डांग विकास संस्थान, करौली

''अब मेरी बारी अभियान'' प्रगति प्रतिवेदन माह – सितम्बर से अक्टूबर, 2019

डांग विकास संस्थान, करौली द्वारा ''अब मेरी बारी अभियान'' के तहत करौली ब्लॉक के चार गांवों में किशोरी बालिकाओं के साथ दशरा संस्थान के सहयोग से कार्य कर रही है जिसके तहत 1 सितम्बर 2019 से 31 अक्टूबर 2019 तक की गई गतिविधियों का विवरण निम्न प्रकार है :–

गतिविधि विवरण :–

1. गर्ल्स चैम्पियन के साथ बैठक :– करौली ब्लॉक के गांव, चैनपुर, आरामपुरा (महू) व ससेडी, कोटे में गर्ल्स चैम्पियन के साथ अलग–अलग छः बैठक की गई। बैठक में कुल 107 गर्ल्स चैम्पियनों ने भाग लिया। बैठंक में स्कोर कार्ड में पांच मुख्य बिन्दुओं पर चर्चा की जो कि यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य, बाल सुरक्षा, शिक्षा, आहार एवं पोषण व स्वास्थ्य बिन्दु थे चर्चा के दौरान निकल कर आया कि लडकियों को उक्त बिन्दुओं पर कितना लाभ मिलता है और मिल रहा है एवं किशोरी बालिकाओं को यह समझ में आया कि सरकार द्वारा हमारे लिये कितने प्रकार की सहायता कर रही है और इन सहायताओं को किशोरी बालिका किस प्रकार लाभ उठा सकती है। किशोरी बालिकाओं की सुरक्षा हेतु उन्हें कानून व स्वयं किस प्रकार अपना बचाव कर सकती है। किशोरी बालिकाओं के स्वास्थ्य के बारे मे बताया कि उनको अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिये एवं आयरन की गोलिया समय पर लेते रहना चाहिये एवं मासिक चक्र के दौरान सैनेट्री पैड का उपयोग करना चाहिए ताकि संक्रमण बिमारी से बचा जा सके। भोजन में तीरंगा भोजन करना चाहिये ताकि भविष्य में गर्भधारण करने पर कमजोरी महशुस नही हो। आदि पर जानकारी दी। गांव में चल रही स्वास्थ्य की अन्य योजनाओं पर चर्चा की गई जैसे– सबला योजना, प्रधान मंत्री मातृ बंदन योजना, श्रमिक मातृसुरक्षा योजना पर चर्चा की गई । इन योजनाओं की पात्रता तथा इसके लाभ लेने की प्रकियाओं की जानकारी प्रदान की गई।

आरामपुरा में गर्ल्स चैम्पियनों के साथ बैठक करते हुए विक्रम सिंह गुर्जर

2. किशोरी बालिका समूह के साथ बैठक :— गांव ससैडी व कोटे में एक—एक किशोरी बालिका समूह के साथ बैठक की जिसमें क्रमशः 22 व 26 बालिकाओं ने भाग लिया। बैठक का मुख्य बिन्दू ग्राम स्तर पर संचालित सरकारी योजनाओं की जानकारी देना एवं स्वास्थ्य शिक्षा रहा जिसमें किशोरी बालिकाओं को अपने स्वास्थ्य संबंधि जानकारी के लिये उप स्वास्थ्य केन्द्र, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र एवं आंगनबाडी केन्द्रों पर आयरन की गोलिया, टीकाकरण, सैनेट्री पैड व पौषाहार आदि निःशुल्क दिये जाते है। पोषण व आहार :— खान पान का सीधा हमारे स्वास्थ्य व पोषण से संबंध है। सब्जी को काटने से पहले धोना चाहिये काटने के बाद नहीं धोना चाहिये। खाने में हरी सब्जी व सलाद अवश्य खानी चाहिये। भोजन की थाली तिरंगाा रंग के खाने से युक्त होनी चाहिये। हरी रंग की सब्जीयां, सफेद रंग में चावल,चपाती तथा केसरिया या पीले रंग में भोजन में फल खाने के लिये होने चाहिये। बाजार के खाने जैसे कचौडी, भल्ला, टिकिया आदि में डडेल का प्रयोग होता है जो कि बहुत ही हानिकारक है तथा इससे कोलेस्ट्राल बढने की पूरी संभावना रहती है। अच्छे पोषण हेतु सादा भोजन ही उत्तम है। पोषण की कमी से खून की कमी हो जाती है।

