ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿਵਸ (ਵੀ.ਐਚ.ਐਨ.ਡੀ.)

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ:

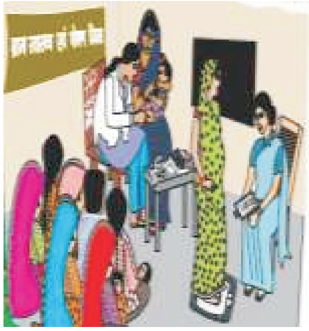
- ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿਵਸ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋ ਕਰਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਸਾਂਝਾ ਮੰਚ ਹੈ।
- ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਦਿਨ, ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਥਾਨ ਤੇ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਇਸਦਾ ਟੀਚਾ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ, ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਤਾਵਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ (0-5 ਸਾਲ) ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਲੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਜਰੂਰੀ ਅਤੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਮੰਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰੇ ਅਧੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਆਰੰਭਿਕ ਪੰਜੀਕਰਣ, ਪਹਿਚਾਣ ਅਤੇ ਰੈਫ਼ਰਲ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਮੁਦਾਇ ਦੇ ਵਾਰਤਾਲਾਪ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਮੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕੱ ਸਫ਼ਲ ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿਵਸ ਕਿਵੇਂ ਆਯੋਜਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

- ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਇਕੱ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿਵਸ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਸਮੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ:
  - ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸਵ-ਪੂਰਵ ਅਤੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਪਰੀਖਣ ਲਈ ਮੌਜੂਦਗੀ।
  - ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਦੁਹਰਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਸਵ ਪੂਰਵ ਪਰਿਖਣ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ।
  - ਉਹ ਬੱਚੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਅਗਲੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
  - ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਬੱਚੇ।
  - ਟੀਬੀ ਦੇ ਉਹ ਰੋਗੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟੀਬੀ ਵਿਰੋਧੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
  - ਉਹ ਬੀਮਾਰ ਬੱਚੇ ਜੋ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਜਾਂਚ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾ ਸਕੇ ਹਨ।
  - ਉਹ ਯੋਗ ਦੰਪੱਤੀਆਂ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਲਾਹ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
  - ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਸਵ ਪੂਰਵ ਸਹਾਇਕ ਨਰਸ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰੋ ਜੋ ਨਵੇਂ-ਨਵੇਂ ਆਏ ਹਨ, ਖੇੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਅਤੇ ਸੀਮਾਂਤ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।
- ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਏ.ਐਨ.ਐਮ. ਅਤੇ ਆਸ਼ਾ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਬਿਠਾਓ।

ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੈਸ਼ਨ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ

- ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ-ਖ਼ਤਰੇ ਦੇ ਸੰਕੇਤ, ਸੰਸਥਾਗਤ ਡਿਲੀਵਰੀ, ਪ੍ਰਸਵ ਉਪਰਾਂਤ ਦੇਖਭਾਲ।
- ਜਰੂਰੀ ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ।
- ਕਿਸ਼ੋਰ ਲੜਕੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਨਿਗਰਾਨੀ।
- ਜ਼ਿਆਦਾ ਘੱਟ ਵਜ਼ਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ।
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ।
- ਦਸਤ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਉਪਚਾਰ।
- ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਡਿਲੀਵਰੀ।
- ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ।
- ਸ਼ਿਸ਼ੂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਹਾਰ ਖੁਆਉਣ ਦੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ।
- ਬਚਪਨ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਉਪਾਅ।
- ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ।
- ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ।
- ਔਰਤ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ।
- ਨਿੱਜੀ ਅਰੋਗਤਾ ਅਤੇ ਸਫਾਈ।
- ਬੇਟੀ ਬਚਾਓ ਬੇਟੀ ਪੜ੍ਹਾਓ ਯੋਜਨਾ/ਲਿੰਗ ਦਾ ਭੇਦ-ਭਾਵ।
- ਮਾਂ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਰਡ ਆਦਿ।



ਆਂਗਨਵਾੜੀ ਵਰਕਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ

- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਆਂਗਨਵਾੜੀ ਸਾਫ਼ ਰਹੇ।
- ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿਵਸ ਦੌਰਾਨ ਸਾਫ਼ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ,
- ਪ੍ਰਸਵ-ਪੂਰਵ ਚੈਕ-ਅਪ ਲਈ ਆਂਗਨਵਾੜੀ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਨਿੱਜੀ ਗੱਲਬਾਤ ਲਈ ਸਥਾਨ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ।
- ਮਾਂ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਰਡ ਉਚਿਤ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ।
- ਆਸ਼ਾ ਅਤੇ ਏ.ਐਨ.ਐਮ. ਦੇ ਨਾਲ ਗਤਿਵਿਧਿਆਂ ਨੂੰ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਬਨਾਉਣਾ
- ਬੱਚਿਆਂ (0-6 ਸਾਲ) ਦੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨਾ।
- ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਕ ਆਹਾਰ ਵੰਡਣਾ।
- ਸਥਾਨਕ ਮਦਦ ਅਤੇ ਮੌਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਕੈਲੰਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣਾ।
- ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਵਜ਼ਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚਿਕਿਤਸਾ ਅਧੀਨ ਲੱਛਣ ਦੱਸ ਕੇ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ/ਸਮੁਦਾਇਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ/ਐਨ.ਆਰ.ਸੀ. ਕੋਲ ਭੇਜਣਾ।