सत्यमेव जयते
महाराष्ट्र शासन

महिला व बाल विकास विभाग

राजमाता जिजाऊ
माता-बाल आरोग्य व पोषण मिशन

महाराष्ट्रातील कुपोषन निर्मुलन

यशोगाथा

महाराष्ट्र शासन

पंकजा मुंडे
मंत्री,महिला व बाल विकास
ग्राम विकास व जलसंधारण,
रोजगार हमी योजना, महाराष्ट्र राज्य

शुभेच्छा संदेश

महाराष्ट्र राज्यापुढील आव्हानांपैकी एक आव्हान आहे कुपोषण. या आव्हानावर मात करण्यासाठी शासन सर्वतोपरी प्रयत्नशील आहे. शासनाने महिला व बाल विकास विभागास या विषयाचा नोडल विभाग म्हणुन घोषीत केलेले असुन ह्या विभागांतर्गत एकात्मिक बाल विकास सेवा योजना, राजमाता जिजाऊ माता-बाल आरोग्य व पोषण मिशन या कामी पुढाकार घेत आहेत.

महाराष्ट्रातील कुपोषण निर्मुलन कामामध्ये शासनाच्या एकात्मिक बाल विकास सेवा योजना यंत्रणा व आरोग्य यंत्रणा यांचेबरोबरच समाजाच्या सर्व घटकांना एकत्रितपणे सहभागी करून घेण्याचे कामही जोरदारपणे सुरू आहे. राजमाता जिजाऊ आरोग्य व पोषण अभियानाने या कामास अधिक गती प्राप्त झाली असुन लोकसहभागाचे अनेक नाविण्यपूर्ण उपक्रम जिल्हया-जिल्हयांत राबविले जात आहेत.

या उपक्रमांचे / **Best Practices** चे संकलन करून ते सर्व संबंधितांना उपलब्ध करून देणे खरोखरच आवश्यक होते. कुपोषण निर्मुलनामध्ये लोकसहभाग घेण्याच्या या उपक्रमांची दखल घेणे व हे उपक्रम राज्यभर पोहचविणे यासाठी ही यशोगाथा पुस्तिका सर्वांना उपयुक्त ठरेल असे वाटते. या पुस्तिकेच्या आधारे कुपोषण निर्मुलनात लोक सहभागाची चळवळ अधिक गतिमान करूया व कुपोषणमुक्त महाराष्ट्राचे स्वप्न साकार करूया.

शुभेच्छांसह!

पंकजा मुंडे

महाराष्ट्र शासन

विद्या ठाकुर
राज्यमंत्री,
महिला व बाल विकास

शुभेच्छा संदेश

राज्यातील ग्रामिण व आदिवासी भागामधील कुपोषण निर्मुलनासाठी महिला बाल विकास विभागांतर्गत एकात्मिक बाल विकास सेवा यंत्रणा व राजमाता जिजाऊ माता - बाल आरोग्य व पोषण मिशनच्या माध्यमातुन चांगले काम सुरु आहे. या कामामध्ये ग्रामिण भागात जिल्हा परीषदा, पंचायत समित्या व ग्रामपंचायती महत्वाची भूमिका बजावत आहेत.

अशाच प्रकारे राज्यातील शहरी भागातील कुपोषण निर्मुलनासाठी प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. हे करताना ग्रामिण भागाप्रमाणेच शहरी भागातील महानगरपालिका व नगरपालिका यांची भुमिका महत्वाची असल्याने त्यांचा सहभाग आवश्यक ठरतो. त्यासाठी शासन पावले उचलत आहे.

कुपोषण निर्मुलनासाठी ग्रामिण भागात घडणारे नाविण्यपूर्ण उपक्रम शहरी भागातही राबविणे गरजेचे आहे. त्या अनुशंगाने ही पुस्तिका निश्चितच मार्गदर्शक ठरेल असा विश्वास वाटतो. त्यासाठी माझ्या मन:पूर्वक शुभेच्छा!

विद्या ठाकुर

महाराष्ट्र शासन

संजयकुमार
प्रधान सचिव,
महिला व बाल विकास विभाग

शुभेच्छा संदेश

महाराष्ट्रातील कुपोषण निर्मुलनाकरीता महाराष्ट्र शासनाचा महिला व बाल विकास विभाग हा नोडल विभाग म्हणुन हर तऱ्हेने प्रयत्न करत आहे. विभागांतर्गत काम करणारी एकात्मिक बाल विकास सेवा यंत्रणा उत्कृष्टपणे काम करत असुन त्यांना सहाय्य करण्याचे काम राजमाता जिजाऊ माता - बाल आरोग्य व पोषण मिशन करत आहे.

राज्यातील अंगणवाडी केंद्रांद्वारे माता व बालकांच्या आरोग्य व पोषणाची काळजी वाहताना पुरक पोषण आहाराबरोबर माता व बालकांना अतिरिक्त आहार मिळावा म्हणुन परसबागांची संकल्पना प्रत्यक्षात येत आहे. आता घरोघरी व प्रत्येक अंगणवाडी केंद्रामध्ये परसबागा विकसीत करण्यासाठी आपण प्रयत्नशील आहोत.

आपल्या सर्वांच्या प्रयत्नाने राज्यात कुपोषण निर्मुलनाकरिता अनेक नाविन्यपूर्ण उपक्रम राबिवण्यात येत आहेत. या सर्व नाविण्यपूर्ण उपक्रमांची माहिती एकत्रितरित्या या पुस्तिकेमध्ये उपलब्ध करण्यात येत आहे. या पुस्तिकेद्वारे ही माहीती राज्यभर पोहोचेल व त्यावर अमंल होईल याचा मला विश्वास वाटतो.

शुभेच्छांसह !

संजयकुमार

अनुक्रमणिका

अनु. क्र.	विषय	सुचनेचे पान क्र.
१	महाराष्ट्रातील कुपोषण रोखण्यासाठी विशेष प्रयत्न	१
२	कुपोषण निर्मुलनामध्ये लोकसहभाग	२
३	समुदायाच्या जागृतीसाठी कार्यक्रम	३-१३
४	मुठभर धान्य योजना	१४
५	बालगोपाळ पंगत	१५
६	गृह बाल विकास केंद्र	१६-१७
७	मदर केअर सेंटर	१८-१९
८	मॉडेल अंगणवाडी केंद्र	२०-२१
९	डिजीटल अंगणवाडी	२२-२३
१०	माहेर	२४-२५
११	डोहाळे जेवण	२६
१२	अर्धवार्षिक वाढदिवस	२७
१३	गर्भ संस्कार केंद्र	२८
१४	परसबागा	२९
१५	हिरकणी कक्ष	३०
१६	माता व कुटुंब सक्षमीकरणासाठी प्रभावी माता बैठका	३१-३२

महाराष्ट्रातील कुपोषण रोखण्यासाठी विशेष प्रयत्न

वन्दना कृष्णा
महासंचालक
राजमाता जिजाऊ माता-बाल
आरोग्य व पोषण मिशन

महाराष्ट्र राज्यातील कुपोषण रोखण्यासाठी विशेष प्रयत्न करण्यात येत आहेत. या प्रयत्नांमध्ये शासनाच्या सर्व संबधित विभागांचा सक्रिय सहभाग घेणे, राज्यात काम करणाऱ्या स्वयंसेवी संस्थांशी समन्वय ठेवणे व खाजगी क्षेत्राच्या व्यवस्थापन पध्दती व आर्थिक सहकार्य घेणे या बाबींचा समावेश आहे. टाटा ट्रस्ट, जिंदाल स्टिल वर्क्स, रिलायन्स फाऊंडेशन , अवंथा फाऊंडेशन, इ. विविध कॉर्पोरेट्स या कामी पुढे आलेले असुन त्यांच्या मदतीने ठाणे, पालघर,नाशिक, नंदुरबार, अमरावती जिल्ह्यांमध्ये काम सुरु आहे.

बालकांच्या पोषणस्थितीचा विचार करता, महाराष्ट्रातील ठाणे, नाशिक, नंदूरबार, अमरावती (मेळघाट) व गडचिरोली हे जिल्हे कुपोषणासाठी अतिसंवेदनशिल आहे. ह्या आदिवासी भागातील कुपोषण निर्मूलनासाठी शासन विविध उपाययोजना करीत आहे. महाराष्ट्रातील कमी वजन असलेल्या बालकांच्या संख्येत सातत्याने घट होत आहे. यामागे प्रामुख्याने लोकसहभागाचे विविध उपक्रम जसे मुठभर धान्य योजना, माता बैठकांच्या माध्यमातून प्रभावी समूपदेशन, स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या सहकार्यातून व एस.टी. महामंडळाच्या सहाय्याने हिरकणी कक्षांची स्थापना इ. चांगले उपक्रम सुरु आहे. औरंगाबाद, अहमदनगर जिल्हयातील डिजीटल / आय.एस.ओ / मॉडेल अंगणवाडीचा आदर्श पाहून राज्यातील इतरही जिल्ह्यात मॉडेल / डिजीटल अंगणवाड्या तयार होत आहेत.

राजमाता जिजाऊ माता-बाल आरोग्य व पोषण मिशन मार्फत माता सक्षमीकरणाची विशेष मोहिम हाती घेण्यात आली आहे. माता सक्षमीकरणासाठी राज्यस्तरावरून ''संवाद मातांशी'' चा व्हिडीयो कॉन्फरन्सद्वारे आयोजित कार्यक्रमातून एकात्मिक बाल विकास सेवा योजनेतील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांची क्षमता बांधणी करण्यात येत आहे. माता बैठकांमध्ये मातांची उपस्थिती वाढविणे व त्यांच्या मानसिकतेत सकारात्मक बदल घडवून आणण्यासाठी भुमिका नाट्य, फिल्म शो, विविध खेळ, पाककृती इत्यादीचा वापर करण्यात येत आहे.

कुपोषण निर्मुलनासाठी राज्यात लोकसहभागातुन घडत असलेल्या नाविण्यपूर्ण उपक्रमांचे एकत्रिकरण करण्यात आले असून, त्यामध्ये दिलेली माहिती एकात्मिक बाल विकास सेवा योजनेतील अधिकारी कर्मचाऱ्यांना निश्चितच प्रेरणादायी ठरेल. लोकसहभागातून राबविण्यात आलेले हे उपक्रम राज्यातील बालकांच्या पोषणस्थितीत सुधारणा घडवून आणण्यासाठी फायदेशीर ठरतील, असा विश्वास वाटतो.

वन्दना कृष्णा

कुपोषण निर्मुलनामध्ये लोकसहभाग

महाराष्ट्र राज्यातील अनेक आव्हानांपैकी एक असलेल्या कुपोषण या आव्हानाचा यशस्वी मुकाबला करण्याचे काम राज्यातील एकात्मिक बाल विकास सेवा योजना व आरोग्य यंत्रणा करत आहेत. कुपोषण विषया मध्ये **Focused Approach** ने जाण्यासाठी राज्यामध्ये युनिसेफ च्या आर्थिक व तांत्रिक सहाय्याने शासनाने राजमाता जिजाऊ माता बाल आरोग्य व पोषण मिशनची सन **2005** सालामध्ये स्थापना केली. गेल्या नऊ वर्षामध्ये सर्वांनी मिळुन केलेल्या प्रयत्नास यश येत असल्याचे सन **2012** मधील **CNSM (Comprehensive Nutrition Survey in Maharashtra)** अहवालाने दाखवुन दिले आहे. सन **2005-2006** मधील **NFHS-III (National Family Health Survey-III)** व सन **2012** मधील **CNSM** अहवालाची तुलना करता राज्यातील कुपोषणामध्ये मोठ्या प्रमाणात घट झाली आहे. या कामाची प्रशंसा राष्ट्रीय व जागतिक स्तरावरून करण्यात आली आहे.

तथापि अद्यात बरेच काम बाकी असुन याच पध्दतीने काम पुढे नेवून राज्यातील आदिवासी व शहरी भागातील **High Burden Pockets** वर जास्त लक्ष केंद्रीत करण्यात येत आहे. या कामी एकात्मिक बाल विकास सेवा आरोग्य यंत्रणा जिल्हा स्तरापासुन गाव स्तरापर्यंत/ अंगणवाडी केंद्र स्तरापर्यंत प्रभाविपणे **Focused** पध्दतीने काम करत आहेत.

परंतु कुपोषण निर्मुलन ही फक्त **ICDS** व **Health** यंत्रणेचीच किंवा फक्त शासनाचीच जबाबदारी नसुन समाजातील प्रत्येक घटकाची जबाबदारी आहे. या भावनेतुन शासनाने गेल्या चार वर्षांपासुन समाजातील सर्व घटकांचा याकामी सक्रिय सहभाग घेण्यासाठी एक प्रभावी मोहिम उघडली आहे. राज्यातील कुपोषण निर्मुलनासाठी जनजागृती **(IEC)** करणे व लोकसहभाग मिळविणे यासाठी सन **2011** पासुन राजमाता जिजाऊ आरोग्य व पोषण अभियान म्हणुन ही मोहिम **(Compagin)** दरवर्षी दिनांक **14** नोव्हेंबर ते **7** एप्रिल या कालावधीमध्ये राज्यभर राबविण्यात येते. या मोहिमेस सर्वत्र चांगला प्रतिसाद मिळत असुन राज्यातील जिल्हया-जिल्हयांमध्ये लोकसहभागाच्या अनेक नाविण्यपूर्ण कल्पना राबविण्यात येत आहेत. एका जिलहयात सुरू केलेली एखादी नाविण्यपूर्ण संकल्पना इतर जिल्हयांनी आत्मसात करून तशी अंमलबजावणी करण्याचे व पुढे जाण्याचे काम सुरू आहे.

