தாய்மார் கழக நடவடிக்கைகளுக்கான வழிகாட்டி

புதிய பதிப்பு

சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்
சுகாதார போசணை மற்றும் சுதேச வைத்திய அமைச்சு

தாய்மார் கழக செயற்பாடுகளுக்கான வழிகாட்டி

புதிய பதிப்பகம்

சுகாதார மேம்பாட்டு அலுவலகம்

சுகாதார போஷாக்கு மற்றும் சுதேச வைத்திய அமைச்சு

2018

ISBN 978-955-1829-22-3

முதலாம் பதிப்பு – 2015 சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

புதிய தொகுப்பு – 2018 சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

பதிப்பு – எஸ் என்ட் எஸ் பிரின்டர்ஸ்

இல. 49, ஜயந்த வீரசேகர மாவத்தை, கொழும்பு 10.

அட்டை உறை – திரு. தனுஷ்க ஹஸரங்க, சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

பொருளடக்கம்

முதலாவது பதிப்புக்கான முன்னுரை (2015)	iii
புதிய பதிப்புக்கான முன்னுரை	1
அறிமுகம்	2
தாய்மார் கழகம் என்றால் என்ன?	2
பின்னணி	3
இலங்கையில் தாய்மார் கழகம் உருவாகிய சரித்திரம்	3
நோக்கங்கள்	4
தாய்மார் கழகத்தின் பிரதான நோக்கம்	4
தாய்மார் கழகத்தின் விஷேட நோக்கங்கள்	4
இலக்கு	5
சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவொன்றில் தாய்மார் கழகம் ஒன்றை ஆரம்பித்தல்	5
தாய்மார் கழகமொன்றில் இருக்க வேண்டிய அடிப்படை அம்சங்கள்	7
தாய்மார் கழக அங்கத்தவர்களின் பொறுப்புக்கள்	09
சுகாதார ஊழியர்களின் பொறுப்புகள்	10
சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலய ரீதியில் செயற்திறன் குறிகாட்டிகளை அளவிடுவதற்கான அளவு கோள்கள்	14
சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலய ரீதியில் வெளியீட்டு குறிகாட்டிகளை அளவிடுவதற்கான அளவு கோள்கள்	15
சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலய ரீதியில் முடிவுக் குறிகாட்டிகளை அளவிடுவதற்கான அளவு கோள்கள்	16
தாய்மார் கழகங்கள் மூலம் அமுல்படுத்த எதிர் பார்க்கப்படும் செயற்பாடுகள்	20
போஷணை மேம்பாட்டு செயற்பாடுகள்	21
சமூகத்தின் போஷாக்கு மேம்பாட்டினை ஏற்படுத்துவதற்கு தாய்மார் கழகங்களின் பங்களிப்பை வழங்கக்கூடிய சில நிகழ்ச்சித்திட்டங்கள் கீழே குறிப்பிடப்படுகின்றன.	25
சுகாதார மேம்பாட்டுடன் சம்பந்தப்பட்ட ஏனைய செயற்பாடுகள்	26
தாய்மார் கழகங்கள் நிறுவுவதிலும் நடாத்திச் செல்வதிலும் கவனிக்கப்பட வேண்டிய முக்கிய விடயங்கள்	29
சாராம்சம்	32
பின்னிணைப்பு	33
முதற் பிரதிக்காக தமது பங்களிப்பை வழங்கியவர்கள்	44
வழிநடத்தல்களை மறுப்பரிசீலனை செய்வதற்குப் பங்களிப்பு வழங்கியவர்கள்	46

முதலாவது பதிப்புக்கான முன்னுரை (2015)

தாய்மார் கழக குழு என்பது இதுவரைக்கும் இலங்கையில் அடித்தள சமூகத்தில் அதி உன்னதமாக நிலவி வரும் பலதரப்பட்ட நன்மைகள் வழங்கக்கூடிய ஓர் குழுவாகும். சமூகத்தில் சுகாதார மற்றும் போஷணை நிலமைகளை கட்டியெழுப்பவும் நற்பழக்க வழக்கங்களை ஊக்குவிப்பதற்காகவும் மிகப்பெரிய வேலை திட்டங்கள் இத்தாய்மார் கழகத்தின் ஊடாக இடம்பெறுகின்றன. தாய்மார் கழக செயற்பாடுகளின் மூலமாக பிரதேசத்தின் சுகாதார சேவை ஊழியர்கள் மற்றும் சமூக தலைவர்களின் திறமைகளும் ஆக்கங்களும் வெளிப்படையாக காண்பது குறிப்பிடத்தக்க மகிழ்ச்சியாகும். மீளாய்வுக் கூட்ட நிகழ்ச்சிகளின் போது வெளியான வெற்றிகரமான செயற்பாடுகள் மற்றும் அனுபவங்களை கவனத்திற் கொள்ளும் போது அவர்களின் திறமைகளும் அர்ப்பணிப்புகளும் நன்றாக தெரிகின்றன. இம் மீளாய்வு கூட்டங்களுக்கு சமூக குழுக்கள் விடா முயற்சிகளுடன் கலந்து கொண்டார்கள். இங்கு தயாரிக்கப்பட்ட உணவுகள் பாரம்பரிய பிரதேச மூலப்பொருள்களினால் தயாரிக்கப்பட்ட சுவையும் போஷாக்கும் நிறைந்த உணவுகளாகும். அவர்களால் காட்சியளிக்கப்பட்ட மற்றும் வருமானங்கள் ஈட்டுவதற்காக தயாரிக்கப்பட்ட கைவேலைகளும் ஆக்கங்களும் எங்களை மென்மேலும் உற்சாகப்படுத்துவதற்கு காரணமாக அமைந்துள்ளது. சுகாதார சேவையாளர்களின் உதவியுடன் சமூகத்தில் சுகாதாரம் மற்றும் போஷனையை மேம்படுத்துவதற்காக ஒட்டாவா கூற்றிற்கு(Ottawa Charter) அமைய பொறுப்புக்களைச் சுமந்து தீர்மானங்களை எடுத்து சமூகத்தின் சுகாதார மேம்பாட்டிற்காக சமூகத்தை ஊக்கப்படுத்துதல் தாய்மார் கழகத்தின் ஓர் நோக்கமாகும்.

தாய்மார் கழக மற்றும் சமூக சுகாதார குழுக்களுக்கான வழிகாட்டி நூல் ஒன்றின் தேவை நீண்ட காலமாக காணப்பட்டது.

இச் சமூக குழுக்களின் மூலம் கடந்த வருடங்களில் நாடு பூராகவும் அமுலாக்கப்பட்ட செயற்பாடுகளில் இருந்து நல்ல முன்னேற்றம் காட்சியளிக்கப்பட்டாலும் இச் சமூக குழுக்கள் செயற்படுத்தும் செயற்பாடுகள் மேலும் முறைமைப்படுத்தும் தேவை ஏற்பட்டது.

அதற்கிணங்க சுகாதாரம் மற்றும் போஷணை மேம்படுத்தும் தேசிய குறிக்கோள்களுக்கு பொருத்தமான வகையில் இத்தாய்மார் குழுக்களின் செயற்பாடுகள் ஒன்றிணைத்தலுக்கும் வலுவூட்டுதலுக்காகவும் இவ் வழிகாட்டி நூல் வெளியாக்கப்பட்டது.

சுகாதார மேம்பாட்டில் உள்ள பொறுப்புக்கள் சுகாதாரத்திற்கும் அதற்கு அப்பாலும் நல்வாழ்வு மற்றும் சுகாதார வாழ்க்கை முறை ஏற்படுத்துவதற்கும் உறுதுணையாக அமையும்.

பிரதேச மற்றும் நேர்காணல் சுகாதார பிரிவுடன் செய்த கலந்துரையாடலின் போது வெளியான விடயங்களையும் மீளாய்வுகளின் போது கிடைத்த வரவேற்புகளையும் கவனத்திற் கொண்டு இவ்வழிகாட்டி தொகுக்கப்பட்டுள்ளது. இவ்வழிகாட்டி வெளியாக்குவதை இட்டு சுகாதார கல்வி பணியகம் மனப்பூர்வமாக பெருமை அடைவதுடன் இவ் வழிகாட்டியின் மூலம் இலங்கை சுகாதாரம் மற்றும் போஷாக்கு தரவுகளின் முன்னேற்றமும் சமூக ஊக்குவிப்பும் எதிர்பார்க்கப்படுகின்றன.

சமூக சுகாதார சேவையின் பல தரப்பட்ட குழுக்களின் ஒத்துழைப்பின் பிரதிபலனாகவே இவ் வழிகாட்டி நூல் வெளியாக்கப்பட்டது. குடும்ப சுகாதாரப் பணியகம், போஷணைப் பிரிவு, போஷணை ஒருங்கிணைப்புப் பிரிவு, தொற்றாநோய் பிரிவு, கொழும்பு பல்கலைகழகம் மற்றும் யுனிசெப் நிறுவனம் உடன் சுகாதார கல்விப் பணியகம் ஒத்துழைப்புடன் செயற்பட்டதினால் இவ் வழிகாட்டி நூல் வெளியாக்க முடிந்தது. நேர்காணல் மற்றும் பிரதேச பங்காளர்களான வைத்திய அதிகாரிகள், தாய் - சேய் நல வைத்திய அதிகாரிகள், சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகள், சுகாதார கல்வி அதிகாரிகள் மற்றும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்கள் ஆகியோரின் பூரண பங்களிப்பு இத் தொகுப்புக்கு உதவியது.

இவ்வழிகாட்டி தொகுப்பிற்கு உதவிய சகல வளவாளர்களுக்கும், சுகாதார கல்வி பணியகம் தமது இதயப்பூர்வமான நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கின்றது. சில மாவட்டங்களில் நடாத்தப்பட்ட மீளாய்வு கூட்டங்களின் போது கிடைத்த பிரதி பலிப்புகள் மற்றும் கருத்துக்களை தெரிவித்த சகலருக்கும் சுகாதார கல்வி பணியகம் தமது இதயப் பூர்வமான நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கின்றது. இவ் வேலைத்திட்டத்திற்கு வழிகாட்டி நூல் ஒன்று தொகுத்தலுக்கு நிதி உதவி வழங்கிய யுனிசெப் நிறுவனத்திற்கும் நன்றியை தெரிவித்துக் கொள்கின்றது.

வைத்திய நிபுணர் அமல் ஹர்ஷ டீ சில்வா
பணிப்பாளர்
சுகாதார கல்விப் பணியகம்.

வைத்திய நிபுணர் R.D.F.C. காந்தி
பிரதி பணிப்பாளர்
சுகாதார கல்விப் பணியகம்.

மருத்துவ நிபுணர் A.S.L. அமந்தி பந்துசேன
சமூக வைத்திய நிபுணர்
சுகாதார கல்விப் பணியகம்.

புதிய பதிப்புக்கான முன்னுரை

சமூக சுகாதார மற்றும் போஷணை நிலையை மேம்படுத்த மக்கள் மத்தியில் எதிர்பார்க்கும் ஆரோக்கியமான நடத்தை மற்றும் பழக்கங்களை ஏற்படுத்துவது முதன்மை காரணியாகும். அதில் சுகாதார மேம்பாட்டு பணியகம் ஊடாக மேற்கொள்ளும் சமூக உயிர்ப்பிக்கும் செயன்முறைக்கு தாய்மார் கழகத்தினால் கிடைக்கும் பங்களிப்பு மிக மேலானதாகும். சமூக பங்களிப்பு, சமூக ஊக்குவிப்புகளின் மூலம் அடித்தள மட்டத்திலுள்ள பல தரப்பட்ட சுகாதார மற்றும் போஷணை சம்பந்தமான பிரச்சினைகளை தீர்ப்பதற்கு உறுதுணையாக உள்ளது. சமூகத்திற்கு தமது சுகாதாரம் தொடர்பான பிரச்சினைகளை சுயமாகவே தீர்த்துக்கொள்வதற்கு ஊக்குவிப்பு மற்றும் கட்டாயப்படுத்தல் மிக முக்கியமானதாகும். தாய்மார் கழகத்தின் உறுப்பினர்களுக்கு சுகாதார தகவல்களை பெற்றுக் கொள்ளுதல், அனுபவங்களை பரிமாறுதல் மற்றும் அறிவூட்டல்களின் மூலம் சிறந்த சுகாதார பழக்கங்களை மேம்படுத்துதல் போன்ற விடயங்களுக்கு சுகாதார ஊழியர்கள் மூலம் வழிகாட்டல் கிடைக்கின்றன. சமூகத்தின் போஷணை மற்றும் சுகாதாரத்தை மேம்படுத்துவதற்காக இயங்கி வரும் பொது சுகாதார சேவைகளுக்கும் மேலதிக உதவி இத்தாய்மார் கழகங்கள் மூலம் கிடைக்கின்றன.

தாய்மார் கழகங்களை பலப்படுத்துவதும், சீர்ப்படுத்துவதும் மற்றும் அதிகப்படுத்தலையும் நோக்கமாக கொண்டு தேசிய மட்டத்தின் நிபுணத்துவ அறிவுடன், கழகமட்டத்தின் கருத்துக்களை பெற்று தாய்மார்கழகத்திற்கு வழிகாட்டியொன்று 2015 ஆம் ஆண்டு வெளியாக்கப்பட்டது. அடி மட்டத்தில் அமுலில் உள்ள தாய்மார் கழகங்களை மேலும் பலப்படுத்தவும் புதுத்தாய்மார் கழகங்கள் உருவாக்குவதற்கும் மாவட்ட ரீதியாக தாய் - சேய் நல வைத்திய அதிகாரிகள், சுகாதார கல்வி அதிகாரிகள் போன்று சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவு ரீதியாக சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகள், மற்றும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்கள் போன்றவர்களுக்கு வசதிகள் பல பெறுவதற்கு இவ்வழிகாட்டி துணையாக இருக்கும்.

தேசிய மட்ட பங்காளர்களான சுகாதார அமைச்சுடன் இணைந்து செயற்படும் பல நிறுவனங்கள் மற்றும் பிரிவுகளில் வைத்திய நிபுணர்களின் நவீன தொழிநுட்ப அறிவுகளை பெறுவதற்கும் கழ ஊழியர்களின் அனுபவங்களை பரிமாறிக்கொள்வதற்கும் நடாத்தப்பட்ட கூட்டங்களின் பிரதிபலனாக சுகாதார மேம்பாட்டு பணியகத்தினால் இத்தாய்மார் கழக வழிகாட்டியின் புதுத்தொகுப்பு வெளியாக்கப்படுகின்றன. இலங்கை நாட்டில் தாய்மார் கழகங்கள் பயணித்து வந்த நீண்ட பயணத்தின் முக்கிய விடயமொன்றை பதிவதற்கு இவ் வழிகாட்டியின் புதுத்தொகுப்புக்கு இயலும். இவ்வழிகாட்டி மூலம் தாய்மார் கழக நிகழ்ச்சிகள் மேலும் பலமாகி சிறந்த நீண்ட பயணம் ஒன்று செல்வதை எதிர் பார்ப்பதோடு இதற்குதவிய சகல பங்காளர்களுக்கும் நன்றியை தெரிவித்துக்கொள்கின்றேன்.

வைத்திய நிபுணர் பபா பளிஹவடண
பணிப்பாளர்
சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்.

அறிமுகம்

கடந்த சில தசாப்தங்களாக இலங்கையில் தாய் சேய் நல உட்பட சுகாதார துறையில் கணிசமான வளர்ச்சியைக் கண்டுள்ளது. எனினும் பல்வேறுப்பட்ட காரணங்களினால் போஷணை விடயத்தில் வெற்றியை காணமுடியாமை கவனத்திற்கொள்ள வேண்டிய விடயமாகும். தவறான உணவு பழக்க வழக்கங்கள் மூலம் சமூகத்தில் மந்த போஷணை காணப்படுவது போல் தற்போது தொற்றாநோய்களுக்கு உறுதுணையாக இருக்கும் அதிபோஷணை மற்றும் அதி உயர்நிலை பிரச்சினையாக காணப்படுகின்றது. மேற்கூறப்பட்ட மந்த போஷணை மற்றும் அதிபோஷணை சமூகத்தில் பல்வேறுப்பட்ட நோய்களுக்கு காரணமாக அமைவதோடு சமூக பொருளாதார சிக்கல்களையும் ஏற்படுத்தும். மேலும் பொது சுகாதார மற்றும் அதனோடு இணைந்த ஏனைய பிரச்சினைகளுக்கு காரணமாக நோய் விகிதாசாரம் மற்றும் மரண விகிதாசாரம் மேலோங்கி செல்வதற்கு காரணமாக அமைந்திருப்பதால் அவற்றை கட்டுப்படுத்துவதற்கு சமூக ஒத்துழைப்பு முக்கியமானதாக காணப்படுகின்றது. சமூக வலுவூட்டல் மற்றும் உயிர்ப்பித்தல் மூலமாக சமூக மக்களுக்கு தமது சுகாதாரம் சம்பந்தமான பிரச்சினைகளின் தலைமைத்துவத்தை அளிப்பதன் மூலம் பலதரப்பட்ட சுகாதார பிரச்சினைகளை சுயமாக தீர்த்துக் கொள்ள முடியும். குடும்பத்தின் சுகாதார மற்றும் போஷணையை மேம்படுத்துவதற்கு சமூக வலுவூட்டலும் உயிர்ப்பித்தலும் பேருதவியாக அமைகின்றது. இதில் ஒன்றிணைந்து செயற்படுதல் பிரதான இடம் வகிக்கின்றது.

