



हमारी कहानियां

एक साँझी पहल

जून, 2015

अंक : 1

बातों बातों में...

श्री एल.एम. बेलवाल से एक मुलाकात

साँझी सेहत परियोजना के 'हमारी कहानियां' कार्यक्रम का मासिक न्यूज़लेटर

पहला कदम...

प्रिय साथियो,

'साँझी सेहत, हमारी कहानियां' का पहला अंक प्रस्तुत करते हुए मुझे गर्व और प्रसन्नता का एहसास हो रहा है। इस न्यूज़ लेटर में साँझी सेहत परियोजना के सभी आठ जिलों में कार्य कर रहे सहजकर्ता अपने प्रयासों को सबके साथ साझा करेंगे। उनके प्रयासों से समुदाय की महिलाओं में आए व्यवहारगत परिवर्तनों को सफलता की कहानी के रूप में सबके समक्ष रखेंगे।

परियोजना से जुड़े लोगों के बीच समूह संवाद को मजबूत बनाया का यह एक सशक्त माध्यम होगा। हमारी कहानियों के रूप में इस पहल के माध्यम से हम अपने सफल प्रयासों से महिलाओं में आए व्यावहारिक परिवर्तनों को स्थानीय स्तर पर, प्रदेश के सभी जिलों में और साथ ही देश-विदेश तक पहुंचा पाएंगे। अपनी गतिविधियों, सफलताओं और चुनौतियों को व्यापक समुदाय तक प्रसारित करने के लिए हमारी कहानियां एक दस्तावेज भी होगा और स्वास्थ्य व पोषण संबंधी जागरूकता का वाहक भी।

क्षेत्र की सफलता की कहानियों को लिपिबद्ध करने के मकसद से एमपीटास्ट और एसआरसी का यह साझा प्रयास निश्चित ही महिलाओं की आवाज बनकर उभरेगा। हम साथियों के प्रयासों को न्यूज़ लेटर, दीवार अखबार, वेब साइट, सफलता की कहानियों की पुस्तक आदि के माध्यम से चारों ओर प्रसारित करेंगे।

गांवों में जिस तरह साँझी सेहत के साथी महिलाओं में आए सकारात्मक व्यावहारिक बदलाव को दीवार अखबार में लिख रहे हैं, ठीक उसी तरह न्यूज़ लेटर में भी वे अपना योगदान देंगे, ऐसा मेरा विश्वास है। हम परस्पर अनुभवों से सीखें और आगे बढ़ते चलें।

आपके सहयोग और सुझावों से इसे और निखार मिलेगा। तो सतत संवाद बनाए रखिए।

धन्यवाद और शुभकामनाओं सहित,

- डॉ. एस. कृष्णास्वामी, टीम लीडर, एपीटास्ट



साँझी सेहत परियोजना राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन के मुख्य कार्यपालन अधिकारी श्री एल.एम.बेलवाल के कुशल नेतृत्व एवं मार्गदर्शन में नई ऊंचाईयों को छू रही है, 'हमारी कहानियां एक साँझी पहल' के प्रथम अंक में श्री बेलवाल से परियोजना संचालन के बारे में चर्चा की गयी।

प्रश्न - राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन किस तरह प्रदेश में गरीबी उन्मूलन हेतु आजीविका के अवसर उपलब्ध कराती है ?

उत्तर - राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन प्रदेश के असंगठित तथा वंचित समुदाय के लिए संगठन निर्माण करने में यकीन करता है। इसकी प्रथम और महत्वपूर्ण जिम्मेदारी है महिलाओं के सशक्त और सक्रिय स्व सहायता समूह बनाना और ग्राम स्तर पर उन्हें संस्था रूप देना। अब तक इस कार्य में बहुत सफलता हासिल हुई है। अगले चरण में हम क्लस्टर तथा ब्लॉक स्तर पर फेडरेशन बनाएंगे। राज्य ग्रामीण

आजीविका मिशन स्वीकारता है कि सिर्फ गरीबी दूर करने से समस्या हल नहीं होगी। इसमें जनभागीदारी और उनकी प्रतिभागिता भी बहुत अहम है। संक्षेप में राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन का

प्रयास है कि गरीबी समूल खत्म हो।

प्रश्न- साँझी सेहत का आरंभ और स्वास्थ्य, स्वच्छता और पोषण का आजीविका के साथ जुड़ाव कैसे हुआ ?

उत्तर - प्रदेश में हमने कई स्व सहायता समूह बनाए हैं। इनमें कुछ समूह व्यवस्थित तरीके से काम कर रहे हैं जबकि कुछ अभी इसके कार्यों को समझ रहे हैं। कुछ अनुभवी समूह जीवन को प्रभावित करने वाले सामाजिक मुद्दों पर बहस तथा पहल करने लगे हैं। इन सभी बिन्दुओं को ध्यान में रखते हुए हमने राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन तथा एमपीटास्ट के राज्य प्रतिनिधियों से प्रदेश के वंचित वर्ग को स्वास्थ्य, पोषण तथा स्वच्छता के क्षेत्र में जागरूक

करने हेतु एक प्रायोगिक परियोजना लागू करने पर चर्चा की। हमने निम्न पहलुओं के आधार पर आठ जिलों का चयन किया जिनमें महिलाओं के स्व सहायता समूहों के माध्यम से वंचित वर्ग तक पहुंचा जा सके -

- ◆ सर्वाधिक वंचित समुदाय
- ◆ सक्रिय संगठित समूह
- ◆ समूह की महिलाओं के पास स्वास्थ्य,

स्वच्छता और पोषण की गतिविधियों के लिए समय व रुचि हो।

हम चाहते थे कि चयनित जिले जनजाति बहुल



श्री बेलवाल जी पन्ना में समुदाय की महिलाओं से चर्चा रत।

हों। इनके बीच परियोजना के क्रियान्वयन के लिए दो तरीके चुने गए। एक सीधे राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन के माध्यम से (शयोपुर, डिडौरी, रायसेन, पन्ना तथा बड़वानी जिलों में)