या कामी अधिक जोर यावा व विशिष्ट जिल्हयांत राबविलेले नाविण्यपुर्ण उपक्रम सर्वच जिल्हयांत राज्यभर पोहचावेत या हेतुने कुपोषण निमुर्लनाच्या यशोगाथा **(Best Practices)** संकलीत करण्याचे काम हाती घेण्यात आले आहे. या यशोगाथा राबविणाऱ्यांचा गौरव करणे व इतरांना प्रोत्साहित करणे या दुहेरी उद्देशाने या यशोगाथांची संक्षिप्त माहिती सचित्र स्वरूपात पुस्तिकेच्या रूपाने मांडणी करण्यात आली आहे. हे करताना या यशोगाथा प्रत्यक्षात येण्यासाठी काय काय प्रक्रिया करण्यात आल्या, कोणते कोणते उपक्रम राबविण्यात आले, कसे कसे प्रयत्न करण्यात आले यावरही सुरुवातीला दृष्टीक्षेप टाकण्यात आला आहे.

ही पुस्तिका सर्व संबंधीतांना आवडेल व मार्गदर्शक ठरेल असा विश्र्वास वाटतो.

डॉ. राजाराम दिघे
संचालक
राजमाता जिजाऊ माता-बाल
आरोग्य व पोषण मिशन

समुदायाच्या जागृतीसाठी कार्यक्रम

आयसीडीएस व आरोग्य विभागातील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांची क्षमता बांधणी प्रशिक्षणे, क्षेत्रीय भेटी

राजमाता जिजाऊ माता- बाल आरोग्य व पोषण मिशन हे एकात्मिक बाल विकास सेवा यंत्रणा व आरोग्य यंत्रणा यांच्या क्षमता बांधणीसाठी विविध प्रशिक्षणे, कार्यशाळा, चर्चासत्रे , इत्यादी मार्गाने काम करत आहे. दिलेल्या प्रशिक्षणाप्रमाणे प्रत्यक्षात कसे काम सुरु आहे यासाठी मिशनचे अधिकारी क्षेत्रीय भेटीद्वारे खात्री करत असतात व त्याद्वारेही संबधीत यंत्रणांची क्षमता बांधणी केली जाते. या सर्व नियमित गोष्टीबरोबर काही नाविण्यपूर्ण उपक्रम राबवून हे काम सुरु आहे, ज्याचा उहापोह पुढे करण्यात आला आहे.

यशदा सॅटकाम

राजमाता जिजाऊ माता-बाल आरोग्य व पोषण मिशन महासंचालक श्रीमती वन्दना कृष्णा यांच्या संकल्पनेतून संवाद मातांशी ही नाविन्यपूर्ण संकल्पना उदयास आली आहे. एकात्मिक बाल विकास सेवा व सार्वजनिक आरोग्य विभागातील अधिकारी कर्मचारी यांची क्षमता बांधणी करण्यासाठी आधुनिक तंत्रज्ञानाचा वापर राजमाता जिजाऊ मिशनने सुरु केला आहे. यशदा सॅटेलाईट कम्युनिकेशन सेंटर या आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या माध्यमातून एकाच वेळी महाराष्ट्रातील तालुकास्तरापर्यंतच्या यंत्रणेला प्रशिक्षण देण्याचे कार्य सुरु करण्यात आले आहे. या कार्यक्रमाला संवाद मातांशी असे नाव देण्यात आले आहे. या कार्यक्रमातून आयसीडीएस व आरोग्य विभागातील अधिकारी व कर्मचाऱ्याशी आरोग्य व पोषणाशी निगडीत विविध प्रश्नावर चर्चा करण्यात येते. तसेच या कार्यक्रमामध्ये संबंधित विषयातील तज्ञांना आमंत्रित करून त्यांच्या मार्फत अधिकारी व कर्मचाऱ्यांच्या मनातील तांत्रिक प्रश्न सोडविण्याचा प्रयत्न केला जातो. यामध्ये विशेषतः प्रभावी माता बैठकांचे आयोजन, कुपोषण समज व गैरसमज, गरोदरपणातील मातांची काळजी अशा विविध विषयांवर हा कार्यक्रम आतापर्यंत आयोजित करण्यात आले आहेत. त्यामध्ये डॉ. नंदनवार, डॉ. मृदुला फडके यांच्यासारख्या नामवंत तज्ञांच्या मुलाखती या कार्यक्रमातून प्रसारीत झाल्या आहेत.

मुंबई येथून व्हिडिओ कॉन्फरन्सद्वारे जिल्हा व तालुकास्तरावर प्रशिक्षण

यशदा पुणे येथील सॅटेलाईट कम्यूनिकेशनच्या धर्तीवर महाराष्ट्र शासनाच्या माहिती व तंत्रज्ञान विभागातील व्हिडिओ कॉन्फरन्स या तंत्रज्ञानाद्वारेही राज्यातील आयसीडीएस व आरोग्य विभागातील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांच्या प्रशिक्षणाचा कार्यक्रम सुरु करण्यात आला आहे. या व्हिडिओ कॉन्फरन्समध्ये संवाद मातांशी या कार्यक्रमात विशिष्ट विषयावर तज्ञ व्यक्तीचे व्हिडिओ दाखविले जातात. जिल्हा व तालुकास्तरावरील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांना संपर्क होत असल्यामुळे त्यांना प्रशिक्षण देणेही सोपे झाले आहे. व्हिडिओ कॉन्फरन्समध्ये जिल्हा जिल्ह्यातील कार्यक्रमांची एकमेकांना माहिती होत असल्यामुळे विचारांची देवाण-घेवाण होते, जिल्ह्यांना नवी माहिती मिळते.

आयसीडीएस व आरोग्य यंत्रणेच्या प्रशिक्षणासाठी ट्रेनिंग सीडीज् विकसीत

राज्यातील कुपोषण निर्मुलनासाठी राजमाता जिजाऊ मिशन मार्फत विविध प्रयत्न सुरू आहेत. त्याचाच एक भाग म्हणून मिशन मार्फत एकात्मिक बाल विकास सेवा व आरोग्य विभागातील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांना प्रशिक्षणासाठी माहिती शिक्षण संवाद कार्यक्रमांतर्गत आरोग्य व पोषण क्षेत्रातील तज्ञ व्यक्तींच्या ट्रेनिंग सीडीज विकसीत करण्यात आल्या आहेत. या सीडीज जिल्हा, तालुका, प्राथमिक आरोग्य केंद्र व अंगणवाडी स्तरावर वेळोवेळी आयोजित प्रशिक्षणामध्ये दाखविण्यात येत आहेत. स्तनपान व शिशूपोषण, बालकाच्या जीवनातील पहिले १००० दिवसाचे महत्व, पोषण, ग्रोथ चार्टचे महत्व, कुपोषण समज व गैरसमज अशा विविध विषयांवर ह्या सीडीज विकसीत करण्यात आल्या आहेत. अंगणवाडी स्तरावर माता बैठकांमध्ये फिल्म शो द्वारे हे विषय दाखविण्यात येत आहेत.

आंतरव्यक्ती संवाद आणि प्रसार माध्यमांचे एकात्मिकरण

राज्याच्या ग्रामीण व आदिवासीबहूल क्षेत्रामध्ये आरोग्य आणि पोषणाबाबत बऱ्याच गैरसमजूती, अंधश्रध्दा व अज्ञान आहे. शासनाने सुरु केलेली एकात्मीक बाल विकास सेवा योजना ही बालकाच्या वाढव विकासामध्ये सहकार्याची भूमिका निभावते. मुळातच बालकांची पोषणस्थिती सुधारण्याची जबाबदारी ही त्या-त्या कुटुंबातील व्यक्तींची आहे. कारण बालकांचा सर्वांगिण विकास हा खऱ्या अर्थाने कुटुंबामध्ये राहून मातेच्या संगोपनातून होत असतो. या जाणीवेतून कुटुंबातील प्रत्येक माता सक्षम झाली पाहिजे, हा उद्देश डोळ्यापुढे ठेऊन राजमाता जिजाऊ मिशन मार्फत आंतरव्यक्ती संवादाच्या माध्यमातून माता व कुटुंबाना सक्षम करण्याचे कार्य हाती घेतले आहे. यामध्ये सर्वातप्रथम अंगणवाडी कार्यकर्ती, पर्यवेक्षिका, आशा इ. समूपदेशनाचे कौशल्ये, दृक-श्राव्य संवाद माध्यमे कशी हाताळायची याचे ज्ञान देण्यात येत आहे. किशोरवयीन मुली, गरोदरमाता, स्तनदा माता व कुपोषित बालके यांच्या आहाराबाबत समाजात बऱ्याच गैरसमजूती आहे. अशा गैरसमजूती दूर करुन मातांच्या विचारात बदल करण्याचे कार्य यामधून केले जात आहे. अंगणवाडी कार्यकर्ती, आशा इत्यादींच्या माध्यमातून बालकांच्या वजनवाढीचे संनियंत्रण करण्यात येत आहे.

कृपोषण निर्मुलनासाठी माता व कुटुंब सक्षमीकरण हा केंद्रबिंदू ठेऊन प्रसार माध्यमातून आरोग्य व पोषणाबाबतची जनजागृती मोठ्या प्रमाणात करण्यात येत आहे. त्यामध्ये टिव्ही, रेडिओ, सिनेमागृह, बस पॅनल्स, बस अनाऊन्समेंट, वेबसाईट, वर्तमानपत्रे, फिल्म शो, आमची अंगणवाडी, लोकराज्य सारखी लोकप्रिय मासिके, पारंपारिक माध्यमे जसे कलापथक, किर्तनकार, इत्यादी प्रसार माध्यमांचा जनजागृतीसाठी मोठ्या प्रमाणात वापर सुरु आहे.

ऑडिओ - व्हिडीओ संदेश

राजमाता जिजाऊ मिशनमार्फत माहिती शिक्षण संवाद अंतर्गत आरोग्य व पोषणाबाबत लोकांची मानसिकता बदलविण्यासाठी ऑडिओ - व्हिडीओ संदेश तयार करण्यात आले आहेत. त्यामध्ये किशोरवयीन मुलींचे हिमोग्लोबीन व उंचीच्या प्रमाणात वजन (BMI) वाढावे म्हणून लोहयुक्त आहार व जीवनसत्व क युक्त आहारा घ्यावा, तिने दिवसातून ४ वेळा आहार घ्यावा,गरोदर महीलांच्या पोटी कमी वजनाची बालके जन्माला येऊ नये म्हणून गरोदरपणातील वजनवाढ, लसीकरण, विश्रांती या संदेशाचा समावेश आहे. त्यानंतर बाळ जन्मानंतर एका तासाच्या स्तनपान, सहा महिन्यापर्यंत निव्वळ स्तनपान, सहा महिने पुर्ण झाल्यावर स्तनपान सुरु ठेवुन पुरक आहार सुरु करणे, स्तनपान किमान २ वर्षापर्यंत सुरु

ठेवणे, कुपोषित बालकांना साधारण श्रेणीत आणण्यासाठी स्थानिक उपलब्ध आहारापासून पाककृती तयार करणे व त्याबाबत मातांना प्रात्यक्षिक करुन दाखविणे, या विषयांवर संदेश तयार करण्यात आले आहेत. बालकाच्या जीवनातील पहिले १००० दिवस म्हणजे माता गरोदर राहिल्यापासून ते बाळ २ वर्ष होईपर्यंतच्या काळावर लक्ष केंद्रीत करण्याबाबत अभिनेता अमीर खान यांनी आवाहन केलेले संदेश सुध्दा तयार करण्यात आले आहे. असा संदेश माध्यमातून लोकांच्या मानसिकतेत बदल घडवून आणण्यासाठी राजमाता जिजाऊ मिशन मार्फत टिव्ही, रेडिओ, सिनेमागृह, बस पॅनल्स, बस अनाऊन्समेंट वरुन प्रसारीत करण्यात आले आहेत.

माता बैठकांमध्ये ऑडिओ-व्हिडीओचा वापर

राजमाता जिजाऊ मिशनमार्फत अंगणवाडी केंद्रामध्ये नियमीत होणाऱ्या माता बैठका अधिक प्रभावी व मनोरंजनात्मक होण्यासाठी विशेष प्रयत्न सुरु करण्यात आले आहेत. माता बैठकीमध्ये किशोरवयीन मुली, गरोदर माता, स्तनदा माता व कुपोषित मुलांच्या मातांना आहार व आरोग्याबाबत जागृती निर्माण होण्यासाठी ऑडिओ-व्हिडीओ चा मोठया प्रमाणात वापर सुरु करण्यात आला आहे. मातांना या विषयाचे महत्व पटवून देण्यासाठी हे माध्यम फार उपयुक्त ठरत आहे. यासंदर्भात मिशन मार्फत परिपत्रक काढून त्यात माता बैठकीमध्ये ऑडिओ-व्हिडीओ संदेशाचा वापर कसा करावा व त्यावर चर्चा घडवून आणण्यासाठी मार्गदर्शन करण्यात आले आहे. तसेच मिशन च्या क्षेत्रभेटीमध्ये ऑडिओ-व्हिडीओ माध्यमे कशी हाताळायची याचे तांत्रिक ज्ञानसुध्दा देण्यात आले आहे. यामध्ये विशेषत: राज्यातील सर्व अंगणवाडी केंद्रांपर्यंत ऑडिओ-व्हीडीओ संदेश असलेल्या डिव्हीडी वितरीत करण्यात आल्या आहेत. अंगणवाडी कार्यकर्ती गृहभेटीच्या वेळी मातांना समूपदेशन करताना या माध्यमांचा मोठ्या प्रमाणात वापर करीत आहे. आदिवासीबहूल क्षेत्र ठाणे, नाशिक, नंदूरबार, अमरावती व गडचिरोली येथे स्थानिक बोलीभाषेतील जसे कोंकणा, पावरा, कोरकू, गोंडी भाषेत सुध्दा ऑडिओ-व्हिडीओ संदेश जसे साबन व पाण्याने हात धुणे, एक तासाच्या आत स्तनपानाचे महत्व, लसीकरण, ओ.आर.एस. झिंक इ. विकसीत करण्यात आले आहेत.

