මව් හවුල් සාමාජිකයන් සඳහා අත්පොත

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය
සෞඛ්‍ය පෝෂණ සහ දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය

මව් හවුල් සාමාජිකයන් සඳහා අත්පොත

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය

සෞඛ්‍ය පෝෂණ සහ දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය

මව් හවුල් සාමාජිකයන් සඳහා අත්පොත

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය
සෞඛ්‍ය පෝෂණ සහ දේශීය වෛද්‍ය අමාත්‍යාංශය

ISBN : 978-955-1829-23-0

Printed with VOC free, non toxic vegetable oil-based environmentally-friendly ink, on 100% recycled paper using wood free pulp which is made from 100% post consumer waste paper
(Paper recycling is the process of recovering waste paper and remarking it into new paper products.)

Recycling one ton of paper saves
17 mature trees, 26 m3 of water, 2.3 m3 of disposal space, 320 liters of oil, and 4,100 kilowatt-hours of electricity.

We encourage you to recycle this document after use.

Printed By **PRINTEC ESTABLISHMENT (PVT) LTD** | 0112 815 816 | salesprintec@gmail.com

පෙරවදන

මවු හවුල් ශ්‍රී ලංකාවේ බිම් මට්ටමේ ප්‍රජාව තුළ සෞඛ්‍යය හා පෝෂණ තත්ත්වය නගා සිටුවීමේදී ඵලදායී මෙහෙවරක නියැලෙමින් අතිශය වැදගත් වූ කාර්යභාරයක් සිදුකරයි. ප්‍රදේශයට ආවේනික වූ සෞඛ්‍යය හා පෝෂණ ගැටලු එම ප්‍රජාව විසින්ම අවබෝධ කරගෙන ඒ සඳහා විසඳුම් සෙවීමට විවිධ වූ නිර්මාණශීලී ක්‍රියාකාරකම් මගින් සිදුකෙරෙන මැදිහත්වීම් සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයට සිය කාර්යයන් කරගෙන යාම සඳහා ඉමහත් පිටිවහලකි.

මවු හවුල් ක්‍රියාකාරකම් සඳහා සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය වෙත මාර්ගෝපදේශයක් සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය මඟින් සකසා ඇත. තවද විවිධ අවස්ථාවන්හිදී මවු හවුල් සාමාජිකයන් සඳහා මාර්ගෝපදේශය සපයන අත්පොතක අවශ්‍යතාවය ඉස්මතු වී පැවතිණි.

ක්ෂේත්‍ර කාර්ය මණ්ඩලයෙහි, ජාතික මට්ටමේ පාර්ශ්වකරුවන් වන සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයට අනුබද්ධ විවිධ ආයතන සහ අංශවල විශේෂඥ වෛද්‍යවරුන්ගේ තාක්ෂණික දැනුම මෙන්ම මවු හවුල් සාමාජිකයන්ගේද අදහස් රැගත් සාකච්ඡාවල ප්‍රතිඵලයක් ලෙස මෙම මවු හවුල් සඳහා අත්පොත සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය මඟින් එළිදක්වනු ලැබේ.

මෙම අත්පොත සඳහා දායකවූ සියලුදෙනාටම ස්තුතිය පළකරන අතර ක්ෂේත්‍රයේ මවු හවුල් ක්‍රියාකාරීන් හට තම ක්‍රියාකාරකම් තවදුරටත් දිරිමත්ව කරගෙන යාම සඳහා මෙය තුටු පඬුරක් ලෙස පිළිගන්වමි.

වෛද්‍ය පාලිත කරුණාපේම
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ
අධ්‍යක්ෂ,
සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය

මවු හවුලක් යනු කුමක්ද ?