और दूसरा एमपीटास्ट द्वारा सहायित स्वैच्छिक संस्था के माध्यम से (छतरपुर, टीकमगढ़ तथा सागर जिलों में)।

परियोजना में इन नौ सूचकांकों पर समुदाय के ज्ञान, व्यवहार और प्रवृत्ति को बदलने का उद्देश्य रखा गया -

- ◆ नवजात शिशु को तुरंत स्तनपान
- ◆ शिशु को 6 माह के बाद पूरक आहार
- ◆ 0-3 वर्ष तक के बच्चों के वजन मापना
- ◆ संपूर्ण टीकाकरण
- ◆ बच्चों में कुपोषण की रोकथाम
- ◆ गर्भवती की प्रसव पूर्व जांच
- ◆ संस्थागत प्रसव
- ◆ गृह प्रसव के दौरान सेवा प्रदाताओं द्वारा गृह भेंट
- ◆ शौचालयों का निर्माण तथा उपयोग
- ◆ साबुन से हाथ धोना।

प्रश्न - सांझी सेहत में और किन विषयों का समावेश किया गया है?

उत्तर - माड्यूल को अधिक उपयोगी बनाने के लिए दो अन्य विषय मध्याह्न भोजन का सुचारु व्यवस्थापन और सेनेटरी नैपकिन का उपयोग भी इसमें शामिल किए गए।

सेनेटरी नैपकिन के उपयोग को बढ़ावा देने के लिए राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन द्वारा संचालित पांच जिलों के पांच ब्लॉक में सेनेटरी नैपकिन निर्माण इकाई स्थापित की गई। संस्थान ने मशीन खरीदने हेतु



श्री बेलवाल जी समन्वयक साधना नंदा को चेक प्रदान करते हुए।

वित्तीय सहयोग प्रदान किया और प्रशिक्षण देकर महिलाओं का क्षमता संवर्धन भी किया। इन महिलाओं को छतरपुर की एक सेनेटरी नैपकिन इकाई का भ्रमण भी करवाया गया। आज हर जिले की 30 से 60 महिलाएं सेनेटरी नैपकिन निर्माण कार्य में संलग्न हैं। इसके उपयोग हेतु महिलाओं व किशोरियों को जागरूक भी किया जाता है।

मध्याह्न भोजन की सार्थकता हेतु समिति के सदस्यों को भोजन की गुणवत्ता परखने के बारे में जानकारी दी गई। वे तय करते हैं कि भोजन गुणवत्तापरक हो ताकि सभी पोषक तत्व शामिल हों। इन बातों पर अधिक ध्यान दिया जाता है। 1. भोजन का पोषक मूल्य बढ़े। 2. भोजन के भंडारण व बनाने में स्वच्छता हो। 3. कच्ची खाद्य सामग्री का संग्रहण।

प्रश्न - सांझी सेहत का स्थायित्व किस तरह सुनिश्चित किया जा रहा है?

उत्तर - सांझी सेहत एक लक्षित परियोजना के रूप में कार्यरत है। इसमें प्रौढ़ एवं अनुभववात्मक सीख पर आधारित माड्यूल तैयार किए हैं। सबकी प्रतिभागिता से बेहतर परिणाम प्राप्त हो रहे हैं और समुदाय की महिलाएं इससे जुड़ रही हैं। समुदाय स्वास्थ्य, स्वच्छता और पोषण के प्रति संवेदनशील है। अब जरूरत इस बात की है कि वे जानें किस तरह समुदाय को स्वस्थ और निरोगी बना सकें।

दूसरा, समुदाय के स्रोत व्यक्तियों ने जो कि समुदाय से ही चुने गए हैं, समुदाय के लोगों और परियोजना अधिकारियों के बीच बेहतर तालमेल बनाया है। वे समुदाय को स्वास्थ्य, स्वच्छता और पोषण के प्रति जागरूक कर रहे हैं और प्रयास कर रहे हैं कि

परियोजना के बाद भी लोगों में इन मुद्दों के प्रति जागरूकता बनी रहे।

प्रश्न- इस परियोजना की अब तक की क्या उपलब्धियां रहीं?

उत्तर - सांझी सेहत ने कुछ उल्लेखनीय उपलब्धियां हासिल की। इनमें प्रमुख हैं- माननीय मंत्री श्री गोपाल भार्गव का उल्लेखनीय सहयोग, अतिरिक्त प्रमुख सचिव श्रीमती अरुणा शर्मा की सांझी सेहत में महत्वपूर्ण भूमिका और एमपीटास्ट का तकनीकी सहयोग।

अंतर्विभागीय समन्वय से परियोजना का क्रियान्वयन बेहतर रूप में हो सका। इनमें राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, एकीकृत बाल विकास सेवा, जन स्वास्थ्य एवं अभियांत्रिकी विभाग, मध्याह्न भोजन, स्वच्छ भारत मिशन तथा राज्य, जिला तथा ग्राम स्तर की अन्य संस्थाओं का सहयोग महत्वपूर्ण है।

ग्राम स्तर की सक्रिय महिला कार्यकर्ताओं जैसे आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, आशा तथा एएनएम की सांझी सेहत के उद्देश्यों को आगे बढ़ाने में व समुदाय में स्वास्थ्य सेवाओं की मांग पैदा करने में महती भूमिका



श्री बेलवाल जी पन्ना में सांझी सेहत परियोजना के शुभारंभ अवसर पर संबोधित करते हुए।

रही। इन सदस्यों ने ग्राम बैठकों में स्व सहायता समूह की सदस्यों व समुदाय की अन्य महिलाओं को सभी शासकीय योजनाओं की जानकारी प्रदान कर सजग किया।

सांझी सेहत के प्रति समुदाय की प्रतिबद्धता बैठकों के दौरान नजर आई। स्व सहायता समूह की सदस्य तथा अन्य महिलाएं न सिर्फ बड़ी संख्या में बैठक में आई बल्कि उन्होंने सत्रों को स्थानीय भाषा में समझकर अन्य महिलाओं को समझाया।

प्रश्न- स्वच्छ भारत मिशन में शौचालय निर्माण हेतु आपका क्या सहयोग रहा?

