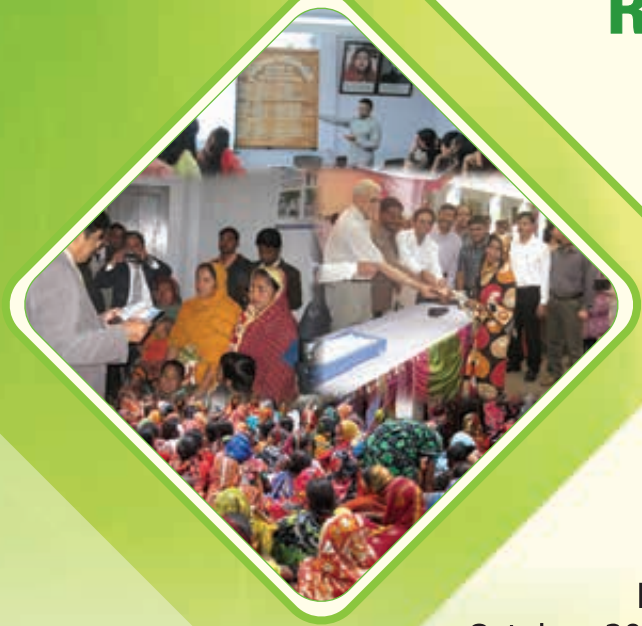
Conditional Cash Transfer for Human Development through Local Government

সম্ভব

পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি

PROJECT ACCOMPLISHMENT REPORT



Duration:
October, 2011 to June 30, 2013

Prepared for:
World Bank Office, Dhaka
Plot No. E-32, Agargaon, Sher-e-Banglanagar, Dhaka-1207

Prepared by:
Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP)
House-8, Road-3, Block-A, Section-11, Mirpur, Dhaka-1216

Table of Contents

Background 1

1. Locations of the Project 3

2. Objectives of the Communication Program under Piloting 4

3. Scope of Work 4

4. Implementation of the Communication Program 4

4.1 Groundwork 4
4.2 Recruitment of Field Workers 5
4.3 Development Training Guideline 5
4.4 Development of Program Logo and PIC Materials 5
4.5 Orientation of Field Workers 6
4.6 Targeting of Beneficiaries 6
4.7 Upazila Level Stakeholders Orientation Sessions 6
4.8 Enrolment of Beneficiaries 7
4.9 Launching of the Program 8
4.10 Distribution of Postal Cash Card 9
4.11 Capacity Building of Field Workers 9
4.12 Union/Ward level Stakeholders' Orientation 10
4.13 Development of a Pictorial Flipchart 10
4.14 Compliance Monitoring 10

5. Visit by the Honorable Secretary of Local Government Department 11

6. Experience Sharing Workshop 12

7. Other mentionable activities undertaken during the project period 13

8. Learning from "Shombhob" Piloting 14

Attachments

Attachment-1 Field Workers Training Guideline on Project Information and Targeting
Attachment-2 Campaign Materials and Banners
Attachment-3 List of Upazila Level Participants
Attachment-4 Orientation Guideline for Field Workers on Cash Card Distribution
Attachment-5 Training Guideline on Nutrition
Attachment-6 Guideline and Participants List of Union Level Orientation
Attachment-7 Flipchart on Child Health and Nutrition
Attachment-8 Orientation Guideline on Child Growth Monitoring
Attachment-9 Growth Record Charts
Attachment-10 Sample of Compliance Plan and Report Format
Attachment-11 Schedule, Participants List and Report of Experience Sharing Workshop

Background:

Despite a strong track record in poverty reduction, 25% of the population in Bangladesh still lives in extreme poverty. The large number of Bangladeshi households living near the poverty line also faces a higher risk of being pushed deeper in poverty as a result of oscillating factors such as health, food prices and climate.

Targeted Social Safety Nets (SSNs) programs have experienced a good deal of success in reducing poverty in Bangladesh; however, these do not offer comprehensive coverage of the poor and have been plagued by high rates of inclusion errors. Administrative capacity is another area in which SSNs in Bangladesh have experienced considerable hurdles. Working with local government representatives of line ministries has been viewed as a particularly effective way to reduce leakage and improve transparency. The country's shift from food-based to cash-based programs also provides an encouraging starting point for Conditional Cash Transfers (CCTs) to address some of the persistent development challenges, and help the poorest households manage risk. To test the idea, grant resources from the Rapid Social Response (RSR) Program from The World Bank (WB), which aims to help protect poor and vulnerable populations that are bearing the brunt of the global crisis, was made available for Bangladesh to pilot CCTs for poor households through local governments in both urban and rural areas.

The purposes of the pilot are to:

1) Identify ways to improve the ability of local government bodies to effectively implement conditional cash transfers to extreme poor households; and
2) Test whether formal conditions coupled with intensive monitoring and counseling of the beneficiary population can translate into increased investment among poor families for better nutrition for children aged 0 to 36 months and for primary education of their children attending primary schools.

Specifically, the pilot project is expected to result in the following outcomes:

- Improvements in attendance rates among beneficiary children attending primary school (at least 80% attendance rate);
- Increased attainment of "age specific goal weight" among 0 to 36 month children;
- Increased nutrition related knowledge and practice among mothers with children aged 0 to 36 months;
- Increased nutrition related knowledge among other key decision-makers and caregivers in the households such as mothers-in-law and fathers;
- Increased rate of exclusive breastfeeding of children aged 0 to 6 months; and
- Increased dietary diversity and appropriate frequency of feeding among children aged 7 to 36 months.

Accordingly, the pilot project aimed to achieve its objectives by setting up an administrative system that strengthens the capacity *of Pourashavas/Union Parishads (UPs)* to:

(i) Select and target the poorest families based on proxy means tests;

(ii) Make cash payments through the Bangladesh Postal Office (BPO) through cash card;

(iii) Forge links with schools and beneficiary households to monitor school attendance;

(iv) Forge links with local community health centers to monitor the nutritional status of children of beneficiaries;

(v) Monitor cash payments, school attendance sheets and nutrition counseling services so that pilot interventions are delivered effectively and timely; and

(vi) Manage a transparent compliance monitoring and grievance mechanism.

The project cycle included the following processes:

- **Public communication campaign**:

  The project implementation started with a communication campaign to ensure buy-in and support from the local leaders and provide information to community members regarding the pilot.

- **Targeting:**

  A targeting event took place in each union and slum for families to provide their household information.

- **Selection**:

  The information obtained from households was processed by the Management Information System (MIS) and a list of eligible households was generated.

- **Enrolment**:

  Selected families were invited to attend an enrolment session where they learnt specific details on the responsibilities that were needed to be fulfilled by them for the pilot purposes, how to receive payments and other relevant details.

- **Cash Card Distribution:**

  Postal Cash Cards were distributed to the enrolled beneficiaries for receiving cash payments.

- **Payments/Benefits:**

  Once families were enrolled they got bi-monthly payments. Families in the urban areas received cash payments based on having children aged under 36 months and primary school-going children. Families in rural households got an additional basic amount along with the amount based on children under 24 months and primary school-going children. They received payments every 2 months for the duration of the pilot (a total of 6-7 payments) provided they fulfilled the pilot conditions.

- **Compliance/Condition Fulfillment:**

  The conditions for households to continue in the pilot and receiving payments were 2 pronged – obtaining nutrition related services and attendance of primary school. Certain members of the beneficiary families (mothers, mothers-in-law, fathers and/or caregivers) attended the community health center once a month for education regarding specific nutrition related topics. Height and weight measurements were obtained for any children under 36 months. Children of primary school-going age of beneficiary households were required to attend school at least 80% of the school days per month.

- **Compliance Monitoring:**

  Attendance at the local health clinic by the relevant household members and primary school attendance by children was monitored on a monthly basis. This information was used to determine if a family continued to be eligible for the pilot and for receiving further payments.

- **Case Management/Grievances:**

  A case management system was set up for recording grievances at any stage of the pilot; for selection, changes in family composition and/or dealt with issues of non compliance.

1. Locations of the Project

The project titled *'Shombhob'* in Bangla meaning 'Possible' covered five UPs in Hatibandha and five UPs in Jaldhaka and some selected slums under Narayanganj City Corporation. The pilot was implemented in both urban and rural areas. The locations included 5 selected unions in Jaldhaka Upazila - Kaimari, Saulmari, Khutamara, Kathali and Mirganj unions; and 5 unions in Hatibandha Upazila - Patikapara, Nowdabash, Daoabari, Shingimari and Sindurna unions. The third area for this pilot included 35 selected slums in Narayanganj City Corporation.

The areas were selected based on where there is a household database based on poverty indicators (i.e. proxy means test) being implemented by LGED; where there is a relatively high poverty rate; and, areas easily accessible for intense monitoring.

2. Objectives of the Communication Program under Piloting

The objectives under this assignment to be attained by BCCP in relation to public information campaign and compliance monitoring were:

(i) To develop the materials for conducting the communication materials; and

(ii) Monitor the project cycle to ensure that the communication program and pilot activities are implemented as per the operational manual.

The overall objective of the communication program was to provide a cohesive information, education and public information campaign (PIC) that allows beneficiary families to improve the health and education of their children. The specific objectives of the communication program and PIC were twofold:

(a) Raising awareness and support among community members in general, LGD and local officials, school officials, post office staff, local health officials community leaders, etc. regarding the pilot; and

(b) Enrolment of beneficiary households for nutrition and education allowance, inform them about the education and nutrition outcomes that they need to fulfill for continued enrollment.

3. Scope of Work

Under this assignment, BCCP implemented the communication program with the following scope of work:

- Logo development
- Public Communication/Community Mobilization Campaign
- Organizing pilot inauguration/targeting
- Organizing pilot enrolment
- Training of existing health workers
- Training of newly recruited health workers
- Health center services
- Compliance monitoring for nutrition services and school attendance
- Monitoring of payments by the local post office.

4. Implementation of the Communication Program

4.1 Groundwork

The team developed a detailed work plan and shared with the Technical Working Group (TWG). The TWG was headed by the Project Director, CCT from Local

Government Division under Ministry of Local Government and Rural Development. The Operations Officers also visited the five UPs of Jaldhaka Upazila and five UPs of Hatibandha Upazila along with Ms. Afroze Huda, Consultant, Process Monitoring, CCT Pilot Project to get an idea about project area, review the physical facilities and gather some local information. During this visit, the team visited UPs, community clinics, primary schools, NGOs, union post offices and met with UP Chairmen, primary school headmasters, local representatives of the NGOs, union post masters, etc. The team also explored the recruitment process of field workers with different NGOs and community based organizations (CBO). They met with the Upazila Nirbahi Officers (UNOs), Upazila Education Officer, Upazila Health and Family Planning Officer and discussed about the pilot project and sought their cooperation during the project period. The Team Leader met with the Honorable Mayor of Narayanganj City Corporation, Dr. Selina Hayat Ivy, the UNOs in Hatibandha and Jaldhaka Upazila and informed them about the project.

4.2. Recruitment of Field Workers

In order to implement the project, BCCP recruited a total of 50 field workers from the local community in the three project areas. A total of 25 field workers in Jaldhaka, 15 in Hatibandha and 10 field workers were recruited to implement the project.

4.3. Development Training Guideline

The BCCP team developed a training guideline for field workers in order to provide basic information about the project, their responsibilities and targeting related activities. This guideline was approved by the Project Director and the World Bank. ***(Attachment-1: Field Workers Training Guideline on Project Information and Targeting)***

4.4. Development of Program Logo and PIC Materials

A brainstorming session with communication professionals of BCCP resulted in the selection of four slogans and three logos that were pre-tested with target audiences in various areas of Narayanganj City Corporation. Four focus group discussions (FGDs) with parents of 0-36 month old children and primary school-going children and five in-depth interviews (IDIs) with local influential leaders were also conducted. Pre-test findings were shared with TWG. A logo and a slogan for the pilot project was later selected and approved by The World Bank. Simultaneously, campaign materials (leaflet, banner, miking script) were

designed and developed for the Public Information Campaign (PIC) on targeting. BCCP also produced banners and roman banners for the targeting booths. ***(Attachment-2: Campaign Materials and Banners)***

4.5. Training of Field Workers

In February 2012, daylong training sessions were held for field workers of Jaldhaka and Hatibandha upazilas and Narayanganj City Corporation. Immediately afterwards they started PIC on targeting in their respective project areas. Process Monitoring Consultant Ms. Afroze Huda of The World Bank, Slum Development Officer of NCC, Mr. Mirajul Hassan and other senior officials of NCC attended the training session in Narayanganj City Corporation as observers.

4.6. Targeting of Beneficiaries

Targeting activities began and ended in February 2012. In consultation with local government authority, booths were selected for targeting and a detailed plan of activities was prepared. As a result, more than 40,000 households were enlisted. The booths were decorated with banners containing important information. The Operations Officers coordinated and managed all field level activities along with the field workers. After completing the targeting activities, the field workers began a public campaign for different stakeholders thereby providing relevant information about the project**.**

4.7. Upazila Level Stakeholders Orientation Sessions

In March 2012, three Upazila Level Stakeholders Orientation sessions on ‘Shombhob’

Pilot Project were organized and conducted in the three project areas. At the session in Narayanganj, Honorable Mayor of Narayanganj City Corporation, Ms. Selina Hayat

Ivy, attended as Chief Guest. Ms. Rehana Yasmin, Project Director, 'Shombhob' Pilot Project; Ms. Iffat Sharif, Senior Economist and Mr. Z.H. Khan, Sr. Urban Specialist from The World Bank also attended the orientation as Special Guests. ***(Attachment-3: List of Upazila Level Participants)***

4.8. Enrolment of Beneficiaries

Based on a training guideline on PIC and enrolment activities, the field workers and volunteers were trained. Additional volunteers were hired for managing the crowd, helping people to find out the number from the list, conducting PIC, etc.

More than 15,000 households were initially selected as beneficiary for enrolment from the three project areas. The beneficiary list was finalized by the Project Director of the project. The UNO/CEO and UP Chairman were provided with the list. The field workers and volunteers informed the beneficiaries and carried out a PIC using banners and brochures. The team developed and produced a Family Booklet with necessary

information for the beneficiaries. After confirming compliance with the conditions, the beneficiaries completed the form with necessary documents. More than 15,000 beneficiaries were enrolled in April 2012. Operations Officers coordinated the entire activity in the project areas on instruction of the Team Leader. The team made sure to inform the UP Chairman/local influential and people who were not selected that the selection process was entirely unbiased and that the whole process was completed from the central level.

From the enrolled households, a total of 14,125 households were later selected as final beneficiaries. The list was given to CEO/UNO/UP Chairman and posted in important areas as well for easy access.

4.9. Launching of the Program

On May 27, 2012, PMU of 'Shombhob' Pilot Project organized launching program of the postal cash card and cash distribution at Narayanganj City Corporation. Honorable Foreign Affairs Advisor of the Prime Minister launched the cash card distribution and cash distribution activities in Narayanganj City Corporation. Honorable Mayor of

NCC, Resident Representative of The World Bank and Secretaries and Joint Secretaries from different ministries also attended the program.

A similar launching program was organized by PMU at Jaldhaka Upazila on June 2, 2012. Honorable Foreign Affairs Advisor of the Prime Minister launched the program. Secretaries and Joint Secretaries from different ministries also attended in the program. Union Parishad Chairman of five UPs also attended the program.

4.10. Distribution of Postal Cash Card

Additional field workers and volunteers were hired in Jaldhaka and Hatibandha Upazilas for the postal cash card distribution activities. All the field workers and volunteers were trained based on a guideline developed for cash card distribution activities and direction on how to use the card ***(Attachment-4: Orientation Guideline for Field Workers on Cash Card Distribution)***. A PIC was conducted door-to-door using various campaign materials such as leaflets and the beneficiaries were provided the information for collecting their postal cash cards.

Postal cash card distribution took place in May-June 2012. The Operations Officers collected the cards from the Post Masters of respective Upazila/City Corporation and handed over to the field workers. An orientation session was held for the beneficiaries where they were informed on the use of postal cash card and other relevant information. Postal cash card was handed over to the beneficiary only if the documents provided matched with family history form supplied by DATA.

4.11. Capacity Building of Field Workers

Based on a training guideline on nutrition developed by the team and finalized with feedback from TWG members and experts, sessions were conducted in Hatibandha and Jaldhaka upazilas and NCC for field workers to build their capacity and enhance their knowledge on child nutrition in August-September 2012**.** ***(Attachment-5: Training Guideline on Nutrition)***

4.12. Union/Ward Level Stakeholders' Orientation

BCCP developed a 2-day training manual for the field workers on nutrition, health and compliance monitoring.

The team organized and conducted 13 orientation sessions on 'Shombhob' Pilot Project in the three project areas for union/ward level stakeholders in November 2012. A total of 446 participants attended orientation sessions. ***(Attachment-6: Guideline and Participants List of Union Level Orientation)***

4.13. Development of a Pictorial Flipchart

A pictorial flipchart on child health and nutrition for using with beneficiaries during the health sessions was developed by the team and shared the flipchart with different technical experts, PMU and The World Bank. After incorporating comments and suggestions, the team pre-tested the flipchart with field workers and beneficiaries through focus group discussion (FGD). The team incorporated pre-test findings and got approval from The World Bank and PMU for production. The flipchart was then distributed among field workers in December 2012. ***(Attachment-7: Flipchart on Child Health and Nutrition)***

4.14. Compliance Monitoring

A route map for health compliance monitoring and for places best suited for monitoring growth of beneficiary child was prepared. Field workers checked schools with the list provided by DATA along with other activities. The team developed an orientation guideline on child growth monitoring for field workers and got approval from The World Bank and PMU ***(Attachment-8: Orientation Guideline on Child Growth Monitoring)***. Orientation sessions were conducted accordingly in all three project areas in June 2012 for the field workers.

Health compliance monitoring was conducted in July-December 2012 using specific height and weighing scales provided by PMU. The height scale was designed by the BCCP team for the purpose of the project. Different color-coordinated growth charts were produced by the team as per WHO recommendation and used for both male and female beneficiary children. The field workers conducted a door–to-door PIC among beneficiaries about health compliance monitoring. ***(Attachment-9: Growth Record Charts)***

The field workers informed the beneficiaries about date and time of their next visit and also made it a point to write it on their growth cards during compliance monitoring. The field workers also helped beneficiaries for withdrawing cash from post offices. They also collected different cases and gave them to the Operations Officers in written form. All health compliance monitoring reports were submitted to DATA for their action. ***(Attachment-10: Sample of Compliance Plan and Report Format)***

5. Visit by the Honorable Secretary of Local Government Department

Mr. Abu Alam Mohammod Shahid Khan, the Honourable Secretary, Local Government Division (LGD), Ministry of Local Government, Rural Development and Cooperative (MOLGRD&C) visited the CCT piloting program in Hatibandh Upazila under Lalmonirhat District on January 29, 2013. Ms. Rehana Yasmin, Project Director, CCT also accompanied with the Secretary during the visit. A two members World Bank team comprising Ms. Nushin Sobhan and Ms. Afroze Huda also accompanied the Secretary during his visit and overseen the program implementation process. During the visit an opinion sharing meeting with the CCT beneficiaries, local influential, local government representatives, local administration and CCT stakeholders was organized by the Upazila Nirbahi Officer at the Upazila conference room.

Mr. Md. Habibur Rahman, Deputy Commissioner, Lalmonirhat, Mr. Sarwar Hossain, UNO, Hatibandha Upazila, Mr. Roqunaul Hassan, UNO, Jaldhaka Upazila, Badruzzaman (Balu), Upazila Chairman, Hatibandha Upazila and a total of 10 UP Chairman from ten CCT implementing union were present at the meeting. A total of 50 health and education beneficiaries were present in the meeting and shared their views and ideas with the Secretary and his team.

The meeting started with a project briefing from the Project Director followed by a presentation on public information campaign by Ms. Khadija Bilkis, Team Leader BCCP. Ms. Afroz Huda shared her key observations and salient findings of process documentation on the changes and impact of CCT intervention in the project areas.

At the last part of the meeting an open discussion was initiated by the Honorable Secretary, where he asked a number of questions to the beneficiaries and encourages them to express their experience, views and concerns regarding CCT piloting. The beneficiaries took the opportunities to share their comments, concerns and recommendations with the guest and key project personnel. Most of them mentioned very high about CCT benefits and need for continuation of the project in their areas.

The Honorable Secretary also made a spot visit at Singimari Union to observe a nutrition session and growth monitoring process for the children. The Secretary talk to the Field Workers and local influential to get their insight about the project and he express his high satisfaction about the project out comes and its potentials for further expansion and scaling up in the other part of the country.

6. Experience Sharing Workshop

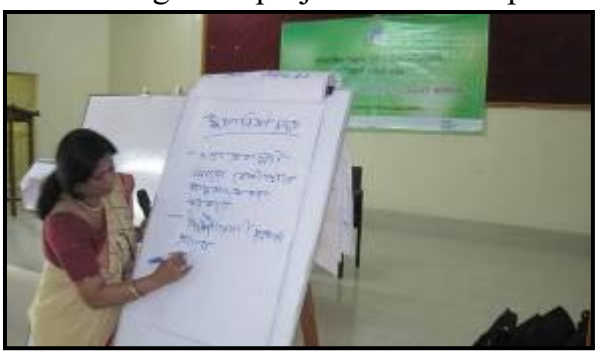
Three consecutive Experience Sharing Workshops were conducted in April-May 2013 on the implementation of the CCT Project with the stakeholders of the project areas – Jaldhaka of Nilphamari district, Hatibandha of Lalmonirhat district and Narayanganj City Corporation.

The objectives of the experience sharing workshop were to learn about the practical experience in the implementation of the 'Shombhob' Project and to collect suggestions from the stakeholders for future reference.

The workshop was attended by Upazila Chairman, UP Chairman, beneficiary, postal department personnel, UNO, Thana Education Officer (TEO), Asst. Thana Education Officer (ATEO), Supervisor Officer, Health and Family Planning representative and the BCCP field workers. Various techniques were used to make the sessions participatory.

Among others it was found that the 'Shombhob' Project played a great role in the development of health and education of the children of ultra poor family and that participation of local representatives is important for the implementation of such a project.

Various suggestions were made such as the project should be expanded into other upazilas of Bangladesh and that there should be a long term project for development of nutrition and education of the extreme poor.



There were some obstacles also. In some cases the cash was mishandled by the beneficiary. In a few cases, the beneficiary fully followed the set conditions of the project but they did not get the money. A few cash card holders lost their card and pin number so they could not receive money from the post office.

The project attained many successes. Presence of the extreme poor student in the primary schools increased up to the mark. Benefits provided by the CCT project provided supportive role for health and nutrition of the children. Moreover, health awareness increased among the beneficiaries. The beneficiary opined that they can purchase nutritious food for their children; take better care of them and also identify certain curative diseases. As a result, malnutrition decreased comparatively. ***(Attachment-11: Schedule and Participants List of Experience Sharing Workshop)***

7. Other Mentionable Activities Undertaken During the Project Period

On January 29, 2012, the team attended a briefing meeting at The World Bank. The Team Leader made an electronic presentation on all the activities to be undertaken under the project.

In October 2012, Director & CEO of BCCP visited Jaldhaka and Hatibandha on October 3, 2012 to oversee the program activities. He attended various meetings with beneficiaries and field workers of both upazilas.

8. Learning from 'Shombhob' Piloting

- 'Shombhob' Project played a great role in improving health and education situation of the children of ultra poor family.
- Public awareness campaign is an essential component to prepare the community for receiving benefits, perform the compliance for the cash payments and enhance their knowledge on nutrition and education issues.
- Participation of representatives from the community is important for smooth implementation of a project like 'Shombhob'.
- Children up to the age of 5 should be included in the project for nutrition benefits and the project should be implemented for a longer duration.
- Local Government Agencies and Local Administration together can play a vital role in the successful implementation of a project like 'Shombhob'.
- Process used for selecting the beneficiaries in 'Shombhob' project is proven as more transparent than any other process used in this country.
- Non-literate mothers from the poorest of the poor families can be capable enough to use and operate new and innovative digital technology like Postal Cash Card.
- For better implementation of the project the PIUs should be rightly established and put into operation. A focal person from PIU should take the lead role in coordinating the implementation at local level.
- Considering the market price the cash benefits should be increased so that the beneficiaries can meet the minimum nutrition need.
- The beneficiaries should be trained on livelihood and basic nutrition issues.
- Special benefits should be included into the project for the disabled children.

Attachments

Attachment–1:

Field Workers Training Guideline on Project Information and Targeting

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

ফেব্রুয়ারি ১, ২০১২

বাংলাদেশ সেন্টার ফর
কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে
অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন-১
প্রশিক্ষণ ওভারভিউ

প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্যাবলী

এই প্রশিক্ষণ শেষে অংশগ্রহণকারীগণ:

- অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প সম্পর্কে পরিষ্কার ও পূর্ণ ধারণা লাভ করতে পারবেন;
- টার্গেটিং ও টার্গেটিং ক্যাম্পেইনসহ পাইলট প্রকল্পে তাদের দায়িত্ব ও কর্তব্য সম্পর্কে জ্ঞান ও দক্ষতা লাভ করবেন;
- পাইলট প্রকল্পে টার্গেটিং ক্যাম্পেইনের জন্য তাদের করণীয় বিষয়ে নিজ নিজ কর্মপরিকল্পনা তৈরি করতে পারবেন।

প্রশিক্ষণকালে পালনীয় নিয়মাবলী বা প্রশিক্ষণ টোন

LAUGH

L = Listen/Look/Learn (শোনা/দেখা/শেখা)

A = Ask Questions (প্রশ্ন করা)

U = Understand Each Other's Perspective (অন্যকে বোঝা)

G = Give/Get Feedback (ফিডব্যাক দেয়া/নেয়া)

H = Have Fun (মজা করা)

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে
অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন-২
পাইলট প্রকল্পের ওভারভিউ

অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

- বাংলাদেশের জনসংখ্যার শতকরা ২৫ ভাগ মানুষ চরম দরিদ্রতার মাঝে বসবাস করছে। বর্তমানে দরিদ্রদের আরো দরিদ্র হয়ে যাওয়া থেকে রক্ষার উদ্দেশ্যে নানা ধরনের সামাজিক নিরাপত্তা বেষ্টনী কার্যক্রম বাস্তবায়ন করা হচ্ছে। "শিশুর পুষ্টি ও শিক্ষার মান উন্নয়নের মাধ্যমে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর" এমনই একটি প্রকল্প।

- এই প্রকল্পের মাধ্যমে বর্তমানে বাংলাদেশের ১০,০০০ নির্বাচিত পরিবারকে শিশু পুষ্টি ও শিক্ষা সুবিধার আওতায় আনা যাবে বলে আশা করা হচ্ছে।

- প্রকল্পটি পাইলট আকারে ২০১১ সালের জুলাই থেকে ২০১২ সালের ডিসেম্বর পর্যন্ত চলবে।

- প্রকল্পটির মূল বাস্তবায়নে রয়েছে স্থানীয় সরকার বিভাগ, বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি) পাবলিক ক্যাম্পেইন ও কমপ্লায়েন্স মনিটরিং-এ দায়িত্ব পালন করছে।

প্রকল্পের উদ্দেশ্য?

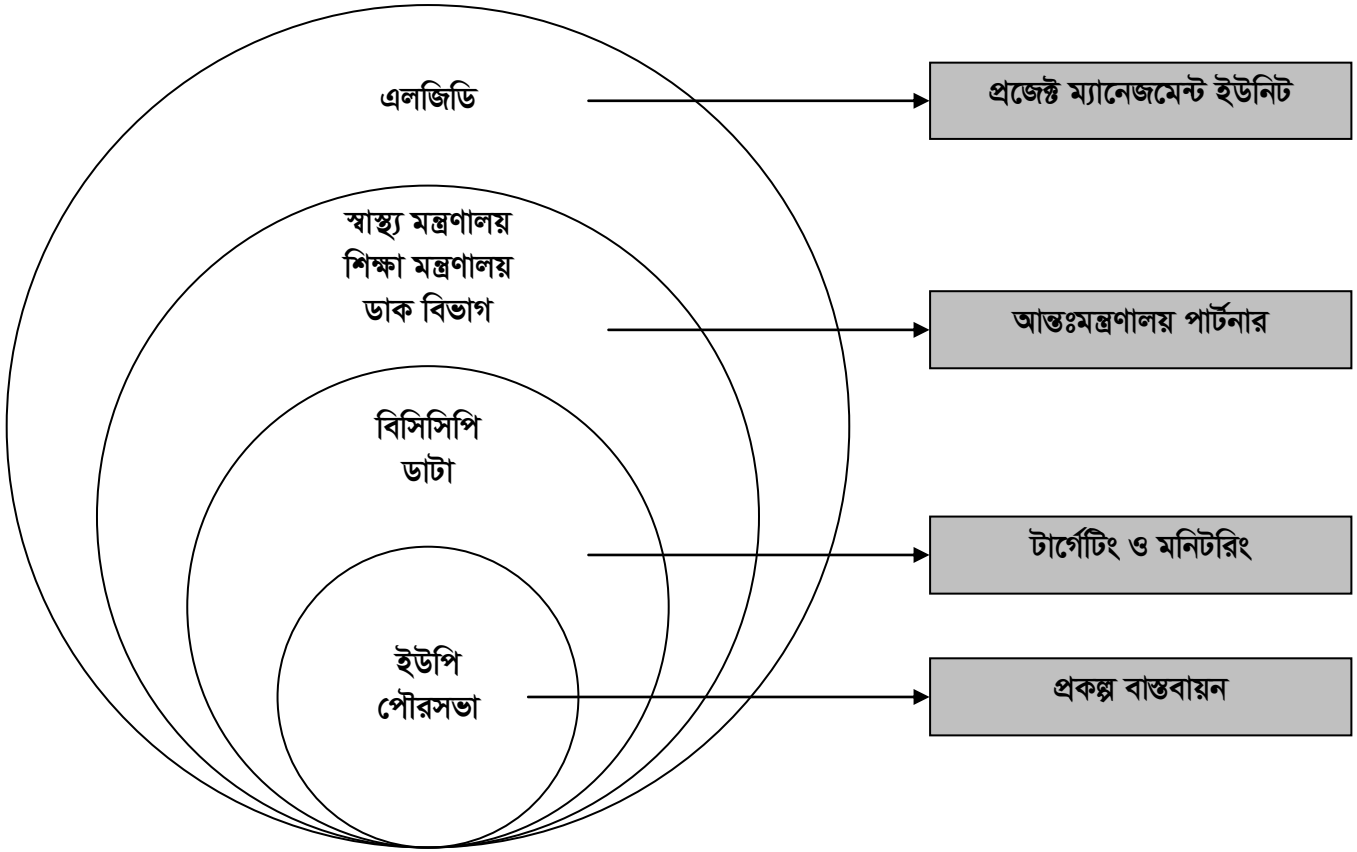
মানব সম্পদ উন্নয়ন এই প্রকল্পের প্রধান উদ্দেশ্য। বিশেষ করে শিশুর পুষ্টি ও শিক্ষা খাতে বিনিয়োগের মাধ্যমে দীর্ঘদিন ধরে বংশানুক্রমিকভাবে চলে আসা অপুষ্টি ও শিক্ষার অভাব দুর করার অঙ্গীকার নিয়েই এই প্রকল্পের যাত্রা শুরু। এই পাইলট প্রকল্পের মূল উদ্দেশ্য হলো:

- সামাজিক নিরাপত্তা বেষ্টনী কর্মসূচি বাস্তবায়নে স্থানীয় সরকারের দক্ষতা বৃদ্ধি করা
- ০-২৪ মাস বয়সী শিশুর পুষ্টির অবস্থা উন্নয়ন করা
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতির হার বাড়ানো।

পাইলট বাস্তবায়ন

- **বাস্তবায়নকারী সংস্থা:** স্থানীয় সরকার বিভাগ
- **পাবলিক ক্যাম্পেইন:** বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)
- **গবেষণা ও টার্গেটিং সহযোগিতা:** ডাটা - গবেষণা প্রতিষ্ঠান
- **অর্থ হস্তান্তর:** বাংলাদেশ ডাক বিভাগ
- **আন্তঃমন্ত্রণালয়:** স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, শিক্ষা মন্ত্রণালয় ও অর্থ মন্ত্রণালয়

মাল্টি-সেক্টরাল টিম


এলজিডি
স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়
শিক্ষা মন্ত্রণালয়
ডাক বিভাগ
বিসিসিপি
ডাটা
ইউপি
পৌরসভা
প্রজেক্ট ম্যানেজমেন্ট ইউনিট
আন্তঃমন্ত্রণালয় পার্টনার
টার্গেটিং ও মনিটরিং
প্রকল্প বাস্তবায়ন

প্রকল্প এলাকা

স্থানীয় সরকার মন্ত্রণালয়ের মাধ্যমে "মানব উন্নয়নে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর" পাইলট প্রকল্পটি বিশ্ব ব্যাংকের সহায়তায় বাংলাদেশের তিনটি নির্বাচিত স্থান: নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন, জলঢাকা ও হাতিবান্ধা উপজেলায় বাস্তবায়িত হচ্ছে।

উপজেলা	**ইউনিয়ন**				
হাতিবান্ধা	পাটিকাপাড়া	দাওয়াবাড়ি	সিন্দুরনা	নওদাবাস	শিঙ্গিমারি
জলঢাকা	কৈমারি	খুটামারা	মীরগঞ্জ	শৈলমারি	কাঠালি
নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন অন্তর্ভুক্ত বস্তি এলাকাসমূহ	বাগপাড়া	ঋষি পাড়া	কুমুদিনী বাগান	জোহান এন্ড ব্রাদার্স	কুমুদিনী বাগান (এন)
	ইব্রাহীম টেক্সটাইল মিল	খলিল মিয়ার বাড়ী	ইসাদাইর রা এর নিকটবর্তী বস্তি	বউবাজার রেলওয়ে বস্তি	বেপারী পাড়া সোনকাহল
	বিজেএমসি বিভাগ	কুমুদিনী বাগান	মুচি বাড়ী	ডিএন রোড বস্তি	নুলুয়া পাড়া
	জেলে পাড়া	শহীদ নগর	সুইপার কলোনী	নতুন লামা পারা	তাঁতী পাড়া
	ভুঁইয়া পাড়া	মুসলিম নগর	রেলী বাগান (দক্ষিণ)	রেলী বাগান (উত্তর)	নতুন জিমখানা
	হাজীগঞ্জ রেলওয়ে বস্তি	পুরাতন জিমখানা বস্তি	ইসাদাইর রেলওয়ে বস্তি	ইসাদাইর সুইপার কলোনী	বাবুরাইল ঋষি পাড়া
	তল্লা বড় মসজিদ	দিয়ারা	১ নম্বর রেলগেট বস্তি	আল আমিন নগর	রূপার বাড়ী

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন-৩
প্রকল্পের আওতাধীন সুবিধাভোগী ও সুবিধাসমূহ

প্রকল্পটি কাদের জন্য?

মূলত এলাকার অতি দরিদ্র পরিবারের জন্য এই প্রকল্পটি, যাদের:

- অন্তত ০-২৪ মাস বয়সী শিশু আছে, অথবা/এবং
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যাবার বয়সী ছেলে বা মেয়ে শিশু আছে।

অতি দরিদ্র কারা?

প্রকল্প এলাকার দরিদ্র পরিবারগুলোর মধ্য থেকে কিছু নির্দিষ্ট বৈশিষ্ট্যের ভিত্তিতে অতি দরিদ্র পরিবার নির্বাচন করা। যেমন:

- বাসস্থানের অবস্থান
- আকার, ধরন ও বৈশিষ্ট্য
- সুযোগ-সুবিধাসমূহ (বিদ্যুৎ, স্যানিটারি ল্যাট্রিন)
- পরিবারের সদস্যদের বয়স
- শিক্ষাগত যোগ্যতা
- সামাজিক অবস্থান
- জীবিকা ইত্যাদি

প্রকল্প থেকে কি কি সুবিধা পাওয়া যাবে?

- প্রতি দু'মাস অন্তর নির্বাচিত "অতি দরিদ্র" পরিবারটি একটি অথবা সর্বোচ্চ দুইটি সুবিধা পাবে।
- শিশুর পুষ্টি সুবিধা বাবদ ৪০০ টাকা এবং শিশুর শিক্ষা সুবিধা বাবদ ৪০০ টাকা অর্থাৎ সর্বোচ্চ ৮০০ টাকা একটি পরিবারকে দেওয়া হবে।
- আর্থিক সুবিধা সহ অন্যান্য আরো যে সকল সুবিধা রয়েছে সেগুলো হলো:
  - শিশুর ওজন ও উচ্চতা পর্যবেক্ষণ
  - শিশুর পুষ্টি ও স্বাস্থ্য শিক্ষা
  - ছেলে বা মেয়ের প্রাথমিক বিদ্যালয়ে উপস্থিতি পর্যবেক্ষণ।

আর্থিক সুবিধা কিভাবে পাবে?

- নির্বাচিত "অতি দরিদ্র" পরিবারগুলো নির্দিষ্ট ডাকঘর থেকে ইলেকট্রনিক ক্যাশ ট্রান্সফার কার্ড এর মাধ্যমে টাকা তুলতে পারবে।
- প্রকল্প সময়ের মধ্যে নির্বাচিত পরিবারগুলো মোট ৬ বার আর্থিক সুবিধা পাবে।

নির্বাচিত পরিবারগুলোকে কী কী নিয়ম মেনে চলতে হবে?

আর্থিক সুবিধা লাভের জন্য নির্বাচিত পরিবারগুলোকে নিচের নিয়মগুলো মেনে চলতে হবে -

১। শিশু পুষ্টি নিশ্চিত করা

- শিশুকে নিয়মিত ভাবে নির্ধারিত পরিমাণে পুষ্টিকর খাবার খাওয়ানো
- প্রতি মাসে শিশুকে নির্ধারিত সময় স্বাস্থ্য কেন্দ্রে নিয়ে তার উচ্চতা এবং ওজন পর্যবেক্ষণ ও নথিভুক্ত করানো।

২। শিশু শিক্ষা নিশ্চিত করা

- শিশুকে প্রাথমিক বিদ্যালয়ে পাঠানো
- বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতি ৮০ ভাগ নিশ্চিত করা।

কি কারণে পরিবারটি টাকা পাবে না

- অর্থ প্রদানের জন্য কোন মাসে নিয়মসমূহ ঠিকমত মেনে না চললে সেই মাসের মাসিক ভাতা পাবে না
- কোনো কারণে তালিকাভুক্ত শিশুটির মৃত্যু হলে সেই পরিবারের নাম তালিকা থেকে বাদ পড়বে।

কোন সুবিধা গ্রহণের জন্য কোথায় যেতে হবে?

- **নিবন্ধন করার জন্য:**
  পরিবারের নাম তালিকাভুক্তকরণের জন্য মা অথবা পরিচর্যাকারীকে নির্ধারিত তারিখে নির্ধারিত নিবন্ধন বুথে যেতে হবে।

- **স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণের জন্য:**
  শিশু স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণের জন্য প্রতি মাসে নির্ধারিত তারিখ ও সময়ে স্থানীয় স্বাস্থ্য কেন্দ্রে/ কমিউনিটি ক্লিনিকে যেতে হবে।

- **প্রাথমিক বিদ্যালয় সার্টিফিকেট অথবা প্রতিবেদন পত্রের জন্য:**
  প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যেতে হবে।

- **আর্থিক সুবিধার জন্য:**
  অর্থ উত্তোলনের জন্য স্থানীয় ডাকঘরে যেতে হবে।

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন-৪
সুবিধাভোগী চিহ্নিতকরণ ও নাম তালিকাভুক্তকরণ

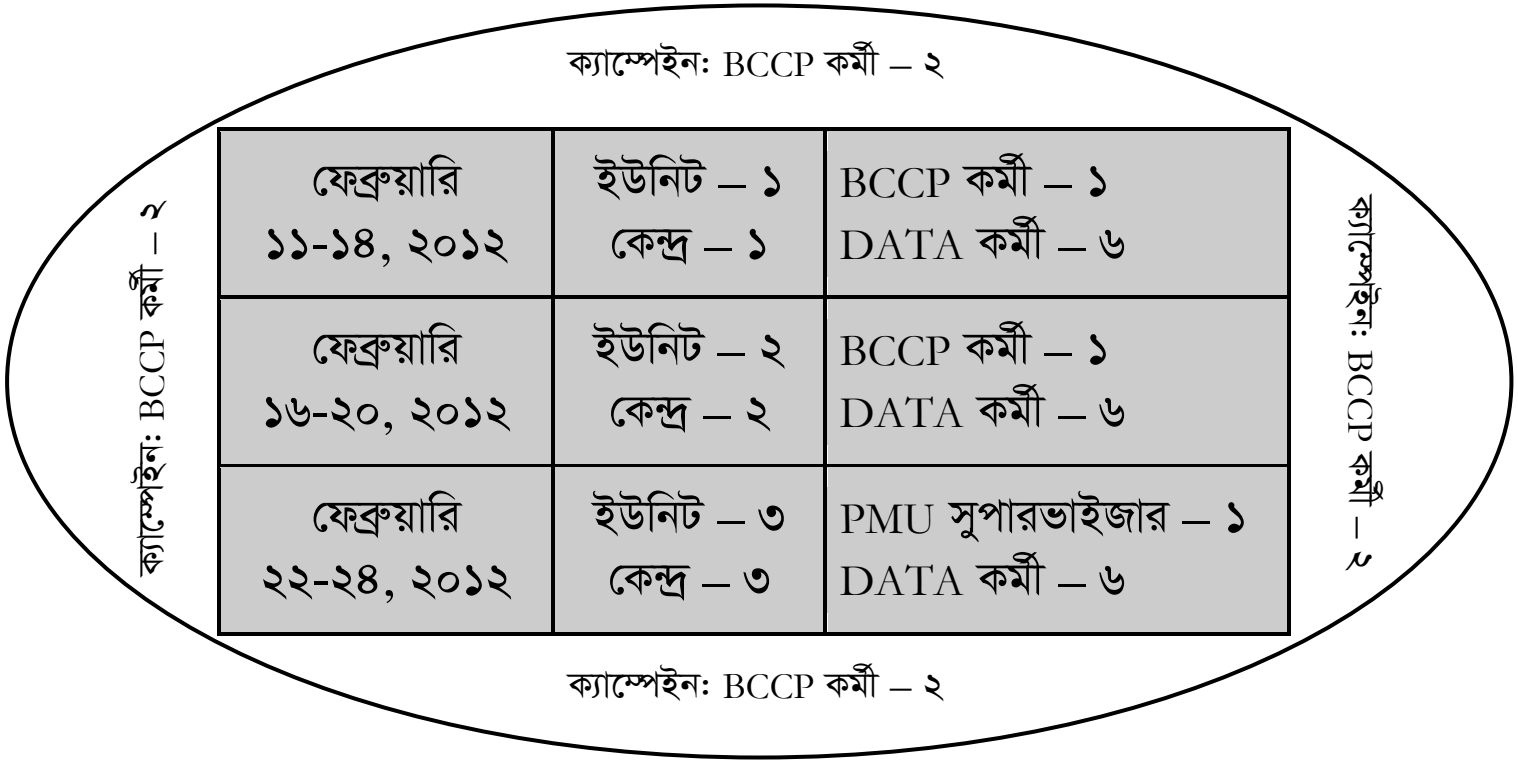
নিয়ম পালন সাপেক্ষে অর্থ প্রদানের জন্য সুবিধাভোগী চিহ্নিতকরণ ও নাম অন্তর্ভুক্তকরণ এই প্রকল্পের অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ পর্যায়

চিহ্নিতকরণ প্রক্রিয়ার ছক

এই পরিকল্পনার মধ্যে থাকবে:

- চিহ্নিতকরণ কেন্দ্র (টার্গেটিং সেন্টার) ও দলসমূহের সংখ্যা নির্ধারণ
- চিহ্নিতকরণ অনুষ্ঠানের সময়/কর্মপরিকল্পনা
- চিহ্নিতকরণ কেন্দ্রের অবস্থান
- চিহ্নিতকরণ ও চিহ্নিতকৃত দলসমূহ নির্বাচন
- প্রয়োজনীয় সরঞ্জামাদি সংগ্রহ।

টার্গেটিং মডেল



ফেব্রুয়ারি ১১-১৪, ২০১২	ইউনিট – ১ কেন্দ্র – ১	BCCP কর্মী – ১ DATA কর্মী – ৬
ফেব্রুয়ারি ১৬-২০, ২০১২	ইউনিট – ২ কেন্দ্র – ২	BCCP কর্মী – ১ DATA কর্মী – ৬
ফেব্রুয়ারি ২২-২৪, ২০১২	ইউনিট – ৩ কেন্দ্র – ৩	PMU সুপারভাইজার – ১ DATA কর্মী – ৬

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন-৫
পাবলিক ক্যাম্পেইন

পাইলট প্রকল্পে পাবলিক ক্যাম্পেইনের মূল উদ্দেশ্য

মানব সম্পদ উন্নয়নে পাইলট প্রকল্পে যোগাযোগের মূল উদ্দেশ্য হলো নিবিরভাবে তথ্য, শিক্ষা ও যোগাযোগ কার্যক্রম পরিচালিত করা যেটি সুবিধাভোগী পরিবারের শিশুদের স্বাস্থ্য ও শিক্ষার উন্নয়ন করবে।

সুনির্দিস্ট উদ্দেশ্যগুলো নিম্নরুপঃ

ক) স্থানীয় জনগণ, স্থানীয় সরকারের স্থানীয় কর্মকর্তাবৃন্দ, স্কুল শিক্ষক, পোস্ট মাস্টার, স্বাস্থকর্মী, স্থানীয় গণ্যমান্য ব্যক্তি ইত্যাদির মধ্যে সচেতনতা ও সহযোগিতার মনোভাব বৃদ্ধি করা

খ) উদ্দিষ্ট জনগোষ্ঠীর মধ্যে পুষ্টি ও স্বাস্থ্য সুবিধা গ্রহণের ক্ষেত্রে তালিকাভুক্তিকরণ ও উপস্থিতি ধরে রাখার জন্য সচেতনতা বাড়ানো

গ) সুবিধাভোগী পরিবারগুলোর মধ্যে শর্ত পূরণ ও কমপ্লায়েন্স বিষয়ে সচেতনতা বাড়ানো

পাবলিক ক্যাম্পেইন এপ্রোচ

পাইলট প্রকল্পে ৩ ধরনের পাবলিক ক্যাম্পেইন এপ্রোচ থাকবে, সেগুলো হলো:

ক) সচেতনতা সৃষ্টি

সুবিধাভোগী পরিবার নির্বাচন, তালিকাভুক্তিকরণ, নিয়ম মেনে চলা এবং স্বাস্থ্য ও শিক্ষা ইত্যাদি বিষয়ে সচেতনতা সৃষ্টি।

খ) দক্ষতা উন্নয়ন

স্বাস্থ্যকর্মীদের পাবলিক ক্যাম্পেইনের মাধ্যমে সুবিধাভোগী পরিবার নির্বাচন ও তালিকাভুক্তিকরণে সহায়তা প্রদান করা, পুষ্টি সেশন পরিচালনা করা, পুষ্টি ও শিক্ষা শর্ত মেনে চলা, গ্রোথ মনিটরিং করা ইত্যাদির জন্য দক্ষতা বৃদ্ধি।

গ) সেনসিটাইজেশন

সিটি কর্পোরেশন/ইউপি সদস্য, স্থানীয় সরকারের সদস্য, শিক্ষা ও স্বাস্থ্য বিভাগের স্টাফ ও স্থানীয় গণ্যমান্য ব্যক্তিবর্গের সাথে সেনসিটাইজেশন ওরিয়েন্টেশন করা।

পাবলিক ইনফর্মেশন ক্যাম্পেইন-এর ধাপ (ফেইজ)

১। টার্গেটিং ফেইজ

২। এনরোলমেন্ট ফেইজ

৩। শর্ত পূরণ (কমপ্লায়েন্স) ও মনিটরিং ফেইজ

পাবলিক ক্যাম্পেইনের জন্য বিসিসিপি'র কার্যক্রম

ক) সচেতনতা সৃষ্টি

- লোগো ও স্লে- াগান তৈরি
- যোগাযোগ উপকরণ তৈরি (ব্রোশিওর, ব্যানার, লিফলেট, মাইকিং স্ক্রিপ্ট, জব এইড ইত্যাদি)
- স্থানীয় পর্যায়ে প্রচারণা ও মবিলাইজেশন
- টার্গেটিং আয়োজনে সহযোগিতা
- এনরোলমেন্ট আয়োজনে সহযোগিতা
- স্বাস্থ্য শিক্ষা অধিবেশন পরিচালনা

দক্ষতা উন্নয়ন

- কর্মীদের প্রশিক্ষণ

গ) সেনসিটাইজেশন

- উপজেলা পর্যায়ে ওরিয়েন্টেশন
- ইউনিয়ন পর্যায়ে ওরিয়েন্টেশন
- দলীয় সভা আয়োজন
- প্রভাবশালীদের সাথে সভা আয়োজন

ঘ) শর্তপূরণ/কমপ্লায়েন্স মনিটরিং

- শিশুর ওজন ও উচ্চতা মনিটরিং
- শিশুর স্কুলে উপস্থিতি মনিটরিং
- অর্থ হস্তান্তর ব্যবস্থা মনিটরিং
- সমস্যা চিহ্নিতকরণ ও সমাধান

প্রকল্পের স্লোগান

নিচের স্লোগানটি অর্থ হস্তান্তর পাইলটিং কার্যক্রমের ক্যাম্পেইন ও অন্যান্য সকল ক্ষেত্রে ব্যবহৃত হবে:

পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি

প্রথম পর্যায়ের টার্গেটিং ক্যাম্পেইনের জন্য নিচের মূল বার্তার ধারণার উপর ভিত্তি করে প্রচারণা চালানো হবে

টার্গেট পরিবারের জন্য:

১। সন্তানের জীবন উন্নয়নে প্রয়োজন পুষ্টি ও শিক্ষা।

২। অতি দরিদ্র পরিবারের শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা উন্নয়নের জন্য রয়েছে শর্তসাপেক্ষে অর্থ সহায়তা।

৩। শিশুর পুষ্টি নিশ্চিত করা এবং সন্তানকে নিয়মিত স্কুলে পাঠানোই অর্থ সহায়তা পাওয়ার সহজ শর্ত।

৪। অতি দরিদ্র পরিবারগুলো সন্তানের পুষ্টি ও শিক্ষার জন্য শর্তসাপেক্ষে অর্থ সহায়তা পেতে নাম নিবন্ধন করচন।

৫। পুষ্টি ও শিক্ষার জন্য শর্তসাপেক্ষে অর্থ সহায়তা পেতে অতি দরিদ্র পরিবারগুলো নাম নিবন্ধন করতে আসুন, যাদের

- ২ বছরের কম বয়সী সন্তান আছে
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যাবার বয়সী মেয়ে বা ছেলে সন্তান আছে

প্রথম পর্যায়ের টার্গেটিং ক্যাম্পেইনের জন্য নিচের মূল বার্তার ধারণার উপর ভিত্তি করে প্রচারণা চালানো হবে

৬। পুষ্টি ও শিক্ষার উন্নয়নে শর্তসাপেক্ষে অর্থ সহায়তার জন্য নাম নিবন্ধন চলছে।

কাদের জন্য?