जनजागृतीसाठी तांत्रिक साधनांचा उपयोग

आधुनिक संवाद माध्यमातून मातांना वैयक्तिक स्वरुपात माहिती देण्यासाठी मोबाईल फोन द्वारे संदेश देण्याचा नाविण्यपूर्ण उपक्रम मुंबई मधील अरमान संस्थेमार्फत राबविला जात आहे. गरोदर मातांना गरोदरपणात आपल्या आहार व आरोग्याची कशी काळजी घ्यावी, लसीकरणाची वेळ व तारीख स्तनदा मातांना स्तनपान व शिशूपोषणाचे महत्व अशा विविध विषयांवरील संदेश थेट मातांच्या मोबाईलवर देण्यात येत आहेत. राजमाता जिजाऊ मिशनने या तांत्रिक साधनांचा अभ्यास करून त्यामध्ये काही महत्वाचे संदेश समाविष्ट केले आहे. या तंत्रज्ञानाचे वापर ग्रामीण भागात मोठ्या प्रमाणात होण्यासाठी मिशनमार्फत एकात्मिक बाल विकास सेवा व आरोग्य विभागाकडे शिफारस केली आहे.

अहमदनगर जिल्हयाने माता व बालकांची पोषणस्थिती सुधारण्यासाठी मोबाईल द्वारे संदेश प्रसारीत करण्यास सुरुवात केली आहे. आरोग्य व पोषणाबाबत माता व कुटुंबाना तांत्रिक माहितीचे ज्ञान होत असल्यामुळे हे तंत्रज्ञान या भागात यशस्वी होत आहे.

महाराष्ट्र राज्यातील कुपोषण कमी करण्यासाठी विविध माध्यमातून प्रयत्न होत आहे. त्याचाच एक भाग म्हणून ज्या अंगणवाडी कार्यकर्ती, पर्यवेक्षिका, आशा इत्यादींकडे फिल्म दाखविण्याची सुविधा असलेला मोबाईल उपलब्ध आहे, अशांनी आपल्या मोबाईल मध्ये ऑडिओ-व्हिडीओ संदेश लोड केले आहेत. मिशनमार्फत ३ जीपी या फॉरमॅट मध्ये मोबाईल संदेश लोड करून देण्याची सुविधा उपलब्ध करुन दिली आहे. अंगणवाडी कार्यकर्ती, आशा मार्फत गृहभेटी दरम्यान मातांना समूपदेशन करताना मोबाईलद्वारे फिल्म दाखविण्याचा नाविण्यपूर्ण प्रयोग सुरु केला आहे. आरोग्य व पोषणाबाबत समूपदेशनाला मोबाईल फोनची जोड मिळाल्यामुळे अंगणवाडी कार्यकर्ती आपला विषय अधिक प्रभावीपणे मांडताना दिसत आहे.

मोबाईल फोन सोबतच लॅपटॉपचाही ऑडिओ-व्हिडिओ संदेश दाखविण्यासाठी मोठ्या प्रमाणात वापर पर्यवेक्षिका, बाल विकास प्रकल्प अधिकारी करताना दिसत आहेत. अंगणवाडीमध्ये डिव्हीडी प्लेअर, टिव्ही उपलब्ध नसल्यास पर्यवेक्षिका, बाल विकास प्रकल्प अधिकारी आपल्या जवळील लॅपटॉपवरुन मातांना आरोग्य व पोषणाचे महत्व पटवून देताना दिसत आहेत. या प्रक्रियेमुळे मातांना स्तनपान, बालकांना पुरक आहार, लसीकरण इत्यादीचे महत्व कळल्यामुळे माता बैठकांमध्ये मातांची उपस्थिती वाढताना दिसत आहे. राज्यातील अहमदनगर, नाशिक, औरंगाबाद, सांगली, नागपूर,अमरावती,ठाणे, पालघर अकोला यासारख्या जिल्ह्यांमध्ये या माध्यमाचा मोठ्या प्रमाणात होत असून उर्वरित जिल्हेंही त्याचे अनुकरण करीत आहेत.

जनजागृतींसाठी पारंपारिक साधनाचा उपयोग

किर्तन -

किर्तन हे पारंपारिक संवादाचे प्रभावी माध्यम आहे आणि महाराष्ट्र राज्याला संतांची परंपरा आहे. समाजातील जुन्या चालारिती, अंधश्रद्धा, व्यसनमुक्ती अशा विषयांवर महाराष्ट्रातील संत समाजप्रबोधन करीत असतात. गावा-गावामध्ये धार्मिक कार्यक्रमाच्या वेळी नामांकित किर्तनकारांच्या किर्तनाचे आयोजन करण्यात येते. अशा कार्यक्रमांना गावकरी मोठ्या प्रमाणात उपस्थित असतात. महाराष्ट्र राज्यातील कुपोषण निर्मुलनाच्या कार्यात संत मंडळींचा सहभाग घेण्यासाठी राजमाता जिजाऊ मिशन मार्फत श्रीक्षेत्र देवगड ता.नेवासा जि. अहमदनगर येथे किर्तनकारांची राज्यस्तरीय कार्यशाळा आयोजीत करण्यात आली. या कार्यशाळेमध्ये महाराष्ट्रातील नामवंत किर्तनकारांसह ७०० किर्तनकार उपस्थित होते. या कार्यशाळेमध्ये किर्तनकारांना बालकाच्या जीवनातील पहिले १००० दिवसाचे महत्व, स्तनपान व शिशूपोषण, आरोग्य व पोषणातील अंधश्रद्धा, माता व कुटुंब सक्षमीकरण या विषयावर माहिती देण्यात आली. त्यानुसार किर्तनकार किर्तनाच्या माध्यमातून माता व बालकांची पोषणस्थिती सुधारण्यासाठी समाजप्रबोधन करीत आहेत.

कलापथक - पथनाट्य सादरीकरण

किर्तनकार हे आपल्या किर्तनातून समाज प्रबोधन करतात, त्याचप्रकारे कलापथक हे आपल्या कलेच्या माध्यमातून लोकांना एखाद्या विषयाचे महत्व पटवून देतात. कलापथक - पथनाट्य हे सुद्धा पारंपारिक संवादाचे प्रभावी माध्यम आहे. राजमाता जिजाऊ मिशन मार्फत गीत व नाट्य विभाग तसेच पाणी पुरवठा व स्वच्छता विभागाकडील मान्यताप्राप्त कलापथकांची यादी प्राप्त करून त्यातील प्रभावी कलापथकांना कुपोषण निर्मुलनाच्या कार्यात सहभागी करून घेण्याचे कार्य सुरु केले आहे. कलापथकातील कलाकार, शाहीर आपल्या कलेच्या माध्यमातून आरोग्य व पोषणसंदर्भातील संदेश विविद स्तरावर देत आहोत. आषाढी वारीनिमित्त पुणे ते पंढरपूर यात्रेमध्ये चित्ररथांवर कलापथक, शाहीर आपले कार्यक्रम सादर करुन लोकांचे प्रबोधन करीत आहेत.

चित्र रथयात्रा

राजमाता जिजाऊ मिशन, एकात्मिक बाल विकास सेवा योजना यांच्या समन्वयातून दरवर्षी आषाढी वारीनिमित्त पुणे ते पंढरपूर दरम्यान चित्र रथयात्रा आयोजित करण्यात येते. आषाढी वारीनिमित्त महाराष्ट्रातील लाखो वारकरी या यात्रेमध्ये सहभागी होत असतात. अशा वारकऱ्यांना कुपोषण निर्मुलनाचे संदेश या चित्ररथांवरुन देण्यात येतात. या चित्ररथांवरुन ऑडिओ संदेश लोकांना ऐकविण्यात येते. पालखीच्या मुक्कामाच्या ठिकाणी चित्ररथावरील कलापथक, शाहीर आपल्या कलेतून वारकऱ्यांचे प्रबोधन करतात.

गावातून बालकांची व तरुणांची प्रभात फेरी

कुपोषण निर्मुलनामध्ये लोकसहभाग मिळविण्यासाठी व गावामध्ये वातावरण निर्माण करण्यासाठी अंगणवाडी कार्यकर्ती, मदतनीस, आशा इ. च्या माध्यमातून गावात विशेष दिनानिमित्त प्रभात फेरीचे आयोजन करण्यात येते. प्रजासत्ताक दिन,जागतिक महिला दिन, जागतिक आरोग्य दिन, राष्ट्रीय बाल दिन अशा दिवशी गावातील किशोरवयीन मुले-मुली, अंगणवाडीतील बालक, तरुण मुले, मुलींची प्रभात फेरी काढण्यात येते. प्रभात फेरीच्या माध्यमातून आरोग्य व पोषणासंदर्भातील महत्वाचे संदेश लोकांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी मदत होत आहे. राजमाता जिजाऊ आरोग्य व पोषण अभियानामध्ये राज्यात मोठ्या प्रमाणात प्रभात फेरीचे आयोजन करण्यात येत आहे.

पोषण व आरोग्याबाबत उद्योजकांची सामाजिक जबाबदारी

पोषण व आरोग्याबाबत प्रशिक्षणे

महाराष्ट्र राज्यातील कुपोषण निर्मुलनासाठी शासनाने राजमाता जिजाऊ मिशनच्या पुढाकारातून महाराष्ट्र अलायन्स अगेन्स्ट मालन्यूट्रीशन या संघाची स्थापना केली आहे. या संघामध्ये समाजातील विविधत स्तरावरील लोक जसे लोकप्रतिनिधी, उद्योगपती, सामाजिक संस्था, पत्रकार इ. समावेश आहे. या विषयावर सर्वच स्तरातील लोकांना एकत्र आणण्यासाठी राजमाता जिजाऊ मिशनच्या पुढाकारातून अलिकडेच गोलमेज परिषद सुद्धा घेण्यात आली. त्यामुळे कुपोषण निर्मुलन करण्याच्या या कार्यात टाटा समूह, जिंदाल, महिंद्रा यासारखे मोठमोठे उद्योजक पुढे येत आहेत. जिंदाल समुहाने कुपोषणासाठी संवेदनशील मानल्या जाणाऱ्या ठाणे जिल्ह्यातील जव्हार १ हा प्रकल्प दत्तक घेतला असून, या प्रकल्पातील कुपोषण कमी करण्यासाठी ते सर्वतोपरी प्रयत्न करीत आहेत. यामध्ये आहार व प्रशिक्षण याचा मोठ्या प्रमाणात समावेश आहे.

आरोग्य व पोषणाबाबत जागृती करण्यासाठी माहिती शिक्षण संवाद उपक्रम

आरोग्य व पोषणाबाबत समाजामध्ये असलेले गैरसमज दूर करण्यासाठी माहिती शिक्षण संवाद उपक्रम राबविण्यात येत आहे. या कार्यात शासनाबरोबर उद्योजाकांचा सुद्धा सहभाग घेण्यात येत आहे. यामध्ये प्रामुख्याने टाटा समूह, जिंदाल समूह मदत करीत आहेत. टाटा समूहामार्फत महाराष्ट्रातील कुपोषण निर्मुलनासाठी शासनाने केलेले प्रयत्न या विषयावर शॉर्ट फिल्म तयार करण्यात आली आहे. ही फिल्म विविध स्तरावरील बैठका, परिषद, कार्यशाळांमधून दाखविण्यात येत आहे. आयसीडीएस व आरोग्य विभागातील कर्मचाऱ्यांना मोबाईल व लॅपटॉप देण्याचेही या कंपन्यांनी मान्य केले आहे. तसेच न्युर्टीशनचा भारताचा ब्रँड अम्बॅसिडर प्रसिध्द अभिनेता आमिर खानचे पहील्या १००० दिवसांचे महत्व, याबाबतचे संदेश महाराष्ट्रासाठी विकसित करण्यास टाटा ट्रस्टने मदत केले आहे. हे सर्व संदेश टिव्ही, सिनेमागृहामध्ये प्रसारित करण्यात आली आहेत.

कुपोषण निर्मुलानात लोकसहभाग मिळविण्यासाठी अभियान

महाराष्ट्र राज्यातील शहरी, ग्रामीण व आदिवासी भागातील कुपोषण निर्मुलनासाठी राज्यात गेल्या ४ वर्षापासून राजमाता जिजाऊ आरोग्य व पोषण अभियान दि. १४ नोव्हेंबर (राष्ट्रीय बाल दिन) ते दि. ७ एप्रिल (जागतिक आरोग्य दिन) या कालावधीत राबविण्यात येत आहे. ० ते २ वयोगटातील बालकांची पोषणस्थिती सुधारणे, कुपोषण निर्मुलनासाठी माहिती शिक्षण संवादाचे नाविन्यपूर्ण उपक्रम राबविणे, कुपोषण निर्मुलनाच्या कार्यात समाजातील सर्व घटकांच्या लोकांचा सहभाग घेणे, हे या अभियानाचे उद्दिष्ट होते. सन २०११ मध्ये या अभियानास सुरुवात झाली असून, एकात्मिक बाल विकास सेवा योजना व आरोग्य विभागातील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांच्या समन्वयातून स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या माध्यमातून हे अभियान राबविण्यात येत आहे.

