অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক কার্যক্রমের প্রতিবেদন

সময়কাল: ডিসেম্বর ২০১২- ডিসেম্বর ২০১৩

The Hunger Project

নারীর ক্ষমতায়ন ইউনিট
দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-বাংলাদেশ

বিকশিত নারী নেটওয়ার্ক

দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-বাংলাদেশ সূচনালগ্ন থেকেই ক্ষুধা, আত্মনির্ভরশীল, সামাজিক ন্যায় ও নারী-পুরুষের সমতাভিত্তিক সমাজ প্রতিষ্ঠার প্রত্যয় নিয়ে তৃণমূল পর্যায়ে গণজাগরণ সৃষ্টির প্রয়াস চালিয়ে আসছে। সরকারের পাশাপাশি এ সংস্থা ২০১৫ সালের মধ্যে ক্ষুধা-দারিদ্র্যকে অর্ধেকে নামিয়ে আনা সংক্রান্ত সহস্রাব্দ উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা-এমডিজির লক্ষ্য বাস্তবায়নে অঙ্গীকারবদ্ধ। এ লক্ষ্য অর্জনে দি হাঙ্গার প্রজেক্ট অনেক আগে থেকেই কাজ করছে। ২০১২ সাল থেকে বিশেষভাবে এমডিজিকে ফোকাস করে সারাদেশ থেকে (২০১২-২০১৩ সালে) ১০৪টি ইউনিয়নকে বাছাই করে কার্যক্রম পরিচালনা শুরু করে। এ পরিসর বেড়ে বর্তমানে প্রায় দুই শ'টি ইউনিয়নে বিস্তৃত হয়েছে – যেখানে স্থানীয় সরকারের নেতৃত্বে গণজাগরণ সৃষ্টি ও সামাজিক আন্দোলন প্রক্রিয়ায় এমডিজির লক্ষ্যসমূহ বাস্তবায়নের মধ্য দিয়ে ক্ষুধামুক্ত ও আত্মনির্ভরশীল ইউনিয়ন গড়ে উঠবে। স্থানীয় দারিদ্র বিমোচনের সাথে সম্পর্কিত প্রথম সাতটি লক্ষ্য পূরণের উদ্দেশ্যে দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-এর বিকশিত নারীনেত্রীরা গত কয়েক বছর ধরে সামাজিক আন্দোলন গড়ে তোলার মাধ্যমে নিরলসভাবে কাজ করে যাচ্ছেন। তারা এমডিজির অন্যতম লক্ষ্য শিশুমৃত্যু হ্রাস ও মাতৃস্বাস্থ্য উন্নয়নের ওপর বিশেষ গুরুত্বারোপ করেছেন।

মা ও শিশুস্বাস্থ্য সমস্যা বাংলাদেশের একটি মারাত্বক জনস্বাস্থ্য সমস্যা। যদিও বিগত দশকে বাংলাদেশে শিশুমৃত্যুর হার সন্তোষজনকভাবে কমেছে, আজও এই মৃত্যুর হার বেশি। বর্তমানে শিশুমৃত্যুর (এক বছরের নিচে) হার প্রতি হাজারে ৪৩ জন (জীবিত জন্মে)। এসব মৃত্যুর মধ্যে শতকরা ৭৪ ভাগই দখল করে নিয়েছে নবজাতকের মৃত্যু। নবজাতকের মৃত্যুর হার প্রতি হাজার ৪২জন (জীবিত জন্মে)। প্রতি বছর বাংলাদেশে আনুমানিক ৩৮ লাখ শিশু জন্মগ্রহণ করে। এদের মধ্যে প্রায় এক লাখ পঞ্চাশ হাজার শিশু জন্মের পর প্রথম ২৮ দিনের মধ্যে মারা যায়। এসব মৃত্যুর সাথে যুক্ত হয় আরও এক লাখ শিশু যারা মায়ের জরায়ু থেকে মৃত অবস্থায় জন্মগ্রহণ করে। তাহলে বছরে মোট পেরিনেটাল (মৃত জন্ম ও প্রাথমিক নবজাতকের মৃত্যু) ও নবজাতকের মৃত্যুর সংখ্যা দাড়াঁচ্ছে দুই লাখ পঞ্চাশ। নবজাতকের স্বাস্থ্য তার মায়ের স্বাস্থ্যের ওপর নির্ভরশীল। বাংলাদেশে নবজাতকের স্বাস্থ্য সমস্যা তার জন্মের অনেক আগে থেকেই শুরু হয়। অপুষ্টির বংশ পরাম্পর চক্র নবজাতকের মা থেকেই শুরু হয়। মা নিজেই স্বল্প ওজন নিয়ে জন্মগ্রহণ করে দরিদ্র পরিবেশে অনাহারে, অসুস্থতায় ও অবহেলায় বেড়ে ওঠে। প্রথম ঋতুস্রাবের পরে তাকে বিয়ে দেওয়া হয় এবং সে গর্ভবতী হয়ে পড়ে। গর্ভবস্থায় তার রুগ্ন শরীর, রক্তশূণ্যতা ও ইনফেকশনের সাথে যুক্ত হয়ে তার অবস্থা আরও নাজুক করে তোলে। ফলশ্রুতিতে অপুষ্টি চক্রের পুনরাবৃত্তি ঘটে। স্বেচ্ছাকৃত গর্ভপাতের জটিলতা, এক্লাম্পশিয়া, প্রসবের আগে ও পরে রক্তক্ষরণ, গর্ভ সংক্রান্ত কারণে আমাদের দেশে প্রতি বছর আনুমানিক বিশ হাজার মহিলা/নারী মারা য়ায়। বাংলাদেশের এই চিত্র খুবই দুঃখজনক।
আমাদের দেশে শতকরা ৮০ ভাগেরও বেশি গর্ভবতী মা বাড়িতে তাদের সন্তান প্রসব করেন এবং এর শতকরা ৮০ ভাগই হয়ে থাকে অদক্ষ সাহায্যকারীর হাতে। যার ফলে বিপুল সংখ্যক মা ও নবজাতক মারা যায় প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত স্বাস্থ্যসেবীর পরিচর্যা না পেয়ে।
গর্ভজনিত কারণে মায়ের অকাল মৃত্যু, গর্ভস্থ শিশু ও নবজাতকের (জন্মের পা ২৮ দিনের মধ্যে) মৃত্যু রোধ করা যেতে পারে যদি দক্ষ স্বাস্থ্যকর্মীর মাধ্যমে স্বাস্থ্যসেবা প্রদান করা যায়। গর্ভকালীন যত্ন, ধনুষ্টাংকারের টিকাদান, নিরাপদ প্রসব নিশ্চিতকরণ, নবজাতকের জরুরি পরিচর্যা এবং জটিল সমস্যাগুলো সময়মতো রেফারের মাধ্যমে মা ও নবজাতক শিশুর মৃত্যু কমিয়ে আনা সম্ভব। (তথ্য সহায়িকা)