3. मोबाईल वाणी मोबाईल एप :— गांव हरनगर, खूबनगर, चैनपुर, कोटे, ससैडी व आरामपुरा (महू) में बैठक की। लगभग एक बैठक में 25 से 30 बालिकाओं ने भाग लिया। किशोरी बालिकाओं को मोबाईल वाणी में मोबाईल एप द्वारा कहानी सुनाई गई। किशोरी बालिकाओं को मोबाईल वाणाी मोबाईल का लाभ किस प्रकार ले सकते है यह प्रयोग कर बताया। मोबाईल के माध्यम से किशोरियों की समस्याओं के समाधान की जानकारी दी जिसमें बालिकाओं ने अपनी—अपनी समस्याओं से संबंधित जानकारी को विस्तार से सुना। उस अनुरूप पालन करने की सीख मिली।

4. पत्र लेखन करने पर चर्चा :— किशोरी बालिकाओं को अपनी समस्याओं को किसको लिखना है व कैसे लिखना है व क्या लिखना है। इस संबंध में डांग विकास संस्थान कार्यालय पर दो बैठक रखी गई। बैठक में संस्था सचिव व कार्यक्रम प्रभारी द्वारा किशोरी बालिकाओं को बताया कि पत्र कब लिखना चाहिये और जिससे समस्या से संबंधित होता है उसी विभाग को कैसे लिखना चाहिये। इस बैठक में 12—12 बालिकाओं ने भाग लिया। यह बालिका गांव हरनगर, खूबनगर, चैनपुर, कोटे, ससैडी व आरामपुरा (महू) गांव की थी।

5. समुदाय के साथ बैठक :— दिनांक 12—13 सितम्बर 2019 को गांव कोटे व आरामपुरा में समुदाय के साथ चर्चा की जिसमें 52 संभागियों ने भाग लिया। सरकारी सेवाओं की जन समुदाय तक पहुंच सूनिश्चित करने के लिए लाभार्थी किशोर, किशोरी बालिका, गर्भवती महिलाओं को सेवाओं के बारे में बताया गया कि उप स्वास्थ्य केन्द्र पर टीकाकरण, आयरन की गोली तथा प्रजनन स्वास्थ्य सुविधाये दी जाती है जो आमजन तक नहीं पहुंच पा रही है उनको प्राप्त करने के लिए गर्ल्स चैम्पियन व ब्लॉक कोडिनेटर द्वारा जानकारी दी गई कि गांव में उपलब्ध सेवाओं का लाभ उठाया जा सके।

6. गर्ल्स चैम्पियन क्षमता वर्धन प्रशिक्षण :— दिनांक 14—15 सितम्बर 2019 को प्रकाश हॉटल करौली में दो दिवसीय आवासीय प्रशिक्षण गर्ल्स चैम्पियनों को प्रेक्सीस संस्थान के प्रशिक्षकों द्वारा दसरा संस्थान के सहयोग से करौली, अजमेर व धौलपुर की 40 गर्ल्स चैम्पियनों को प्रशिक्षण दिया गया। जिसमें गर्ल्स चैम्पियनो द्वारा भरे गये स्कोर कार्ड पर बिन्दूबार चर्चा की

गई। स्कोर कार्ड में पांच यौन एवं प्रजनन स्वास्थ्य, बाल सुरक्षा, शिक्षा, आहार एवं पोषण व स्वास्थ्य बिन्दु थे। चर्चा के दौरान निकल कर आया कि लडकियों को उक्त बिन्दुओं पर कितना लाभ मिलता है और मिल रहा है एवं किशोरी बालिकाओं को यह समझ में आया कि सरकार द्वारा हमारे लिये कितने प्रकार की सहायता कर रही है और इन सहायताओं को किशोरी बालिका किस प्रकार लाभ उठा सकती है। किशोरी बालिकाओं की सुरक्षा हेतु उन्हें कानून व स्वयं किस प्रकार अपना बचाव कर सकती है। किशोरी बालिकाओं के स्वास्थ्य के बारे मे बताया कि उनको अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिये एवं आयरन की गोलिया समय पर लेते रहना चाहिये एवं मासिक चक्र के दौरान सैनेट्री पैड का उपयोग करना चाहिए ताकि संक्रमण बिमारी से बचा जा सके। भोजन में तीरंगा भोजन करना चाहिये ताकि भविष्य में गर्भधारण करने पर कमजोरी महशुस नही हो। इस की के साथ पत्र लेखन पर पर भी जानकारी दी गई। प्रशिक्षण में लेपटॉप, प्रोजेक्टर, बैनर, पोस्टर आदि सभी उपयोगी सामग्री काम में ली गई।

