजन</td></tr>
<tr><td>सत्र –8</td><td>पंचायत द्वारा किये जाने वाले कार्यो की रूपरेखा</td></tr>
<tr><td></td><td>धन्यवाद ज्ञापन</td></tr>
</table>
प्रधान की पुस्तिका और पोस्टर में प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य के मुख्य बिन्दु दिये गये है।

प्रत्येक सत्र के दौरान प्रशिक्षण पुस्तिका का संदर्भ अवश्य दें।</td></tr>
</table>

सत्र – 2 **समयः** 30 मिनट

सत्र का नामः 73वां संविधान संशोधन और प्रधान

उद्देश्यः सत्र के अन्त तक प्रतिभागी बता सकेंगे किः

- 73वां संविधान संशोधन एवं उत्तर प्रदेश जनसंख्या नीति के परिपेक्ष्य में प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य संबंधी उनकी क्या भूमिका है।
- उत्तर प्रदेश जनसंख्या नीति और पंचायतों की भूमिका क्या है।
- जिले के प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य संबंधी आँकड़े क्या हैं।

कम स.	**सत्र के विषय**	**प्रशिक्षण की विधि**	**समय**
1.	73वां संविधान संशोधन	चर्चा	10 मिनट
2.	उत्तर प्रदेश जनसंख्या नीति और पंचायतों की भूमिका	चर्चा	15 मिनट
3.	जिले के आँकड़े	प्रस्तुतिकरण	5 मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

– पहले से बने चार्ट

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 1 **73वां संविधान संशोधन** प्रतिभागियों से **पूछें** कि 73वें संविधान संशोधन के विषय में वे क्या जानते हैं? प्रशिक्षक **पहले से बनाये चार्ट** से छूटी हुई बातों को जोड़े एवं **चर्चा** करें। पंचायत की छः समितियां एक चार्ट पर लिख कर रखें। जिसमें स्वास्थ्य समिति को अन्य रंग से दर्शायें जिससे उस पर प्रतिभागियों का ध्यान आकर्षित हो जाये। **पूछे** किन ग्रामों में यह समितियां अभी तक बनी है या फिर इन्हें बनाने की क्या संभावनाएं हैं प्रतिभागियों को यह **बतायें** कि इस समिति के अर्न्तगत किन सेवाओं एवं सुविधाओं को बढ़ावा दिया जाएगा।	**73वां संविधान संशोधन के मुख्य बिन्दु** पंचायत व्यवस्था वैसे तो उत्तर प्रदेश में पहले से ही विद्यमान है। सर्वप्रथम 1949 में ग्राम सभाएं बनीं और 1961 में क्षेत्र समितियां (ब्लाक स्तर पर) तथा जिला परिषद (जिला स्तर पर) बनायी गयीं परन्तु इससे आम आदमी की अपेक्षित तरक्की नहीं हो सकी। इस कारण 73वां संविधान संशोधन अप्रैल 1992 में लाया गया। जिससे एक नयी ताकत और नई आशा के साथ सारे देश में नयी पंचायती राज व्यवस्था प्रारम्भ हुई। और सारे देश में तीन स्तरीय पंचायती राज प्रणाली लागू हुई जो कि निम्नलिखित हैं: • ग्राम स्तर पर — ग्राम पंचायत (पहले गॉव पंचायत थी) • ब्लाक स्तर पर — क्षेत्र पंचायत (पहले क्षेत्र समिति थी) • जिला स्तर पर — जिला पंचायत (पहले जिला परिषद थी) 73वें संविधान संशोधन के द्वारा पंचायतों को स्थानीय सरकार का दर्जा दिया गया है और सत्ता का विकेन्द्रीकरण हुआ है। पंचायती राज संस्थाओं का कार्यकाल 5 वर्ष का होता है और इसके सभी पदों पर महिलाओं के लिए 33 प्रतिशत आरक्षण है। पिछड़े वर्ग के लिए भी 100 में से 27 सीटें सुरक्षित है । यह आरक्षण प्रधानों व सदस्यों दोनों के लिए है। विभिन्न पंचायत समिति को बताते हुए ग्राम स्वास्थ्य समिति पर जोर दें और उसके कार्यो पर चर्चा करवायें। 1. नियोजन एवं विकास समिति 2. शिक्षा समिति 3. निर्माण कार्य समिति **4. स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति** 5. प्रशासनिक समिति 6. जल प्रबन्धन समिति

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
	स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति का कार्य, चिकित्सा, स्वास्थ्य, परिवार कल्याण संबंधी कार्य और समाज कल्याण विशेष रूप से महिला एवं बाल कल्याण की योजनाओं का संचालन करना है। इस समिति के माध्यम से निम्नलिखित सेवाओं को बढ़ावा दिया जायेगा। ● मातृत्व एवं बाल स्वास्थ्य ● परिवार नियोजन ● टीकाकरण ● गांव के स्तर पर स्वास्थ्य सेवायें उपलब्ध कराने वालों के प्रति सहयोग एवं निगरानी ● सरकारी एवं अन्य स्वास्थ्य कार्य करने के बारे में जागरूकता पैदा करना तथा प्रजनन एव बाल स्वास्थ्य शिविर का अधिकतम लाभ अपने समुदाय को जागरूक करके लेना।
चरण – 2 प्रतिभागियों को **जनसंख्या नीति** में प्रधानों की अहम् भूमिका से **परिचित कराए**।	**उत्तर प्रदेश जनसंख्या नीति और पंचायत की भूमिका** जुलाई 2000 में उत्तर प्रदेश सरकार ने जनसंख्या नीति का गठन किया है। इस जनसंख्या नीति का लक्ष्य है उत्तर प्रदेश के लोगों के जीवन स्तर को सुधारना। स्वास्थ्य, परिवार कल्याण और शिक्षा की ओर पंचायतों की संवैधानिक जिम्मेदारी है। अब राज्य सरकार ने वित्तीय और प्रशासनिक सत्ता पंचायतों को सौंप दी है। राज्य सरकार इस बात को पूरी तरह मानती है कि पंचायत इस कार्यक्रम में एक बहुत अहम् भूमिका निभा सकती है। इसी संबंध में ग्राम प्रधानों और पंचायत के सदस्यों को प्रजनन एवं शिशु कल्याण कार्यक्रम के बारे में प्रशिक्षण दिया जाता रहेगा और उनको काम करने के तरीके भी बताये जायेंगे। स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति के सभी सदस्यों और महिला पंचायत सदस्यों को भी अगले तीन वर्षो में सीधे या दूरवर्ती शिक्षा पद्धति से प्रशिक्षण दिया जायेगा।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
	पंचायतों द्वारा निम्न आवश्यक कार्य किये जायेंगेः– • पंचायतों की स्वास्थ्य एवं कल्याण समितियां प्रजनन स्वास्थ्य सेवाओं की आवश्यकताओं को पहचानकर सेवायें प्रदान करने के लिए **ग्राम स्तरीय योजना** बनायेंगी। • विभिन्न विकास योजनाओं का धन उपकेन्द्र बनाने तथा '**अपना घर**' की तरह ग्राम स्तरीय स्वास्थ्य केन्द्र का ढांचा बनाने के लिए उपयोग किया जायेगा। • पंचायतों की जन्म एवं मृत्यु के साथ–साथ **विवाह का लेखा जोखा** रखने की जिम्मेदारी होगी। इस सूची की जानकारी प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं के लिए आम जनता के बीच काम करने वाले ग्राम स्तरीय कार्यकर्ताओं को दी जायेगी। हर वर्ष प्रत्येक जिला, ब्लाक और ग्राम **पंचायत को** विवाह, जन्म, मृत्यु का लेखा रखने तथा परिवार नियोजन सहित प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य कार्यक्रमों के जरिये **आंका जायेगा**। और जिन पंचायतों का प्रदर्शन अच्छा रहेगा उन्हें मुख्यमंत्री द्वारा **सम्मानित** किया जायेगा और विकास के लिए विशेष अनुदान दिया जायेगा जो समुदाय के भौतिक संसाधनों के रूप में होगा।
चरण – 3 प्रशिक्षक **पहले से बने चार्ट** द्वारा अपने जिले के ऑकड़ों को समझायें। प्रशिक्षक चार्ट बनाते समय टी0ओ0टी0 के दौरान दिये गये जिले के ऑकड़े चार्ट में अवश्य भरें। प्रधानों को उनके जिले के कुछ	**जिले के ऑकड़े** • जनसंख्या – लाख • परिवार नियोजन उपाय अपनाने वाले दंपत्ति – प्रतिशत ➢ नसबंदी – प्रतिशत ➢ कॉपर टी – प्रतिशत ➢ गोली – प्रतिशत ➢ कंडोम – प्रतिशत • अगले एक साल में परिवार नियोजन उपाय अपनाना चाहने वाले

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
मोटे–मोटे आंकड़ों से **अवगत करा दें** जिससे उन्हें यह ज्ञात हो जाए कि उनका जिला कहॉं पर है और कितने प्रयास की आवश्यकता है।	दंपत्ति – प्रतिशत • गर्भवती महिलाएं जिन्हें प्रसवपूर्व सेवायें नहीं मिल रहीं – प्रतिशत • अप्रशिक्षित व्यक्ति द्वारा प्रसव – प्रतिशत • एक साल तक के बच्चे जिनका पूर्ण टीकाकरण नहीं हुआ – प्रतिशत • महिला के औसत बच्चे • शिशु मृत्यु दर • मातृ मृत्यु दर

सत्र संख्या: 3 **समय**: 45 मिनट

सत्र का नाम: सिफ्सा परियोजना और प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य

उद्देश्य: सत्र के अन्त तक प्रतिभागी बता सकेंगे कि:

- सिफ्सा परियोजना क्या है तथा कैसे चलाई जा रही है?
- प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें कौन–कौन सी है और ये क्यों जरूरी है?
- प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य के लिए प्रधान क्या कर सकते हैं?
- प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम को बढ़ावा देने से प्रतिभागियों को क्या लाभ है?