उत्तर - राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन के अंतर्गत आनेवाले स्व सहायता समूह ग्राम में शौचालय निर्माण करवा रहे हैं। राज्य स्तर से प्राप्त राशि सीधे लाभार्थी को हस्तांतरित की जाती है। डिंडौरी में काम शुरू हो चुका है। चूंकि राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन महिलाओं के लिए काम करता है तो उनकी जरूरतों प्रति संवेदनशील भी है। उनकी जरूरतों को ध्यान में रखते हुए शौचालय के आकार में कुछ

बदलाव किए गए। चौकोर के स्थान पर एल आकार रखा गया और स्नान हेतु जगह दी गई। परिवार में हाथ धोने की आदत विकसित करने के लिए वाश बेसिन भी बनाया गया है। अंदर की दीवारों पर टाइल्स लगी है। इस तरह के शौचालय समुदाय में पसंद किए जा रहे हैं और हमें जानकारी मिली है कि सभी इनका उपयोग भी कर रहे हैं। यही नहीं ग्राम में शौचालयों के उपयोग की शपथ ली जा रही है ताकि खुले में शौच से मुक्ति मिले।

प्रश्न- कार्य के दौरान किस तरह की चुनौतियों का सामना करना पड़ा?

उत्तर - चुनौतियां दो स्तरों पर थी। क्षेत्रीय स्तर पर मौसमी दिक्कतों ने क्रियान्वयन की गति को प्रभावित किया। बैठकों को महिलाओं की अनुपस्थिति की वजह से आगे बढ़ाना पड़ा। दूसरी चुनौती थी महिलाओं के साथ लिए जानेवाले सत्रों के पूरे 22 चक्रों को केवल 18 माह की अवधि में पूर्ण करना। समय की कमी एक बड़ी चुनौती रही।

प्रश्न- सांझी सेहत के पिछले 15 महीनों के सफर में आपका यादगार लम्हा?

उत्तर - यूं तो कई लम्हें यादगार हैं पर सबसे उत्साहजनक था सांझी सेहत का पत्रा जिले में 27 अगस्त को शुभारंभ का अवसर। उस दिन महिलाओं की करीब 2000 से भी अधिक की संख्या में उपस्थिति मुझे आज भी याद है। पूरे सभास्थल में महिलाएं गुलाबी और पीली साड़ियों में सजी थीं। सबका उत्साह चरम पर था और महिलाओं की लगन की कोई तुलना नहीं।

प्रश्न- सांझी सेहत के बाद क्या योजना है?



सांझी सेहत परियोजना के अंतर्गत निर्मित शौचालय।

उत्तर - सांझी सेहत को समुदाय के लोगों ने बाहे पसारकर स्वागत किया। अब स्वास्थ्य, स्वच्छता, पोषण के साथ आजीविका सेवाओं की मांग भी उठने लगी है। इस फलजला को देखते हुए हमने इसे छह और जिलों धार, झाबुआ, अलीराजपुर, मंडला, शहडोल और अनूपपुर में आरंभ करने का निर्णय लिया है। आगे चलकर हम प्रदेश के सभी 51 जिलों में इस तरह के काम लागत व स्थायित्ववाली आदर्श परियोजना लागू करना चाहते हैं ताकि सभी मुख्य धारा से जुड़ सकें। □

सबने मिलकर तय की मंज़िल... और रास्ता

‘सांझी सेहत - हमारी कहानियां’ कार्यक्रम की भोपाल में आयोजित स्टैकहोल्डर बैठक की संक्षिप्त रिपोर्ट

2 जून को भोपाल में ‘सांझी सेहत - हमारी कहानियां’ की शुरुआत एक दिवसीय कार्यक्रम से की गई। बैठक का आयोजन राज्य संसाधन केंद्र, इंदौर और एमपीटास्ट ने संयुक्त रूप से किया। बैठक में सांझी सेहत परियोजना से संबद्ध आठ जिलों के जिला व राज्यस्तरीय अधिकारियों के साथ स्वास्थ्य विभाग, एमपीटास्ट, राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन और स्वैच्छिक संस्था के प्रतिनिधि तथा स्वतंत्र पत्रकार मौजूद थे।

इस बैठक का आयोजन सांझी सेहत-हमारी कहानियां के साझेदारों से मिली कहानियों, जानकारियों व सुझावों को प्रसारित करने, अमल में

लाने तथा परियोजना के लिए जिलावार एक्शन प्लान तैयार करने के उद्देश्य से किया गया था।

शुरुआत में एसआरसी की निदेशक श्रीमती अंजली अग्रवाल ने सभी प्रतिभागियों का स्वागत करते हुए बैठक के उद्देश्यों पर प्रकाश डाला। मुख्य वक्ता टीम लीडर एमपीटास्ट डॉ. एस. कृष्णास्वामी ने उदाहरण देते हुए समझाया कि मानव



व्यवहार को समझना व दर्ज करना एक बेहद मुश्किल काम है क्योंकि कभी दो व्यक्ति एक

समान नहीं होते। दो लोग एक परिस्थिति को कभी एक तरह से नहीं संभाल सकते हैं। मनुष्य के व्यवहार को दो तरह से जाना जाता है- वैकल्पिक एवं व्यवहारिक। कहानियां बनाते समय इन बातों का ध्यान रखा जाना चाहिए।

