આંગણવાડી સક્રિય કરીએ
કુપોષણને નાબૂદ કરીએ

આંગણવાડી એટલે બાળકોને ઘરઆંગણે શારીરિક, માનસિક તેમજ બૌદ્ધિક વિકાસ મળી રહે તેવું સ્થળ. આપણા દેશ અને રાજ્યમાં અને તેમાંય ખાસ કરીને આદિવાસી પછાત વિસ્તારોમાં બાળકોમાં કુપોષણનો દર ઘણો જ ઉંચો છે. તેવી જ રીતે સગર્ભા માતાઓ, ધાત્રી માતાઓ તેમજ કિશોરીઓમાં કુપોષણનો દર પણ એટલો જ ઉંચો છે. જેના કારણે તેઓ તંદુરસ્ત બાળકને જન્મ આપવા માટે, જન્મ્યા પછી તેને તંદુરસ્ત રાખવામાં મોટેભાગે સક્ષમ નથી. તે જ પ્રમાણે આપણા દેશમાં બાળ મૃત્યુદર અને માતા મૃત્યુદર પણ ઘણો જ ઉંચો છે. આમ, બાળ કો, કિશોરીઓ, સગર્ભાઓ તથા ધાત્રી માતાઓમાં કુપોષણનો દર તથા બાળ મૃત્યુદર અને માતા મૃત્યુદર દર નીચે લાવવા માટે આંગણવાડી ઉત્તમ માધ્યમ તરીકે ઘરઆંગણાની સેવા તરીકે અમલમાં છે.

બાળકોના આ તમામ અધિકાર બાળકો તેમના બાળ-જીવનકાળ દરમ્યાન સતત મેળવતા રહે, તે જાણે-અજાણે ના છીનવાય કે ના અવરોધાય તે જોવાની, ધ્યાન રાખવાની અને તેનું રક્ષણ કરવાની જવાબદારી બાળકનાં કુટુંબની, સમાજની તથા રાજ્યની છે. આમ, બાળકનો તંદુરસ્ત જન્મ, જરૂરી પોષણક્ષમ આહાર, તંદુરસ્ત સ્વાસ્થ્ય, ગુણવત્તાયુક્ત શિક્ષણ, સર્વાંગી વિકાસ, નિર્ણયમાં ભાગીદારી કોઈપણ જાતનાં આર્થિક, સામાજિક કે સાંસ્કૃતિક શોષણ વગર પ્રાપ્ત થાય તે જવાબદારી કુટુંબની, સમાજની અને સરકારની છે.

આંગણવાડી હશે દુરસ્ત
બાળક રહેશે તંદુરસ્ત
મમતા દિવસનો લઈએ સાથ
સ્વસ્થ રહેશે બાળ ને માત

ધ્યાન રાખો / કુટુંબ અને સમાજની જવાબદારી

- ગામની દરેક સગર્ભા માતા આંગણવાડીમાં નોંધાયેલ હોવી જોઈએ.
- ગામનો ૬ વર્ષ સુધીના ઉંમરનુ બાળક આંગણવાડીમાં નોંધાયેલ હોવા જોઈએ.
- ગામના દરેક સગર્ભા માતા કે બાળકના નામે મમતા કાર્ડ હોવું જોઈએ અને નિયમીત ભરાવું જોઈએ કારણ કે તે બાળ સ્વાસ્થ્ય અને વિકાસનો રેકોર્ડ અને રિપોર્ટ છે.
- આંગણવાડી નિયમીત ખુલવી જોઈએ અને તેમાં નિયમીત અને પુરો સમય જવા જોઈએ.
- આંગણવાડીમાં નિયમીત અને સમયસર પૂરતો પોષ્ટીક આહાર દરેક બાળકને મળવો જોઈએ.
- આંગણવાડીના માધ્યમ દ્વારા બાળકો, કિશોરીઓ તેમજ સગર્ભા અને ધાત્રી માતાનુ નિયમીત અરોગ્ય તપાસ અને રસીકરણ થવું જોઈએ.
- ગામમાં મમતા દિવસ નિયમીત થાય, બધા બાળકો, કિશોરીઓ તેમજ સગર્ભા અને ધાત્રી માતા હાજર રહે અને ગુણવત્તાયુક્ત આરોગ્ય તપાસ અને રસીકરણ થવું જોઈએ.

"વિકલ્પ" એક સ્વૈચ્છિક સંસ્થા છે. જે આદિવાસી સ્વશાસન, બાળ અધિકાર, ગ્રામસભા, રોજગારી, પર્યાવરણ, પરંપરાગત ધાન્ય અને કૃષી વિકાસ, કુદરતી સંશાધનોના રક્ષણ, સંવર્ધન અને ટકાઉ વિકાસ તેમજ સમાજમાં રહેલા નાના-મોટા વણ ઉકેલ્યા પ્રશ્ન ઉપર દક્ષિણ ગુજરાતના તાપી, સુરત, નર્મદા અને ડાંગ જીલ્લામાં કાર્યરત છે.

