

ந.க.எண்.722/IEC/2021,

நாள்:26.08.2021.

பொருள்: தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட மக்கள் பிரதிநிதிகளுக்கான (Elected Representatives) ஒரு நாள் புத்தாக்க பயிற்சி (Orientation workshop) மாவட்ட அளவில் /வட்டார அளவில் நடத்துதல் - குறித்து.

பார்வை: 1. அரசு ஆணை (D) எண்: 16/சந துறை, நாள்: 19.01.2021.
2. இவ்வலுவலக செ.மூ.எண் 722/IEC/2021, நாள்: 11.03.2021

அனைத்து மாவட்ட திட்ட அலுவலர்களும் மேற்கண்ட பொருள் மற்றும் அரசாணையின் அடிப்படையில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட மக்கள் பிரதிநிதிகளுக்கான (Elected Representatives) ஒரு நாள் புத்தாக்க வகுப்பு நடத்த வேண்டும் என இதன் மூலம் அறிவுறுத்தப்படுகிறது.

அரசின் வழிகாட்டுதல்படி, 'தகவல்-கல்வி-கருத்து பரிமாற்றம்' மூலம் ஒருங்கிணைந்த குழந்தைகள் வளர்ச்சி திட்டம் சார்பில் சட்டமன்ற உறுப்பினர்/பாராளுமன்ற உறுப்பினர்/உள்ளாட்சி அமைப்புகளின் பிரதிநிதிகளுக்கு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் முயற்சியாக இந்த ஒரு நாள் கருத்தரங்கு நடத்த திட்டமிடப்பட்டுள்ளது.

இந்த ஒரு நாள் கருத்தரங்கில் நடத்தப்படவேண்டிய தலைப்புகளின் அட்டவணை, ஒதுக்கப்பட்ட நிதி செலவின விவரம், குறிப்புரைகள் முதலியவை இணைக்கப்பட்டுள்ளன.

அதன்படி தங்கள் பகுதிகளில் மாவட்ட அளவில், வட்டார அளவில் பஞ்சாயத்து தலைவர்களுக்கான ஒரு நாள் கருத்தரங்கினை ஏற்பாடு செய்யுமாறு கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறது. அதற்கான செயல் திட்டத்தை உடனே அனுப்பி வைக்குமாறும் கேட்டுக் கொள்ளப்படுகிறது.

இணைப்பு:

- 1) அட்டவணை
- 2) நிதி ஒதுக்கீடு
- 3) குறிப்புகள்

பெறுநர்,

அனைத்து மாவட்ட திட்ட அலுவலர்கள்.

அனைத்து மாவட்டம்.

சு. அ. ஜி. வெங்கடேஷ்
இணை இயக்குநருக்காக (NNM).

26/8/2021

26/8/2021

நிதி ஒதுக்கீடு விவரம்

வட்டார கருத்தரங்கு:

பங்கேற்பாளர்கள் =50

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட மக்கள் பிரதிநிதிகளான கிராம பஞ்சாயத்து

தலைவர்/வார்டு உறுப்பினர்கள்

நிதி ஒதுக்கீடு ரூ 75,000/-

மாவட்ட கருத்தரங்கு:

பங்கேற்பாளர்கள் =50

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட மக்கள் பிரதிநிதிகள், (பாராளுமன்ற உறுப்பினர், சட்டமன்ற உறுப்பினர், மாவட்ட பஞ்சாயத்து சேர்மன், மாவட்ட பஞ்சாயத்து உபதலைவர், பஞ்சாயத்து யூனியன் சேர்மன், வட்டார பஞ்சாயத்து யூனியன் உபதலைவர்)

நிதி ஒதுக்கீடு ரூ.1,00,000/-

நிதி ஒதுக்கீடு

வ. எண்	செலவினம்	வட்டார கருத்தரங்கு		மாவட்ட கருத்தரங்கு	
		ஒரு நபர் செலவு (ரூபாயில்)	தொகுதி நிலை (ரூபாயில்)	ஒரு நபர் செலவு (ரூபாயில்)	மாவட்ட நிலை (ரூபாயில்)
1	2 வேளை தேநீர் சிற்றுண்டி மற்றும் மதிய உணவு	400	20000	500	25000
2	உபகரணங்கள் (பை மற்றும் கையெடுகள், பேனா, நோட்டு புத்தகம்)	500	25000	600	30000
3	நேரிடை செலவின படிகள் (out of Pocket allowance)	100	5000	-	-
4	பயிற்சிக்கான இட வாடகை	-	10000	-	20000
5	இதர செலவினங்கள்	-	15000	-	25000
	மொத்தம்	-	75000	-	100000


 இணை இயக்குநருக்காக (NNM).