बालकांचे लोकांसमोर वजन करणे

राज्यातील लहान बालकांचे पोषण हा विषय अत्यंत संवेदनशिल मानला जातो. त्यामुळे कुपोषणाविषयी समाजामध्ये जागरुकता निर्माण व्हावी या कार्यात समाजातील सर्वच घटकांचा सहभाग मिळावा व समुदायस्तरावर बालकांच्या पोषणस्थितीमध्ये पारदर्शकता निर्माण व्हावी, यासाठी गावामध्ये लोकांसमोर बालकांचे वजन घेणे, ही एक नाविण्यपूर्ण संकल्पना महाराष्ट्रात राबविली जात आहे. या प्रक्रियेमूळे माता विशेषःत कुटुंब आपल्या मुलांच्या वजनाबाबत अधिक जागरूक झाल्याचे दिसून आले आहे. जी बालके कमी वजनात आहेत, अशा बालकांच्या वजनवाढीचे नियोजन करणे या

प्रक्रियेद्वारे शक्य झाले आहे. समुदायासमोर वजन घेताना अंगणवाडी कार्यकर्ति, मदतनीस, अशा यांच्यामार्फत बालकांच्या वजनवाढीसाठी आवश्यक असलेल्या उपाययोजनासंदर्भात लोकांना समूपदेशन केल्या जात असल्यामुळे या प्रक्रियेत माता मोठ्या प्रमाणात सहभागी होऊन लोक माहिती घेताना, शंका निरसन करताना दिसत आहेत.

कम्युनिटी ग्रोथ चार्ट द्वारा लोकांचे समूपदेशन

बालकाच्या जीवनातील पहिले १००० दिवस अत्यंत महत्वाचे असतात. पहिल्या २ वर्षात बालकाची शारीरिक व बौध्दीक वाढ होत असते. या कालावधीत बालकाच्या आरोग्य व पोषणाकडे दुर्लक्ष्य झाल्यास भविष्यात त्याचे दुष्परिणाम बाळावर होऊ शकतात. त्यामुळे बालकाचे वयाच्या मानाने उंची, उंचीच्या मानाने वजन आणि वयानुसार वजन योग्य असणे गरजेचे आहे. या तिनही बाबतीत मातांमध्ये जाणीव निर्माण करण्याचे कार्य कम्युनिटी ग्रोथ चार्टच्या माध्यमातून करण्यात येत आहे. हा कम्यूनिटी ग्रोथ चार्ट प्रत्येक अंगणवाडीमध्ये उपलब्ध असून, त्यामध्ये मुला-मुलींसाठी हा चार्ट स्वतंत्र आहे. अंगणवाडी केंद्रामध्ये भिंतीवर फ्लेक्स, पोस्टर स्वरुपात हा चार्ट लावण्यात आला आहे. हा ग्रोथ चार्ट माता व कुटुबांना समजावून सांगताना त्यावर एकाच वयातील मुलांना उभे केले जाते व त्यानुसार मुलांच्या विविध वजनांवर व श्रेणीनुसार चर्चा केली जाते. यामुळे पालकांना आपल्या बालकांच्या पोषणस्थितीविषयी जिज्ञासा निर्माण होते. हा प्रक्रियेमूळे पालक स्वतः आपल्या बालकांच्या पोषणस्थितीमध्ये सुधारणा घडवून आणण्यासाठी प्रयत्नशील आहेत.

राजमाता जिजाऊ मिशनचे संकेतस्थळ (वेबसाईट)

माता व बालकांच्या पोषणस्थितीत सुधारणा घडवून आणण्यासाठी राजमाता जिजाऊ मिशनमार्फत विविध माध्यमातून प्रयत्न करण्यात येत आहे. त्याचाच एक भाग म्हणून राजमाता जिजाऊ मिशनने संकेतस्थळ (वेबसाईट) विकसीत केली आहे.http:nutritionmissionmah.gov.in ही या वेबसाईटची लिंक आहे. या संकेतस्थळावर माता व बालकांच्या पोषणाबाबत ऑडिओ, व्हिडीओ व प्रिंट स्वरूपातील माहिती उपलब्ध आहे. विशेष म्हणजे या संकेतस्थळावर एकात्मिक बाल विकास सेवा योजना व सार्वजनिक आरोग्य विभागातील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांच्या क्षमता बांधणीसाठी आवश्यक असलेले प्रशिक्षण साहित्य उपलब्ध आहेत. सर्वसामान्य व्यक्तींच्या माहितीसाठी ऑडिओ, व्हिडीओ व माहितीपुस्तिकाही येथे दिलेली आहे.

या वेबसाईटवरील माहिती इंग्रजी व मराठी अशा दोन्ही भाषेत दिलेली आहे. वेबसाईटच्या होम पेजवर महाराष्ट्रात मिशन स्थापनेमागील उद्दिष्ट, मिशन ची भुमिका, विविध समित्या व मिशन टिमबद्दलची माहिती दिलेली आहे. तसेच राज्यातील प्रमुख मान्यवरांचे संदेश, जागतिक स्तरावरील तज्ञ व्यक्तेंचे संदेश दिले आहेत.

होम पेजवरील डाव्या बाजूला For Community & Parents, For Health & ICDS Workers, For Corporate / Sponsors यावर क्लिक केल्यास विविध प्रकारची माहिती सहज उपलब्ध होईल. त्यामध्ये Recipes, About Malnutrition, Best Practices, Resources यासारखे काही Sub link देण्यात आले आहे, त्यावर अत्यंत महत्वपुर्ण माहिती देण्यात आली आहे. विभागाशी निगडीत शासननिर्णय, विविध पाककृती, रिपोर्टस येथे उपलब्ध आहे. यावरील माहिती आपण सहज डाऊनलोड सुध्दा करू शकतो.

याशिवाय वेबसाईटला विविध महत्वपुर्ण विभागाच्या संकेतस्थळांच्या लिंक्स देण्यात आले आहे. ज्याद्वारे आपण विविध माहिती बघू शकतो. उदा.healthphone.org, icds.gov.in, hetv.org, poshan.nic.in, nss.maharashtra.gov. हे संकेतस्थळ राजमाता जिजाऊ मिशनने महाऑनलाईनच्या मदतीने विकसीत करण्यात आले आहे.

लोकांच्या प्रत्यक्ष सहभागाच्या नाविन्यपूर्ण संकल्पना

कुपोषण निर्मुलनात लोकसहभागासाठी राबविण्यात येत असलेल्या राजमाता जिजाऊ आरोग्य व पोषण अभियानात समाजातील सर्वच स्तरावरून लोकसहभाग मिळत आहे. कुपोषण निर्मुलनासाठी लोकसहभागाच्या नाविन्यपूर्णसंकल्पना जिल्ह्याजिल्ह्यात राबविण्यात येत आहे. यामध्ये विशेषतः अंगणवाड्यांचे सुशोभिकरण, मुलांना गणवेश वाटप, अंगणवाडीमध्ये साहित्य देणे, धान्य गोळा करणे, माता व बालकांना अतिरीक्त आहार देणे इ. अशा विविध नाविण्यपूर्ण संकल्पना अंगणवाडी स्तरावर राबविण्यात येत आहेत. यामध्ये विशेषतः अंगणवाड्यांचे सुशोभिकरण, मुलांना गणवेश वाटप, अंगणवाडीमध्ये साहित्य देणे, धान्य गोळा करणे, माता व बालकांना अतिरिक्त आहार देणेबाबत गृह बालविकास केंद्र, बाळ गोपाळ पंगत, मुठभर धान्य, मदरकेअर सेंटर, माहेर, डिजीटल अंगणवाडी, मॉडेल अंगणवाडी, आयएसओ अंगणवाडी, गर्भ संस्कार केंद्र,डोहाळे जेवण, अर्धवार्षिक वाढदिवस, परसबागा, हिरकणी कक्ष, इ. विविध नाविण्यपूर्ण उपक्रम अंगणवाडी स्तरावर राबविण्यात येत आहे.

लोहयुक्त आहार म्हणजे बाजरी, ज्वारी, पोहे, चुरमुरे, गहू, हरभरा, मुग, चवळी, मसूर, मटकी, वाटाणा, सोयाबीन, फुटाणे, कलिंगड, दुध, गुळ, आळीव, हरभरा पाने, कोबीची पाने, मुळयाची पाने, शेपू इ.

मुठभर धान्य योजना

० ते ६ वर्ष वयोगटातील बालकांना कुपोषणाच्या दृष्टचक्रातून बाहेर काढण्यासाठी अकोला जिल्ह्यात लोकसहभागातून विशेष प्रयत्न होत आहे. विशेष म्हणजे मुर्तिजापूर तालुक्यातील हिरपूर या छोट्या गावाने लोकसहभाच्या माध्यमातून गरीब कुटुंबातील कुपोषित बालकांना कुपोषणाच्या बाहेर काढण्यासाठी यशस्वीरित्या मुठभर धान्य योजना राबविली आहे.

हिरपूर ग्रामपंचायतीमध्ये नियमीत होणाऱ्या ग्रामसभेत गावातील गरीब कुटुंबातील मुलांना कुपोषणाच्या बाहेर काढण्यावर चर्चा करण्यात आली. या चर्चेमध्ये जी गरीब कुटुंबे आहेत, अशा लोकांना आधार देण्याची गरज असल्याचे मत व्यक्त करण्यात आले त्यामुळे कुपोषण निर्मुलनाची जबाबदारी समजातील प्रत्येक घटकांची असून, लोकसहभागातून कुपोषणावर मात करता येऊ शकतो ही येथील लोकांना पटली व त्यांनी या सामाजिक कार्यात भाग घेऊन मुठ धान्य गोळा करण्याचे ठरविले.

त्यानुसार गावातील काही कुटुंबांनी धान्य स्वरुपात तर काहींनी आर्थिक स्वरुपात मदत केली. या उपक्रमा अंतर्गत हिरपूर गावात एकाच दिवशी गावकऱ्यांनी लोकसहभागातून २ क्विंटल ३० किलो धान्य गोळा केले. या उपक्रमामुळे हिरपूर गावाने अकोला जिल्ह्यात आदर्श निर्माण केला. हिरपूर गावात लोकसहभागातून यशस्वी झालेल्या मुठभर धान्य योजनेची माहिती जिल्ह्यातील इतर गावांना देण्यात आली. या योजनेविषयी जिल्ह्यात जनजागृती करण्यात आली. वर्तमानपत्रांनी सुद्धा योजनेची दखल घेऊन मोठ्या प्रमाणात या उपक्रमाला प्रसिद्धी दिली. बघता - बघता या योजनेची माहिती संपूर्ण जिल्ह्यात पसरली. जिल्ह्यातील गावात कुपोषणाचे प्रमाण कमी करण्यासाठी ही योजना यशस्वी करण्यासाठी कार्यशाळा, बैठका घेण्यात आल्या. अकोला जिल्ह्यात विविध गावांमध्ये मुठभर धान्य योजनेतून ८०० क्विंटल धान्य (सोयाबीन, डाळी) व रक्कम रु. १८०३३६/- जमा करण्यात आले आहे.

अकोट तालुक्यातील चौव्हाटी येथे जिल्हास्तरीय पाककृती कार्यशाळा घेण्यात आली. कार्यशाळेत ६०००लोक उपस्थित होते. या कार्यशाळेत लोकसहभागातून गोळा झालेल्या धान्यापासून विविध प्रकारच्या पाक कृती करून दाखविण्यात आल्या. पाक कृतीच्या प्रदर्शनातून लोकांना कुपोषित बालकांना द्यावयाच्या आहाराबाबत माहिती देण्यात आली. लोकसहभागातून गोळा झालेल्या धान्यापासून लोकांना विविध प्रकारच्या पाक कृती करून दाखविण्यात आल्या. मुलांना त्यांच्या चवीनुसार, आवडीनुसार आहार तयार करुन खाऊ घातल्यास, निश्चितचं त्यांचे वजन वाढते, ही बाब मुठभर धान्य योजनेतून जमा झालेल्या धान्यामुळे बालकांना कुपोषणातून बाहेर काढण्यास मदत होत आहे.

- उल्हास खळेगांवकर

एम.आय.एस. व्यवस्थापक

राजमाता जिजाऊ मिशन

बालगोपाळ पंगत

आर्थिक सुबत्ता, भरणपोषणाचा तसा अर्थाअर्थी थेट संबंध असला, तरी आर्थिक स्थिती चांगली असली म्हणून खाण्या-पिण्याकडे पुरेसे लक्ष दिले जातेच असे नाही. विविध जिल्ह्यातील कुपोषणग्रस्त बालकांच्या सर्वेक्षणाच्या निमित्ताने ही वस्तुस्थिती समोर आली आहे. बालकांचे पोषण चांगले व्हायला हवे, यासाठी केंद्र-राज्य सरकारांतर्फे महिला व बालविकास विभागामार्फत विविध योजना राबवल्या आहेत. लातूर जिल्ह्यातील अधिकाऱ्यांनी आपला त्यात जीव ओतला नि लोकसहभाग घेतला, याची चांगली फलश्रुती झाली. कुपोषण निर्मूलनात लातूरने राज्यात दुसऱ्या स्थानावर झेप घेतली. लातूर जिल्हा परिषदेच्या महिला व बालकल्याण विकास विभागामार्फत झालेले काम नेमके कशा स्वरुपाचे आहे, याचा अभ्यास करण्यासाठी सरकारने यशवंतराव चव्हाण मुक्त विद्यापीठाचे माजी कुलगुरू श्याम आष्टेकर यांच्या नेतृत्वाखालील पथक लातूरमध्ये पाठवले. अभ्यासाअंती कुपोषण निर्मुलनासाठीचा लातूर पॅटर्न देशाला मार्गदर्शक असल्याचे या पाहणी पथकाचे प्रमुख श्याम अष्टेकर यांनी नमूद केले.