જો હોય નિયમિત પૂરક પોષણ,
જો થાય સમયસર રસીકરણ,
તો મળશે બાળ સ્વાસ્થ્યને રક્ષણ,
નહીં થાય કુપોષણથી બાળભક્ષણ.

ફક્ત અંગત વિતરણ અને શૈક્ષણિક હેતુસર વિકલ્પ અમદાવાદ દ્વારા તૈયાર

આપણા સૌનો એક જ અવાજ કુપોષણ મુક્ત સમાજ

કુપોષણ જાગૃતિ ઝુંબેશ

SU-poshan
NUTRITION FOR THE MOST MARGINALISED

ટકાઉ રોજગારીની જોગવાઈઓ માટે સામાજિક અભિયાન
"સુ-પોષણ" સૌનો અધિકાર

વિકલ્પ
એ/૮, આનંદ ટેનામેન્ટ, વસ્ત્રાપુર
રેલ્વે સ્ટેશનની પાસે, વેજલપુર,
અમદાવાદ - ૩૮૦૦૫૧.
e-mail: vikalpahd@gmail.com
website : www.vikalp.org
વિકલ્પ VIKALP
જીલ્લા એકમ : "વિકલ્પ" વઘઈ સરકારી સો-મીલ સામે,
પોલીસ સ્ટેશનની પાસે, વઘઈ, ડાંગ.

igsss
ઇન્ડો ગ્લોબલ સોશ્યલ સર્વિસ સોસાયટી, નવી દિલ્હી.

કુપોષણનો અર્થ થાય છે યોગ્ય પોષણ ન મળવું અથવા પુરતું પોષણ ન મળવું. અત્યારે બાળકોમાં કુપોષણનો મુદ્દો જોર શોરથી ચર્ચામાં છે. સમાજમાં કુપોષણ મુદ્દે જાગૃતિ લાવવાનાં પ્રયાસો પણ થઈ રહ્યા છે. સરકાર અને અમુક સામાજિક સંગઠનનો કુપોષણ મુદ્દે કામ કરવા લાગી ગયા છે. ભારતમાં દર દસ બાળકોમાંથી છ બાળકો કુપોષણથી પિડીત હોય છે. આ બાબત આપણા દેશ માટે અને સમાજમાં માટે ખૂબ શરમ જનક છે. દરેક બાળકને પોષણક્ષમ આહાર મળી રહે તે સરકારની, સભ્ય અને સુસંસ્કૃત સમાજની જવાબદારી છે. પણ આપણી કમનસબી છે કે આ મુદ્દે સરકાર, કહેવાતો સભ્ય સમાજ ઘણા સમયથી જાણે છે પણ આ કુપોષણનાં કલંકને જડ મૂળથી નાબૂદ કરવા કૃત-સંકલ્પ નથી.

આપણા વિસ્તારમાં અને તે માય ખાસ કરીને આદિવાસી સમાજમાં શિક્ષણ અને આરોગ્યની હાલત બદથી બદતર છે. શિક્ષણ અને આરોગ્યની અપૂરતી સુવિધાઓ, નબળી ગુણવત્તા અને બિન અસરકારક અમલીકરણનો ભોગ મોટે ભાગે બાળકો અને મહિલાઓ બને છે. આદિવાસી વિસ્તારમાં બાળકો અને મહિલાઓ (ખાસ કરીને નાના બાળકો અને માતાઓ)માં કુપોષણનું પ્રમાણ બીજા સમાજ અને વિસ્તાર કરતા ઘણું વધારે જોવા મળે છે. આપણા વિસ્તારમાં બાળમૃત્યુનું પ્રમાણ ખુબ જ વધારે છે, જેમાંથી મોટા ભાગના બાળકોનું મૃત્યુ તો કુપોષણના કારણે થાય છે. સગર્ભા માતા કુપોષિત હોવાથી જન્મતું બાળક પણ કુપોષિત જ જન્મે છે અને બીજા સ્વસ્થ બાળકોની સરખામણીમાં કુપોષિત બાળકોના બીમાર પડવાની અને મૃત્યુની સંભાવનાઓ અનેક ઘણી વધી જાય છે. પરિણામે ઘણી વાર પ્રસુતિ વખતે મૃત બાળક પણ જન્મે છે કે માતાનું પણ મૃત્યુ થાય છે તો ઘણીવાર માતા અને બાળક બંનેનું મૃત્યુ થઈ જાય છે.

આમ આપણા વિસ્તારમાં અપૂરતું શિક્ષણ, બેકારી-બેરોજગારી અને તેના લીધે સ્થળાંતર, ખોટી સામાજિક માન્યતાઓ, આરોગ્ય વિષયક જાણકારીનો અભાવ વિગેરેને કારણે બાળકો અને બહેનોમાં કુપોષણનું પ્રમાણ ખૂબ જ વધારે છે અને વળી, આ બધા જોખમો સામે આપણાં વિસ્તારમાં આરોગ્ય સુવિધાઓનો અભાવ, અનિયમિતતા, અપૂરતો સ્ટાફ અને દવાઓની અછત તેમજ ઓછા આરોગ્ય કેન્દ્ર અને સબ સેન્ટરોને કારણે બાળ મૃત્યુ અને માતા મૃત્યુનું પ્રમાણ વધારે છે.