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টিবার্তা সহায়ক প্রশিক্ষক প্রশিক্ষণ: গত ১৭-১৮ ডিসেম্বর ২০১২ তারিখে পদক্ষেপ মানবিক উন্নয়ন কেন্দ্রে অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টিবার্তা বিষয়ক প্রশিক্ষণ অনুষ্ঠিত হয়। দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-বাংলাদেশ-এর আয়োজনে এবং হেলেন কেলার ইন্টারন্যাশনাল-এর সহযোগিতায় অনুষ্ঠিত এ প্রশিক্ষণে সহায়ক হিসেবে উপস্থিত ছিলেন সেভ দ্যা চিল্ড্রেন বাংলাদেশ-এর শরমিন সুলতানা এবং হেলেন কেলার ইন্টারন্যাশনাল-এর আসমা আক্তার। অংশগ্রহণকারী হিসেবে উপস্থিত ছিলেন দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-বাংলাদেশ-এর ১০টি আঞ্চলিক কার্যালয় থেকে আগত জেলা সমন্বয়কারী, ইউনিয়ন সমন্বয়কারী, বিকশিত নারী নেটওয়ার্ক-এর নারীনেত্রী। এছাড়া কেন্দ্রীয় কার্যালয়ের কর্মকর্তাসহ সর্বমোট ৫৪জন অংশগ্রহণ করেন। প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য ছিল প্রশিক্ষণ শেষে অংশগ্রহণকারীর অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যসম্মত কার্যক্রম সম্পর্কে কারিগরি জ্ঞান ও দক্ষতা অর্জন করবেন এবং একজন দক্ষ কর্মী হিসেবে মা ও শিশুর পুষ্টির উন্নয়নের লক্ষ্য অজর্ন সক্ষম হবেন। তাছাড়া সুনির্দিষ্ট উদ্দেশ্য ছিল– ১. শুধুমাত্র বুকের খাওয়ানো সম্পর্কে জানতে পারবেন। ২. শিশুদের বাড়তি খাবারের বিষয়ে জানতে পারবেন। ৩. নারীর পুষ্টি বিষয়ে জানতে পারবেন। ৪. অপুষ্টির সম্পর্কে জানতে পারবেন। ৫. নেগোসিয়েশন-এর দক্ষতা অর্জন করতে পারবেন, যা কমিউনিটিকে ইএনএ ও ইএইচএ সম্পর্কিত আদর্শ আচরণগুলো চর্চা করতে উদ্বুদ্ধ করবেন।