சமூகத்தில் சுகாதார மற்றும் போஷணையை மேம்படுத்துவதற்காக நேரடியாகவும் (குறைநிறை பிள்ளைகளின் நிறையை மேம்படுத்தல், அதிக நிறை மற்றும் அதி உயர் நிறையை குறைத்தல், நுளம்பு பெருகும் இடங்களை குறைப்பதன் மூலம் டெங்கு போன்ற நோய்களை குறைத்தல் போன்ற) மறைமுகமாகவும் (பாதுகாப்பான சுற்றுப்புற சூழல் மற்றும் வருமான முகாமைத்துவம் போன்ற) தாக்கம் ஏற்படுத்துவதை முன்னிட்டு மாபெரும் அரங்கமொன்று தாய்மார் கழகம் மற்றும் சமூக உதவிக் குழுக்கள் மூலம் நடாத்தப்படுகின்றமைக்கான சான்றுகள் நிறைய கிடைக்கின்றன.

தாய்மார் கழகம் என்றால் என்ன?

தாய்மார் கழகங்கள் அல்லது சமுதாய உதவிக் குழுக்கள் ஏறத்தாழ 5 தொடக்கம் 20 அங்கத்தவர்களைக் கொண்ட குழுவாகும். இவர்கள் ஒட்டுமொத்தமாக செயற்பட்டு தமது பிரதேசத்திற்கு பொருத்தமான ஆரோக்கியம் மற்றும் போஷாக்கு சம்பந்தமான பிரச்சினைகளை தீர்ப்பதோடு நடைமுறைப் பழக்க வழக்கங்களையும் மேம்படுத்திக் கொள்ள உதவுகின்றனர். இக்குழுவின் அங்கத்தவர்கள் ஒருவருக்கொருவர் உதவிபுரிந்து நற்பழக்க வழக்கங்கள் மற்றும் அறிவை மேம்படுத்திக் கொண்டு சமுதாயத்தின் போஷாக்கு மற்றும் ஆரோக்கிய நிலைகளை மேம்படுத்துவதற்காக துணை புரிகின்றனர். 5 வயதிற்கு குறைந்த பிள்ளைகள் உள்ள குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு முன்னுரிமை வழங்கி தாய்மார் கழக உறுப்பினர்களாக சேர்த்துக் கொள்ளப்படும்.

சுய சுகாதார மற்றும் போஷாக்கு நிலையை மேம்படுத்துவதற்காக சமூகத்தில் இருந்தே உற்சாகமான பங்களிப்பை பெற்றுக்கொண்டு தமது சுகாதாரத்திற்கு தாமே பொறுப்புதாரியாக ஆகுவது தாய்மார் கழகங்கள் மூலம் எதிர்பார்க்கப்படுகின்றன.

பின்னணி

1950 ஆம் ஆண்டில் இருந்து படிப்படியாக இயங்கி வந்த தாய்மார் கழகத்தின் நீண்ட பயணத்தில் 1990 ஆம் ஆண்டு ஆகையில் 40 நாடுகளுக்கு அதிகமாக ஏறத்தாழ 70,000ம் பேருக்கும் அதிகமான உறுப்பினர்களுக்கு உரிமை கூறி சுகாதார மேம்பாட்டு விடயங்களில் ஈடுபடுவதற்கு உலகம் பூராகவும் காணப்படும் தாய்மார் கழகங்களுக்கு இடம் கிடைத்துள்ளது. அனுபவமிக்க தாயிடமிருந்து புதியத் தாய்க்கு உபகாரம் என்ற கூற்றை முன்வைத்து உலகளாவிய ரீதியில் பல நாடுகள் தாய்மார் கழகங்களை உருவாக்கியுள்ளது.

இலங்கையில் தாய்மார் கழகம் உருவாகிய சரித்திரம்

2002 ஆம் ஆண்டு அம்பாந்தோட்டை மாவட்ட சூரியவெவ சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் தலைமை மற்றும் அனுசரணையின் கீழ் சுகாதார கல்வி அதிகாரி திரு. புத்ததாச அமரசிங்ஹ ஐயா அவர்களின் வழிகாட்டலின் பிரகாரம் இலங்கையில் முதன் முதலாக தாய்மார் கழகம் உருவாக்கப்பட்டது.

நோக்கங்கள்

தாய்மார் கழகத்தின் பிரதான நோக்கம்

பிரதேச ரீதியாக சமூக ஊக்குவிப்பு மற்றும் சமூக உயிரூட்டலின் மூலம் சமூகத்தில் சுகாதார மற்றும் போஷாக்கு சம்பந்தமான நற்பழக்க வழக்கங்களை மேம்ப்படுத்தல்.

தாய்மார் கழகத்தின் விஷேட நோக்கங்கள்

1. சமூகத்தில் போஷாக்கு சம்பந்தமான நற் பழக்கவழக்கங்களை மேம்படுத்துவதற்கு சமூகத்தில் மாற்றுதலை உண்டாக்கும் திடகாத்திரமானவர்கள் ஊடாக தரமான மனப்பாங்கு மற்றும் நற்பழக்க வழக்கங்களை பரப்புதல்.

2. அறிவூட்டல் மற்றும் நற்பழக்க வழக்கங்களை மேம்படுத்துவதன் மூலம் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையை ஏற்படுத்தி குடும்பத்தின் சுகாதார நிலைமையை மேம்படுத்தல்.

3. பிரதேச ரீதியாக சமூகத்தில் வருமானம் ஈட்டக்கூடிய வழிமுறைகளை அறிமுகப்படுத்தி நிதி முகாமைத்துவத்திற்கு ஊக்கமளித்தல்.

4. மதுபானம், புகைத்தல் மற்றும் போதைவஸ்து பாவணையற்ற, வன்முறை அற்ற சூழலில் மகிழ்ச்சிகரமான குடும்பம் என்ற கூற்றை மேம்படுத்துதல்.

5. முன் பிள்ளை பருவ அபிவிருத்திக்கு உண்டான நற்பழக்கங்களை மேம்படுத்துதல்.

6. பிள்ளை அபிவிருத்தி மற்றும் இளம் பருவ பாதுகாப்பை முன்னிட்டு குடும்பத்தின் பிள்ளைகளை பராமரிப்பு விடயம் தொடர்பான திறன்களை மேம்படுத்துதல்.

7. பசுமைக் கூற்று ஊடாக சுற்றுப்புற சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்பிற்கு துணைபுரிதல்.

8. சுகாதாரச் சேவை உத்தியோகத்தர்களின் அறிவூட்டலுக்கு இணங்க பிரதேச ரீதியாக சமூகத்தில் முன்னுரிமை கொடுக்க வேண்டிய சுகாதார தேவைகளை பற்றி அறிவூட்டச் செய்தல்.

இலக்கு

- ஒவ்வொரு குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கும் ஆகக்குறைந்தது ஒரு தாய்மார் கழகத்தையேனும் உருவாக்குதல்.
- பெருந்தோட்டப் பகுதிகளில், ஒரு பெருந்தோட்டப் பிரிவிற்கு ஒரு தாய்மார் கழகம் வீதம் உருவாக்குதல்.

ஒரு குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு/ ஒரு பெருந்தோட்டப் பிரிவிற்கு தாய்மார் கழகங்கள் அதிகரிப்பதன் மூலம் இதை மேலும் விஸ்தரிக்க முடியும்.

ஏற்கனவே ஒரு தாய்மார் கழகம் வீதம் இயங்கும் ஒரு குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு தமது சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவுகளில், பிரதேச நிலைமைகளை கருத்திற் கொண்டு கிராமத்திற்கு ஒன்று அல்லது தோட்டப்பிரிவிற்கு ஒன்று வீதம் இதை விரிவாக்க முடியும். இவ் இலக்கை அடைந்தவுடன் ஒவ்வொரு கிராம சேவகர் பிரிவுக்குமாக ஒரு தாய்மார் கழகம் வீதம் உருவாக்குவதற்கு திட்டமிடலாம்.

சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவொன்றில் தாய்மார் கழகம் ஒன்றை ஆரம்பித்தல்

பிரதேச ரீதியாக பல தரப்பட்ட சமூக ஊக்குவிப்பு குழுக்கள் பல பெயர்களில் நாட்டில் இயங்கி வருகின்றது. எனினும் சமூகத்தில் சுகாதார மற்றும் போஷாக்கு நிலைமையை கட்டியெழுப்புவதற்கு என இயங்கி வரும் இவ்வாறான பல தரப்பட்ட குழுக்களை பொதுவாக தாய்மார் கழகம் என இவ் வழிகாட்டலின் மூலம் அறிமுகப்படுத்தப்படுகின்றது.

மாவட்டத்தில் தாய் - சேய் நல வைத்திய அதிகாரியும், சுகாதாரக் கல்வி உத்தியோகத்தருமாக இருவரும் சேர்ந்து தாய்மார் கழகங்கள் உருவாக்குவதும் அவைகளை முன்னேற்றுவதும், விஸ்தீரனப்படுத்துவதுமான பலதரப்பட்ட காரியங்களில் நேரான முறையில் வழிகாட்டுதல் வழங்கி பிரதேசத்தின் சுகாதார வைத்திய அதிகாரியுடன் ஒன்றிணைந்து செயற்பட்டு பிரதான அரங்கமொன்றை நிகழ்த்துவார்கள்.

பிரதேச குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் பொது சுகாதார பரிசோதகரின் உதவியுடன் சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் வழிகாட்டலுக்கு இணங்க இத்தாய்மார் கழகங்களுக்கான வசதிகளை செய்து கொடுப்பர்.

குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர், பொது சுகாதார பரிசோதகர், பாடசாலை பற் சிகிச்சையாளர் உட்பட பிரதேச சுகாதார அதிகாரிகளின் அதிக வேலை மற்றும் வேலைப்பழுவின் முன்னால் சமூகத்தில் சுகாதார மற்றும் போஷாக்கு மேம்படுத்துதலுக்காக தாய்மார் கழகத்தினால் கிடைக்கும் பலன் இன்றியமையாதது.

விஷேடமாக சமூகத்தில் தாய்மார்களினதும் பிள்ளைகளினதும் சுகாதாரம் மற்றும் போஷணையை மேம்படுத்துவதற்கு இதன் மூலம் முன்னுரிமை வழங்கப்படுகின்றது. உணவுப்பாதுகாப்பு, நிதி முகாமைத்துவம் மற்றும் சூழல் பாதுகாப்பு போன்ற சுகாதாரத்திற்கு பாதிப்பு ஏற்படுத்தக்கூடிய ஏனைய பிரிவுகளுக்கும் தாய்மார் கழகங்கள் மூலம் பங்களிப்புகள் கிடைக்கின்றன. விவசாயம், சமூக நலன் மற்றும் சமூர்த்தி போன்ற ஏனைய நிறுவனங்களின் மூலமாக கழகத்திற்கான உதவியை பெற்றுக்கொள்ள முடியும்.

தாய்மார் கழகங்கள் ஆரம்பிக்கும் போதும் விஸ்தீரனப்படுத்தும் போதும் சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவு ரீதியாக தலைமை கூட்டம் நடாத்த முடியும். இவ் விழிப்புணர்வு கூட்டங்களின் போது தாய்மார் கழகங்களின் சிறந்த கதைகள் மற்றும் செய்திகள் வெளிப்படுத்துவதினாலும் தாய்மார் கழகங்கள் ஊடாக சமூகம் பெற்ற வெற்றி மற்றும் நன்மைகளை எடுத்துக்காட்டுவதினாலும் சுகாதார சேவையாளர்களின் மீது சுமத்தப்பட்டிருக்கும் வேலைப்பழுவை குறைத்துக் கொள்ளமுடியும். அதற்காக தாய்மார் கழகம் செயற்பட்ட விதங்களை எடுத்துக்காட்டுவதன் மூலம் மேலும் தாய்மார் கழகங்கள் உருவாக்குவது, முன்னேற்றுவது மற்றும் அதிகப்படுத்துவது போன்ற விடயங்களை மேற்கொள்ள முடியும்.

தாய்மாா் கழகமொன்றில் இருக்க வேண்டிய அடிப்படை அம்சங்கள்

1. உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை

- 5 தொடக்கம் 20 வரை உறுப்பினா்களை சேர்த்துக்கொள்ள முடியும்.
- ஒரு குழுவில் உறுப்பினா்களின் எண்ணிக்கை அதிகரிக்கும் போது அதனை பிரித்து இரண்டு குழுக்களாக அமைக்கலாம்.

ஒரு குழுவிற்கு அதிகமான உறுப்பினர்களை சேர்த்துக்கொள்வதை தவிர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். ஏனெனில், அவ்வாறு சேர்ப்பதால் குழுவிலுள்ள சகல உறுப்பினர்களுக்கும் பிரச்சினைகளை கலந்துரையாடுவதற்கும் தமது கருத்துக்களை தெரிவிப்பதற்கும் உள்ள சந்தர்ப்பம் கிடைக்காமல் போய்விடும்.

2. தாய்மாா் கழகத்தில் சிபாரிசு செய்யப்பட்ட அங்கத்தவா்களின் கூட்டு

1. **கா்ப்பிணித் தாய்மார்கள்**
2. **தாய்மாா்கள் (முக்கியமாக சிசுக்கள் மற்றும் சிறுவர்கள்)**
3. **தந்தைமாா்கள், கணவன்மார்கள், ஓய்வு பெற்ற நபர்கள்**
4. **தாத்தா, பாட்டி**
5. **சமுதாயத் தலைவா்கள்**
6. **பருவ வயதில் உள்ளவர்களும் இளைஞர்களும்**
7. **இவ் விடயம் சம்பந்தமாக ஆர்வம் உள்ள வேறு நபா்கள்**

பலதரப்பட்ட உறுப்பினர்களை கொண்டு அமைக்கப்பட்ட தாய்மார் கழகம் அதிக நன்மை பெற்றுத்தரக் கூடியதாகும். இவ்விடயங்களுக்காக நேர்மையுடனும் உற்சாகத்துடனும் சுயலாபம் இன்றி அர்ப்பணிப்புடனும் செயற்பட்டு, சமூகத்தின் சுகாதாரம் மற்றும் போஷணையை கட்டி எழுப்புவதற்கு செயற்படக்கூடிய நபர்களை தேர்ந்தெடுப்பதால் எதிர்பார்க்கப்படும் பயனை அடைவதற்கு இலகுவாக இருக்கும்.

3. குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர், பிரதேச பொது சுகாதார பரிசோதகருடன் சேர்ந்து சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் வழிகாட்டலின் கீழ் அடித்தள தாய்மார் கழக குழுவை தெரிவு செய்ய வேண்டும். எனினும் இத் தாய்மார் கழகம் ஆரம்பித்த பின் சகல கூட்டங்களுக்கும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரின் கட்டாய பங்களிப்பை எதிர் பார்க்கப்படமாட்டாது. குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரினால் குறிப்பிட்ட தாய்மார் கழகத்தின் நிலைமை மற்றும் பணிகள் பற்றி புரிந்துணர்வு பெற்றிருப்பது அவசியம். அத்துடன் சுகாதார சேவை அமைப்புடன் இணைப்பை ஏற்படுத்தி அக்குழுவினால் மேற்கொள்ளப்பட்ட விடயங்களும் அதன் முன்னேற்றமும், பெற்றுக்கொண்ட வெற்றிகளும் மற்றும் பிரச்சினைகளையும் பற்றி அறிந்திருத்தல் வேண்டும்.

தாய்மார் கழகத்தின் சகல உறுப்பினர்களும் அத்தாய்மார் குழுவிற்கு உத்வேகத்துடன் பங்களிப்பை வழங்குவார்கள்.

தாய்மார் கழகம் எப்போதும் புதிய அங்கத்தவர்களுக்காக திறந்திருக்கப்பட வேண்டும். புதுக் கருத்துக்கள், ஆலோசணைகள் உடன் சிறந்த எண்ணங்களை கொண்ட உறுப்பினர்களாக இருத்தல் இங்கு மிக முக்கியமானதாகும்.

4. ஒரு மாதத்திற்கு ஒரு தடவையாவது உறுப்பினா்களின் கூட்டம் எதிர்பார்க்கப்படும்.

ஒரு மாதத்திற்கு ஒரு தடவையாவது ஒன்று கூடும் தாய்மார் கழகம் செயற்படும் தாய்மார் கழகம் என கருதப்படும்.