कम सं	सत्र के विषय	प्रशिक्षण की विधि	समय
1.	सिफ्सा परियोजना एवं प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें	प्रस्तुतीकरण	10 मिनट
2.	सिफ्सा परियोजना कैसे चलाई जा रही है	प्रस्तुतीकरण	10 मिनट
3.	सिफ्सा का प्रचार–प्रसार अभियान	चर्चा	10 मिनट
4.	प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य के लिए प्रधान क्या कर सकते हैं?	चर्चा	10 मिनट
5.	प्रधानों को प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य से जुड़ने के लाभ	पूछें	5 मिनट

प्रशिक्षण सामग्री:

– पहले से बने चार्ट

ध्यान दें:

प्रशिक्षक प्रत्येक सत्रों के अंत में 5–10 मिनट का समय प्रतिभागियों को प्रश्न पूछने के लिए दें।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 1 पहले से बने चार्ट द्वारा सिफ्सा परियोजना और प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें **समझायें**। प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें शब्द को समझाते हुए पूछें कि वे इस संबंध में क्या जानते हैं।	**सिफ्सा – राज्य परिवार नियोजन अभिनवीकरण परियोजना एजेन्सी (सिफ्सा)** (State Innovations in Family Planning Services Project Agency (SIFPSA) उत्तर प्रदेश सरकार, भारत सरकार एवं अमरीकी सरकार की सहायता से सिफ्सा की स्थापना 1992 में हुई। सन् 1994 से सिफ्सा परियोजना द्वारा प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें घर–घर पहुँचायी जा रही है। प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य के अर्न्तगत निम्नलिखित सेवायें आती हैं • सुरक्षित मातृत्व सेवायें • बाल सुरक्षा सेवायें • परिवार नियोजन सेवायें • यौन रोग /एड्स से बचाव बार बार गर्भधारण करने से महिलाओं के स्वास्थ्य में गिरावट आती है। जिसके कारण उनका व बच्चों का स्वास्थ्य खराब रहता है और प्रायः उनकी असामयिक मृत्यु हो जाती है। पूरे परिवार व समुदाय के संपूर्ण स्वास्थ्य के हित में और महिलाओं एवं बच्चों की अनावश्यक मृत्यु की रोकथाम के उद्देश्य से परियोजना चलाई जा रही है।
चर्चा करें कि उपरोक्त चारों सेवायें हर परिवार के लिए क्यों आवश्यक हैं? यह भी समझायें कि इन सेवाओं के अभाव में हमारे प्रदेश में बहुत सी मातायें और शिशु मृत्यु के शिकार हो जाते हैं। बहुत कम दंम्पत्ति ही परिवार नियोजन उपायों का प्रयोग कर रहें हैं।	**प्रत्येक परिवार के लिए प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें आवश्यक क्यों हैं**। • माताओं की जीवित रहने की संभावनाएं बढ़ जाती हैं और वे स्वस्थ रहती है। • शिशुओं की जीवित रहने की संभावनायें बढ़ जाती हैं और वे स्वस्थ रहते हैं। • परिवार का जीवन स्तर सुधर सकता है और परिवार सीमित रहता है। • पुरूष और महिलायें अनेक बीमारियों जैसे यौन रोग / एड्स से मुक्त रहते हैं।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
बाल विवाह भी माताओं और शिशुओं की मृत्यु का कारण है।	
पहले से बने चार्ट द्वारा सिफ्सा परियोजना के मुख्य बिन्दु समझायें।	**सिफ्सा परियोजना के मुख्य बिन्दु** • **परिवार नियोजन की उच्च गुणवत्ता वाली सेवायें उपलब्ध कराना:** • **सेवाओं की पहुँच में वृद्धि करना:** सरकारी स्वास्थ्य सेवाओं के साथ–साथ निजी क्षेत्र, स्वयं सेवी संस्थाएं तथा सहकारी संस्थाओं के साथ कार्य करते हुए प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं की पहुँच में वृद्धि ताकि अधिक से अधिक लोगों को सेवायें प्राप्त हो सकें। • **इन सेवाओं के लिए मांग पैदा करना:** – परिवार नियोजन परामर्श देना तथा लोगों को उनकी सुविधानुसार परिवार नियोजन के साधन चुनने में मदद करना। – प्रचार–प्रसार के माध्यमों का उपयोग कर लोगों में प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं के प्रति जागरूकता लाना। – सी0बी0डी0 प्रणाली लागू कर घर घर सेवा प्रदान करना। पहले के कार्यक्रमों की भॉति अब पुरूषों और महिलाओं के ऊपर परिवार नियोजन अपनाने के लिए **कोई दबाव नहीं** है, बल्कि अब इस बात पर बल दिया जा रहा है कि उत्तम प्रकार की गुणात्मक सेवायें लोगों की इच्छानुसार एवं सुविधानुसार प्रदान की जायें और दम्पत्तियों को उनकी आवश्यकतानुसार अधिक से अधिक जानकारी दी जाये ताकि वे स्वेच्छा से निर्णय ले सकें। प्रधानों से अपेक्षा है कि जिन गांवों में सिफ्सा के कार्यक्रम चल रहे है वहॉं की संस्था के कार्यकर्ताओं से संपर्क करें तथा गॉंव स्तर पर सी.बी.डी. कार्यकर्ता को सहयोग करें। जिससे वे उनके क्षेत्र की प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य को सुधारने में उनकी मदद कर सकें।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 2 **पहले से बने चार्ट** द्वारा समझायें कि सिफ्सा परियोजना कैसे चलाई जा रही है।	**सिफ्सा परियोजना कैसे चलाई जा रही है** सिफ्सा परियोजना सरकारी स्वास्थ्य विभाग और निजी क्षेत्र (प्राइवेट सेक्टर) के साथ मिलकर चलाई जा रही है।
जिले में सरकारी और गैर सरकारी क्षेत्र में जो डिफ्सा द्वारा कार्य किये गये है और भविष्य में किए जायेंगे उन्हें संक्षेप में समझायें। प्रतिभागियों की टिप्पणी और प्रश्नों का उत्तर दें।	**सरकारी स्वास्थ्य विभाग में सिफ्सा की मुख्य गतिविधियाँ:** • सरकारी स्वास्थ्य केन्द्र, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र और उपकेन्द्रों का सुदृढ़ीकरण (भवन की मरम्मत, बिजली–पानी, एंबुलेन्स का प्रबंध) • डॉक्टरों और ए.एन.एम. के लिए विभिन्न प्रकार के प्रशिक्षण • प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविरों का आयोजन • प्राथमिक / सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों पर प्राइवेट महिला चिकित्सक द्वारा सेवायें उपलब्ध करवाना। **निजी क्षेत्र में सिफ्सा की मुख्य गतिविधियाँ:** 1. **स्वयं सेवी संगठन एवं सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता:**– क्योंकि ज्यादातर लोग निजी क्षेत्र से चिकित्सा प्राप्त करते हैं, इसलिए सिफ्सा गॉवों में घर–घर तक परिवार नियोजन सेवाएं उपलब्ध कराने के लिए स्वयं सेवी संगठनों के साथ कार्य कर रहा है। इस कार्यक्रम में सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता घर–घर जाकर समुदाय के लोगों से संपर्क करती हैं और उन्हें परिवार कल्याण के विषय में जागरूक कर परामर्श देती है साथ ही परिवार नियोजन के अस्थायी साधनों के लिए कंडोम, खाने वाली गोलियां उपलब्ध करवाती हैं। 2. **दुग्ध सहकारिताएं:**– उत्तर प्रदेश के ग्रामीण क्षेत्रों में दुग्ध सहकारिता की बहुत लोगों तक पहुँच हैं। अनेक जिलों में सिफ्सा दुग्ध सहकारिता के साथ कार्य कर रही है। गॉव की महिला स्वास्थ्य