एमपीटास्ट के कैपेसिटी बिल्डिंग विशेषज्ञ श्री एस.एम. बकार ने इस कार्यक्रम के बारे में विस्तार से बताते हुए कहा इस कार्यक्रम का मुख्य फोकस महिला एवं बच्चों का स्वास्थ्य, स्वच्छता, मासिकधर्म संबंधी स्वास्थ्य और शुचिता है।

राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन के स्टेट नोडल पर्सन श्री के सी शर्मा ने जानकारी दी कि किस तरह यह कार्यक्रम ग्रामीण समुदाय के जीवन में सकारात्मक बदलाव ला रहा है।

राज्य और जिला स्तरीय समूहों ने अपनी भूमिका व सहयोग को लेकर प्रेजेंटेशन प्रस्तुत किया। गतिविधियों की जिलावार योजना तैयार की गई और सभी आठ जिलों के प्रतिनिधियों द्वारा साझा की गई। अंत में सभी प्रतिभागियों और सहयोगियों के प्रति श्रीमती अंजली अग्रवाल द्वारा आभार प्रकट किया। □



मार्गदर्शिका निर्माण कार्यशाला

‘सांझी सेहत - हमारी कहानियां’ परियोजना के तहत एमपीटास्ट, भोपाल और राज्य संसाधन केन्द्र, इंदौर द्वारा एक संयुक्त कार्यशाला का आयोजन 10 से 12 जून को राज्य संसाधन केन्द्र, इंदौर में किया गया। कार्यशाला का उद्देश्य सहजकर्ताओं हेतु एक ऐसी मार्गदर्शिका निर्माण

इस कार्यशाला में विभिन्न क्षेत्रों के विषय विशेषज्ञों ने अभिलेखन, अपेक्षित सूचकांक, सफलता की कहानी व समाचार लेखन, सहजकरण कौशल, दीवार अखबार निर्माण आदि विषयों पर मार्गदर्शिका हेतु सत्र निर्मित किए।

करना था, जिसके माध्यम से वे समुदाय के व्यवहारगत परिवर्तनों को हमारी कहानियां की गतिविधियों हेतु अभिलेख के रूप में प्रस्तुत कर सकें।

कार्यशाला की शुरुआत में राज्य संसाधन केन्द्र, इंदौर की निदेशक अंजली अग्रवाल ने सभी प्रतिभागियों का स्वागत किया और कार्यशाला के उद्देश्यों से अवगत कराया।

एमपीटास्ट, भोपाल की विशेषज्ञ सुपर्णा सरकार ने सांझी सेहत परियोजना का परिचय देते हुए कहा- यह योजना 8 जिलों में क्रियान्वित हो रही है। जिसमें 5 जिले राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन एवं 3 स्वैच्छिक संस्थाओं द्वारा संचालित किए जा

रहे हैं। इन जिलों का चयन इसलिए किया गया है क्योंकि इन जिलों में मातृ एवं शिशु मृत्यु दर की स्थिति बदतर है। जिला समन्वयक, बड़वानी के श्री यतेन्द्र गुप्ता ने जमीनी स्तर पर सहभागी सीख, रणनीति, क्रियान्वयन एवं मासिक बैठकों के क्रियान्वयन पर प्रकाश डाला।

स्रोत व्यक्ति के रूप में डा. स्मिता तिवारी, राजेन्द्र बंधु, शबनम



वर्मा, दीपाली वर्मा, अखिल दुबे, मनोज लिमये, सीमा व्यास, सरिता टकरी, रोहित साहूकार तथा प्रियंका दुबे ने मार्गदर्शिका निर्माण का कार्य किया। □

गंदगी अब और नहीं

खैरी ग्राम में आयोजित सातवीं बैठक में अस्वच्छता को लेकर सभी ने चिंता व्यक्त की। अस्वच्छता को ही अस्वस्थता का बड़ा कारण माना गया। संकल्प लिया गया कि सभी अपने आसपास सफाई रखने में कोई कसर नहीं छोड़ेंगे। 2 अक्टूबर, 2014 को गांव की महिलाएं ग्राम सभा में उपस्थित हुईं। शौचालय निर्माण की मांग की। पीने के शुद्ध पानी के लिए नल-जल योजना मंजूर कराने का प्रस्ताव ग्राम सभा में अनुमोदित कराया। महिलाओं के साथ ही उपस्थित ग्रामीणों ने भी सफाई अभियान की शुरुआत की। सफाई अभियान में सभी ने बढ़-चढ़कर भाग लिया और आगे भी अपने गांव को स्वच्छ रखने का संकल्प लिया। □



मुनिया के परिवार में आई खुशहाली

38 वर्ष की मुनियाबाई खोडेरा गांव में रहने वाली आदिवासी है। मुनिया के पति का स्वर्गवास 15-16 वर्ष पहले हो चुका है। मुनिया का एक लड़का और एक लड़की थे। उसके पति की मौत के पांच वर्ष बाद लड़की राधा का स्वर्गवास हो गया। समाज के दबाव और जल्दी बहू लाने की चाहत में मुनिया ने अपने बेटे चंद्रभान की शादी तब कर दी जब वह 10वीं कक्षा में ही पढ़ रहा था। बहू आशा जब पहली बार गर्भवती हुई उनका पहला बच्चा घर पर ही हुआ। तब आशा व उसकी सास मुनिया न तो संस्थागत प्रसव और न ही उसके लाभों के बारे में जानती थीं। लेकिन जब आदिवासी बस्ती में सांझी सेहत परियोजना की बैठकों की शुरुआत हुई तो उसमें घोड़े के खेल से सरकार और समुदाय के बीच के रिश्तों को जाना। इसी प्रकार बैठक क्रमांक 2, 3, 4, 5 और 6 में कहानी के माध्यम से सीखा कि बच्चे का जन्म अस्पताल में करवाना बड़ा सुरक्षित होता है। मुनिया ने कुशल सास की भूमिका सही तरीके से निभाते हुए बहू आशा का प्रसव अस्पताल में कराया। मां का गाढ़ा पीला दूध शिशु को दिया और अब मां लगातार बच्चे को अपना दूध दे रही है। सास मुनिया बहू और पोते का बहुत ध्यान रखती है। मुनिया और आशा को देख अब पड़ोसी भी कहने लगे हैं कि हमें भी सांझी सेहत बैठकों में जाना है। □