5. உறுப்பினர்கள் மத்தியில் தகவல்கள் மற்றும் அனுபவங்களை பரிமாறிக்கொள்வதற்கான மிகச்சிறந்த வாய்ப்பு இம்மாதாந்த கூட்டமாகும்.

6. குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரின் வழிகாட்டலின் கீழ் பிரதேசத்திற்கு பொருத்தமான தன்னால் விளங்கிக் கொண்ட முக்கிய பிரச்சினைகளை கொண்டு கலந்துரையாட வேண்டிய தலைப்புகள் பற்றி உறுப்பினர்கள் தீர்மானிப்பார்கள்.

7. கூட்டம் நடாத்தும் நேரமும் இடமும்

நேரம் :- உறுப்பினர்களின் அன்றாட வேலைகளுக்கு பாதிப்பு ஏற்படாத விதத்தில் நேரத்தை ஒதுக்கி கூட்டத்தை நடாத்த முடியும்.

இடம்:- கூட்டத்தை நடாத்துவதற்காக தெரிவு செய்யப்படும் இடம் பிள்ளைகளுடன் வரக்கூடியதாகவும் உறுப்பினர்களின் பிள்ளைகளுக்கு பாதுகாப்பானதாகவும் அமைய வேண்டும்.

எளிதில் அணுகக்கூடிய வசதி:- தெரிவு செய்யப்படும் இடம் எளிதில் அணுகக்கூடியதும், கூட்டத்திற்கு பொருத்தமானதுமான சமூக மண்டபம், சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலயம், மதஸ்தலங்கள் அல்லது பாடசாலை போன்ற மிக எளிதான இடமொன்றாக இருத்தல் வேண்டும்.

8. குழுக்களினால் மேற்கொள்ளும் செயற்திட்டம் மற்றும் கூட்டங்களுக்கு சமூகமளிக்கும் உறுப்பினர்களுக்கு எவ்வித கொடுப்பனவும் வழங்கப்படமாட்டாது. தாய்மார் கழகம் என்பது சமூகத்தில் சுகாதார தகவல்கள் பரிமாற்றலுக்காகவும் சுகாதாரத்தை மேம்படுத்துவதற்காகவும் உதவ சுயவிருப்பத்துடன் முன்வருபவர்களால் அமைக்கப்பட்ட குழுவாகுவதால் கொடுப்பனவுகள் வழங்கப்படுவதில்லை.

தாய்மார் கழக அங்கத்தவர்களின் பொறுப்புக்கள்

பொதுவான பொறுப்புக்கள்

- கூட்டத்தில் பரிமாறிக் கொண்ட எந்தவொரு தனிப்பட்ட அனுபவங்களையோ உணர்வுபூர்வமான விடயங்களையோ குழுவிற்கு வெளியில் கலந்துரையாடுவதை தவிர்த்தல்.

- ஒவ்வொரு உறுப்பினருக்கும் தமது கருத்துக்களை தெரிவிப்பதற்கும், ஆலோசணைகளை கூறுவதற்கும், சுகாதாரத்திற்கான முக்கிய செயற்பாடுகள் அல்லது தலைப்புகள் பற்றி ஆலோசணை வழங்குவதற்கும் அவற்றை ஏற்றுக்கொள்வதற்கும் வாய்ப்பு உள்ளது.

- விவாதங்களின் போது எவரும் தமது ஆதிக்கத்தை செலுத்தாமல் இருப்பது.
- ஒருவருக்கொருவர் பரஸ்பர மரியாதை வைத்திருத்தல்.
- ஒவ்வொரு உறுப்பினரும் கழகத்தில் இருந்து தமக்கு தேவைப்படும் உதவியை தெரிவிக்கலாம். உதாரணமாக அறிவுரை, ஒத்துழைப்பு, தகவல்கள் மற்றும் கருத்துக்களை செவிமடுத்தல் போன்ற தேவைகளை இனங்கண்டு செயற்படுத்தல்.
- ஒவ்வொரு நபருக்கும் தமது கருத்துக்களை தெரிவிப்பதற்கு உரிமை இருப்பது போன்று மற்றவர்களின் கருத்துக்களுக்கு மதிப்பளித்து செவிமடுப்பது தனக்கு உள்ள கடமை என்பதை கருத்திற் கொள்ளல்.
- சமூகத்தில் சுகாதார மேம்பாட்டு விடயமாக மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் நபராக செயற்படுதல்.
- தாய்மார் கழகத்தின் அங்கத்தவர்கள் குடும்பத்தில் மற்றும் சமூகத்தில் சுகாதாரத் தகவல்கள் பரிமாறும் விதத்தில் செயற்படுதல்.

- **குழு மூலமாகவே ஏகமானதாகத் தெரிவு செய்யப்பட்ட தலைமைத்துவத்துடனும் நேர்மையுடனும் பணியாற்றக்கூடிய தலைவர் ஒருவரின் கீழ் தாய்மார் கழகத்தை கொண்டு செல்ல முடியும்.**
- **சங்க குறிப்புகளை பதிவதற்காக செயலாளர் ஒருவர் நியமிக்கப்பட வேண்டும்.**
- **வருமானமீட்டும் செயற்திட்டம் மற்றும் நடவடிக்கைகளின் மூலம் கிடைக்கப்படும் நிதியை முகாமைத்துவம் செய்வதற்கு பொருளாளர் ஒருவர் நியமிக்கப்பட வேண்டும்.**
- **அங்கத்தவர்கள் ஒருவரை ஒருவர் நேராகப் பார்க்க கூடியவாறு வட்டமாக சங்கத்தின் கதிரைகளை அமைக்க வேண்டும்.**
- **தாய் மார் கழகத்தில் சுகாதார அதிகாரி ஒருவர் அங்கத்தவராக இருப்பது கட்டாயமில்லை.**

தாய்மார் கழகத் தலைவரின் பொறுப்புக்கள்

- கூட்டம் நடாத்தப்படுவதற்குரிய இடம், திகதி, நேரம் என்பவற்றைத் தீர்மாணித்தல்.
- குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர், பொது சுகாதாரப் பரிசோதகர் மற்றும் ஏனைய உறுப்பினர்களின் ஒத்துழைப்புடன் கூட்டத்தில் கலந்துரையாடப்பட வேண்டிய தலைப்புகளை முடிவு செய்தல்.
- குழு அங்கத்தவர்களுக்கு கூட்டத்திற்காக அழைப்பு விடுத்தல்.
- குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் மற்றும் பொதுச் சுகாதாரப் பரிசோதகரின் ஒத்துழைப்புடன் தாய்மார் கழகத்தை வழுவூட்டுதல்.
- குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் மற்றும் பொதுச் சுகாதாரப் பரிசோதகரின் இணைப்புடன் தாய்மார் கழகத்தின் மூலம் செயற்படுத்தும் செயற்பாடுகள் மற்றும் முன்னேற்றங்கள் பற்றி அவர்களுக்கு தெளிவுப்படுத்துதல்.
- ஏனைய பங்காளர்களுடன் தொடர்பை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுதல்.
- குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர், பொதுச்சுகாதாரப் பரிசோதகரின் ஒத்துழைப்புடன் எதிர்கால அங்கத்தவர்களை இணங்கண்டு கொள்ளுதல்.

தாய்மார் கழக செயலாளரின் பொறுப்புகள்

- கூட்டறிக்கை தயாரித்தலும் பராமரித்தலும்.
- கடந்த கூட்டறிக்கையை எதிர் வரும் கூட்டத்தல் சமர்ப்பித்தல்.
- செயலாளர் படிவம் A (இணைப்பு 2) மூலம் செயற்பாடுகளின் தகவல்களை குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு கையளித்தல்.
- முதல் கூட்டத்தில் அங்கத்தவர்களின் தகவல்களையும் புதிய அங்கத்தவர்கள் சேர்ந்த பின் அவர்களின் தகவல்களையும் சேர்த்து பராமரித்தல்.

தாய்மார் கழக பொருளாளரின் பொறுப்புகள்

- கணக்கறிக்கை முகாமைத்துவமும் பராமரித்தலும்

சுகாதார ஊழியர்களின் பொறுப்புகள்

(1). தாய்மார் கழகமொன்று ஆரம்பித்தல்

சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் தொழிநுட்ப வழிகாட்டல் மற்றும் மேற்பார்வையின் கீழ் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் மூலம் தமது பிரிவில் தாய்மார் கழகம் ஒன்றை உருவாக்குவதற்கு அனுமதி வழங்கலாம். தேவைப்படும் சந்தர்ப்பத்தில் மேற்பார்வை குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர், பொது சுகாதார தாதி போன்ற சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவு ரீதியாகவும் மாவட்ட ரீதியாகவும் அதிகாரிகளினது மேலதிக அறிவுறுத்தல்களை பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

(2). தாய்மார் கழகமொன்றை பலப்படுத்துவதற்காக வழிகாட்டி மற்றும் உதவியை நாடுதல்

தாய்மார் கழகமொன்றை உருவாக்குவதற்கு தேவைப்படும் வழிகாட்டியை வழங்கி தலைமை செயலை நிகழ்த்த மாவட்ட தாய் - சேய் நல வைத்திய அதிகாரி, சுகாதார கல்வி அதிகாரி மற்றும் பிரதேச சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் உதவியை பெற வேண்டும்.

மேலதிக அறிவுரைகள் மற்றும் உதவிகள் மாவட்ட மற்றும் மாகாண ரீதியான தொழிநுட்ப அதிகாரிகளாக செயற்படும் சமூக வைத்திய நிபுணர்கள், தொற்றா நோய் வைத்திய அதிகாரி மற்றும் பிரதேச மேற்பார்வை பொது சுகாதார தாதி ஆகியோர் மூலம் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

சுகாதாரத்திற்கு நேரடியாகவே பொருந்தக் கூடிய, பொருந்தாத பல தரப்பட்ட பங்காளர்களுடன் செயற்பட்டு வசதிகள் செய்து கொடுத்தல் பொது சுகாதார பரிசோதகரின் உதவியுடன் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

தாய் - சேய் நல வைத்திய அதிகாரி, சுகாதார கல்வி அதிகாரி மற்றும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் உதவியுடன் நிகழ்ச்சிகளை அமுல்படுத்துவதன் மூலம் பிரதேசத்தில் மேலும் அதிகமான தாய்மார் கழகங்களை உருவாக்க முடியும்.

(3). பயிற்சிகள்

தேசிய மட்டத்தில் முக்கியமான நிகழ்ச்சிகளை மையமாக கொண்டு சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்கள் மூலம் தாய்மார் கழகத்தின் ஒரு அங்கத்தவரையேனும் பயிற்றுவிக்க வேண்டும். அவ் அங்கத்தவர்களுக்கு தொடர்பாடல் திறன்களை மேம்படுத்துதல், பிரச்சினைகளுக்கான தீர்வுகளை காணுதல் போன்ற விடயங்கள் உள்ளடங்கும் விதமாக இப்பயிற்சி அமைய வேண்டும்.

சகல உறுப்பினர்களுக்கும் பயிற்சி பெறுவதற்கான மற்றும் செயற்பாடுகள் நிகழ்த்துவதற்கான சந்தர்ப்பத்தை வழங்கி ஒவ்வொருவரையும் பல தலைப்புகளின் கீழ் பயிற்றுவித்தல். அவ்வாறு பயிற்சி பெற்ற உறுப்பினர் குறிப்பிட்ட தலைப்பின் கீழ் குழுத் தலைவராக செயற்பட்டு அதற்கு பொருத்தமான கலந்துரையாடல், செயற்பாடுகளை நிகழ்த்துவதற்கு உரிய வசதி வாய்ப்புகளை செய்து கொடுக்க வேண்டும். தேவைப்படும் சந்தர்ப்பங்களில் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர், பொதுச்சுகாதாரப் பரிசோதகர் ஆகியோருடைய அறிவுரை மற்றும் இவ்வழிகாட்டி நூலையும் பெற்றுக்கொள்ளலாம். பயிற்சி பெற்ற உத்தியோகத்தர்களுக்கு கழத்தில் 5 முதல் 10 வரையிலான வீடுகளை ஒப்படைத்து அச்சமூகத்தின் நடத்தையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தி ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையினை உருவாக்குவதற்கான பொறுப்பை வழங்கலாம்.

ஆண்கள் உறுப்பினராக உள்ள கழகங்களில் ஆகக்குறைந்தது ஒரு ஆண் உறுப்பினரையாவது குறிப்பிட்ட தலைப்புகளை பற்றி பயிற்சி பெறச் செய்திருத்தல் அவசியமாகும். இதனால் குடும்பத்தில் சுகாதாரத்தை மேம்படுத்த ஆண்களின் பங்களிப்பையும் ஒத்துழைப்பையும் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

(4). தாய்மார் கழகத்தின் வளர்ச்சியை கண்காணித்தலும் மதிப்பிடுதலும்

தாய்மார் கழகத்தினால் மேற்கொள்ளப்பட்ட விடயங்களை கண்காணித்தல் படிவம் B (இணைப்பு 3) மூலம் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி தனது மாதாந்தக் கூட்டத்தில் சமர்ப்பித்து கலந்தாலோசித்தல் வேண்டும்.

கழ உத்தியோகத்தர்கள் மூலம் சமர்ப்பிக்கப்படும் தரவுகள் மற்றும் குறிகாட்டிகளை மையமாக கொண்டு [(செயற்திறன் குறிகாட்டிகள் (Process Indicators), வெளியீட்டு குறிகாட்டிகள் (Output Indicators) மற்றும் முடிவுக் குறிகாட்டிகள் (Outcome Indicators)] முன்னேற்றம் மற்றும் மதீப்பீட்டை அறிந்து கொள்வதோடு, மாகாண ரீதியாக நடாத்தப்படும் முன்னேற்ற ஆய்வு கூட்டங்களின் போது தாய்மார் கழக செயற்பாடுகளை பற்றி மதிப்பீடு செய்யப்படும்.

தாய் - சேய் நல வைத்திய அதிகாரியும், சுகாதாரக் கல்வி அதிகாரியும் தத்தமது மாவட்டத்திலுள்ள தாய்மாா் கழகங்களின் நடவடிக்கைகள் மற்றும் முன்னேற்றம் பற்றித் தெரிந்திருக்க வேண்டும். இவர்கள் மாதாந்தக் கூட்டங்களுக்குச் சமூகமளிப்பதன் மூலமோ, சுகாதார வைத்திய அதிகாரியினால் நிரப்பப்பட்ட கழக முன்னேற்றம் பற்றிய படிவங்களை மீளாய்வு செய்வதன் மூலமோ மீளாய்வு கூட்டங்கள் நடாத்துவதன் மூலமோ தாய்மார் கழகங்களின் முன்னேற்றங்களை பற்றி கண்டறியலாம்.

தாய்மார் கழகங்களின் ஒழுங்குமுறையையும் முன்னேற்றத்தையும் ஆராய்ந்து பார்ப்பதற்காக கழத்தில் 3 படிவங்கள் பயன்படுத்தப்படும். ஆவையாவன

படிவம் A :- மாதாந்தம் கழுவின் செயலாளர்/ தலைவரினால் நிரப்பப்பட்டு குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு கையளிக்க வேண்டும்.

படிவம் B :- மாதாந்தம் குடும்ப சுகாதார உத்தியோகத்தரினால் பூரணப்படுத்தப்பட்டு சுகாதார வைத்திய அதிகாரிக்கு சமர்பித்தல் வேண்டும்.

படிவம் C :- தவணைக்கு ஒரு முறை சுகாதார வைத்திய அதிகாரியினால் பூரணப்படுத்தப்பட வேண்டும்.

படிவம் A (இணைப்பு 2)

கூட்டங்களின் போது கலந்துரையாடப்பட்ட தலைப்புக்கள், முடிவுக்கு கொண்டு வந்த செயற்பாடுகள், மேற்கொள்ளப்பட்ட தீர்மானங்கள் மற்றும் பெற்றுக் கொண்ட வெற்றிகள் யாவற்றையும் உள்ளடக்கிய விதமாக குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு எழுத்துருவில் சமர்ப்பிக்கப்பட வேண்டும். இப்படிவத்தை பூரணப்படுத்துவதில் இடர்பாடுகள் யாதேனும் ஏற்பட்டால் அதை பற்றிய தகவல்களை குறிப்பிட்ட மாதத்தில் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு அறிவிக்க வேண்டும்.

பிரதேச பொது சுகாதார பரிசோதகருடன் தொடர்புபட்ட விடயங்கள் ஏதும் கலந்துரையாடப்பட்டால் அல்லது செயற்பாடுகளுக்கு சம்பந்தப்பட்டால் அதை பற்றிய அறிக்கையை பொது சுகாதார பரிசோதகருக்கு அறிவிக்க வேண்டும். (உதாரணம் :- சூழல் தொடர்பான சுகாதாரம் குப்பை முகாமைத்துவம் நுளம்பு பெருகுவதை கட்டுப்படுத்தல்) அத்துடன் பற்சுகாதாரம் சம்பந்தப்பட்ட விடயங்கள் ஏதும் மேற்கொள்ளப்பட்டால் அது பற்றிய தகவல்களை பாடசாலை பற்சுகாதார சிகிச்சையாளருடன் கலந்துரையாடப்பட வேண்டும்.