ගමේ ජනතාවගේ සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ ගැටළු හඳුනාගෙන එම ගැටළු වලට විසදුම් සෙවීමට මෙන්ම යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු ප්‍රවර්ධනය සඳහා සාමූහික වශයෙන් ක්‍රියාකිරීමට තම ප්‍රදේශයේ පිහිටුවාගත් ස්වෙච්ඡා සංවිධානයකි.

මවු හවුලට එක් රොක් වන අපට

- පවුල් තුළ පැහැදිලි ලෙස සුවය, සතුට සහ සෞඛ්‍ය සඳහා වෙනසක් ඇති කිරීමට හැකිවේ
- ගමේ ජනතාවගේ යහපත් සෞඛ්‍ය සහ ජීවන රටාවක් ඇතිකිරීමට දායකත්වයක් ලබාදිමට හැකිවේ
- ගමේ ජනතාව තුළ සතුට, සාමය සහ සහජීවනය අතිකරගැනීමට හැකිවේ
- විශාල ලෙස මුදල් ආයෝජනය කිරීමකින් තොරව ගමට සේවය සැපයිමට අවස්ථාව ලැබේ
- ගම තුළ ගෞරවනීය පිළිගැනීමක් ඇතිවේ

මවු හවුලක ප්‍රධාන අරමුණ

අපප ප්‍රදේශයේ ජනතාව සතු දැනුම, ආකල්ප සහ කුසලතා වර්ධනය කර ගනිමින් ගමේ ජීවත්වන ජනතාවගේ සෞඛ්‍යය, පෝෂණය සහ පාරිසරික තත්ත්වය නංවාලීම සදහා සියලු පාර්ශ්වකරුවන් සමඟ එක්වී ක්‍රියාකිරීමයි.

අපේ මවු හවුලේ මූලික ලක්ෂණ

- මෙය මුළුමනින්ම ස්වෙච්ඡා සංවිධානයකි.
- සාමාජිකයින් 5 - 20 ත් අතර සංඛ්‍යාවක් සිටිති. එක පවුලකින් එක් අයකු බැගින් සහභාගි වීම අපේක්ෂා කෙරේ.

මෙහිදී කණ්ඩායමේ සිටින සියළුම සාමාජිකයින්ට ගැටළු සාකච්ඡා කිරීමට සහ සිය අදහස් දැක්වීමට අවකාශය ලැබේ.

- අපට මග පෙන්වන්නේ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණියයි.
- ගමේ ස්ත්‍රී, පුරුෂ, විවාහක, අවිවාහක ඕනෑම කෙනෙකුට මෙහි සාමාජිකත්වය ලබාගෙන කටයුතු කළ හැකිය.
- සෑම මසකට වරක්ම අපේ සාමාජික සාමාජිකාවෝ රැස්වෙති.
- මවු හවුලේ අරමුණු ළඟාකරගැනීම සඳහා අවශ්‍ය තොරතුරු සහ අත්දැකීම් අප මෙහිදී හුවමාරු කරගනිමු.
- හඳුනාගත් ප්‍රධාන ගැටළු ආශ්‍රිතව සාකච්ඡා කළ යුතු මාතෘකා අප විසින් තීරණය කරනු ලැබේ.

ගර්භණී මවුවරුන් | මවුවරුන් | ආච්චි / සීයා

(විශේෂයෙන්ම ළදරුවන් සහ
අවු. 1 - 5 ත්
අතර දරුවන් සිටින මවුවරුන්)

ප්‍රජා නායකයින්
විශ්‍රාමික
පුද්ගලයන්

තරුණ තරුණියන්
නව යොවුන් වියේ
පසුවන්නන්

ස්වාමිපුරුෂයන්
පියවරුන්

මේ සම්බන්ධව
උනන්දුවක්
දක්වන වෙනත්
ඕනෑම පුද්ගලයකු

මවු හවුලේ සාමාජිකයින් වන අපි...

