

मॉड्यूल 16 : नवजात शिशु की देखभाल में अंतिम कदम

सत्र 5 : स्वास्थ्य के विषय पर वार्ता का आयोजन करना

दिवस : 2

समयावधि : 1 घं. 20 मि.

प्रयोजन

गाँव में 6 महीने में एक बार गर्भवती महिलाओं के लिए स्वास्थ्य के विषय पर वार्ता का आयोजन करने में आशाओं की मदद करना। आशा इस कार्यक्रम में सुपरवाइजर की मदद करेगी।

उद्देश्य

सत्र के अंत में आशाओं में निम्न योग्यता आएँगी:

1. समुदाय की गर्भवती महिलाओं के लिए स्वास्थ्य शिक्षा के विषय में वार्ताओं का आयोजन करना।

सामग्री

- वार्ता के दौरान दिखाने के लिए विडिओ सीडी (नन्ही सी जान – हिन्दी)
- विडिओ सीडी प्लेयर, टी.वी. जनरेटर (यदि गाँव में बिजली नहीं है), टी.वी. रखने के लिए मेज
- स्वास्थ्य शिक्षा चित्र पुस्तिका के 1-2 सेट (यदि समय पर विडिओ सिस्टम ने काम नहीं किया तो)
- हाथ धोने के लिये चीनी मिट्टी का कटोरा
- साबुन और पानी
- गुड़िया
- गर्म थैली
- बैग और मास्क
- बिल्टा पम्प
- कम्बल
- अभ्यासपत्र 1: स्वास्थ्य के विषय में वार्ताओं का आयोजन करने के लिए स्थानिक जानकारी

तैयारी

- उपर दी गई सारी सामग्री तैयार रखें।
- यदि विडिओ सीडी प्लेयर, टी.वी. और जनरेटर का प्रयोग करना है, तो सारा सामान इकट्ठा कर लें और देखें की वह काम कर रहा है।

प्रशिक्षण विधि

प्रस्तुति एवं चर्चा (1 घंटा 10 मि.)

प्रशिक्षकों हेतु सुझाव :

1. बात करें कि आशा, और प्रशिक्षक स्वास्थ्य वार्ता के लिए तिथि कैसे निश्चित करेंगे। बताएँ कि मासिक दौरे के समय दोनों इसकी तिथि निश्चित करें। वे दोनों यह भी निश्चित करें कि बैठक में किस-किस विषय पर चर्चा की जाएगी और प्रत्येक की क्या-क्या जिम्मेदारियाँ होंगी।

2. आशाओं से पूछें कि वे यह कैसे निर्धारित करेंगी कि वार्ता के लिए किसको सूचित करना है। (गर्भवती महिलाओं के नामों की सूची वाला रजिस्टर देखें)।
3. गाँव के प्रमुख लोगों को सूचित करें (महिला मंडल, ए.एन.एम. (बहिन जी), दाई आदि) और ध्यान रखें कि चुने गए दिन पर सभी को आने में सुविधा हो।
4. गर्भवती महिलाएँ और उनके परिवार के सदस्य (जैसे माँ, सास आदि), जो पहले से कार्यक्रम में भाग लेना चाहते हों, उन्हें वार्ता के एक दिन पहले याद दिला दें।
5. बैठक के लिये ऐसा स्थान चुनें, जो सबके लिए सुविधाजनक हो; यदि विडिओ दिखाया जाना है तो आस-पास बिजली की व्यवस्था होनी चाहिए और विडिओ सीडी प्लेयर तथा टी.वी. रखने की सुविधा भी होनी आवश्यक है। आस-पास के 2-3 गाँव मिलकर ऐसी बैठक में भाग ले सकते हैं।
6. यह समझाएँ कि बैठक के दिन आशा क्या करें:
 - क. बैठक जहाँ होनी है, उसके आस-पास का क्षेत्र साफ हो।
 - ख. विडिओ सीडी और टी.वी. लगवा दें।
 - ग. सभी महिलाओं को बैठा दें।
 - घ. आशा सबका स्वागत करें और सुपरवाइजर से परिचय कराएँ।
 - च. बातचीत में निम्न का ध्यान रखें :
 - स्पष्ट, धीरे-धीरे और ऊँची आवाज में बोलें
 - सीधे खड़ी हों और श्रोताओं से नजरें मिलाकर बात कहें
 - मुस्कराएँ
 - प्रश्न पूछें और सभी को भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करें
 - कोई निर्णय / अपनी बात किसी पर थोपे नहीं; अन्य लोगों की बात भी ध्यान से सुनें
 - हानिकारक कुरीतियों को दूर करने के लिए कुछ उपाय बताएँ
 - छ. विडिओ सीडी चला दें। सीडी बन्द करने के लिए विडिओ के निर्देशों को मानें।
 - ज. आशा सुपरवाइजर की निम्न विषयों में चर्चा/प्रदर्शन में मदद करें :
 - प्रसव की तैयारी
 - हाथ धोना
 - शिशु को कंबल में लपेटना
 - गर्म थैली का प्रयोग
 - बिल्टा पम्प का प्रयोग
 - बैग और मास्क का प्रयोग
 - झ. विडिओ दिखाने के बाद, उसमें दिए विषयों पर चर्चा में सुपरवाइजर की सहायता करें।
 - ट. पूछें कि क्या किसी के कोई प्रश्न हैं ? धैर्य रखें। ऐसे अवसर पर ही महिलाएँ इकट्ठा होकर आपस में बातचीत और हँसी-मजाक करके कुछ सीख सकती हैं।
 - ठ. यदि विडिओ उपलब्ध नहीं है या बिजली नहीं है तो निम्न विषयों पर चर्चा करें :
 - आई.एफ.ए. गोलियों का महत्त्व
 - गर्भावस्था के दौरान आहार
 - गर्भावस्था के दौरान स्वास्थ्य समस्याएँ