படிவம் B (இணைப்பு 3)

தாய்மார் கழகத்தினால் மேற்கொள்ளப்பட்ட விடயங்கள் மற்றும் வெற்றிகளை சாராம்சப்படுத்தி படிவத்தை குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரினால் பூரணப்படுத்தி சுகாதார வைத்திய அதிகாரிக்கு சமர்ப்பித்தல் வேண்டும். இப் படிவங்களை சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலயத்தினால் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் பெற்றுக் கொள்ளலாம். சகல தாய்மார் கழக கூட்டங்களுக்கும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரின் பங்களிப்பை எதிர்பார்க்காவிடினும் இவர்கள் மூலம் வசதிகளை பெற்றுக் கொள்ளும் தாய்மார் கழகம்/ கழங்களின் செயற்பாடுகள் மற்றும் அதன் வெற்றிகள் பற்றி இவர் அறிந்திருத்தல் வேண்டும்.

படிவம் C (இணைப்பு 4)

தாய்மார் கழகத்தின் செயற்பாடுகள் பற்றிய விடயங்களை தவணைக்கொரு முறை நிரப்பி சுகாதார வைத்திய அதிகாரியினால் C படிவத்தின் மூலம் மாவட்ட சுகாதார சேவை பணிப்பாளருக்கு சமர்ப்பிக்க வேண்டும்.

சுகாதார கல்வி அதிகாரி, கீழ் குறிப்பிடப்படும் சகல தகவல் மற்றும் தரவுகளை மாவட்ட தரவுகளாக சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலயங்களிலிருந்து சேகரிக்க வேண்டும்.

1. மாவட்டத்திலுள்ள சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவுகளின் எண்ணிக்கை.
2. மாவட்டத்தில் இயங்கி வரும் தாய்மாா் கழகங்களின் எண்ணிக்கை.
3. வசதிகள் செய்து கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு தாய்மாா் கழகத்திலேனும் அனைத்து குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களும் (100%) உள்ளடங்கி இருக்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவுகளின் சதவீதம்.
4. வசதிகள் செய்து கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு தாய்மாா் கழகத்திலேனும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களில் (90%)க்கும் மேலதிகமாக உள்ளடங்கி இருக்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவுகளின் சதவீதம்.
5. வசதிகள் செய்து கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு தாய்மாா் கழகத்திலேனும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களில் (75%) க்கும் மேலதிகமாக உள்ளடங்கி இருக்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவுகளின் சதவீதம்.
6. வசதிகள் செய்து கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு தாய்மாா் கழகத்திலேனும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களில் (50%) அல்லது அதற்கும் மேலதிகமாக உள்ளடங்கி இருக்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவுகளின் சதவீதம்.
7. வசதிகள் செய்து கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு தாய்மாா் கழகத்திலேனும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களில் (50%) அல்லது அதற்கும் குறைவாக உள்ளடங்கி இருக்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவுகளின் சதவீதம்.
8. ஒரு குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு உள்ள தாய்மாா் கழகங்களின் சராசரி.

9. மாவட்டத்தில் தாய்மார் கழகங்கள் மூலம் அடைந்த சாதனைகளின் தொகுப்பு (பிரதானமாக கவனம் செலுத்தப்பட வேண்டிய விடயங்களில் ஆரம்ப கட்டத்திற்கு அமைய அடைந்த முன்னேற்றத்தின் சதவீதம்.)

10. மேற்குறிப்பிட்ட தரவுகளை மையமாகக் கொண்டு பார்க்கையில் மாவட்டத்தில் சிறப்பாக இயங்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவு.

குடும்ப சுகாதார பணியகத்திற்கு சமர்பிக்கும் வருடாந்த தரவுப் படிவம் (இணைப்பு 5) மூலம் தேசிய ரீதியான தாய்மார் கழக கணிப்பீடுகளுக்கான தகவல்கள் வழங்கப்படும். மேலும் சுகாதார மேம்பாட்டு பணியகத்தினால் மாவட்ட/ மாகாண ரீதியாக வருடாந்தம் நடாத்தும் மீளாய்வு கூட்டங்களின் மூலமாகவும் இதற்கு உதவி கிடைக்கும். சுகாதார மேம்பாட்டு பணியகத்தினால் தயாரிக்கப்பட்ட தாய்மார் கழக கணிப்பீடு படிவத்தை (இணைப்பு 6) மையமாகக் கொண்டு உயர் மட்டத்தில் செயற்படும் தாய்மார் கழகங்களை தேசிய ரீதியில் பாராட்டப்படும்.

தாய்மார் கழகங்கள் மூலம் எதிர்பார்க்கப்படும் நோக்கங்களையும் இலக்குகளையும் அடைவதை மதிப்பீடு செய்ய முன்னேற்ற அளவுகோல்கள் உதவுகின்றன. செயற்திறன் குறிகாட்டிகள் (Process Indicators), வெளியீட்டுக் குறிகாட்டிகள் (Output Indicators) மற்றும் முடிவுக் குறிகாட்டிகள் (Outcome Indicators) போன்ற அனைத்தும் இங்கு எதிர் பார்க்கப்படுகின்றன.

ஆரம்பக் கட்டத்தில் தாய்மார் கழகத்தின் முன்னேற்றத்தை காண்பதற்காக செயற்திறன் குறிக்காட்டிகளும் சில சந்தர்ப்பங்களில் வெளியீட்டுக் குறிக்காட்டிகளும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

முடிவுக் குறிகாட்டிகளுக்காக பல காலங்கள் செல்லலாம். இவ் முடிவுக் குறிகாட்டிகள் மாவட்டத்தில் மற்றும் சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவுகளின் முன்னேற்றத்தை வரிசைப்படுத்துவதற்கு சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகளுக்கும் தாய் - சேய் நல வைத்திய அதிகாரிகளுக்கும் மற்றும் சுகாதார கல்வி அதிகாரிக்கும் உறுதுணையாக அமைகின்றது. இவ் அனைத்து தரவுகளையும் குறிப்பிட்ட படிவங்கள் மூலம் சுகாதார பணியகத்திற்கு நேரடியாக கிடைக்காவிடினும் மேற்குறிப்பிட்ட குறிகாட்டிகள் மூலம் பெற்றுள்ள முன்னேற்றத்தை மாவட்ட அல்லது மாகாண முன்னேற்ற மீளாய்வு கூட்டங்களில் சமர்ப்பிக்க வேண்டும்.

சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவு ரீதியாக பயன்படுத்தக்கூடிய குறிகாட்டிகள் பின்வருமாறு.

சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலய ரீதியில் செயற்திறன் குறிகாட்டிகளை அளவிடுவதற்கான அளவு கோல்கள்:

1. ஆகக் குறைந்தது ஒரு செயற்படும் தாய்மார் கழகமேனும் உள்ள குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களின் சதவீதம்.

2. குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் ஒருவருக்கு உள்ள தாய்மார் கழகங்களின் சராசரி.

3. சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலயத்தில் தாய்மார் கழக வழிகாட்டியை வாசித்துள்ள தொழிநுட்ப அதிகாரிகளின் சதவீதம்.

4. நிகழ்ச்சி திட்டத்தின் படி தாய்மார் கழகங்களின் முன்னேற்றத்தை கலந்துரையாடி இருக்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி மாதாந்த கூட்டங்களின் சதவீதம்.

5. சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவொன்றிலுள்ள செயற்படும் தாய்மார் கழகங்களின் சதவீதம்.

6. ஆகக் குறைந்தது 3 தாய்மார் கழகங்களேனும் இயங்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவுகளின் சதவீதம்.

இக்குறிகாட்டிகள் சுகாதார அமைச்சினால் எந்தவித கொடுப்பனவும் வழங்கப்படாத குறிகாட்டிகளாக (Non DLI) தேசிய ரீதியில் முக்கியத்துவம் வகிக்கின்றது.

சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலய ரீதியில் வெளியீட்டு குறிகாட்டிகளை அளவிடுவதற்கான அளவு கோள்கள்:

ஆய்வுகள் மூலம் பெறப்படும் தரவுகள்:

1. கடந்த 3 மாத காலப்பகுதியில் போஷாக்கு மேம்பாட்டு விடயமாக ஆகக்குறைந்தது ஒரு தலைப்பின் கீழாவது கலந்துரையாடல்களை மேற்கொண்ட தாய்மார் கழகங்களின் சதவீதம்.

2. கடந்த 3 மாத காலப்பகுதியில் போஷாக்கைத் தவிர ஆரோக்கியம் மேம்பாட்டு விடயமாக ஆகக்குறைந்தது ஒரு தலைப்பின் கீழாவது கலந்துரையாடல்களை மேற்கொண்ட தாய்மார் கழகங்களின் சதவீதம்.

3. ஆகக் குறைந்தது ஒரு நபராவது தொழிநுட்ப திறன்களில் பயிற்சியளிக்கப்பட்டிருக்கின்ற குழுக்களின் சதவீதம்.

4. ஆகக் குறைந்தது ஒரு ஆண் உறுப்பினராவது உள்ள குழுக்களின் சதவீதம்.

5. ஆண்கள் உள்ள குழுக்களில் ஆகக் குறைந்தது ஒரு ஆண் உறுப்பினரையாவது தாய்-சேய் நல சுகாதாரம் சம்பந்தப்பட்ட தொழிநுட்ப செயற்றிட்டங்களில் பயிற்சியளிக்கப்பட்டிருக்கின்ற குழுக்களின் சதவீதம். (உதாரணம் :- குழந்தைகளுக்கு மேலதிக உணவு வழங்குதல்)

6. ஆண்கள் உள்ள குழுக்களில் ஆகக் குறைந்தது ஒரு ஆண் உறுப்பினரையாவது தொடர்பாடல் திறன்களில் பயிற்சியளிக்கப்பட்டிருக்கின்ற குழுக்களின் சதவீதம்.

7. மாவட்டத்தில் தாய்மார் கழகம் மூலம் வருமானம் ஈட்டும் வழிகள் அல்லது முகாமைத்துவ செயற்றிட்டங்கள் பற்றிய விடயங்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டிருக்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவுகளின் சதவீதம்.

8. மாவட்டத்தில் தாய்மார் கழகம் மூலம் புகையிலை மற்றும் போதைவஸ்து பாவனையை குறைப்பதற்கு ஒரு செயற்திட்டத்தையேனும் அமுல் படுத்தி இருக்கும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவுகளின் சதவீதம்.

சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலய ரீதியில் முடிவுக் குறிகாட்டிகளை அளவிடுவதற்கான அளவு கோள்கள் :

1. தாய்ப்பால் மட்டும் வழங்கப்படும் குழந்தைகளின் சதவீதம் (ஆய்வுகளின் மூலம்)

   06 மாதங்கள் பூர்த்தியாகும் போது

   05 மாதங்கள் பூர்த்தியாகும் போது

   04 மாதங்கள் பூர்த்தியாகும் போது

2. 07 மாதங்கள் பூர்த்தியாகும் குழந்தைகளின் உணவிற்கு நாளாந்தம் இறைச்சி, மீன் போன்ற உணவுகளை சேர்க்கின்ற தாய்மார்களின் சதவீதம் (ஆய்வுகளின் மூலம்)

3. தாய்மார் கழகங்கள் தொடங்கியதிலிருந்து வருடா வருடம் சுகாதார மற்றும் போஷணை அளவுக் கோல்களின் மாற்றத்தின் சதவீதம்.

   உதாரணம் : 5 வயதிற்கு குறைந்த பிள்ளைகளின் குறைநிறை

   குறைந்த உடற்சுட்டித் திணிவு (டீஆஐ) உள்ள கர்ப்பிணித் தாய்மார்களின் எண்ணிக்கை / சதவீதம்.

   குறைந்த உடற்சுட்டித் திணிவு (டீஆஐ) உள்ள கர்ப்பிணித் தாய்மார்களின் எண்ணிக்கை / சதவீதம்.

   அதிக உடற்சுட்டித் திணிவு (டீஆஐ) உள்ள வயதுவந்தவர்களின் எண்ணிக்கை / சதவீதம்.

4. முதல் 3 மாதத்திற்குள் குறித்த டீஆஐ உள்ள கர்ப்பிணித் தாய்மார்களின் சதவீதம்.

5. 40 வயதாகும் போது குறித்த டீஆஐ உள்ள பெண்களின் சதவீதம்.

6. சுகாதார முறைப்படியிலான கழிவறைகள் உள்ள வீடுகளின் சதவீதம்.

7. குருதிச்சோகையுள்ள கர்ப்பிணித் தாய்மார்களின் சதவீதம்.

8. குழந்தை அறை அல்லது பிள்ளைகளுக்கென ஒதுக்கப்பட்டிருக்கும் இடம் ஒன்று உள்ள வீடுகளின் சதவீதம்.

9. வீட்டுத்தோட்டங்கள் உள்ள வீடுகளின் சதவீதம்.

10. நவீன குடும்ப கட்டுப்பாட்டு முறைகள் பற்றிய தகுதியுடைய குடும்பங்களின் சதவீதம்.

11. சென்ற வருடங்களில் பதிவு செய்யப்பட்ட டெங்கு நோயாளர்களின் எண்ணிக்கை.

12. நுளம்பு குடம்பிகள் உள்ள வீடுகளின் சதவீதம்.

(5). தாய்மார் கழகங்களின் விடயங்களை மீளாய்வு செய்தல்.

தாய்மார் கழக விடயங்களை சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலய ரீதியாகவும், மாவட்ட அல்லது மாகாண ரீதியாகவும், தேசிய ரீதியாகவும் மீளாய்வு செய்ய முடியும். இம் மீளாய்வுகளை மதிப்பீட்டு அளவுகோல் செயற்பாடுகள் மற்றும் செயல்திறன் அளவு கோல்களை மையமாக வைத்து மேற் கொள்ளலாம்.

மிக நன்றாக செயற்பட்ட தாய்மார் கழகங்களை மாவட்ட மற்றும் மாகாண ரீதியான அதிகாரிகளால் மீளாய்வு செய்யப்படுவதுடன் அதற்காக படிவம் 6ஐ பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

மிக நன்றாக செயற்பட்ட தாய்மார் கழகங்கள் அமைந்துள்ள சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவை மாவட்ட மற்றும் மாகாண ரீதியாகவும், தேசிய ரீதியாகவும் மதிப்பிட்டு பாராட்டப்படுவார்கள்.

கூட்டங்களை நடாத்துதல்

கூட்டத்திற்கு சமூகமளிக்கும் அங்கத்தவர்கள் வட்டமாக அல்லது அரை வட்டமாக அமர வேண்டும். குழுவின் தலைவர் ஒவ்வொரு உறுப்பினருக்கும் தங்களை அறிமுகப்படுத்த அவர்களுக்கு அவகாசம் அளிக்க வேண்டும். கழகத்திற்கு சேரும் புதிய அங்கத்தவர்களுக்கும் அவ்வப்போது அறிமுகப்படுத்த மேற்படி அவகாசம் வழங்க வேண்டும். குழுவின் தலைவர் மிகச் சிறப்பான முறையில் அத் திகதிக்கு உரித்தான தலைப்புகளை விவாதத்திற்கு உட்படுத்தலும் தேவைப்படும் சந்தர்ப்பங்களில் விவாதத்தை சரியான திசைக்கு செலுத்துவதும் குழுத் தலைவரின் பொறுப்பாகும். சகல உறுப்பினர்களினதும் ஒத்துழைப்பை பெறுவதற்கு உற்சாகப்படுத்துதல் வேண்டும்.

எனவே மிகச் சிறந்த தொடர்பாடல் மற்றும் நிர்வகிக்கக்கூடிய திறனை கொண்ட உறுப்பினர்களில் ஒருவரை தலைவர் என்ற பதவிக்கு தேர்ந்தெடுத்தல் மிக முக்கியமானதாகும்.

எதிர்வரும் கூட்டத்திற்கு முன் தற்போதைய கூட்டத்தில் தீர்மானிக்கப்பட்ட சகல விடயங்களையும் செயற்படுத்த ஒவ்வொரு உறுப்பினர்களும் அர்ப்பணிப்புடன் செயற்பட வேண்டும். அச்செயற்பாடுகளின் போது பெற்றுக்கொண்ட அனுபவங்களை பகிர்ந்து கொள்வதற்கும் அதற்கு தகுந்த படி பின்னூட்டல் வழங்குவதற்கும் சகல உறுப்பினர்களையும் தயார்ப்படுத்தல் வேண்டும்.

தாய்மார் கழக கூட்டங்களில் கலந்துகொள்ளும் அங்கத்தவர்களின் கடமைகள் :

1. அவர்களினது சுகாதாரம் மற்றும் போஷணை பிரச்சினைகளுக்கு காரணமான காரணிகளை கண்டறிதல்.

2. கண்டறியப்பட்ட பிரச்சினைகளுக்கான தலையீட்டு பணிகளை திட்டமிடல் மற்றும் அமுல்படுத்துதல்.