- অতি দরিদ্র পরিবার, যাদের
  - ২ বছরের কম বয়সী সন্তান আছে
  - প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যাবার বয়সী মেয়ে বা ছেলে সন্তান আছে

কোথায়? .....

কখন? .....

কি কি আনতে হবে? .....

<u>এলাকার নেতৃস্থানীয় ব্যক্তিবর্গের জন্য:</u>

১। পুষ্টি ও শিক্ষা উন্নয়নের অর্থ সহায়তা পেতে শর্ত পূরণে আপনার এলাকার অতি দরিদ্র পরিবারগুলোকে সহায়তা করুন।

২। আপনার এলাকার অতি দরিদ্র পরিবারগুলোকে সন্তানের পুষ্টি ও শিক্ষার উন্নয়নে শর্তসাপেক্ষে অর্থ সহায়তার জন্য নাম নিবন্ধন করতে উৎসাহিত করুন।

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে
অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন-৬
মাঠকর্মীদের দায়িত্ব ও কর্তব্য

অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পে মাঠকর্মীদের দায়িত্ব ও কর্তব্য

- সুবিধাভোগী সংগ্রহের জন্য গণযোগাযোগ বা প্রচারণা করা;
- সুবিধাভোগী নির্ধারণে প্রয়োজনীয় তথ্য সংগ্রহে সহায়তা করা;
- সুবিধাভোগী নির্ধারণে পরিবারসমূহের তথ্য/উপাত্ত যাচাই ও নাম অন্তর্ভূক্তিকরণে সহায়তা করা;
- প্রকল্পের কর্মসূচি, লক্ষ্য, উদ্দেশ্যের ভিত্তিতে মাসিক কর্মপরিকল্পনা প্রণয়ন করা ও বাস্তবায়নকরা;
- সুবিধাভোগীর মা/পরিচর্যাকারীর স্বাস্থ্য অধিবেশনে উপস্থিতির তালিকা তৈরি করা;
- সুবিধাভোগী শিশুর ওজন এবং উচ্চতা পরিমাপ করা এবং তা রেকর্ড রাখা;
- স্বাস্থ্য, পুষ্টি ও শিক্ষার সাথে সম্পর্কিত বিষয়ে মা/পরিচর্যাকারীদের সাথে অধিবেশন ও দলীয় সভা পরিচালনা করা;
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ের শিক্ষকদের সাথে যোগাযোগ রক্ষা করা এবং শিশুদের স্কুলে উপস্থিতির হার নিরীক্ষা করা ও রেকর্ড রাখা এবং তা সুপারভাইজার/সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে জানানো;
- সুবিধাভোগীর তথ্যের হালনাগাদ করা এবং সুপারভাইজার/সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে অবহিত করা;

অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পে মাঠকর্মীদের দায়িত্ব ও কর্তব্য

- সুবিধাভোগীরা নিয়মগুলো মেনে চলছে কিনা তা পর্যবেক্ষণ করা, রেকর্ড রাখা এবং প্রয়োজনে সুবিধাভোগীর বাড়ি পরিদর্শন করা এবং এসব তথ্য কর্তৃপক্ষকে অবহিত করা;
- কাজের প্রতিবেদন তৈরি করা এবং তা সুপারভাইজার/সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে সরবরাহ করা;
- ইউনিয়ন পরিষদসহ স্থানীয় গণ্যমান্য ব্যক্তি ও অন্যান্য সংস্থার সাথে লিয়াঁজো/যোগাযোগ বজায় রাখা;
- বিসিসিপি/সুপারভাইজারের সাথে বিভিন্ন সভায় অংশগ্রহণ করা এবং সভার প্রতিবেদন তৈরি করা;
- বিসিসিপি/সুপারভাইজার কর্তৃক প্রদত্ত অন্যান্য দায়িত্ব পালন করা।

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন-৭
টার্গেটিং ক্যাম্পেইনের জন্য কর্মপরিকল্পনা

টার্গেটিং ক্যাম্পেইনের জন্য কর্মপরিকল্পনা

- এই প্রশিক্ষণের পরপরই মাঠ পর্যায়ের টার্গেটিং ক্যাম্পেইনের জন্য যত দ্রুত সম্ভব কার্যক্রম শুরু করতে হবে
- প্রত্যেক কর্মী তার ইউনিট ও টার্গেটিং সেন্টারকে মাথায় রেখে সুনির্দিষ্ট স্থান, সময়, দায়িত্ব ইত্যাদি বিষয় উলে- খ করে কর্মপরিকল্পনা তৈরি করবেন এবং সেই অনুযায়ী কার্যক্রম শুরু করবেন

টার্গেটিং ক্যাম্পেইনের জন্য কর্মপরিকল্পনার ছক

সময়: ফেব্রুয়ারি ১১-২৫, ২০১২

কি কি কাজ করবেন	কখন করবেন	কি কি প্রস্তুতি প্রয়োজন হবে (লজিস্টিকস)	কার সহযোগিতা প্রয়োজন হবে

Attachment–2:

Campaign Materials and Banners

Brochure on ‘Shombhob’ Pilot Project

পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে অর্থ হস্তান্তর প্রকল্প

একটি পাইলট প্রকল্প

অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

বাংলাদেশের জনসংখ্যার শতকরা ২৩ ভাগ মানুষ চরম দরিদ্রতার মাঝে বাস করে। বর্তমানে অতি দরিদ্রদের নানা ধরনের সামাজিক নিরাপত্তা বেষ্টনী কার্যক্রম বাস্তবায়ন করা হচ্ছে। "শিশুর পুষ্টি ও শিক্ষার মান উন্নয়নের মাধ্যমে অর্থ হস্তান্তর" এমনই একটি প্রকল্প। এই প্রকল্পের মাধ্যমে বর্তমানে বাংলাদেশের ১০,০০০ নির্বাচিত পরিবারকে পুষ্টি ও শিক্ষা সুবিধার আওতায় আনা যাবে বলে আশা করা হচ্ছে। স্থানীয় সরকার মন্ত্রণালয়ের মাধ্যমে বাস্তবায়িত প্রকল্পটি পাইলট আকারে ২০১১ সালের জুলাই থেকে ২০১২ সালের ডিসেম্বর পর্যন্ত চলবে।

প্রকল্পটি কেন?

মানব সম্পদ উন্নয়ন এই প্রকল্পের প্রধান উদ্দেশ্য। বিশেষ করে শিশুর পুষ্টি ও শিক্ষা খাতে বিনিয়োগের মাধ্যমে বংশানুক্রমিক ভাবে চলে আসা অপুষ্টি ও শিক্ষার অভাব দূর করার অঙ্গীকার নিয়েই এই প্রকল্পের যাত্রা শুরু। এই প্রকল্পের মূল উদ্দেশ্য হলো:

- সামাজিক নিরাপত্তা বেষ্টনী কর্মসূচি বাস্তবায়নে স্থানীয় সরকারের দক্ষতা বৃদ্ধি করা
- ০-২৪ মাস বয়সী শিশুর পুষ্টির অবস্থা উন্নয়ন করা
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতির হার বাড়ানো।

প্রকল্প এলাকা কোথায়?

"মানব উন্নয়নে অর্থ হস্তান্তর" পাইলট প্রকল্পটি বিশ্ব ব্যাংকের সহায়তায় বাংলাদেশের তিনটি নির্বাচিত স্থান: নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন, জলঢাকা ও হাতিবান্ধা উপজেলায় বাস্তবায়িত হচ্ছে।

প্রকল্পটি কাদের জন্য?

মূলত এলাকার অতি দরিদ্র পরিবারের জন্য এই প্রকল্পটি যাদের:

- অন্তত ০-২৪ মাস বয়সী শিশু আছে, অথবা/এবং
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যাবার বয়সী শিশু আছে।

অতি দরিদ্র কারা?

প্রকল্প এলাকার দরিদ্র পরিবারগুলোর মধ্য থেকে কিছু নির্দিষ্ট বৈশিষ্ট্যের ভিত্তিতে অতি দরিদ্র পরিবার নির্বাচন করা হয়। যেমন:

বাসস্থানের অবস্থান, আকার, ধরন, বৈশিষ্ট্য, সুযোগ-সুবিধাসহ (বিদ্যুৎ, স্যানিটারি ল্যাট্রিন) পরিবারের সদস্যদের বয়স, শিক্ষাগত যোগ্যতা, সামাজিক অবস্থান, জীবিকা ইত্যাদি।

প্রকল্পটি কিভাবে কাজ করে?

সুনির্দিষ্ট ধাপ অনুসরণ করে এই প্রকল্পের জন্য উপযোগী পরিবার নির্বাচন ও অর্থ হস্তান্তর করা হবে। যেমন:

- **নিবন্ধন:** প্রথমে নিয়ম অনুযায়ী অতি দরিদ্র পরিবারগুলোর নিবন্ধন করা
- **সত্যায়ন:** তালিকাভুক্ত পরিবারের বিভিন্ন বৈশিষ্ট্য স্থানীয় ইউনিয়ন পরিষদ কর্তৃক নিশ্চিত করা
- **চূড়ান্ত তালিকা নির্ধারণ:** যাচাইকৃত পরিবারগুলোর একটি চূড়ান্ত তালিকা তৈরি করা

- **অর্থ হস্তান্তর:** ইলেকট্রনিক ক্যাশ কার্ডের মাধ্যমে সময় অনুযায়ী পরিবারগুলোকে বাংলাদেশ ডাক বিভাগের মাধ্যমে অর্থ হস্তান্তর করা
- **মনিটরিং:** অর্থ গ্রহণ করার পর পরিবারগুলো নিয়ম মেনে চলছে কিনা তার খোঁজ খবর রাখা।

প্রকল্প চক্র

প্রকল্প থেকে কী কী সুবিধা পাওয়া যাবে?

প্রতি দু'মাস পরপর নির্বাচিত "অতি দরিদ্র" পরিবারটি একটি অথবা সর্বোচ্চ দুইটি সুবিধা পাবে। শিশুর পুষ্টি সুবিধা বাবদ ৪০০ টাকা এবং শিক্ষা সুবিধা বাবদ ৪০০ টাকা অর্থাৎ সর্বোচ্চ ৮০০ টাকা একটি পরিবারকে দেওয়া হবে। এছাড়াও অন্যান্য আরো যে সকল সুবিধা রয়েছে সে গুলো হলো:

- শিশুর ওজন ও উচ্চতা পর্যবেক্ষণ
- শিশুর পুষ্টি ও স্বাস্থ্য বিষয়ে মায়েদের শিক্ষা
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতি পর্যবেক্ষণ।

আর্থিক সুবিধা কিভাবে পাবে?

- নির্বাচিত "অতি দরিদ্র" পরিবারগুলো নির্দিষ্ট ডাকঘর থেকে ইলেকট্রনিক ক্যাশ কার্ডের মাধ্যমে টাকা তুলতে পারবে
- প্রকল্প সময়ের মধ্যে নির্বাচিত পরিবারগুলো মোট ৬ বার আর্থিক সুবিধা পাবে।

নির্বাচিত পরিবারগুলোকে কী কী নিয়ম মেনে চলতে হবে?

আর্থিক সুবিধা লাভের জন্য নির্বাচিত পরিবারগুলোকে নিচের নিয়মগুলো মেনে চলতে হবে -

শিশুর পুষ্টি নিশ্চিত করা

- শিশুকে নিয়মিত ও নির্ধারিত পরিমাণে পুষ্টিকর খাবার খাওয়ানো
- প্রতি মাসে নির্ধারিত তারিখে স্বাস্থ্য কেন্দ্রে নিয়ে শিশুর উচ্চতা এবং ওজন পর্যবেক্ষণ ও তা রেকর্ড করানো।

শিশুর শিক্ষা নিশ্চিত করা

- শিশুকে প্রাথমিক বিদ্যালয়ে পাঠাতে হবে
- বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতি ৮০ ভাগ নিশ্চিত করতে হবে।

কী কারণে পরিবারটি অর্থ সুবিধা পাবে না?

- অর্থ প্রদানের জন্য নিয়মগুলো ঠিকমত মেনে না চললে
- কোনো কারণে তালিকাভুক্ত শিশুটির মৃত্যু হলে সেই পরিবারের নাম তালিকা থেকে বাদ পড়বে।

সুবিধা গ্রহণের জন্য কোথায় যেতে হবে?

- **নিবন্ধন করার জন্য:** পরিবারের নাম তালিকাভুক্ত করার জন্য মা অথবা পরিচর্যাকারীকে নির্ধারিত তারিখে নির্দিষ্ট নিবন্ধন কেন্দ্রে যেতে হবে

- **স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণের জন্য:** শিশু স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণের জন্য প্রতি মাসে নির্ধারিত তারিখ ও সময়ে স্থানীয় স্বাস্থ্য কেন্দ্রে/কমিউনিটি ক্লিনিকে যেতে হবে
- **প্রাথমিক বিদ্যালয় সার্টিফিকেট অথবা প্রতিবেদন পত্রের জন্য:** প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যেতে হবে
- **আর্থিক সুবিধার জন্য:** টাকা তোলার জন্য স্থানীয় ডাকঘরে যেতে হবে।

প্রকল্পটি কারা পরিচালনা করেন?

প্রকল্পটি বাস্তবায়নের জন্য অনেক সংস্থা প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে কাজ করছে। এদের মধ্যে উল্লেখযোগ্য সংস্থাগুলো হলো-

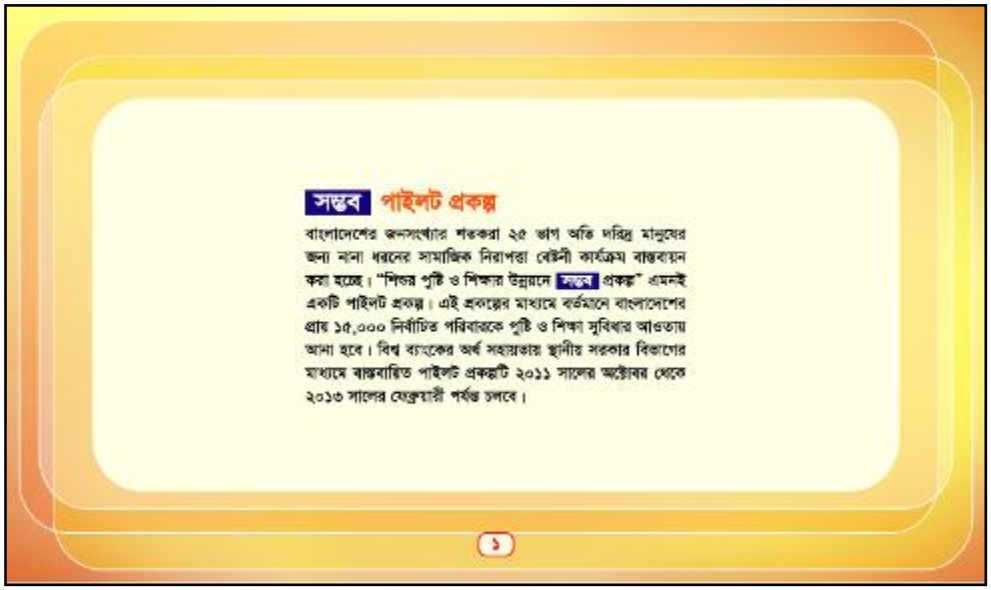
- স্থানীয় সরকার, পল্লী উন্নয়ন ও সমবায় মন্ত্রণালয়
- প্রাথমিক ও গণশিক্ষা মন্ত্রণালয়
- কমিউনিটি স্বাস্থ্য প্রকল্প
- বাংলাদেশ ডাকবিভাগ
- বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

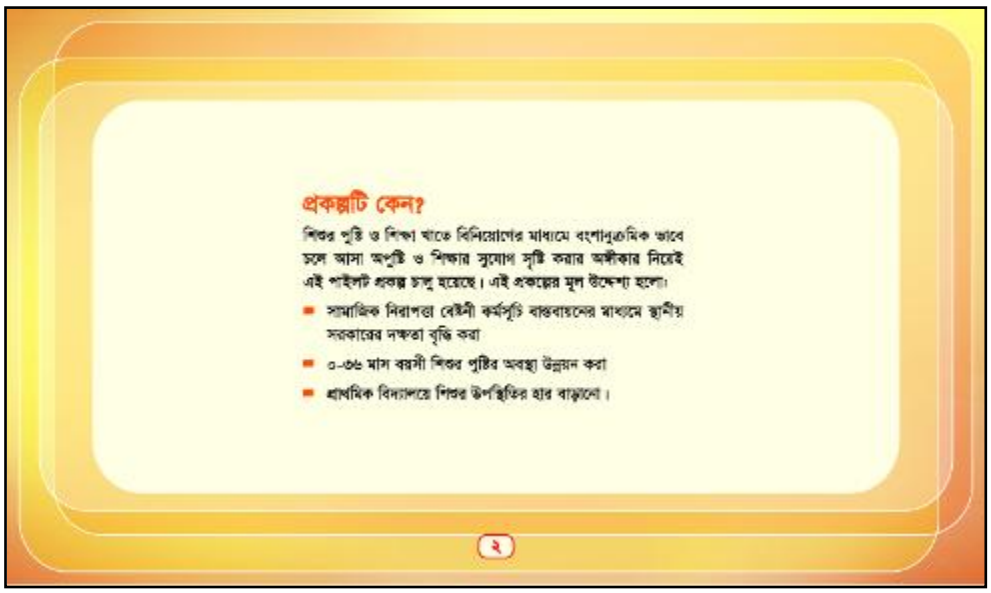
**পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি**

স্থানীয় সরকার বিভাগ
স্থানীয় সরকার, পল্লী উন্নয়ন ও সমবায় মন্ত্রণালয়

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্

Booklet on ‘Shombhob’ Pilot Project





প্রকল্প এলাকা কোথায়?

পুষ্টি ও শিক্ষার উন্নয়নে 'সম্ভব' পাইলট প্রকল্পটি বাংলাদেশের তিনটি নির্বাচিত স্থান: নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন, জলঢাকা ও হাতিবান্ধা উপজেলায় বাস্তবায়িত হচ্ছে।

প্রকল্পটি কাদের জন্য?

মূলত এলাকার অতি দরিদ্র পরিবারের জন্য এই প্রকল্পটি যাদের:

- অন্তত ০-৩৬ মাস বয়সী শিশু আছে, অথবা/এবং
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যাচ্ছে এমন শিশু আছে।

অতি দরিদ্র কারা?

প্রকল্প এলাকার দরিদ্র পরিবারগুলোর মধ্য থেকে কিছু নির্দিষ্ট বৈশিষ্ট্যের ভিত্তিতে অতি দরিদ্র পরিবার নির্বাচন করা হয়। যেমন:

বাসস্থানের অবস্থান, আকার, ধরন, বৈশিষ্ট্য, সুযোগ-সুবিধাসহ (বিদ্যুৎ, সার্নিটারি ল্যাট্রিন) পরিবারের সদস্যদের বয়স, শিক্ষাগত যোগ্যতা, সামাজিক অবস্থান, জীবিকা ইত্যাদি।

অতি দরিদ্র পরিবারসমূহ নির্বাচনের জন্য কম্পিউটারাইজড একটি পদ্ধতি (প্রক্সিমিনস টেস্টিং) ব্যবহার করা হয়।

প্রকল্পটি কিভাবে কাজ করে?

কয়েকটি ধাপ অনুসরণ করে এই প্রকল্পের জন্য উপযোগী পরিবার নির্বাচন ও অর্থ হস্তান্তর করা হবে। যেমন:

- **সুবিধাভোগী চিহ্নিতকরণ:** প্রথমে নিয়ম অনুযায়ী অতি দরিদ্র পরিবারগুলো চিহ্নিত করা
- **সত্যায়ন:** তালিকাভুক্ত পরিবারের বিভিন্ন বৈশিষ্ট্য সিটি কর্পোরেশন ও স্থানীয় ইউনিয়ন পরিষদ কর্তৃক নিশ্চিত করা
- **তালিকাভুক্তিকরণ:** বাছাইকৃত পরিবারগুলোর একটি চূড়ান্ত তালিকা তৈরি করা
- **অর্থ হস্তান্তর:** পোস্টাল ক্যাশ কার্ডের মাধ্যমে সময় অনুযায়ী শর্ত পূরণ সাপেক্ষে পরিবারগুলোকে বাংলাদেশ ডাক বিভাগের মাধ্যমে টাকা দেয়া
- **মনিটরিং:** অর্থ গ্রহণ করার পর পরিবারগুলো নিয়ম মেনে চলছে কিনা তার খোঁজ খবর রাখা।

কী কী সাথে আনতে হবে?

নির্বাচিত পরিবারগুলোর হালনাগাদ তালিকাভুক্তির সময় নিচের জিনিসগুলো আনতে হবে:

- চিহ্নিতকরণ ফরম পূরণের সময় যে কাগজটি দেয়া হয়েছে
- শিশুর টীকা কার্ড অথবা অন্য নিবন্ধন কার্ড
- যে শিশু প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যায় সে বিদ্যালয়ের প্রধান শিক্ষকের সার্টিফিকেট অথবা শিশুর উপবৃত্তির কার্ড অথবা শিশুর বিদ্যালয়ের রিপোর্ট কার্ড
- শিশুর মা বা পরিচর্যাকারীর জাতীয় পরিচয়পত্র (যদি থাকে)
- মাতা/অভিভাবকের দুই কপি ছবি।

প্রকল্প থেকে কী কী সুবিধা পাওয়া যাবে?

- প্রতি দু'মাস পরপর নির্বাচিত পরিবারটি একটি অথবা সর্বোচ্চ দুইটি সুবিধা পাবে
- শিশুর পুষ্টি সুবিধা বাবদ ৪০০ টাকা এবং শিক্ষা সুবিধা বাবদ ৪০০ টাকা অর্থাৎ সর্বোচ্চ ৮০০ টাকা একটি পরিবার পেতে পারে
- এছাড়াও অন্যান্য আরো যে সকল সুবিধা রয়েছে সেগুলো হলো:
  - প্রতি মাসে শিশুর ওজন ও উচ্চতা বৃদ্ধি সম্পর্কে জানতে পারবেন
  - শিশুর পুষ্টি ও স্বাস্থ্য বিষয়ে মা/পরিচর্যাকারী শিক্ষা পাবেন
  - প্রাথমিক বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতি পর্যবেক্ষণ করা হবে।

আর্থিক সুবিধা কিভাবে পাবে?

- নির্বাচিত পরিবারগুলো নির্দিষ্ট ডাকঘর থেকে পোস্টাল ক্যাশ কার্ডের মাধ্যমে টাকা তুলতে পারবে
- প্রকল্প সময়ের মধ্যে নির্বাচিত পরিবারগুলো মোট ৬ বার আর্থিক সুবিধা পেতে পারে
- সিটি কর্পোরেশন/স্থানীয় ইউনিয়ন পরিষদ থেকে নির্দিষ্ট সময়ে নির্বাচিত পরিবারগুলোকে ক্যাশ কার্ড দেয়া হবে
- পরিবারগুলোকে ক্যাশ কার্ডের ব্যবহার শিখিয়ে দেয়া হবে।

ক্যাশ কার্ড কিভাবে ব্যবহার করবে?

- প্রত্যেককে তার নিজের কার্ডের গোপন পিন নাম্বারটি মুখস্ত/মনে রাখতে হবে। এই নাম্বারটি অন্য কারো কাছে প্রকাশ করা যাবে না
- ক্যাশ কার্ডটি শুধু যার নাম লিখা আছে সেই ব্যক্তি ব্যবহার করবে। কোনো ক্রমেই এই কার্ড হস্তান্তর করা যাবে না
- গ্রহিতা সদস্য প্রকল্পের ক্যাশ কার্ডটি তার ব্যক্তিগত টাকা জমা রাখা ও টাকা তোলার কাজেও ব্যবহার করতে পারবেন
- ক্যাশ কার্ডটি অত্যন্ত যত্নের সাথে ব্যবহার ও সংরক্ষণ করতে হবে।

চূড়ান্ত তালিকাভূক্ত পরিবারগুলোকে কী কী নিয়ম মেনে চলতে হবে?

আর্থিক সুবিধা লাভের জন্য চূড়ান্ত তালিকাভূক্ত পরিবারগুলোকে নিচের নিয়মগুলো মেনে চলতে হবে -

শিশুর পুষ্টি নিশ্চিত করা

- শিশুকে নিয়মিত ও নির্ধারিত পরিমাণে পুষ্টিকর খাবার খাওয়ানো
- প্রতি মাসে নির্ধারিত তারিখে স্বাস্থ্য কেন্দ্রে নিয়ে শিশুর উচ্চতা এবং ওজন পর্যবেক্ষণ নিশ্চিত করা।

শিশুর শিক্ষা নিশ্চিত করা

- শিশুকে প্রাথমিক বিদ্যালয়ে পাঠাতে হবে
- বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতি ৮০ ভাগ নিশ্চিত করতে হবে।

কী কারণে পরিবারটি অর্থ সুবিধা পাবে না?

- অর্থ প্রদানের জন্য নিয়মগুলো ঠিকমত মেনে না চললে
- কোনো কারণে তালিকাভূক্ত শিশুটির মৃত্যু হলে সেই পরিবারের নাম তালিকা থেকে বাদ পড়বে।

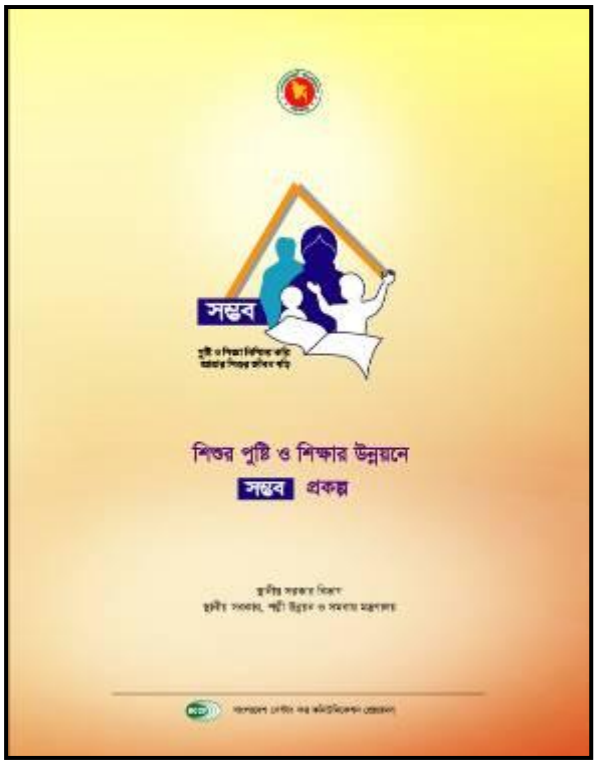
সুবিধা গ্রহণের জন্য কোথায় যেতে হবে?

- **স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণের জন্য:** শিশু স্বাস্থ্য পর্যবেক্ষণের জন্য প্রতি মাসে নির্ধারিত তারিখ ও সময়ে নির্দিষ্ট স্থানে বা কমিউনিটি ক্লিনিকে যেতে হবে
- **প্রাথমিক বিদ্যালয় সার্টিফিকেট অথবা প্রতিবেদন পত্রের জন্য:** প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যেতে হবে
- **টাকা তোলার জন্য:** স্থানীয় পোস্ট অফিস বা নির্ধারিত স্থানে যেতে হবে।

পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি

Leaflet for Targeting

Leaflet for Cash Card Distribution



Folder

Notebook

Banner of Campaign for Targeting

Banner for Targeting Booth

Banner for Enrolment Booth

Roman Banners for Targeting Booth

Roman Banners for Enrolment Booth

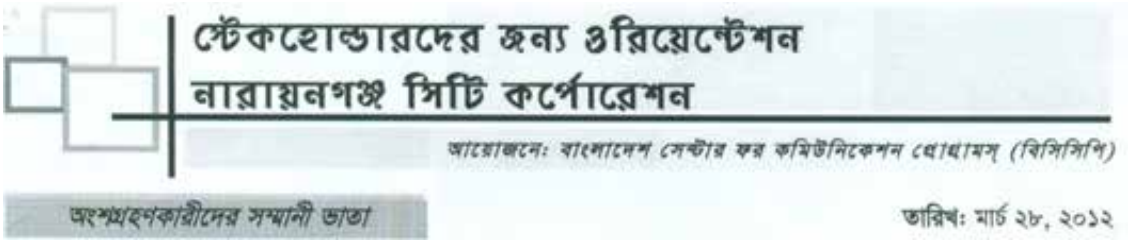
Banner for Cash Card Distribution Booth

Attachment–3:

List of Upazila Level Participants

Participants of Upazila Level Orientation

Narayangonj City Corporation



স্টেকহোল্ডারদের জন্য ওরিয়েন্টেশন
নারায়নগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন

আয়োজনেঃ বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের সম্মানী ভাতা

তারিখঃ মার্চ ২৮, ২০১২

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১.	মো: মাহমুদুর রহমান	২৮/৩/১২
২.	মো: মতিউল ইসলাম	
৩.	আ: মান্নান	
৪.	মো: কবির হোসেন	
৫.	মোহাম্মদ হোসেন	
৬.	মোবারক হোসেন	
৭.	মো: মোহাম্মদ	

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৮.	শফিকুর রহমান বাঙালি মুক্তিযোদ্ধা কৃষি প্রতিনিধি	—
৯.	মো: জয়নাল আবেদীন [illegible] শীতলক্ষ্যা [illegible]	[illegible]
১০.	নূর জাহান সভাপ্রধা: [illegible]	নূর জাহান
১১.	টিনামনি দাস সেক্রেটারি [illegible]	টিনামনি দাস
১২.	আলম আরা বেগম সভাপ্র. [illegible]	SHO
১৩.	কাঞ্চন সেন [illegible]	কাঞ্চন সেন
১৪.	মো: জয়নাল আবেদীন [illegible]	[illegible]
১৫.	মো: সাহিন [illegible]	মো: সাহিন

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১৬.	[illegible]	[illegible]
১৭.	[illegible]	[illegible]
১৮.	[illegible]	[illegible]
১৯.	[illegible]	[illegible]
২০.	[illegible]	[illegible]
২১.	[illegible]	[illegible]
২২.	[illegible]	[illegible]
২৩.	[illegible]	[illegible]

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
২৪.	মো: নিয়ামত হোসেন প্রভাষক [illegible] কলেজ	[illegible]
২৫.	সালাহউদ্দিন আহমেদ [illegible]	Salahuddin
২৬.	কাজী মোহাম্মদ [illegible] [illegible]	[illegible]
২৭.	মো: কামাল চৌধুরী [illegible]	[illegible]
২৮.	মো: [illegible] [illegible]	[illegible]
২৯.	[illegible] [illegible]	[illegible]
৩০.	কে. এইচ. মিলন — দৈনিক [illegible]	[illegible]
৩১.	[illegible]	[illegible]
৩২.	মোস্তফা হোসেন [illegible]	[illegible]
৩৩.	[illegible]	[illegible]
৩৪.	[illegible]	[illegible]
৩৫.	[illegible]	[illegible]
৩৭.	[illegible]	[illegible]

Participants of Upazila Level Orientation

Jaldhaka Upazila

স্টেকহোল্ডারদের জন্য ওরিয়েন্টেশন
জলঢাকা উপজেলা

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের সম্মানী ভাতা

তারিখ: এপ্রিল ২, ২০১২

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১.		
২.		
৩.		
৪.		
৫.		
৬.		
৭.		

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৮.	Mir Hairul Ehsan Chowdhury	21/8/22
৯.	Dipendra nath Sarkar.	21/8/22.
১০.	[illegible]	21/8/22
১১.	[illegible]	21/8/22
১২.	[illegible]	21/8/22
১৩.	[illegible]	21/8/22
১৪.	[illegible]	[illegible]
১৫.	[illegible]	22/04/22

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১৬.		
১৭.		
১৮.		
১৯.		
২০.		
২১.		
২২.		
২৩.		

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
২৪.	মো: [illegible] [illegible] সহকারী স্বাস্থ্য পরিদর্শক	[illegible]
২৫.	মো: রফিকুল ইসলাম সহকারী স্বাস্থ্য পরিদর্শক	[illegible]
২৬.	[illegible] A.H.I	[illegible]
২৭.	মো: মোস্তাকুর রহমান H.I.	[illegible] ২/৪/১২
২৮.	নূরুল ইসলাম AHI	[illegible] ২/৪/১২
২৯.	মো: নজরুল ইসলাম A.H.I	[illegible] ২/৪/১২
৩০.	মো: রাসেকুল ইসলাম ই.ডি.এ	[illegible] ২/৪/১২
৩১.	মো: খাদেমুল ইসলাম ই.ডি.এ	[illegible] ২/৪/১২

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৩২.	[illegible] F.P.I - [illegible]	
৩৩.	[illegible] F.P.I [illegible]	
৩৪.	[illegible] F.P.I [illegible]	
৩৫.	[illegible] PPI - [illegible]	
৩৬.	~~[illegible]~~	
৩৭.	[illegible]	
৩৮.	[illegible]	
৩৯.	[illegible]	

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৪০.		
৪১.		
৪২.		
৪৩.		
৪৪.		
৪৫.		
৪৬.		
৪৭.		

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৪৮.	[illegible]	[signature]
৪৯.	[illegible]	[signature]
৫০.	[illegible]	[signature]
৫১.	[illegible]	[signature] 02/08/22
৫২.	[illegible]	[signature] 02/08
৫৩.	[illegible]	[signature]
৫৪.	[illegible]	[signature]
৫৫.	[illegible]	[signature]
৫৬.	[illegible]	[signature]

Participants of Upazila Level Orientation

Hatibandha Upazila

স্টেকহোল্ডারদের জন্য ওরিয়েন্টেশন
হাতিবান্ধা উপজেলা

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের সম্মানী ভাতা

তারিখ: এপ্রিল ৩, ২০১২

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১.	সুধাংশু ভূষণ রায় উপজেলা শিক্ষা কমিটির সদস্য	[signature]
২.	মো: রশীদুর রহমান পোস্ট আফিস পরিদর্শক	[signature] ৩/৪/১২
৩.	নিদীপ চন্দ্র দেবনাথ পোস্টাল অপারেটর।	[signature] ৩/৪/১২
৪.	আঃ আমিনুর রহমান	[signature] ৩/৪/১২
৫.	মো: আহমেদ জামান প্রধান শিক্ষক দ: গড়িমারী মোস্তাফ পাড়া	[signature] ৩/৪/২০১২
৬.	শরৎ চন্দ্র রায়	[signature]
৭.	মো: হাকিকুল ইসলাম	[signature]

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৮.	[illegible]	[illegible] ০৬/০৪/১২
৯.	[illegible]	[illegible] ০৬/৪/১২
১০.	সুমন কুমার দে পরিবার পরিকল্পনা পরিদর্শক নওদাবাস ইউনিয়ন	[illegible] ০৩.৫.১২
১১.	আলহাজ এম.জি মোস্তফা চেয়ারম্যান সিন্ধীমার ইউনিয়ন পরিষদ	[illegible]
১২.	মোঃ হাফিজ মাহমুদ F.P.I সিন্ধিমারী ইউনিয়ন	[illegible]
১৩.	মোঃ [illegible] স্বাঃ পরিদর্শক নওদাবাস	[illegible]
১৪.	মোঃ আতিয়ার রহমান স্বাস্থ্য পরিদর্শক	[illegible]
১৫.	মোঃ আঃ আজিজ [illegible] স্বাস্থ্য পরিদর্শক	[illegible]

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১৬.	মোঃ [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] 01724221660	[illegible]
১৭.	শ্রী [illegible] [illegible]	[illegible]
১৮.	মোঃ রেজাউল করিম ইন্সট্রাক্টর (কম্পিউটার) [illegible]	Karim 03-4-12
১৯.	দীপক কুমার [illegible] [illegible]	[illegible]
২০.	[illegible], [illegible]	[illegible] 03/04/12
২১.	Md. Azizur Rahman	[illegible]
২২.	মোঃ ইকবাল আলী [illegible], [illegible]	[illegible] 03/04/12
২৩.	মোঃ [illegible] [illegible] [illegible]	[illegible]

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
২৪.	মো: আব্দুল মান্নান সহকারী উপজেলা শিক্ষা অফিসার হাতীবান্ধা, লালমনির হাট	[signature]
২৫.	মো: হাবিবুর রহমান সহকারী উপজেলা শিক্ষা অফিসার হাতীবান্ধা, লালমনির হাট	[signature]
২৬.	মোহাম্মদ সাফায়াত হোসেন সরকার AC (Land), হাতীবান্ধা	[signature] ৩/৪/১২
২৭.	মো: আনোয়ারুল ইসলাম সহ: উপ: শি: অ: হাতীবান্ধা	[signature] ৩/৪/১২
২৮.	আব্দুল [illegible] [illegible] (সহ: প্র: [illegible]: [illegible]	[signature]
২৯.	মো: আব্দুল হামিদ উপজেলা আনসার ও ভিডিপি কর্মকর্তা (ভার) হাতীবান্ধা	[signature]
৩০.	মো: আব্দুল্লাহ আল ইকবাল AUEO হাতীবান্ধা	[signature]
৩১.	মো: আ: জব্বার চার মাহমুদ বেস: বেজি: সভাপতি	[signature]

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৩২: ৩১	সত্যেন্দ্র নাথ দাস FPI বিশ্বনাথপুর, হাতীবান্ধা	[signature]
৩৩: ৩২	পরিমল চন্দ্র F.P.I ভেলাবাড়ী, হাতীবান্ধা	[signature]
৩৪: ৩৩	মোছা: সাহেরা বেগম	[signature]
৩৫: ৩৪	মো: নুরনবী প্র: শি: হাতীবান্ধা [illegible]	[signature]
৩৬: ৩৫	[illegible] [illegible]	[signature]
৩৭: ৩৬	মো: [illegible]	[signature]
৩৮: ৩৭	মো: মামুনুল হাসান UFO, হাতীবান্ধা	[signature]
৩৯: ৩৮	মো: [illegible] হোসেন [illegible] হাতীবান্ধা	[signature]

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
~~৪০.~~ ৩৯	মো: আনিসুর রহমান, সা ২০৩ নম্বর বাগ.	
~~৪১.~~ ৪০	মো: মোস্তাফিজুর রহমান সদস্য ৭নং ওয়ার্ড চিকনী ইউ, পি	
~~৪২.~~ ৪১	সুমন কুমার দে সভাপতি, প্রেসক্লাব, প্রতিনিধি, ভোরের কাগজ	
~~৪৩.~~ ৪২	আমানুল্লাহ আল আজাদ প্রতিনিধি / আমার দেশ	
~~৪৪.~~ ৪৩	মো: নুরুল হক / প্রতিনিধি দৈনিক মুক্তখবর / [illegible]	
~~৪৫.~~ ৪৪	ইলিয়াস বসুনিয়া প্রতিনিধি দৈ: যুগের আলো	
~~৪৬.~~ ৪৫	মোঃ রবিউল হাসান প্রতিনিধি দিনকাল	
~~৪৭.~~ ৪৬	মো: নজরুল ইসলাম	

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৪৮. ৪৭	মোঃ সিরাজুল ইসলাম দুলাল সাধারণ সম্পাদক [illegible]	
৪৯. ৪৮	মোঃ ওমর ফারুক [illegible] [illegible]	
৫০. ৪৯	এ,কে,এম, মোস্তাফিজুর রহমান ইউ, পি. চেয়ারম্যান, [illegible]	
৫১. ৫০	এ,এস,এম. আবুজাহিদ হোসেন [illegible] উপজেলা ভাইস চেয়ারম্যান	৬/৪/১২
৫২. ৫১	মোঃ বদিউজ্জামান ভেলু উপজেলা চেয়ারম্যান	
৫৩. ৫২	মুক্তি রানী সরকার উপজেলা ভাইস চেয়ারম্যান	
৫৪. ৫৩	মোঃ লুৎফর রহমান [illegible] [illegible]	
৫৫. ৫৪	এ.কে.এম. [illegible] চেয়ারম্যান [illegible]	
৫৬.	জনাব আক্তারুজ্জামান উপ-জেলা নির্বাহী কর্মকর্তা [illegible]	
৫৭.	মোঃ [illegible] আলম পোস্ট মাস্টার, [illegible]	০৬/৪/১২

Attachment–4:

Orientation Guideline for Field Workers on Cash Card Distribution

সম্ভব

পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে ‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প

ক্যাশ কার্ড বিতরণ সম্পর্কিত মাঠকর্মীদের ওরিয়েন্টেশন

মে, ২০১২

BCCP
বাংলাদেশ সেন্টার ফর
কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে ‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প

ক্যাশ কার্ড বিতরণ সম্পর্কিত মাঠকর্মীদের ওরিয়েন্টেশন

সময়	অধিবেশন	কৌশল
০৯:৩০ – ১০:০০	সূচনা অধিবেশন	আলোচনা
১০:০০ – ১১:১৫	**অধিবেশন-১** ক্যাশ কার্ড বিতরণ কৌশল	স্লাইড প্রদর্শন, আলোচনা
১১:১৫ – ১১:৩০	চা বিরতি	
১১:৩০ – ১২:০০	**অধিবেশন-২** ক্যাশ কার্ড বিতরণকারী টিম ও বিতরণের জন্য প্রচারণা	স্লাইড প্রদর্শন, আলোচনা
১২:০০ – ০১:১৫	**অধিবেশন-৩** ক্যাশ কার্ড বিতরণের ধাপ ও প্রক্রিয়া	স্লাইড প্রদর্শন, আলোচনা, ডেমোনেস্ট্রেশন
০১:১৫ – ০২:০০	**অধিবেশন-৪** ক্যাশ কার্ডের মাধ্যমে টাকা তোলার কৌশল	স্লাইড প্রদর্শন, আলোচনা
০২:০০	সমাপ্তি	

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প

ক্যাশ কার্ড বিতরণ সম্পর্কিত
মাঠকর্মীদের ওরিয়েন্টেশন

অধিবেশন-১
ক্যাশ কার্ড বিতরণ কৌশল

ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য স্টেকহোল্ডার

ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য 'সম্ভব' পাইলট প্রকল্পের সাথে জড়িত সংস্থাগুলো বিভিন্ন দায়িত্ব পালন করবে:

ক) প্রজেক্ট ম্যানেজমেন্ট ইউনিট (পিএমইউ):

– ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য সুবিধাভোগীদের চূড়ান্ত তালিকা তৈরি করা।

খ) DATA:

– চূড়ান্ত সুবিধাভোগীদের ফটো এ্যালবাম তৈরি করবে। যে সকল মা বা পরিচর্যাকারী জাতীয় পরিচয়পত্র দেখাতে পারবে না তাদের এই ফটো এ্যালবাম দেখে সনাক্ত করা হবে।

গ) বিসিসিপি:

– ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য রুট ম্যাপ তৈরি করা।
– উপজেলা পোস্ট অফিস থেকে প্রোগ্রাম অফিসারগণ এই ক্যাশ কার্ডগুলো ২১ মে তারিখে গ্রহণ করা।
– চূড়ান্ত সুবিধাভোগীদের মধ্যে ক্যাশ কার্ডসমূহ বিতরণ করা।
– ক্যাশ কার্ড সম্পর্কিত সমস্যা, প্রশ্ন বা ব্যাখ্যার প্রয়োজন হলে তা ব্যবস্থাপনা করা বা কেস ম্যানেজমেন্ট করা।

ঘ) বাংলাদেশ পোস্ট অফিস:

- ক্যাশ কার্ড তৈরি করা।
- প্রতিটি স্থানে গ্রাম অনুযায়ী ক্যাশ কার্ডসমূহ প্যাকেটজাত করা এবং উপজেলা পোস্ট অফিস থেকে বিসিসিপি'র কাছে তা হস্তান্তর করা।
- প্রত্যেক সুবিধাভোগীর জন্য একটি প্যাকেটে ক্যাশ কার্ডের সাথে পিন (PIN) নাম্বার এবং সাত (৭)টি টাকা তোলার ফরম সংযুক্ত করা।

ক্যাশ কার্ড বিতরণের সময়সূচি

আগামী ২৩ মে ২০১২ তারিখ থেকে ৫ জুন ২০১২ তারিখ পর্যন্ত
নির্দিষ্ট স্থানে ক্যাশ কার্ডসমূহ বিতরণ করা হবে।

ক্যাশ কার্ড বিতরণের কৌশল

- ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য সুবিধাভোগীদের চূড়ান্ত তালিকা ১৫ মে-এর মধ্যে প্রকাশ করা হবে।
- সুবিধাভোগীদের চূড়ান্ত তালিকা প্রকল্প এলাকার গ্রামে গ্রামে টাঙ্গিয়ে দিতে হবে।
- বাংলাদেশ ডাক বিভাগ গ্রাম অনুযায়ী ক্যাশ কার্ডগুলোকে প্যাকেটজাত করবে।
- উপজেলা পোস্ট অফিস থেকে বিসিসিপি'র প্রোগ্রাম অফিসারগণ এই ক্যাশ কার্ডসমূহ ২১ মে তারিখে গ্রহণ করবেন।
- পূর্ব নির্ধারিত স্বাস্থ্য ও পুষ্টি সেবাকেন্দ্র থেকে নির্দিষ্ট সিডিউল অনুযায়ী ক্যাশ কার্ডসমূহ বিতরণ করা হবে।

ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণ ও লজিস্টিকস

ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য নিচের উপকরণগুলো প্রয়োজন হবে:

- **ক্যাশ কার্ড প্যাকেজ:** এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকবে ক্যাশ কার্ড, পিন (PIN) নাম্বার, টাকা তোলার জন্য ৭টি ফরম। বাংলাদেশ পোস্ট অফিস এই প্যাকেজ তৈরি নিশ্চিত করবে।

- **কার্ড হস্তান্তর রেজিস্টার ফরম:** প্রতিটি মা/পরিচর্যাকারী এই রেজিস্টার ফরমে স্বাক্ষর বা টিপসই প্রদান করে ক্যাশ কার্ড গ্রহণ করবে। GEDESO এই ফরম তৈরি করে বিসিসিপি-কে হস্তান্তর করবে।

- **ফ্যামিলি ফটো এ্যালবাম:** DATA এই ফটো এ্যালবাম তৈরি করবে এবং গ্রাম অনুযায়ী সাজিয়ে বিসিসিপি'র কাছে হস্তান্তর করবে।

- **টাকা প্রদান বা টাকা তোলার জন্য রুট ম্যাপ ও প্রচারণা:** ওরিয়েন্টেশনে মা/পরিচর্যাকারীদের জানিয়ে দেয়া কোথা থেকে টাকা তোলা যাবে। বাংলাদেশ পোস্ট অফিস এই রুট ম্যাপ তৈরি করে বিসিসিপি'র কাছে হস্তান্তর করবে।

- **প্রচারণার জন্য লিফলেট:** কিভাবে কার্ড ও পিন (PIN) নাম্বার ব্যবহার করে পোস্ট অফিস থেকে টাকা তোলা যাবে সে সম্পর্কে সুবিধাভোগীদের জানানোর জন্য বিসিসিপি লিফলেট তৈরি করবে এবং তা সুবিধাভোগীদের কাছে বিতরণ করবে।

- **কেস ম্যানেজমেন্ট ফরম:** ক্যাশ কার্ড হারিয়ে গেলে, ক্যাশ কার্ডে নাম ভুল হলে, প্যাকেটে পিন (PIN) নাম্বার না থাকলে বা পিন (PIN) নাম্বার বোঝা না গেলে বা এ জাতীয় যে কোন সমস্যা দেখা দিলে তা রেজিস্টারে লিপিবদ্ধ করতে হবে এবং তা রিপোর্ট করতে হবে।

- **সুবিধাভোগীদের তালিকা:** সম্ভাব্য ক্ষেত্রে সমস্যা আছে এমন একটি তালিকা DATA তৈরি করে বিসিসিপি-কে প্রদান করবে।

- **চেয়ার, টেবিল ও স্টেশনারী:** কার্ড প্রদান ও কেস ম্যানেজমেন্ট স্থানের জন্য প্রয়োজনীয় সংখ্যক টেবিল, চেয়ার ও স্টেশনারী, যেমন- কাগজ, কলম, মার্কার, টিপসই-এর জন্য স্ট্যাম্প প্যাড ইত্যাদি।

