एकिकृत शिशु तथा बाल्यकालिन पोषण र बाल भिटा समुदाय प्रबर्द्धन कार्यक्रम

आमा समूह बैठक संचालसम्बन्धी निर्देशिका

परिचय

सूक्ष्म पोषकतत्व- बालभिटा वितरण कार्यक्रम अन्तर्गत प्रत्येक वडामा ६ महिना देखि २ वर्ष मुनिका बालबालिकाहरूका आमाहरूको भेलामार्फत् कार्यक्रमसम्बन्धी जानकारी प्रवर्द्धन तथा वितरण गर्ने माध्यमको रुपमा आमा समूह बैठक आयोजना गरिन्छ । बालभिटा कार्यक्रमको प्रभावकारीता बढाउन र आमाहरूमा बालभिटा सम्बन्धी सही सन्देश सम्प्रेषण गर्ने उद्देश्य राखी कार्यक्रम संचालन भएका वडाहरूमा महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाबाट आमा समूहको बैठक संचालन गरिन्छ । बैठकमा वडाका ६ देखि २ वर्ष मुनिका बालबालिकाहरूका आमाहरूलाई २ देखि ३ घण्टाको बैठकमा सहभागी गराइन्छ । बैठक सम्बन्धित वडाको पायक पर्ने स्थानमा संचालन गरिने छ । आमा समूहको बैठक प्रत्येक महिना संचालन गरिन्छ । पहिलो बैठक तालिमको अन्तिम दिन सञ्चालन गरिन्छ र दोस्रो बैठक पहिलो बैठक बसेको १५ दिन पछि सञ्चालन गरिन्छ ।

मुख्य उद्देश्य

- ६ महिना देखि २ वर्ष मुनिका बालबालिकाका आमाहरूलाई आवश्यक ज्ञान र सीप प्रदान गरि नियमित रुपमा यसको प्रयोगमा जोड दिने ।

सहायक उद्देश्य

- शिशु तथा बाल्यकालीन पोषणसँग सम्बन्धित विद्यमान अवस्था र समस्याबारे जानकारी गराउने ।
- सूक्ष्म पोषकतत्व-बालभिटा के हो, किन आवश्यक छ, यसका फाइदाहरू के-के छन्, प्रयोग गर्ने लक्षित समूह कुन हो, प्रयोग गर्ने तरीका, वितरण प्रक्रिया कसरी हुन्छ, कार्यक्रमको अनुगमन कसरी गरिन्छ आदि विषयहरूमा विस्तृत जानकारी गराउने ।
- ६ महिनादेखि २ वर्ष मुनिका बालबालिकाहरुका आमाहरूलाई सूक्ष्म पोषकतत्व -बालभिटा खुवाउन आवश्यक पर्ने ज्ञान र सीप अभिवृद्धि गर्ने ।

बैठक पूर्व तयारी

- आमा समूहको बैठकको तालिम संचालन हुने मिति, स्थान र समय निर्धारण गर्ने ।
- बैठक संचालन गर्न आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण सामग्रीहरू तयार गर्ने ।
- आ-आफ्नो वडाका सम्पूर्ण ६ महिना देखि २ वर्ष मुनिका बालबालिकाका आमाहरूलाई आमन्त्रण गर्ने ।

बैठक संचालन गर्ने व्यक्ति

- आमा समूहको बैठक सम्बन्धित वडाका महिला स्वास्थ्य स्वंयसेविकाले संचालन गर्नेछन् ।
- बैठक संचालनमा सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्थाका ग्रा.स्वा.का वा मा.शि.काले सहयोग गर्न सक्नेछन् ।
- बैठक संचालनमा आवश्यक सहयोग तथा सरसल्लाह साझेदार संस्थाका सामााजिक परिचालक वा प्रशिक्षकले गर्नेछन् ।