3. கண்டறியப்பட்ட சுகாதார பிரச்சினைகளுக்கு மேற்கொள்ளும் தலையீட்டுக்களை மேற்பார்வை செய்தல்.

4. சுகாதாரம் மற்றும் போஷணை சம்பந்தமான தகவல்களையும் சிறந்த அனுபவங்களையும் பரிமாறிக் கொள்ளுதல்.

5. சகலரினதும் அறிவை மேம்படுத்திக் கொள்வதற்காக அனுபவங்களை பரிமாறிக் கொள்ளுதல் மற்றும் பரஸ்பர உபகாரங்களை உறுதிப்படுத்துதல்.

6. மிகச்சிறந்த மனப்பான்மை மற்றும் செயற்பாடுகளை மேம்படுத்துதல்.

7. தத்தமது சமூகத்தின் சுகாதாரத்தை மேம்படுத்துவதற்காக முன்னுரிமை கொடுப்பவர்களாக திகழ்தல்.

8. கண்டறியப்பட்ட பிரச்சினைகளை சிறப்பாக தீர்த்து கொள்வதற்காக சுகாதார மற்றும் சுகாதாரம் அற்ற பங்குதாரர்களுடன் சமூகமாக செயல் படுவதற்குறிய வழியை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுதல்.

ஒன்றிணைந்த ஒத்துழைப்பு

பலதரப்பட்ட பங்குதாரர்களின் ஒத்துழைப்புடன் செயற்படுதல் சமூகத்தின் சுகாதாரத்தை மற்றும் போஷணையை மேம்படுத்துவதற்கு உதவியாக இருக்கும். இங்கு மக்களின் பொருளாதாரத்தை மேம்படுத்துவதற்கு புது வருமான வழிகளை ஏற்படுத்தல் மற்றும் வரவு செலவுகளை முகாமைத்துவப்படுத்தல் போன்ற விடயங்களில் திறமைகளை மேம்படுத்த வேண்டும்.

மக்களின் மற்றும் சமூகத்தின் சுகாதாரத்திற்கு நேரடியாக தாக்கம் ஏற்படுத்தக்கூடியதும் சுகாதார துறைக்கு தொடர்பற்றதுமான செயற்பாடுகளை நன்றாக அமுல்படுத்த இவ் ஒன்றிணைதல் மிக முக்கியமானதாகும்.

பிரதேச மற்றும் கிராமிய ரீதியாக பங்குதாரர்களுக்கு உதாரணம்

- கிராம உத்தியோகத்தர்கள்
- விவசாய திணைக்கள உத்தியோகத்தர்கள்
- சமூர்த்தி உத்தியோகத்தர்கள்
- அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்கள்
- சமூக நலன்புரி உத்தியோகத்தர்கள்
- சிறுவர் உரிமை பாதுகாப்பு உத்தியோகத்தர்கள்
- நன்னடத்தை அதிகாரிகள்
- ஆலோசணை அதிகாரிகள்
- சமூக சேவை அதிகாரிகள்

மாதாந்த கூட்டு / அமர்வு ஒரு மணித்தியாலம் அல்லது இரண்டு மணித்தியால காலத்தில் நிகழ்த்த முடிந்தாலும் அக்கால எல்லை நிலமைகளுக்கேற்ப வேறுபடும். அங்கத்தவர்களுக்கு எந்த வித பாதிப்புகளும் ஏற்படாத வகையில் கூட்டத்திற்கான காலத்தை/ நேரத்தை திட்டமிட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.

கூட்டம் ஒன்றை முடிவுக்கு கொண்டு வரும் போது தலைவர் மூலம்

1. முக்கியமான தலைப்புகளையும், விடயங்களையும், எடுக்கப்பட்ட முடிவுகளையும் பற்றிய தொகுப்புரையை வழங்க வேண்டும்.

2. மேலதிக கேள்விகள் அல்லது கருத்துக்களை தெரிவித்தல் மற்றும் விவரணங்களுக்கு இடமளித்தல்.

3. அடுத்த கூட்டத்தின் திகதி மற்றும் நேரம் பற்றிய விபரங்களை உறுப்பினர்களுக்கு வழங்குதல்.

4. பொறுப்புக்களை ஏற்பதற்கு அங்கத்தவர்களை ஆர்வமூட்டுதல்.

5. வரவு இடாப்பொன்றை பராமரித்தல் மற்றும் அதில் வருகை தந்த அனைவர்களினதும் கையொப்பம் பெற்றுக் கொள்ளுதல். மேலும் வருகை தந்த அனைத்து உறுப்பினர்களுக்கும் நன்றியை தெரிவித்தல்.

6. கூட்டத்தின் பின் அக்கூட்டத்தில் கலந்துரையாடப்பட்ட மற்றும் எடுக்கப்பட்ட சகல முடிவுளை பற்றியதொரு சிறுகுறிப்பு மேற்கொள்ளுதல் செயலாளரின் பொறுப்பாகும். எதிர்வரும் தேவைகளுக்காக அக்குறிப்புகளை பாதுகாப்பாக வைத்திருக்க வேண்டியதுடன் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு குறிப்பின் பிரதி ஒன்றை சமர்ப்பித்தல் வேண்டும்.

தாய்மார் கழகங்கள் மூலம் அமுல்படுத்த எதிர் பார்க்கப்படும் செயற்பாடுகள்

- **போஷனை மேம்பாட்டு செயற்பாடுகள்**
- **ஏனைய சுகாதார மேம்பாட்டுடன் சம்பந்தப்பட்ட செயற்பாடுகள்**

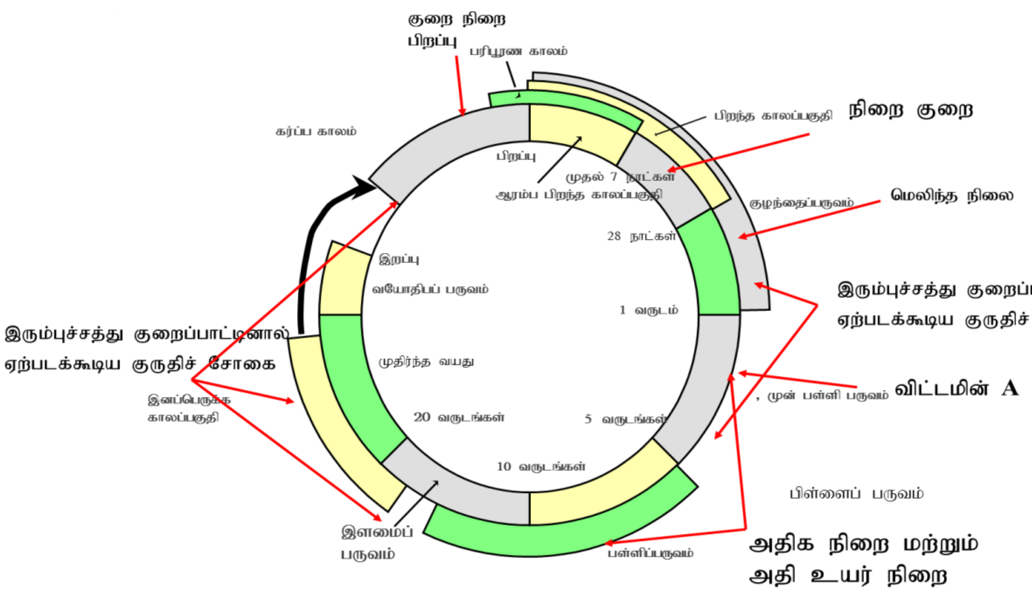
போஷணை மேம்பாட்டு செயற்பாடுகள்

குறை ஊட்டச்சத்து மற்றும் அதி ஊட்டச்சத்து உட்பட போஷாக்கு சம்பந்தமான பிரச்சினைகள் உள்ள பிரதேசங்களில் போஷணை மேம்பாட்டு விடயம் தொடர்பாக தாய்மார் கழகத்தின் மூலம் மேற்கொள்ளும் செயற்பாடுகளும் குறிப்பிடத்தக்கவை.

போஷணை மேம்பாட்டு செயற்பாடுகள் செய்வதன் முக்கியத்துவம்

இலங்கையிலுள்ள பெரும்பாலான சமுதாயங்களைப் பாதிக்கக்கூடிய ஒரு முக்கிய பிரச்சினையாக போஷாக்குப் பற்றாக்குறை விளங்குகின்றது. இது ஒருவரது வாழ்க்கை வட்டாரத்தில் ஆரோக்கியம், கல்விகற்றல், தனிநபர் உற்பத்தித்திறன் போன்ற பல அம்சங்களுக்காக எதிர்மறையான விளைவுகளை ஏற்படுத்துகின்றது.

சுய சுகாதாரம் மற்றும் போஷணை நிலைகளை மேம்படுத்துவதற்கு என மிகச் சிறந்த தீர்வுகளை காண்பதற்கு தேவைப்படும் தொழில்நுட்ப அறிவை முறையாக சமூகத்திற்கு வழங்குவதும் சமூக கட்டாய படுத்தலும் அடித்தள மட்டத்தில் பெற்றுக் கொள்ளும் மிக மேலான வெற்றியாகும். இதன் மூலம் நிறை குறை பிள்ளை பிறப்பை குறைத்தல் மற்றும் சிறு பிள்ளைகளின் போஷாக்கு நிலையை சீராக்குதல் என்பவை எதிர் காலத்தில் தொற்றாத நோய்களுடன் சம்பந்தப்படுவதனால் சமுதாயத்தில் தொற்றா நோய்களுக்கு உள்ள தாக்கத்தை குறைப்பதற்கும் உதவும்.



வரைபடம் 1. வாழ்க்கை வட்டாரத்திற்குள் போஷணைக்கான சவால்கள்

அதி வெற்றிகரமான மாற்றுதலுக்கு சமூக ஒத்துழைப்பு கட்டாயம் என்பதை மேற்கூறிய விடயங்களை தேடிப்பார்க்கும் போது அறிய முடிகின்றது. ஆகவே சமூகம் உற்சாகமாக கலந்து கொள்ளும் விதத்தில் தகவல்களை பரிமாறிக்கொள்வதும் மற்றும் சுகாதார மேம்பாட்டிற்குத் தடையாக இருக்கும் காரணங்களை கட்டுப்படுத்துவதற்கு இயலுமான மற்றும் உறுப்பினர்களை ஊக்குவிக்கும் வகையிலும் தாய்மார் கழக கூட்டங்களை ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். முறையாக பிள்ளைகளுக்கு உணவு வழங்குதல், குறை போஷணைக்கு காரணமாக அமையும் ஏனைய காரணங்களை கட்டுப்படுத்தல், குடும்ப வருமான முகாமைத்துவம் போன்று புகைத்தல் மற்றும் போதை பொருட்களை குறைத்தல் போன்ற பல்வேறுப்பட்ட பிரிவுகளின் கீழ் தாய்மார் கழக செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

சமூகத்தின் போஷாக்கு மேம்பாட்டினை ஏற்படுத்துவதற்கு தாய்மார் கழகங்களின் பங்களிப்பை வழங்கக்கூடிய சில நிகழ்ச்சித்திட்டங்கள்.

1. அங்கத்தவர்களின் மற்றும் குடும்பத்தில் பல்வேறுபட்ட வயது எல்லைகளில் உள்ள அனைவரினதும் போஷாக்கை மேம்படுத்துவதை நோக்கமாக கொண்டு கலந்துரையாடல்களை ஒழுங்குபடுத்துதல்.

2. இதன் போது கர்ப்ப பருவத்திலும், குழந்தைக்கு பால் ஊட்டும் பருவத்திலும், இளம் பருவத்திலும் உள்ள பிள்ளைகள் மீது கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

3. தமது ஊரில் மிக இலகுவாக கிடைக்கக்கூடிய அதி போஷாக்கு மிகுந்த உணவுகளைப் பயன்படுத்தி பலவிதமான உணவு அட்டவணைகளை தயாரித்தல் மற்றும் மக்கள் மத்தியில் பரப்புதல்.

4. பொதுவாக பயன்படுத்தக்கூடிய உணவு வகைகளைப் பற்றிய அறிவை பெற்றுக் கொள்வதும் அது பற்றி தேவை ஏற்படும் சந்தர்ப்பங்களில் கலந்துரையாடுவதும்.

5. சிறந்த உணவுப் பழக்க வழக்கங்களைப் பற்றிய கருத்துக்களையும், உணவுகள் பெற்றுக் கொடுக்கும் பழக்க வழக்கங்களைப் பற்றிய தகவல்களையும், அறிவுரைகளையும் அங்கத்தவர்கள் மத்தியில் பகிர்ந்துக் கொள்ளுதல்.

6. உணவுகள் தயாரிக்கும் முறைகள் பற்றிய நிகழ்ச்சிகள், கண்காட்சிகள் மூலம் சுகாதார முறையிலான உணவுகள், உப உணவுகள் பற்றி உறுப்பினர்களினதும் பொது மக்களினதும் அறிவு மற்றும் செயற்பாடுகளை முறைமைபடுத்த உதவி செய்தல்.

7. முன்பள்ளிச் சிறுவர்களுக்காக உணவு அட்டவணைகளை திட்டமிடுதல் மற்றும் குழுவாக உணவு உண்பதற்கு அவர்களை பழக்கப்படுத்துதல்.

8. இரசாயனமற்ற பசளைகள் மூலம் வீட்டுத் தோட்டம் மேற்கொள்வதை ஊக்குவித்தலும் அவ்வாறான பயிர்களை உண்பதற்கு ஊக்குவித்தலும்.

உதாரணம்:-

- மாதிரி வீட்டுத் தோட்டம் அமைத்தல்,
- விவசாயத் திணைக்கள வேளாண்மை உத்தியோகத்தர், பயிர் அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர் போன்றவர்களின் உதவியுடன் வீட்டுத் தோட்ட போட்டிகளை வைப்பதன் மூலமாக அதிகூடிய போஷாக்கு மிகுந்த பயிர்ச்செய்கையை வீட்டுத் தோட்டங்கள் ஊடாக மேம்படுத்தலாம்.
- உள் ஊரிலிருந்து இலகுவாக பெற்றுக்கொள்ளக் கூடிய, வளரக்கூடிய நுண்ணூட்டச் சத்துக்கள் மிகுந்த மூலிகைகளைப் பற்றிய அறிவை விருத்தி செய்தல்.

9. குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு மத்தியில் ஆரோக்கியம் மற்றும் போஷாக்கை மேம்படுத்துவதற்கும் முன்னுரிமை கொடுப்பதற்கும் இயன்ற வகையில் குடும்பத்தின் வரவு செலவு திட்ட முகாமைத்துவத்துவம் சம்பந்தப்பட்ட அறிவுகளை மேம்படுத்துதல்.

10. போஷாக்கு பிரச்சினைகள் உள்ள இடங்களை இனங்கண்டு அதற்கு உண்டான தீர்வுகளை இலகுபடுத்துவதற்கு போஷாக்கு வரைப்படம் ஒன்றை தயார் செய்தல்.

11. குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரின் வழிகாட்டலுடன் ஆபத்துக்குரிய போஷாக்கு பிரச்சினைகள் உள்ள தாய்மார்களை இனங்கண்டு கொள்வதற்காக துணை புரிதல்.

12. நிறை குறை, வளர்ச்சி பிரச்சினைகள் மற்றும் வயதிற்கு தகுந்த உயரம், நிறைகுறை அற்ற பிள்ளைகளை இனங்கண்டு கொள்வதற்கும் ஒத்தாசை புரிவதற்கும் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு உதவி செய்தல்.

13. போஷாக்கு அறிவுரை சேவைகள் மற்றும் பிள்ளை பராமரிப்பு திறன்களை மேம்படுத்துவதன் மூலம் பிரதேசத்தில் போஷாக்கு பிரச்சினைகள் உள்ள குடும்பங்களுக்கு துணை புரிய குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு உதவி செய்தல்.

14. முறையான விதத்தில் நிறையை அளப்பதற்கு ஐந்து வயதுக்கு குறைந்த பிள்ளைகளை நிறை பார்க்கும் இடங்களுக்கு அழைத்து செல்வதை மேம்படுத்துவதன் மூலம் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரினால் மேற் கொள்ளும் வளர்ச்சி நிலை கண்காணிப்புகளுக்காக உதவி செய்தல்.

15. தன் சமூகத்து ∴ பிரதேசத்து நபர்களின் போஷாக்கினை மேம்படுத்த பலதரப்பட்ட புதுப் புது நிகழ்ச்சிகளை அறிமுகம் செய்தல்.