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি কার্যক্রম

- নারীর পুষ্টি উন্নয়ন।
- নারী ও শিশুদের রক্তস্বল্পতা রোধ ও নিয়ন্ত্রণ করার জন্য পর্যাপ্ত পরিমাণে আয়রণ ও ফলিক এসিডের ব্যবস্থা করা।
- বাড়ির সকল সদস্যের পর্যাপ্ত আয়োডিন গ্রহণ নিশ্চিত করা।
- শিশুর জন্মের প্রথম ছয় মাস পযর্ন্ত শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ানো নিশ্চিত করা।
- শিশুর ছয় মাস পূর্ণ হলে বাড়তি খাবার দেওয়া এবং সেই সাথে দুই বছর বয়স পযর্ন্ত বুকের দুধ খাওয়ানো চালিয়ে যাওয়া।

- অসুস্থ ও অসুস্থতা পরবর্তী শিশুদের জন্য যথাযথ খাদ্য ও পুষ্টিসেবা নিশ্চিত করা।
- নারী ও শিশুদের ভিটামিন-এর ঘাটতি রোধ করা।

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক আলোচনা ও সিদ্ধান্তঃ গত ৪-৫ মে ২০১৩ তারিখে দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-বাংলাদেশ-এর কেন্দ্রীয় কার্যালয়ে কর্মীসভা অনুষ্ঠিত হয়। সভায় অন্যান্য এজেন্ডার মধ্যে **অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা প্রশিক্ষণ (১০০০ দিন কর্মসূচি) বিষয়ক আলোচনা হয়। ১০০০ দিন ক্যাম্পেইন প্রোগ্রামটি (ENA-Essential Nutrition Action)** পরিচিতকরণের জন্য একটি অধিবেশন পরিচালনা করেন। আলোচনায় যে সব গুরুত্বপূর্ণ বিষয় উঠে আসে তা নিম্নরূপ:

- বর্তমানে উন্নয়নের একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হচ্ছে সবার জন্য পুষ্টি চাহিদা নিশ্চিত করা। বিশেষ করে গর্ভবতী মা, প্রসূতি মা এবং শিশুদের জন্য। তাই বিশ্বব্যাপী উন্নয়ন কার্যক্রমের অংশ হিসেবে ২০১০ সালে **Scaling up Nutrition (SUN) Movement** -টি পৃথিবীর বিভিন্ন দেশে শুরু হয়। যার অন্যতম একটি প্রোগ্রাম হলো **১০০০ দিন ক্যাম্পেইন কর্মসূচি।**
  দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-বাংলাদেশ **ফার্স্ট থাউজেন্ড ডেইজ ক্যাম্পেইন প্রোগ্রাম (১০০০ দিন)** টি মাঠ পর্যায়ে কীভাবে বাস্তবায়ন করবে তার কৌশলগত নানা বিষয় নিয়ে সভায় আলোচনা ও সিদ্ধান্ত নেওয়া হয়।

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা সহায়ক প্রশিক্ষণ বিষয়ে যে সকল সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা হয়েছে তা নিম্নরূপ;

- ❖ ২০১২ সালের এমডিজি ৮০টি ইউনিয়নের মধ্যে ৫০% অর্থাৎ ৪০টি ইউনিয়নে এবং প্রত্যেক অঞ্চলের ৫০% এমডিজি ইউনিয়নের নারীনেত্রীদের প্রশিক্ষণটি করানো। তাছাড়া পুরাতন জেলা পর্যায়ের ব্যাচের কোনো নারীনেত্রী সেই ইউনিয়নে থাকলে এবং সে আগ্রহী হলে সে অংশগ্রহণ করতে পারবে।
- ❖ প্রশিক্ষণ পরিচালনার জন্য একটি **প্রশিক্ষণ সহায়িকা** প্রস্তুত করা হয়েছে, যার একটি করে কপি প্রতিটি অঞ্চলের প্রতিনিধিদের কাছে প্রদান করা হয়েছে।
- ❖ প্রশিক্ষণটি পরিচালনাকারী দলে কমপক্ষে তিন জন সদস্য থাকবেন। আঞ্চলিক সমন্বয়কারী অথবা এলাকা সমন্বয়কারী যে কোনো একজন এবং সংশ্লিষ্ট ইউনিয়নের ইউনিয়ন সমন্বয়কারী ও প্রশিক্ষিত নারীনেত্রী একজন। এ ছাড়া প্রয়োজনে ঢাকাস্থ কেন্দ্রীয় কার্যালয় থেকেও প্রশিক্ষক হিসেবে উক্ত প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণ করবেন।
- ❖ প্রশিক্ষণে অংগ্রহণকারীর সংখ্যা হবে ১৮-২৫ জন, স্থান ও তারিখ নারীনেত্রীদের সাথে আলোচনা সাপেক্ষে, তবে প্রশিক্ষণের মেয়াদ দুই দিন।
- ❖ প্রত্যেকটি ওয়ার্ডের জন্য একটি করে **প্রিন্টেড ফ্লিপচার্ট** প্রদান করা হবে। নারীনেত্রীরা উঠান বৈঠক পরিচালনায় প্রিন্টেড ফ্লিপচার্টটি ব্যবহার করবেন।
- ❖ প্রশিক্ষণটি পরিচালনা ক্ষেত্রে পরিচালনাকারী দল যথাযথভাবে মূল্যায়ন করবেন।

