रोजा संस्थान, नेवाजगंज, चकिया, चन्दौली

एनीमिया मुक्त परियोजना हेतु गैप पर रोजा की पहल

1. कुपोषण और एनीमिया के कारणों की पहचान–

परियोजना द्वारा जुलाई 2023 और अप्रैल 2024 में 2517 परिवारों में से 703 परिवारों के महिलाओं, किशोरियों और गर्भवती धात्री आदि का एनीमिया जांच और 5 साल तक के बच्चो के वृद्धि निगरानी करके स्वास्थ्य की स्थिति का आंकलन किया गया था। जिसमें पाया गया कि लगभग 06 प्रतिशत बच्चे कुपोषण से प्रभावित थे। 17 प्रतिशत किशोरियां सामान्य स्थिति, 79 प्रतिशत किशोरियों मध्यम स्थिति और 4 प्रतिशत किशोरियों निम्न स्थिति की एनीमियां पायी गयी।

संजीवनी परियोजना में मई 2024 में 107 किचन गार्डेन परिवारों के साथ एक प्रश्नावली के आधार पर सर्वे करके किचना गार्डेन के विभिन्न पहलूओं जैसे गार्डेन लगाने, देखरेख करने में परिवार की भागीदीरी, स्थान, भोजन में उपयोगिता, बाजार और स्वास्थ्य के प्रभावों के बारे में जानकारी किया गया।

2. एनीमिया रिर्पोट साझाकरण बैठक –

परियोजना टीम ने एनीमिया रिर्पोट के मुख्य परिणामों को मुसहर समुदाय और किशोरी बालिका समूहों में साझा किया और उपस्थित प्रतिभागियों के साथ बेहतर परिणामों के लिये हरे पत्तेदार सब्जियों, आयरन की गोली, आगनवाड़ी से प्राप्त पोषाहार आदि मुददो पर जानकारी दिया और स्थानीय स्तर पर उपलब्ध संसाधनो पर चर्चा किया। स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुच के तौर तरीके बतायें। नियमित आधर पर ये प्रक्रिया की जा रही है।

3. सब्जी के बीज का वितरण–

परियोजना द्वारा खरीफ के सीजन के दौरान लतादार देसी सब्जी के बीज 1800 परिवारों को उपलब्ध कराया गया। कुछ परिवारों को कृषि विभाग के निःशुल्क योजना के साथ जोड़ा गया। जिन परिवारों ने गत वर्ष के बीज को संरक्षित कर रखा था उन्होने उन बीजों का प्रयोग किचन गार्डेन में किया। परियोजना द्वारा 2022 से सघन रूप से इस मुददे पर कार्य किया जा रहा है।

4. संजीवनी माता समूह की बैठक में अभिमुखीकरण–

परियोजना क्षेत्र में योग्य दम्पत्ति, गर्भवती व धात्री व्यक्तियों के 25 सामुदायिक समूह का गठन किया गया है। जिसे हम संजीवनी माता समूह के नाम से जानते है। मासिक आधार पर होने वाली बैठकों में विशेषकर गर्भवती व धात्री महिलाओं को एनीमिया से होने वाले प्रभावों की जानकारी और उससे बचाव हेतु विभिन्न स्तर जैसे घर परिवार, आगनवाड़ी सेवा, स्वास्थ्य विभाग की सेवायें और स्थानीय स्तर पर उपलब्ध वस्तुओं के बारें में जानकारी दिया जाता है।

5. किशोरी बालिका समूह की बैठक में अभिमुखीकरण–

परियोजना क्षेत्र में कुल 25 किशोरी बालिका समूह गठित है। जिसके तिमाही स्तर पर होने वाली बैठको में किशोरी बालिकाओं में एनीमिया के कारण होने वाले स्वस्थ्य विकारें और स्वास्थ्य पर प्रभावों के बारें में जानकारी दिया जाता है। उन्हे टीकाकरण, आयरन फोलिक एसिड, हरे पत्तेदार सब्जियों का प्रयोग और आगनवाड़ी से प्राप्त सुविधाओं के उपयोग के बारे मे जानाकरी दी जाती है।