26/08/2021

26/08/2021

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட தலைவர்களுக்கான ஒரு நாளை பணியரங்கு

10.00 மு.ப-10.30 மு.ப	வரவேற்பு
10.30 மு.ப-11.30 மு.ப	ஒருவ திட்டத்தின் நோக்கங்கள் மற்றும் பணிகள் போஷன் 2.0 திட்டம்.
11.30 மு.ப-11.45 மு.ப	தேநீர் இடைவேளை
11.30 மு.ப-12.30 பி.ப	திட்ட இலக்குகளை அடைய திட்டத்தின் இணை உணவு வளர்ச்சி கண்காணிப்பு, முன்பருவக்கல்வி, சமுதாய பங்கேற்பின் பங்கு.
12.30 பி.ப -1.30 பி.ப	திட்டத்தில் செயல்படுத்தப்படும் சுகாதாரப் பணிகள்
1.30 பி.ப -2.15 பி.ப	மதிய உணவு இடைவேளை
2.15 பி.ப -3.15 பி.ப	தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட பஞ்சாயத்து உறுப்பினர்களின் பங்கு <ul style="list-style-type: none"> • கிராம சுகாதார ஊட்டச்சத்து தினம் • போஷன் பஞ்சாயத்து • அங்கன்வாடி கண்காணிப்பு குழு • அங்கன்வாடி மையத்தின் உள்கட்டமைப்பு வசதிகளை மேம்படுத்துதல் • குழந்தைகளின் நலனில் அக்கறையுடனும், அரவணைப்போடும் செயல்படுதல்(Child friendly panchayat)
3.15 பி.ப -4.00 பி.ப	கலந்து கொண்ட பஞ்சாயத்து உறுப்பினர்களின் செயல் திட்டம் குறித்து கருத்துக் கேட்டு கலந்துரையாடல்
4.00 பி.ப -4.15 பி.ப	தேநீர் இடைவேளை
4.15 பி.ப -4.30 பி.ப	நன்றியுரை


 ஜி. ஜி. வெங்கடேஷ்
 இணை இயக்குநருக்காக (NNM).
 26/08/2021

குழந்தைகளின் நலனை உயர்த்த அக்கறையுடனும்,

அரவணைப்போடும் செயல்படுதல்

ஒருங்கிணைந்த குழந்தைகள் வளர்ச்சி திட்டம் மூலம் பஞ்சாயத்து தலைவர்களுக்கு கீழ்க்கண்ட சமுதாயத்தில் உள்ள குழந்தைகள் நலனை மேம்படுத்தும் பொருட்டு கூறுமாறு வலியுறுத்தலாம்.

- கடுமையான மற்றும் மிதமான சத்துக் குறைபாட்டால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளை அடையாளம் கண்டு, அதற்கான சிகிச்சைக்காக பரிந்துரை செய்ய வேண்டும்.
- அங்கன்வாடி மையத்தில் தரப்படும் இணை உணவுகளை சரியாக குழந்தைகள் உண்ணுமாறு ஊக்கப்படுத்த வேண்டும். மேலும் இணை உணவின் அவசியத்தை பெற்றோருக்கு எடுத்து கூற வேண்டும்.
- முன் பருவக்கல்வி மற்றும் குழந்தைகள் பராமரிப்பு குறித்த விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த வேண்டும்.
- பெற்றோர்களுக்கான கூட்டங்கள் நடத்தி அதில் அவர்களுக்கு ஏற்படக்கூடிய சந்தேகங்களை தீர்க்க வேண்டும்.
- பஞ்சாயத்து தலைவரின் தலைமையில், கிராம சுகாதார-ஊட்டச்சத்து தினம் நடத்துப்பட்டு, குழந்தைகளின் ஆரோக்கியத்தை மேம்பட செய்ய வேண்டும்.
- அங்கன்வாடி மையத்தின் கட்டமைப்பு வசதி, குடிநீர் வசதி, கழிப்பறை வசதி இவற்றை சீரமைக்க ஏற்பாடுகள் செய்தல் வேண்டும்.
- அங்கன்வாடி மைய நிலையில் உள்ள குழுவில் பங்கு பெற்று அதற்கு ஆதரவாக செயல்பட வேண்டும்.

- சத்தான காய்கறிகள் சுலபமாக கிடைக்கும் விதத்தில் ஊட்டச்சத்து தோட்டம் அமைத்து, அதன் மூலம் ஊட்டச்சத்து குறைபாடு இல்லாத குழந்தைகள் நிறைந்த சமுதாயத்தை உருவாக்க வேண்டும். இதில் பஞ்சாயத்து தலைவர்கள் முக்கிய பங்காற்ற வேண்டும்.
- தாய்மார்களை குழுக்களாக அமைத்து, அவர்களின் பொறுப்புகளை விவரித்து கூற வேண்டும்.
- சத்துணவு, ஆரோக்கியம், குழந்தைகளின் நலன் போன்ற செய்திகளை உரிய முறையில் அனைவருக்கும் சென்று சேருமாறு பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- போஷன் பஞ்சாயத்து என்கிற அமைப்பை உருவாக்கி அதன் மூலம் ஊட்டச்சத்து குறைபாடு உள்ள குழந்தைகளை அடையாளம் காண உதவலாம். அவர்களின் ஆரோக்கியம் மேம்பட, எதிர்காலத்தில் அனைத்து நலன்களைப் பெற இது நிச்சயம் வழி வகுக்கும்.
- ஆக, பஞ்சாயத்து தலைவர்களின் பங்கு, சமுதாயத்தில் உள்ள குழந்தைகளின் உடல்இ மனம் இவைகளின் மேம்பாட்டிற்கு மிகவும் அவசியமாகிறது.
- இப்பணியை மிகந்த அக்கறையுடனும், அரவணைப்போடும் அவர்கள் வழி நடத்திச் செல்ல வேண்டும்.
- பஞ்சாயத்து தலைவர்கள் தங்களது பஞ்சாயத்து "ஊட்டச்சத்து குறைபாடில்லா பஞ்சாயத்தாக" உருவாக அனைத்து நடவடிக்கைகளையும் எடுக்க வேண்டும்.