উঠান বৈঠক কর্মসূচি বাস্তবায়ন বিষয়ে যে সকল সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা হয়েছে তা নিম্নরূপঃ

- ❖ ইউনিয়নের প্রত্যেকটি ওয়ার্ডে একটি করে **উঠান বৈঠক** করতে হবে।
- ❖ উঠান বৈঠকে মোট অংশগ্রহণকারী হিসেবে থাকবেন সর্বোচ্চ ১৫-২০ জন।
- ❖ লক্ষ্যভুক্ত অংশগ্রহণকারী হিসেবে থাকবেন গর্ভবতী মা ও প্রসূতি মা। এ ছাড়া অন্যান্যদের মধ্যে থাকবেন গর্ভবতী/প্রসূতি মা-দের স্বামী, শ্বশুর-শ্বাশুড়ি,মা, দাদী অর্থাৎ নিকটবর্তী আত্মীয় – যিনি প্রসূতি মা বা গর্ভবতী মাকে বিভিন্নভাবে সহায়তা করেন।
- ❖ উঠান বৈঠকের সময়সীমা হবে দুই থেকে তিন ঘন্টা করে দুই দিন।
- ❖ উঠান বৈঠক মূলত পরিচালনা করবেন দুই জন করে নারীনেত্রী। তবে সার্বিক তত্ত্বাবধানে থাকবেন নির্ধারিত এলাকার ইউনিয়ন সমন্বয়কারী।
- ❖ **প্রিন্টেড ফ্লিপচাট** মোতাবেক মোট সাতটি অধিবেশন দুই ভাগে ভাগ করে করা হবে। প্রথম দিনের উঠান বৈঠকে চারটি অধিবেশন এবং দ্বিতীয় দিনের উঠান বৈঠকে তিনটি অধিবেশন করা হবে।
- ❖ উঠান বৈঠকে স্বাক্ষর সীট-এর ব্যবস্থা করা হবে। স্বাক্ষর সীট-এর নমুনা **প্রশিক্ষণ সহায়িকা**-তে উল্লেখ করা আছে। উঠান বৈঠকে অংশগ্রহণকারী সকলেই স্বাক্ষর সীটে স্বাক্ষর করবেন।
- ❖ কোনো ইউনিয়নের নারীনেত্রী উঠান বৈঠক পরিচালনার ক্ষেত্রে সমস্যা হলে অন্য ইউনিয়নের নারীনেত্রী পরিচালনা করতে পারবে। সেক্ষেত্রে তাকে যাতায়াত ভাতা প্রদান করতে হবে।

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক সহায়ক প্রশিক্ষণঃ মা ও শিশুর অপুষ্টি রোধে আন্তর্জাতিকভাবে গৃহীত হাজার দিনের কর্মসূচির অংশ হিসেবে 'প্রয়োজনীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা' **বিষয়ক সহায়ক প্রশিক্ষণ করানো হয়।** 'প্রয়োজনীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা' সহায়ক প্রশিক্ষণের লক্ষ্য হলো মা ও শিশু পুষ্টির অবস্থার উন্নয়নের জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবহারিক তথ্যসমূহ পরিবার ও সমাজের সবার কাছে পৌঁছে দেওয়া। এমনভাবে তথ্যগুলি নিয়ে আলোচনা করা, যাতে তথ্যগুলি সবাই জানেন, বোঝেন এবং সবাই যেন তা কাজে লাগাতে উদ্বুদ্ধ হন। এক্ষেত্রে যোগাযোগের দক্ষতাসমূহ অর্জন করেন। গর্ভবতী ও প্রসূতি মায়ের পুষ্টি, নবজাতক ও শিশুর কাম্য মাত্রার খাবার এবং পুষ্টি ও পুষ্টিকনার গুরুত্ব সম্পর্কে ধারণা দেওয়া। **প্রিন্টেড** ফ্লিপচার্টে ও আলোচনার

বিষয় ছিল গর্ভবতী নারীর পুষ্টি, রক্তস্বল্পতা ও ম্যালেরিয়া প্রতিরোধ, বুকের দুধ খাওয়ানোর পদ্ধতি, বুকের দুধের পাশাপাশি বাড়তি খাবার সরবরাহ, অপুষ্টি প্রতিরোধ, স্যানিটেশন ও হাত ধোয়া ইত্যাদি সম্পর্কে ব্যবহারিক তথ্য রয়েছে।

সারাদেশে দশটি আঞ্চলিক কার্যালয়ের উদ্যোগে টার্গেট ৪০টি ইউনিয়নে একটি করে সর্বমোট ৩৮টি **অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক সহায়ক প্রশিক্ষণ** অনুষ্ঠিত হয়। প্রতি ওয়ার্ড থেকে দুই জন করে নারীনেত্রী অংশগ্রহণ করেন। তাছাড়া জেলা পর্যায়ের যে সকল নারীনেত্রী এই ইউনিয়নে আছেন তাদের থেকে আগ্রহী নারীনেত্রীগণ অংশগ্রহণ করেন। **৩৮টি প্রশিক্ষণে উপস্থিত নারীনেত্রীর সংখ্যা ৬৫৬ জন।**