உதாரணம்:- கண்காட்சிகள், போட்டிகள், வீதி நாடகங்கள், பொம்மலாட்ட நிகழ்ச்சிகள், அறிவூட்டல் நிகழ்சிகள்

சுகாதார மேம்பாட்டுடன் சம்பந்தப்பட்ட ஏனைய செயற்பாடுகள்

1. 5 S கருத்தினைப் பயன்படுத்தி சுத்தம் மற்றும் ஒழுங்குடன் கூடிய சமையல் அறைகளை உருவாக்குதல்.
2. 5 S கூற்றை மையமாக வைத்து சுகாதார முறைப்படியிலான கழிவிடங்களை முறையாக பாவிப்பது மற்றும் தனி நபர் சுத்தம் பற்றிய விடயங்களை மேம்படுத்துதல்.
3. தொற்றா நோய்களை கட்டுப்படுத்தும் முகமாக தொற்றா நோய்களுக்கு துனை புரியும்
4. ஆபத்தான விடயங்களை கட்டுப்படுத்தும் செயற்பாடுகளை செய்தல். உதாரணம் :- உப்பு, சீனி ஆகியவற்றை பயன்படுத்துவதை குறைத்தல் உடற் பயிற்சி விடயங்களை மேம்படுத்துதல ஆரோக்கியமான சூழலை உருவாக்குவதற்காக பல தரப்பட்ட நிறுவனங்களை மற்றும் நபர்களை உற்சாகப்படுத்துதல்.
5. ஏனைய பங்காளர்களின் உதவியுடன் வருமானத்தை மேம்படுத்தும் செயற்பாடுகளை அமுல்படுத்துதல்.
6. சிறந்த மனநிலை சுகாதாரத்திற்கான சந்தோச நாட்காட்டியை பிரபலப்படுத்துதல்.
7. சிறந்த பெற்றோருக்கான திறன்களை மேம்படுத்துவதற்காக உதவுதல்.
8. குழந்தை அறை உருவாக்குவது மற்றும் மேம்படுத்துவதற்கு உதவுதல்.
9. குறைந்த செலவில் குழந்தைகளுக்காக கல்வி மற்றும் விளையாட்டுப் பொருட்களை உற்பத்தி செய்தல்.
10. சுத்தமான மற்றும் பாதுகாப்பான சூழலை மேம்படுத்துவதன் மூலம் தொற்று நோய்களை கட்டுப்படுத்துவதற்கு உதவுதல்.
11. நுளம்பு பெருகும் இடங்களை கட்டுப்படுத்துவதற்கும் குப்பை கூளங்களை பாதுகாப்பாக வைப்பதற்கும் உதவுவதன் மூலம் நுளம்பு பெருகுவதை கட்டுப்படுத்துவதற்கு துனை புரிதல்.
12. பாடசாலைப் பிள்ளைகள் கல்வியில் இருந்து இடைவிலகல் சதவீதத்தை குறைப்பதற்கு உதவுதல்.

தாய்மார் கழகங்கள் நீண்ட காலமாக தக்க வைத்தலை உறுதிப்படுத்துதல்

- பொறுப்புக்களையும் பதவிகளையும் அங்கத்தவர்கள் மத்தியில் பகிர்ந்துக் கொள்வதன் மூலம் அங்கத்தவர்களை தக்கவைத்துக் கொள்வதற்கும் குழுவின் செயற்பாடுகளை பாதுகாப்பதற்கும் முக்கியமாகத் துணை புரிகின்றன. வெவ்வேறு செயற்பாடுகளுக்கு வெவ்வேறு அங்கத்தவர்களுக்கு தலைமைத்துவத்தை பெற்றுக்கொடுப்பதன் குழுவின் செயற்பாடுகளுக்கு மிகத் துரிதமாக ஒத்துழைப்பு வழங்குதலையும் குழு தொடர்ந்து நிலைத்திருப்பதையும் உறுதிப்படுத்தலாம்.
- அனைவருக்கும் கருத்துக்களை பரிமாரிக் கொள்வதற்கும் கதைப்பதற்கும் சந்தர்ப்பம் வழங்கப்பட வேண்டும்.
- பல விடயங்கள் சம்பந்தமாக குழுவிற்குள் முக்கியமாக இரகசியத்தை பேண வேண்டும். அத்துடன் விடயம் பற்றி எல்லா அங்கத்தவர்களும் அறிந்திருப்பதும் முக்கியமாகும்.
- குழுவின் முன்னேற்றத்தை பற்றி எப்போதும் கவனம் செலுத்த வேண்டும். அவ்வப்போது சகல உறுப்பினர்களினதும் கருத்துக்களை விசாரித்தலும் அதன் படி தேவையான மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதும் முக்கியமாகும்.
- வெற்றிகள் மற்றும் பின்னடைவுகளை பரிமாரிக் கொள்வதுடன் சகல உறுப்பினர்களினதும் ஒத்துழைப்பு பாராட்டப்பட வேண்டும்.

- பொதுவான நோக்கங்களை அடைந்து கொள்ள, குழுவாகவும் பலமாகவும் செயற்படுவதற்கு அங்கத்துவத்தை உற்சாகப்படுத்த வேண்டும்.
- குழு தொடர்ந்தும் நிலைத்து இருப்பதற்கு அவ்வப்போது புது உறுப்பினர்களை இணைத்துக் கொள்வதும் மிக முக்கியமாகும்.
- அங்கத்தவர்கள் அவ்வப்போது விலகிச் செல்வது பொதுவான இயல்பாகும். ஆகவே அதை நேர்மறையாக ஏற்று வரக்கூடிய வேலைகளுக்கு பாதிப்பு ஏற்படாத வண்ணம் விடயங்களை திட்டமிட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.
- குழுவின் செயற்பாடுகள் - நடைமுறை பிரச்சினைகளுக்கேற்பவும் காலத்திற்கேற்பவும் சமூக தேவைகளுக்கேற்பவும் வேறுபடலாம். ஆயினும் பிரதான நோக்கங்களுக்கு பாதிப்பு ஏற்படாத வண்ணமாக மாற்றங்களை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.
- தாய்மார் கழகத்தின் செயற்பாடுகளில், அங்கத்தவர்களுக்கு கொடுப்பனவு வழங்குதல் அல்லது வேறேதும் பயன்கள் பெறுதல் பற்றி எந்த வித தீர்வுகளும் எடுக்க கூடாது.
  குழு அங்கத்தவர்களுக்கு அவர்களின் பங்களிப்புகளுக்காக எந்த வித கொடுப்பனவுகளும் வழங்கப்பட மாட்டாது. இச்சேவை கொடுப்பனவுகள் ஏதும் பெறாத கௌரவமான சேவை என்பதை கவனத்திற் கொள்ள வேண்டும். தாய்மார் கழகத்தின் உறுப்பினர்களுக்கு சமூகத்தில் ஒரு வரவேற்பை ஏற்படுத்துவதற்காக அடையாள அட்டை ஒன்றை வழங்கலாம். தொண்டர் சேவையில் ஈடுபடும் இவர்களுக்கு வழங்கப்படும் இவ்வடையாள அட்டையை சுகாதார சேவை ஏதும் வழங்கும் போது முன்னுரிமை பெறுவதற்காக பயன்படுத்தலாம்.
  உதாரணம் :- சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலயத்தில், க்ளினிகில் (பிணியாய நிலையத்தில்), வைத்தியசாலையில்
- தாய்மார் கழகங்கள் பிரதேச செயலாளர் காரியாலயத்தில் மற்றும் மாவட்ட ரீதியாகவும் பதியப்பட்டிருத்தல் அக்குழுக்களின் மிக நல்ல வரவேற்பிற்கும் செயற்பாடுகளுக்கும் காரணமாக அமையும். எனினும் இவ்வாறு பதியப்பட்டிருத்தல் அத்தியாவசியமான காரணியாக கணிக்கப்பட மாட்டாது.

தாய்மார் கழகங்கள் நிறுவுவதிலும் நடாத்திச் செல்வதிலும் கவனிக்கப்பட வேண்டிய முக்கிய விடயங்கள்

கீழ் குறிப்பிடும் விடயங்களை மேற்கொள்ளும் போது குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் மற்றும் பொது சுகாதார பரிசோதகர்களினது பங்களிப்பும் ஒத்துழைப்பும் தேவைப்படுகின்றது. அதைத் தவிர சுகாதார வைத்திய அதிகாரி மற்றும் சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியலயத்தில் பணிபுரியும் மேற்பார்வை அதிகாரிகளினதும் உதவி மற்றும் உபகாரங்களை தேவை ஏற்படும் சந்தர்ப்பங்களில் பெற்றுக் கொள்ளலாம். மேலும் மாவட்ட சுகாதார சேவை பணிப்பாளர் காரியாலயத்தில் உள்ள தொழிநுட்ப அதிகாரிகளின் அறிவுரைகளையும் தேவை ஏற்படும் சந்தர்ப்பங்களில் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

1. **சூழல் விடயங்களை பற்றிய ஆராய்வுகள்**

   தாய்மார் கழகம் ஆரம்பிக்கும் முதல் கட்டத்தில் இருந்தே மிக பொருத்தமான சூழல் தொடர்பான விடயங்கள் மற்றும் குறிப்பிட்ட காரணிகளை பற்றி ஆராய்வுகள் மேற்கொள்ள வேண்டும். குறிப்பாக சுகாதாரத்துடன் சம்பந்தப்பட்ட செயற்பாடு ஒன்றை திட்டமிடுவதற்கு முன் பிரதேசத்தில் சுகாதார பிரச்சினைகளையும் அதற்கு உண்டான காரணிகள் பற்றியும் சிறப்பான ஆய்வுகளை மேற்கொள்வது மிக முக்கியமாகும்.

2. **பிரச்சினைகளை கண்டறிதல்.**

   குறிப்பிட்ட நடவடிக்கைகளை திட்டமிடுவதற்கு பிரதேசத்திற்கு பொருத்தமான பிரச்சினைகளை கண்டறிவது அத்தியாவசியமாகும். இவ்விடயங்களுக்கு தாய்மார் கழக உறுப்பினர்களினதும், சமூகத்தில் பிரதிபலிக்கும் ஏனைய பங்காளர்களினதும் பங்களிப்புகளை பெற்றுக் கொள்வது முக்கியமாகும். பிரச்சினைகளை கண்டறிதல் மற்றும் பிரச்சினைகளை தீர்ப்பதற்கு பொருத்தமான சூழலை உருவாக்குவதற்கு மிக இலகுவான வழி கலந்துரையாடல்களாகும். அதே போன்று பல தரப்பட்ட பிரச்சினைகளுக்குகான காரணிகளையும் தடைகளையும் பற்றி விளங்கிக் கொள்வது முறையான தலையீடுகளை மேற்கொள்வதற்கு உதவும். இங்கு கண்டறியப்பட்ட பிரச்சினைகளில் போஷாக்கு பிரச்சினைகளுக்கு முன்னுரிமை வழங்கும் விதமாக தாய்மார் கழகங்களின் செயற்பாடுகள் மேற்கொள்ளப்படும்.

3. முன்னுரிமை வழங்குதல்.

தாய்மார் கழக உறுப்பினர்கள் மூலமாகவே கண்டறியப்பட்ட பிரச்சினைகளை முன்னுரிமை வழங்கும் விதத்தில் பட்டியல் இடப்பட வேண்டும். இதன் மூலம் பிரச்சினைகளின் முக்கியத்துவத்திற்கு இணங்க முன்னுரிமை வழங்குவதும், அதற்கான தீர்வுகளை காண்பதும் மேற்கொள்ள முடியும்.

4. செயற்திட்டம் ஒன்றை தயாரித்தல்.

தாய்மார் கழகத்தினை நன்றாக செயற்படுத்தவும் நோக்கங்களை அடைந்து கொள்வதற்கும் செயற்திட்டம் ஒன்று இருத்தல் மிக முக்கியமாகும். செயற்றிட்டம் ஒன்றின் மூலம் நோக்கங்களை அடைந்து கொள்வதற்கான வழி முறைகளையும், அவற்றிற்கு செலுத்தும் கால அளவுகளையும், நடைமுறை விடயங்களையும் நன்றாக விவரிக்க முடியும்.

மேலதிகமாக பலதரப்பட்ட விடயங்களுக்கு பொறுப்பு வகிக்கும் நபர்களை இணங்கண்டு கொள்ளுதல், பொறுப்புகளை பகிர்ந்தளித்தல், செயற்பாடுகளை மேற்பார்வை செய்யும் விதங்கள் போன்ற விடயங்களும் இச் செயற்திட்டத்திற்குள் உள்ளடங்க வேண்டும்.

தாய்மார் கழகம் ஆரம்பித்து முதல் 6 மாதங்கள் செல்வதற்கு முன் தாய்மார் கழகத்திற்கான செயற்திட்டம் ஒன்றை தயார்படுத்திக் கொள்வதற்கு சிபாரிசு மேற்கொள்ளப்படும்.

5. **நிகழ்ச்சிகளை அமுல்படுத்துதல் மற்றும் அறிக்கைகளை நடாத்திச் செல்லுதல்.**

ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட முறையொன்றிற்கிணங்க நிகழ்ச்சிகளை அமுல்படுத்த வேண்டும். அச் செயற்பாடுகள் சரியான முறையில் அறிக்கைப்படுத்தப்பட்டு இருக்கவும் வேண்டும். அவ்வாறு அறிக்கைப்படுத்துவதனால் செயற்பாடுகள் எதிர் பார்க்கும் விதத்திலும் குறிப்பிட்ட கால எல்லைக்குள்ளும் நடக்கின்றதா என்பதை கண்டு கொள்வதற்கும் தேவைப்படும் தலையீடுகளை மேற்கொள்வதற்கும் சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும்.

6. **தாய்மார் கழக செயற்பாடுகளின் முன்னேற்றத்தை கண்காணித்தலும் மதிப்பீடு செய்தலும்.**

திட்டமிட்ட தாய்மார் கழகங்களின் செயற்பாடுகள் எதிர்பார்த்த விதத்தில் நடைபெறுகின்றதா? என்பதை தொடராக கண்காணித்தல் மற்றும் மதிப்பீடு செய்வதை தாய்மார் கழக உறுப்பினர்கள் மூலமாகவே மேற்கொள்ள வேண்டும்.

சாராம்சம்

- தாய்மார் கழகமானது, அதிக நேரம் மற்றும் நிதிச் செலவு அற்ற மக்களுக்குச் சேவையாற்றக் கூடிய ஒரு சிறந்த வழியாகும்.
- அத்துடன் இது சமூகத்தாரை நெருங்கி அவர்களுக்கு மத்தியில் சுகாதார மேம்பாட்டுச் செயற்றிட்டங்களை பற்றி ஊக்குவிப்பு அளிக்கக் கூடிய ஒரு சிறந்த அடித்தளமாகும்.
- மேலும் நீங்கள் வாழும் சமூகத்தினுள்ளே சுகாதார நிலை மற்றும் வாழ்க்கைத் தரம் மேம்படுத்துவதற்காக துணை புரியும் சிறந்ததொரு கூற்றாகும்.
- ஒப்பீட்டளவில் மிகக் குறைந்த முயற்சிகளையும் செலவுகளையும் பயன்படுத்தி குடும்பங்களின் தெளிவான நேர்மறையான மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதற்கு தாய்மார் கழகங்களுக்கு முடியும்.

பின்னிணைப்பு 1

தாய்மார் கழகக் கூட்டங்களை நடாத்துவதை மேற்பார்வை செய்வதற்காக பயன்படுத்தும் பட்டியல்.

கூட்டங்களை இலகுவாக நடாத்திச் செல்வதற்கு கழகத்தலைவருக்கு உதவும் மாதிரிப் பட்டியல்.

சுகாதார வைத்திய அதிகாரப் பிரிவு :- …………………………………………..

குடும்ப சுகாதார உத்தியோகத்தரின் பிரிவு :-……………….…………………….

இடம் :-…………………………………………………………………………

திகதி :-………………………..,…… நேரம் :-…………………….…………….

பிரதான கருப்பொருள் :-…………………………….………………………….

கழகத்தலைவர்கள் :-……………………………………………………..

……………………………………………………………..

……………………………………………………………..

பொருத்தமான கூட்டினுள் (√) அடையாளமிடவும்

பங்குபற்றுவோர் வட்டமாக அமர்ந்து இருத்தல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) தன்னை பற்றி குழுவிற்கு அறிமுகப்படுத்தல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) அன்றைய கூட்டத்திற்கான கருப்பொருளை தெளிவாக விளக்குதல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) அங்கத்தவர்களின் பங்களிப்பை உறுதிபடுத்துவதற்காக அவர்களிடம் கேள்விகள் பல கேட்டல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) அமைதியாக உள்ள அங்கத்தவர்களையும் கூட்டத்தில் பங்குபற்றுவதற்கு / பேசுவதற்கு உற்சாகப்படுத்துதல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) தொடர்பாடல் திறன்களை பிரயோகித்தல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) இயன்ற அளவு கலந்துரையாடலில் உள்ளடக்கப்பட வேண்டிய விடயங்களை கட்டுப்படுத்தல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) மற்றும் அங்கத்தவர்கள் தமக்குள்ளே வேலைகளைப் பிரித்துக் கொள்ளல்.	
குழு உறுப்பினர்கள் தமது சொந்த அனுபவங்களை ஏனையவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளுதல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) மூலம் ஏனைய அங்கத்தவர்கள் கற்றுக் கொண்ட விடயங்களை மீண்டும் தெரிவிக்கும் படி கூறுதல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) தமது குழுவின் தகவல் பத்திரத்தைப் பூர்த்தி செய்தல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) அடுத்த கூட்டத்திற்கு முன் ஏற்றுக்கொண்ட விடயங்கள் தொடர்பாக உற்சாகமான ஒத்துழைப்பை பெறுவதையும், அவர்களால் பெற்றுக் கொண்ட விடயங்களை பறிமாரிக் கொள்வதையும், அது சம்பந்தமான அறிக்கை இடுவதையும் மேற் கொள்ள வேண்டும்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) அடுத்த தாய்மார் கழக கூட்டத்திற்காக அங்கத்தவர்களுக்கு அழைப்பு விடுத்தல்.	
குழுத் தலைவர்(கள்) கலந்து கொண்ட அங்கத்தவர்களுக்கு நன்றியை தெரிவித்தல்.	