ক্যাশ কার্ড বিতরণের স্থান

ক্যাশ কার্ড প্রতি গ্রামে পূর্ব নির্ধারিত স্বাস্থ্যকেন্দ্রগুলো থেকে বিতরণ করা হবে। ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য স্থানগুলো এমন হওয়া উচিত যেখানে সুবিধাভোগীগণ বসে অপেক্ষা করার জন্য যথেষ্ট জায়গা পান এবং মোটামুটিভাবে স্বচ্ছন্দে থাকতে পারেন।

ক্যাশ কার্ড বিতরণের ধাপ ও প্রক্রিয়া

ক্যাশ কার্ড বিতরণের এই কেন্দ্রগুলোতে অন্তত চারটি স্টেশন থাকতে হবে:

১. সুবিধাভোগীদের জন্য অপেক্ষা করার জন্য স্থান

২. সুবিধাভোগীদের ওরিয়েন্টেশনের স্থান

৩. কার্ড বিতরণ বা হস্তান্তরের স্থান

৪. পিন (PIN)/কেস ম্যানেজমেন্টের স্থান

মা/পরিচর্যাকারীগণ কার্ড নেয়ার জন্য এলে যেভাবে পরিচালিত হবেন তা নিচে বলা হলো:

- শৃঙ্খলা রক্ষাকারী কর্মী ২০-২৫ জন মা/পরিচর্যাকারীকে ওরিয়েন্টেশন কক্ষের দিকে পরিচালিত করবেন।
- ওরিয়েন্টেশন সেশন শেষ হলে শৃঙ্খলা রক্ষাকারী কর্মী দলটিকে ক্যাশ কার্ড বিতরণ ডেস্কের দিকে পরিচালিত করবেন।
- সুবিধাভোগী মা/পরিচর্যাকারী কার্ডটি পেলে তিনি চলে যেতে পারেন। তবে কারো কোন সমস্যা থাকলে শৃঙ্খলা রক্ষাকারী কর্মী সেই মা/পরিচর্যাকারীকে কেস ম্যানেজমেন্ট কক্ষে পাঠাবেন। কেস ম্যানেজমেন্ট কর্মী তার সমস্যা সংক্রান্ত তথ্য রেজিস্টারে লিপিবদ্ধ করবেন এবং তাকে জানাবেন যে একটি নতুন কার্ড বা পিন (PIN) নাম্বার তাকে দ্বিতীয়বার টাকা তোলার সময় দেয়া হবে।

ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য রুট ম্যাপ

বিসিসিপি নিচের রুট ম্যাপ অনুসরণ করে ক্যাশ কার্ডসমূহ বিতরণ করবে:

হাতিবান্ধা উপজেলা

Date	Time	Union	Village/ Slum	Card Distribution Point	Total Cards to be Distributed	Person involved
May 23-26, 2012	9 am-5 pm	Dawabari	Uttar Dawabari	Uttar Dawabari Government Primary School	261	3+2=5
May 27, 2012			Dhakin Dawabari	BCCP Worker Emili's House	104	3+2=5
May 28, 2012			Kishmat Nohali	Kishamat Madrasa	111	3+2=5
May 29, 2012			Purba Dawabari	Maddapara Non-gov. Primary School	134	3+2=5
May 30, 2012			Khudda Bisandoi	Dawabari Ebtadia Madrasa	107	3+2=5
May 31, 2012			Paschim Bisandoi	Paschim Bisandoi Primary School	79	3+2=5
June 2-3, 2012			Purba Bisandoi	Dawabri Union Parisad	169	3+2=5
June 4, 2012			Uttar Bisandoi	Dulu Member's House	78	3+2=5
June 5, 2012			Prannath Patikabari	Aziz Member's House	69	3+2=5
June 6, 2012			**Leftover card distribution**	**Dawabari Union Parisad**		3
May 23-24, 2012	9 am-5 pm	Patikapara	Dakshin Parulia	Dhakhin Parulia Community Clinic	185	3+2=5
May 26-28, 2012			Paschim Haldibari	Paschim Haldibari Community Clinic	351	3+2=5
May 29, 2012			Patikabari	Union FWC	98	3+2=5
			Patikapara			
May 30, 2012			Purba Haldibari	Nurul Islam's House	48	3+2=5
May 31, 2012			Uttar Parulia	Mozammel Member's House	123	3+2=5
June 2- 6, 2012			**Leftover card distribution**	**Union Parishad**		3

Date	Time	Union	Village/ Slum	Card Distribution Point	Total Cards to be Distributed	Person involved
May 23-24, 2012	9 am-5 pm	Nowdabash	Dhaolai	Jorasal Community Clinic	175	3+2=5
May 26-28, 2012			Ketkibari	Family Welfare Center (FWC)	311	3+2=5
May 29, 2012			Pashchim Nowdabash	Union Parisad Office	84	3+2=5
May 30-31, 2012			Purba Nawdabash	Purba Nowdabash Community Clinic	185	3+2=5
June 2- 6, 2012			**Leftover card distribution**	**Union Parisad**		3
May 23-24, 2012	9 am-5 pm	Sindurna	Char Shindurna	Concern Office/Abdul Halim Members' House	222	3+2=5
May 26-27, 2012			Dakshin Sindurna	Dhakhin Sindurna Community Clinic	164	3+2=5
May 28-29, 2012			Purba Sindurna	Sindurna Up Office	193	3+2=5
May 30, 2012			Uttar Haldibari	Toroni member's House	53	3+2=5
May 31, 2012			Uttar Shindurna	Hamida Members House	48	3+2=5
June2- 6, 2012			**Leftover card distribution**	**Union Parisad**		3
May 23-24, 2012	9 am-5 pm	Singimary	Dubni	Dubni Community Clinic	159	3+2=5
May 26, 2012			Char Dubni	Dubni Community Clinic	52	3+2=5
			Dakhin Dhubni	BCCP Worker Shahjahan's House	52	3+2=5
May 27-28, 2012			Goddimari	FWC	276	3+2=5
May 29-31, 2012			Singimari	Singimary Community Clinic	347	3+2=5
June 2-6, 2012			**Leftover card distribution**	**Union Parisad**		3
				Total	**4,238**	

- BCCP Field Worker in every union - 3
- Volunteer in every union - 2

জলঢাকা উপজেলা

Date	Time	Union	Village/ Slum	Card Distribution Point	Total Cards to be Distributed	Person involved
May 23, 2012	9 am-5 pm	Kaimari	Balapara	Rath Bazar Community clinic	84	5+5=10
May 24, 2012			Binyakuri	Binyakuri Government Primary School	112	5+5=10
May 26-27, 2012			Chengmari	Community Clinic	224	5+5=10
			Chhirabodi		36	
May 28- 29, 2012			Gabrole	Community Clinic	193	5+5=10
May 30-June 4, 2012			Kaimari	Dolapara Community Clinic	863	5+5=10
June 5-6, 2012			Saulmari (Mouza)	Alishia Para Govt. Primary School	351	5+5=10
			Talukbadi	Talukbari Girls School	17	
May 23-27, 2012	9 am-5 pm	Kanthali	Dakshin Deshibai	Community Clinic	443	5+5=10
May 27-30, 2012			Paschim Kanthali	Rong-er Bazar Community Clinic	351	5+5=10
May 31-June 3, 2012			Purba Kanthali	Dangapara Registered Primary School	326	5+5=10
June 4-6, 2012			Uttar Deshibai	FWC	481	5+5=10
May 23, 2012	9 am-5 pm	Khutamara	Arazi Kanthali	Arazi Kanthali Govt. Primary School	150	5+5=10
May 24, 2012			Baonabaoni	Baonabaoni Govt. Primary school	128	5+5=10
May 26, 2012			Harishchandra Pat	Community Clinic	184	5+5=10
May 27,29, 2012			Khalisa Khutamara	FWC	324	5+5=10
May 30, 2012			Kismat Bottola	Kismat Bottola Registered Primary School	147	5+5=10
May 31 & 2 june, 2012			Paschim Khutamara	Community Clinic	313	5+5=10
June 3 -4, 2012			Purba Khutamara	Community Clinic	356	5+5=10
June 6, 2012			**Leftover card distribution**			5

Date	Time	Union	Village/ Slum	Card Distribution Point	Total Cards to be Distributed	Person involved
May 23, 24, 2012	9 am-5 pm	Mirganj	Kalkeot	Community Clinic	245	5+5=10
May 25-26, 2012			Mirganj	Adarshagram Registered Primary School	185	5+5=10
			Nijpara	Nijpara Registered Primary School	70	
May 28-30, 2012			Paschim Shimulbari	Community Clinic	300	5+5=10
May 31-June 2, 2012			Pathan Para	Maddah Pathan Para Govt. Primary school	242	5+5=10
June 3-4, 2012			Purba Shimulbari	Udayan Primary School	195	5+5=10
June 5, 2012			Araji Pathan Para	Araji Pathan Para Govt. Primary school	103	5+5=10
			Adarshogram		2	
June 6, 2012			**Leftover card distribution**			5
May 23-26, 2012	9 am-5 pm	Saulmari	Gopaljhar	Community Clinic	290	5+5=10
May 27-30, 2012			Singria	Community Clinic	326	5+5=10
May 31-June 5, 2012			Taluk Saulmari	FWC	694	5+5=10
June 6, 2012			**Leftover card distribution**			5
				Total	**7,735**	

- BCCP Field Worker in Kaimari Union 6, Shoulmari-5, Khutamara- 5, Mirgonj-4 and Kanthali-5
- Volunteer in every union - 5

নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন

Date	Time	Union	Village/ Slum	Beneficiaries	Card Distribution Point	Total Cards to be Distributed	Person involved
May 23, 2012	9 am-5 pm		Refugee Colony	415	Adamjee Umm-al-Qura Junior High School	415	10
May 24, 2012							
May 28, 2012	9 am-5 pm		Shantinagar	134	Hazi Kafil Uddin's House	134	6
			Old Jimkhana Slum	78	Heart Foundation, Mondalpara	78	4
May 29, 2012	9 am-5 pm		Talla Baro Mosque Slum	130	NCC Community Center, Jelepara	130	5
			DN Road Slum	30	Heart Foundation, Mondalpara	111	5
			Relly Bagan (South)	81			
May 30, 2012	9 am-5 pm		Talla Baro Mosque Slum	10	NCC Community Center, Jelepara	127	5
			Jelepara Slum	76			
			Bagpara Slum	41			
			New Jimkhana Slum	77	Heart Foundation, Mondalpara	114	5
			Relly Bagan (North)	29			
			Sweeper Colony, Tanbazar	8			
May 31, 2012	9 am-5 pm		Rishipara Slum	119	Heart Foundation, Mondalpara	119	5
			Joha & Bro. (M. Circus)	57	NCC Community Center, Jelepara	123	5
			Haziganj Railway Slum	32			
			Ibrahim Textile Mill Slum	23			
			BJMC Slum	11			
June 2, 2012	9 am-5 pm		Shahidnagar Slum	119	Councilor's Office, Tamakpotti	119	5
			Beparipara Slum	52	Heart Foundation, Mondalpara	124	5
			Namapara Slum	47			
			Bhuiyanpara Slum	25			
June 3, 2012	9 am-5 pm		Nuluapara Slum	95	Councilor's Office, Tamakpotti	119	5

Date	Time	Union	Village/ Slum	Beneficiaries	Card Distribution Point	Total Cards to be Distributed	Person involved
			Al Amin Nagar Slum	24			
			Rishipara Slum	30	Heart Foundation, Mondalpara	110	5
			Bazna Para	44			
			1 No. Railgate Slum	23			
			Baburail Rishipara Slum	13			
June 4, 2012	9 am-5 pm		Deara Slum	42	Councilor's Office, Tamakpotti	101	5
			Kumudini Bagan (Shitalakkha)	26			
			Muslimnagar Slum	33			
			Bou Bazar Railway Slum	40	Paribarik Shastho Clinic (NCC), Don Chamber	111	5
			Khalil Mia's House	4			
			Kumudini Bagan (Khanpur)	58			
			Kumudini Bagan (Metro)				
			Muchibari Slum	9			
June 5, 2012	9 am-5 pm		Isdair Railway Slum	117	Surovi School, Isdair Railway Slum	119	10
			Isdair Sweeper Colony	2			
					Total	**2,154**	

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প

ক্যাশ কার্ড বিতরণ সম্পর্কিত
মাঠকর্মীদের ওরিয়েন্টেশন

অধিবেশন-২
ক্যাশ কার্ড বিতরণকারী টিম ও
বিতরণের জন্য প্রচারণা

ক্যাশ কার্ড বিতরণকারী টিম

- ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য প্রতি ইউনিয়নে/এলাকায় একটি করে মোবাইল টিম কাজ করবে। প্রতিটি টিমে ৫/৬ জন সদস্য কাজ করবেন। টিমগুলো তাদের সিডিউল অনুযায়ী সংশিণ্টষ্ট ইউনিয়নের/এলাকার নির্দিষ্ট স্থানে ঘুরে ঘুরে কাজ করবেন।
- মাঠকর্মীদের পাশাপাশি প্রতি ইউনিয়নে প্রয়োজন অনুযায়ী কিছু সংখ্যক স্বেচ্ছাসেবী ক্যাশ কার্ড বিতরণে সহায়তা করবে।

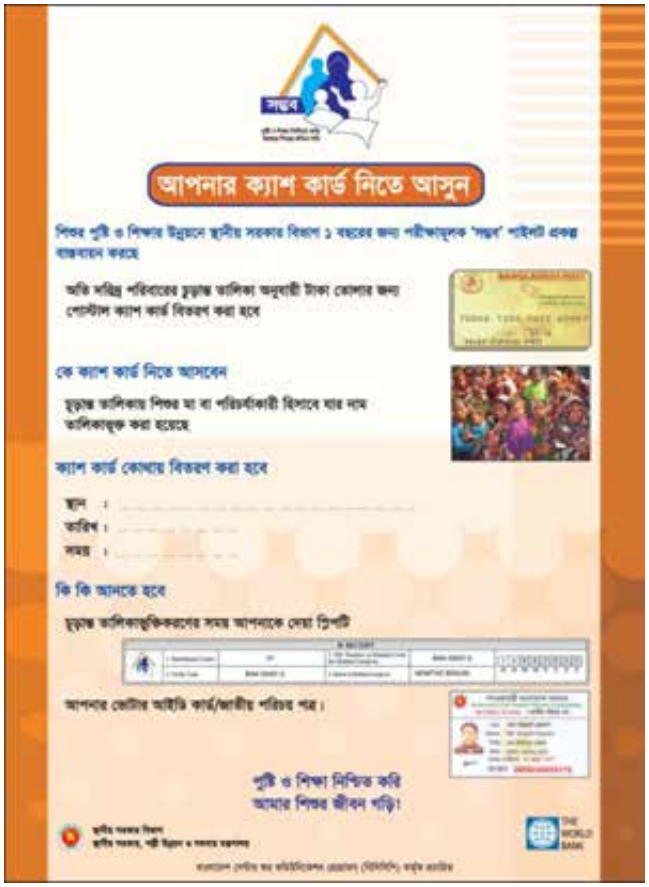
ক্যাশ কার্ড বিতরণকারী টিম

কার্যক্রম	সদস্য সংখ্যা	দায়িত্ব
শৃঙ্খলা রক্ষা	২ জন (স্বেচ্ছাসেবক)	মা/পরিচর্যাকারীরা কেন্দ্রে আসার সাথে সাথে তাদেরকে সুশৃঙ্খলভাবে লাইন ধরে দাড়াতে সাহায্য করা এবং ওরিয়েন্টেশন সেশনে যেতে সাহায্য করা।
ওরিয়েন্টেশন	১ জন (কর্মী)	মা/পরিচর্যাকারীদের কার্যক্রম সম্পর্কে মূল তথ্য প্রদান, ক্যাশ কার্ড গ্রহণের প্রক্রিয়া, ক্যাশ কার্ড ব্যবহারের উপায় ও পিন (PIN) সম্পর্কে জানানো/শেখান।
ক্যাশ কার্ড বিতরণ	১ জন (কর্মী)	মা/পরিচর্যাকারীদের কাছে ক্যাশ কার্ড ও পিন (PIN) হস্তান্তর করা। এক্ষেত্রে তিনি এনরোলমেন্ট স্লিপ ও জাতীয় পরিচয় পত্র দেখে প্রকৃত মা/পরিচর্যাকারী সম্পর্কে নিশ্চিত হয়ে নেবেন এবং রেজিস্টারে তাদের স্বাক্ষর বা টিপসই গ্রহণ করবেন।
কেস/পিন ম্যানেজমেন্ট	১ জন (কর্মী)	কার্ডে ভুল নাম, তালিকায় না থাকা, কার্ড না পাওয়া, পিন (PIN) নাম্বার না থাকা ইত্যাদি বিভিন্ন ধরনের সমস্যা লিপিবদ্ধ করা ও সে সম্পর্কে রিপোর্ট করা। সমস্যা না থাকলে ক্যাশ কার্ডের ব্যবহার পদ্ধতি এবং পিন (PIN) নাম্বার গোপন রাখার বিষয়ে পুনর্বার বলা।

ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য প্রচারণা

- মে মাসের ১৫-২০ তারিখের মধ্যে ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য সুবিধাভোগীদের মধ্যে প্রচারণা চালাতে হবে
- এই প্রচারণার জন্য সুবিধাভোগীদের মধ্যে লিফলেট বিতরণ করা হবে
- এই লিফলেট অনুযায়ী সহজ এবং মূল বার্তাগুলো সুবিধাভোগীদের কাছে পৌঁছাতে হবে (লিফলেট সংযুক্ত)

  মূল বার্তাগুলো হচ্ছে:
  - কেন ক্যাশ কার্ড দেয়া হচ্ছে
  - কে ক্যাশ কার্ড নিতে পারবেন
  - কোথায়, কবে এবং কখন ক্যাশ কার্ড বিতরণ করা হবে
  - ক্যাশ কার্ড গ্রহণের সময় কি কি আনতে হবে
- ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য ক্যাশ কার্ড বিতরণের স্থানসমূহে ব্যানার টানানো হবে।



সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প

ক্যাশ কার্ড বিতরণ সম্পর্কিত
মাঠকর্মীদের ওরিয়েন্টেশন

অধিবেশন-৩
ক্যাশ কার্ড বিতরণের ধাপ ও প্রক্রিয়া

ক্যাশ কার্ড বিতরণের ধাপ ও প্রক্রিয়া

- ক্যাশ কার্ড বিতরণের জন্য নিচের ধাপ ও প্রক্রিয়া অনুসরণ করতে হবে:

ধাপ-১: শৃঙ্খলা রক্ষা

- মা/পরিচর্যাকারীরা কেন্দ্রে আসার সাথে সাথে তাদেরকে সুশৃঙ্খলভাবে লাইন ধরে দাঁড়াতে সাহায্য করা।
- আগত প্রত্যেকে তাদের এনরোলমেন্ট স্লিপ ও জাতীয় পরিচয় পত্র এনেছে কিনা তা নিশ্চিত হওয়া।
- লাইন থেকে প্রতিবার ২০-২৫ জন মা/পরিচর্যাকারীকে ওরিয়েন্টেশন সেশনে পাঠানো।

ধাপ-২: সুবিধাভোগীদের ওরিয়েন্টেশন

- দ্বিতীয় ধাপে সুবিধাভোগীদের ২০-২৫ জনকে একত্রিত করে ক্যাশ কার্ড ব্যবহার ও টাকা পাবার শর্ত পূরণের জন্য তাদের করণীয় বিষয়ে ভালোভাবে বুঝিয়ে দেবেন।
- ওরিয়েন্টেশনে সুবিধাভোগীদের নিচের মূল তথ্যগুলো ভালোভাবে বুঝিয়ে বলতে হবে:

ক্যাশ কার্ড বিতরণের সময় সুবিধাভোগী পরিবারকে বলার জন্য মূল তথ্য সমূহ

পাইলট প্রকল্প

১. প্রকল্পটি ১ বছর মেয়াদী পাইলট/পরীমূলক প্রকল্প।
২. এই পাইলট প্রকল্পের উদ্দেশ্য হচ্ছে, শিশুর স্বাস্থ্য/পুষ্টি অবস্থার উন্নয়ন করা এবং প্রাথমিক বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতির হার বাড়ানো।

সুবিধাভোগী পরিবারকে যা মেনে চলতে হবে

৩. স্বাস্থ্য বিষয়ক সহায়তা পেতে ০-৩৬ মাস বয়সী শিশুর বৃদ্ধি পরিমাপের জন্য অবশ্যই প্রতি মাসে একবার নির্দিষ্ট স্থানে আনতে হবে।
৪. শিক্ষা বিষয়ক সহায়তা পেতে সুবিধাভোগী শিশুকে প্রতিদিন স্কুলে উপস্থিত থাকতে হবে।
৫. মা অথবা পরিচর্যাকারীকে প্রতি মাসে একবার অবশ্যই একটি স্বাস্থ্য শিক্ষা মিটিংয়ে উপস্থিত থাকতে হবে। এই মিটিং এবং শিশুর বৃদ্ধি পরিমাপ একইদিনে হতে পারে।
৬. সহায়তা হিসাবে পাওয়া টাকা শিশুর খাদ্যের জন্য বা শিক্ষার জন্য ব্যয় করতে হবে।

টাকা হস্তান্তর

৭. এই প্রকল্প সময়ে সুবিধাভোগী পরিবারকে মোট ৬ বার টাকা দেয়া হবে।

৮. স্বাস্থ্য বিষয়ে সুবিধাভোগী পরিবারগুলো প্রতি মাসে ৪০০ টাকা হিসাবে ২ মাস পর পর সর্বোচ্চ ৮০০ টাকা পর্যন্ত পাবে।

৯. শিক্ষা বিষয়ে সুবিধাভোগী পরিবারগুলো প্রতি মাসে ৪০০ টাকা হিসাবে ২ মাস পর পর সর্বোচ্চ ৮০০ টাকা পর্যন্ত পাবে।

১০. স্বাস্থ্য ও শিক্ষা উভয় বিষয়ে সুবিধাভোগী পরিবারগুলো প্রতি মাসে ৮০০ টাকা হিসাবে ২ মাস পর পর সর্বোচ্চ ১,৬০০ টাকা পর্যন্ত পাবে।

১১. ০-৩৬ মাস বয়সী সুবিধাভোগী শিশুর বৃদ্ধি পরিমাপ করাতে না আসলে অথবা মা/পরিচর্যাকারী স্বাস্থ্য শিক্ষা মিটিংয়ে উপস্থিত না থাকলে ঐবার কোন টাকা পাবেন না।

১২. একইভাবে সুবিধাভোগী সন্তান স্কুলে না গেলে ঐবার কোন টাকা পাবেন না।

১৩. প্রথমবার জুন মাসের ৬ তারিখে সুবিধাভোগীর একাউন্টে টাকা পাঠানো হবে এবং নির্ধারিত তারিখে ইউনিয়ন পোস্ট অফিস থেকে টাকা তোলা যাবে।

১৪. প্রতি ২ মাস পর পর পূর্ব নির্ধারিত নির্দিষ্ট তারিখ অনুযায়ী ইউনিয়ন পোস্ট অফিস থেকে টাকা তোলা যাবে। এছাড়াও, একজন সুবিধাভোগী যে কোন দিন যে কোন সময় উপজেলা পোস্ট অফিস থেকে টাকা তুলতে পারবেন।

টাকা তোলা

১৫. প্রকল্পের পক্ষ থেকে বাংলাদেশ ডাকঘর/পোস্ট অফিসে সুবিধাভোগীর মা/পরিচর্যাকারীর নামে একটি একাউন্ট/হিসাব খোলা হবে।

১৬. মা/পরিচর্যাকারী একটি ক্যাশ কার্ড পাবেন যা দিয়ে বাংলাদেশ ডাকঘর/পোস্ট অফিসের নির্ধারিত শাখা থেকে প্রাপ্ত টাকা তুলতে পারবেন।

১৭. ক্যাশ কার্ডের সাথে দেয়া গোপন সংখ্যা/নাম্বারটি অবশ্যই মনে রাখতে হবে।

১৮. এই গোপন নাম্বার/সংখ্যা ছাড়া টাকা তোলা যাবে না।

১৯. গোপন নাম্বারটি অন্য কাউকে জানানো যাবে না। কারণ, গোপন নাম্বারটি অন্য কেউ জানলে ক্যাশ কার্ড ব্যবহার করে টাকা তুলে নিতে পারে।

কেস ম্যানেজমেন্ট

২০. গোপন নাম্বারটি ভুলে গেলে মা/পরিচর্যাকারীকে তা পরিবর্তনের জন্য অবশ্যই ডাকঘর/পোস্ট অফিসে যেতে হবে।

২১. ক্যাশ কার্ড হারিয়ে গেলে মা/পরিচর্যাকারী নতুন কার্ডের জন্য অবশ্যই প্রকল্পের মাঠকর্মীকে জানাবেন।

প্রকল্প থেকে নাম বাদ পড়া

২২. প্রকল্প সময়ের মধ্যে সুবিধাভোগী কোন শিশুর মৃত্যু হলে শিশুর মা/পরিচর্যাকারী অবশ্যই তা প্রকল্পের মাঠকর্মীকে জানাবেন।

২৩. পাইলট প্রকল্পটি শেষ হয়ে গেলে অথবা সুবিধাভোগী শিশুটির মৃত্যু হলেই কেবলমাত্র সুবিধাভোগী পরিবারের নাম প্রকল্প থেকে বাদ যাবে।

ধাপ-৩: ক্যাশ কার্ড হস্তান্তর

- ক্যাশ কার্ড বিতরণের সময় বিসিসিপি'র কর্মীগণ মায়ের কাছে এনরোলমেন্টের সময় দেয়া স্লিপটি এবং জাতীয় পরিচয় পত্র চাইতে হবে এবং তা সুবিধাভোগীর তালিকার ফ্যামিলি কোড-এর সাথে মিলিয়ে দেখতে হবে।

D. RECEIPT				
1. Enrollment Centre	01	3. NIC Number or Member Code for Mother/Caregiver	BAN-35097-2	1 0 0 4 2 0 1 2
2. Family Code	BAN-35097-2	4. Name of Mother/Caregiver	MOMTAZ BEGUM	D D M M Y Y Y Y

- এক্ষেত্রে এনরোলমেন্ট স্লিপ ছাড়া কাউকে ক্যাশ কার্ড দেয়া যাবে না।
- মা/পরিচর্যাকারীর নাম লিস্টে না থাকলে তাকে কেস ম্যানেজমেন্ট ডেস্কে পাঠাতে হবে।
- মা/পরিচর্যাকারীর কাছে জাতীয় পরিচয় পত্র না থাকলে ফ্যামিলি এ্যালবাম থেকে সুবিধাভোগীর ছবি মিলিয়ে দেখতে হবে।

- ফ্যামিলি কোডের সাথে সুবিধাভোগীর তালিকার মিল থাকলে মা/পরিচর্যাকারী ক্যাশ কার্ড পেতে পারেন।
- এক্ষেত্রে কার্ডটি হস্তান্তরের আগে ভালোভাবে পরীক্ষা করতে হবে যে ক্যাশ কার্ডের সকল তথ্য ঠিক আছে।
- এরপর তালিকায় নামের পাশে ক্যাশ কার্ড গ্রহণকারীর স্বাক্ষর অথবা টিপ সই গ্রহণ নিশ্চিত করতে হবে।
- কার্ডের সাথে দেয়া গোপন নাম্বারটি যেন অন্য কেউ না জানে সে ব্যাপারে তাকে পুনরায় সতর্ক করতে হবে।

ধাপ-৪: পিন (PIN)/কেস ম্যানেজমেন্ট

কেস ম্যানেজমেন্ট ডেস্ক থেকে খুঁজে না পাওয়া কার্ড, কার্ডে নাম বা অন্য তথ্যের ভুল, পিন (PIN) নাম্বার না থাকা বা পিন (PIN) নাম্বার বোঝা না যাওয়া ইত্যাদি বিষয়গুলো দেখা হবে।

কেস ম্যানেজমেন্ট কর্মীর কাছে যা থাকবে:

- বিভিন্ন কেসগুলো লিপিবদ্ধ করার জন্য কেস ম্যানেজমেন্ট রেজিস্টার
- সুবিধাভোগীদের তালিকা
- কাগজ, কলম ইত্যাদি

ধারণা করা যায় যে, নিম্নলিখিত সাধারণ কেসগুলো বেশি আসতে পারে:

১. চূড়ান্ত লিস্টে থাকা সুবিধাভোগীর জন্য কোন কার্ড না থাকা, এক্ষেত্রে:

- কর্মী এনরোলমেন্ট স্লিপটির সাথে সুবিধাভোগীর তালিকা মিলিয়ে দেখবেন।
- তালিকায় নাম না থাকলে ধরে নিতে হবে ঐ পরিবারটি কার্ড পাওয়ার জন্য উপযুক্ত নয়, তাই কার্ড তৈরি হয়নি। কর্মী তাকে অবশ্যই বুঝিয়ে বলবেন যে, এটি একটি পাইলট প্রকল্প, তবে পরবর্তীতে কর্মসূচিটি ব্যাপক আকারে বাস্তবায়ন করা হলে তাদের তালিকাভুক্ত হবার সুযোগ থাকবে।

– তালিকায় পরিবারটির নাম থাকলে, বুঝতে হবে কার্ডটি অন্য কোন স্থানে বা অন্য কোন প্যাকেটে আছে। এমন অবস্থায় মা/পরিচর্যাকারীকে বলতে হবে যে, কার্ডটি খুঁজে দেখা হবে এবং এ বিষয়ে টাকা তোলার সময় তাকে জানিয়ে দেয়া হবে। কর্মীকে বিষয়টি অবশ্যই কেস ম্যানেজমেন্ট ফরম-এ লিপিবদ্ধ করতে হবে।

- **কার্ডে নামের ভুল থাকা, এক্ষেত্রেঃ**
  – কর্মীকে কেস ম্যানেজমেন্ট ফরম-এর নির্ধারিত স্থানে ফ্যামিলি কোড ও সঠিক নাম লিখতে হবে।
  – মা/পরিচর্যাকারীকে জানাতে হবে যে দ্বিতীয়বার টাকা প্রদানের সময় তাদের কাছে সঠিক নামের কার্ড বিতরণ করা হবে।

- **কার্ডের সাথে পিন** (PIN) **নাম্বার না থাকা বা অস্পষ্ট পিন** (PIN) **নাম্বার, এক্ষেত্রেঃ**
  – কর্মীকে ঘটনাটি কেস ম্যানেজমেন্ট ফরমের নির্ধারিত স্থানে লিপিবদ্ধ করতে হবে।
  – মা/পরিচর্যাকারীকে জানাতে হবে যে, দ্বিতীয়বার টাকা প্রদানের সময় তার কাছে সঠিক পিন (PIN) নাম্বারের কার্ড প্রদান করা হবে।

ক্যাশ কার্ডের জন্য কেস ম্যানেজমেন্ট ফরমে নমুনা নিচে দেয়া হলো:

বিভাগ .....
জেলা .....
উপজেলা/সিটি কর্পোরেশন .....
তারিখ .....
কর্মীর নাম .....

ক্রমিক নং	ফ্যামিলি কোড	কেস-এর ধরন	মা/পরিচর্যাকারীর সঠিক নাম	পর্যবেক্ষণ

কেস-এর ধরন
১. কার্ড না থাকা
২. কার্ডে ভুল নাম আসা
৩. পিন (PIN) নাম্বার নাই অথবা অস্বচ্ছ

- কার্ড বিতরণের কাজ শেষ হয়ে যাবার পর কেস ম্যানেজমেন্ট কর্মী কেস এর সবগুলো ফরম একত্রিত করে বিসিসিপি'র সংশ্লিষ্ট প্রোগ্রাম অফিসারের কাছে প্রেরণ করবে। বিসিসিপি থেকে সেগুলো পরে পিএমইউ-তে পাঠানো হবে।

- বিসিসিপি অবিলিকৃত কার্ডগুলো গ্রাম অনুযায়ী গুছিয়ে নেবে এবং কার্ড ও কেসের ফরমগুলোকে একত্রিত করে পিএমইউতে পাঠাবে। পিএমইউ সেগুলোকে বাংলাদেশ পোস্ট অফিসে পাঠাবে।

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প

ক্যাশ কার্ড বিতরণ সম্পর্কিত
মাঠকর্মীদের ওরিয়েন্টেশন

অধিবেশন-৪
ক্যাশ কার্ডের মাধ্যমে
টাকা তোলার কৌশল

কার্ডের মাধ্যমে টাকা তোলা

ক. সুবিধাভোগী ডাকঘরে অথবা তার নিকটস্থ নির্দিষ্ট স্থানে গিয়ে টাকা তোলার জন্য নিচের ফরমের মতো একটি ফরম পূরণ করবেন।

বাংলাদেশ ডাক বিভাগ
পোস্টাল ক্যাশকার্ড সার্ভিস

পিসিসি-৩
টাকা উত্তোলন ফরম
অফিস কপি

অফিসের নামঃ..... তারিখ.....

গ্রাহকের নাম ঃ .....

কার্ড নম্বরঃ

অফিস পূরন করবে

উত্তোলনকৃত অথ .....
উত্তোলন চার্জ .....
অন্যান্য চার্জ .....
মোট .....
Approval Code .....
কর্মকর্তার স্বাক্ষর .....

উত্তোলনকৃত টাকার পরিমান .....
কথায় .....

ডাকঘরের তারিখের মোহর

গ্রাহকের স্বাক্ষর .....

খ. সুবিধাভোগী ফরমের নির্ধারিত স্থানে নাম, কার্ড নম্বর এবং কত টাকা তুলবেন তা অংকে ও কথায় লিখে ডাক কর্মকর্তাকে দেবেন। এই পর্যায়ে তিনি ফরমে কোন স্বাক্ষর করবেন না।

গ. সুবিধাভোগীর কার্ডটি নিয়ে ডাক কর্মকর্তা পিওএস মেশিনে সোয়াইপ করবেন। এরপর সুবিধাভোগী পিওএস মেশিনে ক্যাশ কার্ডের সাথে দেয়া গোপন পিন (PIN) নাম্বারটি দিবেন।

প্রিন্টের জন্য অপেক্ষা করুন

ঘ. এরপর পিওএস মেশিন থেকে বের হওয়া রিসিট এবং ফরমে লেখা টাকার পরিমান সুবিধাভোগী মিলিয়ে দেখবেন।

ঙ. সুবিধাভোগী টাকা তোলার ফরমে স্বাক্ষর করে ফরমটি ডাক কর্মকর্তাকে ফেরত দিবেন।

চ. সুবিধাভোগী ডাক কর্মকর্তার কাছ থেকে উত্তোলনকৃত টাকা, পিওএস রিসিট ও কার্ড ফেরৎ নিবেন।

লক্ষণীয়ঃ

১. প্রকল্প সময়ে প্রথম ৪ (চার) বার টাকা তোলার জন্য সুবিধাভোগীকে কোন চার্জ দিতে হবে না।

২. পরবর্তীতে যে কোন অংকের টাকা তোলার জন্য প্রতিবার সুবিধাভোগীকে ৫ টাকা করে চার্জ দিতে হবে।

৩. সুবিধাভোগী প্রতিদিন ২ বারের বেশী টাকা তুলতে পারবে না।

৪. ক্যাশ কার্ডের সাথে দেয়া পিন (PIN) নম্বরটি অত্যন্ত গোপনীয়। সুবিধাভোগীকে সতর্ক করে দিন যেন তিনি তার গোপন পিন (PIN) নম্বরটি অন্য কাউকে না বলেন অথবা না দেখান। এমনকি মাঠকর্মীকেও না।

Attachment–5:

Training Guideline on Nutrition

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে **'সম্ভব'** পাইলট প্রকল্প

মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

আগস্ট, ২০১২

‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প

পুষ্টি বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

বিষয়	**সময়**	**কৌশল**
রেজিস্ট্রেশন, প্রশিক্ষণ উদ্বোধন এবং পরিচিতি	৯:০০-৯:৩০	প্রশিক্ষণ শুরু পরিচিতি
খাদ্য ও পুষ্টি – পুষ্টি কি – অপুষ্টি চক্র – অপুষ্টির কারণ এবং অপুষ্টি প্রতিরোধের উপায়	০৯:৩০- ১০:০০	– ব্রেইনস্টর্মিং – পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – আলোচনা
মায়ের বুকের দুধ সম্পর্কিত তথ্য – শালদুধ – ০-৬মাস পর্যন্ত শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ানো – ৬মাস হওয়ার আগে বাড়তি খাবার দেয়ার কুফল	১০:০০- ১০:৪৫	– ব্রেইনস্টর্মিং – পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – আলোচনা
চা বিরতি	১০:৪৫-১১:০০	
মায়ের বুকের দুধ সম্পর্কিত তথ্য – গুড়াদুধ/বোতলের দুধের কুফল – বুকের দুধ খাওয়ানোর ক্ষেত্রে বাধা – সফলভাবে মায়ের দুধ খাওয়ানোর নিয়ম	১১.০০-১১.৩০	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – আলোচনা
পরিপূরক খাবার – পরিপূরক খাবারের ধরণ ও পরিমান - পরিপূরক খাবার দেওয়ার সময়	১১:৩০-১২:১৫	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – অনুশীলন – আলোচনা
খাবারে বৈচিত্র্য/বিভিন্নতা – খাবারে বৈচিত্র্য/বিভিন্নতা কি – খাবারে বৈচিত্র্য/বিভিন্নতা কেন আনা হয় – বিভিন্ন খাবারে বৈচিত্র্য/বিভিন্নতা সম্পর্কিত তথ্য	১২:১৫-১:০০	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – চর্চা/অনুশীলন – আলোচনা
মধ্যাহ্ন বিরতি	**০১:০০- ০২:০০**	
শিশুর সাধারণ রোগসমূহ ও এর প্রতিকার – ডায়ারিয়া – এআরাাই/ নিউমোনিয়া – জ্বর	০২:০০- ০৪:০০	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – ডেমোনেস্ট্রেশন – চর্চা/অনুশীলন – আলোচনা
চা বিরতি	**০৪:০০- ০৪:১৫**	
ফিডব্যাক ও শিখনের সারসংক্ষেপ	০৪:১৫- ০৫:০০	– ফিডব্যাক সংগ্রহ – সারাংশ আলোচনা
প্রশিক্ষণ সমাপনী	০৫:০০	

‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প

পুষ্টি বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

চলমান

বিষয়	**সময়**	**কৌশল**
পূর্বদিনের পর্যালোচন া	৯:০০-৯:১৫	– উপস্থাপনা – আলোচনা
শিশুর অপুষ্টি – অপুষ্টি চিহ্নিতকরণ – অপুষ্টিজনিত রোগসমূহ ও এর প্রতিকার	০৯:১৫-১০:৩০	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – আলোচনা
চা বিরতি	১০:৩০-১০:৪৫	
সম্পূরক খাদ্য – আয়োডিনযুক্ত লবণ – ভিটামিন এ সম্পূরক	১০:৪৫ -১১.১৫	– ব্রেইনস্টর্মিং – পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – আলোচনা
পুষ্টির অভাবজনিত রোগ – পুষ্টির অভাবজনিত রোগ কি – এনিমিয়া – রাতকানা	১১:১৫-১২:৪৫	– ব্রেইনস্টর্মিং – পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – আলোচনা
শিশুর টিকা ও নবজাতকের যত্ন – শিশুর টিকা – নবজাতকের যত্ন – পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা	১২:৪৫-০১:১৫	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – ডেমোনেস্ট্রেশন – চর্চা/অনুশীলন – আলোচনা
মধ্যাহ্ন বিরতি	**০১:১৫-০২:০০**	
কার্যকর দলীয় সভা/ স্বাস্থ্য শিক্ষা অধিবেশন আয়োজন ও পরিচালনা	০২:০০-০২:৪৫	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – আলোচনা
কার্যকর দলীয় সভা/ স্বাস্থ্য শিক্ষা অধিবেশন আয়োজন ও পরিচালনা (অনুশীলন)	০২:৪৫-০৩:৪৫	– চর্চা/অনুশীলন – আলোচনা
চা বিরতি	০৩:৪৫-০৪:০০	
কমিউনিটি মবিলাইজেশন – উদ্দেশ্য – কৌশল	০৪:০০-০৪:৪৫	– গল্প বলা – পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – আলোচনা
ফিডব্যাক সংগ্রহ	০৪:৪৫-০৫:০০	– ফিডব্যাক সংগ্রহ – সারাংশ আলোচনা
প্রশিক্ষণ সমাপনী	০৫:০০	

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ১
খাদ্য ও পুষ্টি

খাদ্য

খাদ্য হচ্ছে এমন কতগুলো প্রয়োজনীয় উপাদানের সমষ্টি যা গ্রহণের মাধ্যমে শরীরের স্বাভাবিক বৃদ্ধি ও কর্মতৎপরতা বজায় থাকে, ক্ষয়পূরণ ও বিভিন্ন কাজের জন্য শক্তি যোগান দেয় এবং সর্বোপরি শরীর রোগ প্রতিরোধক শক্তি সঞ্চয় করে।

খাদ্যের পিরামিড

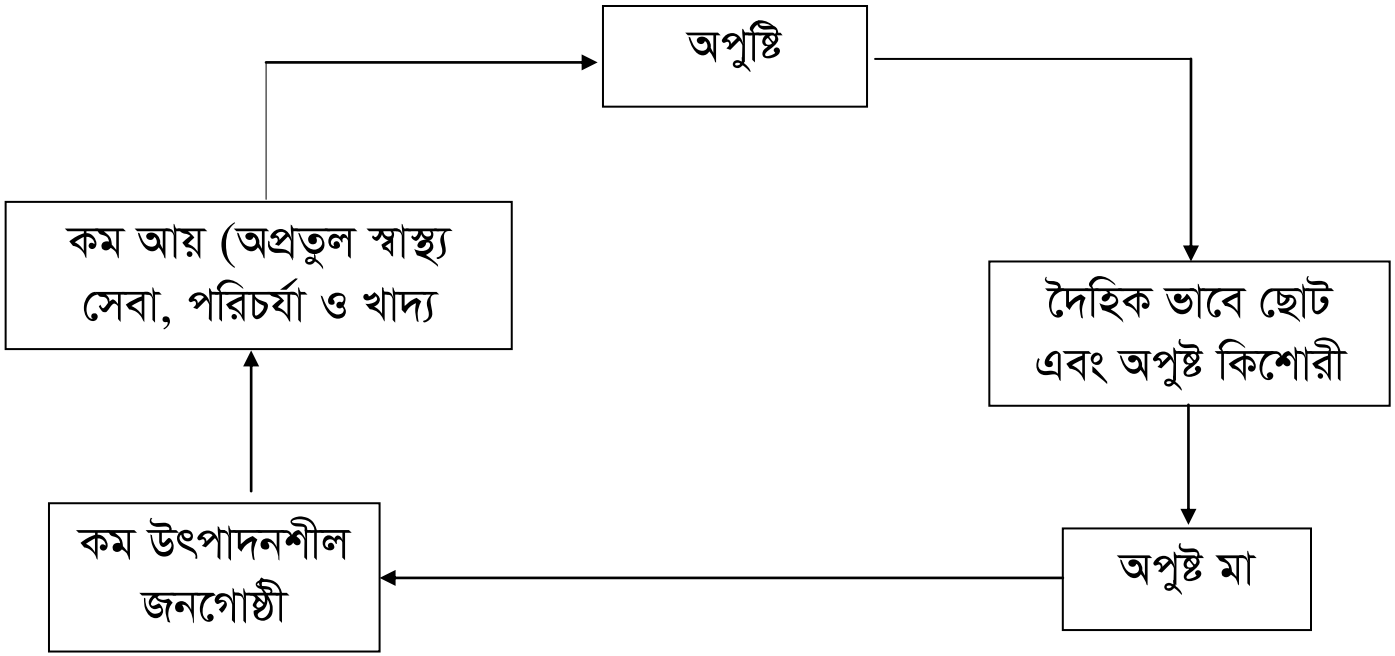
পুষ্টি

পুষ্টি হচ্ছে একটি গতিশীল প্রক্রিয়া, যার মাধ্যমে গ্রহণ করা খাদ্য পরিপাক ও শোষিত হয়। এক কথায় বলা যেতে পারে পুষ্টি হচ্ছে দেহে খাদ্যের প্রতিফলন। ৩টি ধাপে পুষ্টি প্রক্রিয়াটি পর্যায়ক্রমে সম্পন্ন হয়।

(১) খাদ্য গ্রহণ
(২) পরিপাক
(৩) সর্বশেষ বিপাক।

আমাদের দেশের অতিদরিদ্র পরিবারগুলো অপুষ্টির দুষ্ট চক্রের মধ্যে বছরের পর বছর বেঁচে থাকে।

অপুষ্টির দুষ্ট চক্র



শিশুর অপুষ্টি প্রতিরোধ

গর্ভাবস্থায়

১. সকল গর্ভবতী মহিলাকে গর্ভকালীন সেবা ও পরীক্ষার জন্য নিয়মিত স্বাস্থ্যকেন্দ্রে যেতে হবে

২. গর্ভকালীন সময়ে মাকে সঠিকভাবে সুষম খাদ্য গ্রহণ করতে হবে

৩. গর্ভবতী মাকে ভারি কাজ থেকে বিরত রাখতে হবে এবং তাকে পর্যাপ্ত বিশ্রামের সুযোগ দিতে হবে (রাতে ৮ ঘন্টা, দিনে কমপক্ষে ১ ঘন্টা)।

জন্মের পরে

১. জন্মের সঙ্গে সঙ্গে শিশুকে শালদুধ দিতে হবে

২. শিশুর ছয় মাস বয়স পূর্ণ হওয়া পর্যন্ত শুধুমাত্র মায়ের দুধই খাওয়াতে হবে।

৩. শিশুর বয়স ছয় মাস পূর্ণ হলে, মায়ের দুধের পাশাপাশি শিশুকে সুষম বাড়তি খাবার দিতে হবে

৪. জন্মের এক বৎসরের মধ্যে শিশুকে ৭টি রোগের টিকা দিতে হবে।

৫. নয় মাস বয়সে শিশুকে হামের টিকার সঙ্গে একটি ভিটামিন ‘এ’ ক্যাপসুল (১,০০,০০০ আইইউ) খাওয়াতে হবে।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ২
মায়ের দুধের পুষ্টি ও
এ সম্পর্কিত তথ্য

০ থেকে ৬ মাস বয়সী শিশুর জন্য খাদ্য বিষয়ক নির্দেশনা

শিশুর জন্য মায়ের বুকের দুধ সৃষ্টিকর্তার আশীর্বাদ স্বরূপ।শিশু জন্মের পর তার জন্য একমাত্র খাবার হল মায়ের বুকের দুধ।জন্মের পর থেকে পূর্ণ ছয় মাস বয়স পর্যন্ত শিশুর পুষ্টি এবং সঠিক বৃদ্ধি ও বিকাশের জন্য বুকের দুধই একমাত্র উৎকৃষ্ট খাবার। প্রথম ছয় মাস শিশুর দরকারী সব খাবার ও পানীয় মায়ের দুধে থাকে। গরম আবহাওয়াতেও এ ছয় মাস শিশুকে আলাদা করে পানি খাওয়ানোর কোনই প্রয়োজন নেই। ছয় মাস বয়স পর্যন্ত শিশুকে বার বার শুধুমাত্র মায়ের দুধ দিতে হবে এবং এরপর থেকে শিশুর ২ বছর বয়স পর্যন্ত মায়ের দুধের পাশাপাশি অন্যান্য খাবার চালিয়ে যেতে হবে।

শিশুর জন্মের পর যত দ্রুত সম্ভব তাকে মায়ের কাছে দিতে হবে। শিশুকে মায়ের বুকের কাছে নিলে সে নিজে থেকে মায়ের বুকের দুধ চুষতে শুরু করবে ও তার প্রয়োজন মত শালদুধ গ্রহন করবে।এ কাজটি শিশুর জন্মের আধাঘন্টার মধ্যে অবশ্যই করতে হবে। কেননা এতে

- মায়ের বুকের দুধ তৈরীর ক্ষমতা বৃদ্ধি পায়
- মা ও শিশুর মধ্যে বন্ধন দৃঢ় হয়

ছয় মাস পর্যন্ত শিশুর জন্য শুধুমাত্র মায়ের বুকের দুধই যথেষ্ট। শিশুকে মায়ের দুধ ছাড়া অন্য কোন খাবার বা পানীয়, যেমনঃ পানি, মধু, মিছরির পানি, চিনির পানি, সরিষার তেল ইত্যাদি খাওয়ানোর কোন প্রয়োজন নেই।এগুলো শিশুর জন্য ক্ষতির কারণ হতে পারে।

শালদুধ

শিশু জন্মের পর মায়ের বুকে প্রথম যে দুধ আসে তাকে শাল দুধ বলে। শাল দুধের রঙ হলুদ,এটি ঘন এবং আঠালো। এই শাল দুধ শিশুর প্রথম খাবার এবং প্রথম টিকা হিসেবে কাজ করে।

শালদুধের উপকারিতা

- শাল দুধে এমন কিছু উপাদান থাকে যা শিশুকে বিভিন্ন সংক্রামক রোগ হতে বাঁচায়
- প্রথম ৩/৪ দিন শালদুধ অল্প পরিমানে বের হয় কিন্তু এটি শিশুর চাহিদা বা পেট ভরানোর জন্য যথেষ্ট
- শিশুর পরবর্তী জীবনের সঠিক বৃদ্ধি ও সুস্থ থাকা, জন্ম পর পর শালদুধ খাওয়ানোর উপর অনেকাংশে নির্ভর করে