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
	कार्यकर्ता को दुग्ध सहकारिता की तरफ से प्रशिक्षण दिया जाता है, ताकि वह समुदाय में घर–घर जाकर और डेरी संघ के सदस्यों के साथ मासिक डेरी बैठकों में संपर्क करके तथा सुबह–सुबह दूध इकट्ठा करने के दौरान डिपों में या घरों में जाकर परिवार नियोजन सेवाएं प्रदान करें। 3. **औद्योगिक संस्थायें**: कई जिलों में औद्योगिक संस्थाओं के द्वारा फैक्टरी और समुदाय में सेवायें प्रदान कराई जा रही है। 4. **होमियोपैथ, वैद्य, हकीम, यूनानी डाक्टर और दाईयों का प्रशिक्षण**:– सिफ्सा परियोजना के तहत डॉक्टरों, देशी चिकित्सा पद्धति के चिकित्सकों (होमियोपैथ, वैद्य, हकीम) और दाईयों को विशेष रूप से प्रशिक्षित किया जा रहा है। उनको प्रशिक्षण में बेहतरीन सेवाएं प्रदान करने पर बल दिया जा रहा है। देशी चिकित्सा पद्धति को परिवार नियोजन परामर्श और रेफर करने के लिए सक्षम बनाया जा रहा है।
चरण – 3 प्रतिभागियों से **चर्चा** करें कि क्या उन्होंने अभी तक कभी अपने क्षेत्र में सिफ्सा के प्रचार प्रसार अभियान के अर्न्तगत किसी प्रकार की गतिविधियॉ देखी हैं। अगर किसी प्रतिभागी ने यह कार्यक्रम देखा है तो उससे कहें कि वह सभी प्रतिभागियों को **बताएं** साथ ही उसकी उपयोगिता पर भी चर्चा करें।	**सिफ्सा का प्रचार प्रसार अभियान**:– प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य संबंधी जानकारी देने और परिवार नियोजन की मॉग पैदा करने के लिए सिफ्सा ने एक व्यापक प्रचार–प्रसार अभियान लागू किया है जो 'आओ बातें करें' नाम से प्रसिद्ध है। टी.वी. पर विज्ञापन, रेडियो पर गीत, पोस्टर और समाचार पत्रों में विज्ञापन व्यापक रूप से निकाले जाते है। साथ ही साथ सचल प्रचार प्रसार हेतु वीडियो ऑन व्हील्स गॉव–गॉव में जाकर मनोरंजक ढंग से लोगों को परिवार नियोजन के प्रति जागरूक करती है। बसों पर भी बोर्ड लगाये गये हैं। समय समय पर सिफ्सा द्वारा ग्राम स्तर पर परिवार कल्याण जागरूकता हेतु नाटक, जादू, कव्वाली, आल्हा, बिरहा एवं नौटंकी आदि भी आयोजित की जाती है। **इस अभियान में ग्राम स्तर पर व्यवस्था हेतु प्रतिभागी का महत्वपूर्ण सहयोग अपेक्षित है**।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 4 इस बात पर **चर्चा करें** कि प्रतिभागी अपने क्षेत्र में प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य को संभव कराने के लिए क्या कर सकते हैं। **पहले से बने चार्ट** को दिखाकर समझायें। चार्ट को कमरे में चिपका दें।	**प्रधान प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य के लिए क्या कर सकते हैं:** • अपने क्षेत्र में इस बात को बढ़ावा दें कि लड़की का विवाह 18 वर्ष और लड़के का विवाह 21 वर्ष की आयु से पहले न करें, • अपने क्षेत्र में स्थित ए.एन.एम. उपकेन्द्र एवं पी.एच.सी. से संपर्क करकें यह सुनिश्चित कर सकते हैं कि वहॉ सभी उपकरण व दवाइयॉ उपलब्ध है । और प्रत्येक स्वास्थ्य कर्मी जिम्मेदारी से कार्य कर रहा है • ए.एन.एम. गॉव में नियमित रूप से आयें इसके लिए प्रेरित करें। • प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य की सभी सेवाओं के प्रति लोगों को जागरूक करें और उनकी भ्रांतियॉ मिटायें। इसे स्वास्थ्य समिति के द्वारा क्रियान्वित करायें। • सुनिश्चित करें कि परिवार नियोजन सेवायें दंपत्तियों को उनकी स्वेच्छा से प्राप्त हो रही हैं न कि किसी दबाव से। • पुरूषों की भागीदारी को बढ़ावा दें।
प्रतिभागियों से **पूछें** कि प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य से जुड़ने से उनको क्या लाभ होगा। ध्यानपूर्वक उनके उत्तर सुनें। आवश्यकतानुसार **उदाहरण दें** कि – मान लीजिये आपके सहयोग से आपके क्षेत्र में प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम बहुत अच्छा चलता है जिसके फलस्वरूप मां और बच्चों के स्वास्थ्य में सुधार	**उनके पास गांव में हर परिवार के लिए उपरोक्त को सच में बदल देने की क्षमता है।**

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
आता है, उनकी मृत्यु दर में कमी आती है और परिवार स्वस्थ्य एवं खुशहाल होते हैं तो लोगों के मन में आपके लिए कैसी भावना आयेगी? प्रतिभागियों से इस प्रश्न का उत्तर भी प्राप्त करने की कोशिश करें क्योंकि उन्हीं उत्तरों में प्रतिभागियों के लाभ की बात छुपी है।	
अब **पहले से बने चार्ट** द्वारा समझायें कि प्रधानों को क्या लाभ होगा	**प्रधानों को प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य से जुड़ने के लाभ–** • उनकी स्वयं की छवि समुदाय में और अच्छी बन सकेगी। • समुदाय में मां व बच्चों के स्वास्थ्य में सुधार आयेगा इसका श्रेय प्रतिभागियों को प्राप्त होगा एवं उनकी प्रसिद्धि बढ़ेगी। • समुदाय में उनकी स्थिति और प्रबल होगी। • समुदाय से उनके संबंध मधुर बनेगें एवं कार्यक्षेत्र में वृद्धि होगी।
किसी की जान बचाना एक अत्यन्त महान और पुण्य का कार्य है	

सत्रः 4 **समयः** 30 मिनट

सत्र का नामः गर्भवती महिला की देखभाल और सुरक्षित प्रसव

उद्देश्यः सत्र के अन्त तक प्रतिभागी यह बता सकेंगे कि वे निम्न बिन्दुओं से संबंधित क्या सहयोग दे सकते हैं।

- गर्भवती महिला की देखभाल
- सुरक्षित प्रसव और प्रसवोत्तर देखभाल
- गर्भावस्था, प्रसव और प्रसव के बाद गंभीर समस्याएं

कम सं	सत्र के विषय	प्रशिक्षण की विधि	समय
1.	गर्भवती का पंजीकरण और तीन जॉच	चर्चा	5 मिनट
2.	टेटनस के टीके	चर्चा	5 मिनट
3.	आयरन व फोलिक एसिड गोलियां	चर्चा	5 मिनट
4.	सुरक्षित प्रसव, प्रसवोत्तर देखभाल	चर्चा	5 मिनट
5.	गर्भावस्था, प्रसव और प्रसव के बाद गंभीर समस्याएं	चर्चा	10 मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