बैठकमा समावेश गर्नु पर्ने मुख्य मुख्य विषयहरू

आमा समूहको बैठकमा विशेषतः बालभिटा के हो ? बालभिटा किन आवश्यक छ ? यसको प्रयोग कसरी गरिन्छ ? यसको प्रभावको बारेमा छलफल गरिन्छ । यसको साथै बालभिटा कार्ड कसरी भर्ने ? तथा यसको संरक्षणको विषयमा पनि छलफल गरिने छ । आमा समूहको बैठकमा मुख्यत परामर्श पुस्तिकामा उल्लेखित विषयहरूमा केन्द्रित भई छलफल गरिन्छ । बैठकमा छलफल हुने मुख्य विषयहरू तल उल्लेख गरिएको छ ।

शिशु तथा बाल्यकालीन पोषण

- पोषणको वर्तमान अवस्था ।
- बाल विकास र सूक्ष्म पोषकतत्वको सम्बन्ध ।
- रक्तअल्पता के हो ? यसबाट पर्न सक्ने असर तथा यसबाट बच्न सकिने उपायहरू ।
- स्तनपानको महत्व तथा स्तनपान गराउदा यसबाट बालबालिका तथा आमाहरूमा हुने फाइदा ।
- आमा तथा बालबालिकाहरूको व्यक्तिगत सरसफाई ।

सूक्ष्म पोषकतत्व- बालभिटा

- परिचय महत्व, तथा यसको उचित प्रयोग ।
- बालभिटा प्रयोग गर्ने बिधि, तरिका प्रदर्शन ।
- बालभिटा बितरण प्रक्रिया ।
- बालभिटा कार्ड अद्यावधिक गर्ने तरिका ।
- बाल भिटा को स्याचेट (पुरिया) को व्यवस्थापन ।
- बालभिटा खुवाउँदा देखिएका सकारात्मक परिवर्तन तथा आई परेका समस्याहरू ।

बैठक संचालन गर्दा अपनाउनु पर्ने चरणहरू

१. **अभिवादन गर्ने**

- सबै सहभागीहरूलाई अभिवादन गर्ने र बस्न अनुरोध गर्ने । सहभागीहरूलाई बसाउँदा एकले अर्कोलाई हेर्न सक्ने गरी बसाउनु पर्दछ । सहभागीहरूलाई ← आकारमा बस्न लगाउने ।

२. **सहभागीहरूसँग भलाकुसारी गर्ने**

- सहभागीहरूसँग भलाकुसारी गर्ने, भलाकुसारी गर्दा परिस्थिति अनुसार गर्नुपर्दछ । जस्तैः हाल समुदायमा भएका घटना, कुनै घटनाको सहभागीहरूलाई परेका असरहरू (खासगरी स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित विषयहरू बारे) ।

३. **बैठकको उद्देश्यबारे जानकारी दिने ।**

- आज हुन लागेको बैठकको उद्देश्यबारे सहभागीहरूलाई बैठकमा जानकारी दिने ।
  - शिशु तथा बाल्यकालीन पोषणबारे जानकारी दिने ।
  - सूक्ष्म पोषकतत्व- बालभिटा बारे जानकारी दिने ।