- නිලධාරී මණ්ඩලය නිලවරණයකින් පත් කරගන්නෙමු
- මාසිකව පැවැත්වෙන රැස්වීම් සඳහා නොකඩවා සහභාගි වෙන්නෙමු
- අන්‍යෝන්‍ය විශ්වාසය සහ ගෞරවය සුරකින්නෙමු.
  - ✓ මවු හවුල තුළදී හුවමාරු කර ගත් කිසියම් පෞද්ගලික අත්දැකීමක් සහ සංවේදී තොරතුරු කණ්ඩායමෙන් පිටතදී සාකච්ඡා නොකරමු
  - ✓ අන් අයට සාවධානව ඇහුම්කන් දෙන්නෙමු
  - ✓ සාමාජිකයන් කිසිවකු හෝ තම අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේදී ඔවුනට බාධා නොකරන්නෙමු
  - ✓ එකිනෙකාට අවශ්‍ය සහයෝගය නොමසුරුව ලබා දෙන්නෙමු
  - ✓ සාමාජිකයින් අතර ඇතිවන මත ගැටුම් සාකච්ඡා කර සාමකාමීව විසඳාගැනීමට උත්සාහ ගන්නෙමු
- අපි අපේ අත්දැකීම් හුවමාරු කරගන්නෙමු
- පවුල් අතර සහ ප්‍රජාව තුළ සෞඛ්‍ය දැනුම සහ යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු හුවමාරු කරගන්නෙමු
- කණ්ඩායම් හැඟීමෙන් යුතුව කටයුතු කරන්නෙමු
- ප්‍රජාවේ ජීවන රටාව නංවාලීම සඳහා ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම් කරන්නෙමු
- පෙර සැසියේදී තිරණය කරගත් ක්‍රියාකාරකම් සම්පූර්ණ කර ගැනීම සඳහා කැපවී සිටිමු
- ක්‍රියාකාරකම්වල සාර්ථක අසාර්ථකභාවය මැනබැලීමට සියළුදෙනා එකතුව කටයුතු කරමු
- අපගේ ජයග්‍රහණ මෙන්ම පරාජයන් ද එකසේ දරාගැනීම සඳහා කුසලතාවයන් වර්ධනය කරගන්නෙමු

අපේ මවු හවුලේ කණ්ඩායම් නායක (සභාපති) සතු වගකීම

- රැස්වීම් දිනය, වේලාව සහ ස්ථානය පිළිබඳ දැනුවත් කරයි.
- විධිමත් සන්නිවේදන ජාලයක් පවත්වාගැනීම කරයි
- සාකච්ඡා කළයුතු මාතෘකා පිළිබඳව පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණිය, මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක සහ සාමාජිකයින්ගේ සහයෝගයෙන් තීරණය කරයි.
- අවශ්‍ය අවස්ථා වලදී සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයේ සහයෝගය ලබා ගනියි.
- ක්‍රියාකාරකම් වල ප්‍රගතිය පිළිබඳ පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණිය සහ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකතුමා දැනුවත් කරයි.
- අදාල වෙනත් පාර්ශවකරුවන්ගේද (ඇමුණුම 1) සහයෝගය ලබා ගනියි.
- ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීමේදී සාමාජිකයින් ගේ එකගතාවයන් අනුව සියලුදෙනාටම වගකීම් බෙදා දෙයි.
- සාමාජිකයින් සියලුදෙනාටම සම අවස්ථා ලබා දීමට කටයුතු කරයි.
- රැස්වීම් වැනි අවස්ථාවලදී මවු හවුල වෙනුවෙන් පෙනී සිටියි.

කැපවීමෙන් සහ කණ්ඩායම් හැඟීමෙන් යුතුව කටයුතු කිරීමේ කුසලතාවයක් ඇති සාමාජිකයන් කණ්ඩායම් නායක ධුරයට පත්කර ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ.