मराठवाड्यात फार पूर्वीपासून कोणत्या तरी निमित्ताने लोकांना अन्नदान करण्याची प्रथा आहे. लोकांचा धार्मिकतेचा हा ओढा थोडासा बदलून त्यांना वाढदिवस, आई-वडिलांचा स्मृतिदिन असे निमित्त सांगत अंगणवाडीतील मुलांना खाऊ देण्याचे आवाहन केले. ५०-६० मुलांसाठी जेमतेम ५००-६०० रुपये खर्च करण्यातही लोक आनंद घेऊ लागले. या पंगतीला गोपाळ पंगत असे आकर्षक नाव दिले. गावोगावी अशा पंगतींसाठी नंबर लावण्याची वेळ आली. जिल्ह्यात वर्षभराच्या काळात १५ ते २० हजारांपेक्षा अधिक लोकांनी पंगतीत आपले योगदान दिले. सुमारे एक कोटी रुपये जिल्ह्यातील लोकांनी या कामासाठी खर्च केले. या मोहिमेतून मुलांच्या आहारात नेमकी कोणती पोषणमूल्ये दिली गेली पाहिजेत यांची माहिती कुटुंबांना झाली. याबरोबरच समाजात जागृती झाली. इतक्या व्यापक प्रमाणात झालेल्या या जागृतीचे परिणाम चिरकाल टिकणारे असल्याचे अभ्यासक सांगतात.

लोकसहभागातून राबवलेल्या या उपक्रमामुळे राजमातात जिजाऊ कुपोषणक्त अभियान ही जिल्ह्यात चळवळ बनली. चळवळीचा सामाजिक लाभही असाच स्थायी स्वरुपाचा आहे. २० ते ३० वर्षांपूर्वी सगळे मिळून एका पंगतीला जेवण्याची प्रथा गावात नव्हती. जातिभेदामुळे अनेक अडचणी येत होत्या. परंतु या अभियानमुळे जिल्ह्यात झालेल्या गोपाळपंगतीत काही गावांमध्ये दलित कुटुंबप्रमुखांनी पंगतीचा खर्च उचलला. मुलांना अन्न शिजवून आणून दिले. मात्र, कुठेही याबाबत साधी कुरबुर झाली नाही. सर्व जातिधर्माची मुले, मुली अतिशय एकोप्याने सहभागी झाली. त्यांच्या बालमनावर झालेले संस्कार चिरकाल टिकणारे आहेत, यात शंका नाही. कुपोषणमुक्ती व आता विषममुक्तीकडे सुरू झालेली वाटचाल अतिशय स्तुत्य व अनुकरणीय आहे.

डॉ. गोपाळ पंडगे,
उपसंचालक (पोषण)
राजमाता जिजाऊ मिशन

गृह बाल विकास केंद्र

कुपोषण निर्मुलनासाठी ग्राम बाल विकास केंद्र हा उत्तम पर्याय होऊ शकतो परंतु हा पर्याय मॅम व सॅम बालकांकरिता आहे, जी मुले MUW व SUW मध्ये आहेत त्यांच्यासाठी वेगळा पर्याय शोधणे आवश्यक होते आणि त्यातूनच गृह बाल विकास केंद्राची संकल्पना तयार झाली.

कुपुत्र जायेत क्वचीदपी कुमाता न भवती या उक्तीचा आधार घेऊन गृह बाल विकास केंद्र सुरु करण्यात आली आहेत. ग्राम बाल विकास केंद्राचे यश तात्पुरते होते, बाळांच्या वजनांची घसरण केंद्र कालावधी नंतर दिसून येत होती म्हणून घरातच बाल विकास केंद्र सुरु करण्याची संकल्पना तयार झाली. या अंतर्गत बाळाच्या घरीच आहाराचे वेळापत्रक लावण्यात आले. या वेळापत्रकात कोणत्या वेळी बाळाला कोणता आहार द्यावयाचा याचे नियोजन करून देण्यात आले. दर २ तासांनी बाळाला आहार देण्यासाठी अंगणवाडी केंद्रात थांबण्याऐवजी आपले काम सांभाळून घरीच निर्धारीत वेळी बाळाला निर्धारीत आहार देणे मातेला सोयीचे होऊ लागले, वजन वाढीचा तक्ता व वृद्धी पत्रक घरातच लावल्यामुळे एका महिन्यात बाळाचे वजन किती वाढले व वरच्या श्रेणीत जाण्याकरिता बाळाचे किती वजनं वाढणे आवश्यक आहे हे सतत मातेच्या नजरेसमोर असल्याने वेळापत्रकाप्रमाणे आहार देण्याची मातेची मानसिकता तयार झाली, बाळाच्या आहाराची काळजी घेताना ब्रेड, बिस्कीट, खारी, टोस्ट, वेफर्स, कुरकुरे, फरसाण, चॉकलेट या सारखे पदार्थ बाळाला खावयास देऊ नये व चहा पाजू नये यासाठी मातांचे प्रबोधन करण्यात आले.

प्रत्येक अंगणवाडीताईंकडे २ किंवा ३ च मुले असल्याने दिलेल्या आहाराचे मुल्यमापन करणे व द्यावयाच्या आहाराचे नियोजन व नियंत्रण करणे अंगणवाडीताईला सोपे झाले, त्यामुळे किमान ३ वेळा बाळांच्या घरी भेट देऊन अंगणवाडीताई आहाराचे सनियंत्रण करू लागली. अंगणवाडी ताई समवेत ए.एन.एम ताईही बाळाच्या घरी जाऊन त्याच्या आरोग्याचे मुल्यमापन सातत्याने करू लागले, परिणामी बाळाच्या वजनात वाढ झाली. सर्वात महत्वाचे म्हणजे बाळाची आईच नव्हे तर सर्व कुटुंब बाळाच्या वजनं वाढीबाबत जागृत झाले, त्याचा परिपाक म्हणून जिल्ह्याचे कुपोषित बालकाचे प्रमाण २४ टक्क्यावरून ६ टक्क्यावर आले आणि सातत्याने कमी होऊ लागले. ग्राम बाल विकास केंद्रापेक्षा हा अनुभव पूर्णपणे वेगळा होतो. बाळाचे वजन कमी न होता धीम्या गतीने का होईना पण वाढतं होते व सातत्याने वाढतच होते. चार महिन्यात दिसून आलेली वाढही बालके परतवे ४०० ग्रॅम पासून ते १७०० ग्रॅम पर्यंत दिसून आली.

त्याबरोबर २, ४, ६ चे सुत्र प्रत्येक मातेला समजावून सांगण्यात आले म्हणजेच बाळाच्या पहिल्या वर्षी बाळाचे वजनं दर २ महिन्याने १ किलो बाळाच्या दुसऱ्या वर्षी दर ४ महिन्याने बाळाचे वजनं १ किलो व तदनंतर ६ महिन्यांनी बाळाचे वजनं निसर्गता वाढणे अपेक्षित आहे हे प्रमाणानुसार त्याची वजनं वाढझालीच पाहिजे हे मातांना पटवून दिले. बाळाच्या आकारमानाचा परिणाम त्याच्या बुध्यांकावर होतो म्हणजेच **गागर मे सागर नही भर सकते** आपल्याला जर हुशार बाळ हवे असेल तर त्याचा आकार म्हणजेच वजनं वाढले पाहिजे हे त्यांना पटवून देण्यात आले.

दुसऱ्या बाजूने भविष्यात कुपोषणाची समस्या उदभवू नये यासाठी किशोरी सक्षमीकरण, गरोदर मातेचा पाठपुरावा, स्तनपानाचे चतु:सुत्री, वेळेवर लसीकरण देण्याचे महत्व या बद्दल मार्गदर्शनाची चळवळ जिल्ह्यात सुरु झाली आणि भविष्यातील शाश्वत कुपोषण मुक्तीची ही जणु नांदीच झाली आहे असे म्हणता येईल.

''श्रीमंती यायची असेल तर शरीर व मेंदू चांगले असावयास हवे, त्यासाठी कुपोषण दूर होणे अपरिहार्य आहे, अर्थात च कुपोषण दूर केल्याशिवाय गरिबी दूर नाही होऊ शकत, त्यासाठी आधी कुपोषण दूर व्हावयास हवे, श्रीमंत महाराष्ट्रासाठी आधी कुपोषण मुक्त महाराष्ट्र करू या, हा हेतू साध्य करण्यासाठी हे सर्व प्रयत्न आहेत.''

अशोक भ. पावडे
उप मुख्य कार्यकारी अधिकारी (बा.क.)
महिला व बाल कल्याण विभाग
जिल्हा परिषद अहमदनगर

मदर केअर सेंटर

गरीब व गरजू गरोदर माता शारीरिक व मानसिक दृष्ट्या सक्षम होऊन तिच्या पोटी जन्माला येणारे बाळ सुदृढव निरोगी असावे, यासाठी औरंगाबाद जिल्ह्यात मदर केअर सेंटर ची स्थापना करण्यात येत आहे. जिल्ह्यातील पाटोदा या गावाने सर्वात प्रथम हा उपक्रम सुरु केला. मात्र आता या उपक्रमाचे लोण संपूर्ण जिल्ह्यात पसरु लागले आहे. गरोदरपणात मातांची योग्य पद्धतीने काळजी घेतल्यास कुपोषणावर प्रतिबंध घालू शकतो, असा विश्वास या जिल्ह्यातील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांना वाटतो. राजमाता जिजाऊ कुपोषणमुक्त ग्राम अभियानाने या विश्वासाला एक व्यासपीठ उपलब्ध करुन दिले.

गरीब कुटुंबामध्ये बहुतांश मातांना कुटुंबाचा उदरनिर्वाह चालविण्यासाठी कष्टाची कामे करावी लागतात. त्यात माता जर गरोदर असेल तर तिचे अशा कामांमुळे आरोग्य व पोषणाकडे दुर्लक्ष होते. त्यामुळे तिच्या पोटी जन्माला येणारे बाळ हे कुपोषितच असते. यावर पाटोदा ग्रामपंचायत व गावकऱ्यांनी विचारविमर्श केला. गरोदर मातांच्या आरोग्य, पोषण व रोजगाराची हमी जर गावाने घेतली तर कुपोषणावर कायमस्वरुपी प्रतिबंध निर्माण करता येईल, अशी भावना प्रत्येकात निर्माण झाली. त्यामुळे कुपोषण रोखण्यासाठी पाटोदा गावाने पुढाकार घेऊन दारिद्र्य रेषेखालील गरोदर मातांना गावातच रोजगाराची सोय म्हणून मदर केअर सेंटर स्थापन करुन केली. या सेंटर मध्ये गरोदर मातांना अगदी हलक्या स्वरुपाचे काम देण्यात येते. त्यामध्ये ६० रुपये मजूरी आणि ४० रुपये आहारासाठी देण्यात येते.

मदर केअर सेंटरच्या माध्यमातून कुपोषणावर प्रतिबंध घालता येऊ शकतो, ही भावना जिल्ह्यातील एकात्मिक बाल विकास सेवा योजनेतील अधिकारी व कर्मचारी यांच्या मनात निर्माण झाली आणि संपूर्ण जिल्ह्यातच लोकसहभागातून मदर केअर सेंटर स्थापन होत आहेत. या सेंटरमध्ये गरोदर मातांच्या आरोग्य व पोषणाची विशेष काळजी घेण्यात येते. यासाठी ग्रामपंचायत, प्रतिष्ठीत नागरिक व लोकसहभागातून मदर केअर सेंटर साठी इमारत, गरोदर महिलांना विश्रांती साठी बेडची व्यवस्था, विविध बॅनर, बैठक व्यवस्था, वाचनासाठी विविध पुस्तके मासीक, फोल्डर, पेपर कात्रण इ. ठेवण्यात आले आहे. तसेच लोकसहभागातून एकवेळ जास्तीचा आहाराचे नियोजन करण्यात आले आहे. मदर केअर माध्यमातून मातांची पुढीलप्रमाणे काळजी घेण्यात येते.

- गरोदर महिलेची १२ आठवड्याच्या आत नोंदणी करणे.
- वजन उंची घेवून BMI काढणे व सनियंत्रण करणे.
- आरोग्य तपासणी, लसीकरण, आयर्न फॉलिक ॲसीड गोळ्या देणे.
- समतोल सकस व एकवेळ जास्तीच्या आहाराबाबत समूपदेशन व नियोजन.
- वैयक्तिक व दर आठवड्यात एक बैठक घेवून समपुदेशन
- गरोदर पणाच्या कालावधीमध्ये १० ते १२ किलो पर्यंत वजन वाढ.
- दुपारी किमान दोन तास डाव्या कुशीवर विश्रांती.

दररोज दु. २ ते ५ यावेळेत अंगणवाडी कार्यकर्ती व आशा यांच्या देखरेखीखाली गरोदर महिलांना आराम करण्यासाठी मदर केअर सेंटर मदर केअर सेंटर चालू ठेवल्या जाते. किशोरवयीन मुलींचे हिमोग्लोबीन ११ ग्रॅम व बी.एम.आय. १८.५ पेक्षा कमी असू नये यासाठी त्यांना लोहयुक्त व जीवनसत्व क युक्त आहार घेण्याविषयी समूपदेशन करण्यात येते. तसेच मदर केअर सेंटरमध्ये किशोरवयीन मुलींच्या हिमोग्लोबीन ची तपासणी करण्यात येते.

मदर केअर सेंटर मध्ये गरोदर मातांची ७ व्या महिन्यात ओटी भरणे, डोहाळे जेवण कार्यक्रम घेणे तसेच प्रसुती पूर्ण नियोजन, शासकीय रुग्णालयात बाळंतपणाचे नियोजन, बाळ जन्मानंतर एका तासाच्या आत स्तनपान याविषयी गरोदर माता व कुटुंबातील आई - सासू यांना समूपदेशन करण्यात येत आहे. औरंगाबाद जिल्ह्यातील फुलंब्री प्रकल्पांतर्गत पाल, कोलते टाकळी, पिंपळगाव वळन, कान्होरी, रेलगाव यासह २९ गावांमध्ये मदर केअर सेंटर स्थापन झाले आहेत. जिल्ह्यातील इतरही प्रकल्पांमध्ये मदर केअर सेंटर स्थापन होत आहेत.