7. क्षमता बर्धन ट्यूर विजिट :— दिनांक 2.10.19 को डांग विकास संस्थान कार्यालय में प्रेक्सिस एवं दसरा संस्थान से आए दिप्ती, अक्षय, गुरूप्रिया, दिव्या आदि द्वारा करौली से आठ और धोलपुर से बारह गर्ल्स चैम्पियनों ने भाग लिया जिसमें बालिकाओं के साथ अब मेरी बारी अभियान के तहत कई प्रकार से विडीयो शूट किया जिसमें बालिकाओं के साथ ग्रुप में चर्चा करते हुए व उनको आजादी की और अग्रसर भागते हुए, आपस में किस प्रकार चर्चा करनी चाहिए आदि पर विडीयो शूट किया। साथ ही उन्हें पत्र लेखन का अभ्यास करवाया। किशोरी बालिकाओं की आम समस्याओं पर चर्चा की। दिनांक 3.10.19 को महाविद्यालय कॉलेज करौली में बहुत बडा समारोह रखा गया जिसमें कॉलेज के प्रेंसिपल व डांग विकास संस्थान के राजेश कुमार कार्यक्रम समन्वयक द्वारा उद्घाटन किया गया। समारोह में लगभग तीन सौ गर्ल्स चैम्पियनों ने भाग लिया। समारोह में बालिकाओं ने भाषण दिया व उन्होंने गीत, खेल व नाटक द्वारा जागरूकता का संदेश दिया। बालिकाओं द्वारा उजाला किलनिक पर जाकर अपनी समस्याओं के बारे मे बताया और उजाला किलनिक से सलाह ली और विडियों भी बनाई गई। गर्ल्स चैम्पियनों द्वारा जिला कलेक्टर एवं सीएमएचओं साहब को घोषणा पत्र दिया गया जिसमें शोसियल ऑडिट में निकले हुए मुददों पर ध्यान आकर्षित करना था।

8. बस टयूर का समापन :— दिनांक 4.10.19 को गीता बजाज ऑडिटेरियम जयपुर में बस ट्यूर जो कि रांची से अजमेर तक की यात्रा कर रही थी उसका समापन किया गया। समापन समारोह में लगभग 250 गर्ल्स चैम्पियनों ने भाग लिया। साथ ही समारोह में बालिकाओं ने भाषण दिया व उन्होंने गीत, खेल, चित्रकारी व नाटक द्वारा जागरूकता का संदेश दिया जिसमें भ्रूण हत्या, बाल विवाह, शिक्षा, जेन्डर आदि शामिल थे। डांग विकास संस्था से डॉ. विकास भारद्वाज सचिव व विक्रम सिंह जाटव कार्यक्रम प्रभारी ने भाग लिया।

9. आत्मरक्षा प्रेरणा कार्यक्रम :— दिनांक 10.10.19 से 19.10.19 तक बालिका महाविद्यालय में ड्रॉप आउट बालिकाओं के लिए आत्मरक्षा प्रेरणा का प्रशिक्षण दिया गया जिसका समापन महाविद्यालय करौली में किया गया जिसमें गर्ल्स चेम्पियनों द्वारा अब मेरी बारी अभियान के तहत एक एक्ज्यूविशन स्टांल लगाई गई। इस कार्यक्रम में जिला कलेक्टर, करौली द्वारा एक्ज्यूविशन स्टांल का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान जिला कलेक्टर महोदय ने अब

मेरी बारी अभियान की बालिकाओं के साथ चर्चा की। किशोरी बालिकाओं ने जिला कलेक्टर महोदय को अपनी समस्याओं के लिए ज्ञापन भी दिया गया।

10. आंगनबाडियों के साथ बैठक :— आरामपुरा, ससेडी व चैनपुर में गर्ल्स चैम्पियनों द्वारा आंगनवाडी के साथ बैठक की जिसमें बालिकाओं ने समय पर सैनट्री पैड उपलब्ध कराने पर जोर दिया तथा आयरन की गोलियों को भी दिया जावे एवं किशोरी बालिकाओं की समय पर जांच हो आदि बिन्दुओं पर चर्चा की गई।

माह 1 सितम्बर 2019 से 31 अक्टूबर 2019 तक का ''अब मेरी बारी'' अभियान कार्यक्रम के अन्तर्ग उक्त कार्यक्रम किये गये एवं इस दौरान किशोरी बालिकाओं में आत्म विश्वास जागृत हुआ। पहले किशोरी बालिका घर से बाहर नहीं निकलती थी एवं बाहर जाने पर मां—बाप भी परेशान रहते थे जब इन कार्यक्रमों को बालिकाओं ने घर जाकर बताया एवं अपने अन्य साथियों के साथ चर्चा की तो उनको भी प्रेरणा मिली।