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক সহায়ক প্রশিক্ষণ চিত্রঃ

আঞ্চলিক কার্যালয়	টার্গেট পুষ্টিবার্তা প্রশিক্ষণের সংখ্যা (টি)	পুষ্টিবার্তা প্রশিক্ষণের সংখ্যা (টি)	টার্গেট অংশগ্রহণকারী নারীনেত্রীর সংখ্যা (জন)	উপস্থিত অংশগ্রহণকারী নারীনেত্রীর সংখ্যা (জন)
ঢাকা	২	২	৩৭	৩৭
খুলনা	৩	৩	৬০	৫৯
বরিশাল	৩	৩	৫৬	৫৫
সিলেট	৩	৩	৫৭	৫৩
রংপুর	৩	৩	৫৩	৪৫
কুমিল্লা	৩	৩	৫০	৪৭
চট্রগ্রাম	১	১	১৮	১৮
রাজশাহী	৯	৯	১৬৭	১৪৩
ময়মনসিংহ	৫	৩	৫৫	৫৫
ঝিনাইদহ	৮	৮	১৪৩	১৪৪
মোট-	**৪০**	**৩৮**	**৬৯৬**	**৬৫৬**

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক সহায়ক প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্যসমূহ নিম্নরূপঃ

- শিশুকে কাম্য মাত্রায় বুকের দুধ খাওয়ানো সম্পর্কিত প্রধান প্রধান বার্তা/তথ্য ও তার ব্যবহার বর্ণনা করতে পারবেন।
- শিশুকে পর্যাপ্ত পরিমাণে পরিপূরক খাবার খাওয়ানো সম্পর্কিত প্রধান প্রধান বার্তা/তথ্য ও তার ব্যবহার বর্ণনা করতে পারবেন।
- গর্ভ ও প্রসূতিকালীন মায়ের/নারীর পর্যাপ্ত পুষ্টি সম্পর্কিত প্রধান প্রধান বার্তা/তথ্য ও তার ব্যবহার বর্ণনা করতে পারবেন।
- পুষ্টি কণার (ভিটামিন 'এ', রক্ত স্বল্পতা, জিঙ্ক এবং আয়োডিন) ঘাটতি প্রতিরোধ সম্পর্কিত মূল বার্তা/তথ্য ও এর ব্যবহার বর্ণনা করতে পারবেন।
- স্যানিটেশন ও পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার ব্যাপারে করণীয়সমূহ উল্লেখ করতে পারবেন।
- উল্লিখিত ব্যাপারে মায়েদের অভ্যাস পরিবর্তনে উদ্বুদ্ধ করার দক্ষতা অর্জন করবেন।
- পরিমাপক ব্যবহার করে অপুষ্ট শিশু চিহ্নিতকরণ এবং তাদের প্রয়োজনীয় উপদেশ (কাউন্সেলিং), ফলোআপ এবং -----/অথবা ডাক্তারের কাছে রেফার করার দক্ষতা অর্জন করবেন।
- একজন কাউন্সিলর হিসেবে তাদের ভূমিকা অর্থাৎ নিবেদিতভাবে শোনা, গঠনমূলক ফিডব্যাক প্রদান এবং কীভাবে উল্লিখিত তথ্যসমূহ প্রয়োগ করতে হয় তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- নিজের এলাকায় এই কাজ কীভাবে করবেন তার একটি এক মাসের কর্মপরিকল্পনা করবেন।

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক উঠান বৈঠকঃ একজন মা গভর্ধারণ থেকে শুরু করে শিশুর দুই বছর বয়স পর্যন্ত সময়কালকে ১,০০০ দিন হিসেবে এই কর্মসূচি গ্রহণ করা হয়েছে। মা ও শিশু পুষ্টির অবস্থা উন্নয়নের জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবহারিক তথ্যসমূহ পরিবার ও সমাজে সবার কাছে পৌঁছে দেওয়ার লক্ষ্যে এই সচেতনতা বৃদ্ধির প্রচেষ্টা। অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক সহায়ক প্রশিক্ষণে ইউনিয়নের যে সকল নারীনেত্রী অংশগ্রহণ করেন তাদের পরিচালনায় প্রতি ওয়ার্ডে উঠান বৈঠক অনুষ্ঠিত হয়। তবে লক্ষ্য ছিল একটি ওয়ার্ডে দুই জন নারীনেত্রী একটি উঠান বৈঠক করবেন, সে ক্ষেত্রে কোন কোন ওয়ার্ডে চাহিদা অনুযায়ী একের অধিক উঠান বৈঠক হয়। প্রশিক্ষণের **প্রিন্টেড ফ্লিপচার্ট**-এর সাতটি অধিবেশন দুই ভাগে ভাগ করে দুই দিনের সভায় সম্পূর্ণ করা হয়।