या मदर केअर सेंटरमध्ये गरोदर मातांनी आपल्या आरोग्य व पोषणाची काळजी कशी घ्यावी, यासह गरोदरपणातील आवश्यक आरोग्य तपासणी, गरोदरपणात १० ते १२ किलोने वजनवाढयासाठी आहारात धान्य, डाळी, हिरव्या पालेभाज्या, दुध, अंडी, मासांहारी पदार्थ इ. घेण्याविषयीचे मार्गदर्शन,तसेच आहारात आयोडिन युक्त मिठाचे सेवन केल्याचे फायदे याविषयीचे पोष्टर, चार्ट, माहितीपुस्तिका ठेवण्यात आलेली आहे. गरोदरपणात विश्रांतीसाठी कुटुंबातून सहकार्य मिळविण्यासाठी अंगणवाडी कार्यकर्ती व मदतनीस यांच्याकडून कुटुंबाला समूपदेशन करण्यात येत आहे. विशेष म्हणजे अशा मदर केअर सेंटर मध्ये लोकसहभागातून टिव्ही, सी.डी. प्लेअर हे साहित्य देण्यात आले आहे. मातांना आरोग्य व पोषणाविषयीचे महत्व पटवून देताना टिव्ही, सी.डी.प्लेअर द्वारे लघू चित्रफीत सुद्धा दाखविण्यात येते.

लोकसहभागातून सुरू झालेला उपक्रम कुपोषण निर्मुलनासाठी अत्यंत फायदेशीर ठरलेला आहे. महाराष्ट्र राज्यातील ग्रामीण विशेषतः आदिवासी बहूल क्षेत्रामधील गावांमध्ये असे मदर केअर सेंटर स्थापन झाल्यास निश्चितच कुपोषणावर प्रतिबंध घालता येईल.

डॉ. दिलीप देशमुख
उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी (बाल विकास)
जिल्हा परिषद औरंगाबाद

मॉडेल अंगणवाडी

राजमाता जिजाऊ कुपोषणमुक्त अभियानाची अमंलबजावणी करत असताना अंगणवाडी केंद्रातील जाणाऱ्या बालकांना चांगले वातावरण मिळून, त्यांची लहान वयातच शिक्षणाविषयी ओढ निर्माण व्हावी म्हणून औरंगाबाद जिल्ह्याने अंगणवाड्या सक्षम करण्यास सुरूवात केली आहे. शहरी भागात इंग्रजी माध्यमांमध्ये शिकवणाऱ्या मुलांना शाळेमध्ये ज्या सोई-सुविधा पुरविल्या जातात, त्यापेक्षाही अधिक व दर्जेदार सुविधा औरंगाबाद जिल्ह्यातील अंगणवाड्यांमध्ये आज दिसून येत आहे. त्यामुळेच आज औरंगाबाद जिल्ह्यातील तब्बल ११०० च्या जवळपास अंगणवाड्या आय.एस.ओ. मानांकन प्राप्त झालेल्या आहेत.

अंगणवाडी केंद्रांमध्ये बालकांचा शारीरिक व बौध्दीक विकास होत असतो. याच काळात त्यांच्या आरोग्य व पोषणाकडे लक्ष केंद्रीत केल्यास संस्कारक्षम पिढी निर्मान होण्यास मदत होते. याचा विचार करून औरंगाबाद एकात्मिक बाल विकास सेवा योजनेंतर्गत अंगणवाडी सक्षमीकरणाची मुहुर्तमेढ रोवल्या गेली. यामध्ये लोकांचा लक्षणीय सहभाग मिळाला. बालकांना सर्व मुलभुत सोई-सुविधा देताना अंगणवाड्यांमध्ये बालकांचे मनोरंजन होईल व त्यांची अंगणवाड्यांमध्ये उपस्थिती वाढावी. म्हणून एक आदर्श अंगणवाड्यांची संकल्पना साकारत गेली.

प्रथम अंगणवाड्यांच्या इमारत सुशोभीकरणाचे काम हाती घेण्यात आले. अंगणवाडीचा परिसर स्वच्ध व ठिकठिकाणी फुले-झाडे लावण्यात आली. बालकांना खेळण्यासाठी खेळणी ठेवण्यात आली, भिंती रंगविण्यात आल्या बालकांना बसण्यासाठी टेबल खुर्च्यांची व्यवस्था करण्यात आली. बऱ्याच गावांनी आपल्या बालकांना स्वत:हून गणवेश घेवून दिल. बालकांना शुध्द पिण्याच्या पाण्याची व शौचालयाची व्यवस्था करून देण्यात आली आहे.

गावामध्ये किशोरी मुली, गरोदर माता, स्तनदा माता व कमी वजनाच्या मुलांच्या माता यांना आरोग्य व पोषण विषयक समूपदेशन करण्याचे कार्य अंगणवाड्यांमध्ये अंगणवाडी कार्यकर्ती व मदतनीस यांच्या मार्फत होत असते. अशावेळी मातांना समुपदेशन करण्यासाठी अंगणवाड्यामध्ये सिडी प्लेअर, टिव्ही यांची सुविधा असून, बऱ्याच गावांनी लोकसहभागातून हे साहित्य अंगणवाड्या दिले आहे. बालकांचे नियमीत वजन घेण्यासाठी वजनकाटे, वजन वाढीचा तक्ता, पोष्टर, बॅनर्स,

पुस्तिका इ. आयईसी साहित्य ठेवण्यात आले आहे. ज्यामुळे मातांना आपल्या बालकाच्या आरोग्य व पोषणाविषयी परिपुर्ण माहिती औरंगाबाद जिल्ह्यातील आय.एस.ओ. मानांकन प्राप्त अंगणवाड्यांमध्ये मिळते.

अंगणवाडी आ.एस.ओ. करताना शासकीय सेवा व उद्दिष्टांची योग्य सांगळ घालून कार्य करण्यात आले. अंगणवाडी आय.एस.ओ. करण्यासाठी अंगणवाडी कार्यकर्ती, मदतनीस व पर्यवेक्षिका यांना प्रशिक्षण देण्यात आले. अंगणवाड्या आय.एस.ओ. करताना अंगणवाडीतील नोंदवह्यांचे / अभिलेख्यांचे व्यवस्थापन, किचन व्यवस्थापन, शौचालय, अंगणवाडी सजावट, विविध विषयांवरील चाट्‌र्स बैठक व्यवस्था, बालक, अंगणवाडी कार्यकर्ती व मदतनीस यांचे गणवेश व ओळखपत्र, वॉटरबॅग व दप्तर, वेळापत्रकाप्रमाणे शिकविण्याची पध्दत, परिसर स्वच्धता, शासकीय नियमानुसार बालकांना आहाराचे वाटप, शासन निर्णयातील मार्गदर्शक सुचनाप्रमाणे अंगणवाडीमार्फत सेवा देणे इत्यादी बाबी कटाक्षाने पाळल्या गेल्या. अंगणवाड्या आय.एस.ओ. करण्यासाठी २ कोटीपेक्षा अधिक निधी व साहित्य लोकसहभागातून गोळा करण्यात आले, अंगणवाड्याचे स्वरूप बदलविण्यासाठी उपमुख्य कार्यकारी अधिकारी (बाल विकास) डॉ. दिलीप देशमुख यांच्यासह बाल विकास प्रकल्प अधिकारी पर्यवेक्षिका, अंगणवाडी कार्यकर्ती व मदतनीस यांच्या विशेष प्रयत्नातुन औरंगाबाद जिल्ह्यातील जवळपास ११०० अंगणवाड्यांना आय.एस.ओ. मानांकन प्राप्त झाले आहे.

श्रीमती छाया सोनकांबळे
पर्यवेक्षिका, रंजणगाव शेणपुंजी
औरंगाबाद

डिजीटल अंगणवाडी

अनौपचारिक शिक्षणासाठी घटलेली अंगणवाडी केंद्रातील मुलांची उपस्थिती, इंग्रजी माध्यमांच्या शाळेकडे वाढत चाललेला ग्रामीण लोकांचा ओढा कमी करणे व निर्धारीत अभ्यासक्रमामुळे हरवत चाललेले मुलांचे बालपण परत मिळविणे हा डिजीटल अंगणवाडी मागील मुख्य हेतू आहे. राजमाता जिजाऊ अभियानात ही संकल्पना पुढे आली.

ही सकल्पना राबतानां आवश्यक भौतिक सुविधा जसे सुसज्ज इमारत शौचालय, पाणी पुरवठा, हात धुण्यासाठी बेसीन या आवश्यक गोष्टी ठरविण्यात आल्या. अनोपचारीक शिक्षण देण्यासाठी केंद्राच्या सर्व भिंती पारंपारिक व आधुनिक ज्ञान व तंत्रज्ञान यांचा वापर करून बोलक्या करण्यात आल्या. केंद्रातील स्वच्छता जपली जावी म्हणून जमीनीवर कारपेट अंथरण्यात आले, वेगवेगळया प्रकारच्या शोभिवंत पताका लावुन छत सुशोभित करण्यात आले, मुलांना बसण्यासाठी छोट्या खुर्च्यांची व्यवस्था करण्यात आली, समानतेची भावनावाढीस लागावी या हेतूने मुलांना ओळखपत्रक व एकसारखे गणवेश घेण्यात आले, मुलांचे शिक्षण व मातांचे प्रशिक्षण या साठी टॉय कार्नर व खाऊ साठी बाळ कोपरा तयार करण्यात आला, शिस्त व संस्कार यासाठी चप्पल स्टॅन्ड व बॅग स्टॅन्ड उपलब्ध करून देण्यात आले, पिण्यासाठी स्वच्छ व निर्जंतुक पाणी पुरवठा करावा या हेतूने जलशुध्दीकरण यंत्र केंद्रामध्ये देण्यात आले.

आधिकम आधिकस्य फलम या उक्तीनुसार एवढ्या अतीउत्तम सोयी पाहुन पालकांचा इतर शाळांकडचा ओढा कमी होऊ लागला आहे. परिणामी मुलांची अंगणवाडी केंद्रातील उपस्थिती वाढली आहे. आधुनिक काळातील मुलांना आवडणारे कार्टुनस केंद्रात बघायला मिळत असल्यामुळे अंगणवाडी केंद्रात मुले जास्त वेळ रमू लागली परिणामतः दोन वेळा आहार वाटप नियमित होऊन मुले अधिक क्षमतेने आहार घेवू लागली. मुलांची सजगता चुणचुणीतपणा वाढला. संस्कार, शिस्त व नियम या मुळे बाळाचे व्यक्तीमत्व झळाळू लागले आहे. ज्ञान ग्रहण क्षमता वाढल्यामुळे प्रतिसाद चटकन मिळू लागला आहे. आणि आहार क्षमता वाढल्यामुळे कुपोषणाचे प्रमाण घटले आहे.

अंगणवाडी केंद्र हे गावातिल माहिती केंद्र म्हणून विकसीत होऊ लागले आहे. दृक आणि श्राव्य साधनांच्या वापरामुळे माता बैठकांची उपस्थिती व परिणामकारकता वाढू लागली आहे, आणि खरेच अंगणवाडीने एकविसाव्या शतकाकडे झेप घेतली आहे. परंतु विशेष उल्लेखनीय बाब म्हणजे हे सर्व लोकसहभागातून केले असल्यामुळे समाजाला अंगणवाडी ही आपली अंगणवाडी वाटू लागली आहे. जिल्हयात एकुण ४७८७ नियमीत अंगणवाडी केंद्र व ५०६ मिनी अंगणवाडी केंद्र कार्यरत असून त्यापैकी २४४१ अंगणवाडी केंद्र ही डिजीटल झालेली आहेत व त्यासाठी ७,८३,००००० /- वस्तू रूपाने सहभाग मिळालेला आहे. **योजना यशस्वी करण्याचा हा एक अतिशय उत्तम प्रयत्न आहे.**

अशोक भ. पावडे
उप मुख्य कार्यकारी अधिकारी (बा.क्र)
महिला व बाल कल्याण विभाग
जिल्हा परिषद अहमदनगर

माहेर

कुपोषण निर्मुलनामध्ये शासनाबरोबर समाजाच्या सर्व घटकांचा सक्रिय सहभाग घेण्यासाठी शासन राजमाता जिजाऊ माता आरोग्य व पोषण अभियान राबवत आहे. या अभियानाद्वारे पहिले १००० दिवस बाळाचे - पंचसुत्री कार्यक्रमावर भर देण्यात आहे. गर्भवती मातेच्या पोटी साधारण किंवा चांगल्या वजनाचे बाळ जन्माला येण्यासाठी गर्भवत मातेस अतिरिक्त आहाराची गरज असते. महाराष्ट्रातील जन्मत: कमी वजनाच्या (LBW) बालकांचे प्रमाण कमी करण्यासाठी याबाबात जनजागृती, क्षमता बांधनी वर भर देण्यात येत आहे. या कामी लोकसहभाग मिळवताना अनेक नाविण्यपुर्ण कल्पना प्रत्यक्षात आल्या. अहमदनगर जिल्हयाने गर्भवती मातांना अतिरिक्त आहार देण्याची माहेर संकल्पना राबविली.