মায়ের দুধ খাওয়ানোর বিষয়ে পাঁচটি প্রধান তথ্য

- জন্মের পরপরই শিশুকে মায়ের প্রথম শাল দুধ খাওয়ান
- ছয় মাস বয়স পূর্ণ হওয়া পর্যন্ত মায়ের দুধই যথেষ্ট ।এসময় এমনকি পানিরও প্রয়োজন নেই।
- শিশুর বয়স ছয় মাস পূর্ণ হলে মায়ের দুধের পাশাপাশি পরিবারের অন্যান্য খাবার খাওয়ান।
- অসুস্থ শিশুকে মায়ের দুধ বারে বারে খাওয়ান ও অন্যান্য স্বাভাবিক খাবার খাওয়ান।
- গর্ভবতী ও প্রসূতি মায়ের পুষ্টি এবং শিশুর সুস্বাস্থ্যের জন্য গর্ভবতী ও প্রসূতি মাকে বেশী বেশী সুষম খাবার খেতে দিন।

ছয় মাস বয়স পর্যন্ত শুধুমাত্র মায়ের দুধ খাওয়ানোর প্রয়োজনীয়তা ও উপকারিতা

শিশুর উপকার

- মায়ের দুধ খেলে শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও মানসিক বিকাশ ভাল হয়।
- শিশুর প্রয়োজনীয় সকল পুষ্টি উপাদান মায়ের দুধে সঠিক পরিমানে আছে।এছাড়া মায়ের দুধ সহজে হজম হয়।
- মায়ের দুধ শিশুর শরীরে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ায় এবং শিশু সুস্থ থাকে।
- শিশু মায়ের দুধ খেলে তার ডায়রিয়া, নিউমোনিয়া, কানপাকা, এলার্জি হওয়ার আশঙ্কা কমে যায়।
- মায়ের দুধ খেলে শিশুর বুদ্ধি ভাল হয়।

মায়ের উপকার

- মা এবং শিশুর মধ্যে বন্ধন দৃঢ় হয়।
- মায়ের মাসিক দেরিতে হয় তাই পরবর্তী গর্ভধারণ হওয়ার আশঙ্কা পিছিয়ে যায়।
- শিশু জন্মের পর পরই মায়ের দুধ খাওয়ালে গর্ভফুল তাড়াতাড়ি পড়ে, জরায়ু আস্তে আস্তে পূর্বাবস্থায় ফিরে আসে, এছাড়া মায়ের শরীরের রক্ত কম ভাঙ্গে ফলে মা রক্তস্বল্পতা থেকে রক্ষা পায়।
- মায়ের ডিম্বাশয়ে, জরায়ুতে এবং স্তনে ক্যান্সার হওয়ার আশঙ্কা কমে যায়।
- মায়ের দুধ খাওয়ানো সহজ তাই মায়ের ঝামেলা কম হয়।

শিশুকে বিকল্প দুধ বা গরুর দুধ খাওয়ানোর অপকারিতা

- বোতলের দুধ শিশু অপেক্ষাকৃত সহজে টেনে খেতে পারে। তাই শিশু আর মায়ের দুধ খেতে চায় না ফলে মায়ের বুকে দুধ তৈরী হওয়াও কমে যায়
- বোতল ব্যবহৃত বিকল্প দুধ সব সময়ই রোগজীবাণু বহন করে।
- বিকল্প দুধ খাওয়ানোর জন্য উপকরনসমূহ যেমন -বোতল, চুষনী/নিপল,ইত্যাদি সহজেই ও খুব দ্রুত জীবাণু দ্বারা আক্রান্ত হয় যা শিশুর জন্য ক্ষতিকর।মা বা সাহায্যকারী অনেক বেশী পরিমান সতর্কতা অবলম্বন সত্ত্বেও জীবাণু সংক্রমন ঘটতে পারে।
- বিকল্প দুধে রোগ-জীবাণুর বিরুদ্ধে লড়াই করার কোনো ক্ষমতা থাকে না।
- বিকল্প দুধে শিশুরা যে কোনো রোগে আক্রান্ত হতে পারে এবং রোগ সারতে সময় লাগে।
- গরুর দুধে পর্যাপ্ত ভিটামিন, বিশেষ করে ভিটামিন সি থাকে না। ফলে শিশুকে আলাদাভাবে ফলের রস খাওয়াতে হয়।গুড়া দুধের ক্ষেত্রেও একই সমস্যা হয়ে থাকে
- গরুর দুধে পর্যাপ্ত আয়রন থাকলেও মায়ের দুধের মতো শিশুর অন্ত্রে তা বিশোষণ হয় না। ফলে শিশু রক্ত স্বল্পতায় ভোগে।
- গরুর দুধে অতিরিক্ত লবণ থাকে, ফলে শিশুদের খিঁচুনি হতে পারে।
- শিশুর বুদ্ধি বৃদ্ধির জন্য অত্যাবশ্যকীয় উপাদান গরুর দুধে বা গুড়াদুধে কম থাকে। কিন্তু মাতৃদুগ্ধে পর্যাপ্ত থাকে।

- হজমের জন্য প্রয়োজনীয় এনজাইম গরুর দুধে অনুপস্থিত থাকে। ফলে শিশুর পক্ষে গরুর দুধ হজম করা কষ্টকর।
- দেরীতে হজম হওয়ার ফলে শিশুর পাকস্থলি অনেকক্ষণ ভরা থাকে। সুতরাং শিশু অনেক দেরী করে খেতে চায়।
- গরুর দুধ বা বিকল্প দুধে অভ্যস্ত শিশুরা সাধারণত ডায়রিয়া, নিউমোনিয়া, কোষ্ঠকাঠিন্য ও একজিমা, কানপাকা, সর্দিকাশি ইত্যাদি রোগে আক্রান্ত হয়।
- গরুর দুধ বা বিকল্প দুধ খাওয়ানো ব্যয় সাপেক্ষ।

কম ওজনের শিশু ও অপরিণত শিশুর ক্ষেত্রে

১. অপরিণত শিশু বা কম ওজনের শিশুর মায়ের বুকের দুধে প্রচুর পরিমানে প্রোটিন থাকে যা শিশুর জন্য খুবই উপকারী।
২. এধরনের শিশুর জন্মের পর যতটা সম্ভব মায়ের কাছে রাখতে হবে ও শিশুকে উষ্ণ রাখতে হবে।
৩. শিশুকে মায়ের বুক চুষতে দিতে হবে।এতে মায়ের বুকে পর্যাপ্ত পরিমান দুধ তৈরি হবে।
৪. শিশু যতক্ষণ পর্যন্ত চুষতে সক্ষম হবে না ততক্ষণ দুধ গেলে শিশুকে খাওয়াতে হবে।

মায়ের মৃত্যু, অসুস্থতা ইত্যাদি বিভিন্ন ধরণের সমস্যায় করনীয়

১. খুবই মারাত্নক ধরনের দুই একটি রোগ যেমন এইডস ছাড়া অন্যান্য যে কোন রোগে যেমন সর্দি, কাশি, জ্বর, এলার্জি, ইত্যাদি ক্ষেত্রে মা শিশুকে বুকের দুধ দিতে পারবেন।

২. মাসটাইটিস হয়ে থাকলে ঠান্ডা পানির সেক দিতে হবে ও চিকিৎসকের পরামর্শ অনুয়ায়ী এন্টিবায়োটিক শুরু করতে হবে।নরমাল স্যালাইন বা পানি দিয়ে বার বার ধুয়ে দিতে হবে।এঅবস্থায় ও মা শিশুকে বুকের দুধ খাওয়াতে পারবে তবে ওপেন আলসার/বুকের উপরিভাগে ঘা থাকলে বুকের দুধ খাওয়ানো বন্ধ রাখতে হবে।

৩. তবে মাকে পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখতে হবে।

৪. মা মারা গিয়ে থাকলে দাদি, নানী, খালা ফুফু বা অন্য কোন মহিলা রাজি থাকলে তাদের মাধ্যমে শিশুকে বুকের দুধ খাওয়াতে হবে।

৫. শিশুকে বুকের দুধ দেয়ার মত কাউকে পাওয়া না গেলে সেক্ষেত্রে বিকল্প দুধ খাওয়ানো যেতে পারে।

৬. অনেক মা মনে করে থাকেন তার শিশু ঠিক পরিমানে দুধ পাচ্ছে না বা শিশু পেট ভরে খাচ্ছে না এসব ক্ষেত্রে মা কে বোঝাতে হবে শিশুর পেট/পাকস্থলি খুব ছোট ও সে তার প্রয়োজন অনুসারে খেয়ে থাকে।

৭. অনেক সময় বিভিন্ন কারণে মায়ের বুকে দুধ কমে যায় এক্ষেত্রে মা শিশুকে বুকের দুধ দেয়া বন্ধ করবেন না।শিশু বুকের দুধ টানতে থাকলে ধীরে ধীরে বুকের দুধের পরিমান বাড়বে।এরপরও কোন সমস্যা দেখা দিলে মা নিকটস্থ স্বাস্থ্যকর্মীর সঙ্গে দেখা করবেন ,তবে কোন অবস্থাতেই বোতলের দুধ দেয়া ঠিক হবে না।

সফলভাবে মায়ের দুধ খাওয়ানোর নিয়ম

- মাকে সামনে না ঝুঁকে বা পেছনে হেলান না দিয়ে আরাম করে সোজা হয়ে বসতে হবে। শুয়ে খাওয়াতে চাইলে কাত হয়ে শিশুকে নিজের দিকে ঘুরিয়ে নিতে হবে।
- কোলের উপর বালিশ দিয়ে নিতে পারেন।
- এবার শিশুকে যথাসম্ভব মায়ের দিকে সম্পূর্ণ ঘুরিয়ে ধরুন যেন তার বুক ও পেট মায়ের বুক ও পেটের সাথে লেগে থাকে।
- স্তনের বোঁটা শিশুর উপরের ঠোঁটে কয়েকবার স্পর্শ করান যাতে শিশু বড় করে হা করে। এরপর শিশুকে স্তনের দিকে টেনে নিন, এতে শিশুর মুখের ভিতর স্তনের বোঁটাসহ বোঁটার পেছনের কালো অংশটুকু ঢুকে যাবে।
- প্রতিবার খাওয়ানোর সময় শিশুকে একটি স্তন থেকে সম্পূর্ণ দুধ খেতে দিন। এর পর ক্ষুধা থাকলে অন্য স্তন থেকে খাওয়ান। শিশু একটি স্তন খাওয়ার সময় নিজে থেকে সরে না আসা পর্যন্ত তাকে সরিয়ে নেবেন না।

মায়ের বসে ও শুয়ে দুধ খাওয়ানো ছবি

মায়ের দুধ খাওয়ানোর সঠিক নিয়ম

শিশু বড় করে হা করেছে (সঠিক)

শিশুর শরীর পুরোপুরি মায়ের দিকে ফেরানো আছে (সঠিক)

শিশুর বুক ও পেট মায়ের বুক ও পেটে লেগে আছে (সঠিক)

শিশু আলো অংশ সহ মুখে নিয়েছে (সঠিক)

রাত্রে শিশুকে বেশী বেশী মায়ের দুধ খাওয়াতে হবে

মাকে বাড়তি খাবার খাওয়ার কথা বলতে হবে এবং শিশুকে মায়ের দুধ খাওয়ানোর সময় মাকে বাড়তি ৫০০ ক্যালরী বেশী খেতে হবে। এই বাড়তি ৫০০ ক্যালরী গ্রহনের জন্য মাকে বুঝিয়ে বলতে হবে।এক্ষেত্রে মা পুষ্টিকর খিচুরি গ্রহন করতে পারেন।

পুষ্টিকর খিচুড়ি

উপকরন	**পরিমান**
১. চাল	২ মুঠ
২. ডাল	১ মুঠ
৩. ডিম	১টি
৪. সবজী	১ মুঠ
৫. তেল	৫ চা চামচ

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৩
পরিপূরক খাবার

পরিপূরক খাবার

শিশুর স্বাভাবিক বৃদ্ধি ও বিকাশের জন্য ছয় মাস পূর্ণ হওয়ার পর থেকে মায়ের দুধের পাশাপাশি শিশুকে পরিবারের যে খাবার দেয়া হয় তাকেই পরিপূরক বা বাড়তি খাবার বলে।
পরিপূরক বা বাড়তি খাবার খাওয়ানোর মাধ্যমে শিশুকে পরিবারের প্রাপ্তবয়স্কদের খাবারে ধীরে ধীরে অভ্যস্ত করানো হয়।

পরিপূরক খাবার কেন দিতে হবে

শিশুর জন্মের প্রথম বছরে অতি দ্রুত বৃদ্ধি ঘটে। ছয় মাস পূর্ণ হলে শুধুমাত্র মায়ের দুধে শিশুর চাহিদা মিটে না। কাজেই শিশুর স্বাভাবিক বৃদ্ধি ও পুষ্টি অবস্থা ঠিক রাখার জন্য অবশ্যই মায়ের দুধের পাশাপাশি তাকে বাড়তি খাবার দিতে হবে।

শিশুর পরিপূরক খাবারের ধরণঃ

- শিশুর পরিপূরক খাবার সুষম হতে হবে।যে খাবারে শর্করা, স্নেহ বা তেল, আমিষ, ভিটামিন, খনিজ লবণ ও পানি এই ছয় ধরণের পুষ্টি উপাদান থাকে তাকেই সুষম খাবার বলে।
- শিশুর পরিপূরক খাবার তৈরী করার সময় মনে রাখতে হবে যেন প্রত্যেকটি পুষ্টি উপাদান শিশুর বয়স অনুযায়ী তার খাবারে প্রয়োজনীয় পরিমানে থাকে। চাল, ডাল, ডিম, তেল, সব্জি ও পানি ইত্যাদি মিশিয়ে রান্না করা খিচুড়িও একটি সুষম ও সুস্বাদু পরিপূরক খাবার।
- শিশুর পরিপূরক খাবার নরম এবং উচ্চ শক্তি সম্পন্ন অর্থাৎ অল্প খাবারে অধিক শক্তি যোগায় এমন খাবার হবে।
- খাবার হবে বিশুদ্ধ ও টাটকা। মৌসুমি শাকসব্জি ও ফলমূল থাকতে হবে।
- ৮মাস বয়স থেকে শিশু হাতে ধরে খেতে পারে এমন সব খাবার দেয়া যেতে পারে যেমনঃবিস্কুট,পিঠা,ফল ইত্যাদি।
- ১ বছর বয়স থেকে শিশুকে পরিবারের সব খাবার দেয়া যায়।
- শিশুকে ভিটামিন ‘এ’ এবং আয়রন সমৃদ্ধ ফল ও সব্জি প্রতিদিন খাওয়ানো প্রয়োজন।

পরিপূরক খাবারের সাথে দুই বছর বয়স পর্যন্ত শিশুকে মায়ের দুধ খাওয়াতে হবে

- ১২ মাস বয়স পর্যন্ত দিনে রাতে কমপক্ষে ৮ বার।
- ১-২ বছর বয়সে দিনে রাতে কমপক্ষে ৫-৬ বার।
- ১-২ বছর বয়সেও মায়ের দুধ শিশুর যথেষ্ট পরিমাণে শক্তি, আমিষ ও ভিটামিনের চাহিদা পূরণ করে। যদি কোন মা এ সময় শিশুকে বুকের দুধ বন্ধ করে দেন অথবা শিশুর চাহিদামত না দিয়ে নামে মাত্র বুকের দুধ খাওয়ান তাহলে শিশুর অপুষ্টি হতে পারে।

পরিপূরক খাবার দেয়ার সময় যে সকল বিষয় বিশেষভাবে খেয়াল রাখা প্রয়োজন

- ১২ মাস বয়স পর্যন্ত আগে মায়ের দুধ এবং পরে ঘাটতিটুকু পূরণের জন্য শিশুকে পরিপূরক খাবার দিতে হবে।
- শিশুকে সব সময় ঘরে তৈরি তাজা খাবার খাওয়াতে হবে। পুরনো, বাসি খাবার শিশুকে কখনও খাওয়ানো উচিত নয়।

পরিপূরক খাবারের বয়স অনুযায়ী পরিমান :

- শিশুর সঠিক বৃদ্ধি ও বিকাশের জন্য ৬ মাস বয়স থেকে বাড়তি খাবার অবশ্যই দিতে হবে
- ৬ থেকে ৮ মাস বয়সে বুকের দুধের পাশাপাশি শিশুকে আধা বাটি নরম খাবার দিনে অন্তত ২ বার দিতে হবে
- এই খাবারে অন্তত একটি ডিম বা যেকোন মাছ অথবা মাংস বা ডাল বিশেষ করে মুরগীর কলিজা থাকতে হবে।
- ৯ থেকে ২১ মাস বয়স পর্যন্ত শিশুকে আধা বাটি দিনে তিন বার দিতে হবে এছাড়া এর সাথে পুষ্টিকর snacks/না ২ থেকে ১ বার দিতে হবে
- ১ বছর থেকে ২বছর পর্যন্ত ১ বাটি (২৫০ মি.লিটার) দিনে ৩ বার ও ১/২ বার পুষ্টিকর snacks দিতে হবে
- শিশু ৪/৫ ঘন্টার বেশি ঘুমালে তাকে ঘুম থেকে উঠিয়ে খাওয়াতে হবে।তবে খুব ছোট শিশুর জন্য এটি করা উচিত হবে না।

শিশুকে পরিপূরক খাবার খাওয়ানোর উপায় বা নিয়মঃ

- খাবার দেয়ার আগে খেয়াল করতে হবে খাবারটির তাপমাত্রা যেন শিশুর খাওয়ার উপযোগী হয়।
- খাবার যেন অতিরিক্ত ঝাল ,লবণযুক্ত অথবা একেবারে স্বাদহীন না হয় সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে
- শিশুর খাবারের বাটি, চামচ ইত্যাদি ভালভাবে ফুটানো পানি দিয়ে ধুয়ে নিরাপদ করে নিতে হবে
- শিশুকে খাওয়ানোর পূর্বে মা ভাল করে সাবান বা ছাই দিয়ে হাত ধুয়ে নিবে ,হাত ধোয়ার জন্য নিরাপদ পানি (ফুটানো বা টিউবওয়েলের পানি) ব্যবহার করতে হবে
- শিশুর খাবার ঢেকে রাখতে হবে।পচা বা বাসি খাবার খাওয়ানো যাবে না
- শিশু খাবারে হাত দেওয়ার সম্ভাবনা থাকলে বা খাবার ধরে খেলে খাওয়ার আগে ও পরে শিশুর হাত ভালভাবে ধুয়ে দিতে হবে।
- পরিপূরক খাবার হিসেবে ঘরে তৈরী পুষ্টিকর খাবার শিশুকে খাওয়ান।বাইরের কেনা খাবারে বিভিন্ন ক্ষতিকর উপাদান থাকে যা শিশুর শরীরের জন্য খুবই ক্ষতিকর।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৪
খাদ্যের বৈচিত্র্য

খাদ্যের বৈচিত্র্য

বাড়ির আশেপাশে খোলা জায়গায় বিভিন্ন ধরণের শাকসবজি ও ফলমূলের গাছ লাগান।

- মাংস ও ডিমের জন্য বাড়িতে হাঁস-মুরগী পালন করা যেতে পারে এবং সব ডিম বিক্রি না করে দিয়ে কিছু সংখ্যক পরিবারের সদস্যদের জন্য বিশেষ করে গর্ভবতী বা দুগ্ধদানকারী মা, শিশুর জন্য রাখতে হবে ও খাওয়াতে হবে।
- দুধ বা দুধ জাতীয় খাবারের জন্য ছাগল পালন করা যেতে পারে।

- শিশুর খাদ্য বিভিন্ন ধরণের শস্য(চাল, গম, ভুট্টা, তিল, তিসি ইত্যাদি), মূল ও কন্দ (আলু, মিষ্টি আলু, গাজর, মূলা, শালগম, বীট, কচু ইত্যাদি) সমন্বয়ে হতে হবে। এলাকায় যেসব খাবার সহজলভ্য তা থেকে শিশুকে খেতে দিতে হবে।
- শিশুর পরিপূরক খাবার হিসেবে পুষ্টিকর খিচুড়ী দেয়া যাবে।২ মুঠ চাল, ১ মুঠ ডাল, ১টি ডিম,মাছ/মাংস, ১ মুঠ সব্জি, ৫ চা চামচ তেল দিয়ে পুষ্টিকর খিচুড়ী রান্না করে শিশুকে খাওয়াতে হবে।এই খিচুড়ী সারাদিনে একবারে বা বারেবারে খাওয়ানো যেতে পারে।
- এছাড়া মুরগীর কলিজা, গরু বা খাসির কলিজা, মগজ, মাছের তেল ইত্যাদিতে প্রচুর পরিমানে পুষ্টি উপাদান থাকে। যা শিশুদের জন্য উপকারী।

- বাড়ন্ত শিশুদের ছাতু খেতে দেওয়া যেতে পারে ,এক্ষেত্রে ছাতুর সঙ্গে ১ চা চামচ তেল, চিনি বা গুড়, দুধ যোগ করে এর পুষ্টিমান আরও বাড়িয়ে নিতে হবে।এছাড়া দুধের সঙ্গে সাবুদানা, সুজি ,চাল দিয়ে রান্না করেও খাওয়ানো যেতে পারে।

- ভিটামিন 'এ' সম্বৃদ্ধ ফল ও শাকসব্জি শিশুদেরকে খেতে দিতে হবে। গাঢ় রঙ্গিন শাকসব্জি ও ফলমূলে প্রচুর পরিমানে ভিটামিন 'এ' থাকে। এসব খাবারে অন্যান্য ভিটামিনও প্রয়োজনীয় পরিমানে থাকে। শিশুদের 'রাতকানা' রোগ প্রতিরোধে ভিটামিন 'এ' প্রধান ভূমিকা পালন করে।

- ভিটামিন 'এ' সম্বৃদ্ধ ফলমূল ও শাকসব্জি হল-
  পাকা আম, কাঁঠাল, পাকা পেঁপে, কলা, গাজর, বীট, বিভিন্ন ধরণের সবুজ ও রঙ্গিন শাক ও সবজি ইত্যাদি

- শিশুদেরকে মৌসুমি তাজা ফল খেতে দিতে হবে।যেসব শিশুকে পরিপূরক খাবার দেওয়া শুরু করা হয়েছে তাদেরকে পাকা ফল চিপে বা পিষে রস করে খাওয়াতে হবে।কোন অবস্থাতেই বাজারের কেনা জুস খাওয়ানো যাবে না।

- বাজারের কেনা জুস, লিচি, জেলি, চকলেট, চিপস, চানাচুর, ইত্যাদিতে বিভিন্ন রাসায়নিক উপাদান থাকে যা শিশুর শরীরের জন্য মারাত্নক ক্ষতিকর ।তাই ঘরে তৈরি খাবার শিশুকে খেতে দিন।

- শিশুকে পরিপূরক খাবারের পাশাপাশি হালকা নাস্তা হিসাবে মুড়ি, চিড়া, খৈ, মোয়া, বিভিন্ন পিঠা, সুজি, হালুয়া,ঘরে তৈরী আলুর চিপস, সাগু,বাদাম ইত্যাদি খাওয়ান।

- বিদেশি ফল যেমন- আপেল, আঙ্গুর, নাসপাতি ইত্যাদিও চেয়ে দেশি মৌসুমি তাজা ফলের পুষ্টিমান অনেক বেশি ।দেশি ফল দামেও সস্তা ও সহজলভ্য ।শিশুকে দেশি ফল মূলে অভ্যস্থ করুন

প্রশিক্ষণার্থীদের একটি ছক তৈরী করতে বলুন ।এলাকায় পাওয়া যায়,সহজলভ্য ও সস্তা খাবারের/খাদ্যসামগ্রীর নাম বলতে বলুন ।নামগুলো থেকে প্রয়োজনীয় খাদ্য নিয়ে নির্ণয় করে দিন। ছক পূরণ করতে বলুন।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৫
শিশুর সাধারণ রোগ ও তার প্রতিকার

ডায়রিয়া

২৪ ঘন্টার ভিতর তিন বার বা তার অধিক পাতলা পায়খানা হলে তাকে ডায়রিয়া বলে। পাতলা পায়খানা যদি অস্বাভাবিক পরিমানে একবারও হয় তাকেও ডায়রিয়া বলে। ডায়রিয়া হলে পায়খানা সাথে শরীর থেকে প্রচুর পরিমানে পানি বেরিয়ে যায়।

ডায়রিয়ায় পানি স্বল্পতার শ্রেণী বিভাগঃ

চরম পানি স্বল্পতা

নিম্নোক্ত যে কোন দু'টি চিহ্ন যদি থাকে

- নেতিয়ে পড়ছে বা অজ্ঞান
- চোখ বসে গেছে
- পান করতে পারে না বা কম পান করে
- পেটের চামড়া টেনে ধরে ছেড়ে দিলে খুব ধীরে ধীরে স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে যায় (দুই সেকেন্ড এর বেশী)

কিছু পানি স্বল্পতা

নিম্নোক্ত যে কোন দু'টি চিহ্ন যদি থাকে

- অস্থির, খিটখিটে
- চোখ বসে গেছে
- আগ্রহের সাথে পান করে, তৃষ্ণার্ত
- পেটের চামড়া টেনে ধরে ছেড়ে দিলে ধীরে ধীরে স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে যায়।

পানি স্বল্পতা নাই

- কিছু অথবা চরম পানি স্বল্পতার কোন চিহ্ন নাই

শিশুর ডায়রিয়া প্রতিরোধ করার উপায় :

- ছয় মাস বয়স পর্যন্ত শিশুকে কেবলমাত্র মায়ের দুধ খাওয়ানো
- ছয় মাস বয়স পূর্ণ হবার পর শিশুকে মায়ের দুধের পাশাপাশি বাড়তি খাবার দেওয়া
- নিরাপদ পানি ব্যবহার করা
- স্যানিটারি পায়খানা ব্যবহার করা
- খাবার খাওয়ানোর আগে এবং মলত্যাগ করার পরে সাবান অথবা ছাই দিয়ে হাত ধোয়া
- শিশুর মলত্যাগের সাথে সাথে স্যানিটারি পায়খানায় ফেলে দেয়া

- সময় মতো শিশুকে হামের টিকা দেওয়া
- খাবার সব সময় ঢেকে রাখা এবং বাসি খাবার না খাওয়ানো।

ডায়রিয়া সম্পর্কিত মূলবার্তা

১. ডায়রিয়া হলে শিশুর শরীর থেকে প্রয়োজনীয় পানি ও লবণ বেরিয়ে যায়। পরিণতিতে শিশু মারা যেতে পারে। ডায়রিয়া আক্রান্ত শিশুকে তাই বারে বারে বেশি বেশি খাবার স্যালাইন ও তরল খাদ্য খাওয়াতে হবে।
২. ডায়রিয়া হলে শিশুর স্বাভাবিক খাবার চালিয়ে যেতে হবে।
৩. যে শিশু মায়ের দুধ খায়, ডায়রিয়া হলে তাকে মায়ের দুধ আরও ঘন ঘন খাওয়াতে হবে।
৪. শরীরের ঘাটতি পূরণের জন্য ডায়রিয়া সেরে যাবার পর শিশুকে ২ সপ্তাহ পর্যন্ত প্রতিদিন অতিরিক্ত ১ বার খাবার দিতে হবে।
৫. ডায়রিয়া আক্রান্ত শিশুর অবস্থা যদি খারাপের দিকে যায় কিংবা ৩ দিনের মধ্যে অবস্থার উন্নতি না ঘটে তবে ডাক্তার বা প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত স্বাস্থ্যকর্মীর সাহায্য নিতে হবে অথবা স্বাস্থ্যকেন্দ্রে নিয়ে যেতে হবে।
৬. ডায়রিয়া হলে ডাক্তারের পরামর্শ না নিয়ে শিশুকে কোনো ওষুধ দেয়া যাবে না।

- **বাড়িতে ডায়রিয়ার ব্যবস্থাপনা**
- বাড়িতে ডায়রিয়ার ব্যবস্থাপনার জন্য মা-কে নীচের ৩টি নিয়ম বুঝিয়ে দিন

১। বারবার তরল খাবার দিন (শিশু যে পরিমাণ খেতে পারে)

- ঘন ঘন মায়ের দুধ দিন এবং প্রতিবারে বেশি সময় ধরে দিন।
- যদি শিশু শুধুমাত্র মায়ের দুধ খায়, তাহলে সেই সাথে ওআরএস/খাবার স্যালাইন ও নিরাপদ পানি দিন
- যদি শিশু শুধুমাত্র মায়ের দুধ না খায়, তাহলে তাকে তরল খাবার খেতে দিন যেমন: ওআরএস/খাবার স্যালাইন, সুপারিশকৃত তরল খাবার (যেমন: ভাতের মাড়, চিড়ার পানি), নিরাপদ পানি ইত্যাদি।
- ওআরএস তৈরি এবং কিভাবে খাওয়াতে হয় তা মা-কে বুঝিয়ে দিন। বাড়িতে খাওয়ানোর জন্য মা-কে দুই প্যাকেট ওআরএস দিন।
- স্বাভাবিক তরল খাবারের সাথে কি পরিমাণ অতিরিক্ত তরল খাবার দিতে হবে তা মা-কে দেখিয়ে দিন:
- দুই বছর পর্যন্ত ৫০ থেকে ১০০ মিলি প্রতিবার পাতলা পায়খানার পওে দুই বছর বা বেশি বয়সের ১০০ থেকে ২০০ মিলি প্রতিবার পাতলা পায়খানার পরে বারবার অল্প পরিমাণ খেতে দিন
- শিশু বমি করলে ১০ মিনিট অপেক্ষা করুন। তারপর আবার খাওয়ান, তবে ধীরে ধীরে ডায়রিয়া বন্ধ না হওয়া পর্যন্ত অতিরিক্ত তরল খাবার চালু রাখুন

২। স্বাভাবিক খাবার চালু রাখুন
৩। স্যালাইনের পাশাপাশি শিশুকে জিংক খাওয়ান, পাতলা পায়খানা শেষ হয়ে গেলেও
৪। কখন ডাক্তারের কাছে নিতে হবে তা মাকে বুঝিয়ে দিন

- শিশুর অবস্থা যদি আরো খারাপের দিকে যায়
- পায়খানার সাথে যদি রক্ত যায়
- শিশু যদি কম তরল খাবার পান করে

লক্ষ্যণীয় বিষয় :

শিশুর পরিপূরক খাবার শুরু করার সময় অনেকসময় বিভিন্ন কারণে শিশুর পাতলা পায়খানা/ ডায়রিয়া হতে দেখা যায় ।এক্ষেত্রে যা করণীয়-

১.যে খাবারে শিশুর সমস্যা হচ্ছে তা কিছুদিনের জন্য বন্ধ রেখে পরবর্তিতে আবার অল্প অল্প দিয়ে শিশুকে অভ্যস্থ করা

২.পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা অবলম্বন করা

৩.নতুন খাবার অল্প অল্প দিয়ে শিশুকে অভ্যস্থ করা

শিশুর শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ/ এআরআই / নিউমোনিয়া

- শিশুর শ্বাসতন্ত্রের যে কোনো অংশে হঠাৎ সংক্রমণকে এআরআই বা শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ বলে।
- কাশি বা শ্বাস কষ্ট এআরআই-এর প্রধান লক্ষণ।
- এআরআই-এ আক্রান্ত শিশুর সঠিক যত্ন নেয়া না হলে, শিশুর ফুসফুসে সংক্রমণ হতে পারে, এ অবস্থাকে নিউমোনিয়া বলে।

নিউমোনিয়ার লক্ষণ :

১. কাশি অথবা শ্বাসকষ্টের সাথে শান্ত অবস্থায় বয়স অনুযায়ী দ্রুত শ্বাস

২. বয়স ভিত্তিক শান্ত অবস্থায় দ্রুত শ্বাসের হার নিম্নরূপঃ

বয়স	স্বাভাবিকের চেয়ে শ্বাস দ্রুত বলে ধরতে হবে (শান্ত অবস্থায়)
২ মাসের কম	প্রতি মিনিটে ৬০ বার বা তার বেশি
২ মাস থেকে ১২ মাস পর্যন্ত	প্রতি মিনিটে ৫০ বার বা তার বেশি
১২ মাস থেকে ৫ বছর পর্যন্ত	প্রতি মিনিটে ৪০ বার বা তার বেশি

৩. শান্ত অবস্থায় শ্বাস নেয়ার সময় বুকের নিচের অংশ ভিতর দিকে ডেবে বা চেপে যাওয়া মারাত্মক নিউমোনিয়ার লক্ষণ। এ অবস্থায় শিশুকে জরুরী ভিত্তিতে হাসপাতালে পাঠাতে হবে।

নিউমোনিয়ার প্রতিরোধ ও প্রতিকারের উপায়

১. শিশুকে ঠান্ডা লাগতে না দেয়া

২. পরিবেশ পরিষ্কার ও শুকনা রাখা এবং ধোয়া ও ধুলামুক্ত নির্মল পরিবেশে রাখা

৩. সময়মত শিশুকে সবগুলো টিকা দেয়া

৪. রোগ নির্ণয়ের সাথে সাথে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব চিকিৎসার জন্য স্বাস্থ্য কেন্দ্র/ হাসপাতালে রেফার করা

৫.পুষ্টিহীনতা প্রতিরোধে শিশুকে বয়স অনুযায়ী বুকের দুধ খাওয়ানো ও অন্যান্য সম্পূরক খাদ্য খাওয়ানো

নিউমোনিয়া নয় (কাশি অথবা সর্দি) আক্রান্ত শিশুর বাড়ীতে ব্যবস্থাপনা

১. অসুস্থ শিশুকে বার বার মায়ের দুধ বা তরল খাবার দিন

২. নাকবন্ধ থাকলে নাক পরিষ্কার করুন

৩. কাশি থাকলে গরমপানি/লেবুর রস ইত্যাদি খাওয়ান

৪. কাশি ৩০ দিনের বেশি থাকলে, রোগ নিরূপনের জন্য হাসপাতালে প্রেরণ করুন।

জটিলতা

যথা সময়ে চিকিৎসা না করালে অধিকাংশ ক্ষেত্রেই শিশুর মারা যাওয়ার সম্ভাবনা বেশী থাকে ।

জ্বর :

নবজাতক ও বাড়ন্ত শিশুদের ক্ষেত্রে জ্বর একটি সাধারন রোগ। বিভিন্ন কারণে শিশুদের জ্বর হয়ে থাকে।তবে অল্প সময়ের ব্যবধানে দীর্ঘমেয়াদি,উচ্চতাপমাত্রার জ্বর শিশুর জন্য মারাত্নক হতে পারে।এক্ষেত্রে চিকিৎসক বা নিকটস্থ স্বাস্থ্যকর্মীর সাহায্য নিন।

শিশুর জ্বর হলে খাদ্য ব্যবস্থাপনা:

- শিশুকে বুকের দুধ খাওয়ানো চালিয়ে যেতে হবে।
- এসময় শিশুর বৃদ্ধি যেন ব্যহত না হয় সেজন্য প্রোটিন/আমিষ জাতীয় খাবার বেশী পরিমানে দিতে হবে।
- জ্বর থেকে যেন তাড়াতাড়ি সুস্থ হয়ে ওঠে সেজন্য ভিটামিন যুক্ত খাদ্য দিতে হবে
- ডিহাইড্রেশন/পানিস্বল্পতা যেন না হয় সেজন্য পানি বা তরল জাতীয় খাবার বেশি পরিমানে খাওয়াতে হবে

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৬
মারাত্মক অপুষ্টি চিহ্নিতকরণ ও
মারাত্মক অপুষ্টিজনিত রোগসমূহ

সঠিক ও সুষম খাদ্যের অভাব ,বিভিন্ন রোগের প্রকোপ, খাদ্য সম্পর্কিত জ্ঞানের অভাব ইত্যাদি কারণে আমরা সহজেই অপুষ্টিতে আক্রান্ত হতে পারি।এক্ষেত্রে মা ও শিশুরা সবচেয়ে বেশী ও সহজে আক্রান্ত হয়।

অপুষ্টির কারণসমূহ

অপুষ্টি হচ্ছে প্রয়োজনীয় পুষ্টি উপাদানের অভাব। সাধারণতঃ নিম্নলিখিত কারণগুলো বেশি দিন চলতে থাকলে অপুষ্টিজনিত অবস্থার সৃষ্টি হয়:

- খাদ্য সুষম না হলে
- পরিপাক ও পরিশোষনে ব্যাঘাত ঘটলে
- এক বা একাধিক পুষ্টি উপাদানের ঘাটতি হলে
- পরিবারে খাদ্যের অভাব হলে, পরিবারে অপর্যাপ্ত খাবার থাকলে, পরিবার খাদ্যের সুষম বন্টন না হলে
- অপর্যাপ্ত স্বাস্থ্যসেবা ও পরিচ্ছন্ন পরিবেশের অভাব হলে
- মা ও শিশুর যত্নের অভাব হলে।
- খাদ্য সম্পর্কিত জ্ঞানের অভাব ও বিভিন্ন ভ্রান্ত ধারনা
- বিভিন্ন রোগের প্রকোপ

অপুষ্টি জনিত রোগসমূহঃ

দেহে পুষ্টির অভাব হলে বিভিন্ন ধরনের রোগ দেখা দেয় ।এঅবস্থা বেশী দিন চলতে থাকলে যেসব রোগ দেখা দেয়-

- আমিষ ও শক্তির ঘাটতি জনিত কোয়াশিয়রকর ও ম্যারাসমাস
- ভিটামিন-এ ঘাটতি জনিত রাতকানা
- ভিটামিন-বি কমপ্লেক্স ঘাটতি জনিত রোগ
- ভিটামিন সি এর স্বল্পতাজনিত স্কার্ভিরোগ
- ভিটামিন ডি ঘাটতি জনিত রিকেটস্
- আয়রন ঘাটতি জনিত রক্তস্বল্পতা
- আয়োডিনের অভাবে শিশুর মেধার বিকাশ ব্যাহত হওয়াসহ বিভিন্ন সমস্যা।

বাংলাদেশে আমিষ ও শক্তির ঘাটতি জনিত পুষ্টিহীনতার ব্যাপকতাই সবচেয়ে বেশী, যাকে প্রোটিন এনার্জি ম্যালনিউট্রিশন (PEM) বলা হয়ে থাকে। মূলতঃ শিশুরাই এতে আক্রান্ত হয়। ফলে মারাত্নক অবস্থায় শিশু ম্যারাসমাস ও কোয়াশিয়রকর রোগে ভোগে। এদেশের শতকরা ৯৩ ভাগ শিশুই যে কোন মানের পুষ্টিহীনতায় ভোগে, যাদের অধিকাংশই স্বল্প ওজনের শিকার। তাছাড়া অনুপুষ্টি ঘাটতিজনিত পুষ্টিহীনতার ব্যাপকতাও আছে।

গা-ফোলা (কোয়াশিয়রকর)

- এটি আমিষ শক্তি ঘাটতি জনিত রোগের একটি লক্ষণ হিসেবে বিবেচিত হয়। সাধারণত: ১ থেকে ৫ বৎসর বয়সের শিশুরা বেশী আক্রান্ত হয়।

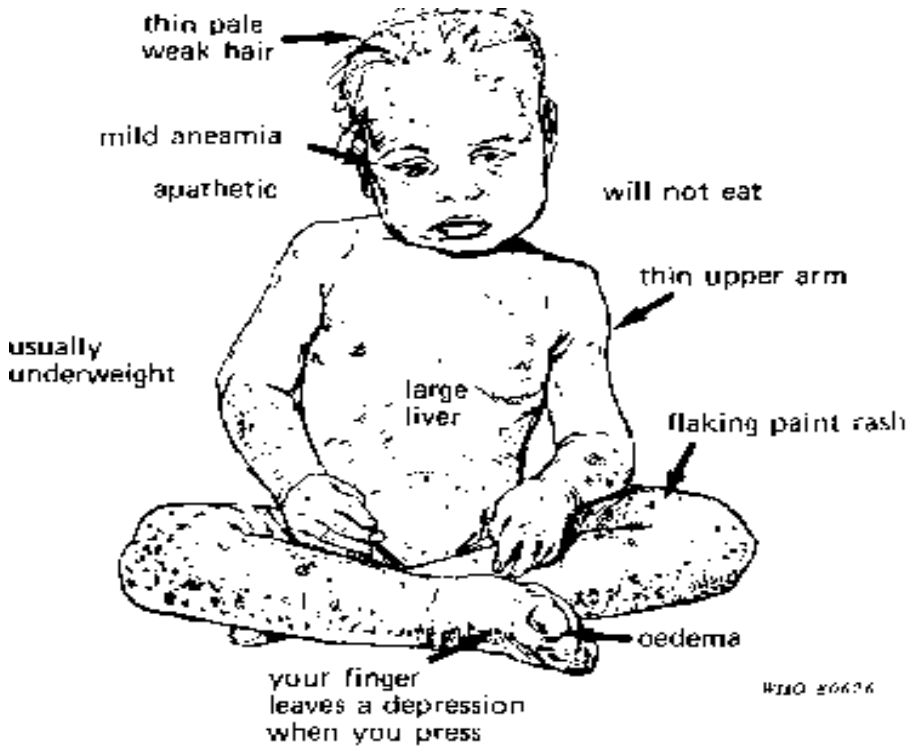


Fig. 30. A child with kwashiorkor

এ রোগের নিচের লক্ষণগুলো দেখা যায়ঃ

- এতে শিশুর ওজন কমে যায় ও বৃদ্ধি ব্যাহত হয়। পায়ে পানি থাকে (শোথ বা ইডিমা)।
- চুলের রং বিবর্ণ হয়, দাঁত পড়ে যায়,চামড়া বিবর্ণ হয়ে যায়, চর্মরোগ দেখা দেয়।
- মুখ ফুলে যায় (Moon Face), চোখের নিচে ও চিবুকে পানি জমে
- মারাত্মক ক্ষেত্রে শরীরের অন্যান্য অংশেও বিশেষ করে চিবুকে, চোখের পাতায় ও পেটে ,লিভারে পানি জমে।
- অনেক ক্ষেত্রে পেট ভর্তি কৃমি থাকে।
- খাবারে রুচি থাকে না ,ঘন ঘন ডায়ারিয়া আক্রান্ত হয়

কারণসমূহঃ

- এক বা একাধিক পুষ্টির অভাব দিনের পর দিন চলতে থাকলে।বিশেষ করে প্রোটিন জাতীয় খাদ্যের অভাব।
- বিভিন্ন ধরনের ভিটামিন ও খনিজ লবনের অভাব হলে।
- সুষম ও প্রযোজনীয় পরিমান সঠিক খাদ্যের অভাব।
- অন্ত্রের প্রদাহ, হাম, প্রভৃতি রোগের কারণে কোয়াশিয়রকর-এ শিশুরা বেশী আক্রান্ত হয়।

রোগ চিহ্নিত করার উপায়সমূহ

- শিশুকে উদাসীন ও দূর্দশাগ্রস্ত দেখায় এবং কোন ব্যাপারেই সে উৎসাহ বোধ করে না
- ক্ষুধামন্দা
- মাংসপেশী শীর্ণ হয়ে যায়। কিন্তু শোথ বা পানিতে ফুলে যাওয়ার কারণে শীর্ণকায় অবস্থাটি অনেক ক্ষেত্রে ধরা যায় না। শুধু বুক ও বাহু দেখে হাড্ডিসার বুঝা যায়
- ত্বকের বহিরাবরণ পাতলা দেখায়। ত্বক ফেটে যেতে পারে এবং ক্ষতের সৃষ্টি হয়, বিশেষ করে যে সব জায়গায় অহরহ ঘষা লাগে সেখানে ক্ষতের সৃষ্টি হয়। যেমন- নিতম্ব, হাতের কনুই
- চুল পাতলা ও খসখসে হয় এবং চুল কমে যায়। চুলের রং পরিবর্তন হয়ে বাদামী বা ধূসর হয়ে যায়
- অনেক ক্ষেত্রেই যকৃতের আকার বৃদ্ধি পায়
- এ রোগের শিশুদের অন্যান্য অপুষ্টির সমস্যাও থাকে। যেমন রক্তস্বল্পতা, জিহ্বা এবং ঠোঁটের কোনায় ঘা ইত্যাদি
- বয়স অনুযায়ী শিশুর ওজন কমে যায় ও বৃদ্ধি ব্যাহত হয়।

প্রতিকারঃ

শিশু হজম করতে পারে এমন ধরনের প্রোটিন জাতীয় খাবার দিতে হবে। এক্ষেত্রে শিশুকে ফর্মূলা খাবার দিতে হয় ও সঠিক যত্ন নিতে হয়।এজন্য শিশুকে হাসপাতালে ভর্তি করা উচিত।

হাড্ডিসার (ম্যারাসমাস):

হাড্ডিসার বা ম্যারাসম্যাস জাতীয় অপুষ্ঠিতে আক্রান্ত শিশুরা সামগ্রীকভাবে শুকিয়ে যায় বা শীর্ণকায় হয়ে যায়। খাদ্যে সাধারণত: ক্যালরীর স্বল্পতার কারণে শিশু ম্যারাসম্যাস নামক অপুষ্ঠিতে আক্রান্ত হয়।

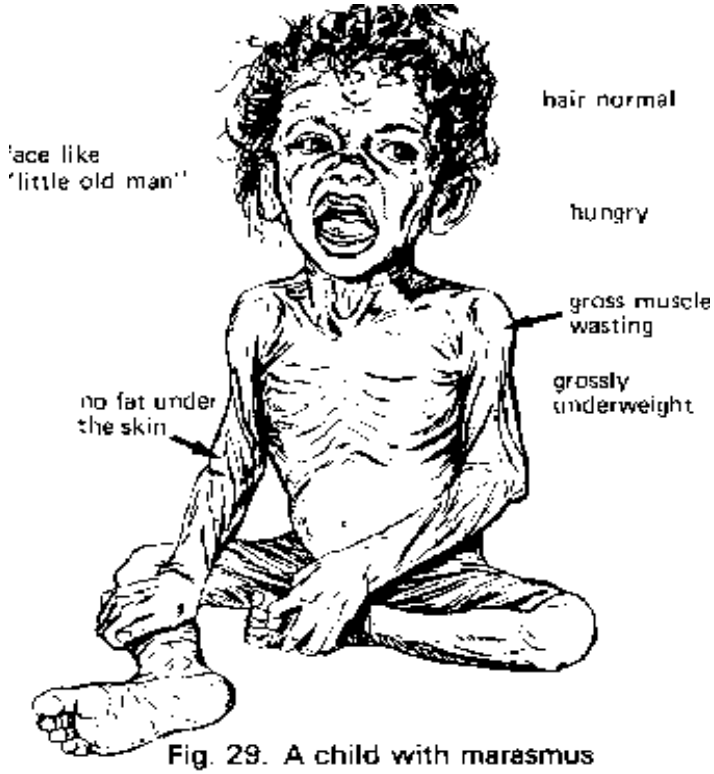


Fig. 29. A child with marasmus

কারণসমূহ

- প্রধানত: খাদ্য শক্তির ঘাটতি
- উপর্যুপরি শ্বাসতন্ত্র ও অন্ত্রের সংক্রমণ যেমন- এ.আর.আই, হাম, ডায়রিয়া ইত্যাদি।
- অপরিচ্ছন্ন পরিবেশে কৃত্রিমভাবে বোতলে দুধ খাওয়ানো।

রোগ চিহ্নিত করার উপায় সমূহ

- ওজন কমে যায় ও বৃদ্ধি ব্যাহত হয়
- চামড়া কুঁচকে যায়
- প্রায়ই পাতলা পায়খানা ও অন্যান্য রোগে ভোগে
- বয়সের তুলনায় শিশুর ওজন শতকরা ৬০ ভাগের কম হয়
- শরীরের ত্বকের নীচে জমা থাকা চর্বি প্রায় নিঃশেষ হয়ে যায় এবং মাংসপেশী শুকিয়ে শীর্ণ হয়ে যায়। এজন্য হাত পা সরু ও দেহ কঙ্কালসার দেখায়। চোয়ালের হাড় বেড়িয়ে আসে। মুখাবয়ব চিন্তাক্লিষ্ট বৃদ্ধের মত দেখায়
- দেহের চামড়া বিশেষ করে নিতম্ব ও উরুর চামড়া ঢিলে হয়ে যায় ও কুচকে যায়
- শিশু অস্থির থাকে
- মাথার চুল পাতলা হয়ে যায়। অনেক সময় চুল উঠে যায় পায়ে পানি (শোথ) থাকে না

ম্যারাসমিক-কোয়াশিয়রকর

অনেক সময় শিশুর হাড্ডিসার এবং গা-ফোলা উভয় জাতীয় অপুষ্টিতে আক্রান্ত হয় এবং উভয় রোগেরই কিছু কিছু কারণ, চিহ্ন বর্তমান থাকে। আমাদের দেশে কোয়াশিয়রকর শিশু কম দেখা গেলেও ম্যারাসমিক-কোয়াশিয়রকরে অনেক শিশু আক্রান্ত হয়।

গা ফোলা ও হাড্ডিসার রোগ প্রতিরোধের উপায়

১. জন্মের পর শালদুধ ও পূর্ণ ৬ মাস বয়স পর্যন্ত শিশুকে মায়ের দুধ খাওয়ানো এবং শিশুর ৭ মাস বয়স থেকে সঠিক উপায়ে পরিপূরক খাবার দেয়া।

২. সুষম খাদ্য গ্রহণ করা।

৩. মাতৃগর্ভে শিশুর অপুষ্টি প্রতিরোধে গর্ভবতী মহিলাদের বাড়তি সুষম খাবার গ্রহণ করা।

৪. শিশুর বৃদ্ধির পর্যবেক্ষণ কার্ড ব্যবহার করা।

৫. সঠিক সময়ে মাকে টিটেনাস ও শিশুকে ৭টি প্রতিষেধক টিকা দেওয়া এবং ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খাওয়ানো।

৬. উপযুক্ত চিকিৎসার মাধ্যমে কিছু কিছু রোগ যেমন: ডায়রিয়া, শ্বাসতন্ত্রের প্রদাহ, কৃমি ইত্যাদির প্রতিরোধ করা।

৭. খাদ্যের প্রাপ্যতা নিশ্চিত করতে বাড়ীর আঙ্গিনায় বিভিন্ন ধরণের শাক-সব্জি ও ফলমূল উৎপাদন এবং হাঁস-মুরগী পালন করা।

৮. খাদ্য ও পুষ্টি শিক্ষা কার্যক্রমের মাধ্যমে যথাযথ খাদ্যাভাস গড়ে তোলা এবং সর্বক্ষেত্রে পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখা।

প্রতিকার

মারাত্মক অপুষ্টিতে (হাড্ডিসার, ম্যারাসমিক-কোয়াশিয়রকর এবং গা-ফোলা) আক্রান্ত শিশুকে যথাশীঘ্র সম্ভব নিকটস্থ হাসপাতালে প্রেরণ করতে হবে।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৭
সম্পূরক খাদ্য

আয়োডিন যুক্ত লবণ

আয়োডিন মানবদেহের জন্য একটি অতি প্রয়োজনীয় খনিজ উপাদান। দেহে আয়োডিনের অভাব হলে বিভিন্ন ধরণের সমস্যা/রোগ দেখা দেয়।যেমন-

১. শিশুর বুদ্ধি কম হওয়া
২. হাবাগোবা হওয়া
৩. শিশুর উচ্চতা কম হওয়া, বামন, বোবা, কালা, ট্যারা হওয়া
৪. গলগন্ড/ঘ্যাগ
৫. ত্বক, নখ, চুলের বিভিন্ন সমস্যা
৬. দূর্বলতা
৭. শিশু মৃত্যু

আয়োডিনের অভাবজনিত রোগসমূহ থেকে বাঁচতে প্রতিদিন প্রয়োজনীয় পরিমানে আয়োডিন গ্রহন করা উচিত।এজন্য বাজারে যেসব আয়োডিন যুক্ত লবণ পাওয়া যায় তা ব্যবহার করতে হবে।বাজারের খোলা লবণে আয়োডিন মেশানো থাকে না। তাই দামে একটু বেশী হলেও আয়োডিনযুক্ত লবণ খেতে হবে

আয়োডিনের অভাবজনিত সমস্যা প্রতিরোধঃ

- আয়োডিন ঘাটতিজনিত সমস্যা সমাধানের জন্য খাদ্যে অবশ্যই বাড়তি আয়োডিন গ্রহণ করতে হবে। এর সবচেয়ে সহজ পথ হলো আয়োডিনযুক্ত লবণ খাওয়া এবং সব সময়ই তা পরিবারের সবাই গ্রহণ করা।
- গৃহপালিত পশু-পাখিকেও আয়োডিনযুক্ত লবণ খাওয়ানো উচিত। এতে পশু-পাখির দেহ পুষ্ট হবে এবং সুস্থ বাচ্চা প্রসব করবে। এই পশু-পাখি থেকে প্রাপ্ত ডিম, দুধ, মাংস মানবদেহের আয়োডিনের ঘাটতি পূরণ হবে।

আয়োডিনযুক্ত লবণের ব্যবহার ও সংরক্ষণ

- যেভাবে আমরা সাধারণ লবণ গ্রহণ করি, ঠিক সেভাবেই আয়োডিনযুক্ত লবণ গ্রহণ করতে হবে। অর্থাৎ এই লবণ রান্নায় এবং খাবারে ব্যবহার করতে হবে।
- লবণ কেনার সময় অবশ্যই আয়োডিনযুক্ত লবণের প্রতীক চিহ্ন দেখে নিতে হবে।
- লবণে আয়োডিনযুক্তকরণের ছয় মাসের মধ্যে ঐ লবণ ব্যবহারকরা উচিত। স্বাভাবিক রান্নায় লবণের আয়োডিন হ্রাসের পরিমাণ খুবই কম।
- লবণ রোদে কিংবা স্যাঁতস্যাঁতে জায়গাতে রাখলে লবণের আয়োডিনের পরিমাণ কমে যেতে থাকে। আয়োডিনযুক্ত লবণ সূর্যরশ্মি থেকে দূরে ঢাকনাযুক্ত কাঁচের বয়াম বা প্লাস্টিকের পাত্রে সংরক্ষণ করতে হবে

লবণে আয়োডিন আছে কিনা কিভাবে পরীক্ষা করা যায়?