– सुरक्षित प्रसव का पोस्टर

– आयरन की गोलियों का पत्ता

– पहले से बने चार्ट

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 1 **गर्भवती का पंजीकरण** ग्राम स्तर पर गर्भवती महिलाओं से संबंधित समस्याओं की **चर्चा करें**। पूछें कि गर्भवती महिला के **पंजीकरण एवं जॉच** से संबंधित गांव वालों की क्या सोच है। प्रतिभागियों को गर्भवती महिलाओं के **पंजीकरण** और **तीन जॉच** का महत्व **समझायें**। प्रतिभागियों से **पूछें** कि वे इस कार्य में क्या **सहयोग** दे सकते हैं?	उत्तर प्रदेश में **मातृ मृत्यु दर और शिशु मृत्यु** दर अभी भी अधिक है। और कुल गर्भवती महिलाओं में से केवल 50% को ही प्रसवपूर्व सेवायें उपलब्ध होती है। इस कारण –यह सुनिश्चित करना बहुत आवश्यक है कि समुदाय में हर गर्भवती महिला का उपयुक्त स्वास्थ्य कार्यकर्ता तथा ए.एन.एम. द्वारा पंजीकरण अवश्य हो। **पंजीकरण** होने से गर्भवती महिला को प्रसव पूर्व एवं प्रसव पश्चात देखभाल मिलेगी जो उसके खुद के स्वास्थ्य एवं गर्भ में पल रहे शिशु के लिए अत्यन्त आवश्यक है। • प्रत्येक गर्भवती माता के लिए कम से कम **प्रसवपूर्व तीन जांच** करवाना अनिवार्य है। इन जांचों से मां और शिशु के स्वास्थ्य के बारे में समय समय पर पता चलता रहता है और गर्भकाल में किसी भी असामान्य दशा का समय से पता चल जाता है और उसका समय से उपचार किया जा सकता है। प्रधान अपने क्षेत्र में यह सुनिश्चित करें कि अधिक से अधिक गर्भवती महिलाएं अपना पंजीकरण ए.एन.एम., सी.बी.डी. या प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर में जाकर अवश्य करायें और तीन जॉच का लाभ उठायें। ताकि मातायें और बच्चे स्वस्थ रहें।
चरण – 2 टेटनस के टीके **चर्चा करें** कि क्या आपके गांव में टेटनस के टीके लगाये जाते है और कितनी गर्भवती महिलाएं टेटनस का टीका लगवाती है। **फिर समझायें** – टेटनस के दो टीके क्यों जरूरी हैं और कहॉ लगाये जाते हैं।	**टेटनस के दो टीके क्यों जरूरी है?** हर गर्भवती माता को गर्भावस्था के दौरान टेटनेस के दो टीके लगने जरूरी हैं। यह टीके मां व बच्चे दोनों को टेटनस से पूरी रक्षा करते है। यदि ये टीके न लगे तो मां या बच्चा या दोनों को टेटनस होने का खतरा रहता है। टेटनस का शिकार होने पर जान बचाना असंभव हो जाता है।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
जिन प्रतिभागियों के यहाँ अधिकांश महिलाएं टेटनेस के दो टीके नहीं लगवाती है उन प्रतिभागियों से पूछें कि वे कैसे सुनिश्चित कर सकते हैं कि गर्भवती की नियमानुसार जांच हो और टेटनस के दो टीके भी लगे ।	**टेटनस के टीके कहाँ लगायें जाते हैं?** टेटनस के टीके ए.एन.एम. के द्वारा या प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र /सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द, प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर में लगाये जाते है। राज्य सरकार एवं सिफ्सा द्वारा अभियान चलाकर गर्भवती स्त्रियों को टेटनेस के दो टीके लगाये जाते है।
चरण – 3 आयरन की गोली आयरन की गोली का पत्ता /डिब्बा दिखाकर गोलियों की उपयोगिता के बारे में **बताएं**। और **पूछें** कि इनको लेने में आम जनता को क्या परेशानी है–**भ्रान्तियाँ** दूर करें। इनकी **उपलब्धता** के बारे में बतायें।	**आयरन की गोली क्यों जरूरी है?** भारत में ज्यादातर महिलाओं में खून की कमी होती है। एनीमिया या खून की कमी से तात्पर्य है कि खून में लौह तत्व की कमी, जो गर्भावस्था के दौरान एवं गर्भावस्था के पश्चात गंभीर हो जाती है। मातायें एनीमिया से ग्रस्त कमजोर हो जाती हैं और कम वजन के बच्चों को जन्म देती हैं। खून की कमी से माता /शिशु की जान भी जा सकती है। हर गर्भवती महिला को आयरन और फोलिक एसिड की 100 गोलियां लेनी चाहिए। प्रतिदिन एक गोली नियमित रूप से लेनी चाहिए। यह गोलियां खून को लाल रंग प्रदान करती है और ताकत देती हैं। माता और माँ के गर्भ में पल रहे बच्चे के बेहतर स्वास्थ्य को सुनिश्चित करती है। ये प्रसव के दौरान माता की मृत्यु होने से भी रक्षा करती हैं। **आयरन की गोली कहाँ उपलब्ध हैं?** ये गोलियां प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र अथवा सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र अथवा ए.एन.एम. के पास उपलब्ध रहती है। न मिलने पर इन गोलियों को बाजार से भी खरीदा जा सकता है।
चर्चा करें कि प्रतिभागी कैसे सुनिश्चित कर सकते है कि हर गर्भवती को टेटनस के दो टीके लगे, उसकी तीन जाँच हो और आयरन की गोलियां नियमानुसार मिलें।	**प्रधान कैसे सहयोग दे सकते हैं** – ग्राम सभा की बैठक में प्रचार करके। – टी.टी. अभियान में योगदान देकर – ए.एन.एम. को सहयोग देकर ताकि वह गाँव में अवश्य आये

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
	और सेवाएं दे। – गर्भवती स्त्रियों को प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविरों में ले जाने की व्यवस्था करके।
चरण – 4 सुरक्षित प्रसव प्रतिभागियों से **पूछें** कि **वे सुरक्षित प्रसव** से क्या समझते है। प्रतिभागियों से सुरक्षित प्रसव एवं प्रसवोत्तर देखभाल के बारे में चर्चा करें। प्रशिक्षित व्यक्ति द्वारा प्रसव करवाने का महत्व समझायें।	प्रदेश में जन्म लेने वाले बच्चों में से एक चौथाई से भी कम को प्रशिक्षित दाईयों की सेवायें मिल पाती है। शेष तीन चौथाई से भी अधिक बच्चों का जन्म घरों में अप्रशिक्षित दाई द्वारा अस्वच्छ ढंग से होता है। जिसके कारण बहुत सी महिलाओं और बच्चों की मृत्यु हो जाती है। लोगों को इस बात के लिए प्रेरित करना बहुत जरूरी है कि वे प्रसव प्रशिक्षित व्यक्ति से ही करवायें। प्रधान प्रशिक्षित व्यक्ति द्वारा प्रसव कराने के लिए लोगों को प्रोत्साहित करें साथ ही लोगों में पॉच स्वच्छ कार्यो के बारे में प्रचार प्रसार अवश्य करें ।
प्रसव के समय 'पांच स्वच्छ कार्य' चार्ट द्वारा समझायें और उनका महत्व **बतायें**। '**दाई प्रशिक्षण**' के बारे में बतायें।	**पॉच स्वच्छ कार्यः** • स्त्री को स्वच्छ स्थान पर लिटाए। उस कमरे की जमीन गोबर से न लिपी हो। • दाई के स्वच्छ हाथ हो जो साबुन से धुले और सूखे हो। • नाल स्वच्छ ब्लेड से काटें • नाल स्वच्छ धागे से बॉधे • नाल पर कुछ न लगायें। सिफ्सा द्वारा आपके क्षेत्र की कुशल दाईयों को प्रशिक्षण दिया जा रहा है और जिन जिलों में अभी तक प्रशिक्षण नहीं हुआ है वहॉ जल्द से जल्द प्रशिक्षण दिया जाएगा। प्रधान अपने क्षेत्र की कुशल दाईयों के नाम प्रशिक्षण के लिए अपने क्षेत्र के एम.ओ. आई.सी. अथवा सी.एम.ओ. को दें और यह सुनिश्चित करें कि वह

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
	प्रशिक्षित हो जायें।
चर्चा करें कि प्रधान 'प्रसवोत्तर देखभाल' संबंधी क्या सहयोग दे सकते हैं।	प्रसव के बाद माँ के स्वास्थ का पूरा ध्यान रखना चाहिए क्योंकि अगर माँ स्वस्थ होगी तभी बच्चे को स्तनपान करवा सकेगी। इसलिए यह जरूरी है कि प्रतिभागी को प्रसव उपरान्त माँ की देखभाल के महत्व के बारे में बतायें। जिस तरह गर्भावस्था के दौरान है गर्भ में पल रहे शिशु के लिए स्त्री को पौष्टिक / अतिरिक्त आहार की आवश्यकता होती उसी प्रकार प्रसव के बाद भी स्त्री को शिशु को स्तनपान कराने के लिए पौष्टिक/ अतिरिक्त आहार की आवश्यकता होती है। वरना बहुत सी मातायें मृत्यु का शिकार हो सकती हैं। प्रधान ये सुनिश्चित करें कि स्वास्थ्यकर्मी समय समय पर इन माताओं से मिलती रहें और उसे प्रसवोत्तर देखभाल के बारे में उचित सलाह देती रहें।
चरण – 5 प्रतिभागियों से गर्भावस्था, प्रसव और प्रसव के बाद उत्पन्न आपातकालीन स्थितियों में उनके योगदान के बारे में **चर्चा** करें।	प्रसव पूर्व, प्रसव के समय या प्रसव के बाद गर्भ से जुड़ी कोई भी आपातकालीन स्थिति कभी भी अचानक हो सकती है। ऐसी स्थिति में माता को तुरंत अस्पताल पहुँचाना अति आवश्यक है वरना उसकी और उसके बच्चे की मृत्यु हो सकती है। इन परिस्थितियो का सामना करने के लिए प्रधान स्वास्थ्य समिति के माध्यम से अपने क्षेत्र में पहले से एक वाहन और पैसों की व्यवस्था करें ताकि पीड़ित महिला को जल्द से जल्द निकटतम चिकित्सा केन्द्र तक पहुँचाया जा सके। इसके लिए किसी तरह का गठन भी तैयार किया जा सकता है जो इस तरह की स्थितियों से निपटने के लिए कार्य करेगा।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
	प्रतिभागियों से इस बात पर जरूर चर्चा करें कि गर्भवती महिलाओं को दी जाने वाली ऊपर लिखी सभी सेवाओं (जॉच, टी. टी., आयरन की गोलियों एवं प्रसव के समय आपातकालीन स्थितियों इत्यादि) से न केवल मां की जान बल्कि उसके बच्चे की जान भी बचायी जा सकती है।
मिले औरत को स्वास्थ्य सुरक्षा, बार–बार जब ना हो बच्चा **'स्वस्थ मां स्वस्थ बच्चा'**	

सत्रः 5 **समयः** 30 मिनट

सत्र का नामः बाल स्वास्थ्य

उद्देश्यः–

इस सत्र के अंत तक प्रतिभागी यह बता पायेंगे कि

- बच्चों को स्वस्थ रखने के लिए क्या–क्या करना चाहिए
- बाल स्वास्थ्य से संबंधी कार्यो में वे कैसे सहयोग दे सकते हैं और क्यों?