 ஜி. ஜெயராமன்
 இணை இயக்குநருக்காக (INM).
 26/08/2024

Mission POSHAN 2.0

1. தொலைநோக்கு பார்வை (Vision)

பிறந்தது முதல் 6 வயது குழந்தைகள், வளரிளம் பருவத்தினர், கர்ப்பிணி பெண்கள் (ம) பாலூட்டும் தாய்மார்களின் ஊட்டச்சத்து நிலையை மேம்படுத்துவதற்கான இலக்கைக் கொண்டு மிஷன் போஷன் 2.0 தொடங்கப்படுகிறது. இது நல்ல ஊட்டச்சத்துக்கான அணுகலை வழங்கும், ஊட்டச்சத்து விழிப்புணர்வை ஊக்குவிக்கும் மற்றும் நிலையான ஆரோக்கியத்திற்கும், ஆரோக்கியமான நல்ல பழக்கத்தை பழக்கப்படுத்துவதற்கான கல்வியையும் வழங்கும்.

ஊட்டச்சத்தின் கீழ் உள்ள இடைநிலை சுழற்சியை உடைப்பதற்காக போஷன் 2.0 வாழ்க்கையின் முதல் 1000 நாட்களில் கவனம் செலுத்தும் (முந்தைய மற்றும் அடுத்தடுத்த காலங்களில்),

நமது இலக்கு பயனாளிகள் பள்ளி செல்லா வளரிளம் பெண்கள் (ம) ஆண்கள் வயது 14-18 வயதினர். இதற்கு முன் 11-14 வயதுக்குட்பட்ட பெண்களின் பாதுகாப்புக்காக என்றிருந்தது. இந்த குழுமதிய உணவு திட்டத்தில் பணிக்குள் வராது.

2. நோக்கங்கள் (Objectives)

போஷன் 2.0 பின் வருபவை தற்போதைய நிலையில் நிலவி வரும் ஊட்டச்சத்து நிலையிலிருந்து சரியான ஊட்டச்சத்துக்கு மாற்றுவதற்கான முக்கிய நோக்கங்கள்

- பிறந்தது முதல் 6 வயது குழந்தைகள், வளரிளம் பருவத்தினர், கர்ப்பிணிப் பெண்கள் (ம) பாலூட்டும் தாய்மார்கள் ஆகியோர்களிடையே ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டை குறிப்பிட்ட காலத்திற்குள் ஒழித்தல்.
- தலைமுறை தலைமுறையாக ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டை அகற்றுதல்.
- ஊட்டச்சத்து தொடர்பான குறைபாடுகளை நிவர்த்தி செய்தல்.
- நிலையான ஆரோக்கியம் மற்றும் நல்வாழ்வுக்கான ஊட்டச்சத்து விழிப்புணர்வு மற்றும் நல்ல உணவு பழக்கத்தை ஊக்குவித்தல்.

3. உத்திகள் (Strategies)

- தகவல்கள் பகுப்பாய்வு, மேலாண்மை மற்றும் மேம்படுத்தப்பட்ட நிர்வாகத்திற்கான அந்நிய தொழில் நுட்பம் (ஊட்டச்சத்து கண்காணிப்பு).
- தரமான மற்றும் நிலையான மேம்படுத்தப்பட்ட ஊட்டச்சத்து குறித்த உள்ளடக்கம், பரிசோதனை மற்றும் விநியோகம், வீட்டிற்கு எடுத்துச் செல்லும் இணை உணவு குறித்தது.
- கடுமையாக மற்றும் மிதமான சத்து குறைப்பாட்டால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளை மிகவும் சத்தி வாய்ந்த முறையில், தலைமை மருத்துவ அதிகாரியைக் கொண்டு கண்காணித்து நெறிமுறைகளுடன் கூடிய சிகிச்சை அளிப்பது.
- மிதமான சத்து குறைப்பாட்டால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளை, மேம்பட்ட உணவு திட்ட உத்திகள் மூலமாக கண்காணித்தல்.
- அமைச்சகங்கள் மற்றும் பங்கு தாரர்களை ஒருங்கிணைத்து பலப்படுத்துதல்.
- ஒருங்கிணைந்த AYUSH அமைப்பின் மூலம் ஆரோக்கியம், மற்றும் ஊட்டச்சத்து குறித்து அறிதல்.
- போஷன் வாடிகாஸ் அமைப்பிற்காக உணவு மற்றும் வணியல் ஊட்டச்சத்து ஒருங்கிணைந்தல்.
- பன்முகத் தன்மையுடன் மேம்படுத்தப்பட பிராந்திய/ உள்ளூர் சமையல் குறிப்புகளை பரிமாற்றம் செய்து கொள்ளுதல்.
- நுண் ஊட்டச்சத்து குறைபாடுகளை போக்க உணவு பொருட்களில் வைட்டமின்கள் மற்றும் தாது உப்புகளை வலு வேற்றுதல்.
- மேம்படுத்தப்பட்ட மேலாண்மை மற்றும் கண்காணிப்பு முடிவுகளை அறிய மாவட்ட அளவில் நீதிபதியை அணுகி நோடல் முனையை (Nodal Core) அமைத்தல்.
- பங்குதாரர்களை வலுப்படுத்தி சமுதாயத்தில் அதிக ஈடுபாட்டை கொண்டுவருதல்.