লবণে আয়োডিন পরীক্ষা করার জন্য আয়োডিন টেস্টিং কিট ব্যবহার করা যায়। তাছাড়া বাড়ীতে বসেও নিজে নিজেই লবণে আয়োডিনের উপস্থিতি পরীক্ষা করা যায়।

ভিটামিন এ সম্পূরণ

ভিটামিন এ এর অভাবজনিত রাতকানা সহ অন্যান্য বিভিন্ন ধরণের রোগের হাত থেকে বাঁচতে প্রসুতি মা ও শিশুকে ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়ানো হয় । ভিটামিন এ যুক্ত খাবারের পাশাপাশি ভিটামিন এ ক্যাপসুল মায়ের অপুষ্টি ও শিশুর অন্ধত্বও শিশু মৃত্যু কমায় ।এজন্য-

- ৯ মাস পূর্ণ হয়ে ১০ মাস বয়সে পরলে হামের টিকার সঙ্গে শিশুকে ১ লক্ষ ইউনিট ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে।
- অন্ধত্ব ও শিশুর মৃত্যুর ঝুঁকি কমানোর জন্য ১ থেকে ৫ বছরের শিশুকে ৬ মাস অন্তর বছরে দুবার প্রতিবারে ২ লাখ ইউনিট ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে ।
- সন্তান প্রসবের ৬ সপ্তাহ (সম্ভব হলে শিশু জন্মের পরপরই) এর মধ্যে প্রসূতি মাকে একটি ২ লক্ষ ইউনিট ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে ।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৮
অনুপুষ্টির অভাবজনিত রোগসমূহ

আয়রন ঘাটতিজনিত রক্ত স্বল্পতা/এনিমিয়া

আয়রন ঘাটতিজনিত রক্তস্বল্পতা

রক্তে হিমোগ্লোবিন বা লোহিত কণিকার পরিমাণ স্বাভাবিকের তুলনায় কম থাকলে রক্তস্বল্পতা বা অ্যানিমিয়া দেখা দেয়। প্রয়োজনীয় খাবার বিশেষ করে আয়রন সমৃদ্ধ খাবারের অভাবে শিশু, কিশোর-কিশোরী, গর্ভবতী ও প্রসূতি মায়েরা এই রোগে বেশি ভোগে। শিশুরা সাধারণত কৃমির কারণে রক্তস্বল্পতায় ভোগে এবং দুই বছরের নিচে শিশুদের রক্তস্বল্পতা দেখা দেয় প্রধানত অপর্যাপ্ত আয়রনসমৃদ্ধ খাবার গ্রহণের কারণে।

রক্তস্বল্পতার লক্ষণ

- ক্ষুধামন্দা হওয়া
- চামড়া ফ্যাকাশে হয়ে যাওয়া
- চোখের আবরণ (কনজাঙ্কটিভা) ফ্যাকাশে হয়ে যাওয়া
- নখের গোড়া, হাতের তালু, দাঁতের মাড়ি এবং জিহ্বা ফ্যাকাশে হয়ে যাওয়া
- রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যাওয়া
- ঠান্ডা অনুভব করা।

প্রধান ৩টি কারণে আয়রন ঘাটতিজনিত রক্তস্বল্পতা হয়

১. আয়রনের ঘাটতি

- দারিদ্র ও অনেক সময় অজ্ঞতার কারণে পর্যাপ্ত পরিমাণে আয়রন সমৃদ্ধ খাবারের অভাবে আয়রন গ্রহণের পরিমাণ কমে যায়।
- স্বাভাবিক সময়ের পূর্বে জন্মগ্রহণকারী শিশু ও কম ওজন নিয়ে জন্মগ্রহণকারী শিশুদের শরীরে আয়রন কম জমা থাকে এবং স্বল্প সময়ে ব্যয় হয়ে রক্তস্বল্পতার জন্ম দেয়।

২. খাদ্যের মাধ্যমে যে পরিমাণ আয়রন গ্রহণ করা হয়, তা যথাযথভাবে শরীরে পরিশোষিত না হওয়া

- খাদ্যের মাধ্যমে যে পরিমাণ আয়রন গ্রহণ করা হয় তা যথাযথভাবে পরিশোষিত না হলে রক্তস্বল্পতা দেখা দেয়, যেমন : শিশুদের পরিপূরক খাবার দেওয়া হয় যা প্রায়ই কম আয়রন, কম ক্যালোরি এবং কম ভিটামিন সি সমৃদ্ধ খাবার হয়ে থাকে।
- উদ্ভিজ আয়রন সমৃদ্ধ খাবারে আয়রন পরিশোষণের হার কম। তবে এই খাদ্যের সাথে আমিষ জাতীয় ও ভিটামিন সি সমৃদ্ধ খাবার খেলে আয়রন পরিশোষণের পরিমাণ বেড়ে যায়। কলিজা, মাংস, ডিম ইত্যাদি খাদ্যে যে আয়রন থাকে তা সহজেই দেহে পরিশোষিত হয়।
- প্রধান খাবারের সঙ্গে চা বা কফি খেলে আয়রন পরিশোষণ কমিয়ে দেয়।

৪. বিভিন্ন কারণে দেহে আয়রনের চাহিদা বেড়ে যাওয়া

- শিশুদের শরীরের বৃদ্ধি দ্রুত হয় সেই তুলনায় খাদ্যে আয়রন সরবরাহ কম থাকার কারণে রক্তস্বল্পতা দেখা দেয়
- সংক্রমণ যেমন : কৃমি, ম্যালেরিয়া ইত্যাদির কারণেও রক্তস্বল্পতা হতে পারে।

কোন খাদ্যে এই আয়রন পাওয়া যায়

প্রাণীজ উৎস : মাংস, মাছ, যকৃৎ (কলিজা), ডিমের কুসুম, শুটকি মাছ ইত্যাদি।
উদ্ভিজ উৎস : কচু শাক, পুঁই শাক, লাল শাক, পালং শাক, মিষ্টি কুমড়া শাক, সাজনা শাক, ধনিয়া পাতা, ফুলকপি পাতা, মটরশুটি শাক, হেলেঞ্চা শাক, ডাল, কাঁচা কলা, খেজুর, কালোজাম, তরমুজ, পাকা তেঁতুল, গুড় ইত্যাদি

শরীরে আয়রন ঘাটতিজনিত রক্তস্বল্পতার সমস্যাসমূহ
শিশু

- শিশুদের দ্রুত বৃদ্ধির জন্য আয়রন অপরিহার্য।
- আয়রন ঘাটতির কারণে শিশুর শারীরিক ও মানসিক বৃদ্ধি ব্যাহত হয়, স্বাভাবিক জ্ঞান বুদ্ধির বিকাশ কমে যায় এবং পড়ালেখার প্রতি মনোযোগ কমে যায়।
- আয়রন ঘাটতির কারণে শরীরে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যায় এবং সহজে যে কোনো রোগে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি বেড়ে যায়।

আয়রন ঘাটতিজনিত রক্তস্বল্পতা প্রতিরোধের উপায়

১. খাদ্যাভ্যাস পরিবর্তন

- আয়রন সমৃদ্ধ খাবার পর্যাপ্ত পরিমণে নিয়মিত খাওয়া প্রয়োজন। (যেমন- মাছ, মাংস, কলিজা, কচু শাক, লাল শাক, কাঁচা কলা, খেজুর ইত্যাদি)
- পরিশোষণ হয় এমন আয়রন জাতীয় খাবারের সাথে ভিটামিন সি যুক্ত খাবার খেলে আয়রন ভালো শোষিত হয়।(যেমন-লেবু, আমলকি, ইত্যাদি)
- শিশুকে পূর্ণ ৬ মাস বয়স পর্যন্ত শুধু মায়ের দুধ খাওয়ানো এবং পূর্ণ ৬ (ছয়) মাসের পর মায়ের দুধের পাশাপাশি শিশুকে আয়রন সমৃদ্ধ পারিবারিক সুষম খাবার খাওয়ানো।
- শিশুকে চা, কফি, দুধ, কোক জাতীয় পানীয় পান না করানো।

২. সংক্রমণ প্রতিরোধ

- মল-মূত্র নির্দিষ্ট জায়গায় ফেলা এবং মলমূত্র ত্যাগের পরে দুই হাত ভালো করে সাবান/ছাই দিয়ে ধুয়ে ফেলা। খাওয়ার আগে দুই হাত ভালো করে সাবান দিয়ে ধুয়ে ফেলা এবং খালি পায়ে না হাঁটা। এমনকি শিশুর মলও নির্দিষ্ট জায়গায় ফেলা।
- ডাক্তার বা স্বাস্থ্যকর্মীর পরামর্শ নিয়ে ছয় মাস পর পর কৃমি নিরোধক ওষুধ সেবন করা। কৃমি ও ম্যালেরিয়া সংক্রমণযুক্ত এলাকায় যথাক্রমে কৃমি নিরোধক ট্যাবলেট খাওয়া ও ম্যালেরিয়ার চিকিৎসা করা।

৩. আয়রন ফলেট ট্যাবলেট সেবন

- গর্ভবতী, প্রসূতি মা, নববিবাহিতা, কিশোরী, শিশু বিশেষ করে মারাত্মক অপুষ্টিতে ভোগা শিশুকে ডাক্তার বা স্বাস্থ্যকর্মীর পরামর্শ অনুযায়ী আয়রন ফলেট ট্যাবলেট খেতে হবে।

ভিটামিন-এ এর অভাবজনিত সমস্যা - রাতকানা

রাতকানা হল এক ধরণের চোখের সমস্যা।রাতকানা হলে রাতের বেলায় বা স্বল্প আলোতে দেখতে সমস্যা হয় বা ঝাপসা দেখা যায়।শিশুর শরীরে ভিটামিন এ এর ঘাটতি জনিত কারণে এ রোগ হয়ে থাকে।মারাত্মক অবস্থায় শিশু অন্ধ হয়ে যেতে পারে।

ভিটামিন-এ এর অভাবজনিত অন্যান্য সমস্যা:

- রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যায়
- ত্বক (চামড়া) অমসৃন ও শুষ্ক হয়ে উঠে
- দেহের স্বাভাবিক বৃদ্ধি ব্যাহত হয়।

ভিটামিন 'এ' এর অভাবজনিত রাতকানা রোগের কারণসমূহ

- গর্ভবতী মায়ের শরীরে ভিটামিনের অভাব
- গর্ভাবসস্থায় অপর্যাপ্ত ভিটামিনযুক্ত খাদ্য গ্রহণ (অজ্ঞতা ও দরিদ্রতার কারণে)
- প্রসব পরবর্তি **ভিটামিন-এ ক্যাপসুল** না খাওয়া
- শিশুর ঘন ঘন মারাত্মক অসুস্থতা যেমন- ডায়রিয়া ,হাম
- সাধারণ অপুষ্টি,পরিপূরক খাবারে ভিটামিন এ এর অভাব
- শিশুর খাবার তেল ছাড়া রান্না করা

ভিটামিন এ এর অভাব জনিত সমস্যার প্রতিরোধ ও প্রতিকার ব্যবস্থা

ক)প্রতিরোধঃ স্বল্প মেয়াদি

- শিশু অনূর্ধ্ব ১ বছরঃ ৩৬ সপ্তাহ/৯ মাস পূর্ণ হওয়ার পর শিশুকে হামের টিকার সঙ্গে ১ লক্ষ ইউনিট (নীল রংয়ের) ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে।
- ১-৫ বছরঃ এই বয়সের সকল শিশুকে প্রতি ৬ মাস অন্তর ২ লক্ষ ইউনিট (লাল রংয়ের) ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে। জাতীয় টিকা দিবস ও ভিটামিন 'এ' প্লাস ক্যাম্পেইনে ১-৫ বছর বয়সী শিশুদের ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়ান হয়।
- প্রসূতি মাঃ সন্তান প্রসবের ৬ সপ্তাহের মধ্যে (সম্ভব হলে শিশু জন্মের পর পর) মাকে ২ লক্ষ ইউনিট (লাল রংয়ের) ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়ানো হয়।

দীর্ঘ মেয়াদি

- নবজাতক শিশুকে শাল দুধ খাওয়ানো সহ পূর্ণ ৬ মাস পর্যন্ত শুধুমাত্র মায়ের দুধ খাওয়াতে হবে এবং শিশুর পূর্ণ ৬(ছয়) মাস বয়স এর পর থেকে ভিটামিন এ যুক্ত পরিপূরক খাবার দিতে হবে।
- ৬ মাস অন্তর শিশুকে ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়ানোর পাশাপাশি তাকে নিয়মিত ভিটামিন এ সমৃদ্ধ খাবার দিতে হবে।

- বাড়ন্ত শিশুদের ভিটামিন এ যুক্ত সব্জি ও ফলমূল দিতে হবে। শাক সব্জি অবশ্যই পরিমাণমত তেল দিয়ে রান্না করতে হবে।
- চাল, ডাল, ডিম, সব্জি ও তেল দিয়ে খিচুড়ি তৈরী করতে পারেন। খিচুড়িতে যথেষ্ট পরিমাণে ভিটামিন ও আমিষ আছে। শিশুদেরকে ভিটামিনযুক্ত প্রাণীজ খাবার (কলিজা, মাংস, ডিম) পর্যাপ্ত পরিমাণে খাওয়াতে হবে।
- গর্ভাবস্থায় মায়েদের ভিটামিন এ এর চাহিদা বেড়ে যায়, অথচ উচ্চ মাত্রায় ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়ালে গর্ভস্থ শিশুর ক্ষতি হতে পারে। এজন্য ভিটামিন এ এর অভাব পূরণের জন্য গর্ভবতী মায়েদের ভিটামিন এ সমৃদ্ধ খাবার যেমন: গাঢ় সবুজ শাকসব্জি, হলুদ ফলমূল, সম্ভব হলে মাছ, ডিম, কলিজা, মাংস বার বার বেশী পরিমাণে খেতে হবে। এতে তার ভিটামিন 'এ'-এর চাহিদা মিটবে এবং গর্ভস্থ শিশুর কোন ক্ষতি হবে না।

ভিটামিন এ সমৃদ্ধ খাদ্যের প্রাপ্যতা নিশ্চিত করতে বাড়ীর আঙ্গিনায় ভিটামিন এ সমৃদ্ধ শাকসব্জি ও ফলমূলের আবাদ করতে হবে এবং পশুপালন করতে হবে।

প্রতিকার

রাতকানা, দীর্ঘমেয়াদি ডায়রিয়া, মারাত্মক অপুষ্টি ও হামে আক্রান্ত শিশুদের বয়স ও রোগ অনুযায়ী রেজিষ্টার্ড ডাক্তারের পরামর্শ অনুসারে ভিটামিন এ ক্যাপসুল দিয়ে চিকিৎসা করতে হবে।এবং ভিটামিন এ সম্বৃদ্ধ খাবার খাওয়াতে হবে।

ভিটামিন-এ সমৃদ্ধ খাবার		
(ক) প্রাণীজ উৎস	**(খ) উদ্ভিজ উৎস**	
	গাঢ় রংয়ের শাকসব্জি	গাঢ় হলুদ ফলমুল
ডিম, দুধ, মাখন, কলিজা, মাছ, মাছের তেল, মাংস ইত্যাদি	মিষ্টি কুমড়া শাক, পুঁই শাক, পালং শাক, কলমী শাক, লাল শাক, কচু শাক, পাট শাক, মূলা শাক, হেলেঞ্চা শাক, সজিনা পাতা, মিষ্টি কুমড়া, গাজর, মিষ্টি আলু, শালগম ইত্যাদি	পাকা আম, পাকা পেঁপে, পাকা কাঠাল ইত্যাদি।

ভিটামিন এ সম্পর্কে সাতটি প্রধান তথ্য

১. জন্মের পরপরই শিশুকে মায়ের বুকের প্রথম শাল দুধ খাওয়ান। কারণ শাল দুধে রয়েছে প্রচুর ভিটামিন এ।

২. গর্ভবতী ও প্রসূতি মাকে তার পুষ্টি ও শিশুর সুস্বাস্থ্যের জন্য বেশি করে ভিটামিন এ সমৃদ্ধ গাঢ় রঙের শাক-সব্জি এবং গাঢ় হলুদ ফলমুল খেতে দিন।

৩. শিশুর ৭ মাস বয়স থেকে মায়ের দুধের পাশাপাশি ভিটামিন-এ সমৃদ্ধ রঙিন শাক-সব্জি তেল দিয়ে নরম করে রান্না করে খাওয়ান ও গাঢ় হলুদ ফলমুল নিয়মিত খেতে দিন।

৪. বাড়ির আঙিনায় বেশি করে রঙিন শাক-সব্জি ও গাঢ় হলুদ ফলমুল আবাদ করুন এবং হাঁস, মুরগী, ছাগল পালন করুন। নিজের বাড়ির আঙিনার তৈরি শাক-সব্জি, গাঢ় হলুদ ফলমুল এবং প্রাণীজ খাবার খাওয়ার অভ্যাস করুন।

৫. ৯ মাস পূর্ণ হয়ে ১০ মাস বয়সে পরলে হামের টিকার সঙ্গে শিশুকে ১ লক্ষ ইউনিট ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়ান।

৬. অন্ধত্ব ও শিশুর মৃত্যুর ঝুঁকি কমানোর জন্য ১ থেকে ৫ বছরের শিশুকে ৬ মাস অন্তর বছরে দুবার প্রতিবারে ২ লাখ ইউনিট ভিটামিন এ ক্যাপসুল খাওয়ান।

৭. সন্তান প্রসবের ৬ সপ্তাহ (সম্ভব হলে শিশু জন্মের পরপরই) এর মধ্যে প্রসূতি মাকে একটি ২ লক্ষ ইউনিট ভিটামিন-এ ক্যাপসুল খাওয়ান।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৯
শিশুর টিকা ও নবজাতকের যত্ন

শিশুর সাতটি মারাত্মক রোগ

শিশুর জন্মের পর সাতটি মারাত্মক রোগ বিরুদ্ধে প্রতিরোধ গড়ে তুলতে শিশুকে করতে টিকা প্রদান করা খুবই জরুরী ।সাতটি মারাত্মক রোগ হচ্ছে-

১. ধনুষ্টংকার
২. ডিফথেরিয়া
৩. হুপিংকাশি (পারটুসিস)
৪. হেপাটাইটিস-বি
৫. পোলিওমাইলাইটিস
৬. হাম
৭. যক্ষ্মা

এ সব মারাত্মক রোগে আমাদের দেশে প্রতি বছর হাজার হাজার শিশু মারা যায়। সম্প্রসারিত টিকাদান কর্মসূচি বা **Expanded Program on Immunization (EPI)** এর মাধ্যমে শিশুদেরকে এই সমস্ত রোগের টিকা প্রদান করা হয়।

নবজাতকের যত্নঃ

- জন্মের পর পর যত দ্রুত সম্ভব শিশুকে মায়ের কাছে দিতে হবে ও শালদুধ খাওয়াতে হবে।
- শিশুকে উষ্ণ রাখার ব্যবস্থা করতে হবে।
- শিশুর চোখ, ত্বক নাভীর যত্ন নিতে হবে।
- নাভী যেন পেঁকে না যায় সেদিকে লক্ষ রাখতে হবে।
- শিশুকে সতর্কতার সঙ্গে গোসল করাতে হবে, খেয়াল রাখতে হবে যেন কানে পানি ঢুকে না যায়।
- শিশুর কান পাঁকলে স্বাস্থ্যকর্মী বা চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ১০
কার্যকর দলীয় সভা/স্বাস্থ্য শিক্ষা
অধিবেশন আয়োজন ও পরিচালনা

কার্যকর দলীয় সভা/ স্বাস্থ্য শিক্ষা অধিবেশন আয়োজন ও পরিচালনা

কার্যকরভাবে দলীয় সভা আয়োজন ও পরিচালনা করার জন্য সভার উদ্দিষ্ট জনগোষ্ঠী সর্ম্পকে ধারণা থাকা প্রয়োজন।

দলীয় সভার জন্য উদ্দিষ্ট জনগোষ্ঠী

কর্মসূচির সাফল্যের জন্য দু'ধরনের জনগোষ্ঠীর সাথে দলীয় সভা আয়োজন করা প্রয়োজন।

ক. সুবিধাভোগী গ্রুপ যেমন: শিশুর মা অথবা যত্ন প্রদানকারী।

খ. কমিউনিটি নেতা যেমন: ইমাম, শিক্ষক, কমিশনার, মহিলা কমিশনার, চেয়ার ম্যান, মেম্বার, মহিলা মেম্বার, ক্লাব প্রতিনিধি, বাড়ি প্রধান, শাশুড়ি, বস্তি মালিক ইত্যাদি।

কার্যকর ও ফলপ্রসূ দলীয় সভা আয়োজন ও পরিচালনার জন্য নিম্নলিখিত দক্ষতাগুলো থাকা প্রয়োজনঃ

দলীয় সভা আয়োজন ও পরিচালনাকারীর দক্ষতা

- আলোচনার বিষয় এবং অন্যান্য প্রাসঙ্গিক বিষয় সম্পর্কে বিশদ ধারণা রাখা
- সমাজে বিভিন্ন জনগোষ্ঠীর পার্থক্য বুঝতে পারা এবং তার প্রতি শ্রদ্ধাশীল থাকা
- অংশগ্রহণকারীদের আচরণ ও চাহিদা বোঝার দক্ষতা
- দলীয় সভায় বিসিসি উপকরণ ব্যবহারের দক্ষতা
- উদ্দীষ্ট জনগোষ্ঠীর সাথে সুসম্পর্ক স্থাপন করার দক্ষতা।
- কার্যকর প্রশ্ন করার দক্ষতা
- শোনার দক্ষতা
- পরিকল্পনা অনুযায়ী ধারাবাহিকভাবে দলীয় সভা পরিচালচনার দক্ষতা
- অংশগ্রহণকারীদের বলতে উৎসাহিত করা, তবে সভার সার্বিক পরিচালনায় নিয়ন্ত্রণ রাখার দক্ষতা
- স্পর্শকাতর বিষয়গুলো সতর্কতার সাথে নিষ্পত্তি করার দক্ষতা

দলীয় সভায় পরিচালনাকারী ও অংশগ্রহণকারীদের বসার ব্যবস্থার উপর সভার কার্যকারিতা অনেকাংশে প্রভাব রাখে।

দলীয় সভার স্থান ও বসার ব্যবস্থা

* কমিউনিটি নেতাদের ক্ষেত্রে অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা সর্বাধিক ১৫ জন এবং সেবাগ্রহীতাদের ক্ষেত্রে ৮-১২ জনে সীমিত রাখুন
* স্থানীয় অবস্থা বিবেচনা করে অংশগ্রহণকারীদের জন্য যতটা সম্ভব আরামে বসার ব্যবস্থা করুন
* সভা পরিচালনাকারী ও অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে সরাসরি দৃষ্টি বিনিময় নিশ্চিত করার জন্য 'U' আকৃতি করে বসান।

সভাগুলো স্থানীয় কোন সন্তুষ্ট কাস্টমারের বাড়ির আঙ্গিনায় বা অন্য কোন সুবিধামত স্থানে আয়োজন করা যেতে পারে, যাতে অংশগ্রহণকারীরা সহজে সভাস্থলে আসতে পারেন। দলীয় সভা আয়োজন ও পরিচালনা ৩টি ধাপ বা পর্যায় করা হয়। সেগুলো হলো ক. সভাপূর্ব কাজ, খ. সভা চলাকালীন কাজ ও গ. সভা পরবর্তী কাজ

সভাপূর্ব কাজ

- অংশগ্রহণকারীদের চিহ্নিত করুন
- তাদের কী তথ্য প্রয়োজন তা খুঁজে বের করুন
- প্রয়োজনে স্থানীয় কয়েকজন নেতার অনুমোদন নিন
- অংশগ্রহণকারীদের সুবিধার দিকে লক্ষ্য রেখে সভার তারিখ স্থান ও সময় নির্ধারণ করুন
- অংশগ্রহণকারীদের আমন্ত্রণ জানান
- আলোচনার বিষয় নির্ধারণ করে সে বিষয়ে প্রস্তুতি নিন
- বিষয়বস্তু অনুযায়ী আগে থেকে বিসিসি উপকরণ নির্বাচন করে তা গুছিয়ে রাখুন
- অন্যান্য প্রয়োজনীয় উপকরণ চিহ্নিত করুন।

খ. সভা চলাকালীন কাজ

- সেবাগ্রহীতাদের সাথে একটি দলীয় সভা ৩৫-৪৫ মিনিট এবং কমিউনিটি নেতাদের সাথে ৪৫-৫৫ মিনিট এর মধ্যে শেষ করুন।
- স্বাগত জানান ও পরিচিতি দিন
- আলোচিত বিষয়ের পরিচিতি দিন, বিষয় ব্যাখ্যা ও আলোচনা করুন
- যথাযথ বিসিসি উপকরণ ব্যবহার করুন
- যথাসময়ে বিসিসি উপকরন ব্যবহার করুন
- অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্ন করতে ও আলোচনা করতে উৎসাহিত করুন
- মূল আলোচনার সারসংক্ষেপ করুন।
- প্রয়োজনে পরবর্তী মিটিংয়ের তারিখ, সময় ও স্থান নির্ধারণ করুন
- অংশগ্রহণকারীদের ধন্যবাদ জানিয়ে সভা শেষ করুন
- প্রয়োজনীয় নোট নিন।
- স্থানীয় কোন জিনিস ব্যবহার করা হলে তা আবার যথাস্থানে ফিরিয়ে দিন। যেমন: পাটি, মাদুর, চেয়ার, মোড়া ইত্যাদি

গ. সভা পরবর্তী কাজ

- প্রতিবেদন তৈরি করুন
- সভার আলোচ্য বিষয় ও অন্যান্য প্রয়োজন/ সমস্যা/ সিদ্ধান্ত নিজের টিমে ও সংশ্লিষ্টদের সঙ্গে আলোচনা করুন
- সভায় সিদ্ধান্ত ফলো-আপ করুন ও প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন।

দলীয় সভা পরিচালনার সময় উদ্দিষ্ট জনগোষ্ঠীর যাতে নেতিবাচক মনোভাব তৈরী না হয় সেরকম কিছু বিষয় পূর্ব থেকে লক্ষ্য রাখা যেতে পারে।

নেতিবাচক মনোভাবসমূহঃ

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ১১
কার্যকর দলীয় সভা/স্বাস্থ্য শিক্ষা অধিবেশন
আয়োজন ও পরিচালনা (অনুশীলন)

কার্যকর দলীয় সভা আয়োজন ও পরিচালনা - অনুশীলন

অংশগ্রহণকারীগন ৩টি দলে বিভক্ত হয়ে শিশুর পুষ্টি ও স্বাস্থ্য শিক্ষা বিষয়ে সুবিধাভোগী ও বিভিন্ন কমিউনিটির নেতাদের সাথে দলীয় সভার রোল-প্লে করবেন।

রোল-প্লে করার জন্য প্রতিটি দল একটি করে নিচের আলোচ্য বিষয় বেছে নিন।

১. শাশুড়ীদের সাথে শিশুর পুষ্টি ও স্বাস্থ্য শিক্ষা বিষয়ক দলীয় সভা।

২. মায়েদের সাথে শিশুর পুষ্টি ও স্বাস্থ্য শিক্ষা বিষয়ক দলীয় সভা।

৩.কমিউনিটি নেতাদের সাথে শিক্ষা ও পুষ্টি কার্যক্রম সম্পর্কে দলীয় সভা

রোল প্লে পর্যবেক্ষণ চেকলিস্ট

ক. সভা পূর্ব প্রস্তুতি

১. অংশগ্রহণকারী নির্বাচন সঠিক ছিল কিনা
২. সভার সময় ও স্থান নির্বাচন সঠিক ছিল কিনা
৩. অংশগ্রহণকারীদের আমন্ত্রণ জানানো হয়েছিল কিনা
৪. নির্দিষ্ট বিষয়ে প্রস্তুতি নিয়েছিল কিনা
৫. বিষয়বস্তু অনুযায়ী বিসিসি উপকরণ গুছিয়ে নিয়েছিল কিনা

খ. সভা পরিচালনার ধাপ

১. সভায় অংশগ্রহণকারীদের স্বাগত জানিয়েছেন কি না? পরিচয় পর্ব কেমন ছিল?
২. সভার উদ্দেশ্য বর্ণনা করেছেন কি না
৩. মূল আলোচ্য বিষয় উপস্থাপনায় কতটা দক্ষ ছিলেন
৪. অংশগ্রহণকারীদের কথা মনোযোগ দিয়ে শুনেছেন কি না
৫. অংশগ্রহণকারীদের আলোচনায় অংশগ্রহণ নিশ্চিত করেছেন কি না

৬. অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্নের যথাযথ উত্তর দিয়েছেন কি না
৭. বিসিসি উপকরণ যথাযথভাবে ব্যবহার করেছেন কি না
৮. মূল আলোচনার সার-সংক্ষেপ কিভাবে করেছেন
৯. সভায় ফ্যাসিলিটেটর ও অংশগ্রহণকারীরা যথাযথভাবে বসেছিলেন কিনা
১০. স্থানীয় জিনিস যেমন মাদুর, চেয়ার ইত্যাদি ব্যবহার করে থাকলে তা যথাস্থানে ফিরিয়ে দিয়েছে কিনা
১১. অংশগ্রহণকারীদের আগ্রহ ধরে রাখতে পেরেছিল কিনা

গ. সভা পরবর্তী কাজ সম্পন্ন করেছিল কিনা

১. প্রতিবেদন তৈরি করেছে কিনা
২. সভার সমস্যা ও সিদ্ধান্ত নিজের টিমে আলোচনা করেছে কিনা

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
মাঠকর্মীদের পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ১২
কমিউনিটি মবিলাইজেশন

কমিউনিটি মবিলাইজেশন

বর্তমান সামাজিক অবস্থায় জনগণকে বিশেষ করে দরিদ্র জনগণের পুষ্টি, স্বাস্থ্যে ও শিক্ষার মান উন্নয়নের জন্য তাদের মধ্যে পুষ্টি ও শিক্ষা গ্রহণের আগ্রহ বাড়াতে হলে পুষ্টি সম্পর্কে ব্যাপক প্রচারণা চালিয়ে সেবার চাহিদা সৃষ্টি করতে হবে। আমাদের এই উদ্দেশ্যকে সফল করতে হলে জনগোষ্ঠীর মধ্যে প্রচারণা চালানোই যথেষ্ট নয়। এক্ষেত্রে কমিউনিটির বিভিন্ন গ্রুপকেও কর্মসূচির সাথে সম্পৃক্ত করতে হবে। তাই কমিউনিটি মবিলাইজেশন সম্পর্কিত বিষয়গুলো সম্পর্কে আমাদের পরিষ্কার ধারণা রাখতে হবে।

কমিউনিটি মবিলাইজেশন কি?

কমিউনিটি মবিলাইজেশন এমন একটি প্রক্রিয়া যা সম্ভাব্য সকল সামাজিক শক্তিকে একত্রিত করে কোন সাধারণ সমস্যা সমাধানের উদ্দেশ্যে জনগণকে সচেতন করে তোলে এবং তাদের অংশগ্রহণ নিশ্চিত করে ফলে তারা আত্মনির্ভরশীল হতে পারে।

কমিউনিটি মবিলাইজেশনের মাধ্যমে সমাজের একজন ব্যক্তি, দল বা সংস্থা তাদের নিজেদের উন্নয়নে ও প্রয়োজন মেটাতে অংশগ্রহণমূলক এবং টেকসই উপায়ে বিভিন্ন কর্মসূচির পরিকল্পনা, বাস্তবায়ন ও মূল্যায়ন নিজেদের উদ্যোগে বা অন্য কারো দ্বারা অনুপ্রাণীত হয়ে করে থাকে।

কমিউনিটি মবিলাইজেশনের উদ্দেশ্য হলো

- সেবাগ্রহীতারা কর্মসূচি সম্পর্কে সঠিক ধারণা পাবে
- কর্মসূচির প্রয়োজনীয়তা সঠিকভাবে বুঝতে পারবে
- কর্মসূচির সেবা ও ফল লাভের জন্য আন্তরিকভাবে আগ্রহী হবে এবং তা বাস্তবায়নের জন্য সামর্থ্য অনুযায়ী সহযোগিতা দিতে এগিয়ে আসবে
- আত্মীয়স্বজন, পাড়া-প্রতিবেশী সমাজের অন্যান্যদেরও কর্মসূচির সেবা গ্রহণ ও সহযোগিতা যোগানোর জন্য উৎসাহিত করবে।

স্থানীয় পর্যায়ে কর্মসূচির পক্ষে যারা সমর্থন দিতে পারেন

- কমিউনিটি ও ধর্মীয় নেতাগণ,মসজিদের ইমাম
- স্থানীয় ওয়ার্ড কমিশনার, মহিলা ওয়ার্ড কমিশনার ও অন্যান্য মহিলা নেতৃবৃন্দ
- সিটি কর্পোরেশন/ মিউনিসিপালিটির নেতা কর্মী বৃন্দ
- দরিদ্র জনগোষ্ঠীর নেতৃবৃন্দ
- বস্তি নেতৃবৃন্দ
- স্কুলের প্রধান শিক্ষক
- স্বাস্থ্য কর্মী এবং অন্যান্য উন্নয়ন সংস্থার কর্মীরা

কমিউনিটি মবিলাইজেশন কৌশল:

- একক/ব্যক্তিগত যোগাযোগ
- নেটওয়ার্কিং
- ছোট দলীয় আলোচনা
- আনুষ্ঠানিক সভা
- কমিউনিটির নেতা ও বিভিন্ন গ্রুপের সাথে ওরিয়েন্টেশন
- দলীয় সভা/ উঠান বৈঠক
- বিশেষ দিবস উদযাপন
- র‍্যালী এবং অন্যান্য বিশেষ অনুষ্ঠান/ইভেন্ট

সম্ভব
পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি

Attachment–6:

Union Level Orientation Guideline and List of Union Level Orientation Participants

স্থানীয় সরকার বিভাগ

অর্থায়নে: বিশ্ব ব্যাংক

সম্ভব

সুবিধাবঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে **সম্ভব** পাইলট প্রকল্প

নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশনের ওয়ার্ড পর্যায়ের স্টেকহোল্ডারদের ওরিয়েন্টেশন

সেপ্টেম্বর ২৭, ২০১২

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস (বিসিপি)

সম্ভব অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

- বাংলাদেশের জনসংখ্যার শতকরা ২৫ ভাগ মানুষ চরম দারিদ্রতার মাঝে বসবাস করছে। বর্তমানে দরিদ্রদের আরো দরিদ্র হতে যাওয়া থেকে রক্ষার উদ্দেশ্যে নানা ধরনের সামাজিক নিরাপত্তা বেষ্টনী কার্যক্রম বাস্তবায়ন করা হচ্ছে। "শিশুর পুষ্টি ও শিক্ষার উন্নয়নে "সম্ভব" এমনই একটি পাইলট প্রকল্প।
- প্রকল্পটি পাইলট আকারে ২০১১ সালের অক্টোবর থেকে ২০১৩ সালের ফেব্রুয়ারি পর্যন্ত চলবে।
- প্রকল্পটির বাস্তবায়নে রয়েছে স্থানীয় সরকার বিভাগ।
- পাইলট প্রকল্পটি সফলতার সাথে সম্পন্ন হলে পরবর্তীতে সরকার এই প্রকল্পটি সমগ্র বাংলাদেশের জন্য পরিচালনা করতে পারে।
- এই প্রকল্পের মাধ্যমে বর্তমানে প্রকল্প এলাকার ১৪ হাজারেরও বেশি নির্বাচিত পরিবারের শিশুকে পুষ্টি ও শিক্ষা সুবিধার আওতায় আনা যাবে বলে আশা করা হচ্ছে।
- প্রকল্পটি বিশ্ব ব্যাংকের অনুদানে পরিচালিত।

সম্ভব অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্প

প্রকল্পের নামঃ "সম্ভব" পাইলট প্রকল্প

প্রকল্পের লোগোঃ

সম্ভব

প্রকল্পের শ্লোগানঃ

পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি

প্রকল্পের উদ্দেশ্য

শিশুর পুষ্টি ও শিক্ষা খাতে বিনিয়োগের মাধ্যমে দরিদ্র জনগোষ্ঠীর জন্য পুষ্টি ও শিক্ষার সুযোগ সৃষ্টি করার অঙ্গীকার নিয়েই এই প্রকল্পের যাত্রা শুরু। এই পাইলট প্রকল্পের মূল উদ্দেশ্য হলো:

- ০-৩৬ মাস বয়সী শিশুর পুষ্টির অবস্থা উন্নয়ন করা।
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতির হার বাড়ানো।
- সামাজিক নিরাপত্তা বেষ্টনী কর্মসূচি বাস্তবায়নে স্থানীয় সরকারের দক্ষতা বৃদ্ধি করা।

পাইলট প্রকল্প বাস্তবায়নকারী সংস্থাসমূহ

- **বাস্তবায়নকারী সংস্থা:** স্থানীয় সরকার বিভাগ
- **সহযোগী মন্ত্রণালয়:** স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ মন্ত্রণালয়, প্রাথমিক ও গণশিক্ষা মন্ত্রণালয় এবং ডাক ও টেলিযোগাযোগ মন্ত্রণালয়
- **পাবলিক ক্যাম্পেইন:** বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)
- **গবেষণা ও মূল্যায়ন সহযোগিতা:** ডাটা এনালাইসিস এণ্ড টেকনিক্যাল এসিসটেন্স লিমিটেড (ডাটা)
- **অর্থ সুবিধা ব্যবস্থাপনা:** বাংলাদেশ ডাক বিভাগ।

প্রকল্প এলাকা

স্থানীয় সরকার মন্ত্রণালয়ের মাধ্যমে **"সম্ভব"** পাইলট প্রকল্পটি বিশ্ব ব্যাংকের সহায়তায় বাংলাদেশের তিনটি নির্বাচিত স্থান- নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন, জলঢাকা ও হাতিবান্ধা উপজেলায় বাস্তবায়িত হচ্ছে।

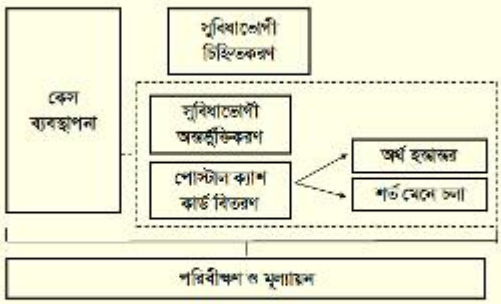
উপজেলা	ইউনিয়ন/নির্দিষ্ট এলাকা				
হাতিবান্ধা	পাটিকাপাড়া	ডাউয়াবাড়ি	সিন্দুর্না	নওদাবাস	গড্ডিমারী
জলঢাকা	কৈমারী	খুটামারা	গোলনা	শৌলমারী	কাঁঠালি
নারায়ণগঞ্জ সিটি কর্পোরেশন অন্তর্ভুক্ত এলাকাসমূহ	ইউনাইটেড টেক্সটাইল মিল	ঋষি পাড়া	বালুপাড়া	জেলে এবং সুবার্ন	নারায়ণ ঋষি পাড়া
	ইসলামীয়া সুইপার কলোনী	টানবাজার সুইপার কলোনী	বিসিকটিকি কলোনী (সিদ্ধিরগঞ্জ)	বউবাজার রেল লাইন বস্তি	কুমুদিনী বাগান (শীতলক্ষ্যা)
	পুরাতন জিমখানা বস্তি	বেপারীপাড়া	মুচিবাড়ী	তিনশ রোড বস্তি	মন্ডলপাড়া
	কুমুদিনী বাগান (মেট্রো)	শহীদনগর	খলিল মিয়ার বাড়ী	নতুন মাছুয়াপাড়া	শান্তিনগর, নন্দন
	ইসলামিয়া রোড রেল লাইন বস্তি	মুসলিমনগর	গোদনাইল (দক্ষিণ)	গোদনাইল (উত্তর)	নতুন জিমখানা
	হাজীগঞ্জ রেলওয়ে বস্তি	জল্লা এর মসজিদ	ভূঁইয়াপাড়া	ডেকপাড়া	নিতাইগঞ্জ
	কুমুদিনী বাগান (বন্দর)	শিলমা	১ নম্বর রেলগেট বস্তি	আদমজী মিল গেট	

প্রকল্পটি কাদের জন্য

মূলত এলাকার অতি দরিদ্র পরিবারের জন্য এই প্রকল্পটি, যাদের:

- অন্তত ৩-৩½ মাস বয়সী শিশু আছে, অথবা/এবং
- প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যায় এমন ছেলে বা মেয়ে শিশু আছে।
- নির্দিষ্ট এলাকার বাসিন্দা

প্রকল্পটিতে যেভাবে কাজ করা হচ্ছে



নিয়ম পালন সাপেক্ষে অর্থ প্রদানের জন্য সুবিধাভোগী চিহ্নিতকরণ ও চূড়ান্ত তালিকাভুক্তিকরণ এই প্রকল্পের অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ ধাপ।

প্রকল্প থেকে যেসব সুবিধা পাওয়া যাচ্ছে

- প্রতি দু'মাস অন্তর নির্বাচিত পরিবারটি একটি অথবা সর্বোচ্চ দুইটি সুবিধা পাচ্ছেন
- শিশুর পুষ্টি সুবিধা বাবদ ৪০০ টাকা এবং শিশুর শিক্ষা সুবিধা বাবদ ৪০০ টাকা অর্থাৎ সর্বোচ্চ ৮০০ টাকা পরিবার প্রতি দেওয়া হচ্ছে
- আর্থিক সুবিধাসহ প্রতি মাসে অন্যান্য আরো যে সকল সুবিধা রয়েছে সেগুলো হলো:
  - শিশুর ওজন ও উচ্চতা বৃদ্ধি পরিমাপ করতে পারছেন
  - শিশুর পুষ্টি ও স্বাস্থ্য শিক্ষা পরামর্শ পাচ্ছেন
  - ছেলে বা মেয়ের প্রাথমিক বিদ্যালয়ে উপস্থিতি বৃদ্ধিতে উদ্বুদ্ধ করা হচ্ছে।

যেভাবে আর্থিক সুবিধা পাচ্ছেন

- নির্বাচিত পরিবারগুলো নির্দিষ্ট ডাকঘর থেকে পোস্টাল ব্যাংক কার্ডের মাধ্যমে টাকা তুলছেন
- প্রকল্প সময়ের মধ্যে নির্বাচিত পরিবারগুলো মোট ৬ বার আর্থিক সুবিধা পাচ্ছেন
- প্রথমবার কোনরকম শর্ত পূরণ ছাড়াই তালিকাভুক্ত পরিবারগুলোকে দুই মাসের অর্থ প্রদান করা হয়েছে
- পরবর্তী ৫টি কিস্তি প্রদানের জন্য তালিকাভুক্ত পরিবারগুলো শর্ত মেনে চলছে কিনা তা বিবেচনা করা হচ্ছে।

সুবিধাভোগীর আর্থিক সুবিধা গ্রহণের জন্য যেসব শর্তসমূহ মেনে চলতে হয়

আর্থিক সুবিধা লাভের জন্য নির্বাচিত পরিবারগুলোকে নিচের নিয়মগুলো মেনে চলতে হবে-

১। শিশুর পুষ্টি নিশ্চিত করা

- শিশুকে নিয়মিত নির্ধারিত পরিমাণে পুষ্টিকর খাবার খাওয়ানো
- প্রতি মাসে শিশুকে নির্ধারিত সময়ে নির্ধারিত স্থানে তার উচ্চতা এবং ওজন পরিমাপের জন্য নিয়ে আসা
- নির্ধারিত দিনে স্বাস্থ্য শিক্ষা অধিবেশনের যোগ দেয়া।

২। শিশু শিক্ষা নিশ্চিত করা

- শিশুকে নিয়মিত প্রাথমিক বিদ্যালয়ে পাঠানো
- বিদ্যালয়ে শিশুর উপস্থিতি ৮০ ভাগ নিশ্চিত করা।

কি কারণে পরিবারটি টাকা পাবে না

- অর্থ প্রদানের জন্য কোন মাসে নিয়মসমূহ ঠিকমত মেনে না চললে সেই মাসের ভাতা পাবে না
- কোনো কারণে তালিকাভুক্ত শিশুটির মৃত্যু হলে সেই পরিবারের নাম তালিকা থেকে বাদ পড়বে।

এলাকার গণ্যমান্য ব্যক্তিবর্গের প্রতি অনুরোধ

১। অর্থ সহায়তা পেতে চূড়ান্ত তালিকার সুবিধাভোগী পরিবারগুলোকে নিরপেক্ষভাবে এবং কেন্দ্রীয় পর্যায় থেকে নির্বাচন করা হয়েছে - এ বিষয়টি বুঝতে জনগণকে সহায়তা করুন

২। পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে অর্থ সহায়তা পেতে আপনার এলাকার সুবিধাভোগী পরিবারগুলোকে শর্ত পূরণে উদ্বুদ্ধ ও সহায়তা করুন

৩। আপনার এলাকার নির্বাচিত পরিবারগুলোকে তাদের সন্তানের পুষ্টি ও শিক্ষার উন্নয়নে শর্তসাপেক্ষে অর্থ সহায়তার জন্য চূড়ান্ত তালিকা অনুযায়ী নাম অন্তর্ভুক্ত করতে উৎসাহিত করুন।

Participants of Union Level Orientation

Hatibandha Upazila

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থান: ..... তারিখ: ১৮/১১/২০২২ ইং

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.		
২.		
৩.		
৪.		
৫.		
৬.		
৭.		
৮.		
৯.		
১০.		