कम संख्या	सत्र के विषय	प्रशिक्षण की विधि	समय
1.	बाल स्वास्थ्य का महत्व	चर्चा, प्रस्तुतीकरण, अनुभव बॉटना	10 मिनट
2.	स्तनपान का महत्व	चर्चा, प्रस्तुतीकरण	5 मिनट
3.	टीकाकरण और विटामिन ए	चर्चा, प्रस्तुतीकरण	5 मिनट
4.	दस्त रोग /ओ.आर.एस. घोल	चर्चा, प्रस्तुतीकरण	5 मिनट
5.	बाल स्वास्थ्य में प्रधानों का सहयोग	चर्चा	5 मिनट

सुझाव– इस सत्र के चरण 2,3 और 4 रोल प्ले द्वारा और भी प्रभावी ढंग से किये जा सकते है। इसका एक नमूना इस सत्र के अन्त में दिया हुआ है। प्रतिभागी परिस्थिति अनुसार अन्य रोल प्ले भी बना सकते है।

प्रशिक्षण सामग्रीः

– ओ.आर.एस. पैकेट

– पहले से बने चार्ट

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 1 शिशु मृत्यु दर के आँकड़े की ओर ध्यान आकर्षित करते हुए बाल स्वास्थ्य पर **चर्चा** करें। **अनुभव बांटना**:– ट्रेनर 2–3 प्रतिभागियों को अपने समुदाय के किसी छोटे बच्चे की मृत्यु के संबंध में बात करने को प्रोत्साहित करें। फिर उनसे पूछें, इसके लिए क्या कदम उठाये गये थे? क्या यह मृत्यु रोकी जा सकती थी तथा कैसे रोकी जा सकती थी? **पहले से बने चार्ट** द्वारा शिशु मृत्यु के मुख्य कारण बतायें। कम वजन के बच्चो के बारे में **चर्चा** करें–	**बाल स्वास्थ्य** – शिशु की देखभाल माँ के गर्भ से ही शुरू हो जाती है। सही समय पर कुछ छोटी छोटी चीजों पर ध्यान रखने से स्वस्थ बच्चा होगा और विकलांग होने से बचा रहेगा। इस कारण माँ को गर्भावस्था में टेटनस का टीका अवश्य लगवाना चाहिए जिससे उसका गर्भस्थ शिशु टेटनेस जैसी बीमारी से बचा रह सके। **उत्तर प्रदेश शिशु मृत्यु दर – 85 बच्चे प्रति हजार** **शिशु मृत्यु के मुख्य कारण** • बच्चे का जन्म के समय कमजोर होना (कम वजन) • टेटनस • कुपोषण होना • दस्त रोग से निर्जलीकरण होना • माताओं का कम उम्र में माँ बनना • माताओं का जल्दी जल्दी गर्भधारण करना • माताओं का कुपोषित होना
चरण – 2 प्रतिभागियों से इस बात पर **चर्चा करिए** कि बच्चे को जन्म के तुरन्त बाद माँ का दूध पिलाना क्यों जरूरी है?	बच्चे के जन्म के बाद उसे जल्द से जल्द, यानि एक घंटे के अंदर, मां का दूध पिलाना चाहिए। मां का **पहला दूध** बच्चे के लिए बहुत लाभकारी है। कई मातायें शुरू के दो तीन दिन बच्चे को अपना दूध नहीं पिलाती हैं। परन्तु यह प्रथा बच्चे के हित में नहीं है। क्योंकि शिशु माँ के पहले दूध से वंचित रह जाते है। माँ का पहला दूध फेंकना नहीं चाहिए यह बच्चे के लिए बहुत लाभदायक होता है।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
	इससे बच्चे में रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है और वह बार–बार बीमार नहीं पड़ता है। छः महीने तक बच्चे को केवल मां का दूध ही पिलाना चाहिए। छः माह के बाद भी मां का दूध पिलाते रहना चाहिए, साथ ही ऊपरी आहार देना शुरू कर देना चाहिए।
चरण – 3 प्रतिभागियों से **पूछें** कि गॉव में टीकाकरण की क्या स्थिति है और इसके बारे में क्या अवधारणायें हैं। ध्यानपूर्वक उनके विचार / अनुभव सुनें फिर टीकाकरण के बारे में **जानकारी दें**। **विटामिन ए** के बारे में बतायें।	बच्चों को छः जानलेवा बीमारियों (तपेदिक, गलघोंटू, काली खॉसी, पोलियो एवं खसरा) से बचाने के लिए टीकाकरण आवश्यक है। टीकाकरण ए.एन.एम. द्वारा किया जाता है। प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र एवं सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र, प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर में भी टीकाकरण होता है। 9 माह की उम्र के बाद बच्चे को छः–छः माह के अंतराल पर विटामिन 'ए' का घोल भी तीन साल की उम्र तक पिलाना चाहिये, इससे बच्चों की नेत्र ज्योति ठीक रहेगी, रतौन्धी से बचाव होगा तथा बच्चों में रोग निरोधक शक्ति बढ़ेगी। विटामिन 'ए' भी उपकेन्द्र, प्रा0 स्वा0 केन्द्र एवं ए.एन.एम. के पास उपलब्ध हैं।
चरण – 4 ओ.आर.एस. का पैकेट दिखाते हुए दस्त रोग और ओ.आर.एस. /जीवन रक्षक घोल के महत्व के बारे में **चर्चा करें**। प्रतिभागियों से कहें कि वे ग्राम स्तर पर दस्त रोग की समस्या का अवलोकन करने की कोशिश करें। क्योंकि ऐसा करके वे शिशुओं की जान बचा सकते हैं। प्रधानों को इसका प्रचार प्रसार करने की आवश्यकता है।	**दस्त रोग और ओ.आर.एस. घोल** दस्त रोग शिशु मृत्यु का एक मुख्य कारण है। जब बच्चों को दस्त हों तब उन्हें ओ.आर.एस. का घोल पिलाना चाहिए वरना शरीर में पानी की कमी से उनकी मृत्यु हो सकती है। घर में उपलब्ध अन्य तरल पदार्थ जैसे चावल का पानी, दाल का पानी, छांछ भी दिया जा सकता है। दस्त होने पर बच्चे को तरल पदार्थ और दूध पिलाना नियमित जारी रखना जरूरी है। अगर फिर भी दस्त कम नहीं होते है तो तुरन्त डाक्टर के पास ले जाएं।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 5 सत्र के अंत में ट्रेनर प्रतिभागियों से इस पर **चर्चा** करें कि बाल स्वास्थ्य से संबंधित कार्यो में वे किस प्रकार सहयोग दे सकते है।	**बाल स्वास्थ्य संबंधी प्रधानों के कार्य–** • हर बच्चे का संपूर्ण टीकाकरण हेतु उनके परिवार वालों को प्रेरित करें • ए.एन.एम. का गॉव में आना सुनिश्चित करें। • जिन बच्चों का टीकाकरण फिर भी रह जाए तो उन्हें प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर में भिजवाने की व्यवस्था करें। • मीटिंग में चर्चा के द्वारा पूर्ण टीकाकरण, ओ.आर.एस. एवं स्तनपान को बढ़ावा दे सकते हैं। • दस्त रोग से पीड़ित बच्चे की सहायता के लिए ओ.आर.एस. के पैकेट की उपलब्धता को सुनिश्चित करके उसके बारे में गांव वालों को जानकारी दे सकते हैं।
इस बात पर भी **चर्चा करें** कि इन कार्यो द्वारा प्रधानों को क्या लाभ होगा।	उपरोक्त बातों को करने से लोगों का उन पर विश्वास बढ़ेगा ओर उनके ग्रामवासी इस बात को समझेंगे कि प्रधान उनके स्वास्थ्य के प्रति कितने चिन्तित हैं। अगर प्रधान ये सेवायें अपने क्षेत्र के लोगों के पास या घर–घर पहुँचाने में सफल हो जायें तो लोगों के मन में उनके प्रति विश्वास हो जाएगा और इससे प्रधानों को आने वाले चुनाव में फायदा होगा।

रोल प्ले – बाल स्वास्थ्य

दाई – भौजी बधाई हो बधाई, लक्ष्मी हुयी है। मैं तो 51 रूपये और एक धोती नेग में लूँगी। माँ और बच्चा दोनो स्वस्थ हैं।

सास – हाँ दूँगी तुझे तेरा इनाम।

दाई – अरे हाँ, भौजी एक बात जरूर ध्यान में रखना कि बच्ची को माँ का दूध एक घंटे के अंदर ही पिलाना शुरू कर देना।

सास – क्यों री, अब तुझको भी नये रंग ढंग लग गये। मैने क्या अपने पांच बच्चे नहीं पाले? मैंने तो उन्हें शुरू के तीन दिन वाला गन्दा दूध नहीं पिलाया। तू मुझको क्या उल्टा–सीधा पढ़ा रही है।

दाई – अरे नहीं भौजी हम तुमको सही बात ही बता रहे हैं। यह बात मुझे भी पहले नहीं पता थी। अब मैं इस बारे में जब प्रशिक्षण लेने गयी थी तो बड़ी डाक्टरनी ने बताया। उन्होने कहा कि बच्चे के लिए शुरू का दूध बहुत फायदेमंद है इससे उसके शरीर में रोगों से लड़ने की क्षमता बढ़ती है साथ ही ऑखें की रोशनी के लिये भी फायदेमंद है। माँ को भी बहुत ज्यादा रक्तस्राव होने का खतरा नहीं रहेगा।