रायसेन

ग्राम की महिलाएं बेहतर स्वास्थ्य की ओर अग्रसर

माह मई-जून 2015 में जिला रायसेन विकास खंड सिलवानी के 85 गांवों में सांझी सेहत परियोजनांतगत सामुदायिक बैठकों का आयोजन किया गया। इन सामुदायिक बैठकों का उद्देश्य समुदाय को पिछले 8 महीनों में की गई 1190 बैठकों में सहभागी सीख प्रक्रिया के माध्यम से महिलाओं एवं बच्चों के स्वास्थ्य तथा उनके दैनिक व्यवहार में आए सकारात्मक परिवर्तन से पूरे समुदाय को अवगत कराना था। इन बैठकों में महिलाओं द्वारा पूरे समुदाय



सहित क्षेत्रीय सेवादाताओं, जनप्रतिनिधियों एवं संबंधित विभागों के अधिकारियों /कर्मचारियों को आमंत्रित किया गया। जिसमें महिलाओं, किशोरी बालक बालिकाओं द्वारा 1 से 10 बैठकों से

आए बदलावों का प्रस्तुतीकरण किया। जिसे फ्लैक्स, मौखिक, कहानी, नाटक के रूप में खेल, नृत्य आदि के माध्यम से बताया गया। इन बैठकों में 5660 महिलाएं एवं 2733 पुरुषों सहित किशोरी बालक-बालिकाएं, जनपद पंचायत सीइओ सिलवानी, महिला बाल विकास विभाग से बाल विकास सेवा अधिकारी, पर्यवेक्षक, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र सिलवानी से खण्ड चिकित्सा अधिकारी, खण्ड कार्यक्रम अधिकारी एनआरएचएम, एफडी एन आर सी, संरंपंच, पंच, रोजगार सहायक, सचिव स्वच्छता दूत, स्कूल शिक्षक व क्षेत्रीय सेवादाता, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, आशा कार्यकर्ता, ए एन एम, एम पी डब्ल्यू आदि की उपस्थिति एवं सहयोग रहा। □

आंगनवाड़ी कार्यकर्ता का आत्मविश्वास बढ़ा

ग्राम भिलौनी सिलवानी मुख्यालय से 13 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। यहाँ ज्यादातर आदिवासी परिवार निवास करते हैं। जब से सांझी सेहत परियोजना का काम शुरू हुआ है, तब से आंगनवाड़ी कार्यकर्ता उमा देवी विशेष सहयोग दे रही हैं। चाहे वह क्लस्टर निर्माण की बात हो या फिर मीटिंग की। जब से सहज कार्यकर्ता रूपवती यादव ने वृद्धि चार्ट को भरना सिखाया है तब से सहजकर्ता और आंगनवाड़ी कार्यकर्ता के बीच गहरा तालमेल हो गया है। परियोजना की बैठक से



समुदाय की महिलाओं को स्वास्थ्य, पोषण आहार, स्वच्छता के बारे में काफी जानकारी मिली है। जिसके कारण महिलाओं में टीकाकरण, हर मंगलवार आंगनवाड़ी आकर पूरक पोषण लेने के प्रति जागरूकता बढ़ी

है। समुदाय की लक्षित महिलाएं भी हर एक बैठक में आती हैं। जो बैठकों में नहीं आ पाती वे उमा देवी से चर्चा करके पूछ लेती हैं। इससे आंगनवाड़ी कार्यकर्ता का आत्मविश्वास भी बढ़ा है। उमा देवी सांझी सेहत परियोजना को धन्यवाद देती है और कहती है कि मेरे गांव में यह परियोजना निरंतर चलती रहे ताकि मुझे अपने काम में सहयोग मिलता रहे और हम मिलजुलकर काम करें। □

सेहतमंद बच्चे को जन्म दिया

रजनी वंशकार पति राजू वंशकार के साथ गांव मालपीथा में रहती है। रजनी का छह माह का एक बच्चा है। गर्भावस्था में चार जांचों, टीटी के टीके और खानपान के बारे में उसे कोई जानकारी पहले नहीं थी। गांव में सांझी सेहत की बैठक संख्या तीन, चार में रजनी को पता चला कि बच्चों का ध्यान किस प्रकार रखा जाना चाहिए और उन्हें कुपोषण से कैसे बचा सकते हैं। वह कहती है, पहले हम अस्पताल जाने से और जांच



कराने से बहुत डरते थे लेकिन सांझी सेहत की दीदी ने मुझे पांचवीं बैठक में समझाया तो बहुत सी बातें मालूम पड़ी जिनके बारे में पहले पता नहीं था। इसके बाद हमने गर्भावस्था में टीका लगवाया, जांचें करवाई

और प्रसव अस्पताल में करवाया। जन्म के तुरंत बाद एक घंटे के भीतर अपने नवजात को स्तनपान करवाया और अभी टीका भी लगवा रहे हैं और केवल स्तनपान करवा रहे हैं। सातवीं, आठवीं बैठक में स्वच्छता की जानकारी मिली जिसके बाद हमारा परिवार साबुन से हाथ धोने लगा है। अब हम पानी ढंककर रख रहे हैं और डंडीवाला लोटा भी इस्तेमाल कर रहे हैं। रजनी का पति फसल आने के बाद शौचालय बनवाने के लिए भी तैयार हो गया है। □