අපේ මවු හවුලේ ලේකම් සතු වගකීම

- වාර්තා පිළියෙල කර පවත්වාගෙන යයි.
- පසුගිය සමිති වාර්තාව ඉදිරිපත් කරයි.
- ආකෘති පත්‍රය A (ඇමුණුම 2) පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණිය වෙත ඉදිරිපත් කරයි.
- සියළු සාමාජිකයින්ගේ තොරතුරු එක් රැස් කර පවත්වා ගනියි (ඇමුණුම 3).

අපේ මවු හවුලේ භාණ්ඩාගාරික සතු වගකීම

- මවු හවුලේ අරමුදල් කළමනාකරණය කරයි.

සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය විසින් අපට මග පෙන්වනු ලැබේ

මවු හවුල

සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කොට්ඨාශ මට්ටමින්

- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී / අතිරේක සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී
- මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොයුරිය
- පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණිය
- පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක
- පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණිය
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක

දිස්ත්‍රික් මට්ටමින්

- දිස්ත්‍රික් ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ
- දිස්ත්‍රික් මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී
- සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරී
- ප්‍රාදේශීය පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොයුරිය
- දිස්ත්‍රික් පරිපාලන මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක

අප රැස්වීම් පැවැත්වීමේදී

1. **වේලාව:**
   සාමාජික අපගේ දෛනික වැඩකටයුතුවලට බාධාවක් නොවන වේලාවක

2. **ස්ථානය:**
   දරුවන් සමඟ පැමිණෙන අපගේ සාමාජිකයින්ගේ දරුවන් සඳහා ආරක්ෂාකාරී ස්ථානයක (දේශපාලන මධ්‍යස්ථාන කිසිවිටෙකත් මේ සඳහා භාවිතා නොකර සිටිමු)

3. **ළඟාවීමට පහසුව:**
සාමාජිකයන්ට ළඟාවීමට වඩාත් පහසු ස්ථානයක

4. අප සාමාජිකයෝ සියළුදෙනා කවාකාරව හෝ අඩ කවයක ආකාරයට අසුන් ගනිති.

5. න්‍යාය පත්‍රයට අනුව අපේ රැස්වීම පැවැත්වේ.

6. පැමිණීමේ ලේඛනයට පැමිණි සියළුදෙනාගේ අත්සන ලබා ගැනීම සිදු කරයි.

ආදර්ශ න්‍යාය පත්‍රය

1. ආගම සිහිකිරීම
2. පිළිගැනීම
3. නව සාමාජිකයින් හඳුන්වාදීම
4. පසුගිය සමිති වාර්ථාව සමාලෝචනය
5. පෙර එකඟ වූ ක්‍රියාකාරකම් වල ප්‍රගති සමාලෝචනය
6. අය වැය වාර්ථා ඉදිරිපත් කිරීම
7. ආරාධිත දේශනය (අවශ්‍ය පරිදි)
8. යෝජනා සහ සාකච්ඡා, නව ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම් කිරීම
9. නව දැනුම සහ අත්දැකීම් බෙදාහදා ගැනීම
10. වෙනත් ප්‍රශ්න සහ අදහස් දැක්වීම් වලට අවස්ථාව
11. වෙනත් නිවේදන
12. ඊළඟ රැස්වීමේ දිනය සහ වේලාව
13. සමාප්තිය

මවු හවුලේ අරමුණු ඉටුකර ගැනීමට...

- ගැටළු හඳුනාගැනීමේදී සියළු සාමාජිකයින්ගේ අදහස් විමසමු
- එම ගැටළු වලට ප්‍රමුඛතාවය දෙමු
- පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණිය, මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකගේ සහයෝගය ඇතිව :
- ✓ ප්‍රධාන ගැටළු හඳුනාගෙන ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම් කරමු
- ✓ ක්‍රියාකාරකම්වල සාර්ථකත්වය මැනීමට මිණුම් දඬු සකසාගනිමු
- ✓ මිණුම් දඬු යොදාගනිමින් සාර්ථකත්වය මැනබලමු
- ✓ හැකි සෑම අවස්ථාවකදීම සෞඛ්‍ය අංශවලින් පිට විවිධ පාර්ශ්වකරුවන්ගේද සහය ලබාගනිමු