सास – अरे तेरी बात मेरी समझ में नहीं आ रही है। गांव में सब यही करते है। हमारे पुरखे भी ऐसा ही करते थे।

दाई – करते थे तभी तो पहले हमारे बच्चे जल्दी जल्दी बीमार और किसी किसी को अंधापन और मृत्यु भी हो जाती थी। मैं तो अब जानती हूँ कि लोगों ने शुरू का दूध पिलाना प्रारम्भ कर दिया है। तुम चाहे तो कमला भाभी से पूछ लो।

सास – ठीक है भई जब तुम फायदे बता रही हो तो मैं पिला दूँगी। पर एक बात बताओं क्या अब बकरी का दूध और मीठा पानी भी अलग से दूँ कि नहीं।

दाई – अरे नहीं भाभी, बच्चों के लिए 6 माह तक माँ का दूध ही पूरी खुराक है उसे और किसी चीज की आवश्यकता नहीं।

(इसी बीच गांव की एक महिला पारो दाई की ढूँढती हुई आती है और उससे कहती है)

पारो – अरे बहनी तुम यहां हो मैं तुम्हें कहाँ – कहाँ ढूँढ आयी। जरा हमारी मुनिया को तो देख लो उसका पेट चल रहा है वो सुबह से पांच बार उल्टी, दस्त कर चुकी है।

दाई – पारो तुम उसे यह पैकेट साफ, उबले, ठंडे किये 1 लीटर पानी में घोलकर पिलाओ मैं अभी आती हूँ। अरे हाँ उसका खाना पीना मत बंद करना। उसे दाल का पानी, छांछ, जो भी हो वह ताजा ताजा पिलाती रहो। अब तुम चलो, मैं बस आयी।

सास – देखों, तुम आती रहना।

दाई– हाँ हाँ जरूर आऊँगी। बच्चों के टीकाकरण की बात भी तो बातऊँगी ताकि वे छः जानलेवा रोगों से बची रहें।

प्रतिभागियों से पूछें कि उन्होंने क्या देखा और फिर उस पर चर्चा करें।

सत्रः 6 **समयः** 30 मिनट

सत्र का नामः प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर

उद्देश्यः सत्र के अन्त तक प्रतिभागी यह बता सकेंगें कि

- प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर क्या है
- शिविर में कौन कौन सी सुविधाएं दी जाती हैं
- इस शिविर में प्रतिभागी क्या योगदान दे सकते हैं और क्यों

कम संख्या	सत्र के विषय	प्रशिक्षण की विधि	समय
1.	प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर क्या है?	चर्चा एवं प्रस्तुतिकरण	05 मिनट
2.	शिविर में कौन कौन सी सेवाएं दी जाती हैं	चर्चा एवं प्रस्तुतिकरण	10 मिनट
3.	इस शिविर में प्रतिभागी क्या योगदान दे सकते हैं और क्यों?	चर्चा	15 मिनट

प्रशिक्षण सामग्री

–पहले से बने चार्ट

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 1 प्रतिभागियों से **पूछे** कि क्या वे प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर के बारे में जानते हैं? यदि कोई प्रतिभागी शिविर में गया हो तो अपना अनुभव सबके साथ बॉंटे। **पूछें** कि अभी तक आपके क्षेत्र में कितने शिविर लग चुके है और कितने लोगों ने उसका लाभ उठाया। फिर **पहले से बने चार्ट** द्वारा हुए प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर क्या है समझायें ।	• यह शिविर माह में एक या दो बार प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र या सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पर आयोजित किया जाता है। इसमें प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य की सभी सेवायें दी जाती हैं। • इन शिविरों का स्थान और तिथि जिले के मुख्य चिकित्साधिकारी की मासिक बैठक में तय की जाती है। • शिविरों की जानकारी विकास खण्ड के लोगों तक कई दिन पहले से ही विभिन्न माध्यम द्वारा जैसे परचे बॉंटकर, लाउड स्पीकर पर घोषणा करके, अखबारों में छाप कर एवं सार्वजनिक स्थानों पर दीवार लेखन या बैनर लिखकर दी जाती है। • यह शिविर विशिष्ट है क्योंकि इन शिविरों में उच्चकोटि की सेवाएं प्रदान की जाती है। नसबन्दी के बाद दवाईयां दी जाती है और नसबंदी क्लाइंट को घर घर पहुँचाने के लिए वाहन की व्यवस्था भी की जाती है।
चरण – 2 प्रतिभागियों से **पूछें** कि इन शिविरों में क्या सेवायें दी जाती हैं। इसके बाद इन सेवाओं के बारे में **चार्ट द्वारा** विस्तार से बताएं।	**शिविर में दी जाने वाली सेवाओं का विवरणः** 1. प्रसवपूर्व चेकअप 2. आयरन गोलियों का वितरण 3. गर्भवती महिलाओं का टेटनस टीकाकरण 4. छः जानलेवा रोगों के लिए बच्चों का टीकाकरण 5. बीमार बच्चों का इलाज 6. स्त्री /प्रसूति रोगों का चेकअप /इलाज 7. यौन रोगों का इलाज 8. निःसन्तान दम्पत्तियों को परामर्श 9. परिवार नियोजन परामर्श 10. पुरूष नसबन्दी 11. महिला नसबन्दी 12. कॉपर टी 13. कंडोम 14. खाने वाली गर्भनिरोधक गोली

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 3 प्रतिभागियों से **पूछें** कि प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर की विस्तृत जानकारी के बाद क्या वह बता सकते हैं कि इन शिविरों में वे क्या योगदान दे सकते है। उनके विचारों को नोट कर लें फिर **चर्चा** कर उन्हें उत्साहित करें कि वे अपने क्षेत्र के अधिक से अधिक लोगों को इस शिविर से सेवाएं लेने के लिए प्रेरित करें।	**प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविरों में प्रधानों का योगदान** • प्रतिभागी इन शिविरों के प्रचार प्रसार में सहयोग कर सकते है। • लोगों को इन शिविरों में दी जाने वाली सेवाएं लेने के लिए प्रेरित कर सकते हैं एवं दीवार लेखन करवा सकते हैं। • इन शिविरों में पुरूषों की भागीदारी बढ़ाने हेतु प्रयास कर सकते है। • प्रतिभागी लोगों को इन शिविरों में आने जाने के लिए यातायात व्यवस्था उपलब्ध करा सकते है। • प्रतिभागी अपने क्षेत्र की स्वास्थ्य कार्यकर्ता सी.बी.डी. कार्यकत्री एवं ऑंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं आदि को सक्रिय कर उन्हें प्रेरित कर सकते है कि वे अधिक से अधिक लोगों को इन शिविरों की सेवाएं लेने हेतु प्रोत्साहित करें। अपने क्षेत्र के लोगों को अगर वे प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें प्राप्त करवा सके तो जिन लोगों ने उन्हें प्रधान पद के लिए चुना है उनकी नजर में वे ऊंचे हो जायेगें और लोगों के बीच उनकी इज्जत बढ़ जाएगी क्योंकि स्वस्थ जीवन सभी की आवश्यकता है।

सत्र संख्याः 7 **समय** : 1 घंटा

सत्र का नामः परिवार नियोजन

उद्देश्यः इस सत्र के अंत तक प्रतिभागी :–

- परिवार नियोजन का महत्व समझा सकेंगे।
- विभिन्न उपलब्ध विधियों के बारे में मुख्य बातें बता सकेंगे।
- अपने समुदाय में परिवार नियोजन कार्यक्रम को बढ़ावा देने में अपनी भूमिका बता पायेंगे और उससे उनको क्या लाभ होगा उसे जान पायेंगे।

कम सं	सत्र के विषय	प्रशिक्षण की विधि	समय
1	परिवार नियोजन क्यों और उसके लाभ	चर्चा, बताएं	15 मिनट
2	परिवार नियोजन के साधन	चर्चा, पूछे बताएं	30 मिनट
3	परिवार नियोजन संबंधी प्रधानों की भूमिका	चर्चा,	15 मिनट

प्रशिक्षण सामग्रीः

– कंडोम के पैकेट
– खाने की गोलियां
– कॉपर टी
– महिला नसबन्दी एवं पुरूष नसबन्दी के बड़े चित्रों वाले चार्ट