माहेर मधुन आदिवासी भागातील कुपोषण व बालमृत्यू कमी करण्यासाठी गरोदर मातांना एकवेळचा चौरस आहार देण्यात येतो. गरोदर मातेस तो आहार दु. १२.०० ते दु. १.०० यावेळेत अंगणवाडीत देण्यात येतो. आहार घेतल्यानंतर मातेस दोन तास विश्रांती दिली जाते. विश्रांती कालावधीत मातेस चौरस आहार, दवाखान्यात प्रसुती, जन्मत: बाळाचे वजन, अर्ध्या तासाच्या आत स्तनपान, चिकाच्या दुधाचे महत्व, सहा महिने निव्वळ स्तनपान, ६ महिन्यानंतर अंगावरील दुध व पुरक आहर असे दोन वर्षे बाळास देणे हे मार्गदर्शन सीडी, पुस्तक, मार्गदर्शिका, नाटीका यामधून पर्यवेक्षिका, अंगणवाडी सेविका, आरोग्य सेविका यांच्यामार्फत देण्यात येते.

राजुर प्रकल्पातील ठाकरवाडी विठा येथे दिनांक ३ एप्रिल, २०१४ पासून दुपारी १२.०० ते दु. २.०० या वेळेत अंगणवाडी सेविकेंची सहभागातून माहेर ही प्रायोगिक तत्वावर योजना राबविण्यात आली. या केंद्रामधुन ४ गर्भवती अतिरिक्त पोषणाचा लाभ देण्यात आला. त्यासाठी त्यांना लोक सहभागातून उपलब्ध केलेल्या अन्नधान्य, भाजीपाली, फळे इ. पासून चौरस आहार दिला गेला. याच बरोबर दोन तास विश्रांती, लोह गोळीचे प्रत्यक्ष सेवन व आरोग्य पोषण बाबतचे समुपदेशन केले गेले. गर्भावस्थेच्या शेवटच्या तिमाहितील प्रत्यक्षात दिड महिना या ४ गर्भवतींनी या योजनेचा लाभ घेतला. या सर्व गर्भवतींची

प्रसुती होवुन त्यांचे पोटी जन्माला आलेली बालके ही जन्मत: कमी वजनाची (LBW) नाहीत ही आनंदाची बाब ठरली. सर्व चारही बालकांचे जन्मत: वजने २८००, २८५०, ३००० व ३१०० ग्रॅम अशी भरली.

राजूर आदिवासी प्रकल्पातील गुहिरे या अंगणवाडी केंद्रातही असा उपक्रम सुरु आहे. या अत्यंत यशस्वी उपक्रमाने अहमदनगर जिल्हातील सर्व संबधिताना अभिमान वाटत असुन आता असे उपक्रम अनेक सुरू होत आहेत.

या पथदर्शी उपक्रमाने खऱ्या अर्थाने शाश्वत कुपोषण निर्मूलनाच्या कामाला एक दिशा व गती दिली आहे. या उपक्रमास मा. मंत्री महिला बाल विकास यांनी अस्तगांव ता. राहता, जि. अहमदनगर येथे भेट दिली व सर्वांचे कौतुक केले.

डॉ. राजाराम दिघे
संचालक,
राजमाता जिजाऊ मिशन

डोहाळे जेवण

कुपोषणावर प्रतिबंध घालण्यासाठी राजमाता जिजाऊ मिशनमार्फत -९ ते २४ महिने या कालावधीवर विशेष लक्ष्य केंद्रीत करण्यात येत आहे. त्यासाठी मिशनमार्फत शासकीय स्तरावरील अधिकारी व कर्मचाऱ्यांची क्षमता बांधणी व समाजात जनजागृती करण्यात येत आहे. तथापि, आदिवासी क्षेत्रामध्ये कमी वजनाचे बाळ जन्माला येण्याचे प्रमाण अधिक आहे. यावर प्रतिबंध घालण्यासाठी मिशनमार्फत गरोदर मातांना एक वेळचा अतिरीक्त आहार ही संकल्पना महाराष्ट्रात रूजविली. त्यानुसार जिल्ह्यांमध्ये अंगणवाडीत डोहाळे जेवणासारखे उपक्रम लोकसहभागातून राबविले जात आहेत.

पारंपारीक दृष्टच्या गरोदर महीलेस सातवा महिना सुरू झाल्यानंतर तिच्या डोहाळे जेवणाचा कार्यक्रम अनेक सुशिक्षित व सुस्थित कुटुंबात साजरा केला जातो. परंतु अनेक गरीब कुटुंबामध्ये हे शक्य होतेच असे नाही. याचा विचार होवुन अंगणवाडी कार्यक्षेत्रातील सर्व गर्भवती महिलांना सातवा महिना सुरु झाल्यानंतर त्यांच्या डोहाळे जेवणाचा कार्यक्रम अंगणवाडीत साजरा करून त्यांना सातवा ते नववा महिना या शेवटच्या तिमाहीत तरी अतिरिक्त आहार मिळावा असा प्रयत्न केला जातो.

या उपक्रमांतर्गत गरोदरपणातील शेवटच्या तिमाहीत गरोदर मातेला चौरस आहार देण्यात येतो. या आहारात डाळ, हिरव्या पालेभाज्या, फळ भाज्या, भाकरी किंवा पोळी, दूध व दुग्धजन्य पदार्थ, अंडी आदींचा समावेश असतो. या डोहाळे जेवणातून अंगणवाडी स्तरावर गरोदर मातेचे गरोदरपणातील वजन वाढीचे सनियंत्रण करण्यात येत आहे. हा उपक्रम राज्यातील सर्वच अंगणवाडी केंद्रामध्ये मोठ्या उत्साहात घेण्यात येत आहे.

- प्रफुल्ल रंगारी
आय. ई.सी.समन्वयक,
राजमाता जिजाऊ मिशन

अर्धवार्षिक वाढदिवस

बालकांचे आयुष्यमान उंचाविण्यासाठी महाराष्टात मुलांचे ६ महिने पुर्ण झाल्यावर अर्धवार्षिक वाढदिवस साजरा करण्याची नाविण्यपूर्ण संकल्पना साकार होत आहे. पहिल्या सहा महिन्यापर्यंत बाळाची भुक आईच्या दुधावर भागते. मात्र बाळ सहा महिने पुर्ण झाल्यावरचा काळ त्याच्या जीवनातील अत्यंत महत्वाचा टप्पा असतो. कारण याच कालावधीनंतर त्याला आईच्या दुधासह वरचा आहार सुरु करण्याची वेळ आलेली असते.

बालकांच्या आहाराबाबत समाजामध्ये बऱ्याच चुकीच्या समजूती आहेत. काही माता तिसऱ्या, चौथ्या महिन्यातच वरचा आहार सुरु करतात, जो त्या वयात बालकांना पचत नाही. याउलट काही माता ८-९ महिन्यापर्यंतही वरचा आहार सुरु करीत नाही. बाळाला दात आले नाही म्हणून वरणाचे पाणी, भाताचे पाणी, चहा, बिस्किटे असा पातळ आहार दिला जातो. अशा वरच्या आहारात पाण्याचे प्रमाण जास्त असल्यामुळे बालकाचे फक्त पोट भरते. पण बालकाच्या बौध्दीक आणि शारीरिक वाढीसाठी लागणारे आवश्यक उष्मांक व इतर सर्व घटक मिळत नाही. त्यामुळे बालकाचे व्यवस्थित पोषण होत नाही. परिणामी बाळाचे कमी वजन होऊन तो कुपोषणात जातो. कुपोषणामुळे बालकांची रोगप्रतिकारक शक्ती कमी होऊन त्याच्या जीवीतास धोका संभवतो. वरचा आहार केव्हा सुरु करावा, त्यात काय द्यावे, बऱ्याच माता किंवा कुटुंबामध्ये हे माहित नसल्यामुळे त्याचे परिणाम बालकाला आपल्या आयुष्यात भोगावे लागतात. पुरक आहारासंदर्भात काही ठोस उपाययोजना करण्यात यावी, यावर विचार केला गेला. या विचारातून अर्धवार्षिक वाढदिवस साजरा करण्याची संकल्पना पुढे आली.

ही नाविण्यपूर्ण संकल्पना राबविण्यासाठी एकात्मिक बाल विकास प्रकल्प लातूर, औरंगाबाद, अहमदनगर सारख्या जिल्ह्यांनी प्रथम पुढाकार घेतला. या जिह्यातील अंगणवाडी कार्यकर्त्यांनी माता बैठकांमध्ये मातांना पुरक आहाराचे महत्व समजावून सांगितले. त्याची घनता व वारंवारीतेबद्दल सांगितले. कुटुंबातील सदस्यांना गृहभेटीच्या माध्यमातून समूपदेशन करण्यात आले. मातांना घरगुती स्वच्छतापुर्वक मऊसर आहार बनविण्याचे प्रात्यक्षिक करुन दाखविण्यात आले. या प्रक्रियेमुळे बालकांच्या पोषणस्थितीमध्ये अपेक्षित सुधारणा दिसून आली. त्यामुळे या जिल्ह्यातील प्रत्येकच अंगणवाड्यांमध्ये अर्धवार्षिक वाढदिवस साजरा करण्याची परंपरा सुरु झाली. आता ही संकल्पना एक लोकचळवळ म्हणून उभी झाल्याचे दिसून येत आहे.

- प्रफुल्ल रंगारी
आय. ई.सी.समन्वयक,
राजमाता जिजाऊ मिशन

गर्भ संस्कार केंद्र

जळगांव जिल्हयातील कुपोषणाचे प्रमाण कमी करण्यासाठी लोक सहभागातुन गर्भसंस्कार केंद्र/मदर केअर सेंटर सुरु करण्यात आली आहेत. कुपोषणला पुर्णतः आळा घालण्यासाठी जन्मास येणारी मुले कमी वजनाची असू नये यासाठी स्त्री ज्यावेळी गरोदर असते त्यावेळी तिच्या आहार व पोषणाकडे व्यवस्थित लक्ष दिल्यास तिच्या पोटी येणारे अपत्य हे कमी वजनाचे असणार नाही. गर्भावस्थेत स्त्रीचे १०-१२ किलो वजन वाढल्यास तिच्या पोटी सूदृढ म्हणजेच ३ किलो चे बाळ जन्मास येते. परंतु समाजामध्ये या गरोदर स्त्रीया केवळ २ वेळेस आहार घेतात व रक्त वाढीच्या लोहाच्या गोळया खात नाहीत. त्यामुळे त्यांच्या पोटी कमी वजनाची बालके जन्मास येतात व अशा कमी वजनाच्या कुपोषित बालकांना साधारण श्रेणीमध्ये आणण्यासाठी कुटुंब व जिल्हयातील प्रशासकिय यंत्रणा प्रयत्न करित असते. म्हणुन यावर उपाय म्हणुन जळगांव जिल्हापरिषदेने गर्भसंस्कार केंद्र/मदर केअर सेंटर सुरु केले आहेत.

या गर्भसंस्कार केंद्र/मदर केअर सेंटर मध्ये ज्या गरोदर महिलेला ७वा, ८ वा व ९ वा महिना सुरु आहे अशा स्त्रियांना गावातुन मिळालेल्या लोक सहभागातुन एक वेळेचा अतिरिक्त आहार दिला जातो. तसेच दुपारी २ तास या गरोदर स्त्रिया अंगणवाडी केंद्रामध्ये आराम करित असतात. या २ तासांमध्ये त्यांना आहार व पोषणाबरोबर गर्भसंस्काराचे मार्गदर्शन, लोहयुक्त गोळयांचे प्रत्येक्षात सेवन, स्तनपाना विषयीची माहिती दिली जाते. जेणेकरुन या महिलांच्या पोटी जन्माला येणारे आपत्य हे ३ किलो चे असणार आहे. म्हणुन यासाठी जळगांव जिल्हयातील अंगणवाडी सेविकेने गावातुन लोक सहभागाच्या माध्यमातुन निधी जमा केला आहे व या निधीचा वापर गावातील गरोदर स्त्रियांच्या एकवेळच्या आहारासाठी केला जात आहे. या संपुर्ण निधीचे सनियंत्रण गावातील महिला बचत गटाच्या माध्यमातुन केले जात आहे. त्यामुळे गावातील गरोदर स्त्रियांच्या आरोग्य व पोषणाची जबाबदारी पुर्णतः गावाने स्विकारली असून अंगणवाडी सेविका यामध्ये सेवा देण्याचे काम करत आहे. अंगणवाडी केंद्रामधील या गर्भसंस्कार केंद्र/मदर केअर सेंटर मध्ये लाभ घेणाऱ्या गर्भवती महिलांकडुन या विषयाची माहिती इतर महिलांनाही दिली जात आहे. जेणेकरुन गावातील सर्व ० ते ६ वर्ष वयोगटातील मुले साधारण श्रेणीमध्ये राहण्यासाठी सामुहिक प्रयत्न केले जात आहे.

श्यामसुंदर मोचेमाडकर

प्रशिक्षण समन्वयक,

राजमाता जिजाऊ मिशन, मुंबई

परसबागा

राजमाता जिजाऊ माता - बाल आरोग्य व पोषण मिशन हे कृषी व पोषण या दोन गोष्टींचा संबंध जोडण्यासाठी प्रयत्न करत असुन यासाठी शासनाचा कृषी विभाग, संबधित स्वयंसेवी संस्था, कॉर्पोरेट यांच्या सक्रिय सहकार्यासाठी काम करत आहे. याचाच एक भाग म्हणुन राज्यातील घरोघरी परसबागा विकसीत होण्यासाठी महिलांचे स्वयंसहाय्यता गटांच्या माध्यमातुन काम सुरु आहे. या बरोबर अंगणवाडी केंद्र, प्राथमिक शाळा, आदिवासी आश्रमशाळा इ. सर्व शासकीय संस्थामध्ये जेथे शक्य असेल तेथे परसबागा विकसीत करण्याच्या दृष्टीने सर्व संबधीतांचे सहकार्य घेण्यात येत आहे. बायफ, रिलायन्स फांऊडेशन इ, सारख्या संस्था या मध्ये मदत करत आहेत.