4. பொதுவான மையம் (Common Core)

4.1 தாய்க்குரிய ஊட்டச்சத்து (Maternal Nutrition)

- கர்ப்பிணிய பெண்கள் மற்றும் பாலூட்டும் தாய்மார்களுக்கு (PWLM) தேவையான ஆதரவு மற்றும் ஊட்டச்சத்து கண்காணிப்பு.

- இரத்த சோகை நோயை மேற் கொள்ள செய்தல்.
- உணவு பொருட்களை வலுவேற்றுதல்.
- உணவு முறை பற்றிய பன்முகத் தன்மை (பிராந்திய உணவுத்திட்டம் / கோழிப்பண்ணை/ மீன்பிடிதுறை)
- ஊட்டச்சத்து குறித்து வளரிளம் பெண்களிடையே விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துதல்.

4.2 பச்சிளம் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான உணவுமுறைகள்

(Infant and Young child feeding norms)

- 0-6 மாதம் வரை குழந்தைகளுக்கு தாய்பால் மட்டுமே கொடுத்தல்.
- உணவு ஊட்டும் பழக்கம் ஆரோக்கியம், சுகாதாரம், பாதுகாக்கப்பட்ட குடநீர், சுற்றுப்புற சுகாதாரம் போன்றவற்றை நடை முறையில் பழக்கப்படுத்துதல்.
- உணவு பொருட்களுக்கு வலுவூட்டுதல்.
- பல்வகை உணவு முறையை பணிபற்றுதல் (பிராந்திய உணவுத்திட்டம்/ கோழிப்பண்ணை/ மீன்பிடிதுறை).

4.3 கடுமையாக மற்றும் மிதமான ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டால் பாதிக்கப்பட்ட

குழந்தைகளுக்கான சிகிச்சை முறைகள் (Treatment protocols for SAM and MAM)

- வரும்முன் காத்தல்.
- ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டு பிடித்தல் மற்றும் சிகிச்சை மூலம் குழந்தைகளை நோயிலிருந்து மீட்டெடுத்தல்.
- சரியான நேரத்தில் பரிந்துரைத்து, குழந்தை வளர்ச்சியை பாதுகாத்தல்.
- தடுப்பூசி போடுதல், வயிற்று பூச்சி நீக்க மருந்து கொடுத்தல்.

4.4 AYUSH முறை மூலம் ஆரோக்கியத்தை பராமரித்தல்

(Wellness through AYUSH practices)

- சத்தான காய்கறி தோட்டங்கள்.
- பாரம்பரிய உணவு முறைகளை கண்டறிதல்.

5. தலையீடுகளுக்கான :: மூன்று துண்கள் (Three Pillars of Common Core)

ஆளுமை (Governance)	ஒருங்கிணைந்து பணிபுரிதல் (Convergence)	திறன் வளர்த்தல் (Capacity Building)
<p>1. அந்நிய (அ) ஊக்குவிக்கும் தொழில் நுட்பம் (ஊட்டச்சத்து கண்காணிப்பு) தகவல் பகுப்பாய்வு மற்றும் மேலாண்மை POSHN Tracker) (ஊட்டச்சத்து கண்காணிப்பு) NeGD பயனாளிகளை கண்டறிதல், நெறிமுறைகளை பின்பற்றிய சிகிச்சை அங்கன்வாடி பணியாளர் மற்றும் அங்கன்வாடி மையம் வரையறுக்கப்பட்ட தெளிவான ஊட்டச்சத்து குறித்த தகவல்களையும் விளைவுகளையும் பெறுவதற்கு</p> <p>2. இணை உணவு (சத்துமாவ) எடுத்து செல்லும் முறை (வாச) யை போஷன் டிராக்டர் மூலம் அனைவருக்கும் விநியோகிக்க</p> <p>3. தகவல்களின் அடிப்படையில், ஊட்டச்சத்து குறித்த தலையீடு மற்றும் நெறிமுறைகளை பின்பற்றிய</p>	<p>1. ஊட்டச்சத்து மற்றும் அதனை சார்ந்த திட்டங்களை ஒருங்கே பெற பல்வேறு அமைச்சகங்களின் திட்டங்களை பெற.</p> <p>2. மாநில மற்றும் மாவட்ட அளவில் கண்காணிக்கவும் ஒருங்கிணைக்கவும்.</p> <p>3. போஷன் பஞ்சாயத்து, கிராம சுகாதார மற்றும் ஊட்டச்சத்து குழுமம், தாய் குழு மூலம் சமுதாய பங்களிப்பையும், உரிமையையும் பெறுதல்.</p> <p>4. பணியாளர்கள், தன்னார்வலர்களுக்கு வெகுமதி, அங்கிகாரம் மற்றும் சலுகைகளை பெறுவதற்கு.</p>	<p>1. அங்கன்வாடி பணியாளர்களின் திறனை வளர்ப்பதற்காக.</p> <p>2. குறிப்பிட்ட ஊட்டச்சத்து பயிற்சி பெறுவதற்கான இடம் தேர்வு செய்ய, பணியாளர்களுக்கும் குடும்பத்தினருக்கும் பயிற்சி கொடுப்பதற்காக.</p> <p>3. கொள்முதல் செய்ய, உணவு சாயாரிக்க, விநியோகிக்க, சிகிச்சைக்கு பரிந்துரைக்க மற்றும் நெறிமுறைகளை பின்பற்றி அதன் மூலம் தரமான திறன்களை வளர்த்துக்கொள்ள.</p> <p>4. சக்ஸ்ஹாம் பணியுடன் ஒன்றிணைந்து உட்கட்டமைப்பு திறன், விநியோக சேவை, ஏனைய ஆளுமை திறன்களை மேம்படுத்தி கொள்ளுதல். இதனுடன் சமுதாய மக்களை கவரும் நோக்குடன் செயல்படுதல்.</p> <p>5. அரசின் திட்டங்களுக்கு தேவையான ஆலோசனை</p>