- खतरे के लक्षण

- प्रसव की तैयारी

- जन्म के तुरंत बाद नवजात शिशु की देखभाल; स्तनपान, शिशु को गर्म रखना, देखना कि शिशु की साँस ठीक चल रही है (यदि उसका दम घुट रहा है, तो उसको ठीक करने का तरीका)

ड. किसी विषय पर पहले महिलाओं को अपने विचार व्यक्त करने का मौका दें। फिर उन्हीं की बातों से चर्चा को आगे बढ़ाएँ।

ढ. सहायता के लिये उपर्युक्त परामर्श कार्डों का प्रयोग किया जा सकता है। हालांकि बड़े समूह में प्रयोग करने के लिए कार्ड का आकार छोटा है।

7. सभी आशाओं को अभ्यासपत्र 1 बॉटें। अभ्यासपत्र के सारे बिंदु पढ़ लें। समझाएँ कि यह जानकारी आशाओं को गाँव में स्वास्थ्य के विषय में वार्ताओं का आयोजन करने में उपयुक्त होगी। जब सभी आशाओं को सारे बिंदु समझ जाएँ तो उन्हें, अपने गाँव के बारे में जो जानकारी हो उसके आधार पर स्वयं अभ्यासपत्र भरने के लिए 20 मिनट का समय दें। सारे अभ्यासपत्र इकट्ठा कर लें। किसी आशा को अभ्यासपत्र के किसी बिंदु के बारे में विशिष्ट समस्या हो तो उसे मदद करें।

सारांश : (10 मि.)

- आशा और सुपरवाइजर पहले से वार्ता की तारीख/विषय का आयोजन कर लें।
- समुदाय के प्रमुख लोगों और गर्भवती महिलाओं को पहले से इसकी सूचना दे दें और एक दिन पहले उन्हें इसकी याद दिला दें।
- ध्यान रखें कि बैठक के आस-पास का क्षेत्र साफ हो। देख ले कि सारे उपकरण जैसे विडिओ, टी.वी चल रहे हों।

सत्र का मूल्यांकन :

उद्देश्य	आंकलन विधि	परिणाम
समुदाय की गर्भवती महिलाओं के लिये स्वास्थ्य विषयों पर वार्ता का आयोजन	चर्चा	प्रशिक्षक द्वारा अहवाल तथा प्रत्येक आशा द्वारा भरा गया अभ्यासपत्र ।

शाम का सत्र:

शाम के सत्र में प्रशिक्षक सीडी दिखाएँ और समझाएँ कि कहाँ कहाँ रुकना है और कौनसी चर्चा या प्रदर्शन करना है। आशाओं को फिल्म के विषय-वस्तु की खुली चर्चा करने दें और कुछ प्रश्न हो तो पूछने दें।