प्रशिक्षण के चरण	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 1 प्रतिभागियों से **पूछें** कि **परिवार नियोजन** के बारे में वह क्या समझते हैं। ध्यानपूर्वक उनके विचार / अनुभव सुनें। फिर **पहले से बने चार्ट** द्वारा 'परिवार नियोजन और उसके लाभ' एवं 'दम्पत्ति के अधिकार' के विषय में जानकारी दें। ट्रेनर प्रतिभागियों को अपने क्षेत्र में यह प्रचार करने को कहें कि दम्पत्ति के क्या अधिकार हैं	**परिवार नियोजन और उसके लाभ** छोटा परिवार स्वस्थ व खुशहाल होता है। दो बच्चों के जन्म में कम से कम तीन साल का अंतर रखना चाहिए। जल्दी जल्दी बच्चे होने से मां व बच्चों का स्वास्थ्य बिगड़ता है, यहां तक की उनकी मृत्यु भी हो सकती है। पति पत्नी आपस में सलाह करके यह सोचें कि उन्हें कितने बच्चे चाहिए और कब चाहिए। जब तक उन्हें बच्चा नहीं चाहिए तब तक उन्हें परिवार नियोजन का कोई उपाय अवश्य प्रयोग करना चाहिए। आजकल परिवार नियोजन के अनेक साधन उपलब्ध हैं। परिवार नियोजन के उपाय सेहत को नुकसान नहीं पहुँचाते। पति–पत्नी अपनी मर्जी और जरूरत के अनुसार इसमें से कोई भी उपाय चुन सकते है। परिवार नियोजन संबंधी प्रत्येक **दम्पत्ति के अधिकार** – • दम्पति यह स्वयं तय कर सकें कि उन्हें कब व कितने बच्चे चाहिए। • परिवार नियोजन के सभी उपायों की उन्हें पूरी और सही जानकारी मिलें। • पूरी जानकारी प्राप्त करने के बाद वे अपनी इच्छा से परिवार नियोजन का उपाय चुनें और अपनायें। • परिवार नियोजन अपनाने के लिए उन पर किसी भी प्रकार का दबाव नहीं डाला जाये।
चरण – 2 प्रतिभागियों से परिवार नियोजन के साधनों के नाम **पूछें**। उत्तर चार्ट पर लिख लें। एक एक साधन के बारे में अधिक जानकारी लेते हुए **पूछें** कि समुदाय में साधनों के प्रति क्या	**परिवार नियोजन के साधन** • कंडोम • गोली • कॉपर टी • महिला नसबंदी • पुरूष नसबंदी

प्रशिक्षण के चरण	प्रशिक्षकों के नोट्स
अवधारणायें हैं। ध्यानपूर्वक उनके विचार / अनुभव /भ्रांतियां सुनें।	
फिर परिवार नियोजन के प्रत्येक उपाय की सरल ढंग से **जानकारी दें** और भ्रांतियों दूर करते जायें। **कंडोम के पैकेट दिखाकर** कंडोम संबंधी मुख्य बातें समझाएं।	**कंडोम** रबर के बने हुए महीन कवच है जिन्हें पुरूष प्रयोग करते है। जब तक बच्चा नहीं चाहिए तब तक कंडोम प्रयोग किया जा सकता है और जब बच्चा चाहिए, तब इनका प्रयोग बंद किया जा सकता है। कंडोम यौन रोग और एड्स से भी बचाव करते है।
महिलाओं के लिए खाने वाली **गोलियों के पैकेट दिखाकर** उनकी मुख्य बातें समझाएं। कंडोम और खानेवाली गोलियॉं कहॉं उपलब्ध है प्रतिभागियों को **बतायें**।	**गोलियॉं** महिलाओं के लिए एक सरल उपाय है। यह छोटी–छोटी टिकियां होती है। अगर बच्चा नहीं चाहिए तो महिला को रोज एक गोली नियमित रूप से खानी चाहिए। जब बच्चा चाहिए हो तब गोलियों को खाना बंद कर सकती हैं। **कंडोम और गोलियॉं कहॉं उपलब्ध है**। • उप केन्द्र • प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र,। • सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पर। • गॉंव के डिपो होल्डर के पास। • दवाई की और अन्य दुकानों में। • ए.एन.एम. के पास। प्रतिभागियों को यह अवश्य स्पष्ट करें कि यदि कंडोम और खाने वाली गोलियां ऊपर दिये गये स्थानों पर नहीं उपलब्ध हो पा रहे है तो अपने क्षेत्र की सिफ्सा द्वारा स्थापित सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ता, वैद्य, हकीम और होम्योपैथ चिकित्सक आदि के पास से अवश्य ले लें।

प्रशिक्षण के चरण	प्रशिक्षकों के नोट्स
महिलाओं के लिए कॉपर –टी **कॉपर टी दिखायें** तथा माडल /चार्ट के द्वारा समझायें। **बतायें** कि कॉपर–टी कहॉ लगवाई जा सकती है।	**कॉपर टी**– यह लचीले प्लास्टिक की बनी हुई छोटी सी वस्तु है, जिस पर तांबे की तार लिपटी होती है। कॉपर–टी महिला की बच्चेदानी में रख दी जाती है । 'कॉपर–टी 200' तीन वर्षों तक तथा 'कॉपर–टी 380' दस वर्षों तक असरदार रहती है। यदि बच्चा चाहिए हो तो कॉपर–टी को आसानी से निकाला जा सकता है। प्रशिक्षित डॉक्टर, नर्स या ए.एन.एम. ही कॉपर टी लगा या निकाल सकते हैं। **कॉपर–टी कहॉ लगवाई जा सकती है**। • उपकेन्द्र • प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, • सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पर • जिला अस्पताल में यदि उपरोक्त स्थानों पर ये सेवा न उपलब्ध हो तो प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर (कैम्प) में जाकर कॉपर टी लगवाई जा सकती है। कंडोम, गोली और कॉपर टी की सेवा प्रधानों को अपने क्षेत्र में ए. एन.एम. द्वारा उपलब्ध करवानी है। यदि कोई समस्या हो तो वे मुख्य चिकित्साधिकारी /केन्द्र के डाक्टर को बतायें। इसके अलावा अपने क्षेत्र में हो रहे प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर में निःशुल्क प्राप्त करवा सकते है।
महिला नसबंदी चार्ट दिखाकर समझायें और भ्रन्तियॉ दूर करें	**महिला नसबंदी** – यह महिलाओं के लिए परिवार नियोजन का स्थाई साधन है। यह महिलाओं के लिए छोटा सा ऑपरेशन है। इसे वह दम्पत्ति अपना सकते है जो अपने परिवार को आगे बढ़ाना नहीं चाहते है। महिला नसबंदी तब ही करवानी चाहिए जब पति–पत्नी यह फैसला कर लें कि उन्हें और बच्चे नहीं चाहियें।

प्रशिक्षण के चरण	प्रशिक्षकों के नोट्स
पुरूष नसबंदी चार्ट दिखाकर समझायें। और भ्रान्तियॉ दूर करें	**पुरूष नसबंदी** – यह पुरूषों के लिए परिवार नियोजन का स्थाई साधन है। इसे वह दम्पत्ति अपना सकते है जो अपने परिवार को आगे बढ़ाना नहीं चाहते है। यह पुरूषों के लिए छोटा सा ऑपरेशन है जो महिला नसबंदी से भी सरल है। पुरूष नसबंदी तब ही करवानी चाहिए जब पति–पत्नी यह फैसला कर लें कि उन्हें और बच्चे नहीं चाहियें। यह ऑपरेशन प्रशिक्षित डॉक्टर द्वारा ही करवाना चाहिए। पुरूष नसबंदी करवाने से पुरूष की शक्ति, बल और वैवाहिक जीवन पर किसी भी प्रकार का प्रभाव नहीं पड़ता है। **एन0एस0वी0 (नॉन स्कैपल्ड वेरक्टमी) द्वारा पुरूष नसबन्दी अब और भी सरल हो गयी है जो कि बिना चीरा व टॉका लगाये की जाती है। प्रतिभागियों को प्रेरित करें कि वे पुरूष नसबंदी को बढ़ावा दें जिससे पुरूषों की परिवार कल्याण में भागीदारी बढ़े।**
बतायें कि पुरूष नसबंदी और महिला नसबंदी कहॉ करवाई जा सकती है	**नसबंदी कहॉ करवाई जा सकती है** • प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र • सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पर • जिला अस्पताल में यदि पुरूष एवं महिला नसबंदी की सेवा ऊपर दिये गये स्थानों पर किन्ही कारणोंवश नहीं प्राप्त हो जाती है तो अपने क्षेत्र के लोगों को प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर में यह सेवा लेने को अवश्य कहें।

प्रशिक्षण के चरण	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण –3 **चर्चा करें** कि: प्रतिभागी यह कैसे सुनिश्चित कर सकते हैं कि समुदाय में परिवार नियोजन की सुविधाएं उपलब्ध हैं। प्रतिभागी किस प्रकार दम्पतियों को परिवार नियोजन की सेवाओं की पहुँच बढ़ाकर उनका लाभ उठाना सुनिश्चित कर सकते है। प्रतिभागी किस प्रकार सुनिश्चित करें कि उनके क्षेत्र में दम्पतियों को उनके अधिकार मिल रहे हैं।	उत्तरों के कुछ नमूने नीचे दिये गये हैं– 1. स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं एवं सेवा प्रदान करने वालों से समय समय पर मिलकर स्थिति का जायजा लेकर। जैसे महिला नसबन्दी के उपरान्त टाँके काटने आती हैं या नहीं। 2. बैठक में उपरोक्त विषय की चर्चा करके। 3. लोगों में जागरूकता पैदा करके। 4. लोगों को प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविर से प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवायें लेने के लिए प्रेरित करें।

ट्रेनर्स के लिए जानकारी

प्रतिभागी कृपया सुनिश्चित करें कि हेल्थ सेन्टर पर ए0एन0एम0 उपलब्ध हैं, क्योंकि प्रतिभागी अपने क्षेत्र के लोगों के स्वास्थ्य के लिए जिम्मेदार हैं।

सत्र : 8 **समयः** 30 मिनट

सत्र का नामः पंचायत द्वारा किये जाने वाले कार्यो की रूपरेखा

उद्देश्य सत्र के अंत तक प्रतिभागी बता सकेंगें कि

- वे प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य में क्या सहयोग दे सकते हैं?
- वे प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं को कैसे अपनी पंचायत क्षेत्र में बढ़ा सकते हैं?
- उन्हें प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं से जुड़ने से क्या लाभ होगा?