பின்னிணைப்பு 2

தாய்மார் கழகத்தின் வளர்ச்சியைக் கண்காணிப்பதற்கும், பகுப்பாய்வு செய்வதற்குமான படிவம்.

படிவம் (A) :- கழகத் தலைவர் அல்லது செயலாளரினால் நிரப்பப்பட்டு குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரிடம் கையளிக்கப்பட வேண்டும்.

தாய்மார் கழகத்தின் பெயர் :-…………………………………………………………………

கூட்டம் நடைபெறும் திகதி :-…………………………………………………………………

இடம் :- ……………………………………………………………………………………

உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை :-………………………………………………………………

பங்குபற்றிய உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை :-…………………………………………………

கலந்துரையாடப்பட்ட தலைப்புக்கள் :-……………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

கழகத்தினால் மேற்கொள்ளப்பட்ட அல்லது மேற்கொள்ள உத்தேசித்துள்ள நடவடிக்கைகள் :…………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

அடைந்த வெற்றிகள் :…………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

எடுக்கப்பட்ட முடிவுகள் :-……………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

அடுத்த கூட்டத்திற்கான திகதி மற்றும் இடம் :-…………………………………………………

……………………………………………… ………………………………………………

குழுத் தலைவரின் கையொப்பம் செயலாளரின் கையொப்பம்

பின்னிணைப்பு 3

படிவம் B (மாதாந்தம் குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரினால் நிரப்பப்பட்டு சுகாதார வைத்திய அதிகாரியிடம் கையளிக்கப்பட வேண்டும்.)

மாதமும் வருடமும் :-…………………………………………………………..…………………

குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரின் பெயர் :-………………………………………………

குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரின் பிரிவு :-…………….…………………………………

குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரினால் வசதிகள் பெறும் தாய்மார் கழகங்களின் எண்ணிக்கை:-
………………………………………………………………………………..…………….

தாய்மார் கழகங்களின் பெயர்கள் :-

1. ……………………………………………………………………
2. ……………………………………………………………………
3. ……………………………………………………………………
4. ……………………………………………………………………

கழகங்களினால் கடந்த மாதத்தில் மேற்கொள்ளப்பட்ட நடவடிக்கைகளின் சாராம்சம் :-
………………………………………………………………………...
....
....

கழகங்களினால் பெற்ற வெற்றிகள்
:……
……………………………………………………………………………..…………………………
……………………………………………………………………………..…………………………

கையொப்பம் :-…………………………………………………………………

திகதி :-…………………………………………………………………

பின்னிணைப்பு 4

படிவம் C

சுகாதார வைத்திய அதிகாரியின் பிரிவு :-……………………………………………………………………..

திகதி :-………………………………………………………………………………………………………

சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவிலுள்ள குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களின் எண்ணிக்கை

………..

a* சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவிலுள்ள செயற்படுகின்ற தாய்மார் கழகங்களின் எண்ணிக்கை :-
……

b* தற்போது செயற்படுகின்ற ஒரு கழகத்தையாவது கொண்டுள்ள குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களின் எண்ணிக்கை
:……………………………………………………………………………………………

தற்போது செயற்படுகின்ற ஒரு கழகத்தையாவது கொண்டுள்ள குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்களின் சதவீதம் ………………………………………………………… (a/b x 100%)

தாய்மார் கழகம் மூலமாக மேற்கொள்ளப்பட்ட நடவடிக்கைகளின் சாராம்சம் :

(அ) போஷாக்கு சம்பந்தமான நடவடிக்கைகள்
:…………………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………………

(ஆ) ஏனைய சுகாதார மேம்பாட்டு நடவடிக்கைகள்
:…………………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………………
…………………………………………………………………………………………………

தாய்மார் கழகங்களினால் அடைந்த வெற்றிகளின் சாராம்சம் (ஆரம்ப நிலையிலிருந்து தற்போது வரை அடைந்துள்ள முன்னேற்றத்தின் சதவீதம்)

1. ………………………………………………………………………………………
2. ………………………………………………………………………………………
3. ………………………………………………………………………………………

பெயர் :- ………………………………………………… திகதி :-…………………………………

கையொப்பம் :-……………………………………………………………

**இக்குறிகாட்டிகள் குடும்ப சுகாதார பணியகத்தின் வருடாந்த தகவல் பத்திரத்திற்கு (Annual Data Sheet) உள்ளடக்கப்படும்*

பிண்ணிணைப்பு 5

Annual Data Sheet on Resource Availability at MOH Level
As at 31st December 2017

RDHS Area ……………………… **MOH Area ………………**

1. Cadre Vacancies

Category	MOH	AMOH	DS	PHNS	SPHI	PHI	SPHM	PHM	SDT	PPA	DA	Clerk	Driver	SMO	Watcher	K.K.S.	Any other
Approved Cadre																	
Number available																	
Number vacant																	

2. Details of Vehicles (Including Three wheelers available)

Make of the Vehicle	**Year of manufacture**	**No. of years used**	**Condition**

3. Details of the Institutions

Type of Hospital		**No. available**
TH		
PGH		
DGH		
Base Hospital	Type A	
	Type B	
Divisional Hospital	Type A	
	Type B	
	Type C	
CD/PMCU		

4. Services available in Secondary or Tertiary care Institution

Name of the institution ……………………………………………	**Available**	**Not available**
Lactation management Centre Adolescent clinic /YFHS[1] centers (Yovun Piyasa)		
Mithuru Piyasa		
Crèche facility/Day care		

[1] *YFHS-Youth Friendly Health Service*

Family Planning Stocks

Item	**Balance as at 31st Dec 2016**	**Stocks received during 2017**	**Stock used during 2017**	**Balance as at 31st Dec 2017**
Condoms				
OCP				
Injectables				
IUD				
Implants				

6. Family planning clinic services at Hospital

Hospital Name	Dedicated FP clinic session/week2

[2] *Clinic providing only FP services and at least 4 methods*

7. Micronutrient Stocks

Item	Balance at end of 31st Dec 2016	Stocks received during 2017	Stock used during 2017	Balance as at 31st Dec 2017
Ferrous sulphate				
Folic acid				
Vit C				
Cal-lactate				
Vit A				
Mebendazole				
MMN (only in MMN				
Glucose sachet				
Hb strips				
Urine strips				

8. Functioning Clinic Centers

	No of functioning clinic Centers (Not clinic sessions
Clinic Centers total	
WWC Centers	
FP Clinic Centers	
Nutrition Clinic Centers	
Weighing Centers	
Adolescent Youth Friendly Clinic	

9. Equipment available with PHMM

Item	No available
Pinnad	
Tape	
Delivery set	
Postpartum kit	
Spring balance	

10. Equipment available at Clinic Centers

	No available
Beam infant weighing scale	
Beam adult weighing scale	
Height measuring rod / Microtoise	
BP apparatus	
Length measuring board	
Autoclave at MOH Office	
Snellen's charts for PHI	
Wall chart – BMI	
Haemocu Machines	
Glucometers	
Standard weighing sets	

11. Mother support groups

No. of Mothers Support Groups functioning in the area	
No. of PHM area having more than 1 Mother Support Groups	

12. Any special request and instruments needed

பிண்ணிணைப்பு- : 6

தாய்மார் கழகத்தின் கள நிலை செயற்பாடுகளை மதிப்பீடு செய்வதற்கான படிவம்

சுகாதார வைத்திய அதிகாரி பிரிவு :- திகதி :-
குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரின் பிரிவு :-
தாய்மார் கழகத்தின் பெயர் :-
குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தரின் பெயர் :-

1. .செயற்றிட்டங்களை அமுல்படுத்தலும் தக்கவைத்தலும் (ஆகக் கூடிய புள்ளிகள் 70)

		புள்ளிகள்	மொத்தம்
1.	செயற்குழு உள்ளது (குழுத்தலைவர், செயலாளர், பொருளாளர்) சகல பதவிகள் ஓரிரு பதவிகள் பதவிகள் ஏதும் இல்லை	5 3 0	......./5
2.	அங்கத்தவர்களின் தொகுதி (பல்வேறுப்பட்ட அங்கத்தவர்கள்) கர்ப்பிணித் தாய்மார்கள் 5 வயது வரையுள்ள பிள்ளைகளின் தாய்மார்கள் இளம் வயதில் உள்ள பிள்ளைகள் யௌவன பருவத்தில் உள்ள பிள்ளைகள் (13-19 வயதுக்குட்பட்ட) 50 வயதிற்கு மேற்பட்டவர்கள் (மொத்த புள்ளிகள் 10)	2 2 2 2 2	......./10
	ஆண்களின் பங்களிப்பு (ஆகக்குறைந்தது கூட்டத்தில் 50% இற்கும் அதிகமான ஆண்களின் பங்களிப்பு இருக்குமாயின் [2])	5	......./5
3.	தாய்மார் கழகத்திலுள்ள அங்கத்தவர்களின் எண்ணிக்கை <10 10-20 >20	5 10 7	......./10
4.	தாய்மார் கழகத்திலுள்ள குடும்பங்களின் எண்ணிக்கை (மொத்த புள்ளிகள் 5) >20 10-20 7-10	3 5 2	......./5
5.	நடைப்பெற்ற மாதாந்தக் கூட்டங்களின் எண்ணிக்கை (பதிவுகளின் அடிப்படையில் தொடர்ந்து 12 மாத கூட்டங்களின் அறிக்கைகளின் படி கணிப்பிடலாம்) ஆம்(10 அல்லது அதற்கு மேல்/12) ஒழுங்கு முறையற்றது (5-9/12) <5/12	10 5 0	......./10
6.	மாதாந்தக் கூட்டங்களின் எண்ணிக்கை (குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தருக்கு சமர்ப்பித்த அறிக்கைகளின் படி) ஆம்(10 அல்லது அதற்கு மேல் /12) ஒழுங்கு முறையற்றது (5-9/ 12) <5/12	10 5 0	......./10
7.	வரவு செலவு கணக்கு அறிக்கைகள் வைத்திருத்தல் ஆம் இல்லை	5 0	......./5
8.	தாய்மார் கழகம் உற்சாகமாக இயங்கிய வருடங்களின் எண்ணிக்கை 3 அல்லது அதற்கு மேல் 2-3 வருடங்கள் 1-2 வருடங்கள் 6 மாதம் முதல் 1 வருடம்	5 3 2 1	......./5
9.	துாய்மார் கழக விடயங்களுக்கு பொதுச் சுகாதார பரிசோதகரின் பங்களிப்பு (சாட்சி - கூட்டத்தின் வரவு அறிக்கையில் இருந்து) >3 அறிக்கை மற்றும் வரவு இடாப்பு 2-3 புகைப் படங்கள் 1	5 3 1	......./5
	மொத்த புள்ளிகள்		......./70

1. *கவனத்திற் கொள்ளும் வருடத்தில் நடாத்தப்பட்ட கூட்டங்களில் ஆண்கள் கலந்து கொண்டார்கள் என்பதை குறித்த வரவு பதிவேடுகளை பரிசோதிப்பதன் மூலமாக தீர்மானிக்கலாம். (ஆகக் குறைந்தது 6 மாதங்களுக்காவது பங்களிப்பு இருக்க வேண்டும்).*
2. *கடந்த வருடங்களில் நடாத்தப்பட்ட கூட்டங்களின் அறிக்கைகள் இலக்க வடிவில் இருக்க வேண்டும்.*

2. வருடத்தில் நடாத்தப்பட்ட நடவடிக்கைகளின் விபரம் (அதி கூடிய புள்ளி - 90)

இல	செயற்பாடுகள்		புள்ளி	மொத்தம்
1	பிரிவில் இருக்கும் சுகாதார பிரச்சினைகளையும் ஆபத்தான காரணிகளையும் அடையாளம் கண்டு கொள்ளுதல்.	ஆம் இல்லை	5 0	…./5
2	பிரிவிலுள்ள முக்கியமான பிரச்சினைகளை முன்னுரிமை அடிப்படையில் பட்டியல் இடுதல்.	ஆம் இல்லை	5 0	…./5
3	ஆண்டுத்திட்டம் இருத்தல்.	ஆம் இல்லை	5 0	
4	இலக்கு நடவடிக்கைகள். அடையாளம் காணப்பட்ட பிரச்சினைகளுக்கு ஏதுவான தலையீடுகளை மேற்கொள்ளுதல். (நடவடிக்கைகளின் எண்ணிக்கை) (ஆகக் கூடிய புள்ளிகள் 20)	>5 5 4 3 2 1	20 15 10 7 5 3	…./20
5	சுகாதார கல்விற்கு/மேம்பாட்டிற்கு திட்டம் ஒன்று வைத்திருத்தல்.	ஆம் இல்லை	5 0	…./5
6	திட்டத்தின் அடிப்படையில் சுகாதார கல்வி நடவடிக்கைகள் நடாத்தப்பட்டதா?	ஆம் இல்லை	5 0	…./5
7	பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளுக்கு தலையீட்டை மேற்கொள்வதற்கு சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலயத்தில் பயிற்றப்பட்ட உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை. (ஆகக்கூடிய புள்ளிகள் 5)	>5 3-5 1-2	5 3 1	…./ 5
8	அறிவூட்டல் நிகழ்ச்சிகள் நடாத்தப்பட்டுள்ளது. தாய்மார் கழகத்தின் மூலம் பயிற்றப்பட்ட உத்தியோகத்தர்கள் மூலம் – ஏனைய உறுப்பினர்களுக்கு	ஆம் இல்லை	5 0	…./5
	சமுதாயத்திற்கு	ஆம் இல்லை	5 0	…./5
9	தாய்மார் கழகத்தினால் மேற்கொள்ளப்பட்ட சமூக ஊக்குவிப்பு நடவடிக்கைகள் உதாரணம்:- பிள்ளை வளர்ச்சி சம்பந்தப்பட்ட செயற்பாடுகள், டெங்கு நோயை கட்டுப்படுத்துவதற்கு, போஷணை மேம்பாட்டிற்கு, சந்தைகள், கண்காட்சிகள், வீட்டுத்தோட்டம் மேம்படுத்துதல், பயிற்சி நெறிகள்	6 அல்லது அதற்கு மேல் 5 நடவடிக்கைகள் 4 நடவடிக்கைகள் 3 நடவடிக்கைகள் 2 நடவடிக்கைகள்	10 8 6 4 2	…../10
10	ஏனைய அரசாங்க நிறுவனய உத்தியோகத்தர்களின் பங்களிப்புக்கான சான்று (அதி கூடிய புள்ளி 15) கிராம உத்தியோகத்தர் சமூர்த்தி உத்தியோகத்தர் கமநல உத்தியோகத்தர் பொருளாதார அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர் வேறு அதிகாரிகள் (குறிப்பிடவும்) ………………………		3 3 3 3 3	…../15
11	ஏனைய சமூக தலைவர்களின் பங்களிப்புக்கள் சான்று [3]	ஆம் இல்லை	5 0	…../5
	மொத்த புள்ளிகள்			…../90

1. *சமுதாயத்தில் நடாத்திய நடவடிக்கைகளுக்கான சான்றுகள்*
   உதாரணம் :- புகைப்படங்கள், கூட்டங்களின் அறிக்கைகள், கண்காட்சிப் பொருட்களும் மற்றும் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய வேறு சான்றுகள்

2. *ஏதாவது ஒரு அதிகாரி ஒரு வருடத்திற்குள் மூன்று கூட்டங்களுக்கு மேல் பங்குபற்றி இருந்தால் மூன்று புள்ளிகள் வழங்கவும். அப்படிப்பட்ட 5 அதிகாரிக்கு ஆகக்கூடிய புள்ளிகளாக 15 புள்ளிகளை மேற்படி பகுதிக்கு வழங்கலாம்.*

3. *அப்படிப்பட்ட அதிகாரிகள் மூலம் தாய்மார் கழகத்திற்காக செய்த பங்களிப்பிற்கான சான்றுகள்.*
   உதாரணம் :- மாதாந்த கூட்டங்களின் அறிக்கைகளின் படி கருத்துக்களை தெரிவித்தலும் ஒத்துழைப்பு வழங்குதலும்