6. फूड डेमों के माध्यम से जानकारी–

परियोजना द्वारा प्लान के अनुसार विशेषकर मुसहर बस्तियों में समुदाय में स्थापित परम्परागत भोजन व्यवस्था और भोजन में पोषक तत्वों और स्वाद में वृद्धि के मुददे पर टीम द्वारा फूड डेमों किया जाता है। खास तौर वनक्षेत्र में मिलने वाले सहजन, करेमूआ का साग आदि के प्रदर्शन के साथ ही स्थानीय स्तर पर आसानी से प्राप्त होने वाले नेनूआ, लौकी, करेला, भिन्डी, पालक, चौराई, परवल, बथुआ, गोभी, कोहड़ा, सेम आदि आदि सब्जियों मे मिलने वाले तत्वो की जानकारी और उसका स्वास्थ्य के सम्बंधों पर प्रदर्शनी के माध्यम से जानकारी दी जा रही है।

7. किचन गार्डेन

परियोजना द्वारा खरीफ के सीजन में निःशुल्क सब्जी के बीज का वितरण किया जाता है। लेकिन सीजन स्तर पर सब्जी उगाने से किचन गार्डेन के उददेश्य पूर्ण नही होता है। परियोजना ऐसे किचन गार्डेन की कल्पना करती है जिसमें वर्ष भर सीजन के अनुसार सब्जियां मिलती रहे। सब्जियों के साथ ही सीजनल फल की उगाये जाये। इस प्रक्रिया में हम उन परिवारों को फोकस करते है जिनके पास कुछ भूमि है और वे घर के पास मे है और वहां पर पानी की उपलब्धता है। ऐसे परिवारों के मुखिया को उद्यान विभाग के योजनाओं व वन विभाग के साथ लिंग करते है। परियोजना द्वारा प्रतिवर्ष लगभग 40 परिवारों को प्रमोट कर रहा है।

8. साफ सफाई

परियोजना द्वारा विशेषकर किशोरी बालिका, गर्भवती महिला, धात्री महिला और मुसहर बस्तियों मे रहने वाले व्यक्तियों को परिसर की साफ सफाई, स्वयं के शरीर की साफ सफाई, कपड़ो की साफ सफाई, साफ पानी, ताजा भोजन और बच्चो को साफ सुथरा रखने हेतु जानकारी, संदेश और अभ्यास कराया जाता है। विशेषकर गर्मियों में मुसहर बस्तियों में श्रमदान के माध्यम से साफ सफाई अभियान चलाया जाता है और समुदाय के सक्रिय भागीदारी के साथ परिसर की सफाई करायी जाती है।

9. आयरन फोलिक एसिड

परियोजना टीम द्वारा स्वास्थ्य विभाग से मिलने वाली आयरन फोलिक एसिड की गोली के उपयोग के प्रति जानकारी, खाने की विधि और उसके परिणामों के प्रति चेतना लाने के लिये किशोरियों, गभ्रवती महिलाओं को जानकारी

प्रदान किया जाता है। बीएचएनडी शिविरों और स्वास्थ्य शिविरों में आयरन फोलिक एसिड की गोलियां परियोजना टीम के द्वारा भी बटवायी जाती है।

10. स्वास्थ्य जांच

परियोजना टीम के द्वारा नियमित आधार पर गावों में शिविर लगाकर कुपोषित बच्चो, किशोरी बालिकाओं, गर्भवती व धात्री महिलाओं के स्वास्थ्य जाचं जैसें बीपी, सुगर, होमोग्लोबिन, वजन, लम्बाई व जोखिमों की पहचान की जाती है। बीएचएनडी शिविरों में भी स्वास्थ्य जांच की जाती है। जांच के पश्चात एनीमिया के चिन्हित व्यक्तियों को परामर्श प्रदान किया जाता है।