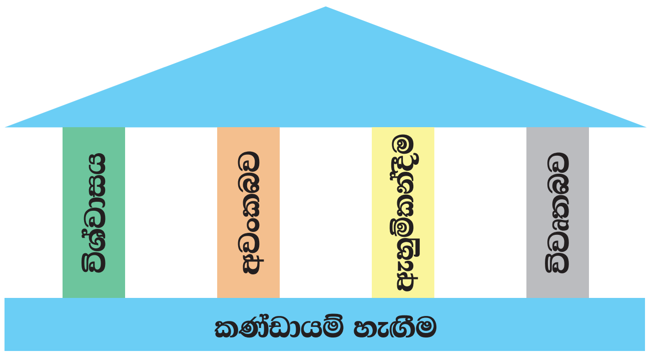
රැස්වීම අවසානයේදී...

1. වැදගත් වූ මාතෘකා, කරුණු කාරණා සහ ගනු ලැබූ තීරණ සාරාංශ ගත කරයි
2. අමතර ප්‍රශ්න, අදහස් දැක්වීම් සහ පැහැදිලි කිරීම්වලට අවස්ථාව ලබාගනී
3. පැමිණි සියළු සාමාජිකයින්ට ස්තූතිය පුදකරයි
4. රැස්වීමේදී සාකච්ඡා කළ දෑ සහ ගනු ලැබූ තීරණ ආදිය පිළිබඳව කෙටි සටහනක් තබාගනී
5. පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණිය වෙත ඉන් පිටපතක් යොමු කිරීමට කටයුතු කරයි

වාර්තා සහ සටහන් පවත්වාගැනීමේදී පහත අංශයන් කෙරෙහි අවධානය යොමුකරමු

- සහභාගී වු සාමාජිකයින් ගේ නාම ලේඛනය
- අප සිදුකල ක්‍රියාකාරකම් සහ අදාල මිණුම් දඬු අනුව ඒවායේ සාර්ථකත්වය
- ගනු ලැබූ තිරණ සහ තීන්දු
- ඉටුකිරීමට ඇති කාර්යයන් සහ වගකිම්, කාල රාමුව
- ලබාගත් පුහුණු අවස්ථා
- වැදගත් නිවේදන
- ඊළඟ රැස්වීමේ දිනය සහ වේලාව

අපේ මවු හවුලේ තැනුම් කුලුණු



විශ්වාසය

- සියළුදෙනා තම අදහස් ඉදිරිපත් කරති
- සියළුදෙනා අන් අයට ඇහුම්කන් දෙති
- කණ්ඩායම විසින් ගනු ලබන තීරණ බල සහිතය

අවංකබව

- සාමූහික සුභසිද්ධිය උදෙසා
- සාධාරණත්වය
- ඍජු කැපවීම

ඇහුම්කන්දීම

- සියළුදෙනා විසින්ම
- විවෘත මනසින් යුතුව
- තම අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට වඩා අන් අයට ඇහුම්කන්දීමට

විවෘතබව

- අන් අයගේ මත සහ අදහස් වලට අවස්ථාව ලබාදීම සඳහා
- නවක අදහස් ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා
- තමන්ගේම අදහස් ප්‍රශ්න කිරීමට අවස්ථාව ලබාගැනීම උදෙසා