मैं रामसखी केवट बोल रही हूँ

नमस्कार। मेरा नाम रामसखी केवट है। मैं अपने पति प्रमोद केवट के साथ रानीपुरा गांव में रहती हूँ। मेरे पति खेती बाड़ी का काम करते हैं। जब मेरी शादी हुई थी तब हमें जानकारी नहीं थी कि गर्भावस्था में कितनी जांचें और टीका लगते हैं और किस प्रकार खानपान पर ध्यान देना चाहिए। हमें अस्पताल से बहुत डर लगता था और हमारे परिवार में जो देवरानी जेठानी हैं, उन्होंने भी कोई जांच नहीं करवाई थी व टीके नहीं लगवाए थे। भाग्य



से जब मैं गर्भवती हुई तभी सांझी सेहत परियोजना की दीदी ने बैठकें शुरू की और हमें बुलाने आईं तो हम बैठकों में गए। हमें तीसरी, चौथी और पांचवीं बैठकों से जानकारी हुई कि हम बच्चे

को कुपोषण से कैसे बचा सकते हैं। इसके साथ ही गर्भवती महिला को आंगनवाड़ी में नाम लिखवाना चाहिए और समय-समय पर टीके लगवाना व जांचें भी करवानी चाहिए। हमें पता चला कि बीमारियों की पहचान कैसे की जाए और इनसे कैसे बचा जाए? हमने प्रण किया कि हम अपनी जांचें करवाएंगे, टीका लगवाएंगे और अपने बच्चे का प्रसव अस्पताल में कराएंगे। फिर तुरंत स्तनपान भी कराएंगे जिससे हम और हमारा बच्चा स्वस्थ रहे। और हमने यही सब किया भी। □

बड़वानी

सांझी सेहत परियोजना का शुभारंभ

दिनांक 06-12-2014 को विकासखंड राजपुर अंतर्गत आयोजित अंत्योदय मेले शुभारंभ के दौरान राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन के जिला परियोजना अधिकारी, खरगोन-बड़वानी क्षेत्र के माननीय सांसद महोदय श्री सुभाष पटेल जिला पंचायत अध्यक्ष श्री अंतरसिंहजी पटेल द्वारा सांझी सेहत परियोजना का जिला स्तरीय शुभारंभ किया गया। श्री महेन्द्र व्यास द्वारा सांझी सेहत परियोजना के बारे में विस्तृत जानकारी व उद्देश्य के बारे में बताते हुए



कहा कि यह परियोजना महिलाओं व बच्चों के स्वास्थ्य, पोषण व स्वच्छता के मानकों में सुधार लाने हेतु जिला बड़वानी अंतर्गत राजपुर विकासखंड के 98 ग्रामों में संचालित की जा रही हैं, जिसमें सहभागी सीख एवं कार्यवाही आधारित प्रणाली के माध्यम से विभिन्न बैठक कर

समुदाय के बीच स्वास्थ्य, पोषण एवं स्वच्छता सम्बन्धी योजनाओं से जुड़ी जानकारियां व उन्हे प्राप्त करने के तरीके सुझाये जाते हैं। कार्यक्रम में सांझी सेहत परियोजना के बारे में सभी को अवगत कराया गया। इस कार्यक्रम में कलेक्टर महोदय श्री रविन्द्र सिंह, जिला पंचायत मुख्य कार्यपालन अधिकारी श्री मालसिंह भयडीया, सांझी सेहत भोपाल से श्री प्रदीप दीक्षित व श्री राम कृष्ण यादव, एम.पी. टास्ट से श्री आशीष पुरोहित, सांझी सेहत जिला समन्वयक यत्नेन्द्र गुप्ता व सहजकर्ताओं की टीम सहित स्व सहायता समूहों की महिलाएं व ग्रामीण जनों ने सहभागिता की। □

पोषण की ओर बढ़ते कदम

ग्राम लिम्बई निवासी मंजूबाई पति कमल के 4 बच्चे हैं, छोटी बच्ची महज 3 माह की थी तथा काफी कमजोर थी जिस कारण बच्ची बार-बार बीमार पड़ने लगी थी। मंजूबाई की आर्थिक स्थिति भी ठीक नहीं होने के कारण वह बच्ची के जन्म से ही काफी परेशान थी। उसी दौरान ग्राम लिम्बई में सांझी सेहत परियोजना के तहत बैठकों का दौर शुरू हुआ तथा वह प्रथम बैठक से ही आने लगी थी। सांझी सेहत परियोजना की बैठक 3 में कुपोषण के चक्र पर समुदाय में विस्तार से चर्चा की जा रही थी तब मंजूबाई भी बारी बारी से प्रश्न कर रही थी। सांझी सेहत परियोजना की बैठक नंबर 4 में वृद्धि चार्ट रंगों के माध्यम से कुपोषण की पहचान व अपने बच्चे की आयु के अनुसार वजन वृद्धि आदि पर चर्चा की गई तथा मंजूबाई के बच्चे का वजन लिया गया तो उसका वजन 2.5 कि.ग्र. पाया गया तथा रंगों के माध्यम से देखा गया तो वह लाल रंग में आया। तब मंजूबाई को लगा की वह भी अपनी बालिका का नियमित वजन कराएंगी तथा लड़का व लड़की में भेद नहीं मानेंगी और वह अपनी बालिका को लेकर पोषण पुर्नवास केन्द्र गई। आज मंजूबाई की बालिका स्वस्थ है और मंजूबाई नियमित सांझी सेहत की बैठकों में आने लगी है एवं अपने गांव व मोहल्ले की अन्य महिलाओं को भी बैठक में अपने साथ लाती है। □