તમે ક્યારેય વિચાર્યું છે, આમ કેમ?

- આપણા વિસ્તારમાં અને આપણા આદિવાસી સમાજમાં જ બાળ મૃત્યુ, માતા-મૃત્યુ અને કુપોષણનું પ્રમાણ વધારે કેમ છે?
- સરકારી સામાજિક સુરક્ષા માટે બધા વિસ્તારોમાં વપરાતાં સરખા પૈસા ઉપરાંત આદિવાસી વિસ્તારોમાં સામાજિક સુરક્ષા અને વિકાસ માટે વધારે પૈસા વાપરવાની જોગવાઈ હોવા છતાં આપણાં વિસ્તારમાં આરોગ્યની સુવિધાઓનો અભાવ કેમ?
- ઓછી આવક વાળા લોકોએ સારી અને ગુણવત્તા યુક્ત આરોગ્ય સેવાઓ મેળવવા માટે જબરજસ્તીથી (ખાનગી દવાખાનામાં) વધારે પૈસા ખર્ચવા પડે છે કેમ?
- સરકારી હોસ્પિટલ / દવાખાના કરતા ખાનગી દવાખાનામાં સારવાર વધારે સારી કેમ ?
- સરકારી દવાખાનામાં ના મળે ડોક્ટર કે ના મળે દવા, પૈસા ખર્ચવા છતાં ના સુધરે આરોગ્ય આવું કેમ?
- સરકારી દવાખાના હોવા છતાં કુટુંબની કમાણીનો મોટો ભાગ દવા અને દવાખાના પાછળ ખર્ચાય જાય છે, આમ કેમ?

માથાના વાળના પોષણ માટે જાત જાતના કિંમતી તેલ
કુપોષિત બાળકના રક્ષણ માટે કોઈને જરાય નથી ટેમ
માતા-પિતા ને સમાજ - સરકાર કરે છે આ તો કેવો ખેલ
બાળક-માતાના પોષણ ને રસીકરણનો પડતો નથી મેળ
થોડો સમય, થોડી દરકાર ને મળે પુરતો પ્રેમ
જો હશે આંગણવાડી, સરકાર અને સમાજની દેખરેખ

તો રહેશે દરેક બાળક ને માત
હરહંમેશ સ્વસ્થ ને હેમખેમ
ચાલો સૌ સાથે મળી લઈએ
કુપોષણ મુક્ત સમાજની નેમ...

શું આપણે આપણાં બાળક અને બહેનનું આરોગ્ય સ્વસ્થ રહે અને કુપોષિત ન બને કે રહે તેમ જ આરોગ્ય જાળવવા અને જરૂર પડ્યે યોગ્ય, પૂરતી અને ગુણવત્તા યુક્ત સારવાર સરકારી ખર્ચે મળી રહે તે માટે આટલું ના કરી શકીએ ?

- આપણા ફળિયા અને ગામની આંગણવાડી સતત અને સક્રિય રીતે ચાલે તે માટે ધ્યાન ન રાખી શકીએ?
- આપણા બાળકનું નિયમિત રસીકરણ થાય તે જવાબદારી ન નિભાવી શકીએ?
- આપણું બાળક નિયમિત આંગણવાડીમાં જાય, પુરતા પ્રમાણમાં પુરક પોષ્ટિક આહાર ગ્રહણ કરે તેટલું ધ્યાન ન રાખી શકીએ?
- આપણું બાળક કુપોષિત હોય તો આંગણવાડીની સુચના પ્રમાણે તેને સારવાર માટે ન લઈ જઈ શકીએ અને તેને કુપોષણમાંથી બહાર લાવવા આપણે ધ્યાન ન રાખી શકીએ?
- આપણી છોકરી લગ્ન માટે શારીરિક અને માનસિક રીતે પુખ્ત બને ત્યાં સુધી તેના લગ્ન માટે રાહ ન જોઈ શકીએ ?
- સગર્ભા માતા કે ધાત્રી માતાનું આરોગ્ય જળવાય તે માટે જરૂરી રસીકરણ થાય, યોગ્ય આરોગ્ય તપાસ થાય તે માટે થોડો સમય ના ફાળવી શકીએ ?
- આપણાં વિસ્તારની આરોગ્ય સુવિધાઓ નિયમિત બને, ગુણવત્તાયુક્ત બને અને નજીકમાં હોઈ તે માટે સરકાર સાથે વાતચીત કરવા / મળવા અને દેખરેખ માટે થોડો સમય ના ફાળવી શકીએ ?
- બાળક અને મહિલાઓના સ્વાસ્થ્ય માટે થોડી જાગૃતિ કેળવી તેના સુધાર માટે પહેલ ના કરી શકીએ ?

બાળકનો વિકાસ અને રક્ષણ એ માતા-પિતાની, કુટુંબની, શિક્ષકોની, સમાજની તથા ગ્રામ-પંચાયત અને સરકારની જવાબદારી અને ફરજ છે.