ඇමුණුම 1

මවු හවුල සඳහා විවිධ පාර්ශ්වකරුවන්ගේ සහයෝගිතාවය

විවිධ පාර්ශ්වකරුවන් සමඟ සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම මගින් ප්‍රජාවේ සෞඛ්‍ය හා පෝෂණ තත්ත්වය ඉහළ නැංවීමට මනා පිටිවහලක් ලබා ගත හැකිය. මෙහිදී ජනයාගේ ආර්ථික මට්ටම නැංවීම සඳහා නව ආදායම් මාර්ග ඇති කිරීමේ හා ආදායම් වියදම් කළමනාකරණය පිළිබඳ කුසලතා ප්‍රවර්ධනයට මහෝපකාරී වනු ඇත. මහජනතාවගේ/ප්‍රජාවගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය කෙරෙහි සෘජු බලපෑමක් ඇති කරන එහෙත් සෞඛ්‍ය ක්ෂේත්‍රයට අදාළ නොවන ක්‍රියාකාරකම් හොඳින් සංවිධානය කර ගැනීමේදී මෙම සහයෝගීතාවය ඉතා ප්‍රයෝජනවත් වේ.

එවැනි පාර්ශ්වකරුවන් සඳහා ප්‍රාදේශීය/ග්‍රාමීය මට්ටමේ උදාහරණ ලෙස;

- ආගමික නායකයින්
- ග්‍රාම නිලධාරීන්,
- කෘෂිකර්ම නිලධාරීන්, කෘෂිකර්ම උපදේශකල කෘෂිකර්ම නිෂ්පාදන සහකාර
- සමෘද්ධි නිලධාරීන්,
- සංවර්ධන නිලධාරීන් ,
- සමාජ සුභසාධන නිලධාරීන්,
- ළමා අයිතිවාසිකම් සුරැකීමේ නිලධාරීන්,
- පරිවාස නිලධාරීන්
- උපදේශන නිලධාරීන්
- සමාජසේවා නිලධාරීන්
- පොලිස් නිලධාරීන්
- රාජ්‍ය ආයතන නිලධාරීන් -. ජලසම්පාදන හා ජලාපවහන මණ්ඩලය, පරිසර අධිකාරිය, ප්‍රාදේශීය සභාව, නගර සභා

ඇමුණුම 2

මවු හවුල්වල ප්‍රගතිය සමාලෝචනය කිරීම සහ අධීක්ෂණය කිරීමේ ආකෘති පත්‍රය

ආකෘති පත්‍රය A : කණ්ඩායම් නායක/ලේකම් විසින් පුරවා මාසිකව පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිණියට බාර දිය යුතුය.

මවු හවුලේ නම : ....

රැස්වීමේ දිනය : ....

ස්ථානය : ....

සාමාජිකයින් ගණන : ....

පැමිණීම (සහභාගි වූ සාමාජිකයන් ගණන) : ....

සාකච්ඡා කළ මාතෘකාවන් :

....

....

මවු හවුල තුළින් කරන ලද/ කිරීමට එකඟ වූ ක්‍රියාකාරකම් :

....

....

....

ලැබූ ජයග්‍රහණ :

....

....

ගනු ලැබූ තීරණ :

....

....

ඊළඟ රැස්වීම (දිනය සහ ස්ථානය) : ....

....

කණ්ඩායම් නායක (අත්සන) ලේකම් (අත්සන)

ඇමුණුම 3

සාමාජිකයින්ගේ තොරතුරු

අංකය	නම	වයස	රැකියාව	ලිපිනය	දුරකථන අංකය	පවුලේ තොරතුරු								වෙනත්
						දරුවන් ගණන	වයස අවුරුදු 5 ට අඩු දරුවන් ගණන	වයස අවුරුදු 5-15 අතර දරුවන් ගණන	ගර්භනී මවුවරු		කිරිදෙන මවුවරු		
									ඔව්	නැත	ඔව්	නැත	

සංස්කරණය

වෛද්‍ය සුපුන් විජේසිංහ
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය ශ්‍රියානි රණසිංහ
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය ෂෙරින් බාලසිංහම්
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය ධනුෂ්ක අබේගුණතිලක
ලේඛකාධිකාරී, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය සුමුදු රාජසිංහ
ලේඛකාධිකාරී, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය සංජීවනි කරුණාරත්න
වෛද්‍ය නිළධාරී, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය

වෛද්‍ය චන්දිමා විතාන
වෛද්‍ය නිළධාරී, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය ලසන්ත විජේසේකර
වෛද්‍ය නිළධාරී, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

මාර්ගෝපදේශකත්වය

වෛද්‍ය පාලිත කරුණාපේම
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, අධ්‍යක්ෂ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය පබා පලිහවඩන
වසංගත රෝග විද්‍යාඥ, හිටපු අධ්‍යක්ෂ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

සම්පත් දායකත්වය

වෛද්‍ය රංජිත් බටුවන්තුඩාව
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය අජිත් අලගියවන්න
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය අසන්ති බලපිටිය
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය අමන්ති බන්ධුසේන
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, වතු හා නාගරික සෞඛ්‍ය ඒකකය.

වෛද්‍ය හිරන්‍යා ජයවික්‍රම
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය නෙත්මිණී තේනුවර
ප්‍රජා වෛද්‍ය විශේෂඥ, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය බුද්ධිකා සුදසිංහ
ජ්‍යෙෂ්ඨ ලේඛකාධිකාරී, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය එස්. ලියනගේ
ලේඛකාධිකාරී, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය ප්‍රියංගා සමරවික්‍රම
වෛද්‍ය නිළධාරී, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය අචිනි තිලකරත්න
වෛද්‍ය නිළධාරී, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශය.

වෛද්‍ය ප්‍රියානි කරුණාරත්න
වෛද්‍ය නිළධාරී/ මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය, කළුතර

වෛද්‍ය ඩී. සී. වෙල්ගම
වෛද්‍ය නිළධාරී/ මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය, රත්නපුර

වෛද්‍ය කේ. එච් ජේ. කුමාර
සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී, හෝමාගම

වෛද්‍ය ඩී. ජේ. ගලප්පත්ති
අතිරේක සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරී, බත්තරමුල්ල

සුනේත්‍රා මැණිකේ මිය
වැ. බ. ප්‍රධාන සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරි, සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය.

ජේ. ඒ. එම්. ප්‍රසාද් මයා
සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරි, රත්නපුර

චන්දිමාල් නානායක්කර මයා
සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපන නිලධාරි, ගාල්ල

අනෝමා ජයන්ති පීරිස්
මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොයුරිය, ගලිගමුව

ඩබ්ලිව්. ඩබ්ලිව්. ප්‍රියදර්ශිනි
මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොයුරිය, මාතර

එස්. ඩී. පී. එම්. විජේසිරිවර්ධන
පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි, නියාගම

ආර්. ඒ. තමරා
පරිපාලන පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි, මාතර

ඩී. එච්. එල්. වී. දර්ශනිකා
පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි, පානදුර

එල්. පී. ජයවික්‍රම
පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි,මාවතගම

ජී. එල්. එස්. සුබසිංහ
පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි, ගලිගමුව

ඩබ්ලිව්. ඒ. එම්. එම්. වීරසේකර
පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි, බත්තරමුල්ල

එච්. ඒ. රංජනි
පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරිනි මැදබැද්දර, අයගම

පිටකවරය - ධනුෂ්ක හසරංග
සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය

මෙම අත්පොත සැකසීම සඳහා දායකත්වය දැක්වූ ප්‍රාදේශීය,
දිස්ත්‍රික් හා පළාත් සෞඛ්‍යසේවා
ආයතනවල සේවයේ නිරතවන සියළුම නිළධාරීන් හා
නිළධාරීනියන්හට සහ
මවු හවුල්වල සාමාජිකයන්ට
සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශයේ ස්තූතිය.

සටහන්

සටහන්

සටහන්

සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය
දුරකථන : +94112696606
http://www.healthpromo.gov.lk

ISBN : 978-955-1829-23-0
9 789551 829230