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	মোঃ আবুল কাশেম [illegible] সাবেক সদস্য	[illegible]
১২.	[illegible]	[illegible]
১৩.	[illegible] রহমান ইউনিয়ন সচিব	[illegible]
১৪.	জয়ন্তী মজুমদার সহঃ শিঃ [illegible]	[illegible]
১৫.	[illegible]	[illegible]
১৬.	[illegible]	[illegible]
১৭.	মোঃ [illegible] A.H.I	[illegible]
১৮.	[illegible]	[illegible]
১৯.	সুমন কুমার দে FPI	[illegible]
২০.	আহসান [illegible] ম্যান বাংলাদেশ	[illegible]
২১.	[illegible]	[illegible]
২২.	মোঃ [illegible]	[illegible]
২৩.	[illegible] UP	[illegible]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	জোহরা বেগম, F.W.A	জোহরা
২৫.	মো: আ: আজিজ UP সদস্য	আজিজ
২৬.	মো: আবুল কাজল স্বাস্থ্য সহকারী নওগাঁ	আবুল কাজল
২৭.	মো: মহসীন আলী	[illegible]
২৮.	মো: ইব্রাহীম মিয়া UP সদস্য	ইব্রাহীম
২৯.	বনমালী বর্মা	[illegible]
৩০.	সুশীল কুমার বর্মা	[illegible]
৩১.	মো: ফজলে রহমান ফিল্ড সুপারভাইজার অফিসার	[illegible]
৩২.	জিন্নাত আরা বিউটি BCCP সাইকমী	[illegible]
৩৩.	বুবুল দেব শর্মা B.C.C.P. সাইকমী	[illegible]
৩৪.	এরশাদুল আলম BCCP সাইকমী	[illegible]
৩৫.	-	-

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থান: ৬নং পাটিকাপাড়া ইউঃ পিঃ হল রুম তারিখ: ০৯.১১.২০২২

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.	মোঃ সফিয়ার রহমান ৬নং পাটিকাপাড়া (চেয়ারম্যান)	[illegible]
২.	মো: রেদওয়ানুর রহমান প্র: শিঃ, উঃ পাটিকাপাড়া স: প্রা: বি	[illegible]
৩.	আং মো: আব্দুস সাত্তার প্র: শি [illegible] স: প্রা: বি	[illegible]
৪.	[illegible] প্র/শি- [illegible] স: প্রা: বিদ্যালয়	[illegible]
৫.	মো: আনোয়ার সাদাত [illegible] উদ্যোক্তা, ইউনিয়ন তথ্য সেবাকেন্দ্র	[illegible]
৬.	মো: আব্দুল গফুর (গ্রাম আদালত সহকারী)	[illegible]
৭.	মোছা: আনজুয়ারা বেগম মহিলা সদস্য, পাটিকাপাড়া ইউ পি	আনজু আয়ারা
৮.	মো: আতিয়ার রহমান সদস্য ৬নং পাটিকাপাড়া ইউ পি	[illegible]
৯.	মো: সেকেন্দার আলী [illegible] গন্যমান্য	[illegible] ০৯/১১/২২
১০.	মো: আবুল হোসেন সদস্য, ৬নং পাটিকাপাড়া ইউ.পি	[illegible]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	মোঃ সহিরুল ইসলাম সদস্য, ৬নং পাটিকাপাড়া ইউ.পি	[signature]
১২.	মোঃ লিয়াকত হোসেন শিক্ষক [illegible]	[signature]
১৩.	মোঃ আবু খালেক ৬ নং পাটিকাপাড়া ইউ.পি	[signature]
১৪.	শ্রী অরেশ চন্দ্র রায় পোস্ট মাস্টার	[signature]
১৫.	মোঃ আব্দুল কাদের সরকার [illegible]	[signature]
১৬.	মোঃ আফজাল হোসেন, সদস্য ৬নং পাটিকাপাড়া ইউ.পি.	[signature]
১৭.	মোঃ মোখলেছুর রহমান সদস্য ৬নং পাটিকাপাড়া	[signature]
১৮.	মোঃ বিদ্যুৎ রহমান দুলাল সহঃ শিক্ষক, [illegible]	[signature]
১৯.	মোঃ মনছের আলী, সদস্য ৬নং পাটিকাপাড়া	[signature]
২০.	মোঃ আমিনুর কবির পাটোয়ারী প্র.শি. দক্ষিণ হলদীবাড়ী স: প্রা: বি:	[signature]
২১.	আম্বিয়া মহিলা সদস্য পাটিকাপাড়া, ইউ, পি	আম্বিয়া
২২.	[illegible]	[signature]
২৩.	মোঃ এনামুল হক	এনামুল হক

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	মো: আসমউদ্দিন স্বাস্থ্য সহকারী	[signature]
২৫.	সাজেদা আক্তার CHCP	সাজেদা
২৬.	নাজমুল ইসলাম CHCP	[signature]
২৭.	মোছা: আনোয়ারা খাতুন BCCP	আনোয়ারা
২৮.	স্নিগ্ধা রানী রায় BCCP	স্নিগ্ধা
২৯.	সুচিত্রা রানী রায় BCCP	সুচিত্রা
৩০.	মোছা: জাহানারা বেগম ঝর্না মহিলা সদস্য	জাহানারা
৩১.	মো: জহুরুল হক সদস্য পাটিকাপাড়া ইউ.পি.	জহুরুল
৩২.	জেসমিন আক্তার রত্ন F.W.V সদর ইপিকাবা	[signature]
৩৩.	মো: তা: [illegible] সদস্য, ডনং পাটিকাপাড়া	[signature]
৩৪.	মো: রফিকুল ইসলাম মুরাজিম	[signature]
৩৫.	মো: আব্দুল ওহাব	[signature]

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থান: স্থান... সিন্দুরনা ইউনিয়ন পরিষদ   তারিখ: ২০.১১.১২

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.	মো: আমির উদ্দিন উত্তর সিন্দুরনা চেয়ারম্যান	[illegible] ২০/১১/০১২
২.	মো: নুরনবী প্র: শিক্ষ: [illegible] সপ্রা: বি:	[illegible]
৩.	মোছা: [illegible] প: ক: [illegible]	[illegible]
৪.	মোছা: রেজিনা বেগম [illegible]	Raina
৫.	আকতুদা পারভিন (কল্পনা) অধ্য: [illegible] ১নং	[illegible]
৬.	মোছা: [illegible] বেগম মহিলা [illegible] সদস্য	[illegible]
৭.	ছালেহা খাতুন মহিলা [illegible] সদস্য	ছালেহা
৮.	মো: হায়দার আলী স্বাস্থ্য সহকারী	[illegible]
৯.	মো: মাহবুবুর রহমান প্রধান শিক্ষক (অব) [illegible]	[illegible]
১০.	মো: মোর্শেদ কলিমুদ্দীন সহ: শি: [illegible] সপ্রা: বি:	[illegible]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	মো: [illegible] ইসলাম সাবেক ইউ পি সদস্য	[illegible]
১২.	মোছা: সরাইয়া কোম প্র: শি বালাপাড়া স: প্রা: বিদ্যা	[illegible]
১৩.	মো: মোকছেদুর রহমান ইউ.পি- সদস্য -৯ নং ওয়ার্ড সিন্দুর্না	[illegible]
১৪.	মো: মাইদুল ইসলাম NGCO প্রতিনিধি	[illegible]
১৫.	মো: বাবা মিয়া ইউপি সদস্য	[illegible]
১৬.	মো: রহিম বাদশা ইউ পি সদস্য	রহিম বাদশা
১৭.	মো: [illegible]	[illegible]
১৮.	শ্রী অশ্বিনী বর্মন ইউ পি সদস্য	অশ্বিনী
১৯.	মো: লুৎফর রহমান ইউ পি সদস্য	[illegible]
২০.	মো: নূরুল হক সা: সম্পাদক বাংলাদেশ [illegible]	[illegible]
২১.	কলিম [illegible] ইউ পি সদস্য	[illegible]
২২.	মো: আ: হালিম ইউ পি সদস্য	মো: আ: হালিম
২৩.	মো: নুরুল [illegible] ইউ পি সদস্য	নুরুল [illegible]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	মো: নুরুল হক [illegible] [illegible], হাতীবান্ধা	[illegible] ২৫/১১/১২
২৫.	মোছা: মোস্তাফিজা বেগম এফ: ডব্লিউ: এ: সিন্দুনা	মোস্তাফিজা F.W.A
২৬.	ছালেহা বেগম মহিলা ইউপি সদস্য	ছালেহা
২৭.	মো: হাফিজুর রহমান (ইউপি সদস্য)	হাফিজুর রহমান
২৮.	মো: আনোয়ারুল আলম,	[illegible]
২৯.	মো: জালাল উদ্দিন প্রধান	জালাল উদ্দিন
৩০.	নাজিরা সুলতানা BEEP মাঠ কর্মী	নাজিরা
৩১.	রওশান আরা BEEP মাঠ কর্মী	রওশান
৩২.	[illegible] আলম BEEP মাঠ কর্মী	[illegible]
৩৩.	[illegible]	[illegible]
৩৪.	মাহবুবুল আলম	[illegible]
৩৫.	আশরাফ আলী (ইমাম) মসজিদ	[illegible]

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থান: সিংগাইর ইউনিয়ন পরিষদ তারিখ: ২৯.১১.১২

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.	আলহাজ্ব এম.জি. মোস্তফা চেয়ারম্যান ৩ নং সিংগাইর	
২.	জাঃ বীমান রায়	২৯/১১/১২
৩.	মোছাঃ নাজেরা বেগম	
৪.	মোঃ আঃ আজিজ	
৫.	মোঃ নুরুন্নবী সরকার বাবলা	
৬.	মোঃ মোজাম্মেল হক (মাস্টার) সদস্য	
৭.	মোঃ বকিকুল ইসলাম (সচিব)	
৮.	মোঃ আঃ মোতালেব	
৯.	মোছাঃ বিউটি	২৯/১১/১২
১০.	মোঃ আলতাব হোসেন	

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	কাবী তালগার হোসেন	
১২.	মোঃ মোহাম্মদ আলী	
১৩.	মোঃ মোস্তাফিজুল হোসেন (মেম্বর) ৩নং	
১৪.	মোকাররফ হোসেন ২নং	
১৫.	মনোয়ার হোসেন	
১৬.	মোঃ হাফিজ মাহমুদ	
১৭.	মোঃ রেজাউল করিম	
১৮.	আলাউদ্দিন মিয়া	
১৯.	মোঃ আতিয়ার রহমান	
২০.	মোঃ আবুস সামাদ	
২১.	মোছাঃ লিলি বেগম	
২২.	মোঃ আমিনুর রহমান	
২৩.	ও আঃ খালেক	

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	মুহঃ নরজ্জামান সদস্য, শিক্ষা স্টাডিং কমিটি	[signature]
২৫.	মোছাঃ আখতারা বানু প্রঃ শি.	[signature]
২৬.	মোছাঃ আনোয়ারা ৪.৫.৬ নং	[signature]
২৭.	মোসাঃ আরেফা আক্তার	[signature]
২৮.	মোঃ রোস্তম আলী	রোস্তম
২৯.	মোঃ শাহজাহান	[signature]
৩০.	মোঃ আনোয়ার হোসেন	[signature]
৩১.	মোছাঃ মনদুরা-বেগম	মনদুরা
৩২.	মোঃ আনোয়ার	
৩৩.	মোঃ আব্দুস সবুর	[signature]
৩৪.	মোছাঃ গোলাপী খাতুন	[signature]
৩৫.	মোঃ আব্দুল কাদের	[signature]
[illegible]	মোছাঃ ফজিলাতুন নেছা	[signature]

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থান: ডাউয়াবাড়ী

তারিখ: ২২-১১-১২ ইং

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.	এ. কে. এম. দেলওয়ার রহমান	[signature]
২.	মোঃ আওলাদ হোসেন স: শি: বিছনদই স	[signature]
৩.	মোঃ নূর ইসলাম প্র: শি: ডাউয়াবাড়ী স:	[signature]
৪.	মোঃ সেপাউল ইসলাম পূর্ব ডাউয়াবাড়ী জামে ম সেকাম	সেপাউল
৫.	শাগুপ্তা কায়নাত পশ্চিম বিছনদই স: প্রা:	[signature]
৬.	মোঃ আলমগীর ইস	[signature]
৭.	মোঃ রেজাউল ইসলাম	[signature]
৮.	মোঃ আঃ হাই	[signature]
৯.	আহাম্মদ হোসেন	[signature]
১০.	মোঃ দিদারুল আলম CHCP পশ্চিম বিছ	[signature]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	মো: আরিফুর রহমান- ইমাম	
১২.	মোঃ ওমর ফারুক সহঃ/শিঃ প্রান্নাথ পাঠিকা, সপ্না বি	
১৩.	পরিমল চন্দ্র (E.P.I) জাউয়াবাড়ী	
১৪.		
১৫.		
১৬.		
১৭.		
১৮.		
১৯.		
২০.		
২১.		
২২.		
২৩.		

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	[illegible]	[illegible]
২৫.	[illegible]	[illegible]
২৬.	[illegible]	[illegible]
২৭.	[illegible]	[illegible]
২৮.	[illegible]	[illegible]
২৯.	[illegible]	[illegible]
৩০.	[illegible]	[illegible]
৩১.	[illegible]	[illegible]
৩২.	[illegible]	[illegible]
৩৩.	[illegible]	[illegible]
৩৪.	[illegible]	[illegible]
৩৫.	—	—

Participants of Union Level Orientation

Jaldhaka Upazila

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থান: কাঁঠালী ইউনিয়ন। তারিখ: ২৪/১১/১২

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.	সোহরাব হোসেন (তুহীন) চেয়ারম্যান, কাঁঠালী	[signature]
২.	মোঃ হাফিজুর রহমান কাঁঠালী পোস্টমাস্টার	[signature]
৩.	মোঃ মশিউর রহমান PIU. কাঁঠালী	[signature]
৪.	সাকিয়া কাওসার প্র. শি. কাঁঠালী G.P.S	[signature]
৫.	লায়লা কাঁঠালী	[signature]
৬.	মোঃ নুরুজ্জামান	[signature]
৭.	পরিতোষ চন্দ্ররায় C.H.C.P পশ্চিম কাঁঠালী	[signature]
৮.	মোঃ আফজালুল হক পশ্চিম কাঁঠালী সরকার পাড়া জামে মসজিদ।	[signature]
৯.	মো. মাহমুদুল হক প্র. শি: কাঁঠালী ইউসি সপ্রাচ	[signature]
১০.	মোনা কাইয়ুম FC-LAMB	[signature]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	সুরনজিৎ কুমার দাস F.P.I	[illegible]
১২.	মো: আনিছুর রহমান	আনিছুর
১৩.	মোছা: তাহেরা	তাহেরা
১৪.	সালমা ফেরদৌসী C.H.C.P	সালমা
১৫.	মো: মোস্তাফিজুর রহমান	মোস্তাফিজ H.I. ২৪/১১/২২
১৬.	[illegible]	[illegible]
১৭.	মো: রফিক [illegible]	রফিক
১৮.	আনোয়ার	আনোয়ার
১৯.	মো: নুর আলম ই: ম: প্র: (মাধ্যমিক শিক্ষা)	N.A
২০.	এম. এ. হালিম [illegible]	[illegible]
২১.	আবুল হাসেম	[illegible]
২২.	মো: আ: গনি	আঃ গনি
২৩.	আনোয়ার	আনোয়ার

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	মোঃ জোবায়ের হোসেন F.W. কাঁঠালী	24.11.12
২৫.	মোঃ আরফান আহমেদ রাশেদ F.W কাঠালী	
২৬.	ফুলবানু F.W. কাঁঠালী	
২৭.	জান্নাতুল ফেরদৌস F.W কাঁঠালী	জান্নাতুল
২৮.	তমা রানী রায় F.W. কাঁঠালী	
২৯.	অনুপমা রানী রায়	অনুপমা রানী রায়
৩০.	মোঃ নজরুল ইসলাম	
৩১.	মোঃ মোস্তাজুল নেলাম	
৩২.	[illegible]	
৩৩.	মো: রকিবুল	
৩৪.	হাবিবা বেগম	হাবিবা
৩৫.	মোঃ আলামার হোসেন	

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থান: ক্ষীরগঞ্জ ইউনিয়ন পরিষদ। তারিখ: ২৮-১১-১২

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.	মোঃ মনজুর [illegible] চেয়ারম্যান [illegible]	[illegible]
২.	শ্রী উত্তম কুমার অধিকারী পুরোহিত	[illegible]
৩.	উত্তম কুমার রায় সুপারভাইজার অফিসার (সমাজসেবা [illegible])	[illegible]
৪.	মো: [illegible] সি, ওইড়ি, সি, পি [illegible] কমিটি [illegible]	[illegible]
৫.	মোঃ তৈয়ব আলি UP- সদস্য- ক্ষীরগঞ্জ	[illegible]
৬.	জাহিদা বেগম UP সদস্য ক্ষীরগঞ্জ	জাহিদা।
৭.	মো: [illegible] রহমান [illegible]	[illegible]
৮.	মোঃ [illegible] [illegible]	[illegible]
৯.	মো: [illegible] [illegible]	[illegible]
১০.	[illegible] UP সদস্য ক্ষীরগঞ্জ	[illegible]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	মোঃ মোতালেব UP- সদস্য- মীরগঞ্জ	মোতালেব
১২.	রাকেয়া বেগম (ভারঃ) F.R.O	রাকেয়া
১৩.	ইমাঃ নূর ইসলাম ইউপি সদস্য মীরগঞ্জ	[illegible]
১৪.	মোঃ নূরজ্জামান সচিব, ইউ.পি - মীরগঞ্জ	[illegible]
১৫.	মোঃ আনোয়ার হোসেন ইউ.পি: সদস্য	[illegible]
১৬.	শেফালী রানী ইউপি. সদস্য- মীরগঞ্জ	শেফালী
১৭.	মনি ভূষন চক্রবর্তী A.H.O মীরগঞ্জ	[illegible] ২৬/১১/১২
১৮.	জাহাঙ্গীর আলম লাল প্রধান শিক্ষক	জাহাঙ্গীর
১৯.	মোঃ মাহেদুল ইসলাম খাঁ সহঃ শিক্ষক	[illegible]
২০.	কাশেম আলি UP- সদস্য- মীরগঞ্জ	[illegible]
২১.	হাবিবুর রহমান (হাবিব) উপজেলা, U.I.S.C	Habib
২২.	হাবিবুল ইসলাম UP- সদস্য- মীরগঞ্জ	[illegible]
২৩.	জিয়াউর রহমান UP- সদস্য- মীরগঞ্জ	মোঃ জিয়া

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	মো: জিল্লুর রহমান জিন্টু সং: [illegible]	[signature]
২৫.	সাহানারা ইয়াসমিন AC, Plan-NDU.	[signature]
২৬.	সেলিনা বেগম UP - সদস্য - মীরগঞ্জ	[signature]
২৭.	মোঃ [illegible] রহমান [illegible]	[signature]
২৮.	মো: আকতারুজ্জামান CHCP আলিতলা কমিউনিটি ক্লিনিক	[signature]
২৯.	Sharemin Akhtere fieldworeker(BCCP)	[signature]
৩০.	মো:জাহিদুজ্জামান খান WES-promoter-WASH-Mirganj	[signature]
৩১.	মোঃ মাহমুদুল হাসান Field worker (BCCP)	[signature]
৩২.	মো: রমজান আলী Field worker(BCCP)	[signature]
৩৩.	রুবী আক্তার Field worker (BCCP)	Rubya
৩৪.	মো: মজিবর রহমান (সভাপতি)	[signature]
৩৫.		

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থান: কৈমারী ইউনিয়ন পরিষদ তারিখ: ২৭/১১/১২ ইং

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.	[illegible] (লিটন) চেয়ারম্যান, কৈমারী ইউ. পি	[signature]
২.	[illegible] সচিব কৈমারী - ইউ পি	[signature]
৩.	লুৎফা আক্তার ইউ.পি উদ্যোক্তা	[signature]
৪.	ফারুক আহমেদ [illegible]	[signature]
৫.	মো: মামুনুল ইসলাম [illegible] কৈমারী	[signature]
৬.	জগদীশ চন্দ্র রায় F.P.I - কৈমারী	[signature]
৭.	[illegible] ইউ. প. উদ্যোক্তা	[signature]
৮.	[illegible] ইউ পি সদস্য	[signature]
৯.	মো: [illegible] ইউ পি সদস্য	[signature]
১০.	মো: [illegible] ইউ পি সদস্য	[signature]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	রশিদুল ইসলাম (রুবেল) ইউ: পি: সদস্য কৈমারী-৬	[signature]
১২.	মো: আব্দুর রাজ্জাক ইউ/পি সদস্য কৈমারী, ওয়ার্ড নং ৯	[signature] ২৭/১১/১২
১৩.	[illegible]-তুল-কোবরা C.H.C.P কৈমারী	[signature]
১৪.	Shamim Ara-Dalia DAC - Plan	Dalia
১৫.	গীতা রানী রায় F.W কৈমারী	[signature]
১৬.	দ্বিপ্তী রানী অধিকারী F.W কৈমারী	[signature]
১৭.	মো: নজরুল ইসলাম গণ্য মান্য	[signature]
১৮.	জয়ন্তী রানী রায় F.W. B.C.C.P কৈমারী	[signature]
১৯.	বরেন্দ্র নাথ রায় F.W. B.C.C.P কৈমারী	[signature]
২০.	আব্দুর হাকাক F.W BCCP Kaimari	[signature]
২১.	রেজাউল খান শিক্ষক, কৈমারী	[signature]
২২.	[illegible] ফরিদা ইউ পি সদস্য	ফরিদা
২৩.	খায়রুন নেছা শিক্ষক কৈমারী	[signature]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	রবিন্দ্র চন্দ্র রায় ইউপি সদস্য [illegible]	[illegible]
২৫.	মো: ওবিবর রহমান ইউপি সদস্য [illegible]	[illegible]
২৬.	মো: আবদুল [illegible] ইউপি- সদস্য	[illegible]
২৭.	কামরুন নাহার ইউপি সদস্যা	Kamy
২৮.	নিরঞ্জন রায় (CHCP)	[illegible]
২৯.	মো: [illegible] ইসলাম	[illegible]
৩০.	মো: মিজানুর ইসলাম [illegible] BCCP	[illegible]
৩১.	মিসেস [illegible] FWA	[illegible]
৩২.	[illegible]	[illegible]
৩৩.	মো: মাহফুজুর রহমান সাংবাদিক	[illegible]
৩৪.	নীলকান্ত রায় [illegible]	নীলকান্ত রায়
৩৫.	মো: নজরুল ইসলাম A. H. I.	[illegible]

বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

প্লট নং ৮, রোড- ৩, সেকশন-১১, মিরপুর, ঢাকা

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

স্থানঃ শৌলমারী ইউনিয়ন পরিষদ   তারিখঃ ২৫-১১-২২ ইং

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১.	মো: আব্দুল আলিম, চেয়ারম্যান শৌলমারী ইউপি	[signature] ২৫/১১/২২
২.	মো: আশরাফুজ্জামান, কমিউনিটি হেলথ প্রোভাইডার	[signature]
৩.	মোছা: উম্মে সালমা বেগম, সহকারী শিক্ষক	উম্মে সালমা
৪.	মনি বালা রায়, মেম্বার [illegible]	[signature]
৫.	জাহানারা, কমিউনিটি হেলথ প্রোভাইডার	[signature]
৬.	কামরুজ্জামান, ইমাম	[signature]
৭.	মো: রাসিদুল ইসলাম	[signature]
৮.	বন্যা কর্মকার, স্টাফ নার্স, [illegible]	Bonya [signature]
৯.	সেলিনা হোসেন, স্বাস্থ্য সহকারী, [illegible]	[signature]
১০.	আকতার, সাংবাদিক দৈনিক [illegible]	[signature]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
১১.	আ.ফ.ম. রুকুনুল ইসলাম এসি - স্ল্যান বাংলাদেশ	[illegible]
১২.	মোঃ [illegible] সদস্য	[illegible]
১৩.	[illegible] প:প: পরিদর্শক, [illegible]	[illegible]
১৪.	মোতাহারা বেগম প:ক:সহ: [illegible]	[illegible]
১৫.	[illegible] সদস্য	[illegible]
১৬.	[illegible] H.I Incharge	[illegible]
১৭.	মোঃ [illegible] H.A. [illegible]	[illegible]
১৮.	[illegible]	[illegible]
১৯.	মোছা: মাহমুদা বেগম মহিলা সদস্য	মাহমুদা
২০.	মোঃ নজরুল ইসলাম সদস্য	নজরুল
২১.	প্রফুল্ল কুমার রায় মাঠকর্মী (বি.সি.সি.পি)	[illegible]
২২.	কৃষ্ণ চন্দ্র রায় মাঠকর্মী (বি.সি.সি.পি)	[illegible]
২৩.	মোছা: [illegible] বেগম মাঠকর্মী (বি.সি.সি.পি)	[illegible]

সুবিধা বঞ্চিত শিশুদের পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিতকরণে শর্ত সাপেক্ষে অর্থ হস্তান্তর পাইলট প্রকল্পের ইউনিয়ন পর্যায়ের কমিউনিটি নেতাদের সাথে ওরিয়েন্টেশন

ক্রমিক নং	আংশগ্রহনকারীর নাম ও ঠিকানা	আংশগ্রহনকারীর স্বাক্ষর
২৪.	দিপালী রানী রায় মাঠকর্মী (বি.সি.সি.পি)	Dipaly
২৫.	লাবণী রায় মাঠকর্মী (বি.সি.সি.পি)	[illegible]
২৬.	মো: আ: জব্বার সদস্য	[illegible]
২৭.	মো: শরিফুল ইসলাম সহ: শিক্ষক সিংড়িয়া সপ্রাবি	[illegible]
২৮.	মো: সিদ্দিকমিয়া	[illegible]
২৯.	মো: জুলহাস স: শিক্ষক	[illegible]
৩০.	নার্গিস আক্তার, সদস্য	[illegible]
৩১.	হবিবর রহমান নেতৃবৃন্দ	[illegible]
৩২.	গোলাম রহমান ইমাম	[illegible]
৩৩.		
৩৪.		
৩৫.		

সম্ভব পাইলট প্রকল্প

ইউনিয়ন পর্যায়ে ষ্টেকহোল্ডারদের ওরিয়েন্টশন

স্থান ঃ- খুটামারা ইউনিয়ন পরিষদ

তাং- ২৯/১১/২০১২ইং

ক্রমিক নং	নাম,পদবী ও ঠিকানা	স্বাক্ষর
১.		
২.		
৩.		
৪.		
৫.		
৬.		
৭.		
৮.		
৯.		
১০.		

সম্ভব পাইলট প্রকল্প

ইউনিয়ন পর্যায়ে ষ্টেকহোল্ডারদের ওরিয়েন্টশন

স্থান ঃ- খুটামারা ইউনিয়ন পরিষদ তাং- ২৯/১১/২০১২ইং

ক্রমিক নং	নাম,পদবী ও ঠিকানা	স্বাক্ষর
১১.	মোস্তারিকা মাধ্যমী, খুটামারা	[signature]
১২.	হারুনুর রশীদ সংঘ খুটামারা	[signature]
১৩.	মোঃ মোখলেছুর রহমান প্রধান শিক্ষক টেংগামারী সরকারী বিদ্যালয়	[signature]
১৪.	[illegible]	[signature]
১৫.	মোঃ ইলিয়াস হাসান বেকু উদ্যোক্তা	[signature]
১৬.	।। মোতাহার হো: U.P সদস্য ওয়ার্ড ৫	[signature]
১৭.	মোঃ ফারুক হোসেন BCCP Field worker, খুটামারা	[signature]
১৮.	মোঃ নুরুল আমিন গনমানি	[signature]
১৯.	রুমি বেগম UPM ১.২.৩ ওয়ার্ড	[signature]
২০.	মাহামুদা বেগম UPM ৪৫ ও নং	[signature]

সম্ভব পাইলট প্রকল্প

ইউনিয়ন পর্যায়ে ষ্টেকহোল্ডারদের ওরিয়েন্টশন

স্থান ঃ- খুটামারা ইউনিয়ন পরিষদ তাং- ২৯/১১/২০১২ইং

ক্রমিক নং	নাম,পদবী ও ঠিকানা	স্বাক্ষর
২১.	মো: সাজিদ, UP সদস্য খুটামারা	[signature]
২২.	মো: রউফুল আলম ~~সম~~ ফিল্ড সুপারভাইজার অফিসার - খুটামারা	[signature]
২৩.	মো: সাইফুল ইসলাম পোষ্ট মাষ্টার - খুটামারা	[signature]
২৪.	মো: মনিরুল ইসলাম F.P.I খুটামারা	[signature]
২৫.	মো: গোলাম সাকলায়েন CHCP পূর্ব-খুটামারা	[signature]
২৬.	মো: আজিজ উদ্দিন, প্রধান শিক্ষক হরিশ্চন্দ্র পাঠ সরকারী প্রা: বিদ্যা:	[signature]
২৭.	এম.এ. হালিম, সাংবাদিক জলঢাকা, নীলকামারী	[signature]
২৮.	গোবিন্দ রায় মাধ্যমী খুটামারা	[signature]
২৯.	আয়েশা সিদ্দিকা মাকির্মী খুটামারা	[signature]
৩০.	ভীষ্ম রায় মাধ্যমী (BCCP) খুটামারী	[signature]

সম্ভব পাইলট প্রকল্প

ইউনিয়ন পর্যায়ে ষ্টেকহোল্ডারদের ওরিয়েন্টশন

স্থান ঃ- খুটামারা ইউনিয়ন পরিষদ

তাং- ২৯/১১/২০১২ইং

ক্রমিক নং	নাম,পদবী ও ঠিকানা	স্বাক্ষর
৩১.		
৩২.		
৩৩.	মো: ওয়াহেদ আলী UP সদস্য, ২ নং ওয়ার্ড, খুটামারা ইউনিয়ন	
৩৪.		
৩৫.		
৩৬.		
৩৭.		
৩৮.		

Participants of Ward Level Orientation

Narayangonj City Corporation

Orientation for Ward Level Stakeholders of Narayangonj City Corporation on 'Shombhob' Pilot Project

Organized by: Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP

Honorarium for Participants

Date: November 27, 2012

Sl. No.	Participants Name and Designation	Signature
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		Shalira
12.		
13.		
14.		

Sl. No.	Participants Name and Designation	Signature
15.	[illegible]	[illegible]
16.	[illegible]	[illegible] 26/7/22
17.	[illegible]	[illegible] 26/7/22
18.	[illegible]	[illegible] 26/7/22
19.	[illegible] MO/NCC	[illegible] 26/7/22
20.	[illegible]	[illegible]
21.	[illegible]	[illegible]
22.	[illegible]	[illegible]
23.	[illegible]	[illegible]
24.	[illegible]	[illegible]
25.	[illegible]	[illegible]
26.	[illegible]	Tasleda
27.	[illegible]	Nazma
28.	[illegible]	Salam
29.	[illegible]	[illegible]
30.	[illegible] Total	[illegible]

Orientation for Ward Level Stakeholders of Narayangonj City Corporation on 'Shombhob' Pilot Project

Organized by: Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP

Honorarium for Participants

Date: November 28, 2012

Sl. No.	Participants Name and Designation	Signature
1.	MD. MURSHEDUL ALAM	
2.		
3.		
4.		Salauddin
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		

No.	Participants Name and Designation	Signature
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		
23.		
24.		
25.		
26.		
27.	মুবিদা আক্তার	
28.	নাসরিন সুলতানা	Nasrin Sultana
29.		
30.		
31.		
32.		
33.		

Orientation for Ward Level Stakeholders of Narayangonj City Corporation on 'Shombhob' Pilot Project

Organized by: Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP

Honorarium for Participants

Date: November 29, 2012

Sl. No.	Participants Name and Designation	Signature
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		

Sl. No.	Participants Name and Designation	Signature
15.	আমিনা আক্তার প্রধান শিক্ষক ৩৭ নং নয়াহাটি [illegible] সঃ প্রাঃ বিঃ	[illegible]
16.	হোসনে আরা বেগম সহঃ শিক্ষক ৬২ নং নয়াহাটি [illegible] সঃ প্রাঃ বিঃ	হোসনেআরা
17.	মাহফুজুর [illegible] [illegible]	[illegible]
18.	ইফ্ফাত মিম [illegible]	[illegible]
19.	মোঃ মাহামুদুর রহমান [illegible]	[illegible]
20.	মোঃ কাদির হোসেন, [illegible] [illegible]	[illegible]
21.	টি মাহমিদা সু	টি মাহমি[illegible]
22.	[illegible]	[illegible]
23.	মাহমুদা বেগম	[illegible] ২৭/[illegible]/12
24.	এম, এম, [illegible]	[illegible]
25.	প্রভাতি সরকার	[illegible]
26.	[illegible]	[illegible]
27.	মোঃ [illegible]	[illegible]
28.	মো: মেহেদী মাসুদ	Mehedi
29.	সাহেরা খানম	সাহেরা
30.	রাখেল [illegible]	[illegible]

Attachment–7:

Flipchart on Child Health and Nutrition

সূচিপত্র

বিষয়	পৃষ্ঠা
খাদ্য ও পুষ্টি	০১
অপুষ্টির কুফল	০২
করণীয়বোধক বাক্য	০৩
শিশুর জন্য মায়ের দুধের দুধ	০৪
শিশুর বাড়তি যত্ন পরিপূরক খাবার	০৫
শিশুর খাবারের বিভিন্নতা	০৬
শিশুর খাবারে ভিটামিন ও আয়রন	০৭
শিশুর খাবারে পরোটিন	০৮
খাবারভুক অপুষ্টিজনিত রোগসমূহ	০৯
শিশুর টীকা	১০
শিশুর ডায়রিয়া	১১
শিশুর দুর্ঘটনারোধে সাবধানতামূলক	১২

ফ্লিপচার্ট ব্যবহারবিধি

ফ্লিপচার্ট ব্যবহারের পূর্বে কোন বিষয়ের প্রতি লক্ষ্য রাখতে হবে

- ব্যবহারকারীর নিজে এটি ভাল করে পড়বেন এবং বিষয়বস্তুর ভাল করে বুঝে নেবেন, যাতে তাহা পুষ্টিসচেতনীকে সহজ ও আকর্ষণীয়ভাবে তুলে ধরতে পারেন
- পুষ্টিসচেতনীকে বোঝানোর সময় প্রয়োজনীয় অংশটি শেষ করে নিয়ে মাইক বন্ধ করে দেবেন এবং বিষয়ের অন্যান্য তথ্যাবলি সহজ করে পুষ্টিকে বলতে হবে
- পুষ্টিসচেতনীকে ধারণা পাওয়ার জন্য প্রথমে প্রশ্ন করে তার নিজ মতামত এবং বিষয়ের মূল্যায়ন করতে হবে
- আলোচনার সময় সর্বাধুনিক তথ্য পুষ্টিসচেতনীকে জানানো যা লিখে রাখার ফ্লিপচার্ট ব্যবহারকারীর উপর। পুষ্টিসচেতনীর প্রয়োজন, চাহিদা, সময়, পারিপার্শ্বিক অবস্থা ইত্যাদি বিবেচনা করে যে পরামর্শটি দেওয়া দিতে হবে
- ব্যবহারকারীকে অবশ্যই লক্ষ্য রাখতে হবে পুষ্টিসচেতনী যেন কোনভাবেই বিরক্ত না হন
- এই সহায়িকার কোন বিষয় বুঝতে পারলে তা টেলিফোনে বিষয়ে যাবার প্রয়োজন হলে কর্মীরা কার্যালয় প্রধান পরিদর্শনের বা বিষয় বিশেষজ্ঞের সাথে আলোচনা করে নিতে হবে।

বিশেষভাবে জরুরি

ফ্লিপচার্ট ব্যবহার করে মায়েদের সাথে স্বাস্থ্য ও পুষ্টি বিষয়ক আলোচনা পরিচালনা করার সময় নিচের তথ্যগুলো অবশ্যই খাব খাব সাথে অন্তিমে দিবেন

- উচ্চতা ও ওজন পরিমাপের সময় শিশুর উচ্চতা ও ওজন চার্টটি অবশ্যই সাথে আনতে হবে
- চার্টটি ভালোভাবে সংরক্ষণ করতে হবে যেন নষ্ট হয়ে না যায়।

খাদ্য ও পুষ্টি

খাদ্যের পিরামিড

খাদ্য ও পুষ্টি

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন: • শিশুর জন্য পুষ্টিকর খাবার কোন গ্রুপের?

খাদ্য

খাদ্য বলতে এমন কতগুলো প্রয়োজনীয় উপাদানের সমষ্টি যা গ্রহণের মাধ্যমে শরীরের যাবতীয় বৃদ্ধি, ক্ষয়পূরণ ও শরীর রোগ প্রতিরোধক শক্তি সঞ্চয় করে।

খাদ্যের শ্রেণীবিভাগ

ক) শক্তিদায়ক খাবার

- শ্বেতসার বা শর্করা জাতীয় খাবার, যেমন: চাল, গম, ভুট্টা, চিনি, রুটি, আলু, মধু ইত্যাদি।
- স্নেহজাতীয় খাবার, যেমন: তেল, ঘি, মাখন, চর্বি ইত্যাদি।

খ) শরীর বৃদ্ধিকারক ও ক্ষয়পূরক খাবার

- প্রাণীজ আমিষ: মাছ, মাংস, ডিম, দুধ ও দুগ্ধজাত খাবার।
- উদ্ভিজ্জ আমিষ: বিভিন্ন প্রকার ডাল, সয়াবিন, বাদাম, শীমের বীচি, লাউবীচি, টেপা বীজ (টেপারবীজ) ইত্যাদি।

গ) রোগ প্রতিরোধক খাবার

- খাদ্যপ্রাণ ও মিনারেল ও খনিজ লবণ জাতীয় খাবার। যেমন: শাক্ষ জাতীয় শাক-সব্জি, বিভিন্ন ফলমূল, মাছ, মাংস, ডিম, দুধ ইত্যাদি।

পুষ্টি

পুষ্টি অর্থ: একটি প্রক্রিয়া, যার মাধ্যমে খাদ্য গ্রহণ করা হয়ে শরীর শক্ত করে খাদ্য পরিপাক ও শোষিত হয়। অর্থাৎ পুষ্টি অর্থে খাদ্যের খাদ্য প্রয়োগে কার্যকলাপ বোঝায়।

শিশুকে পুষ্টিকর খাবার প্রদানের গুরুত্বসমূহ

- পুষ্টিকর খাবার শিশুকে সুস্থ রাখে
- পুষ্টিকর খাবার শিশুর বেড়ে ও উচ্চতা (শারীরবৃদ্ধি) বৃদ্ধি করে
- পুষ্টিকর খাবার শিশুর বুদ্ধি বাড়ায়
- পুষ্টিকর খাবার শিশুকে অপুষ্টিজনিত বিভিন্ন ক্ষয়রোগ রোগ থেকে রক্ষা করে।

অপুষ্টির দুষ্টচক্র

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন: • অপুষ্টির দুষ্টচক্রের কারণগুলো কি কি?

[illegible]	**অপুষ্টির দুষ্টচক্র:** [illegible]

অপুষ্টির দুষ্টচক্র

নবজাতকের যত্ন

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন: • নবজাতকের যত্ন কেন নেয়া প্রয়োজন?

নবজাত শিশুর যত্নের প্রয়োজনীয়তা

[illegible]

নবজাতকের যত্ন

[illegible]

নবজাত শিশুর যত্ন সম্পর্কে প্রচলিত ভুল ধারণা

[illegible]

নবজাতকের যত্ন

শিশুর জন্য মায়ের বুকের দুধ

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন: • শিশুকে কেন শাল দুধ খাওয়াতে হবে?
• বুকের দুধ খাওয়ানোর বিষয়ে পাঁচটি প্রধান তথ্য কি?

শাল দুধ

[illegible]

শাল দুধের উপকারিতা

[illegible]

শিশুকে মায়ের দুধ খাওয়ানোর বিষয়ে পাঁচটি প্রধান তথ্য

[illegible]

বুকের দুধ খাওয়ানোর সঠিক পদ্ধতি

[illegible]

শিশুর জন্য মায়ের বুকের দুধ

মায়ের বুকে শিশুর অবস্থান

স্তনের বোঁটা শিশুর ঠোঁটে লাগাচ্ছে — শিশু বড় করে হাঁ করেছে — বোঁটার পেছনের কালো অংশে শিশুর মুখের ভিতর

শিশুর বাড়তি বা পরিপূরক খাবার

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন:
- শিশুর বাড়তি বা পরিপূরক খাবার কখন শুরু করতে হবে?
- শিশুকে ঘরে তৈরি খাবার খাওয়ানোর সময় কি কি বিষয় লক্ষ্য রাখতে হবে?

শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের জন্য ৬ মাস বয়সের পর থেকে মায়ের দুধের পাশাপাশি শিশুকে বাড়তি বা পরিপূরক খাবার দিন

৬ মাসের পর থেকে ১২ মাস বয়স পর্যন্ত

- ৭ থেকে ৮ মাস বয়সে দুধের দুধের পাশাপাশি দিনে অন্তত ২ বার শিশুকে অল্প মাটি করে ভরা খাবার দিতে হবে
- এই বয়সে অন্তত একটি ডিম বা ছোলার ডাল/ডালজাতীয় বিশেষ করে মুরগীর কলিজা খাওয়াতে হবে
- ৯ থেকে ১২ মাস বয়স পর্যন্ত শিশুকে দিনে তিন বার অল্প মাটি করে পারিবারিক খাবার দিতে হবে। এছাড়া এর সাথে পুষ্টিকর নাস্তা দিতে হবে।

১২ মাসের পর থেকে ২ বছর পর্যন্ত

- দিনে অন্তত ৫টি দুধের দুধ দিতে হবে
- শিশুকে দুধের দুধের পাশাপাশি দিনে ৩ বার ১ বাটি করে (১৫০ মিঃলিঃ) বাড়তি খাবার এবং দিনে ২ বার পুষ্টিকর নাস্তা দিতে হবে
- শিশু ৫/৬ বৎসর দেরী মুহূর্তে সাথে মুখ থেকে মিটিয়ে খাওয়াতে হবে।

শিশুকে ঘরে তৈরি খাবার খাওয়ানোর লক্ষণীয় বিষয়

- খাওয়ানোর আগে অবশ্যই ভাল করে সাবান ও বিশুদ্ধ পানি দিয়ে হাত, বাটি, চামচ ইত্যাদি ধুয়ে নিতে হবে
- শিশুর বাড়তি খাবারে যেন কম করচের পুষ্টি উপাদান থাকে সেদিকে লক্ষ্য রাখতে হবে
- খাবার যেন পরিমিতির পরে না হয়ে যা হয়
- শিশুর খাবার অবশ্যই তাজা ও ঘনত্বমানে সিদ্ধ হতে হবে
- শিশুর খাবার পানি একটি পরিষ্কার পাত্রে চুলিয়ে ঠান্ডা করে রাখতে হবে
- প্রতি ৩/৪ ঘন্টা পর পর শিশুকে খাবার দিতে হবে।
- শিশুকে জোর করে খাওয়াবেন না। তৈরি করা খাওয়ানো হবে
- কোনোকারণে বাঁচিয়ে কেনা খাবার শিশুকে দেয়া উচিত নয়।

শিশুর বাড়তি বা পরিপূরক খাবার

শিশুর খাবারের বৈচিত্র্য

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন:
- খাবার নষ্টের পাওয়ার জন্য কি কি করা যেতে পারে?
- কিভাবে শিশুর খাবারে বৈচিত্র্য আনা যায়?

শিশুর খাবারে বৈচিত্র্য আনার জন্য খাবারের প্রস্তুতে বিভিন্ন করার পাশাপাশি খাবার তৈরিতেও বৈচিত্র্য আনতে হবে।

খাবারের প্রস্তুতে বিভিন্ন করার জন্য

- বাড়ির আশেপাশে শাক-সব্জি ও ফলমূলের গাছ লাগাতে হবে
- ভাতের ও খিচুরে জন্য বাড়িতে হাঁস-মুরগী পালন করুন এবং ডিম, দুধ নিজে বা অন্য পরিবারের অন্যান্য বিশেষ করে শিশু ও গর্ভবতী বা স্তন্যদানকারী মায়ের খাওয়াতে হবে
- বিভিন্ন ধরনের শাক-সব্জীসহ ছুটিছাড়ায় সবজে খাওয়া যায় এমন খাবার শিশুকে খেতে দিতে হবে।

শিশুর খাবারে বৈচিত্র্য আনতে এক শিশুর পুষ্টি নিশ্চিত করতে কয়েকটি বিষয় খেয়াল রাখতে হবে:

- পরিপূরক খাবার হিসেবে শিশুকে খিচুড়ী খেতে পারে। ৭ মুঠ চাল, ১ মুঠ ডাল, ১টি ডিম,আলু/সোয়া, ১ মুঠ শব্জি, ৫-১০ গ্রাম তেল দিয়ে পুষ্টিকর খিচুড়ী রান্না করে শিশুকে খাওয়াতে হবে
- প্রত্যহ শিশুকে ১ মি চামচ তেল, ঘিঁয়ে বা ননু, পানি বা দুধ দিয়ে হালুয়া খাওয়ানো যেতে পারে।

- দুধের সাথে আখুরোগা বা মুরিঁ বা চাল মিশ্র রান্না করেও খাওয়ানো যেতে পারে
- শিশুকে মৌসুমী ফলও খেতে দিতে হবে। পাকা ফল চিলে বা সিদ্ধ করে খাওয়ানো যায়। কোন অবস্থাতেই বাসিফল খেতে দেয়া খাওয়ানো যাবে না
- ভিটামিন ফল, যেমন: আমলকী, আমড়া, তালপাটি ইত্যাদির প্রতি বেশি মৌসুমী তাজা ফলের পুষ্টিগুণের অভাব বেশি। মৌসুমী ফল খাওয়ার পরে ও সংরক্ষণের। শিশুকে বেশি জলযুক্ত ফলমূল খাওয়ানো যাবে।
- শিশুকে পরিপূরক খাবারের পাশাপাশি তাজা তাজা হিসেবে মুরি, টিয়া, চৈ, মোয়া, বিস্কিট জাতীয় পিঠা, মুরি, ঘাসমুরা, ঘরে তৈরি সয়াযুক্ত টিপস, সাদ, ছানার ইত্যাদি খেতে দিতে হবে
- সবসময় ঘরে তৈরি খাবার শিশুকে খেতে দিতে হবে। বাজারের কেনা মুরি, পিঠা, মোরি, চকলেট, টিপস, চেংমুরম ইত্যাদিতে বিভিন্ন রাসায়নিক উপাদান থাকে যা শিশুর পরিচয়ে জন্য ক্ষতিকর অতিরিক্ত।
- এই রাসায়নিক উপাদান শিশুর মুরি ক্ষমতা এলার্জি বিভিন্ন জটিল রোগ সৃষ্টি করে শিশুর মৃত্যু ঝুঁকি বাড়ায়।

শিশুর খাবারের বৈচিত্র্য

শিশুর খাবারে ভিটামিন ও আয়রন

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন:
- ভিটামিন 'এ' সমৃদ্ধ খাবার কোনগুলো?
- আয়রন সমৃদ্ধ খাবার কোনগুলো?

ভিটামিন 'এ'

শিশুর শরীরে ভিটামিন 'এ'-এ অভাবে হলে রাতকানা রোগ হয়। রাতকানা রোগের পাশাপাশি ভিটামিন এ কমে গেলে শিশু পরে হয়ে যেতে পারে। ভিটামিন 'এ'-এ অভাবে শিশুর চোখ প্রতিরোধে অভাবও হয়ে যায়, চুল ঝরাপুর ও রক্ত এবং যেসব স্বাভাবিক পুষ্টি বাড়তে যায়।

শিশুকে রাতকানা রোগ থেকে রক্ষা করতে হলে ভিটামিন 'এ' সমৃদ্ধ খাবার খাওয়াতে হবে।

ভিটামিন 'এ' সমৃদ্ধ খাবার

- পাকাপুরুষ মায়ের দুধের দুধ
- সবুজ শাক, যেমন: লাউ শাক, পুঁই শাক, কাল শাক, পালং শাক ইত্যাদি
- রঙিন শব্জি, যেমন: গাজর, মিষ্টি কুমড়া ইত্যাদি
- মাংস কলিজা, যেমন: গরু, কাঁচকলা, কলা, পেঁপে ইত্যাদি
- ডাল, ডালের, ঘনীভূত, ডিম ও দুধ
- এক থেকে ৫ বছর বয়সের শিশুদের প্রতি ৬ মাস পরপর একটি ভিটা ক্যাপসুল্যে ভিটামিন 'এ' ক্যাপসুল খাওয়াতে হবে।

আয়রন

দুই বছরের নিচে শিশুদের আয়রনের অভাবে রক্তশূন্যতা দেখা যায়। এছাড়া পর্যাপ্ত পরিমাণযুক্ত খাবার গ্রহণের কারণে এটি রক্তশূন্যতা দেখা দেয়। শিশুকে রক্তশূন্যতা থেকে রক্ষা করতে হলে সহজে আয়রন সমৃদ্ধ খাবার খাওয়াতে হবে।

আয়রন সমৃদ্ধ খাবার

- প্রাণীজ উৎস: গরুর, খাসি, ভেড়ির, বিভিন্ন মুরগি, কলিজা সহ ইত্যাদি
- উদ্ভিজ উৎস: কচু শাক, পুঁই শাক, লাল শাক, পালং শাক, মিষ্টি কুমড়া শাক, কাঁকরোল শাক, ডোমেক্ষা শাক, ডাল শাক, কুলেখাড়ি, ডাঁটাজাতী শাক, ডাল, কাঁচা কলা, কাচাকাচ্চা, চালকুল, পাকা টেড়ুল, কচু ইত্যাদি
- খাবারকুল পরপুষ্টিতে যেসব শিশুকে লাল চোখেরাতিই সহজ আকার বা আয়রনবটিত লবণাক্ত আয়োডাইজ আকারে, ভালিক এসিড ও জিঙ্ক খাওয়াতে হবে।

শিশুর খাবারে ভিটামিন ও আয়রন

ভিটামিন 'এ' সমৃদ্ধ খাবার

আয়রন সমৃদ্ধ খাবার

শিশুর খাবারে আয়োডিন

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন:
- আয়োডিনের অভাবে কি কি রোগ হয়?
- আয়োডিন পরীক্ষা করার উপায় কি?