11. राशन का लाभ

परियोजना द्वारा विशेषकर मुसहर समुदाय में सार्वजनिक वितरण प्रणाली के अन्तरर्गत मिलने वाले निःशुल्क राशन तक जरूरतमंद की पहुच और उसके उपयोग का फालोअप किया करते है। राशन का सब्जी के साथ बेहतर विकल्प के रूप में उन्हे मीनू की जानकारी प्रदान किया जाता है। संस्था द्वारा अति जरूरतमंद 200 परिवारों को 6 माह पर सूखा रासन दिया गया है।

12. खेती बारी व पशुपालन सहायता

परियोजना द्वारा लक्ष्य परिवारों और विशेषकर मुसहर समुदाय में खेती बारी के मुददे पर फालोअप किया जाता है। संस्था द्वारा अति जरूरतमंद परिवारो को बकरी दिया गया है ताकि उस परिवार में एनीमिक और कुपोषित बकरी का दूध और खेतो से प्राप्त उत्पाद का उपयोग नियमित आधार पर कर सके।

13. आगनवाड़ी सेवायें

परियोजना द्वारा आगनवाड़ी सुविधाओं जैसे स्वास्थ्य जांच, पूरक पोषाहार, किशोरी समूह बैठकें आदि के माध्यम से मिलने वाली जानकारी व लाभ को पात्र किशोरियों, गर्भवती महिलाओं व धात्री को जानकारी देना, उन्हे आगनवाडी कार्यकर्ता के साथ लिंक कराना और फालोअप के माध्यम से नियमित आधार पर परामर्श प्रदान किया जाता है।

14. माता सबरी पोषण किचन व पोषण किट

संस्था द्वारा मुसहर समुदाय में एनीमिया से प्रभावित 200 बच्चो के लिये चार गांवों के 7 माह से 5 साल तक के बच्चो हेतु माता सबरी पोषण किचन चलाया जा रहा है जहां पर प्रतिदिन बिस्किट व दूध प्रदान किया जाता है। वृद्धि निगरानी, माताओं का प्रशिक्षण और बच्चो का बेहतर देखरेख के लिये नियमित आधार पर सत्र का आयोजन किया जाता है।

एनीमिया से जो अन्य बच्चे अलग अलग गांवों में प्रभावित है और उन गांव में माता सबरी पोषण किचन का संचालन नही है वैसे गांवों में संस्था द्वारा माता सबरी पोषण किट, जिसमे सूखा अनाज और दूध का किट होता है। बच्चो के अभिभावको को दिया जाता है और बच्चे के डाइट चार्ट व प्रबंधन की जानकारी प्रदान की जाती है। मासिक आधार पर वृद्धि निगरानी की जाती है।

15. टीकाकरण की जानकारी और प्रोत्साहन

परियोजना टीम के द्वारा किशोरी बालिकाओं, गर्भवती महिलाओं को जानलेवा बिमारियों से बचाव के टीके की जानकारी और समय पर टीकाकरण हेतु प्रोत्साहन प्रदान किया जाता है। गृह भ्रमण के माध्यम से टीकाकरण के लाभ का फालोअप किया जाता है। जिससे बिमारियों से बचाव हो और एनीमिया जैसे समस्यायें न आयें।

16. गृह भ्रमण के माध्यम से परामर्श–

परियोजना टीम हर तीन माह में लक्ष्य परिवारों के गृह भ्रमण कर स्वास्थ्य के विभिन्न पहलूओं पर परामर्श के साथ ही एनीमिया के मुददे पर भी सूचनायें लेती है, जानकारी देती है और सूचनाओ को रिकार्ड करती है।

17. सामुदायिक स्वास्थ्य प्रेरक द्वारा प्रमोशन–

परियोजना द्वारा क्षेत्र मु सामुदायिक स्वास्थ्य प्रेरक के रूप में 61 सक्रिय महिला स्वयं सेवक की प्रशिक्षित टीम खड़ी किया है जो अपने टोले के पात्र व्यक्तियो को स्वास्थ्य के विभिन्न पहलूओं पर जानकारियां प्रदान करती है। आयरन फोलिक एसिड की गोलियां उपलब्ध कराती है और फूड डेमो व जागरूकता सत्रों के माध्यम से जानकारी देतीं है।