<p>சிகிச்சை ஆகியவற்றை மதிப்பீடு செய்வது.</p> <p>4. தேசிய ஊட்டச்சத்து அட்டவணையை, வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றத்தை கண்காணிக்க அமைத்தல்,</p> <p>5. தர நிர்ணயம் செய்ய உணவு பாதுகாப்பு மற்றும் தரப்படுத்தல் ஆணையம் (களைய) அங்கீகாரம் பெற்ற பரிசோதனை செய்தல்</p> <p>6. மாவட்ட ஊட்டச்சத்து குழு அனைத்து அதற்கு District Magistrate -ஐ நோடல் அதிகாரியாக நியமித்தல்</p> <p>7. விநியோகம் மற்றும் விளைவுகளை ஒருங்கிணைத்து, District Magistrate / ஆட்சியர் மூலம் மதிப்பீடு செய்தல்.</p> <p>8. ஒவ்வொரு கிராம பஞ்சாயத்துகளிலும் “போஷன் பஞ்சாயத்து” அமைக்கப்பட வேண்டும்.</p>		<p>மற்றும் அதன் வரம்பு குறித்தும் மேம்படுத்தப்பட்ட நல்ல பழக்கவழக்கங்களை நடைமுறைப்படுத்துவதற்காக.</p>
---	--	--

6. எதிர்பார்க்கப்படும் பலன்கள் (Expected Outcomes)

போஷன் 2.0-ல் குள்ளத்தன்மை, குறைந்த எடையுடன் பிறக்கும் குழந்தைகளின் எண்ணிக்கையை குறைத்தல், இரத்த சோகை நோயை குறைத்தல் ஆகியவற்றை இலக்காக

கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இவை முறையே ஓர் ஆண்டிற்கு 2%, 2%, 3% மற்றும் 2% என நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ளது. மேம்படுத்தப்பட்ட உணவு முறைகள், சத்தான காய்கறி தோட்டங்கள், போன்றவற்றை பற்றிய ஆழமான செய்திகள் சென்று சேர்வதன் மூலம், 2026 முதல் இந்த குறைபாடுகள் இரட்டிப்பாக குறைய உள்ளதாக கருதப்படுகிறது.

மேலும், எடை குறைவாக பிறத்தலை குறைத்தல், குள்ளத்தன்மை, மெலிவுத்தன்மை (ம) ஊட்டச்சத்து குறைபாடு நிலையை குறைக்க வறுமை கோட்டின் கீழ் உள்ள பெண்களிடையே உள்ள அறியாமை, இள வயது திருமணம் மற்றும் கர்ப்பம் இவற்றை பற்றி வலியுறுத்தி பேசி விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் போது இத்தகைய குறைபாடுகள் குறைய வாய்ப்பு உள்ளது.

	அடிப்படையில்	2022	2025	2030	வருடாந்திர குறைப்பு (2025 வரை)	வருடாந்திர குறைப்பு (2026 முதல் 2030 வரை)
5 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளின் சதவீதம்						
எடை குறைவு	35.70% CNNS Data: 2016-18)	34%	28%	8%	2%	4%
குள்ளத்தன்மை	38.40% CNNS Data: 2016-18)	36%	30%	10%	2%	4%
மெலிவுத்தன்மை	21% CNNS Data: 2016-18)	19%	13%	3%	2%	2%
15-49 வயது கர்ப்பிணிப் பெண்களின் சதவீதம்						
இரத்தசோகையால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள்	65% (இரத்தசோகை முகத் பாரத் தகவல்: Q2 2020-2021)	62%	53%	23%	3%	6%

7. சரியான நடைமுறை மற்றும் சமூக அடிப்படையிலான கண்காணிப்பை கடைப்பிடிப்பதற்கான திறன் மேம்பாடு

முக்கிய பங்குதாரர்களின் ஒருங்கிணைப்புடன் அடித்தளத்தில் மேற்பார்வை சேவைகள் நல்ல ஊட்டச்சத்து விளைவுகளை அடைவதற்கு முக்கியமானவை. அங்கன்வாடி மையங்களில் உள்ள குழந்தைகளின் தாய்மார்களுக்கு ஆலோசனை வழங்குவதன் மூலம் இத்தகைய சேவைகளை சரியான முறையில் நீட்டிக்க முடியும். ஒவ்வொரு வீட்டிலும் ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டை நிவர்த்தி செய்வதற்காக வடிவமைக்கப்பட்ட தலையீடுகள் கண்காணிக்கப்பட்டு

வெடிகரமாக செயல்படுத்துவதை உறுதி செய்வதில் தாய்மார்கள் குழுக்கள் மற்றும் போஷான் பஞ்சாயத்து தளங்கள் முக்கியப்பங்கு வகிக்க முடியும்.