दादी की गोद में स्वस्थ बालिका

खुले में शौच से मुक्त हुई कमला



कमला और उसका पति जानकी शौचालय का निर्माण करते हुए।

कमला और उसके पारिवार के सभी सदस्यों को बचपन से ही खुले में शौच की आदत थी। उन्होंने कभी खुले में शौच से होने वाले नुकसान के बारे में विचार ही नहीं किया था। किन्तु सांझी सेहत की बैठक में हुई चर्चा के बाद कमला को महसूस हुआ कि खुले में शौच स्वच्छता और स्वास्थ्य के लिए बहुत ही नुकसानदायक है। अतः कमला ने अपने घर शौचालय बनाने का संकल्प लिया।

मध्यप्रदेश के टीकमगढ़ जिले के बलदेवगढ़ विकासखण्ड के ग्राम राजनगर में रहने वाली 36 वर्षीय कमला के परिवार में 3 बच्चे और पति सहित पांच सदस्य हैं। उनके परिवार में मात्र एक विस्वा कृषि भूमि है, जो परिवार की आजीविका के लिए पर्याप्त नहीं है। अतः कमला और उसके पति जानकी कुशवाहा को परिवार के भरण-पोषण के लिए मजदूरी करनी पड़ती है। कमला अपने बच्चों की शिक्षा के प्रति संवेदनशील हैं। वह अपने बच्चों को नियमित स्कूल भेजती हैं।

कमला एवं उनके पति जानकी से जब स्वच्छ शौचालय के बारे में सहजकर्ता द्वारा बातचीत की गई तो उन्होंने बताया कि 'परिवार में सभी सदस्यों को हमेशा से खुले में शौच जाने की आदत सी बन गई, जिसके कारण कई समस्याओं का सामना करना



कमला शौचालय के निर्माण हेतु सामग्री ले जाते हुए।

पड़ता था। जब भी शौच के लिया जाना पड़ता था तो अंधेरा होने का इंतजार करना पड़ता था, जो

सुरक्षा की दृष्टि से ठीक नहीं था 'सांझी सेहत के सहजकर्ता ने बैठकों में एवं घर-घर सम्पर्क कर लोगों को स्वच्छता एवं साफ-सफाई के बारे में जानकारी दी एवं खुले में शौच से होने वाले खतरे के बारे में बताया तो उन्हें महसूस हुआ कि उनके घर जरूर शौचालय होना चाहिए।

इसी सोच के साथ कमला और उनके पति जानकी प्रसाद ने अपने घर में शौचालय बनवाने का फैसला लिया। इसके लिए स्वयं मेहनत करके सामग्री इकट्ठी की गई। इस तरह जानकी एवं उनकी पत्नी कमला ने मिलकर शौचालय निर्माण कार्य शुरू किया। उनकी मेहनत से एक सप्ताह के अन्दर बढ़िया शौचालय बनकर तैयार हो गया। साथ ही उन्होंने एक हैण्डवाश यूनिट भी बनाई।

कमला एवं जानकी बताते हैं कि 'हमारा शौचालय बन गया है तथा परिवार के सभी सदस्य उसका उपयोग करते हैं। साथ ही हैण्डवाश यूनिट में अच्छी तरह साबुन से हाथ धोते हैं।' अब जानकी के परिवार को शौच के लिए रात के समय में घर से बाहर जाने की जरूरत नहीं होती है घर के अन्दर ही शौचालयकी सुविधा है। इस तरह जानकी का परिवार अब खुले में शौच से मुक्त होकर गंदगी तथा बीमारियों से मुक्त हो गया है। □

भ्रम टूटा तो सुधरी सेहत



किशोरियां आयरन की गोलियां लेते हुए।

मध्यप्रदेश के श्योपुर जिले के कराहल ब्लॉक में स्थित आदिवासी बहुल गांव सिलपुरी में ज्यादातर महिलाएं और किशोरियों के शरीर में खून की कमी थीं। आंगवाड़ी कार्यकर्ता और उपस्वास्थ्य केंद्र की नर्स के अनुसार गांव की करीब आधी युवतियां एवं महिलाएं खून की कमी से पीड़ित थी, जिसे एनिमिया कहा जाता है।

गांव में सांझी सेहत के अंतर्गत प्रारंभ हुई बैठकों के दौरान सहजकर्ता ने सबसे पहले एनिमिया के कारणों का पता लगाने का प्रयास किया? उन्होंने आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, नर्स (ए.एन.एम.) तथा महिलाओं से बातचीत की। इससे पता चला कि यहां लोगों में संतुलित खानपान की आदत का अभाव है। लोगों के खाने में सिर्फ आलू और दाल ही ज्यादा

होते हैं। हरी सब्जियां, गाजर, टमाटर, दूध एवं फलों का उपयोग लोग नहीं करते। दूसरा एक बड़ा कारण आंगनवाड़ी तथा ए.एन.एम. से मिलने वाली आयरन की गोलियां भी यहां की युवतियां नहीं खाती थी। कई युवतियां तो आयरन की गोलियां लेती भी नहीं थीं और जो ले लेती थीं वे उसे खाने के बजाय फेंक देती थी। उनका मानना था कि आयरन की गोली से चक्कर आते हैं और घबराहट होती है।

इस तरह खानपान की परंपरागत आदत और आयरन की गोली के बारे में व्यास भ्रम के कारण सिलपुरी गांव की महिलाएं में खून की कमी हो रही थी और वे शारीरिक रूप से कमजोर होती जा रही थीं। सांझी सेहत के लिए यहां महिलाओं की सेहत को बेहतर बनाना एक चुनौती थी। इसके लिए सबसे

पहले खानपान की आदत को बेहतर बनाना और आयरन की गोलियों के प्रति फैले भ्रम को दूर करना जरूरी था।

यहां कार्यक्रम की शुरुआत के समय सबसे पहले सांझी सेहत की सीआरपी द्वारा घर-घर जाकर महिलाओं को बैठक में आमंत्रित किया गया। उन्हें बताया गया कि बैठक में महिलाओं के स्वास्थ्य, पोषण तथा स्वच्छता के बारे में इसमें नई-नई जानकारी दी जाएगी। इस तरह सिलपुरी गांव में सांझी सेहत की बैठकों की शुरुआत हुई।