সারাদেশে দশটি অঞ্চলের ৩৮টি ইউনিয়নে প্রতিটি ওয়ার্ডের এক বা একাধিক করে সর্বমোট ৩৭১টি উঠান বৈঠক অনুষ্ঠিত হয়। যার মাধ্যমে ৮,৭৩০ জন গর্ভবতী মা, প্রসূতি মা এবং অন্যান্য (স্বামী, শ্বশুর, শ্বাশুড়ি, ননদ, আপনজন ও প্রতিবেশী) সম্পৃক্ত হয়েছেন। তাছাড়া এলাকার গণ্যমান্য ব্যক্তিবর্গ বিষয়টি সম্পর্কে অবহিত হয়েছেন।

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক উঠান বৈঠকের চিত্র

আঞ্চলিক কার্যালয়	উঠান বৈঠকের সংখ্যা (টি)	গর্ভবতী মা (জন)	প্রসূতি মা (জন)	অন্যান্য (জন)
ঢাকা	১৮	১৩৬	২৪৬	২০
খুলনা	২৭	২০৩	৩৩৫	৬৬
বরিশাল	২৮	২১৮	৪৭৭	৭৩
সিলেট	২৭	২৩৫	৪০৯	১২১
রংপুর	৪৪	২৫৯	৬৭৯	২৪
ময়মনসিংহ	৩১	২৪১	৩৪৭	৮৪
কুমিল্লা	২৭	১৯৪	৩৬৫	১০
চট্টগ্রাম	১৬	১৪৭	৩০৭	-
রাজশাহী	৮১	৫৭২	৯৯৯	৩৮৮
ঝিনাইদহ	৭২	৫৭৭	৮৮৮	১১০
মোট	৩৭১	২৭৮২	৫০৫২	৮৯৬

প্রশিক্ষণ ও উঠান বৈঠকের আলোচ্য সূচিসমূহ:

- সূচনা পর্ব
- প্রাক যাচাই
- প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য
- মা ও শিশুর পুষ্টি উন্নয়নে নারীনেত্রীর ভূমিকা
- অপুষ্টির চক্র
- নারীর (গর্ভবতী) পুষ্টি
- বুকের দুধ খাওয়ানোর উপকারিতা
- শাল দুধসহ মায়ের দুধ দান
- ০-৬ মাস শুধুমাত্র মায়ের দুধ প্রদান
- দুধ খাওয়ানোর সময় শিশুর সঠিক অবস্থান প্রদর্শন
- আলাপ-আলোচনার মাধ্যমে সমস্যার সমাধান (নেগোসিয়েশন) এবং কেইস স্টাডি
- শিশুর পরিপূরক(বাড়তি)খাবার
- অসুস্থ বা অপুষ্ট শিশুর পুষ্টি ব্যবস্থাপনা
- পুষ্টিগুণ সম্পন্ন স্থানীয় পর্যায়ের খাবার চিহ্নিতকরণ
- প্রয়োজনীয় স্বাস্থ্যবিধি
- লাইভ কোচিং (অনুশীলনী উপস্থাপনা)
- পরিকল্পনা

টাঙ্গাইলে মা ও শিশুর স্বাস্থ্য এবং পুষ্টি উন্নয়ন (ENA) বিষয়ক- উঠান বৈঠক

গর্ভবতী ও প্রসূতি মা এবং নবজাতক ও দুই বছর রয়স পর্যন্ত শিশুদের অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যের উন্নয়নের লক্ষ্যে তৃণমূল জনপদে একটি স্বেচ্ছাব্রতী সামাজিক আন্দোলন গড়ে তোলার প্রত্যয়ে দেশব্যাপী দি হাঙ্গার প্রজেক্ট কর্তৃক গৃহীত সমন্বিত কার্যক্রমের অংশ হিসেবে টাঙ্গাইল জেলার গোপালপুর উপজেলার হেমনগর ইউনিয়নে অনুষ্ঠিত হয় অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি কার্যক্রমের আওতায় ওয়ার্ডভিত্তিক উঠান বৈঠক। ১৫-১৬ জুন, ২০১৩ ইউনিয়নের ১নং ওয়ার্ডের অন্তর্গত শাখারিয়া গ্রামের নারীনেত্রী আঞ্জু আনোয়ারা ময়নার বাড়িতে অনুষ্ঠিত প্রথম উঠান বৈঠকটি পরিচালনা করেন নারীনেত্রী ময়না নিজে এবং তাকে সহযোগিতা করেন নারীনেত্রী সাথী খানম। দুই দিনই বিকাল চারটা থেকে সন্ধ্যা সাড়ে ছয়টা পর্যন্ত অনুষ্ঠিত উঠান বৈঠকটিতে মোট ২০ জন অংশগহণকারী উপস্থিত ছিলেন। অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে ১২ জন গর্ভবতী ও বাকী ৮ জন ছিলেন প্রসূতী মা। অত্যন্ত শিক্ষণ উপযোগী পরিবেশে একটি অনানুষ্ঠানিক প্রক্রিয়ায় উঠান বৈঠকটি পরিচালিত হয়। বৈঠক শেষে অংশগ্রহণকারীগণ তাদের প্রতিক্রিয়ায় এমন একটি আয়োজনের জন্য দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-এর প্রতি কৃতজ্ঞতা ব্যক্ত করে বিষয়টি তাদের জন্য অত্যন্ত জরুরি ছিল বলে উল্লেখ করেন।