7.1 போஷன் பஞ்சாயத்து (Poshan Panchayat)

மக்கள் இயக்கம் (JAN ANDOLAN) மூலம் ஊட்டச்சத்து தலையீடுகளின் வெற்றிக்கு பஞ்சாயத்து ராஜ் நிறுவனங்கள் மற்றும் போஷான் பஞ்சாயத்துகள் தாய்மார்கள் குழுக்கள் மற்றும் VHSNC ஆகியவற்றுக்கு ஊட்டச்சத்து மற்றும் ஆரோக்கியம் தொடர்பான பிரச்சனைகளைப் பற்றி விவாதிக்க மற்றும் அங்கன்வாடி மைய அளவில் குழந்தைகளுக்கு ஊட்டச்சத்து விநியோகத்தின் முக்கியத்துவத்தைப் பற்றி மக்களை உணர்த்துவதற்கான ஒரு பயனுள்ள ஒருங்கிணைப்புதளமாக செயல்பட முடியும். போஷான் பஞ்சாயத்தில் வீட்டிற்கு எடுத்து செல்லப்படும் இணை உணவு (THR) பெறுதல்

அதன் தரம் மற்றும் அனைத்து பயனாளிகளுக்கும் விநியோகித்தல் தொடர்பான மேற்பார்வை சேவைகளின் ஆணையும் இருக்கும்.

7.2 கிராம சுகாதாரம், சுகாதாரம் மற்றும் ஊட்டச்சத்து குழு (VHSNC)

சுகாதாரம் மற்றும் அதன் சமூக நிர்ணயிப்பவர்கள் தொடர்பான பிரச்சனைகள் குறித்து கிராம அளவில் கூட்டு நடவடிக்கைகள் எடுக்க குழு அமைக்கப்பட்டுள்ளது. பரவலாக்கப்பட்ட சுகாதாரத் திட்டமிடல் செயல் முறையை ஆதரிப்பதற்காக, தேசிய கிராம சுகாதார நிறுவனம் (NRHM) இதன் கீழ் "உள்ளூர் அளவிலான சமூக நடவடிக்கைக்கு" மையமாக அவை குறிப்பாக கருதப்படுகின்றன. ஆகவே சுகாதார விழிப்புணர்வை மேம்படுத்துவதற்கும் சுகாதார சேவைகளுக்கான சமூகத்தை அணுகுவதற்கும், குறிப்பிட்ட உள்ளூர் தேவைகளை நிவர்த்தி செய்வதற்கும், சமூக அடிப்படையிலான திட்டமிடல் மற்றும் கண்காணிப்புக்கான ஒரு நெறிமுறை முறையாக செயல்படுவதற்கும் ஒரு தளத்தை வழங்குவதில் குழு தலைமை வகிக்கிறது.

இந்த குழு வருவாய் கிராம அளவில் அமைக்கப்பட்டு கிராம பஞ்சாயத்தின் துணைக் குழுவாக செயல்படும் என்று எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. சுகாதாரம் மற்றும் சுகாதார சேவைகளுக்காக பணிபுரியும் அனைவரும் சமூக உறுப்பினர்கள், பயனாளிகள் மற்றும்

அனைத்து சமூக துணைக் குழுக்களின் பிரதிநிதித்துவம், குறிப்பாக பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகள் மற்றும் குக்கிராமங்கள், வாழ்விடங்கள் உட்பட அனைவரும் பங்கேற்க வேண்டும்.

கிராம சுகாதாரம் மற்றும் ஊட்டச்சத்து குழுவின் பணிகள் மற்றும் பொறுப்புகள்

- ஊட்டச்சத்து பிரச்சனைகள் மற்றும் ஊட்டச்சத்து முக்கியத்துவம் பற்றி விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துதல்
- கிராமத்தில் குறிப்பாக பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளிடையே ஊட்டச்சத்து நிலை மற்றும் ஊட்டச்சத்து குறைபாடுகள் பற்றிய கணக்கெடுப்பை மேற்கொள்ளுதல்
- ஊட்டச்சத்து நிறைந்த உள்ளூர் உணவு பொருட்களை கண்டறிந்து சிறந்த நடைமுறைகளை உள்ளூர் கலாச்சாரம் மற்றும் பழக்கவழக்கங்களுக்கு ஏற்ப ஏற்படுத்துதல்
- கிராம சுகாதார திட்டத்தில் ஊட்டச்சத்தின் அவசியத்தை பற்றி ஆலோசிக்கவும் - ANM, AWW, ASHA மற்றும் ICDS மேற்பார்வையாளர்கள் ஈடுபடுத்துவதன் மூலம் சமூகம் மற்றும் ஒவ்வொரு வீட்டு அளவிலும் ஊட்டச்சத்து குறைபட்டிற்கான காரணங்களை கண்டறிதல்
- கிராம சுகாதாரம் மற்றும் ஊட்டச்சத்து தினத்தை மாதம்தோறும் மேற்பார்வையிட்டு முறைப்படுத்தி முழுக்கிராமத்தின் பங்களிப்புடன் நடைபெறுவதை உறுதி செய்தல்.
- கிராமத்தில் உள்ள ஊட்டச்சத்து குறைபாடுள்ள குழந்தைகளை கண்டறிந்து அருகில் உள்ள ஊட்டச்சத்து மறுவாழ்வு மையத்துக்கு(NRC) பரிந்துரை செய்து தொடர் கவனிப்பு மேற்கொண்டு நீடித்த மறுவாழ்வு பெறசெய்தல்.
- கிராமத்தில் உள்ள அங்கன்வாடி மையத்தில் செயல்பாட்டை மேற்பார்வை செய்து பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளின் ஊட்டச்சத்து நிலையை மேம்படுத்துவதற்கான பணிகளுக்கு உதவுதல்.
- ஆரோக்கியம் மற்றும் ஊட்டச்சத்து பிரச்சனைகள் குறித்த குறைதீர்க்கும் மன்றமாக செயல்படுதல்.