[illegible]

আয়োডিনের অভাবজনিত সমস্যা

[illegible]

আয়োডিনসমৃদ্ধ খাবার

[illegible]

আয়োডিনযুক্ত লবণের ব্যবহার ও সংরক্ষণ

[illegible]

লবণে আয়োডিন পরীক্ষা করার উপায়

[illegible]

শিশুর খাবারে আয়োডিন

প্রতিবার লবণ কেনার পর নিচের নিয়মে পরীক্ষা করুন

মারাত্মক অপুষ্টিজনিত রোগসমূহ

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন:
- [illegible]
- [illegible]

মারাত্মক অপুষ্টিজনিত রোগ

[illegible]

মারাত্মক অপুষ্টিজনিত রোগসমূহ প্রতিরোধে করণীয়

[illegible]

মারাত্মক অপুষ্টিজনিত রোগ দেখা দিলে করণীয়

[illegible]

মারাত্মক অপুষ্টিজনিত রোগসমূহ

কোয়াশিয়রকর বা পা ফোলা

ম্যারাসমাস বা হাড্ডিসার

শিশুর টিকা

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন:
- [illegible]
- [illegible]

টিকাদান

[illegible]

টিকার সময়সূচি

শিশুর বয়স	যেসব রোগের টিকা দিতে হবে	[illegible]
[illegible]	[illegible]	——
৬ সপ্তাহ (দেড় মাস)	[illegible]	——
১০ সপ্তাহ (আড়াই মাস)	[illegible]	[illegible]
১৪ সপ্তাহ (সাড়ে তিন মাস)	[illegible]	[illegible]
৯ মাস পূর্ণ হলে	[illegible]	

- [illegible]

শিশুর টিকা

শিশুর ডায়রিয়া

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন:
- ডায়রিয়ার লক্ষণগুলো কি কি?
- ডায়রিয়া প্রতিরোধের উপায় কি কি?

ডায়রিয়া

২৪ ঘন্টায় শিশুর ৩ বার বা তার বেশী পাতলা পায়খানা হলে তাকে ডায়রিয়া বলে। ডায়রিয়া হলে পায়খানার সাথে পানির ভাগ বেশি এবং প্রচুর পরিমাণে পানি ও লবণ বেরিয়ে যায়। এসময় অধিক পরিমাণে পাতলা পায়খানার কারণে তাকে ডায়রিয়া বলা হয়।

ডায়রিয়ার লক্ষণ

- শিশু বেশিরভাগ সময় বা সবসময় ঘুমায়
- চোখ খুব ঘুমঘুম
- অস্থিরতা ও খিটখিটে মেজাজ হওয়া
- পানির পিপাসা বৃদ্ধি ও খাবার আগ্রহ কমে যাওয়া
- পেটের চামড়া টিপে ধরে রাখলে।

ডায়রিয়া হলে করণীয়

- শিশুর স্বাভাবিক খাবার চালিয়ে যেতে হবে
- বেশী করে তরল খাবার, যেমন: খাবার স্যালাইন, ঘরোয়া স্যালাইন, চিনির পানি, লবণের পানি ইত্যাদি খাওয়াতে হবে
- প্রতিবার পাতলা পায়খানার পর খাবার স্যালাইন খাওয়াতে হবে
- শিশুকে বুকের দুধ খাওয়াতে হবে
- ডায়রিয়া আক্রান্ত শিশুর বমনহীন পানি ও শিশুর নিজের ইচ্ছামত যা খেতে চায় তাকে তাই বেশী করে খেতে দিতে হবে।

স্যালাইন ঘরোয়া ও খাওয়ানোর নিয়ম

- পুরো এক প্যাকেট স্যালাইন আধা লিটার বিশুদ্ধ পানিতে ভালো করে গুলিয়ে নিতে হবে
- ২ বছরের কম বয়সী শিশুদের জন্য প্রতি বার পায়খানার পর ১০ থেকে ৫০ মি.লি করে পরিমাণ স্যালাইন খাওয়াতে হবে।

ডায়রিয়া প্রতিরোধের উপায়

- শিশুকে পাঁচ মাস পূর্ণ ও ছয় মাস বয়সের মধ্যে বুকের দুধ খাওয়াতে হবে
- ৬ মাস পূর্ণ হলে বুকের দুধের সাথে পরিপূরক খাবার দিতে হবে
- টিকা ও পরিষ্কারে খাবার খেতে হবে
- খাওয়ার আগে ও রান্নাঘরের পরে খাবার দিতে হবে ধুতে হবে
- আক্রান্তদের পায়খানা ব্যবহার ও ফেলার পরে পায়খানা ব্যবহার করার পরে ভালভাবে ধুতে হবে
- ডায়রিয়া শুরু হওয়ার পর থেকে টিকে থাকাকালে হাত ও মোজা ধৌতকরণ করতে হবে
- পানি ২০ মিনিট ফুটিয়ে সবসময় খাওয়ানোর পানি খেতে দিতে হবে
- আক্রান্তদের বা বাচ্চাদেরকে খোলা জায়গায় পায়খানা হাসিয়ে খেতে হবে।

শিশুর ডায়রিয়া

শিশুর শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ/নিউমোনিয়া

সুবিধাভোগীদের জন্য প্রশ্ন:
- নিউমোনিয়ার লক্ষণগুলো কি কি?
- নিউমোনিয়া প্রতিরোধে ও প্রতিকারের উপায় কি?

শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ/নিউমোনিয়া

শিশুর শ্বাসনালীর যেকোন অংশে যদি, অক্সিজেনের শ্বাসপ্রশ্বাসে সংক্রমণ বা নিউমোনিয়া হলে।

নিউমোনিয়ার লক্ষণ

- তরল খাবার খেতে বা দুধের দুধ টেনে খেতে না পারা
- বমি খাবার বমি করে ফেলে দেয়া
- 'ঘিঁড়ি ঘিঁড়ি, বেতির শব্দ বা শ্বাসকষ্ট হয়ে থাকা
- দুধ খেতে লম্বা দুধের শিয়ে অনেক বেশী ঘামা।

নিউমোনিয়া প্রতিরোধ ও প্রতিকারের উপায়

- শিশুকে ঠান্ডা লাগতে দেয়া যাবে না
- পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন ও পরিবেশ রাখতে হবে
- শিশুকে যৌতা ও ধূমপানে পরিবেশ রাখতে হবে
- সবাইকে শিশুকে সাবধানে টিকা দিতে হবে
- শিশুকে যথাসম্ভবপূর্ণী দুধের দুধ ও অন্যান্য খাবারি খাবা খাওয়াতে হবে।

সর্দি/কাশি বা এমনিতেই আক্রান্ত শিশুর বাড়ীতে ব্যবস্থাপত্র

- আক্রান্ত শিশুকে বার বার সামের দুধ বা তরল খাবার দিতে হবে
- যতো বার খাওয়ানো যায় পরিমাণে কমে দিতে হবে এবং দুধখাবার সময় শিশুর খাবা দিয়ে ঝাঁকাতে থাকে, যেন সে সহজে দুধ গড়গড়ে দিয়ে পারে
- কাশি বাচ্চাদের শিশুকে পরা পানি ও লেবুর রস ইত্যাদি খাওয়াতে হবে
- কাশি বা কফানো রোগে চিকিৎসকের কাছে বাচ্চাদেরকে প্রথমে নিয়ে যেতে হবে
- দুধখাওয়ের পরবর্তী খেলার জন্য পাশ শুকনো শিশুর দুধ পাশে ফেলতে হবে
- দুধখাওয়ের সময়ে আক্রান্ত শিশুর দুই দিনের মধ্যে অবস্থার উন্নতি না হলে বা পরবর্তে বেশী অসুস্থ হয়ে পড়লে অবশ্যই কাছাকাছি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে/হাসপাতালে পরীক্ষা করাতে হবে।

শিশুর শ্বাসতন্ত্রের সংক্রমণ/নিউমোনিয়া

Attachment–8:

Orientation Guideline on Child Growth Monitoring

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরনে
'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

শিশুর গ্রোথ মনিটরিং বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

জুন, ২০১২

‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
পুষ্টি বিষয়ক প্রশিক্ষণ

সময়কাল : ১ দিন

	বিষয়	সময়	কৌশল
১.	– প্রশিক্ষণ উদ্বোধন এবং পরিচিতি	০৯:০০- ০৯:৩০	প্রশিক্ষণ শুরু পরিচিতি এবং পরিচিতিমূলক খেলা/আইস ব্রেকিং
২.	খাদ্য ও পুষ্টি – পুষ্টি কি – অপুষ্টি চক্র – অপুষ্টির কারণ এবং অপুষ্টি প্রতিরোধের উপায়	০৯:০০- ০৯:৩০	– ব্রেইনস্টর্মিং – পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন ও – আলোচনা
৩.	শিশুর বৃদ্ধি এবং গ্রোথ রেকর্ড এর ব্যবহার – শিশুর বৃদ্ধি পরিমাপের বিভিন্ন কৌশল – শিশুর নতুন গ্রোথ রেকর্ড রাখা শুরু (০-৩৬ মাস বয়স) – গ্রোথ রেকর্ড রাখা ও কমপ্লায়েন্স মনিটরিং-এর জন্য হেলথ্ সিডিউল	০৯:৩০- ১০:০০	– ব্রেইনস্টর্মিং – পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন ও – আলোচনা
	চা বিরতি	**১০:৩০- ১০:৪৪**	
৪.	শিশুর গ্রোথ রেকর্ড রাখার উপায় ও কৌশল (উচ্চতা ও ওজন) এবং ইন্সট্রুমেন্টসমূহ	১০:৪৫- ১২:১৫	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – ডেমোনেস্ট্রেশন – চর্চা/অনুশীলন – আলোচনা
৫.	শিশুর ওজন পরিমাপ – ওজন পরিমাপের জন্য প্রস্তুতি – ওজন পরিমাপক যন্ত্র ব্যবহার করে শিশুর ওজন মাপার কৌশল – শিশুর ওজন গ্রহণ চর্চা	১২:১৫- ০১:৩০	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – ডেমোনেস্ট্রেশন – চর্চা/অনুশীলন – আলোচনা
	মধ্যাহ্ন বিরতি	**০১:৩০- ০২:০০**	
৬.	শিশুর উচ্চতা পরিমাপ – উচ্চতা পরিমাপের জন্য প্রস্তুতি – উচ্চতা পরিমাপের কৌশল – দাঁড়িয়ে উচ্চতা নেবার কৌশল – উচ্চতা ও ওজন পরিমাপক যন্ত্রের যত্ন	০২:০০- ০৪:০০	– পাওয়ার পয়েন্ট প্রেজেন্টেশন – ডেমোনেস্ট্রেশন – চর্চা/অনুশীলন – আলোচনা
৭.	ফিডব্যাক ও শিখনের সারসংক্ষেপ	০৪:০০- ০৫:০০	– ফিডব্যাক সংগ্রহ – সারাংশ আলোচনা
	প্রশিক্ষণ সমাপনি	০৫:০০	

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
শিশুর গ্রোথ মনিটরিং বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ১
প্রশিক্ষণ উদ্বোধন এবং পরিচিতি

প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্যাবলী

এই প্রশিক্ষণ থেকে প্রশিক্ষণার্থীগণ-

- খাদ্য ও পুষ্টি সম্পর্কিত প্রাথমিক ধারণা লাভ করবেন;
- শিশুর বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড রাখা শুরু করার উপায় এবং কিভাবে শিশুর বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড-এর তথ্য সংগ্রহ করতে হয় সে সম্পর্কে জ্ঞান ও দক্ষতা লাভ করবেন;
- শিশুর বৃদ্ধি পরিমাপের জন্য বিভিন্ন কৌশল সম্পর্কে ধারণা লাভ করবেন;
- শিশুর ওজন পরিমাপ ও তার রেকর্ড রাখার জন্য প্রয়োজনীয় জ্ঞান ও দক্ষতা অর্জন করবেন;
- শিশুর উচ্চতা পরিমাপ ও তার রেকর্ড রাখার জন্য প্রয়োজনীয় জ্ঞান ও দক্ষতা অর্জন করবেন; এবং
- শিশুর উচ্চতা ও ওজন পরিমাপক যন্ত্রের সংরক্ষণ ও সেগুলোর যত্ন নেবার কৌশল বর্ণনা করতে পারবেন।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
শিশুর গ্রোথ মনিটরিং বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ২
খাদ্য ও পুষ্টি

খাদ্য

খাদ্য হচ্ছে এমন কতগুলো প্রয়োজনীয় উপাদানের সমষ্টি যা গ্রহণের মাধ্যমে শরীরের স্বাভাবিক বৃদ্ধি ও কর্মতৎপরতা বজায় থাকে, ক্ষয়পূরণ ও বিভিন্ন কাজের জন্য শক্তি যোগান দেয় এবং সর্বোপরি শরীর রোগ প্রতিরোধক শক্তি সঞ্চয় করে।

খাদ্যের শ্রেণী বিভাগ (কার্যভেদে)

ক) শক্তিদায়ক খাবার

- শ্বেতসার বা শর্করা সমৃদ্ধ খাবার, যেমনঃ চাল, গম, ভুট্টা, চিনি, গুড়, আলু, মধু ইত্যাদি।
- তেলসমৃদ্ধ খাবার, যেমনঃ তেল, ঘি, মাখন, চর্বি ইত্যাদি।

খাদ্য (চলমান.....)

খ) শরীর বৃদ্ধি কারক ও ক্ষয়পূরক খাবার

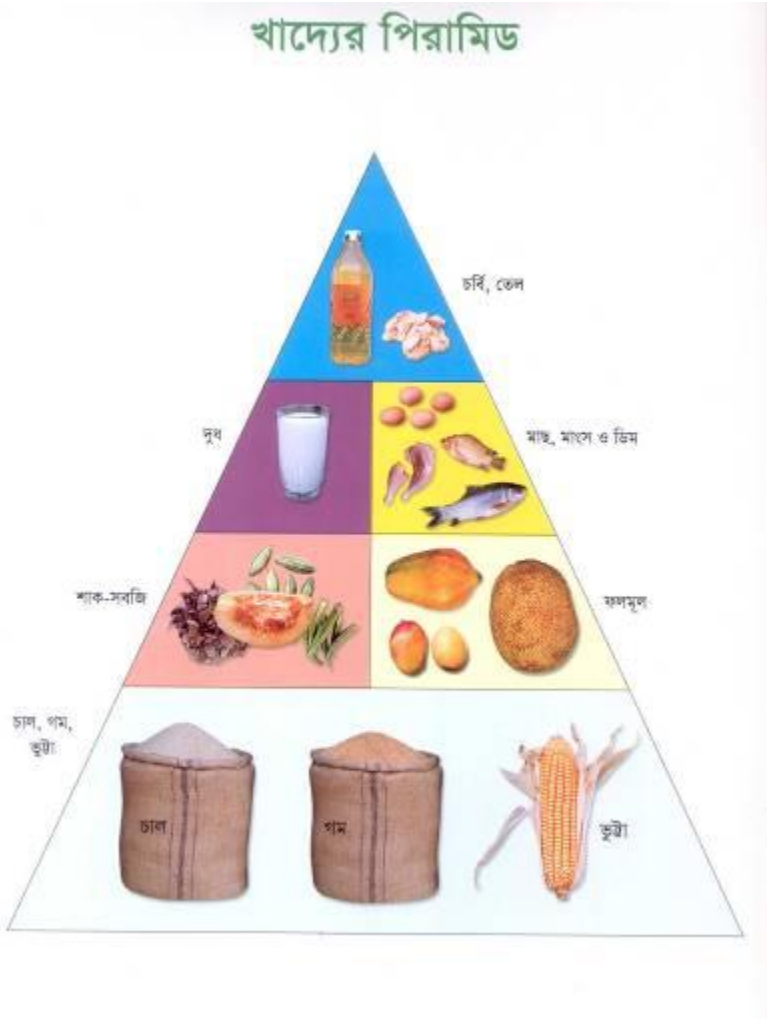
- প্রাণীজ আমিষ: মাছ, মাংস, ডিম, দুধ ও দুগ্ধজাত খাবার।

- উদ্ভিজ আমিষ: বিভিন্ন ধরনের ডাল, সয়াবিন, বাদাম, সীমের বীচি, মটরশুঁটি, তৈল বীজ (তিল/সরিষা) ইত্যাদি।

গ) রোগ প্রতিরোধক খাবার

- খাদ্যপ্রাণ বা ভিটামিন ও খনিজ লবণ সমৃদ্ধ খাবার। যেমন, গাঢ় রঙ্গীন শাক-সব্জি, বিভিন্ন ফলমূল, মাছ, মাংস, ডিম, দুধ ইত্যাদি।

খাদ্যের পিরামিড



পুষ্টি

পুষ্টি হচ্ছে একটি গতিশীল প্রক্রিয়া, যার মাধ্যমে গ্রহণ করা খাদ্য পরিপাক ও শোষিত হয়। এক কথায় বলা যেতে পারে পুষ্টি হচ্ছে দেহে খাদ্যের প্রতিফলন। ৩টি ধাপে পুষ্টি প্রক্রিয়াটি পর্যায়ক্রমে সম্পন্ন হয়।

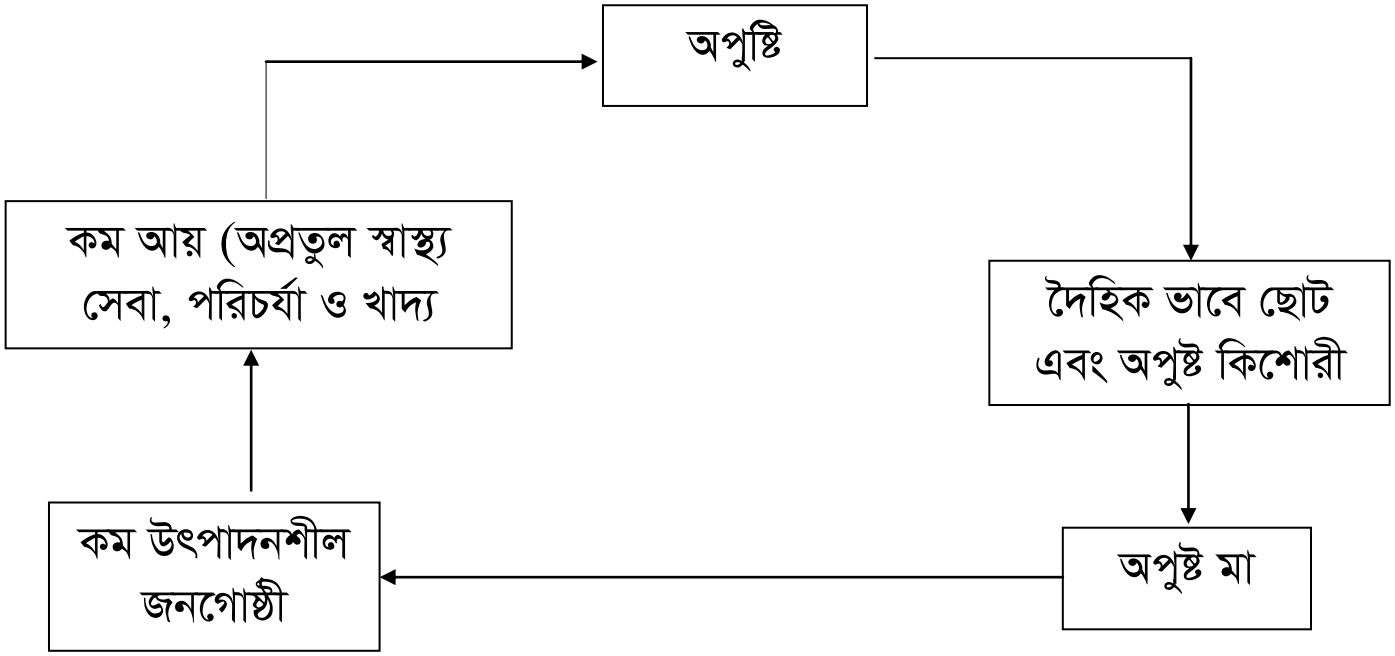
(১) খাদ্য গ্রহণ

(২) পরিপাক

(৩) সর্বশেষ বিপাক।

আমাদের দেশের অতিদরিদ্র পরিবারগুলো অপুষ্টির দুষ্ট চক্রের মধ্যে বছরের পর বছর বেঁচে থাকে।

অপুষ্টির দুষ্ট চক্র



অপুষ্টির কারণসমূহ

অপুষ্টি হচ্ছে প্রয়োজনীয় পুষ্টি উপাদানের অভাব। সাধারণতঃ নিম্নলিখিত কারণগুলো বেশি দিন চলতে থাকলে অপুষ্টিজনিত অবস্থার সৃষ্টি হয়:

- খাদ্য সুষম না হলে
- পরিপাক ও পরিশোষণে ব্যাঘাত ঘটলে
- এক বা একাধিক পুষ্টি উপাদানের ঘাটতি হলে
- পরিবারে খাদ্যের অভাব হলে, পরিবারে অপর্যাপ্ত খাবার থাকলে, পরিবার খাদ্যের সুষম বন্টন না হলে
- অপর্যাপ্ত স্বাস্থ্যসেবা ও পরিচ্ছন্ন পরিবেশের অভাব হলে
- মা ও শিশুর যত্নের অভাব হলে।

শিশুর অপুষ্টি প্রতিরোধ

গর্ভাবস্থায়

- সকল গর্ভবতী মহিলাকে গর্ভকালীন সেবা ও পরীক্ষার জন্য নিয়মিত স্বাস্থ্যকেন্দ্রে যেতে হবে
- গর্ভকালীন সময়ে মাকে সঠিকভাবে সুষম খাদ্য গ্রহণ করতে হবে
- গর্ভবতী মাকে ভারি কাজ থেকে বিরত রাখতে হবে এবং তাকে পর্যাপ্ত বিশ্রামের সুযোগ দিতে হবে (রাতে ৮ ঘন্টা, দিনে কমপক্ষে ১ ঘন্টা)।

জন্মের পরে

- জন্মের সঙ্গে সঙ্গে শিশুকে শালদুধ দিতে হবে
- শিশুর ছয় মাস বয়স পূর্ণ হওয়া পর্যন্ত শুধুমাত্র মায়ের দুধই খাওয়াতে হবে।
- শিশুর বয়স ছয় মাস পূর্ণ হলে, মায়ের দুধের পাশাপাশি শিশুকে সুষম বাড়তি খাবার দিতে হবে
- জন্মের এক বৎসরের মধ্যে শিশুকে ৭টি রোগের টিকা (পোলিও, ধনুষ্টংকার, হাম, ডিফথেরিয়া, হুপিং কাশি, যক্ষ্মা, ও হেপাটাইটিস-বি) দিতে হবে।
- নয় মাস বয়সে শিশুকে হামের টিকার সঙ্গে একটি ভিটামিন 'এ' ক্যাপসুল (১,০০,০০০ আইইউ) খাওয়াতে হবে।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
শিশুর গ্রোথ মনিটরিং বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৩
শিশুর বৃদ্ধি এবং গ্রোথ রেকর্ড এর ব্যবহার

শিশুর বৃদ্ধি পরিমাপের কৌশল-

শিশুদের বৃদ্ধি পরিমাপের জন্য বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO)-র পরামর্শ অনুযায়ী আর্ন্তজাতিকভাবে ৪টি কৌশল অবলম্বণ করা হয়, এগুলো হচ্ছে ঃ

- শিশুর উচ্চতা বৃদ্ধি
- শিশুর ওজন বৃদ্ধি
- শিশুর মাথার পরিধি বৃদ্ধি
- শিশুর বডি-মাস ইনডেক্স (BMI) নির্ধারণ

সম্ভব প্রকল্পের আওতায় আমরা দু'টি কৌশল অবলম্বন করে শিশুর বৃদ্ধি মনিটরিং করবো:

- শিশুর ওজন বৃদ্ধি
- শিশুর উচ্চতা বৃদ্ধি

১. শিশুর বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড এর ব্যবহারঃ

- বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড হচ্ছে একটি বুকলেট ।এতে বিভিন্ন ধরনের চার্ট থাকে। এই বুকলেট থেকে প্রয়োজনীয় সমূহ ব্যবহার করে একটি শিশুর জন্ম থেকে ৫ বছর বয়স পর্যন্ত সবধরনের বৃদ্ধি পরিমাপ করা যায় ও রেকর্ড রাখা যায়।

- তবে এক্ষেত্রে মেয়ে ও ছেলে শিশুদেরর জন্য ভিন্ন ভিন্ন বৃদ্ধি/গ্রোথ চার্ট ব্যবহার করা হয় কারণ ছেলে ও মেয়ে শিশুদের বৃদ্ধির হারে পার্থক্য থাকে।

- মেয়ে বা ছেলে শিশুদের জন্য একটি সাধারণ (স্টান্ডার্ড) গ্রোথ চার্ট থাকা প্রয়োজন এবং তা মায়েদের কাছে রাখা উচিত ।

- শিশুর বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড পরীক্ষার জন্য মায়েদের উচিত চার্টটিসহ শিশুদের স্বাস্থ্যকেন্দ্রে নিয়ে নিয়মিত তাদের বৃদ্ধি পরিমাপ করা।

৩. শিশুর বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড রাখা শুরু করা:

একটি শিশু মেয়ে না ছেলে তা বিবেচনা করে শিশুর বৃদ্ধির রেকর্ড রাখা শুরু করতে হয়।মেয়ে শিশুর জন্য গোলাপী রং-এর এবং ছেলে শিশুর জন্য নীল রং-এর গ্রোথ চার্ট ব্যবহার করতে হয়।

বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড রাখার জন্য মাকে তার সন্তানের জন্য কার্ডটি দেখিয়ে নিচের বিষয়গুলো ব্যাখ্যা করুন ঃ

- এই বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড কার্ডে তার সন্তানের বৃদ্ধি সংক্রান্ত তথ্য সংরক্ষণ করা হবে
- বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ডের জন্য নির্ধারিত দিনে স্বাস্থ্য কেন্দ্রে শিশুকে নিয়ে আসতে হবে
- প্রতিবার আসলে তার সন্তানের ওজন ও উচ্চতা রেকর্ড করা হবে, রেকর্ড কার্ডে তা লিপিবদ্ধ করা হবে এবং তার শিশুর অবস্থা তাকে বুঝিয়ে দেয়া হবে
- শিশুর বৃদ্ধির জন্য মায়ের কি করনীয় তা বুঝিয়ে দেয়া হবে
- এই চার্টটি যত্ন সহকারে সংরক্ষন করতে হবে এবং প্রতিবার স্বাস্থ্যকেন্দ্রে আসার সময় তা সাথে করে নিয়ে আসতে হবে।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
শিশুর গ্রোথ মনিটরিং বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৪
শিশুর বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড (উচ্চতা ও ওজন)
রাখার উপায় ও কৌশল এবং ইন্সট্রুমেন্টসমূহ

স্বাস্থ্যগত অবস্থা পরিদর্শন ও এ সর্ম্পকিত তথ্য সংরক্ষণ করার জন্য মাঠকর্মীদের কিছু ফর্ম ও চার্ট পূরণ করতে হবে। যেমন:

ফর্ম C1: স্বাস্থ্যগত অবস্থা পরিদর্শন ফর্ম (*Form C1: Growth Control Visit Compliance Form),*

ফর্ম C3: বয়সানুয়ায়ী মেয়ে শিশুর ওজন ও উচ্চতা বৃদ্ধি/গ্রোথ চার্ট ***(****Form C3: Growth Control Chart-Girls)*

ফর্ম C4: বয়সানুয়ায়ী ছেলে শিশুর ওজন ও উচ্চতা বৃদ্ধি/গ্রোথ চার্ট *(Form C4: Growth Control Chart-Boys)*

হেলথ/স্বাস্থ্য কমপ্লায়েন্স ফর্ম পূরণ করার নির্দেশনাঃ

ক. ফর্ম C1: স্বাস্থ্যগত অবস্থা পরিদর্শন লিস্ট

ফর্ম C1এর সাহায্যে স্বাস্থ্যগত অবস্থা পরিমাপের জন্য আগত সুবিধাভোগী শিশুর উপস্থিতির তথ্য পূরণ করুন।

-প্রতি মাসে ১ বার করে মোট ২ বার **ফর্ম C1** পূরণ করুন।

-২ মাস পর পর ফর্মটি প্রোগ্রাম ম্যানেজমেন্ট ইউনিট এর কাছে পাঠান

ফর্ম C1 এর মোট তিনটি সেকশন আছে। সেকশনগুলো হল -

সেকশন এ (Section A: Geographical Location) দ্বারা কমিউনিটি হেলথ সেন্টারের নাম, অবস্থান চিহ্নিত করা যাবে ।এ অংশটুকু মাঠকর্মীর পূরণ করতে হবে না।

সেকশন বি (Section B:Community Health Center Information) অংশে **১** ও **২** নং কলাম আগে থেকে পূরণ করা থাকবে। মাঠকর্মী শুধুমাত্র ৩,৪,৫,৬নং কলাম ও পর্যবেক্ষণ/observation (যদি থাকে)পূরণ করবেন।

-৩ নং কলামে নিজের নাম লিখুন

- ৪ নং কলামে নিজের টেলিফোন নং লিখুন
- ৫ নং কলামে কমপ্লায়েন্স শুরু হতে কমপ্লায়েন্স শেষ হবার তারিখ দিন/মাস/বছর হিসাবে লিখুন
- ৬ নং কলামে কতজন সুবিধাভোগী শিশুর স্বাস্থ্যগত অবস্থা পরিমাপ করা হয়েছে তা সংখ্যায় লিখুন

- পর্যবেক্ষণ/observation (যদি থাকে)পূরণ করুন।

- সর্বশেষে নিজের পূর্ণ নাম ,সাক্ষর ও তারিখ লিখুন।

সেকশন সি (Section C: Beneficiary Information**)** অংশে সুবিধাভোগীর তথ্য পূরন করুন। ১, ২, ৩ ও ৪ নং কলাম আগে থেকে পূরণ করা থাকবে

- ১ম মাসে সুবিধাভোগী শিশু স্বাস্থ্যগত অবস্থা পরিমাপের জন্য উপস্থিত থাকলে ৫ নং কলামে YES লিখুন। শিশু অনুপস্থিত থাকলে NO লিখুন

-৬ নং কলামে মা আথবা পরিচর্যাকারীর সাক্ষর বা টিপসই নিন

-৭ ও ৮ নং কলাম ৫ ও ৬ নং কলামের মত একইভাবে পূরণ করুন।তবে এই কলাম দুটি ২য় মাসে পূরণ করুন।

-৯ নং কলামে কোন গুরুত্বপূর্ণ পর্যবেক্ষণ/observation যদি থাকে তা পূরণ করুন

ফর্ম C1 পূরণের ক্ষেত্রে **মাঠকর্মীর জন্য বিশেষ নির্দেশনা -**

- **C1** ফর্মটি অবশ্যই নিজ হাতে পূরণ করুন। অন্য কাউকে দেয়া যাবে না।
- **C1** ফর্মটির সকল কলাম অবশ্যই পূরণ করুন। কোন স্থান ফাঁকা রাখা যাবে না ।
- প্রতিটি অংশ যথাযথভাবে পূরণ করুন ।
- কোন শব্দের সংক্ষিপ্ত রূপ বা কোন ডাক নাম ব্যবহার করা যাবে না।

ফর্ম C3 ও ফর্ম C4 (বৃদ্ধি / গ্রোথ চার্ট) পূরণ করার নির্দেশনা :

ফর্ম C3 একটি গোলাপি রং এর ফর্ম এবং **ফর্ম C4** একটি নীল রং এর ফর্ম। ফর্ম দুইটিতে বয়সানুয়ায়ী মেয়ে ও ছেলে শিশুর ওজন ও উচ্চতা বৃদ্ধি/গ্রোথ চার্ট এবং সুবিধাভোগী শিশুর স্বাস্থ্য সম্পর্কিত বিভিন্ন তথ্য পূরণের জন্য কলাম আছে।এর দুইটি অংশ আছে-

ক. সুবিধাভোগী শিশু সম্পর্কিত তথ্য:

- ছেলে ও মেয়ে ভেদে এই অংশে ইউনিয়ন বা ওয়ার্ডের নাম, সুবিধাভোগী শিশুর নাম, সুবিধাভোগী শিশুর সদস্য কোড, মা/পরিচর্যাকারীর নাম, পরিবারের কোড, স্বাস্থ্যকেন্দ্রের নাম পূরণ করুন।

খ. বৃদ্ধি/গ্রোথ চার্ট:

ছেলে ও মেয়ে ভেদে এই অংশে বয়সানুয়ায়ী ওজন ও উচ্চতা নির্দেশ করুন

- বয়সানুয়ায়ী ওজন ও উচ্চতা বৃদ্ধি/গ্রোথ চার্টে পূরণ করুন।
- ৭ নং কলামে পরিদর্শনের তারিখ লিখুন।
- ৮ নং কলামে শিশুর বয়স মাসে উল্লেখ করুন।
- ৯ নং কলামে ছেলে ও মেয়ে ভেদে ওজন অথবা উচ্চতা সংখ্যায় লিখুন।
- ৯ নং কলামে ওজন অথবা উচ্চতা সঠিক আছে কিনা তা উল্লেখ করুন। সঠিক থাকলে টিক চিহ্ন (√) দিন, সঠিক না থাকলে ক্রস চিহ্ন (X) দিন

১. বয়স নির্ণয়

শিশুর বৃদ্ধি/গ্রোথ রেকর্ড রাখার জন্য শিশুর বয়স একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়।

- জন্মসনদ অথবা স্বাস্থ্যকার্ড দেখে জন্ম তারিখ সম্পর্কে নিশ্চিত হতে হবে।
- এগুলো না থাকলে মা কে জিজ্ঞাসা করুন ।
- শিশুর জন্ম তারিখ মায়ের জানা না থাকলে, জন্মের সময় সংঘটিত বিশেষ ঘটনা, দূর্যোগ ইত্যাদি সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করে কাছাকাছি একটি জন্ম তারিখ ধরে নিন এবং বয়স নির্ণয় করুন ।

২. গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্ট পূরণ

গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্টে `X´ অক্ষ বা ভূমি বরাবর বয়স (সপ্তাহ, মাস ) ও `Y´ অক্ষ বা লম্ব বরাবর ওজন বা উচ্চতা অংকিত থাকে।

-উদাহরনস্বরূপ পাভেলের বয়স ৬ মাস ও ওজন ৮ কেজি।এক্ষেত্রে `X´ অক্ষের ৬ মাস বরাবর একটি লম্বরেখা ও`Y´ অক্ষের ৮ কেজি বরাবর একটি আনুভূমিক রেখা অংকন করলে রেখা দুইটি যে বিন্দুতে ছেদ করে তা গ্রোথ চার্টে পাভেলের বয়সানুয়ায়ী ওজন নির্দেশ করে।

২.১ গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্ট ব্যবহার করে শিশুর ওজন নির্ণয়

গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্টে `X´ অক্ষ বা ভূমি বরাবর প্রতি ১ ঘর = ১ মাস বয়স নির্দেশ করে।`Y´ অক্ষ বা লম্ব বরাবর প্রতি ১ ঘর = ২ কেজি ওজন নির্দেশ করে।গ্রোথ চার্টে লাল,কমলা ও সবুজ বর্ণের বক্ররেখাগুলো (৩য়, ১৫তম, ৫০তম, ৮৫তম ও ৯৭তম সেন্ট্রাইল) বয়সানুয়ায়ী শিশুর পুষ্টি অবস্থা নির্ণয় করতে সাহায্য করে।

- শিশুর জন্মের পর তার প্রথম ওজন ৩য় সেন্ট্রাইল রেখার উপর বা এর নিচে থাকলে সে কম জন্ম ওজন সম্পন্ন শিশু এবং বুঝতে হবে সে অপুষ্টিতে আক্রা ন্ত । শিশুর ওজন রেখা ১৫তম সেন্ট্রাইল বা এর কাছাকাছি থাকলে তার ওজন স্বাভাবিকের চেয়ে কম বলে ধরে নেয়া হয়। খেয়াল রাখতে হবে যেন ক্রমাগত উপরের দিকে উঠতে থাকে।

- শিশুর ওজন রেখা ৫০তম সেন্ট্রাইল বা এর কাছাকাছি থাকলে তার ওজন স্বাভাবিক বলে ধরে নেয়া হয়।

- শিশুর ওজন রেখা ৮৫তম সেন্ট্রাইল বা এর কাছাকাছি থাকলে তার ওজন স্বাভাবিকের চেয়ে বেশী বলে ধরে নেয়া হয়।

- ওজন রেখা ৯৭তম সেন্ট্রাইল বা তার উপরে হলে অধিক ওজন হিসেবে ধরে নেয়া হয়।

২.২ শিশুর গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্ট ব্যবহার করে ওজন নেবার সময় করণীয়

- সতর্কতার সাথে শিশুর ওজন নিন।
- বয়সানুয়ায়ী শিশুর ওজন গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্টে একটি বিন্দুর মাধ্যমে চিহ্নিত করুন।
- পরবর্তী সাক্ষাৎকারের সময় গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্টটি সাথে করে নিয়ে আসতে বলুন।
- পরবর্তী সাক্ষাৎকারে পুনরায় শিশুর ওজন চিহ্নিত করার পর পূর্বের বিন্দুর সাথে দাগ টেনে রেখা তৈরি করুন।

- **২.৩ গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্ট ব্যবহার করে শিশুর দৈর্ঘ্য বা উচ্চতা নির্ণয়**

গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্টে `X´অক্ষ বা ভূমি বরাবর প্রতি ১ ঘর = ১ মাস বয়স ও `Y´অক্ষ বা লম্ব বরাবর প্রতি ১ ঘর = ১ সে. মি. উচ্চতা নির্দেশ করে।গ্রোথ চার্টে বিদ্যমান বিভিন্ন বর্ণের বক্ররেখাগুলো বয়সানুয়ায়ী উচ্চতার রেফারেন্স মানের সেন্ট্রাইল বা পারসেন্ট্রাইল নির্দেশ করে।এগুলো যথাক্রমে ৩য়, ১৫তম, ৫০তম, ৮৫তম ও ৯৭তম সেন্ট্রাইল।

- শিশুর উচ্চতা ৩য় সেন্ট্রাইল রেখার উপর বা এর নিচে থাকলে বুঝতে হবে সে কম উচ্চতা সম্পন্ন শিশু এবং অপুষ্টিতে আক্রান্ত।

- শিশুর উচ্চতা ১৫তম সেন্ট্রাইল বা এর কাছাকাছি থাকলে তার উচ্চতা স্বাভাবিকের চেয়ে সামান্য কম বলে ধরে নেয়া হয়।

- শিশুর ওজন রেখা ৫০তম সেন্ট্রাইল বা এর কাছাকাছি থাকলে তার ওজন স্বাভাবিক বলে ধরে নেয়া হয়।

- শিশুর উচ্চতা রেখা ৮৫ তম থেকে ৯৭তম সেন্ট্রাইলের মধ্যে বা তার উপরে হলে বৃদ্ধির হার খুব ভাল হিসেবে ধরে নেয়া হয়।

২.৪. গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্ট ব্যবহার করে শিশুর উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য পরিমাপের সময় করণীয়

- সতর্কতার সাথে শিশুর উচ্চতা নিন।
- বয়সানুয়ায়ী শিশুর উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য গ্রোথ/বৃদ্ধি চার্টে একটি বিন্দুর মাধ্যমে চিহ্নিত করুন।
- মনে রাখবেন যে বাচ্চার দৈর্ঘ্য পরিমাপ করছেন তার বয়স যদি ২ বছর বা তার বেশী হয় তবে তার দৈর্ঘ্য থেকে ০.৭ সে. মি. বাদ দিয়ে এবং রেকর্ড বইতে তার ফলাফল উচ্চতা হিসাবে রেকর্ড করুন।কারণ পরবর্তীতে এই বাচ্চাটির উচ্চতা পরিমাপ করা হবে।
- পরবর্তী সাক্ষাৎকারের সময় গ্রোথ চার্টটি সাথে করে নিয়ে আসতে বলুন।
- পরবর্তী সাক্ষাৎকারে পুনরায় শিশুর উচ্চতা চিহ্নিত করার পর পূর্বের বিন্দুর সাথে দাগ টেনে লাইন তৈরি করুন।

২.শিশুর ওজন স্বাভাবিকের চাইতে বেশী বা কম হলে করণীয়ঃ

শিশুর ওজন কমতে থাকলে বা অপুষ্টি দেখা দিলে জানতে হবে

- শিশুর কোন রোগ হয়েছিল কিনা
- খাদ্য প্রাপ্তিতে বা গ্রহনে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা
- শিশুকে কি খাওয়ানো হচ্ছে , খাওয়ানো পদ্ধতিতে কোন সমস্যা হচ্ছে কিনা ইত্যাদি

শিশুর ওজন স্বাভাবিক থাকলে মাকে উৎসাহ দিন , যেন এ অবস্থা ধরে রাখা সম্ভব হয়। শিশুর ওজন স্বাভাবিকের চেয়ে অনেক বেশী হলে জানতে হবে

- অতিরিক্ত খাবার শিশুকে দেয়া হচ্ছে কিনা।
- বোতলের দুধ দেয়া হচ্ছে কিনা ইত্যাদি

এসব ক্ষেত্রে সমস্যা সমাধানের জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
শিশুর গ্রোথ মনিটরিং বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

অধিবেশন # ৫
শিশুর ওজন পরিমাপ

ওজন পরিমাপ

শিশুর ওজন পরিমাপের জন্য আমরা ডিজিটাল ওজন মাপক যন্ত্র ব্যবহার করবো।

- প্রথমে লক্ষ্য রাখতে হবে যে ওজন মাপার যন্ত্রটি যেন একটি সমতল, শক্ত জায়গায় রাখা হয়। জায়গাটি উচু নিচু হওয়া চলবে না। পর্যাপ্ত আলোকের ব্যবস্থা থাকতে হবে।

- ওজন পরিমাপের পুরো প্রক্রিয়াটি মাকে বুঝিয়ে বলতে হবে এবং তাকে এর অর্ন্তভুক্ত করতে হবে।

- ছোট শিশুর ক্ষেত্রে সমস্ত জামাকাপড় খুলে নিতে হবে।

- বড় শিশুর ক্ষেত্রে জামাকাপড় খুলতে না চাইলে যথাসম্ভব কম কাপড় থাকা অবস্থায় ওজন মাপতে হবে।

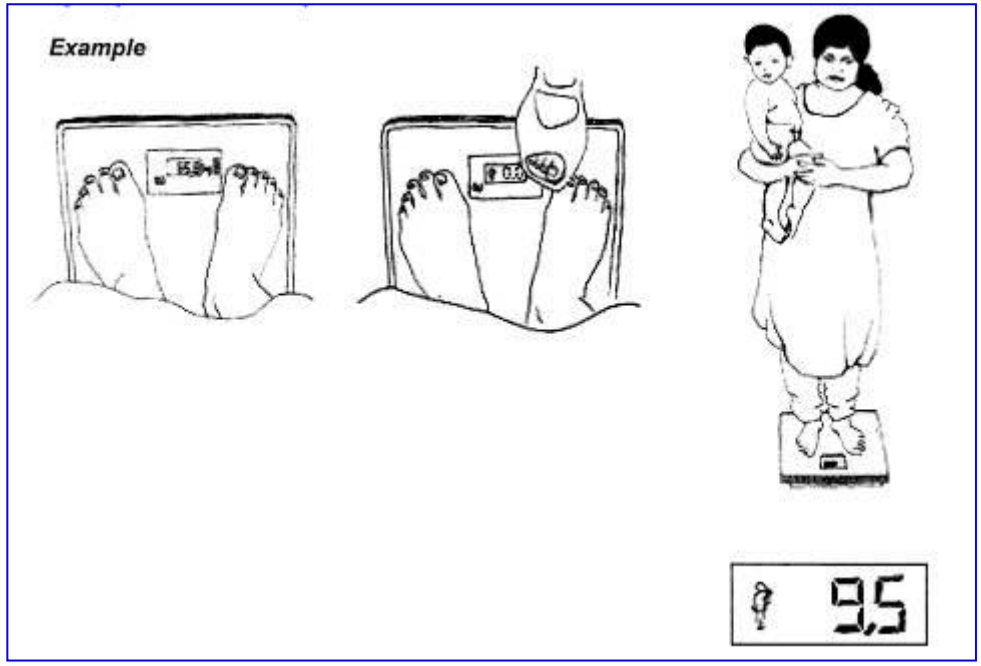
১.১ শিশুর বয়স ২ বছরের কম ও দাঁড়াতে অসক্ষম হলে

- এক্ষেত্রে tared পদ্ধতিতে ওজন নিতে হবে। এ ক্ষেত্রে মা সহ বাচ্চার ওজন নেয়া হয়।

- মাকে প্রক্রিয়াটি বুঝিয়ে বলতে হবে। শিশুর ওজন মাপার পুরো প্রক্রিয়াটি শেষ হওয়ার আগ পর্যন্ত মা যেন শিশুকে কোলে নিয়ে ওজন মাপার যন্ত্রের উপর দাঁড়িয়ে থাকে তা নিশ্চিত করুন।

- যন্ত্রটির পিছনের বাটনটিতে হালকা চাপ দিয়ে ছেড়ে দিতে হবে।এতে যন্ত্রটি চালু হবে।

- কিছুক্ষণ অপেক্ষা করতে হবে।যখন যন্ত্রটি ০.০ পাঠ প্রদর্শন করবে তখন বুঝতে হবে এটি ওজন মাপার জন্য প্রস্তুত। স্ত



- প্রথমে মায়ের জুতা খুলে, স্কেলে উঠিয়ে ওজন নিতে হবে। মা যন্ত্রের মাঝের অংশে দাঁড়াবে। পায়ের পাতা সামান্য ফাঁক করে দাঁড়াবে। মায়ের কাপড় যেন যন্ত্রটির ডিসপ্লেকে ঢেকে না দেয় সেদিকে লক্ষ্য রাখুন।

- ডিসপ্লেতে মায়ের ওজন প্রদর্শিত হওয়ার পর তাকে ঐ অবস্থায় স্থির হয়ে দাঁড়িয়ে থাকতে বলুন। মায়ের ওজনটি খাতায় লিখে রাখুন।

- এরপর শিশুকে মায়ের কোলে দিতে হবে। মা যেন শিশুকে যথাসম্ভব স্থির রাখেন সেজন্য বলুন।

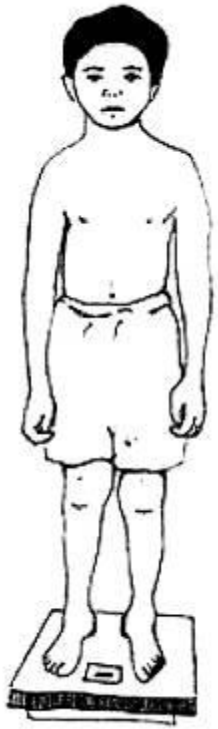
- এখন ওজন মাপার যন্ত্র যে পাঠ প্রদর্শন করবে তা থেকে মায়ের ওজন বিয়োগ দিয়ে যে ওজন হবে তা শিশুর ওজন।

- ওজনটি লিপিবদ্ধ করুন।

- মায়ের ওজন অনেক বেশি হলে (১০০ কেজির বেশি) ও শিশুর ওজন অনেক কম হলে (২.৫কেজির কম) কম ওজনের ব্যক্তির মাধ্যমে প্রক্রিয়াটি সম্পন্ন করুন।

শিশুর বয়স ২ বছরের বেশি হলে

যদি শিশুর বয়স ২ বছরের বেশি হয় স্থির হয়ে দাঁড়িয়ে থাকতে পারে তবে শিশুকে ওজন মাপার যন্ত্রের উপর দাঁড় করিয়ে ওজন মাপতে হবে। এক্ষেত্রে-



- মায়ের সাহায্যে শিশুর জামাকাপড় ও জুতা খুলে নিন
- শিশুকে স্থির হয়ে দাঁড়িয়ে থাকার জন্য বুঝিয়ে বলুন
- যন্ত্রটি চালু করে কয়েক সেকেন্ড অপেক্ষা করুন