অসম্ভবকে সম্ভব করার প্রয়াস

মানুষই একমাত্র প্রাণী যে, অসম্ভবকে সম্ভব করে তুলতে পারে। আজ চরম এ বাস্তবতার প্রমাণ পাওয়া গেল। নওগাঁ জেলার পত্নীতলা উপজেলাধীন ৩নং দিবর ইউনিয়নের ২নং ওয়ার্ড সদস্য রহমত আলী এবং ইউনিয়ন সমন্বয়কারী হারুনুর রশিদ সেরকমই কাজ করেছেন। তাদের প্রচেষ্টায় আজ দিবর ইউনিয়নের ২নং ওয়ার্ডের উওরামপুর বিদ্যালয়ে অনুষ্ঠিত হলো জরুরি পুষ্টিবার্তা বিষয়ক উঠান বৈঠক। উঠান বৈঠকে অত্র ওয়ার্ডের ১৫ জন গর্ভবতী মা, ৭ জন প্রসূতি মা, ৩ জন স্বামী, ১ জন শ্বাশুড়ি এবং ১ জন দাদা শ্বশুর অংশগ্রহণ করেন। উঠান বৈঠক আয়োজনের ক্ষেত্রে ওয়ার্ড সদস্য রহমত আলী বাড়ি বাড়ি গ্রাম পুলিশ পাঠান এবং মসজিদের মাইকে ওয়ার্ডের সকল গর্ভবতী মা, প্রসূতি মা এবং নব দম্পত্তিদের উঠান বৈঠকস্থলে আসতে অনুরোধ করেন। ইউপি সদস্যের আহ্বানে সাড়া দিয়ে সবাই যখন এসেছেন তখন আমরা সত্যি উপলব্ধি করলাম এ মানুষগুলোর মধ্য দিয়েই পরিবর্তন করা সম্ভব। একজন আশাবাদী মানুষ হিসেবে আমি এটাই বলতে চাই নির্বাচিত জন-প্রতিনিধিরা চাইলে অসম্ভব অনেক কিছুকে সম্ভব করে তুলতে পারেন। এখন শুধু আমাদের দরকার এ মানুষগুরোর সাথে নিয়মিত যোগাযোগ রাখা। দিবর, আকবরপুর, কৃষ্ণপুর এবং নিরমইল ইউনিয়ন পরিষদ এ কাজটি সফলভাবে সম্পন্ন করার জন্য যারা সরাসরি সহায়তা করেছেন আমরা তাদের প্রতি কৃতজ্ঞতা জানাচ্ছি।

চ্যালেঞ্জ-

- গর্ভবতী মা বাড়ির বাইরে/সভায় আসতে অনুমতি না দেওয়া।
- উঠান বৈঠকের স্থান থেকে গর্ভবতী মা ও প্রসূতি মায়ের বাড়ির দূরত্ব অনেক এবং যানবাহনের সু-ব্যবস্থা না থাকা।
- আলোচনার বিষয়গুলো সকল নারীনেত্রীগণ একইভাবে গ্রহণ করতে পারায় উঠান বৈঠকের সময় এক ওয়ার্ডে নারীনেত্রী অন্য ওয়ার্ডের উঠান বৈঠক করতে হয়েছে।

প্রভাব-

- অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টিবার্তা সম্পর্কে সঠিক তথ্য জেনে গর্ভজনিত কারণে মায়ের অকাল মৃত্যু, গর্ভস্থ শিশু ও নবজাতকের (জন্মের পর ২৮ দিনের মধ্যে) মৃত্যুরোধ করতে সহায়ক হবে
- নিরাপদ মাতৃত্ব নিশ্চিত করেছেন এবং গুরুত্ব বেড়েছে।
- মা ও শিশু পুষ্টি সম্পর্কে সঠিক স্বাস্থ্যসেবা প্রদান করবেন বলে প্রতিশ্রুতিবদ্ধ।
- উঠান বৈঠক কর্মসূচি বাস্তবায়নে অধিক আগ্রহ নিয়ে গর্ভবতী ও প্রসূতি মা এবং অন্যান্যরা অংশগ্রহণ করেন।
- উপস্থিত এক গর্ভবতী মা উঠান বৈঠকে তার অনুভূতি ব্যক্ত করতে গিয়ে বলেন, এই কর্মশালায় উপস্থিত না হলে আমি একজন আদর্শ মা হতে পারতাম না।
- নবজাতক শিশুকে কীভাবে যত্ন নিতে হবে এবং কী ধরনের পুষ্টি প্রয়োজন তার সম্পর্কে সুস্পষ্ট ধারণা পাওয়ায় সহায়ক শক্তি হিসেবে কাজ করবে।
- এই কার্যক্রমের মধ্য দিয়ে এমডিজি অর্জন তথা মাতৃস্বাস্থ্যের উন্নয়ন ও শিশুর মানসিক বিকাশে গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখবে ।
- নেতৃত্ব বিকাশের মধ্য দিয়ে কর্মশালা পরিচালনাকারী নারীনেত্রীগণ এই ধরনের কাজের সাথে যুক্ত থাকার মধ্য দিয়ে সমাজের মানুষের উপকারে আসতে পেরেছেন বলে গর্ববোধ করেন।