7.3 தாய்மார் குழுக்கள் (Mothers Groups)

முக்கிய ஊட்டச்சத்து மற்றும் சுகாதார தகவல்கள் குறித்து போஷான் பஞ்சாயத்துக்கு தாய்மார்கள் குழுக்கள் ஆலோசனை பெறுவது முக்கியம். இந்த ஆலோசனை அமர்வுகளை குழந்தை வளர்ச்சி திட்ட அலுவலர்/ மாவட்ட திட்ட அலுவலர் (CDPO/DPO) வாரத்திற்கு ஒரு முறை ஏற்பாடு செய்யலாம். பஞ்சாயத்து பகுதியில் உள்ள அங்கன்வாடி பணியாளர்களும் VHSNC-யும் ஒருங்கிணைந்த மற்றும் அர்த்தமுள்ள விளைவுகளுக்கு பங்கேற்க வேண்டும். தாய்மார்கள் குழுக்கள் போஷான் பஞ்சாயத்து மற்றும் அங்கன்வாடியின் தளத்தை பாரம்பரிய ஊணவுகள் மற்றும் உணவு சூத்திரங்கள் குறித்த அறிவைத் திரட்டுவதற்கும், தங்கள் வீடுகளிலும் சமூக அடிப்படையிலான நிகழ்வுகளிலும் பிரபலப்படுத்த முயற்சிகள் செய்கின்றன.

தாய்மார்களின் ஊட்டச்சத்து அறிவை ஐந்து முக்கிய ஊட்டச்சத்து மற்றும் சுகாதார தகவல்களின் அடிப்படையில் பின்வருமாறு மதிப்பிடலாம்.

1. (Colostrum) சீம்பாலின் முக்கியத்துவம் பற்றிய தாய்மார்களின் அறிவு.
2. தொடர்ந்து தாய்ப்பால் கொடுக்கும் அறிவு.
3. ORS பயன்படுத்தி வயிற்றுப் போக்கு தடுப்பு மற்றும் சிகிச்சையின் அறிவு.
4. குழந்தைகளுக்கான தடுப்பூசி குறித்த அறிவு.
5. குடும்பக் கட்டுப்பாடு பற்றிய அறிவு.

7.4 போஷன் வாடிக்காஸ் மூலமாக ஊட்டச்சத்து

Nourishment through POSHAN Vatikas

ஊட்டச்சத்து குறித்த விழிப்புணர்வு மற்றும் பரவலை ஆதரிக்க, ஒவ்வொரு கிராமத்திலும் நுண்ணிய ஊட்டச்சத்து சூழல்கள் உருவாக்கப்பட வேண்டும். உணவு மற்றும் ஊட்டச்சத்துக்கான ஒருங்கிணைப்பை மேம்படுத்துதல், போஷன் வாடிக்கா (சமையலறை தோட்டங்கள் மற்றும் ஊட்டச்சத்து தோட்டங்கள்) அமைக்கப்பட வேண்டும், அங்கு பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கு எளிதாக நன்மைகள் வழங்கப்படலாம். இந்த திட்டத்தை தொடங்க, அங்கன்வாடி மையங்கள், பஞ்சாயத்து பகுதிகள், கிராமத்தின் காலி நிலங்கள், பள்ளி வளாகம்

போன்ற வேறு எந்த அரசு வளாகங்கள் அல்லது அந்த பகுதியில் உள்ள வேறு எந்த சமூக, அரசு நிலம் போன்றவற்றையும் பயன்படுத்த முடியும்.

போஷன் வாடிக்கா என்ற கருத்தை அறிமுகப்படுத்துவதன் முக்கிய நோக்கம் சமூக உறுப்பினர்கள் தங்கள் கொல்லைப்புறங்களில் உள்ளூர் உணவுப் பயிர்களை வளர்க்க ஊக்குவிப்பதாகும். ஒரு ஊட்டச்சத்து தோட்டம் நல்ல ஊட்டச்சத்துக்கான அடிப்படையான புதிய பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகளின் மலிவான, வழக்கமான மற்றும் எளிமையான விநியோகத்தை உறுதி செய்கிறது. பச்சை காய்கறிகளில் வைட்டமின்கள் மற்றும் தாதுக்கள் உள்ளன, அவை நுண்ணூட்டச்சத்து குறைபாடுகள் மற்றும் நோய்களிலிருந்து பாதுகாக்கின்றன.

இந்த பகுதிகளில் உள்ளூர் காய்கறிகள், பழங்கள் மற்றும் முக்கியமான மூலிகைகள் மற்றும் மருத்துவ தாவரங்களை வளர்ப்பது உள்ளூர் ஊட்டச்சத்து தேவைகளை பூர்த்தி செய்வதற்கும் உள்ளூர் சாகுபடியாளர்கள் மற்றும் கிராம தொழில்களுக்கு பொருளாதார நடவடிக்கைகளை உருவாக்குவதற்கும் ஒரு முக்கியமான ஆதாரமாக இருக்கும். போஷன் வாடிக்கா மூலமாக வளர்க்கப்படும் தோட்டத்தின் பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகளை பயனாளிகள் பயன்படுத்தவும், பாரம்பரிய சமையல் (பிராந்திய உணவு) மற்றும் உள்ளூர் சமூகத்தை பல்வகை உணவுகளை உட்கொள்ள ஊக்குவிக்கவும் பயன்படுத்தலாம்.