- যখন যন্ত্রটি ০.০ পাঠ প্রদর্শন করবে তখন বুঝতে হবে এটি ওজন মাপার জন্য প্রস্তুত।
- ওজন মাপার যন্ত্রের মাঝের অংশে দাঁড় করিয়ে ওজন মাপতে হবে।
- পায়ের পাতা সামান্য ফাঁক করে দাঁড়াবে।
- পুরো প্রক্রিয়াটি শেষ হওয়ার আগ পর্যন্ত শিশু যেন স্থির হয়ে দাঁড়িয়ে থাকে সেদিকে লক্ষ্য রাখুন।

শিশুর শিক্ষা ও পুষ্টি নিশ্চিতকরণে
‘সম্ভব’ পাইলট প্রকল্প
শিশুর গ্রোথ মনিটরিং বিষয়ক মাঠকর্মীদের প্রশিক্ষণ

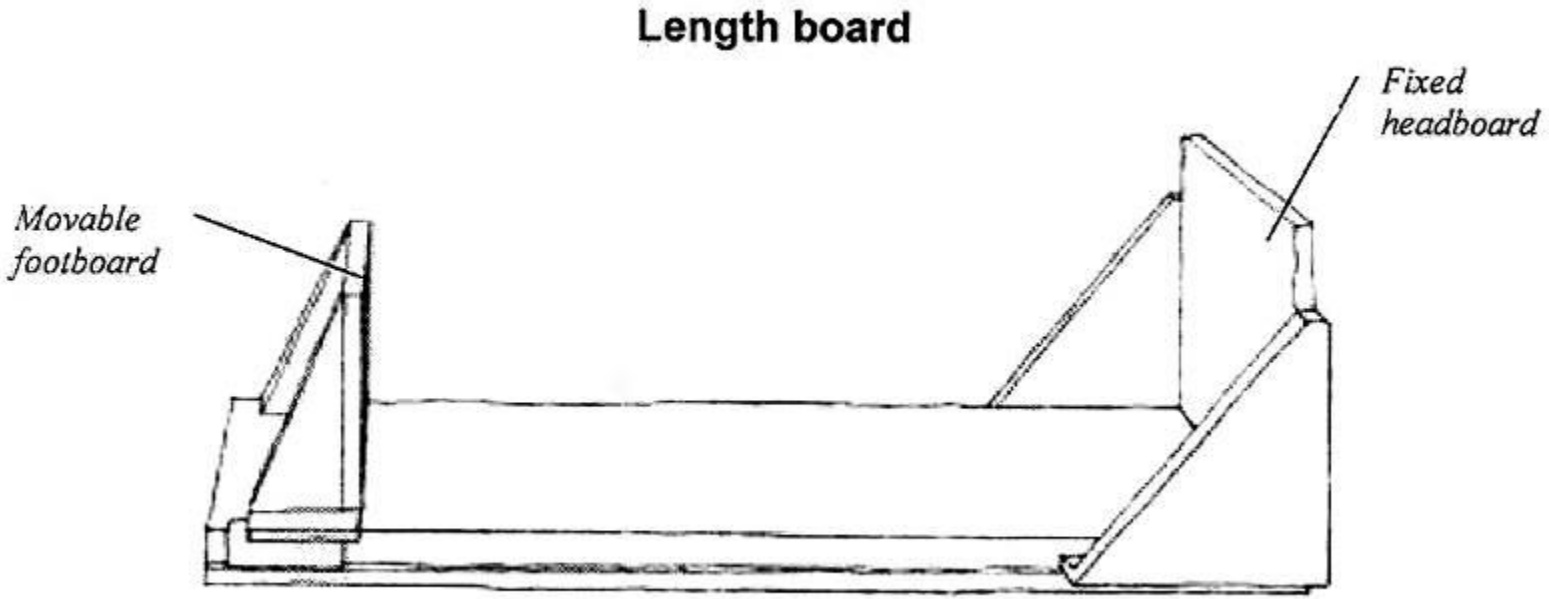
অধিবেশন # ৬
শিশুর উচ্চতা পরিমাপ

১. শিশুর উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য পরিমাপঃ

শিশুর দৈর্ঘ্য ও উচ্চতা পরিমাপের জন্য আমরা কাঠের তৈরী দৈর্ঘ্য/উচ্চতা পরিমাপক যন্ত্র ব্যবহার করবো।

- শিশুর বয়স এবং তার দাঁড়ানো বা দাঁড়িয়ে থাকার ক্ষমতার উপর ভিত্তি করে তার উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য পরিমাপ করতে হয়
- শিশুর দৈর্ঘ্য পরিমাপ করার জন্য তাকে শুইয়ে এবং শিশুকে দাঁড় করিয়ে উচ্চতা পরিমাপ করা হয়ে থাকে
- শিশুর বয়স দুই বছরের কম হলে শোয়ানো অবস্থায় তার দৈর্ঘ্য পরিমাপ করা হয়ে থাকে
- শিশুর বয়স দুই বছরের বেশী হলে তাকে দাঁড় করিয়ে উচ্চতা পরিমাপ করা হয়ে থাকে
- সাধারণত দাঁড়ানো অবস্থার উচ্চতা শোয়ানো অবস্থার দৈর্ঘ্য থেকে প্রায় ০.৭ সে. মি. কম হয়। সে কারণে উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য নেয়ার সময় এ বিষয়টি মাথায় রেখে তা উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য পরিমাপ করা জরুরী
- একটি বাচ্চা যদি ২ বছরের বেশী হয় সে শুতে চাইবে না সেক্ষেত্রে দাঁড়ানো অবস্থায় তার উচ্চতা নিতে হবে এবং তার উচ্চতা পরিমাপের সাথে ০.৭ সে. মি. যোগ করতে হবে দৈর্ঘ্য মাপতে হবে

- ২ বছরের বেশী বয়সি বাচ্চা যদি দাঁড়াতে না পারে তবে শুয়ে/হেলান দেয়া অবস্থায় তার দৈর্ঘ্য মাপতে হবে এবং তার উচ্চতা পেতে তার দৈর্ঘ্য থেকে ০.৭ সে. মি. কমাতে হবে



আমাদের এই যন্ত্রটি উচ্চতা ও দৈর্ঘ্য দুটি বিষয় পরিমাপের জন্যই ব্যবহার করা যাবে।

- শিশুর দৈর্ঘ্য পরিমাপের জন্য যন্ত্রটিকে সমতল টেবিলের উপর বা পরিস্কার মেঝেতে শোয়ানো অবস্থায় রাখতে হবে।

- শোয়ানো যন্ত্রটির উপর শিশুটিকে শুইয়ে তার দৈর্ঘ্য মাপতে হবে। এক্ষেত্রে যন্ত্রটির স্থায়ী হেডবোর্ডের দিকে বাচ্চার মাথা রাখতে হবে।

১. শিশুর উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য পরিমাপ করার জন্য প্রস্তুতি:

- শিশুর ওজন নেবার পরপরই তার উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য পরিমাপের জন্য প্রস্তুতি নিন। এক্ষেত্রে ওজন পরিমাপের মতই বাচ্চার পরনের কাপড়, জুতা, মোজা বা পড়ানো অন্যান্য যা কিছু থাকে তা খুলে রাখুন।

- বাচ্চার উচ্চতা বা দৈর্ঘ্য পরিমাপের ক্ষেত্রেও তার মায়ের সহায়তা নিন। এক্ষেত্রে মাকে বুঝিয়ে বলুন তিনি কিভাবে সহায়তা করতে পারেন।

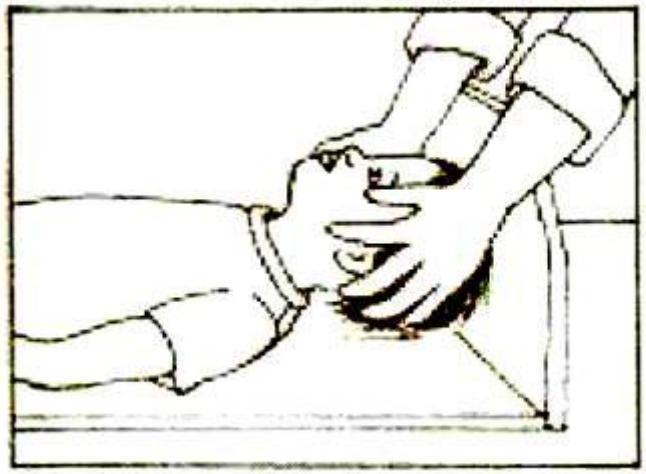
২. শিশুর দৈর্ঘ্য পরিমাপঃ

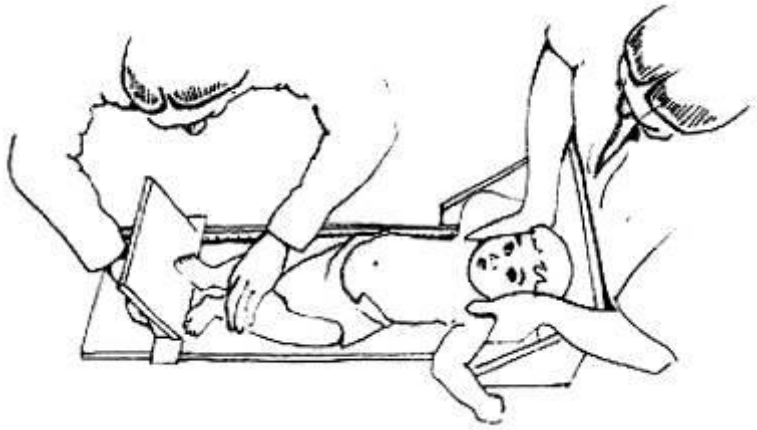
- দৈর্ঘ্য নেয়ার ক্ষেত্রে বাচ্চার ময়ের সহায়তা নিন এবং তাকে বুঝিয়ে বলুন।

- বাচ্চার মা যখন আপনার নির্দেশনা বুঝে দৈর্ঘ্য পরিমাপের জন্য সহযোগিতা করতে তৈরী হবে তখন:

  - স্থায়ী হেডবোর্ডের সাথে মাথা ঠেকিয়ে বাচ্চাদের দৈর্ঘ্য পরিমাপক বোর্ডের উপর শুইয়ে দিতে বলুন

  - বাচ্চার চোখ উপরের দিকে তাকিয়ে এমনভাবে ঘাড় সমান্তরাল করে বাচ্চার মাথাটিকে ছবি অনুযায়ী দ্রুত স্থির করতে বলুন। বাচ্চার মা এ সময় হেডবোর্ডের পিছন দিক থেকে বাচ্চার মাথাটি স্থিরভাবে ধরে রাখতে সাহায্য করবে।





- এই অবস্থায় আপনি বাচ্চার পায়ের দিকে ফুটবোর্ডটি নিয়ে আসুন এবং বাচ্চার পায়ের পাতা বরাবর স্থির করে ধরুন।

  - খেয়াল রাখুন বাচ্চা যাতে টানটান অবস্থায় শোয়ানো থাকে এবং কোন অবস্থাতেই তার অবস্থান পরিবর্তন না করে

  - বাচ্চার পা দুটি ধরে পায়ের পাতার নিচে ফুট বোর্ডটি স্থাপন করুন। এক্ষেত্রে বাচ্চার হাঁটুর উপর কিছুটা চাপ রাখুন, যাতে বাচ্চার পা সোজা থাকে (এক্ষেত্রে নবজাতক বা খুব ছোট বাচ্চার ক্ষেত্রে বিশেষ সতর্ক থাকুন)।

  - এবার ফুটবোর্ডটি বাচ্চার পায়ের পাতা স্পর্শ করা অবস্থায় বাচ্চার দৈর্ঘ্য কত তা পরিমাপ করে সে. মিটারে রেকর্ড করুন।

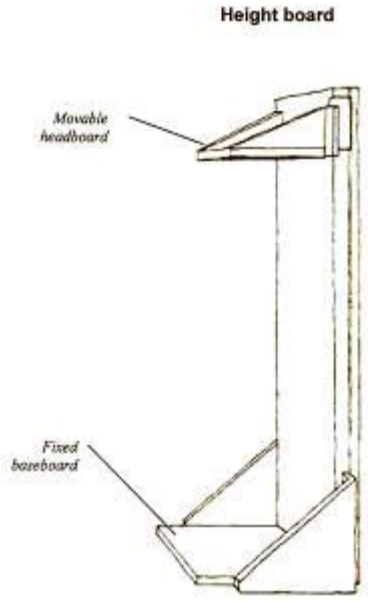
  - মনে রাখবেন যে বাচ্চার দৈর্ঘ্য পরিমাপ করছেন তার বয়স যদি ২ বছর বা তার বেশী হয় তবে তার দৈর্ঘ্য থেকে ০.৭ সে. মি. বাদ দিয়ে এবং রেকর্ড বইতে তার ফলাফল উচ্চতা হিসাবে রেকর্ড ক্ষেত্রে । কারণ পরবর্তীতে এই বাচ্চাটির উচ্চতা পরিমাপ করা হবে।

৩. দাঁড়ানো অবস্থায় উচ্চতা পরিমাপঃ

শিশুর উচ্চতা পরিমাপের জন্য নিচের নির্দেশনাগুলো মাথায় রাখুন।

- হাইটবোর্ডটি একটি সমান উচ্চতা সম্পন্ন স্থানে স্থাপন ক্ষেত্রে নিশ্চিত হয়ে নিন, যে বাচ্চার উচ্চতা পরিমাপ করছেন তার পায়ে কোন জুতা, মোজা নেই এবং মাথায় কোন রকম টুপি বা গহনা জাতীয় কিছু নেই।

- মাকে সাথে নিয়ে করুন এবং বাচ্চার উচ্চতা পেতে ছবি অনুযায়ী হাঁটু গেড়ে বসে কাজ করুন।

- 

উচ্চতা পরিমাপের জন্য খাড়াভাবে দাঁড়ানো যন্ত্র

- শিশুটিকে হাইটবোর্ডের সমতল পাটাতনের উপর সোজ হয়ে দাঁড়াতে সাহায্য করুন।এই সময় শিশুর মাথার পিছনের অংশ, কাঁধ, পিঠ, কোমরের নীচের অংশ, হাঁটুর পিছনের অংশ, এবং পায়ের গোঁড়ালির পিছনের অংশ হাইট বোর্ডের সাথে খাঁড়াভাবে লাগানো থাকবে।

- শিশুর হাটু এবং পায়ের গোঁড়ালি চেপে ধরে তা সোজা রাখাতে সাহায্য করার জন্য শিশুর মাকে অনুরোধ করুন। এক্ষেত্রে শিশুর হাঁটুর পিছনের অংশ ও গোঁড়ালি যেন বোর্ডটি স্পর্শ করে।

- শিশুর মাথা এমনভাবে ধরুন যেন শিশুর কান ও চোখ বেইজবোর্ডের সাথে সমান্তরাল থাকে। শিশুর মাথার পজিশন ঠিক করতে নিচের ছবি অনুযায়ী শিশুর থুতনির নীচে হাত রেখে তা স্থির থাকতে সহায়তা করুন।

- প্রয়োজন হলে পূর্ণ উচ্চতায় দাঁড়াবার জন্য শিশুর পেটকে একটু পেছনের দিকে ঠেলে দিন।

- শিশুকে এই অবস্থায় রেখে অন্য হাতে হেডবোর্ডটি শিশুর মাথার উপর ধরুন যাতে তা শিশুর মাথার তালু স্পর্শ করে। এক্ষেত্রে হেডবোর্ডটি দিয়ে চুলের উপর হালকা চাপ দিন।

- উচ্চতা পরিমাপক স্কেলটি থেকে শিশুর উচ্চতা সে. মিটারে নির্ণয় করুন এবং রেকর্ড বইতে তা রেকর্ড করুন।

৪.উচ্চতা ও ওজন পরিমাপক যন্ত্রের যত্নঃ

ওজন এবং উচ্চতা/দৈর্ঘ্য পরিমাপক যন্ত্রের যথাযথ যত্ন নেওয়া অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ ঃ

- যন্ত্রগুলো যথাসম্ভব পরিস্কার রাখুন
- কাজ শেষে যন্ত্রগুলো ঘরের ভিতর যতটা সম্ভব স্বাভাবিক তাপমাত্রায় শুকনো এবং স্বাভাবিক আর্দ্রতায় রাখুন।
- ওজন পরিমাপক যন্ত্রটি ব্যাটারী চালিত হলে লক্ষ্য রাখুন এর ভিতরের ব্যাটারী যেন যথাযথভাবে থাকে। দীর্ঘ দিন ব্যবহার না হলে যন্ত্রটি থেকে ব্যাটারী খুলে রাখুন।
- যন্ত্রগুলো কেনার সময় সেগুলোর কার্যকারিতা ভালোভাবে পরীক্ষা করে দেখুন। এছাড়াও সপ্তাহের যেকোন একদিন যন্ত্রগুলোর কার্যকারীতা পরীক্ষা করে দেখুন।
- ওজন পরিমাপক যন্ত্রের ক্ষেত্রে সবসময় লক্ষ্য রাখুন যন্ত্রটিতে সঠিক ওজন দেখাচ্ছে কিনা।
- উচ্চতা পরিমাপক যন্ত্রের ক্ষেত্রে লক্ষ্য রাখুন এতে যে স্কেল ব্যবহার করা হয়েছে তা সঠিক কিনা এবং সঠিকভাবে স্থাপন করা হয়েছে কিনা।
- দীর্ঘ দিন ব্যবহারের ফলে উচ্চতা পরিমাপক স্কেলটি যদি পড়া না যায় তবে তা দ্রুত পরিবর্তন করতে হবে।

Attachment–9:

Growth Record Charts

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

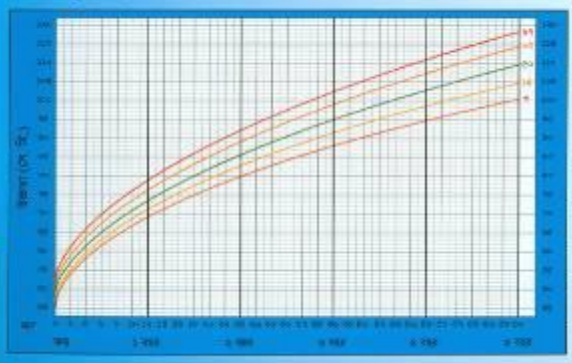
শিশুর পুষ্টি ও শিক্ষার উন্নয়নে **সম্ভব** প্রকল্প

স্থানীয় সরকার কর্তৃক শর্তসাপেক্ষে অর্থ প্রদান পরিচালনা

ফর্ম সি-৪: বয়স অনুযায়ী ছেলেদের উচ্চতা ও ওজনের চার্ট

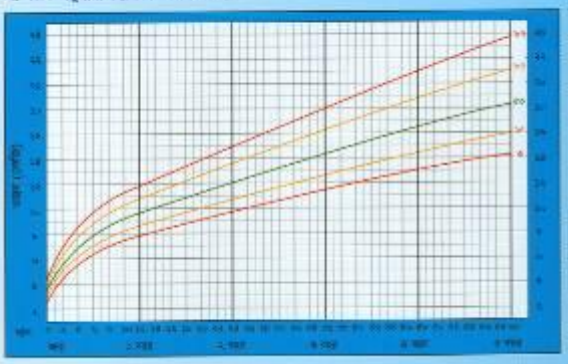
ক. সুবিধাভোগী শিশুর তথ্য			
১. ইউনিয়ন / ওয়ার্ড		৪. মা / পরিচর্যাকারীর নাম	
২. সুবিধাভোগী শিশুর নাম		৫. পরিবারের ক্রম	
৩. সুবিধাভোগী শিশুর জন্ম ক্রম		৬. স্বাস্থ্যকেন্দ্রের নাম	

খ. বয়স অনুযায়ী ছেলেদের উচ্চতার চার্ট



৭. তারিখ	৮. বয়স (মাস)	৯. উচ্চতা (সেমি)	১০. ফলাফল

গ. বয়স অনুযায়ী ছেলেদের ওজনের চার্ট



৭. তারিখ	৮. বয়স (মাস)	৯. ওজন (কেজি)	১০. ফলাফল

পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি!

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

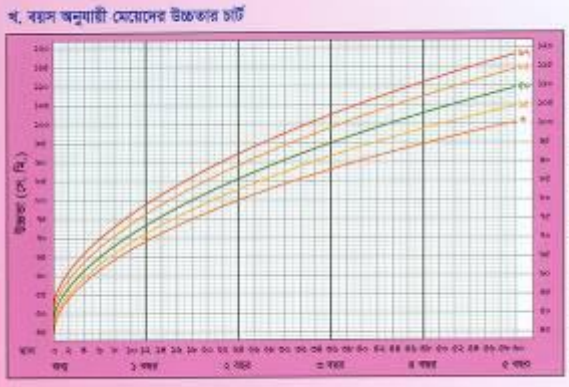
শিশুর পুষ্টি ও শিক্ষার উন্নয়নে **সম্ভব** প্রকল্প

স্থানীয় সরকার কর্তৃক শর্তসাপেক্ষে অর্থ প্রদান পরিচালনা

ফর্ম সি- ৩: বয়স অনুযায়ী মেয়েদের উচ্চতা ও ওজনের চার্ট

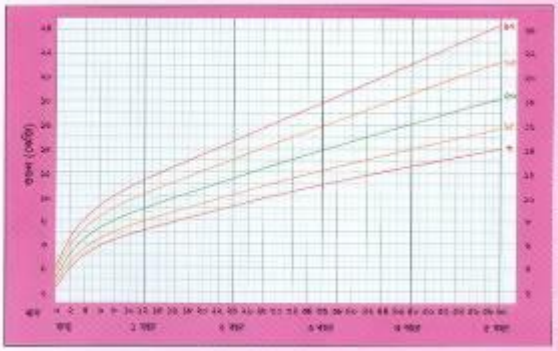
ক. সুবিধাভোগী শিশুর তথ্য			
১. ইউনিয়ন / ওয়ার্ড		৪. মা / পরিচর্যাকারীর নাম	
২. সুবিধাভোগী শিশুর নাম		৫. পরিবারের ক্রমিক	
৩. সুবিধাভোগী শিশুর জন্ম ক্রমিক		৬. স্বাস্থ্যকেন্দ্রের নাম	

খ. বয়স অনুযায়ী মেয়েদের উচ্চতার চার্ট



৭. তারিখ	৮. বয়স (মাস)	৯. উচ্চতা (সে.মি.)	১০. ফলাফল

গ. বয়স অনুযায়ী মেয়েদের ওজনের চার্ট



৭. তারিখ	৮. বয়স (মাস)	৯. ওজন (কেজি)	১০. ফলাফল

পুষ্টি ও শিক্ষা নিশ্চিত করি
আমার শিশুর জীবন গড়ি!

Attachment–10:

Sample of Compliance Plan and Report Format

Health Visit Compliance Plan
Hatibandha, Lalmonirhat
For the period July to September 2012

Union	Village	#child	Compliance Health center	Date for compliance visit			Liable
				July	August	September	
Daoabari	Dhakin Daoabari	44	BCCP worker Emilies house	15	1	1	Three members team of Dawabari
	Khurda Bichandoi	35	Dawabari Ebtadia Madrasha	16	2	2	do
	Kisamat Nohali	76	Kishamat Madrasha	17-18	4-5	3-4	do
	Parcshim Bichindoi	36	Parchim Bisondoi primary school	19	6	5	do
	Pranath Patikapara	41	Aziz Member house	21	7	6	do
	Purba Bichandoi	80	Daoabari Union parishad	22-23	8,11	8-9	do
	Purba Daoabari	67	Maddapara non- government primary school	24-25	12-13	10-11	do
	Uttar Bichandoi	37	Dulu member house	26	14	12	do
	Uttar Daoabari	136	Uttar Daoabari primary schhool	28-31	16,18,23	13,15,16	do
Nowdabash	Dhaaoli	77	Jorashal community clinic	15-16	1-2	1-2	Three members team of Nowdabsh
	Ketkibari	117	Family welfare center	17-19	4-6	3-5	do
	Parchim Nowdabash	25	Union parishad office	21	7	6	do
	Purbanowdabash	49	Purba Nowdabash community clinic	22-23	8,11	8-9	do
Patikapara	Dakhin parulia	86	Dhakin parulia community clinic	15-16	1-2	2-3	Three members team of Patikapara
	Parchim Haldi bari	232	Parchim Haldhibari Community clinic	17,18,19,21,22,23,24	4-8,11-12	4-8	do
	Patikapara	2	Family welfare center	25	13	13	do
	Patikabari	32	do	do	do	do	do
	Purbahaldibari	25	Nurul Islam House	26	14	15	do
	Uttar parulia	54	Mozamel Member house	28-29	16,18	16-17	do

Union	Village	#child	Compliance Health center	Date for compliance visit			Liable
				July	August	September	
Shindurna	Char Sindurna	147	Concern office	15-18	1-2	1-2	Three members team of Sindurna
	Dhakin Sindurna	59	Dhakin sindurna community clinic	19,21	4-5	3-4	do
	Purba Sindurna	84	Sindurna Union Parishad	22-24	6-7	5-6	do
	Uttar Haldibari	19	Torani Member House	25	8	8	do
	Uttar Sindurna	13	Hamidas house	do	11	9	do
Shingimari	Char Dubni	22	Dubni community clinic	15	1	1	Three members team of Singimari
	Dhakin Dubni	23	BCC worker Sahajahan House	16	2	2	do
	Dhakin Gaddimari	98	Family welfare center	17-19	4-5	3-4	do
	Dubni	82	Dubni community clinic	21-22	6-7	5-6	do
	Shingimary	139	Singimary community clinic	23-26	8,11,12,13	8-11	do

Health Visit Compliance Plan
Jaldhaka, Nilphamary
For the period July to September 2012

Union	Village	#child	Compliance Health center	Date for compliance visit			Liable
				July	August	September	
Kaimari	Bala Para	57	Rath Bazar Community Clinic	15-16	1-2	1-2	Team-1
	Binyakuri	65	Binyakuri gob. primary school	17-18	4-5	3-4	Team-1
	Chengamari	114	Chengnami community clinic	19,21,22	6-8	5-6,8	Team-1
	Chhirabadi	14	chhirabadi community clinic	22	11	9	Team-1
	Gabrol	127	Gabrole community clinic	15-18	1-2,4-5	1-4	Team-2
	Kaimari	425	Koimari FWC	19, 21-26, 28-31	6-8, 11-14, 16, 18, 23, 25, 26	5-6, 8-13, 15-18	Team-2
	Saulmari	207	Alishiapara Govt. primary school	23-26, 28, 29, 30	12-14, 16, 18, 23, 25	10-13, 15-17	Team-1
	Talukbadi	10	Talukbadi girls school	30	25	17	Team-1
Kanthali	Dakhin Deshhibai	250	DhakinDeshibai community clinic	15-19, 21, 22	1-2, 4-8	1-6, 8	Team-1
	Parchim Kanthali	161	Rong-er- Bazar community clinic	23-26, 28	11-14, 16	9-13	Team-1
	Purba Kanthali	171	Danga para Registered primary School	15-19	1-2, 4-6	1-6	Team-2
	UttarDeshibai	249	UttarDeshibai FWC	21-26, 28	7-8, 11-14	8-13	Team-2
Khutamara	Arzi khathali	108	Arzi khathali govt. primary School	15-17	1-2,4	1-3	Team-1
	Baonabaoni	86	Baonabaoni govt. primary School	18-19	5-6	4-5	Team-1
	Harischandrapat	112	Harischandrapat community clinic	21-23	7-8, 11	6, 8-9	Team-1
	Khalisa Khutamara	167	Khalisa Khutamara FWC	24-26, 28, 29	12-14, 16, 18	10-13, 15	Team-1
	KismatBattala	89	KishamatBottola Rg. Primary school	15-16	1-2	1-2	Team-2
	Parchim Khutamara	142	Parchim Khutamara Community clinic	17-19, 21	4-7	3-4	Team-2
	Purba Khutamara	171	Purba Khutamara community clinic	22-26	8, 11-14	5-6, 8-10	Team-2

Union	Village	#child	Compliance Health center	Date for compliance visit			Liable
				July	August	September	
Mirgonj	Arazi Pathan para	57	Arazi Pathan para Govt. Primary School	15-16	1-2	1-2	Team-1
	Kalkeot	109	Kalkeot community clinic	17-19	4-6	3-5	Team-1
	Mirgonj	107	Adarshgram Rg. Primary School	21-23	7-8, 11	6, 8-9	Team-1
	Nijpara	34	Nijpara Rg. Primary School	24	12	10	Team-1
	Parchim Simulbari	136	Parchim Simulbari community clinic	15-18	1-2, 4-5	1-4	Team-2
	Pathan para	105	Maddah pathanpara govt. primary school	19, 21, 22	6-8	5-6, 8	Team-2
	Purba Simulbari	102	Udayan primary school	23-25	11-13	9-11	Team-2
Saulmari	Gopaljhar	158	Gopaljhar community clinic	15-19	1-2, 4-6	1-4	Team-1
	Singira	151	Singira community clinic	21-24	7-8, 11-12	5-6, 8-9	Team-1
	Taluk saulmari	360	Saulmari FWC	15-26	1-2, 4-8, 11-14	1-6, 8-12	Team-2

‘Shombhob’ Pilot Project

Health Compliance Monitoring Schedule for Narayangonj City Corporation

October-November, 2012

1st month visit	Time	Slums/Areas	# of Child		Center Name	Responsible Team	Time	2nd month visit
Oct. 7	10:00	Baznapara	19		Heart Foundation, Mondalpara	**Team - A**	10:00	Nov. 1
	11:00	DN Road Slum	17				11:00	
	12:00	1 No. Railgate Slum	13				12:00	
	01:30	Bhuiyanpara Slum	14				01:30	
Oct. 8	10:00	Old Jimkhana Slum	41				10:00	Nov. 3
	01:30	New Jimkhana Slum	28				01:30	
Oct. 9	10:00	Relly Bagan (South)	42				10:00	Nov. 4
	01:30	Relly Bagan (North)	18				01:30	
Oct. 10	10:00	Beparipara Slum	39				10:00	Nov. 5
	12:30	Tanbazar Sweeper Colony	3				12:30	
		Baburail Rishipara Slum	4					
	01:30	Namapara Slum	16				01:30	
Oct. 11	10:00	Nuluapara Slum	55		Shahid Bappi Smriti Samsad, 25 SG Road, Shitalakkha, Narayangonj		10:00	Nov. 6
Oct. 13	10:00	Shahidnagar Slum	50				10:00	Nov. 7
Oct. 14-15	10:00	Rishipara Slum	91				10:00	Nov. 8-10
		Muslimnagar Slum	13					
Oct. 16	11:30	Al Amin Nagar slum	14				11:30	Nov. 11
	10:00	Deara Slum	22				10:00	
	12:30	Kumudini Bagan (Shitalakkha)	10				12:30	
Oct. 17	10:00	Shantinagar	46		Hazi Kafil Uddin’s House		10:00	Nov. 12
Oct. 7	10:00	Kumudini Bagan (Metro)	5		Paribarik Shastho Clinic, Don Chamber	**Team - B**	10:00	Nov. 1
		Kumudini Bagan (Khanpur)	22					
		Khalil Mia’s House	3					
Oct. 8	10:00	Isdair Railway Slum	50	87			10:00	Nov. 3
Oct. 9	10:00	Isdair Railway Slum	37				10:00	Nov. 4
		Isdair Sweeper Colony	1					
		Muchi Bari Slum	4					
Oct. 10	01:30	Talla Baro Mosque Slum	39				10:00	Nov. 5
	03:00	Bou Bazar Railway Slum	16				12:00	
Oct. 11	10:00	Bagpara Slum	14		Janata Club, Jelepara		10:00	Nov. 6
	11:00	Ibrahim Textile Mill	11				11:00	
	01:30	Joha & Bro. (M. Circus)	19				01:30	
Oct. 13	10:00	BJMC Slum	3				10:00	Nov. 7
		Haziganj Railway Slum	22					
	12:00	Jelepara Slum	39				12:00	
Oct. 14-17	10:00	Refugee Colony	193		Adamjee Umm-al-Qura Junior High School		10:00	Nov. 8-12
			1033					

Team Composition:

Team-A: Amena, Sahera, Nasrin, Nargis

Team-B: Taslima, Romana, Morshida, Topu, Daliya

Attachment–11:

Schedule and Participant List of Experience Sharing Workshop

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

আলোচনা সূচি

তারিখ : **স্থানঃ**

ক্রমিক নং	সময়	বিষয়
১.	৯.০০-৯.৩০	• রেজিস্ট্রেশন
২.	৯.৩০-১০.৩০	• কর্মশালা উদ্বোধন • পরিচিতি • কর্মশালার প্রত্যাশা ও উদ্দেশ্য
৩.	১০.৩০-১১.০০	• চা বিরতি
৪.	১১.৩০-১১.৩০	• "সম্ভব" প্রকল্প বাস্তবায়নের পদক্ষেপসমূহ
৫.	১১.৩০-০১.০০	• "সম্ভব" প্রকল্প বাস্তবায়নের অংশগ্রহণকারীদের অভিজ্ঞতা ▪ প্রকল্পের সফলতাসমূহ ▪ প্রকল্প বাস্তবায়নের কোন কোন ক্ষেত্রে পরিবর্তন আনা দরকার ▪ প্রতিবন্ধকতা/সমস্যা ▪ সুযোগ ▪ বাস্তব অভিজ্ঞতার বর্ণনা
৬.	১.০০-২.০০	• পাইলটিং-এর লার্নিং • ভবিষৎ-এর জন্য সুপারিশ • কর্মশালার সারসংক্ষেপ
৭.	২.০০	• রিফ্রেশমেন্ট

Participants of Experience Sharing Workshop

Hatibandha Upazila

'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

উপজেলা সম্মেলন কক্ষ, হাতীবান্ধা উপজেলা, লালমনিরহাট

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি

তারিখ: এপ্রিল ১৬, ২০১৩

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
০১	কে, এম, আমজাদ হোসেন তাজু উপজেলা ভাইস চেয়ারম্যান	[illegible] ১৭/৪/১৩
০২	মুক্তি রানী সরকার, উপজেলা ভাইস চেয়ারম্যান	[illegible]
০৩	[illegible]	[illegible]
০৪	মোঃ আঃ রাজ্জাক (u.p. সদস্য) সিংগীমারী চেয়ারম্যান প্রতিনিধি	[illegible]
০৫	লিপি খাতুন পরিবার কল্যাণ সহকারী	[illegible]
০৬	মোঃ আতিয়ার রহমান-সঃ স্বাস্থ্য পরিদর্শক	[illegible]
০৭	মোছাঃ সুমি আক্তার (সুবিধাভোগী)	সুমি
০৮	মোছাঃ হেনা বেগম (সুবিধাভোগী)	হেনা
০৯	মোছাঃ সামদুর নাহার (সুবিধা ভোগী)	সামদুর নাহার
১০	মোঃ রুশীদুর রহমান, পোস্ট অফিস পরিদর্শক, লালমনিরহাট উপ-[illegible]	[illegible]
১১	মোঃ লিয়াকত হোসেন ফিল্ড সুপার ভাইজার অফিসার	[illegible]
১২	মোঃ [illegible] রহমান ফিল্ড সুপার ভাইজার অফিসার	[illegible]
১৩	দুলালী বেগম (সুবিধা ভোগী)	দুলালী
১৪	মোঃ [illegible] মিয়া (সাথী) বিনিময়মূলক কার্যকরী [illegible]	[illegible]
১৫	[illegible] রানী রায় বি,সি,সি,পি, মাঠ কর্মী, পাটিকাপাড়া	[illegible]
১৬	[illegible] খাতুন	[illegible]

'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

উপজেলা সম্মেলন কক্ষ, হাতীবান্ধা উপজেলা, লালমনিরহাট

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি

তারিখ: এপ্রিল ১৩, ২০১৩

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১৭.	[illegible]	[illegible]
১৮.	[illegible]	[illegible]
১৯.	[illegible]	[illegible]
২০.	[illegible]	[illegible]
২১.	[illegible]	[illegible]
২২.	[illegible]	[illegible]
২৩.	[illegible]	[illegible]
২৪.	[illegible]	[illegible]
২৫.	[illegible]	[illegible]
২৬.	[illegible]	[illegible]
২৭.	[illegible]	[illegible]
২৮.	[illegible]	[illegible]
২৯.	[illegible]	[illegible]
৩০.	[illegible]	[illegible]
৩১.	[illegible]	[illegible]
৩২.	[illegible]	[illegible]

'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

উপজেলা সম্মেলন কক্ষ, হাতীবান্ধা উপজেলা, লালমনিরহাট

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি

তারিখ: এপ্রিল ১৭, ২০১৩

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৩৩	মোছাঃ সাহিনা বেগম	সাহিনা
৩৪.	মোসাঃ আরজিনা আক্তার	[illegible]
৩৫.	রহমান ... / স্বা/সহ	[illegible]
৩৬.	নাজমুল ইসলাম	[illegible]
৩৭.	রওশন আক্তার H.A	রওশনারা
৩৮.	মোঃ শফিকুল ইসলাম	[illegible]
৩৯.	মোঃ [illegible] নুরনবী	[illegible]
৪০.	মোঃ আনোয়ারুল ইসলাম A.U.E.O	[illegible] ১৭-৪-১৩
৪১.	মোঃ ডাঃ হামিদ সরকার U.E.O (ভাঃ)	[illegible] ১৭।৪।১৩
৪২	মোঃ [illegible] [illegible]	[illegible] ১৭।৪।১৩
৪৩	গোলাম মাসুদ রেজা [illegible]	[illegible]
৪৪	মোঃ জাহিদুল ইসলাম [illegible]	[illegible]
৪৫	এ.কে.এম. [illegible] [illegible]	[illegible] ১৭।৪।১৩
৪৬	[illegible]	[illegible]
৪৭	মোঃ আব্দুল [illegible]	[illegible]
৪৮	মোঃ মোকছেদুর রহমান চেয়ারম্যান [illegible]	[illegible]

'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

উপজেলা সম্মেলন কক্ষ, হাতীবান্ধা উপজেলা, লালমনিরহাট

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি

তারিখ: এপ্রিল ১৭, ২০১৩

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১	[illegible]	
২	[illegible]	
৩	[illegible] UNO [illegible]	

Participants of Experience Sharing Workshop

Jaldhaka Upazila

'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

উপজেলা সম্মেলন কক্ষ, জলঢাকা উপজেলা, নীলফামারী

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি

তারিখ: এপ্রিল ১৬, ২০১৩

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১.	মো: রোকন উন হাসান UNO, জলঢাকা	
২.	মো: মোস্তাফিজুর রহমান গাঠোয়ারী UFPO, জলঢাকা	
৩	মো: মজনুর রহমান Postal Inspector	
৪	মো: আব্দুল হাসমদ প্রাসি: শৌলমারী ইসলামিয়া	
৫	মো: গোলাম সরওয়ার সহ: শি: উত্তর দেশীবাই স: প্রা: বি: কাঁঠালী	
৬	মো: মনিরুল ইসলাম প:প: পরিদর্শক খুটামারা	
৭	মো: আকতারুজ্জামান CHCP শান্টিতলা মি মি, মীরগঞ্জ	
৮	মো: গোলাম সাকলায়েন CHCP পূর্ব খুটামারা জুম্মাপাড়া মি, সি	
৯	মোহাম্মদ নজরুল ইসলাম উপজেলা শিক্ষা অফিসার	
১০	মো: আল সিরাজ সহকারী উপজেলা শিক্ষা অ	
১১.	ফারুক আহমেদ ফিল্ড সুপারভাইজার অফিসার.	
১২.	মো: রউফুল আলম ফিল্ড সুপারভাইজার অফিসার, খুটামারা	
১৩	মো: মশিউর রহমান ফিল্ড সুপারভাইজার অফিসার,	
১৪.	মনি বালা রায় ফিল্ড সুপারভাইজার অফিসার	
১৫.	উত্তম কুমার রায় ফিল্ড সুপারভাইজার অফিসার	
১৬	মোহা: জাহানারা বেগম C.HCP সিংড়িয়া C.C. শৌলমারী	

'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

উপজেলা সম্মেলন কক্ষ, জলঢাকা উপজেলা, নীলফামারী

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি

তারিখ: এপ্রিল ১৬, ২০১৩

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
১৭	নিরঞ্জন রায় (মি এইচ সিপি) কৌমারী	[signature]
১৮	রাবেয়া বেগম (ভার:) F.P.I	রাবেয়া
১৯	সুরনজিৎ কুমার রায় F.P.I- কাঁঠালী	[signature]
২০	মোস্তারিকা বেগম (FWD) খুটামারা	[signature]
২১	আয়ুষ্মান কুমার রায় (F.W) শৌলমারী	[signature]
২২	আব্দুছ ছাকলক (F.W) কিমারী	[signature]
২৩	বরেন্দ্র নাথ (F.W) BCCP কেমারী	[signature]
২৪	মোঃ জোবায়ের হোসেন (F.W) কাঁঠালী	[signature]
২৫	গোবিন্দ চন্দ্র রায় (F.W) খুটামারা	[signature]
২৬	ফুলবানু (F.W) কাঁঠালী	[signature]
২৭	আয়েশা সিদ্দিকা (F.W) খুটামারা	[signature]
২৮	রুবী আক্তার (F.W) মীরগঞ্জ	Ruby
২৯	মোঃ রমজান আলী (F.W) মীরগঞ্জ	[signature]
৩০	ভীষ্ম রায় (FW) খুটামারা	[signature]
৩১	জগদীশ চন্দ্র রায় (F.P.I) কৈমারী	[signature]
৩২	তমা রানী রায় (F.W) BCCP কাঁঠালী	[signature]

'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

উপজেলা সম্মেলন কক্ষ, জলঢাকা উপজেলা, নীলফামারী

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি

তারিখ: এপ্রিল ১৬, ২০১৩

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৩৩	গীতারানী রায় F.W (কৈমারী)	[illegible]
৩৪	সুবা রানী (সুবিধাভোগী) মীরগঞ্জ	সুবা রানী
৩৫	মিনা (সুবিধাভোগী) কাঁঠালী	মিনা
৩৬	উম্মেনেছা (সুবিধাভোগী) খুটামারা	[illegible]
৩৭	লাবনী রানী রায় F.W (শৌলমারী)	[illegible]
৩৮	রাধারানী (সুবিধাভোগী) শৌলমারী	রাধা রানী
৩৯	নমিতারানী (সুবিধাভোগী) কৈমারী	নমিতা রানী
৪০	মো: আমির হোসেন প্র: শি:	[illegible]
৪১	জয়ন্তী রানী রায় (FW), কৈমারী	[illegible]
৪২	কফিলুজ্জামান লিটন চেয়ারম্যান, কৈমারী UP	[illegible] ১৬/০৪/১৩
৪৩	মো: আরফান আহমেদ (রাজেশ) B.C.C.P (FW) কাঁঠালী	[illegible]
৪৪	মো: শামসুল হক শিক্ষক, হরিশ্চন্দ্র পাঠ সং প্রা: বি।	[illegible]
৪৫	[illegible] FPI - শৌলমারী	[illegible]
৪৬	মো: আব্দুল লতিফ মেয়ারম্যান শৌলমারী ইউ, পি	[illegible]
৪৭	সালমা ফেরদৌসী - H.C.P কাঁঠালী	সালমা
৪৮	মো: [illegible]	[illegible]

'সম্ভব' পাইলট প্রকল্প

অভিজ্ঞতা বিনিময় কর্মশালা

উপজেলা সম্মেলন কক্ষ, জলঢাকা উপজেলা, নীলফামারী

আয়োজনে: বাংলাদেশ সেন্টার ফর কমিউনিকেশন প্রোগ্রামস্ (বিসিসিপি)

অংশগ্রহণকারীদের উপস্থিতি

তারিখ: এপ্রিল ১৬, ২০১৩

ক্রমিক নং	অংশগ্রহণকারীদের নাম ও পদবী	স্বাক্ষর
৪৯	[illegible]	[illegible]
৫০	[illegible] TITA [illegible]	[illegible]
৫১	[illegible]	[illegible]
৫২	আবু জাফর মোঃ খালেদ, [illegible] জলঢাকা	[illegible]

Participants of Experience Sharing Workshop

Narayangonj City Corporation

Shambhob Pilot Project

Experience Sharing Workshop

Badhon Community Center, Bangabondhu Avenue, Narayangonj

Organized by: Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP)

May 16, 2013

Sl. No.	Name & Designation of the Participants	Signature
১/	এ. বি. এম. আমিন উল্লাহ নূরী প্রধান নির্বাহী কর্মকর্তা, নারায়ণগঞ্জ সিটি ক.	[illegible]
২/	মোঃ মনজুরুল ইসলাম পোস্ট অফিস পরিদর্শক নাংগঞ্জ	[illegible]
৩/	[illegible] পোস্ট মাস্টার (সেপ্রেরী)	[illegible]
৪/	কে. এম. ফকিদুল মিরাজ বস্তি উন্নয়ন কর্মকর্তা, NCC	[illegible]
৫/	মো: মাসুদরানা ১৪ নং ওয়ার্ড	[illegible]
৬/	মো: [illegible]	[illegible]
৭/	মো: আবুল কালাম ১৭ নং ওয়ার্ড	[illegible]
৮/	[illegible] রতন [illegible] [illegible] - [illegible] ওয়ার্ড	[illegible]
৯/	এফ. এম. শামসুল আলম Town Manager.	[illegible]
১০/	[illegible] ১৬, ১৭, [illegible]	[illegible]
১১/	কাজী মিঠু ১২ নং ওয়ার্ড	[illegible]
১২/	ডা. হাসিব মাহমুদ	[illegible]
১৩/	শ্যামল পাল CI	[illegible]
১৪/	মো: আলমগীর হিরণ S.I	[illegible]

Shambhob Pilot Project

Experience Sharing Workshop

Badhon Community Center, Bangabondhu Avenue, Narayangonj

Organized by: Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP)

May 16, 2013

Sl. No.	Name & Designation of the Participants	Signature
১৫/	মো: [illegible] C-1	[signature]
১৬/	মো: [illegible]জ্জামান FSO	[signature]
১৭/	মিনুয়ারা বেগম	[signature]
১৮/	হাবীবউদ্দিন আহমদ	[signature]

Shambhob Pilot Project

Experience Sharing Workshop

Badhon Community Center, Bangabondhu Avenue, Narayangonj

Organized by: Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP)

May 16, 2013

Sl. No.	Name & Designation of the Participants	Signature
১।	জিয়াসমিন সুবিধাভোগী	জিয়াসমিন
২।	রেখা সুবিধাভোগী	রেখা
৩।	দুলারী সুবিধাভোগী	দুলারী
৪।	মুন্নি সুবিধাভোগী	মুন্নি
৫।	ইয়াছমিন সুবিধাভোগী	ইয়াছমিন
৬।	মোঃ শহিদুল ইসলাম, [illegible] পঞ্চায়েত সদস্য	[illegible]
৭।	মোঃ আবু আব্দুল মান্নান [illegible] পঞ্চায়েত সদস্য	[illegible]
৮।	তাহমিনা আক্তার, প্রধান শিক্ষক, তন্ত্রা বালক সঃ প্রাঃ বিঃ	তাহমিনা ১৬.০৫.১৩
৯।	আলতা মামুন ইসলাম মিলন পক্ষে কেরামতিয়া সরকারী প্রাথমিক বিদ্যালয়	[illegible] ১৬/৫/১৩
১০।	হাকীম মোঃ জয়নুল আবেদীন প্রধান শিক্ষক [illegible]	[illegible] 16-5-2013
১১।	মোঃ [illegible] চেয়ারম্যান [illegible]	[illegible] 16/5/13
১২।	শিলীপা সুবিধাভোগী	শিলীপা
১৩।	ডঃ এস, এম, সাইফুল ইসলাম (লাকিনু) [illegible]	[illegible] 16.05.13
১৪।	আম্বিয়া আক্তার প্রধান শিক্ষক	[illegible] ১৬/৫/১৩

Shambhob Pilot Project

Experience Sharing Workshop

Badhon Community Center, Bangabondhu Avenue, Narayangonj

Organized by: Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP)

May 16, 2013

Sl. No.	Name & Designation of the Participants	Signature
১৪/	ইয়াদুসিন আক্তার [illegible] সুরভী	[signature]
১৬/	মো: সিরাজ পঞ্চায়েত	[signature]
১৭.	মোঃ মাহামুদুর রহমান. ভরিয়া মহানগর, সুরভি নারায়ণগঞ্জ	[signature]
১৮	মোঃ জসিম মিয়া পঞ্চায়েত	জসিম
১৯/	মোঃ শাহজাহান সাবাব ও মো. বড় সমাজী পঞ্চায়েত	[signature]
২০/	চন্দ্রা রানী সাহা ৪২ নং চাষাড়া আদর্শ বাসায় [illegible]	[signature] ১৬/৫/১৩
২১	সানজিদা জাহান	Sanjida
২২	মো. হান্নান খান শিক্ষক	[signature]
২৩	তাসলিমা ইয়াসমিন	Taslima
২৪	সাহেরা খানম	Sahera
২৫	নাসিমা আক্তার	[signature] 16.05.13
২৬.	Mohiwbi Chowdhury	[signature] 16-05-13
২৭.	রেমানা আক্তার	[signature] 16.05.13
২৮	মুরশিদা আক্তার	[signature]

Shambhob Pilot Project

Experience Sharing Workshop

Badhon Community Center, Bangabondhu Avenue, Narayangonj

Organized by: Bangladesh Center for Communication Programs (BCCP)

May 16, 2013

Sl. No.	Name & Designation of the Participants	Signature
২৯।	আমেনা আক্তার	[signature]
৩০।	নাসরিন সুলতানা	নাসরিন সুলতানা
৩১।	মেহেদী হাসান	মেহেদী
৩২।	মো: তাপজিল আহাম্মেদ	[signature]
৩৩।	জাহানারা	জাহানারা
৩৪।	মো: জয়নাল আবেদীন বাগিপুরাণী	মো জয়নাল