সবল দিক:

- ইউনিয়ন পর্যায়ের প্রশিক্ষণে উপস্থিতি ভাল ছিল এবং উঠান বৈঠকে কোনো কোনো স্থানে উপস্থিত অধিক ছিল।
- কর্মসূচির বিষয় অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ ও সময় উপোযোগী ছিল।
- প্রশিক্ষণের মেন্যুয়াল ও **প্রিন্টেড ফ্লিপচাট উপযোগী ছিল।**
- স্থানীয় নারীনেত্রীগণ সহায়কের ভূমিকা পালন করেন।

অত্যাবশ্যকীয় পুষ্টি ও স্বাস্থ্যবার্তা বিষয়ক কার্যক্রমের উল্ল্যেখযোগ্য ছবি

theindependent

26 JULY, 2013

RAJSHAHI: A scene of Courtyard meeting at Krishnapur union under Patnitola upazila held on Thursday. INDEPENDENT PHOTO

Courtyard meeting held

OUR CORRESPONDENT

RAJSHAHI, JULY 25: Courtyard meetings on Emergency Health and Nutrition Message were held at nine wards of Krishnapur union under Patnitola upazila on Thursday.

18 women leaders conducted the meetings and apprised villagers about the emergency health and nutrition requirement for rural women.

A total of 146 pregnant women, 128 milching mothers, 52 mother-in-laws, 45 father-in-laws, 32 husbands and 12 couples attended the meeting.

The women leaders informed the attendants of the meeting about 26 important health tips for the women and children including the necessity of regular visit of pregnant and milching mothers to the health centres, monitoring of weight of the child, vaccination, breast feeding the child in the correct way and providing additional nutrition for the child.

Abdus Samad, Chairman of Krishnapur Union Parishad inaugurated the activities of Courtyard meeting while nine courtyard meetings were conducted by Lovely Chowdhury, Convener of Bikoshito Nari Network of Patnitola Upazila and trained women leaders from the Hunger Project while Hamidul Islam coordinated the meetings.

Through the courtyard meeting, all pregnant women and milching or breast feeding women, guardians of 26 villages were made aware about safe mother hood and bringing down child and maternal death rate to zero per cent.

Voluntary organisation Hunger Project organised the meeting.

দৈনিক সোনালী সংবাদ

বৃহস্পতিবার ১ আগস্ট ২০১৩

মৌগাছিতে মাসব্যাপী গর্ভবতী ও প্রসূতি মায়ের স্বাস্থ্য বিষয়ক উঠান বৈঠক

প্রেস বিজ্ঞপ্তি: মোহনপুর উপজেলার মৌগাছি ইউনিয়নের ৯টি ওয়ার্ডে আন্তর্জাতিক ➤ ২-পাতায় ৪-কলামে

মৌগাছিতে মাসব্যাপী

স্বেচ্ছাব্রতী সংস্থা দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-বাংলাদেশ রাজশাহী অঞ্চলের ব্যবস্থাপনায় শিশুর অপুষ্টি রোধে এবং গর্ভবতী মায়ের সুস্বাস্থ্য রক্ষায় আন্তর্জাতিকভাবে গৃহিত ১ হাজার দিনের কর্মসূচীর অংশ হিসেবে প্রয়োজনীয় স্বাস্থ্য ও জরুরী পুষ্টিবার্তা বিষয়ে উঠান বৈঠকের আয়োজন করে দি হাঙ্গার প্রজেক্ট এর নারীর ক্ষমতায়ন ইউনিট বিকশিত নারী নেটওয়ার্ক এর সদস্যবৃন্দ। জুন মাস থেকে শুরু হওয়া এ উঠান বৈঠক জুলাই মাস পর্যন্ত পরিচালিত হয়। এতে ১৭৬ জন গর্ভবতী ও প্রসূতি মা উপস্থিত ছিলেন। প্রতিটি উঠান বৈঠক অনুষ্ঠিত হয় ২দিন ...

শাহীনা আক্তার
নারীর ক্ষমতায়ন ইউনিট
দি হাঙ্গার প্রজেক্ট-বাংলাদেশ