18. सब्जियों के गुण के बैनर का प्रर्दशनी–

परियोजना द्वारा परियोजना कार्यालय पर विभिन्न सब्जियों के गुण को बैनर के प्रदर्शनी के माध्यम से समुदाय को चित्र के माध्यम से संदेश प्रदान किया जाता है। जो भी कार्यालय पर आता है उसे यह जानकारी स्वयं मिलती है। इसके साथ ही परियोजना टीम गांवों में प्रर्दशनी लगाती है और समुदाय को चित्र के माध्यम से जानकारी देती है।

19. सहजन के वृक्ष की उपलब्धता–

परियोजना टीम ने क्षेत्र में सहजन की जानकारी के साथ ही संजीवनी माता समूह के माध्यम से सहजन की नर्सरी तैयार कराकर लगभग 350 सहजन के पोधो को विभिन्न गावें में लगवाया। सहजन के फल, फूल व पत्ते के उपयोगिता को फूड डेमों में बनाकर समुदाय के किशोरियों, महिलाओ को खिलाया गया और कैसे इसमें जादुई गुण है उसकी जानकारी विडियों के माध्यम से दी गयी। वर्तमान में अब गांव गांव में सहजन के पेड़ दिखाई देने लेगें है।

20. अमरूद के वृक्ष की उपलब्धता–

एनीमिया को नियंत्रित करने और किचन गार्डेन में फल की उपलब्धता के लिये परियोजना द्वारा लगभग 1500 अमरूद के बेहतर पौधे उपलब्ध कराया गया। जो वर्तमान मे बेहतर फल दे रहा है और इससे न केवल बच्चे बल्कि परिवार के अन्य सदस्य भी उपयोग कर रहे है। यह फल उस समय अधिक उपयोगी होता है जब भोजन मिलने मे देरी हो और भूख लगी हो ऐसे में कच्चे और पक्के फल दोनो रूप में उपयोगी होते है।

21. स्वास्थ्य व बाल विभाग के साथ समन्वयन

परियोजना टीम के द्वारा आशा, एएनएम0, सीएचओ0, उप स्वास्थ्य केन्द्र, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र व जिला स्तर पर विभाग के कर्मचारी व अधिकारी के साथ मासिक, तिमाही आधार पर चर्चा, रिर्पोट का साझाकरण, समन्वयप बैठक व अनेंको प्रकार से विभागो के साथ एनीमिया के मुददे पर चर्चा कर ठोस पहल करने और गैप के उपर पहल के लिये पैरवी के कार्य की जा रही है।

उपरोक्त साझा प्रक्रियाओं और समय समय पर मांग के आधार पर एनीमिया के मुददे के गैप में कमी आयी है। अब समुदाय की ओर से मांग किया जा रहा है और सम्बंधित विभाग की ओर से कार्यवाही की जा रही है।

एनीमिया मुक्त परियोजना की सपने और संकल्प

संस्था ने कुपोषण के मुददे पर ठोस पहल करते हुये 2019 में 18 प्रतिशत से 2025 में 6 प्रतिशत के स्तर पर लाया है। इसी प्रकार से संस्था ने यह संकल्प लिया है कि आने वाले 5 साल में परियोजना क्षेत्र से किशोरी बालिका और गर्भवती महिलाओं में एनीमिया को समाप्त करने के ठोस प्रयास करने है ताकि हर प्रसव में सामान्य वजन के नवजात जन्म ले सकें। हमे ऐसे चैम्पियन किशोरी बालिका, सामुदायिक स्वास्थ्य प्रेरक और कार्यकर्ता को विकसित करना है तो हर एक स्तर पर बेहतर समन्वयन के साथ इस प्रकार के विकल्प दे सकें जिससे एनीमिया के मुददे सून्य हो जाये और बच्चे कुपोषण से मुक्ति हो।

भवदीय

मुश्ताक अहमद

मुख्य कार्यकारी

रोजा संस्थान

वाराणसी

मार्च 2025