3. போஷாக்கு மேம்பாட்டு செயற்றிட்டங்கள் (ஆகக்கூடிய புள்ளிகள் 75)

	செயற்பாடுகள்	ஒதுக்கப்பட்ட புள்ளிகள்	பெற்ற புள்ளிகள்
1.	<u>**போஷாக்கு மேம்பாட்டு நடவடிக்கைகள்**</u> • போஷாக்கு உணவு செய்முறைகள். • ஆரோக்கியமான உணவு அட்டவணைகளை அறிமுகப்படுத்துதல். • சமூகத்தில் தாய்ப்பாலுட்டலை மேம்படுத்துதல். • மேலதிக உணவு வழங்கும் பழக்கங்களை மேம்படுத்துதல். • 2 முதல் 5 வயதிற்குற்பட்ட குழந்தைகளுக்கான செயன்முறைகள். • முன்பள்ளி சிறுவர்களிடையே போஷாக்கிணை மேம்படுத்தும் விடயங்களுக்காக உதவுதல். • இளம் பருவ மற்றும் ஆரம்ப கர்ப்ப காலத்தில் காணப்படுபவர்களுக்கான செயற்பாடுகள் • கர்ப்பிணித்தாய்மார்களுக்கும் பாலூட்டும் தாய்மார்களுக்குமான செயற்பாடுகள் • போஷாக்கு குறைபாடுள்ள குழந்தைகளுக்கான தலையீட்டுக்கள் (நிறை குறைந்த / அதிக எடையுள்ள) • முதியோர்களின் போஷாக்கிற்கான செயற்பாடுகள்	5 5 5 10 5 5 5 5 10 5	……/5 ……/5 ……/5 ……/10 ……/5 ……/5 ……/5 ……/5 ……/10 ……/5
2.	வீட்டுத்தோட்டங்களை மேம்படுத்துதல்.	5	……/5
3.	ஏனைய புது செயற்பாடுகள் (விவரிக்கவும்) (மொத்த புள்ளிகள் 10) ……………………………………………………………………. …………………………………………………………………… …………………………………………………………………… ……………………………………………………………………		……/10
	மொத்த புள்ளிகள்		……/75

[1]சான்றுகளின் அடிப்படையில் சமர்ப்பிக்கப்படக்கூடிய புதுச் செயற்பாடுகள் 5 வரை. ஒவ்வொரு செயற்பாடுகளுக்கும் 2 புள்ளிகள் வீதம் ஆகக் கூடியது 10 புள்ளிகளை வழங்கலாம்

4. சுகாதாரத்தை மேம்படுத்துவதற்கு மேற் கொள்ளப்பட்டிருக்கும் ஏனைய செயற்பாடுகள் (மொத்த புள்ளிகள் 45)

	செயற்பாடுகள்	ஆம்	இல்லை	புள்ளிகள்
1.	முறையான உடற்பயிற்சி நடவடிக்கைகளை மேம்படுத்துதல்.	5	0	……/5
	குறிப்பிட்ட குறிகாட்டிகள் மற்றும் உடற்திணிவு (BMI) அறிக்கைகளை நடாத்திச் செல்லுதல்.	5	0	……/5
2.	தொற்றா நோய்களை கண்டறிவதற்காக வருடாந்தம் வைத்திய பரிசோதனைகளை நடாத்துதல்.	5	0	……/5
3.	பிள்ளைகளின் வீட்டு விபத்துக்களை கட்டுப்படுத்துவதற்கு மேற்கொண்ட நடவடிக்கைகள்.	5	0	……/5
4.	போதைப்பொருட்களுக்கு ஈர்க்கப்படுவதை தடுப்பதற்காக மேற்கொண்ட நடவடிக்கைகள். உதாரணம்: மதுபானம், புகைத்தல், சட்ட விரோதமான ஔடதங்கள், வெற்றிலை	5	0	……/5
5.	பெண் நல கிளினிக்களை திறம்பட நடாத்த மேற்கொண்ட நடவடிக்கைகள்.	5	0	……/5
6.	வாய்ச் சுகாதாரம் மேம்பாட்டிற்காக மேற்கொண்ட நடவடிக்கைகள்.	5	0	……/5
7.	வேறு நிகழ்ச்சித்திட்டங்கள் (குறிப்பிடவும்) (உதாரணம்: வீட்டு வன்முறைகள், ……………………………………..…….. மதுபாவனையை தடுத்தல், ……………………………………..…….. பொருளாதார முகாமைத்துவம், ……………………………………..……… தாய் தந்தை திறன்………………..……………………………………..…….. உளச் சுகாதார மேம்பாட்டு விடயங்கள்………………………………………. ஒவ்வொரு செயற்பாடுகளுக்கும் 2 புள்ளிகள் வீதம் 10 புள்ளிகள்			……/10
	மொத்த புள்ளிகள்			……/45

5. **5s கூற்றை அமுல்படுத்துதலும் ஆரோக்கியமான சூழலை ஏற்படுத்துதல்**

(களப்பயணத்தின் போது எழுமாறாக தெரிவு செய்யப்பட்ட 5 வீடுகளை கவனித்து பார்த்து நிரப்பவும்)

(அதிக புள்ளிகள் 70)

	செயற்பாடுகள்	ஆம்	புள்ளிகள்
	வீட்டில் செயற்படுத்தும் 5s சுகாதார கொள்கைகள் (ஒரு வீட்டிற்கு 1 புள்ளி வீதம் அதிகூடிய புள்ளி 25) ➢ சுத்தமான தண்ணீர் ➢ ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட சமையலறை ➢ ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட படுக்கையறை / கல்வி கற்கும் அறை ➢ முன் பிள்ளை அபிவிருத்தி கூற்றின் அடிப்படையில் ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட குழந்தை/ பிள்ளையின் அறை ➢ சவர்க்காரம் மற்றும் நீர் உட்பட்ட சுத்தமான கழிவிடங்கள் ➢ சுத்தமான வீட்டுத் தோட்டம், வீட்டுத்தோட்ட பயிர்கள்	……/5 ……/5 ……/5 ……/5 ……/5 ……/5	……/30
2.	முறையான கழிவு முகாமைத்துவம் (3 R கொள்கையினை பயன்படுத்துதல்)	……/5	……/5
3.	நுளம்பு பெருகும் இடங்கள் அற்ற சூழல் “பசுமைக் கூற்றை” அமுல்படுத்துதல்.	……/5 ……/5	……/10
4.	வீட்டு வாரியாகவும் சுகாதார பழக்கவழக்கங்களை அமுல்படுத்துதல். * (சீனி /உப்பு/ எண்ணெய் குறைவாக பாவிக்கும் வீடுகள், உற்பத்தித் திறன் 5S கொள்கைகளை கடைபிடிக்கும் வீடுகள்……….. போன்ற விதத்தில் எழுமாறாக 5 வீடுகளை மேற்பார்வை செய்யவும்.)	வீடு1……/5 வீடு2……/5 வீடு3……/5 வீடு4……/5 வீடு5……/5	……/25
	மொத்த புள்ளிகள்		……/70

* *நன்றாக செயற்பட்டிருக்கும் சான்றுகள் வழங்கும் ஏதாவது ஒரு வீட்டிற்கு 5 புள்ளிகள் வீதம் மொத்தம் 25 புள்ளிகளை வழங்கலாம்.*

இறுதிப்புள்ளி 350 புள்ளிகளுக்கு வழங்கப்படும். (இறுதிப் புள்ளி…../350)

6. **தாய்மார் கழகத்தின் நிகழ்ச்சித்திட்டங்களுக்காக சுகாதார வைத்திய அதிகாரி காரியாலயத்தின் பங்களிப்பு**

உத்தியோகத்தர்கள்	உத்தியோகத்தரின் பெயர்	மிகச்சிறந்த	சிறந்த	திருப்தி	குறைவு	மிகக் குறைவு
சுகாதார வைத்திய அதிகாரி - **MOH**						
மேலதிக சுகாதார வைத்திய அதிகாரி - **AMOH** **1.** **2.**						
பொது சுகாதார தாதி உத்தியோகத்தர் **- PHNS**						
மேற்பார்வை குடும்ப சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர் - **SPHM**						
மேற்பார்வை பொது சுகாதார பரிசோதகர் **- SPHI**						
பொது சுகாதார பரிசோதகர் **- PHI**						

(சான்றுகளின் அடிப்படையில் மாத்திரம் புள்ளிகள் வழங்கவும்)

சான்றுகளுக்கான உதாரணம்

1. மாதாந்த கூட்டறிக்கைகள்.
2. உள்ளூர் கூட்டறிக்கைகள்.
3. சுகாதார வைத்திய அதிகார பிரிவு ரீதியாக தாய்மார் கழகங்களை நடாத்துதல்.
4. தாய்மார் கழகத்தின் மாதாந்த கூட்டறிக்கைகள்/ வருகை ஆவணங்கள்.
5. வேறு ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய சான்றுகள். உதாரணம் - புகைப்படங்கள், அறிக்கைகள்

இரண்டாம் பதிப்பிற்குத் தமது பங்களிப்பை வழங்கிய அனைத்து பிரதேச, மாவட்ட, மாகாண பொது சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகளுக்கும் சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகத்தின் நன்றிகள்

முதற் பிரதிக்காக தமது பங்களிப்பை வழங்கியவர்கள்

வைத்தியர் R.R.M.L.R. சியம்பலாகொட - பிரதிப் பணிப்பாளர் நாயகம் - I (பொதுச் சுகாதாரச் சேவைகள் 11), சுகாதார அமைச்சு

வைத்தியர் சரத் அமுனுகம - பிரதிப் பணிப்பாளர் நாயகம் - 11 (பொதுச் சுகாதாரச் சேவைகள் 11), சுகாதார அமைச்சு

வைத்தியர் நீலமணி ஹேவாகீகன - முன்னாள் பணிப்பாளர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் தீப்தி பெரேரா - பணிப்பாளர், குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

வைத்தியர் சாந்தி குணவர்தன - பணிப்பாளர், போஷாக்கு ஒருங்கிணைப்புப் பிரிவு

வைத்தியர் V.T.S.K. சிறிவர்தண - பணிப்பாளர், தொற்றா நோய்கள் பிரிவு

வைத்தியர் R.D.F.C. காந்தி - பிரதிப் பணிப்பாளர், சுகாதார கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் S.மஹமித்தாவ - பிரதிப் பணிப்பாளர், போசனைப் பிரிவு

வைத்தியர் அமந்தி பந்துசேன - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் ரஞ்ஜித் படுவன்துடாவ - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் அஜித் அழகியவண்ண - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் டிலும் பெரேரா – விஷேட பல் வைத்திய நிபுணர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் கபில சூரியராச்சி - தொடர்பாடல் நிபுணர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் அயேஷா லொகுபாலசூரிய – விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

வைத்தியர் ஹிரண்யா ஜயவிக்ரம - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

வைத்தியர் தம்மிக்க ரொவேல் - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

வைத்தியர் நில்மினி ஹேமச்சந்திர - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

வைத்தியர் நிதர்ஷினி பெரியசாமி - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதார அமைச்சு

வைத்தியர் L.S. S. சிறிதுங்க - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதார அமைச்சு

வைத்தியர் ரேனுகா ஜயதிஸ்ஸ – போஷாக்கு நிபுணர், UNICEF

வைத்தியர் தரங்க தொரதெனிய - சிரேஷ்ட விரிவுரையாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) மருத்துவப் பீடம்- கொழும்பு

வைத்தியர் K.L.M.D. செனவிவிக்ரம - சிரேஷ்டப் பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) போஷாக்கு ஒருங்கிணைப்புப் பிரிவு

வைத்தியர் கபில பியசேன - பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் மாதவி குணதிலக - பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் தனுஷா புண்ணியதாச - பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் S.சுபாஷ்கரன் - பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதார அமைச்சு

வைத்தியர் P.A.S. சேனாரத்ன - பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) போஷாக்கு ஒருங்கிணைப்புப் பிரிவு

வைத்தியர் L.R. லியனகே – வைத்திய அதிகாரி / தாய் சேய் நலன் - கொழும்பு

வைத்தியர் N.B. காமினி - வைத்திய அதிகாரி / தாய் சேய் நலன் - இரத்தினபுரி

வைத்தியர் A.W.I.P. ரணசிங்க - வைத்திய அதிகாரி / தாய் சேய் நலன் - கேகாலை

வைத்தியர் V.P.S.D. பத்திரண – மேலதிக வைத்திய அதிகாரி தாய் சேய் நலன் - ஹன்வெல்ல

வைத்தியர் S.J. சேனாநாயக்க – மேலதிக சுகாதார வைத்திய அதிகாரி - மஹரகம

வைத்தியர் குமிந்து குலதுங்க – வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் மோதித்த பீரிஸ் - வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் காமினி சமரவிக்ரம - வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர்.A.S. அபேசுந்தர - வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் திற்றா சொர்னாதர – வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் சுருபினி சாமூவேல் - வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் கோமகள் ஷிவந்தன் - வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் G.D.S. சமன்மலீ - வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் மல்மீ பீரிஸ் - வைத்திய அதிகாரி, சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வைத்தியர் ஜசிந்தா பரணசூரிய - வைத்திய அதிகாரி, குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

திரு. K.G.P. பண்டார – பிரதான சுகாதார கல்வி உத்தியோகத்தர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

திரு. M.A.D. முதன்னாயக்க - சுகாதார கல்வி உத்தியோகத்தர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

திரு. கோசல லக்மல் - சுகாதார கல்வி உத்தியோகத்தர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

திரு. அநுர காமினி விஜேசேகர - சுகாதார கல்வி உத்தியோகத்தர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

திருமதி. ஜானகி கொடிகார - சுகாதார கல்வி உத்தியோகத்தர், சுகாதாரக் கல்விப் பணியகம்

வழிநடத்தல்களை மறுப்பரிசீலனை செய்வதற்குப் பங்களிப்பு வழங்கியவர்கள்

பதிப்பாசிரியர்கள்

வைத்தியர் ஸ்ரீயானி ரணசிங்க - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் தனுஷ்க அபேகுணதிலக்க - பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் சஞ்ஜீவனி கருணாரத்ன – வைத்திய அதிகாரி, சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் சுமுது ராஜசிங்க - பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் லசந்த விஜேசேகர – வைத்திய அதிகாரி, சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம

பதிப்பாசிரியர்கள் குழு

வைத்தியர் பபா பளிஹவடன - பணிப்பாளர், சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் ரஞ்ஜித் படுவன்துடவ - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் ஷெரின் பாலசிங்கம் - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் அஜித் அழகியவண்ண - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம

வைத்தியர் அசந்தி பலபிடிய - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் வஜிர நாநயக்கார - விஷேட சமுதாய பற்சுகாதார வைத்திய நிபுணர், சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் அமந்தி பந்துசேன - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், தோட்டப்புற மற்றும் நகரப்புற சுகாதாரப் பிரிவு

வைத்தியர் அயேஷா லொகுபாலசூரிய - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

வைத்தியர் ஹிரண்யா ஜயவிக்ரம - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

வைத்தியர் நெத்மினி தேநுவர - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், குடும்பச் சுகாதாரப் பணியகம்

வைத்தியர் நிதர்ஷனி பெரியசாமி - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், மத்திய மாகாணம்

வைத்தியர் மோனிகா விஜேரத்ன - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், மேல் மாகாணம்

வைத்தியர் பிரபாத் ரணசிங்க - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர் (Actg), மாத்தளை

வைத்தியர் T.M.E. தாப்ரேரா - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர், புத்தளம்

வைத்தியர் P.A.A . சந்திரசிறி - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர்(Actg), காலி

வைத்தியர் P.J. அமரப்பெரும - விஷேட சமுதாய வைத்திய நிபுணர்(Actg), தென் மாகாணம்

வைத்தியர் சிந்தன பெரேரா - சிரேஷ்ட பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் புத்திக்கா சுதசிங்க - சிரேஷ்ட பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் ஜீவரங்க குணசேகர - பதிவாளர், (சமுதாய வைத்திய துறை) சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

வைத்தியர் கோமகள் ஷிவந்தன் - வைத்திய அதிகாரி, சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

திருமதி. சுனெத்ரா மெனிக்கே – பிரதான சுகாதார கல்வி உத்தியோகத்தர் (Actg.), சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

திருமதி. குமாரி இல்லுக்பிட்டிய - சுகாதார கல்வி உத்தியோகத்தர், சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்

திரு.எம்.எச்.எம்.நலீம் - பொது சுகாதார பரிசோதகர் , சுகாதார சேவை அலுவலகம், எல்ல.

இந்தப் புதிய பதிப்பிற்கு பங்களிப்பு வழங்கிய அனைத்து பிரதேச, மாவட்ட மற்றும் மாகாண பொதுச் சுகாதார உத்தியோகத்தர்களுக்கு சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம் தனது நன்றினைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறகது.

சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்
தொலைபேசி : +94112696606
http://www.healthpromo.gov.lk