सांझी सेहत की 3 री बैठक में महिलाओं के खानपान और स्वास्थ्य को लेकर विशेष चर्चा हुई। बैठक में उपस्थित महिलाओं और युवतियां से पूछा किया कि 'आप आयरन की गोलियां क्यों नहीं खाती?' उनका जवाब था कि 'इससे चक्कर आते हैं और घबराहट होती है।' सहजकर्ता ने बताया कि 'आयरन की गोलियों से ऐसा कुछ नहीं होता है। यह सिर्फ हमारे मन का भ्रम है।' यह चर्चा करते हुए सीआरपी ने सबके सामने खुद आयरन की गोलियां खाईं और यह साबित किया इससे न तो चक्कर आते हैं और न ही घबराहट होती है। यह देखकर महिलाओं और युवतियों को अहसास हुआ कि वास्तव में आयरन की गोलियों के प्रति हम भ्रम में थी। इसके बाद सीआरपी ने बताया कि विभिन्न कारणों से महिलाओं और युवतियों के शरीर में खून की कमी हो जाती है। यदि हम नियमित रूप से हरी सब्जियां और खूब सलाद जैसे गाजर, टमाटर, मूली आदि खाएं तो शरीर में खून की कमी नहीं होगी। यदि हमारे शरीर में खून की कमी है तो हमें बीमारियां भी बार-बार होने लगती हैं और बीमारियां को ठीक होने में भी बहुत समय लगता है तथा शरीर को भी कष्ट होता। आज जबकि हमारे शरीर में खून की बहुत कमी है तो उसकी पूर्ति करने के लिए आयरन की गोलियां खाना बहुत जरूरी है। साथ ही खानपान में सब्जियां, दाल और सलाद का भी उपयोग करें।

बैठक में हुई इस चर्चा का असर यहां की महिलाओं और युवतियां में देखा जा सकता है। बैठक के बाद एनिमिया से पीड़ित गांव की 13 युवतियों ने आयरन की गोलियां खाना शुरू कर दिया। साथ ही उन्होंने अपने भोजन में नियमित रूप से हरी सब्जियां और सलाद को शामिल कर लिया। इसका नतीजा यह हुआ कि आज इन युवतियों में खून की कमी दूर हो रही है। इस तरह आयरन की गोली के प्रति महिलाओं में व्यास भ्रम टूटने से 12 महिलाओं की सेहत में सुधार आने लगा। □



आयरन की गोली सेवन करते किशोरी।



सांझी सेहत परियोजना के राज्य स्तरीय शुभारंभ एवं परिचर्चा के अवसर पर उपस्थित अधिकारीगण।



सांझी सेहत हमारी कहानियां के अंतर्गत समुदाय की महिलाओं के साथ जिला समन्वयक दीवार अखबार का निर्माण करते हुए।



सांझी सेहत की पहली बैठक के दौरान सहभागी सीख प्रक्रिया में महिलाएं घोड़े का खेल खेलते हुए।



डी.एफ.आई.डी. की सुश्री सुनीता रंगराजन, एफ.एच. आई. 360 की सुश्री सुमिता तनेजा एवं एमपीटास्ट की सुश्री रचना सिंह महिलाओं से बैठक की समीक्षा करते हुए।



कार्यकर्ता सफलता की कहानियां ग्रामजनों को सुनाकर उन्हें स्वच्छता, स्वास्थ्य एवं पोषण के प्रति प्रेरित करते हुए।



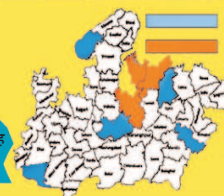
सांझी सेहत परियोजना से प्रेरित होकर सामुदायिक बैठकों में महिलाओं की संख्या निरंतर बढ़ती ही जा रही है।

अगर आप भी अपने जिले की 'सांझी सेहत हमारी कहानियां' के अंतर्गत अपनी कहानियां हमारे साथ साझा करना चाहते हैं तो हमें इस पते पर ईमेल करें -

email : sanjhivartamp@gmail.com

सांझी सेहत की पहुंच

- ◆ 08 जिले
- ◆ 14 विकासखण्ड
- ◆ 1034 गांव
- ◆ 7597 स्वयं सहायता समूह
- ◆ 174590 परिवार



सांझी सेहत की बैठकों में सहभागी सीख एवं कार्यवाही चक्र के परिणाम स्वरूप

45959

शौचालयों की मांग की गई

विभिन्न जिलों के द्वारा
23439
मांगे स्वीकृत की गई

3239
शौचालयों का निर्माण कार्य जारी है।

6390
शौचालय निर्मित हो चुके हैं।

सांझी सेहत के सूचकांक

- ◆ संस्थागत प्रसव
- ◆ स्तनपान
- ◆ पूरक आहार
- ◆ 2 से 6 साल तक के बच्चों में कुपोषण की रोकथाम
- ◆ गृह प्रसव की स्थिति में गृह भेंट
- ◆ शौचालयों का निर्माण तथा उपयोग
- ◆ हाथ धोना
- ◆ मध्याह्न भोजन
- ◆ सेनेटरी नेपकिन का उपयोग



सांझी सेहत परियोजना में समुदाय की महिलाएं हाथ धोने की प्रक्रिया सीखते हुए।



डीएफआईडी और राज्य ग्रामीण आजीविका मिशन द्वारा एमपीटास्ट के लिए राज्य संसाधन केन्द्र, इंदौर द्वारा निर्मित

ऑनलाईन न्यूज़लेटर www.srcindore.com एवं www.sanjhisehat.org पर पढ़ सकते हैं।

मार्गदर्शन - रचना सिंह, सुपर्णा सरकार, अंजली अग्रवाल, संपादन- सुषमा दुबे सहयोग- निलेश शिंदे