अंगणवाडी परिसरात व घराभोवती असलेल्या जमिनीत भाजीपाला लावणे आणि उगवलेल्या भाज्यांचा वापर अंगणवाडीतील आहार किंवा स्वयंपाकात वापरणे. ज्यामुळे शरीरासाठी आवश्यक असलेली पोषणमुल्ये मिळून बालकांची पोषणस्थिती सुधारेल, यासाठी राज्यात परसबागा विकसीत करण्याचे धोरण निश्चित करण्यासाठी राजमाता जिजाऊ माता-बाल आरोग्य व पोषण मिशन मार्फत पुढाकार घेतला आहे.

मानवी आहारात भाज्या ह्या अविभाज्य घटक आहेत. भारतात शाकाहार घेणाऱ्यांचा एक मोठा गट आहे. आहार तज्ञांच्या मते, मानवाच्या दैनंदिन एक संतुलीत आहारात ११५ ग्रॅम पालेभाज्या व इतर भाज्या व ७० ग्रॅम मुळ भाज्यांचा समावेश असणे आवश्यक आहे. परंतू असे होताना दिसत नाही. समाजातील प्रत्येक व्यक्तीची पोषणस्थिती सुधारण्यासाठी परसबागा विकसीत केल्यास त्यातून शरीराला आवश्यक असणारी पोषणमुल्ये वाढविण्यास मदत होईल. त्यामुळे ग्रामीण व आदिवासी भागात कश्यापध्दतीने परसबागा विकसीत करता येईल, याकडे लक्ष्य देण्यात येत आहे. त्यानुसार राज्यातील नाशिक, अहमदनगर, औरंगाबाद यासारख्या जिल्ह्यांनी परसबागा विकसीत करण्यास सुरूवात केली असून, इतर जिल्हेही त्याचे अनुकरण करीत आहे.

डॉ. राजाराम दिघे
संचालक,
राजमाता जिजाऊ मिशन

हिरकणी कक्ष

आईचे दूध हे बालासाठी अमृत असते. कमीत कमी दोन वर्षांपर्यंत आईने आपले दूध बाळाला पाजणे आवश्यक आहे. बाळाच्या वाढ व विकासासाठी जीवनातील पहिले दोन वर्ष अत्यंत महत्वाचे असतात. आईच्या दुधामध्ये बाळाच्या वाढीसाठी लागणारे सर्व पोषक तत्वे योग्य प्रमाणात असतात. म्हणून आईचे दूध पचायला सोपे असते. आईच्या दुधामध्ये मेंदूचा विकास करणारे घटक मोठ्या प्रमाणात असतात. त्यामुळे बाळाच्या मेंदूचा विकास या काळात झपाट्याने होतो. तथापि, कामकाजी मातांना आपल्या बाळाला स्तनपान करताना अनेक अडचणींना तोंड द्यावे लागते. तसेच सार्वजनिक ठिकाणी (उदा. बस स्टँड, बाजार, कामाचे ठिकाण, रेल्वे स्टेशन इ.) अशा ठिकाणी स्तनपान करणे मातांना शक्य होत नाही. त्यामुळे स्तनापानापासून बालके वंचित राहू शकतात. प्रत्येक मातेला सार्वजनिक ठिकाणी व कामाच्या ठिकाणी आपल्या बाळाला सन्मानपूर्वक पाजता यावे, यासाठी हिरकणी कक्षाची संकल्पना पुढे आली आहे.

चंद्रपूर जिल्ह्यातील टेमुर्डा हे एक गाव. येथील सरपंच श्रीमती संगीता आगलावे, ग्राम पंचायत सदस्य, गावकरी तसेच वैद्यकीय अधिकारी डॉ. किशोर भट्टाचार्य यांच्या एकत्रित प्रयत्नातून टेमुर्डा या गावी ग्रामपंचायतमध्ये हिरकणी कक्ष स्थापन करण्यात आला आहे. हा हिरकणी कक्ष आठवडी बाजार व बस स्थानक यांचेपासून अगद जवळ आहे. त्यामुळे परिसरातून बाजाराला येणाऱ्या मातांना या हिरकणी कक्षामुळे आपल्या बाळाला स्तनपान करण्यास अत्यंत सोपे झाले आहे. बालकांना स्तनपान करता आल्यामुळे मातांसुद्धा समाधान व्यक्त करीत आहेत. टेमुर्डा गावाच्या या नाविन्यपूर्ण संकल्पनेमुळे पंचक्रोशीतील इतर गावेही प्रेरित झाली आहे. त्यामुळे हिरकणी कक्ष इतरही ठिकाणी स्थापन करण्याचा विचार सुरू झालेला आहे. प्राथमिक आरोग्य केंद्र, ग्रामीण रुग्णालय येथे हिरकणी कक्ष स्थापन करण्यात येत आहे.

टेमुर्डा येथील डॉ. भट्टाचार्य यांचे नागपूर येथे तीन दिवसाचे स्तनपान व शिशूपोषणाचे प्रशिक्षण झालेले आहे. या प्रशिक्षणातून प्रेरीत होऊन त्यांनी हिरकणी कक्षाची संकल्पना गावापुढे ठेवली. गावातील महिलांना हा विषय गरजेचा वाटला. योगायोगाने सरपंच महिला आहेत. त्यांनाही हा विषय खुप महत्वाचा वाटला. सरपंच श्रीमती संगीता आगलावे यांनी पुढाकार घेऊन ग्रामपंचायतची सभा घेतली. सभेत एकमताने हिरकणी कक्ष स्थापन करण्याचा ठराव घेण्यात आला व ग्रामपंचायतने त्यासाठी एक खोली उपलब्ध करून दिली. या हिरकणी कक्षात मातांना आरामदायी आसनव्यवस्था, पिण्याच्या पाण्याची सोय करण्यात आली आहे.

टेमुर्डा या गावातील ग्रामस्थांनी स्तनपान व शिशूपोषण हा विषय निव्वळ मातेपुरता मर्यादित नसून ही संपूर्ण समाजाची जबाबदारी आहे, याची जाणीव या उपक्रमातून या गावाने करुन दिली आहे. स्तनपान करताना मातेचा आत्मविश्वास वाढविणे व आधार देणे गरजेचे असते. या भावनेतून ग्रामस्थांनी या हिरकणी कक्षाची स्थापना केली आहे.

पी.डी.सुदामे

आय वाय सी एन सल्लागार,
राजमाता जिजाऊ माता बाल आरोग्य
व पोषण मिशन

माता व कुटुंब सक्षमीकरणासाठी प्रभावी माता बैठका

कुपोषणाच्या समस्येवर मात करण्यासाठी शासन प्रयत्न करत असुन त्याकरिता एकात्मिक बाल विकास सेवा योजना व माता बालकांच्या आरोग्याच्या विविध योजना राबवत आहे. ICDS च्या माध्यमातुन पुरक पोषण आहारसह सहा सेवा अंगणवाडी केंद्रांद्वारे दिल्या जातात व त्यातुन बालकांचा सर्वांगीण विकास होण्यासाठी प्रयत्न केला जातो. परंतु हे काम फक्त अंगणवाडीताईच्या हातात नाही, तर त्यासाठी बालकांचे माता–पिता व कुटुंब यांचीही मोठी जबाबदारी आहे.

याच विचारातुन महाराष्ट्रातील कुपोषण निर्मुलनाचे काम करताना राज्यातील सर्व बालके सुदृढ, निरोगी व बुध्दीमान होण्यासाठी सर्वांनीच पुढाकार घेण्याची व विशेषत: बालकांच्या माता व कुटुंब पुढे येण्याची आवश्यकता होती आणि त्यासाठी माता व कुटुंब सक्षमीकरण संकल्पना विकसीत करण्यात आली. बालकांच्या मातांना आरोग्य व पोषणाबाबत सजग करणे, जागृत करणे, सक्षम करणे या करीता प्रभावी माता बैठका व प्रभावी गृहभेटी या उपक्रमांवर भर देण्याचे निश्चित करण्यात आले.

प्रभावी माता बैठकांमधुन Group communication पध्दतीने चर्चा केल्यास माता खऱ्या अर्थाने तयार होतील. एक मातेने काही चांगले केले, तर इतर माताही चांगले करू शकतात ही भावना वाढीस लागुन Positive deviance घडेल. या करीता प्रभावी माता बैठकांसाठीच्या मार्गदर्शक सुचना विकसीत करण्यात आल्या.

त्याप्रमाणे प्रथम पथदर्शी प्रकल्पाद्वारे राज्यातील पालघर, ठाणे, नाशिक, नंदुरबार, अमरावती व गडचिरोली या जिल्हातील निवडक १४ High burden ICDS प्रकल्पांमधे अंगणवाडी सेविका, पर्यवेक्षिका व बाल विकास प्रकल्प अधिकारी यांना प्रभावी माता बैठका आयोजीत करण्याबाबत प्रशिक्षण देण्यात आले. प्रभावी माता बैठका आयोजनासाठी त्यांना प्रति अंगणवाडी रु. २००/- प्रती महिना असे चार महिन्यांकरिता उपलब्ध करुन देण्यात आले.

या प्रक्रियेमध्ये प्रत्येक अंगणवाडी कार्यक्षेत्रात किशोरी मुलीचा संघ, गर्भवती महिलांचा संघ, स्तनदा मातांचा संघ कुपोषीत वा कमी वजनाच्या बालकांच्या मातांचा संघ असे ४ प्रकारचे संघ/ गट स्थापन करण्यात आले. या संघांच्या महिन्यातून एकदा बैठका घेण्यासाठीचे नियोजन करताना स्थळ, दिनांक व वेळ त्या त्या भागामधील मातांच्या सोईने निश्चित करण्यात आले.

प्रत्यक्ष माता बैठकीत १) मातांचे खेळ, गाणी, स्पर्धा घेणे २) बालकांच्या स्पर्धा घेऊन त्यांना बक्षिस देणे ३) स्थानिक उपलब्ध अन्नधान्याच्या चौरस पाककृतींची प्रात्यक्षिके प्रत्यक्ष करुन दाखविणे व ४) मातांना IEC Video Film दाखवणे असे चार उपक्रम करण्यात आले.

या पथदर्शी प्रकल्पाच्या अनुभवातुन प्रभावी माता बैठकांच्या मार्गदर्शक सुचना सुधारीत करुन सर्व जिल्हांना देण्यात आल्या. त्यानुसार राज्यभर प्रभावी माता बैठका कशा होतील, यासाठी यशदा पूणे येथील सॅटकॉम सेंटर व मुंबईतुन व्हिडीओ कॉन्फरन्सींगद्वारे ICDS यंत्रणेला प्रशिक्षण देण्यात आले. दिलेल्या प्रशिक्षणानुसार प्रत्यक्षात प्रभावी माता बैठका कशा आयोजित होतात हे राजमाता जिजाऊ माता - बाल आरोग्य व पोषण मिशनची पथके जिल्ह्यांचे क्षेत्रिय भेटीतुन खात्री करत असतात व गरजेप्रमाणे सुधारणा सुचवत असतात. आता राज्यातील सर्व जिल्हांमध्ये गावोगावी प्रभावी माता बैठकांद्वारे माता

डॉ. राजाराम दिघे
संचालक,
राजमाता जिजाऊ मिशन

मिशनकडे उपलब्ध शैक्षणिक व्हिडीओ

बालकाच्या जीवनातील पहिले 1000 दिवस –
बालकाच्या जीवनातील पहिले 1000 दिवस म्हणजेच मातेच्या गर्भधारणेपासून ते बाळ 2 वर्ष पूर्ण होईपर्यंतचा काळ या महत्वपूर्ण कालावधीवर आधारित व्हिडीओ YouTube लिंकवर उपलब्ध आहे.

स्तनपान व शिशूपोषण भाग 1 व भाग 2 –
स्तनपान व शिशूपोषणाचे महत्व विषद करणारी माहिती स्तनपान व शिशूपोषण या व्हिडीओ मध्ये दाखविण्यात आलेली आहेत. स्तनपान व शिशूपोषणाची माहिती भाग 1 व भाग 2 YouTube लिंकवर उपलब्ध आहे.

कुटुंबनियोजनाची साधने –
कुटुंब नियोजन करताना कोण-कोणती साधने वापरावी व त्याचे महत्व या विषयी स्त्रीरोग तज्ञ डॉ. श्रोत्री यांची श्रीमती वन्दना कृष्णा, महासंचालक मिशन यांनी मुलाखतीद्वारे घेतलेली माहितीपूर्ण माहितीवर आधारित व्हिडीओ YouTube लिंकवर उपलब्ध आहे.

स्तनपान कैसे करें (हिंदी)
आपल्या राज्यात सुद्धा काही समाजात मराठी ऐवजी हिंदी भाषेचा अधिक वापर आहे. उदा. काही आदिवासी क्षेत्र विदर्भ, मुंबई, भिवंडी, मालेगांव इ. त्यांच्यासाठी सदर व्हिडीओ हिंदीमध्ये तयार करण्यात आला आहे व **You Tube** वर ६ भागात उपलब्ध आहे.

मासिक पाळी
मुलींना मासिक पाळी सुरु झाल्यानंतर किंवा यापुर्वीही सदर व्हिडीओच्या माध्यमाने परिपूर्ण माहिती देता येईल.

बेटी बचाओ, बेटी पढाओ अभियान अंतर्गत, मी मुलगी आहे –
किशोरवयीन मुलींना प्रोत्साहन देण्यासाठी मिशन मार्फत मी मुलगी आहे, हा व्हिडीओ तयार केला आहे. हा व्हिडीओ YouTube लिंकवर उपलब्ध आहे.

राजमाता जिजाऊ
माता – बाल आरोग्य व पोषण मिशन
महाराष्ट्र शासन