क्रम संख्या	सत्र के विषय	प्रशिक्षण की विधि	समय
1	प्रतिभागी क्या कर सकते हैं – कार्यो की रूपरेखा	चर्चा	15 मिनट
2	प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं को कैसे बढ़ा सकते हैं	चार्ट द्वारा प्रस्तुतिकरण	10 मिनट
3.	प्रतिभागियों का फीडबैक	फार्म भरना	5 मिनट

नोटः यह सत्र अत्यन्त महत्वपूर्ण है और पूरे दिन के कार्यक्रम का निचोड़ है। इसलिए इसमें प्रतिभागियों में जान फूँकते हुए रोचक ढंग से प्रस्तुत करें।

प्रशिक्षण सामग्री :–

– पहले से बने चार्ट

– पंचायती राज सदस्यों का प्रशिक्षण मूल्यांकन प्रपत्र (प्रत्येक प्रतिभागी के लिए एक)

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
चरण – 1 प्रधानों को दिनभर की बातों की याद दिलाते हुए **पूछें** कि वे प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम को बढ़ावा करने के लिए क्या कर सकते हैं। उनके उत्तर ध्यानपूर्वक सुनें, उन्हें **सराहें**। सभी प्रधानों को **प्रोत्साहित करें** कि वे भी अपने योगदान के विषय में कुछ कहें। **पहले से बने चार्ट** द्वारा छूटे हुए बिन्दु जोड़ें।	**प्रधान क्या कर सकते हैं** • अपने क्षेत्र में स्थित ए.एन.एम. **उपकेन्द्र एवं पी.एच.सी. से संपर्क** करकें यह सुनिश्चित कर सकते हैं कि वहाँ सभी उपकरण व दवाइयाँ उपलब्ध है। तथा ए.एन.एम. पंचायत क्षेत्र में आवश्यक सेवायें प्रदान कर रही हैं। • कम उम्र में विवाह पर रोक लगाना। **लड़की** का विवाह **18 वर्ष** और **लड़के** का विवाह **21 वर्ष** की आयु से पहले न करें, यह संदेश फैला सकते है। • **परिवार नियोजन** क्या हैं इसकी उपयोगिता एवं लाभों के बारे में प्रचार कर सकते हैं। • गाँव में सभी गर्भवती स्त्रियों का **पंजीकरण, तीन जाँच, टेटनेस के दो टीके** एवं आयरन फोलिक एसिड की 100 गोलियां सुनिश्चित कर सकते हैं। • आपके क्षेत्र में **प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सुविधाएं** कहाँ पर उपलब्ध हैं इसका प्रचार कर सकते हैं। • **प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य शिविरों** में अपने गांव के लोगों को अधिक से अधिक सेवायें प्राप्त करने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं। • बच्चों का **पूर्ण टीकाकरण** में सहयोग दे सकते हैं। • सभी प्रसव अस्पताल में या घरों में **प्रशिक्षित स्वास्थ्य कर्मी** की देखरेख में होने चाहिए। इसके लिए जागरूकता पैदा करें। • प्रसव के समय **गर्भवती महिला** को **गम्भीर स्थिति** में जल्दी से जल्दी अस्पताल पहुँचाने के लिए धन या **वाहन उपलब्ध करायें**।
चरण – 2 अब इस बात पर **चर्चा** करवायें कि उपरोक्त कार्य वे कैसे कर	**वे इन कार्यो को कैसे कर सकते हैं** • सरकार की ओर से दी जाने वाली **सभी सुविधाओं व योजनाओं** के बारे में जानकारी प्राप्त करें तथा उनका लाभ लोगों तक **पहुँचायें**।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
सकते हैं। आवश्यकतानुसार छूटे बिन्दु जोड़ दें।	• परिवार कल्याण सम्बंधित सूचना, शिक्षा एवं संचार सामग्री को **समुदाय तक** पहुँचाना। गाँव के मुख्य स्थलों, समुदाय भवनों एवं सार्वजनिक स्थानों पर **परिवार नियोजन के संदेश लगायें**। **जैसे कि** विवाह के उपरान्त **पहला बच्चा दो साल बाद** हो और **दो बच्चों** के जन्म में **तीन वर्ष** का अन्तर रखे। • ग्रम स्तर पर **स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण** के लिए **प्रबुद्ध एवं स्वैच्छिक व्यक्तियों** को ले कर **मंच** की स्थापना करें जिसका संचालन **ग्राम पंचायत की स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति द्वारा हो**। तथा स्थानीय आवश्यकतानुसार प्रजनन एवं बाल सेवाओं का आंकलन कर **ग्राम स्तरीय योजना** बनायें। इस कार्य में सामुदायिक सहभागिता को बढ़ावा दें। • ग्राम पंचायत की **मासिक बैठकों** और स्वास्थ्य एवं कल्याण समिति में **प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य** के कार्यक्रमों को महत्व दें और योजनाबद्ध तरीके से उनका संपादन करें। स्थानीय स्वयं सेवी संस्थाओं के लोगों को भी इससे जोड़े। • पंचायतों में जन्म एवं मृत्यु के रिकार्ड के अतिरिक्त **विवाह का लेखा–जोखा भी** रखा जाना आवश्यक है। इस सूचना की जानकारी प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं के लिए आम जनता के बीच काम करने वाले ग्रम स्तरीय कार्यकर्ताओं को भी देनी चाहिए। • **ए.एन.एम., ऑगनबाड़ी** कार्यकर्ता और **ग्राम स्तरीय कार्यकर्ताओं** के माध्यम से स्वास्थ्य के लिए सरकार द्वारा चलाये गये **कार्यक्रमों का अनुश्रवण** करें। और प्रभारी स्वास्थ्य अधिकारी एवं बाल विकास परियोजना अधिकारी से संपर्क बनाये रखें। • **खण्ड स्तरीय** एवं **जिला स्तरीय बैठकों** में अपने गाँव की स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण संबंधित **समस्याओं के निवारण** का प्रयास करें।

प्रशिक्षण के तरीके	प्रशिक्षकों के नोट्स
प्रत्येक प्रतिभागी को एक एक **फार्म** (पंचायती राज सदस्यों का प्रशिक्षण मूल्यॉकन प्रपत्र) **बॉटे**। उनसे **कहें** कि अब प्रशिक्षण समाप्ति पर है और उससे संबंधित अपने विचार वे फार्म भरकर अवश्य दें। आवश्यकता पड़ने पर ट्रेनर स्वयं फार्म पढ़कर सुनायें और जो स्वयं नहीं लिख सकते है उनकी सहायता करें।	• ग्राम स्तर पर ऐसी **गतिविधियों** को **सूचीबद्ध** करें जो **समुदाय स्वयं** अपने आप से कर सकते हैं जैसे दिन या रात में **प्रसव के दौरान आपातकालीन स्थितियों** में महिलाओं को **अस्पताल** तक पहुँचाने के लिये यातायात की सुविधाओं के लिए गॉव स्तर पर एक **कोष बनाया** जा सकता है। • पंचायती राज संस्थाओं को दिये जाने वाले स्वास्थ्य वित्तीय संसाधनों का व्यवहारिक सदुपयोग मातृ एवं बाल स्वास्थ्य सेवाओं के क्षेत्र में अधिक करें।

धन्यवाद ज्ञापन एवं कार्यक्रम समापन

प्रतिभागियों को उनकी भागीदारी के लिए **धन्यवाद** दें। कुछ प्रतिभागियों को प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य के प्रति उनकी कटिबद्धता के बारे में और वे किस प्रकार प्रजनन एवं बाल स्वास्थ्य गतिविधियों को आने वाले महीने में, अगले छः महीनों में एवं एक वर्ष के भीतर, प्रोत्साहन करने व सहायता देने की योजना के लिए कया कर सकते हैं इसके बारे में अपने विचार प्रकट करने के लिए आमंत्रित करें।

कार्यक्रम के अंत में आप प्रतिभागियों के किसी भी शेष बाकी बचे प्रश्नों का जवाब दें। कुछ प्रतिभागी कुछ विशिष्ट स्पष्टीकरण प्राप्त करने हेतु रूकना चाहेंगे। बाकी प्रतिभागी घर दूर होने की वजह से वापस जाना चाहेंगे। जो प्रतिभागी रूकना चाहें उनके साथ कुछ समय व्यतीत करके उनके प्रश्नों का जवाब दें ताकि वे संतुष्ट होकर लौट सकें।

प्रतिभागियों को उपरोक्त बताए गये कार्यो के संबंध में यदि कोई परेशानी अथवा शंका हो तो अपने जिले में स्थापित सिफ्सा की जिला स्तरीय परियोजना प्रबन्ध इकाई से सम्पर्क कर सकते हैं।