४. **परामर्श पुस्तिका प्रयोग गरी अनुभव आदान प्रदान गराउँदै छलफल गर्ने**

- प्रश्न उत्तर, छलफल, व्याख्यान, प्रर्दशन, अभ्यास विधि प्रयोग गरी बैठक संचालन गर्ने ।
- बालभिटा परामर्श पुस्तिकामा भएका विषयहरूमा एक एक गरी छलफल गर्ने ।
- सबै सहभागीहरूले देख्ने गरि परामर्श पुस्तिकामा भएका चित्रहरू देखाउने र ध्यानपूर्वक हेर्न लगाउने । चित्रहरू सबैले देख्ने गरि चारैतिर घुमाई देखाउने ।
- सहभागीहरूले चित्रमा के-के देखे र के-के बुझे पालै पालो गरी सबैलाई भन्ने मौका दिने ।
- चित्रसँग सम्बन्धित आफूलाई भएको वा आफ्नो घर वरपर वा छिमेकमा भएका यस्ता अनुभव छन् की सोध्ने ।
- उनीहरूको जवाफलाई प्रोत्साहन गर्दै मुख्य सन्देशहरू प्रष्ट पार्ने ।
- अब खानामा बालभिटा मिसाउने अभ्यास गर्न लागिएको बारे बताउने ।
- साबुन पानीले हात मिचिमिचि धुने ।
- तयारी अवस्थामा राखिएको खाना (मन तातो) - भात, दाल, तरकारी, साग, जाउलो आदि राम्ररी मिच्ने ।
- खानामा एक पुरिया बालभिटा मिसाउने र राम्ररी मिच्ने ।
- सहभागी मध्ये एकजनालाई पनि त्यसै गर्न लगाउने ।
- खानामा बाल भिटा मिसाएको ठिक छ छैन छलफल गर्ने ।
- बाल भिटा थोरै खानामा (बच्चाले खान सक्ने जती खानामा मात्र) मिसाएर बच्चालाई खुवाउनु पर्ने कुरामा जोड दिने ।
- बाल भिटा सधैं बाक्लो खानामा मिसाएर मात्र खुवाउने र यसरी खुवाउँदा खानाको स्वादमा कुनै फरक नपर्ने कुरामा जोड दिने ।

५. **पहिलेको बैठकमा छलफल गरिएका विषयवस्तुहरूको पुनरावलोकन गर्ने (दोस्रो पटक बैठक संचालन गर्दाको लागि मात्र)**

- पुनरावलोकन गर्दा अघिल्लो बैठकमा छलफल भएको विषयको बारेमा सहभागीहरूले के-के सम्झि राखेका छन् सोध्ने । उनीहरूले दिएका उत्तरहरूलाई सरहना गर्दै एकपटक पुनः आफूले अघिल्लो बैठकमा छलफल भएको विषयको बारेमा छोटकरीमा बताइदिने ।
- अघिल्लो बैठकमा आफूले सिकेका कुराहरू कसरी प्रयोगमा ल्याए सोबारे छलफल गर्ने ।
- केहि समस्या देखिएको भए परामर्श पुस्तिकाको प्रयोग गर्दै समाधान गरिदिने ।

६. **सहभागीले विषयवस्तु बुझे-नबुझेको पत्ता लगाउने र सारांशमा प्रस्तुत गर्ने**

- सहभागीले विषयवस्तु बुझे-नबुझेको पत्ता लगाउन बैठकमा छलफल गरिएको विषयमा प्रश्न गर्दै पत्ता लगाउने ।
- बालभिटा परामर्श पुस्तिकाबाट छलफल गरेका विषयवस्तुहरूलाई सारांशमा प्रस्तुत गर्ने ।

७. **क्रमशः सम्पुर्ण ६महिना देखि २ वर्षका बालबालिकाका आमाहरू लाई बालभिटा वितरण गर्ने र दर्ता गर्ने ।**

८. **सहभागीताका लागि उपस्थित सबै जनालाई धन्यवाद दिँदै बैठक अन्त्य गर्ने ।**

आमा समुहको बैठक सम्बन्धी प्रतिवेदन

जिल्ला :... गा.वि.स. :... टोल :..

मिति (साल/महिना/गते) :...

स्वास्थ्य संस्थाको नाम (प्रा.स्वा.के./हे.पो./सव हे.पो.) :...

क्र.सं.	सामाजिक परिचालक/महिला स्वास्थ्य स्वयं सेविकाको नाम	वडा नं.	लक्षित बालबालिकाको संख्या (म.स्वा.स्व.से.बाट लिएको)	बाल भिटा प्राप्त गर्ने बालबालिको संख्या	बाल भिटा लिन छुटेका बालबालिकाहरुको संख्या (बैठकका सहभागीहरूबाट आएको विवरण अनुसार)	बाल भिटा पाएर खान छोडेका बालबालिकाको संख्या	अन्य सहभागी संख्या	कैफियत
१								
२								
३								
४								
५								
६								
७								
८								
९								
१०								
११								
१२								
१३								
१४								
१५								
१६								
१७								
१८								
१९								
२०								

सुपरिवेक्षक / प्रतिवेदन तयार गर्नेको नामः .... हस्ताक्षरः...