மேலாண்மை மற்றும் விநியோகத்திற்கான வழிகாட்டுதல்களை மாநிலம்/ யூனியன் பிரதேசம் அளவில் சுற்றுதழல் வனவியல் அமைச்சகம் ஆதரவுடன் (MoEF), கேம்பா பண்ட மற்றும் மகாத்மா காந்தி கிராம வேலைவாய்ப்பு திட்டம் (MGNREGS), தோட்டக்கலை மற்றும் பிற தோட்டங்கள், அங்கன்வாடி மைய அளவில் மேலாண்மை குழுக்கள், கிராம சமூகங்கள், போஷன் பஞ்சாயத்துகள் ஆகியவற்றின் ஒருங்கிணைப்பு, தாய்மார்கள் குழுக்கள் சமூக உரிமையை கொண்டு வரலாம் மற்றும் பொறுப்பை ஊக்குவிக்கலாம். ஆயுஷ் போஷன் வாடிக்காகளை வேளாண் மாவட்ட அலுவலர் மற்றும் KVK-களுடன் ஒருங்கிணைத்து மருத்துவ தாவரங்கள் மற்றும் மூலிகைகளைக் வளர்த்தலை செயல்படுத்தலாம்.

போஷன் வாடிக்கா ஆண்டு முழுவதும் பல்வேறு பழங்கள், கொட்டைகள், மூலிகைகள் மற்றும் காய்கறிகளை வழங்குவதன் மூலம் பல்வேறு ஆய்வுகளில் மீண்டும் மீண்டும் வெளிப்படுத்தப்பட்ட முக்கியமான பல்வகை உணவு உட்கொள்ளுதலின் இடைவெளியை சந்திக்க முடியும். இதனால் ஊட்டச்சத்து குறைபாட்டை நிவர்த்தி செய்ய ஆரோக்கியமான உணவு பழக்கங்களை அறிமுகப்படுத்த உதவுகிறது. இவை சூழ்நிலைக்கேற்ப கலாச்சார ரீதியாக ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய பகுதிகளில் கொல்லைப்புற கோழி மற்றும் மீன் வளர்ப்பு

செயல்படுத்தலாம். இதனால் இளம் வயதில் போதிய அளவு பல்வகை உணவை உட்கொள்ளாததின் மூலம் உணவு பற்றாக்குறையைப் போக்கி சில நுண்ணூட்டச்சத்து குறைபாடுகளையும் தவிர்க்க இயலும்.

தோட்டங்கள் அமைக்கப்படுவதால், தாவரங்கள் மற்றும் அவற்றின் வளர்ச்சி செயல்முறை பற்றிய குழந்தைகளின் அறிவை மேம்படுத்துவதற்கான செயல்பாட்டு தளமாக சமூக உறுப்பினர்களுக்கு விவசாய நுட்பத்தை நிரூபிக்கவும், கர்ப்பிணி பெண்கள், பாலூட்டும் தாய்மார்கள் மற்றும் பரவலாக சமூகத்திற்கு ஊட்டச்சத்து செய்திகளை வழங்கவும் இது பயன்படுத்தப்படலாம்.

அங்கன்வாடி பணியாளர்களின் மூலம் பயனாளிகளுக்கு ஊட்டச்சத்து தோட்டத்தின் முக்கியத்துவம், பழங்கள் மற்றும் காய்கறிகளின் ஊட்டச்சத்தின் மதிப்பு, ஆரோக்கியமான மற்றும் சீரான உணவுகளின் முக்கியத்துவம் மற்றும் ஊட்டச்சத்தின் குறைபாடுகளின் விளைவுகளை குறித்து அவர்களுக்கு அறிவுறுத்த வேண்டும். மாநிலங்கள்/யூனியன் பிரதேசங்கள் ஊட்டச்சத்து தோட்டங்கள் குறித்தான தகவல் கல்வி தொடர்பான (IEC) குறிப்புகளை உருவாக்கி கள பணியாளர்களுக்கு வழங்கி விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

மாவட்ட ஆட்சியர் தலைமையிலான மாவட்ட அளவிலான செயல் மற்றும் கண்காணிப்புக் குழு (MoSF), MoPRI மற்றும் ஆயுஷ் ஆகியவற்றுடன் ஒன்றிணைந்து போஷன் வாட்டிசுக்காவின் வளர்ச்சியை மேற்பார்வையிட வேண்டும்.

7.5 ஆரோக்கியத்திற்காக யோகாவை ஊக்குவிக்கவும் (Encourage Yoga and Wellness):

அங்கன்வாடி மையங்கள், வீட்டில் யோகா, 'குடும்பத்தினருடன் யோகா என்று 'ஆயுஸ் விழிப்புணர்வுகளின் மூலம் ஆரோக்கியமாக இருக்க பயனாளிகளை ஊக்குவித்தல் வேண்டும்.

சா. கு. வெளிநாடு
இணை இயக்குநருக்காக (NNM).
26/06/2021
26/06/2021