



WeCAN



# पोषण निर्धार

आदिवासी विकास विभाग अंतर्गत कम्युनिटी अॅक्शन फॉर न्युट्रिशन (कॅन) प्रक्रियेचे वार्तापत्र वर्ष - पहिले, अंक - सहा-सात (जोडअंक), सप्टेंबर-ऑक्टोबर, २०१९

अंगणवाडीतील  
जातीव्यपूर्ण उपक्रम  
विशेषांक



## अंगणवाडीतील सेवांना सुदृढ करण्याच्या कार्यशैलीचा वेध !

लेख :

- कुडजे : प्ले ग्रुपच्या तुल्यबळ अंगणवाडी
- दहेडा अंगणवाडी : एकच ध्यास - बालकांचा सर्वांगीण विकास!
- आळवंडची उपक्रमशील अंगणवाडी
- लोकसहभागातून कुपोषण जागृती...
- अंगणवाडी सुसज्ज का असू नयेत ?



» याशिवाय या अंकात ... □ संपादकीय : अंगणवाड्यांचे आशादीप □ पुढचं पाऊल.. एका अंगणवाडीचं

संपादक :  
शैलेश डिखळे, विनोद शेंडे  
कार्यकारी संपादक :  
प्रशांत खुंटे  
संकलन :  
नितीन घाटगे, सचिन साठे,  
मानसी श्रौटी  
वितरण :  
मीना इंदापूरकर, रविंद्र मांडेकर

सल्लागार मंडळ :  
डॉ. अशिष सातव, महान ट्रस्ट मेळघाट  
ल. गो. ढोके, आदिवासी विकास विभाग  
डॉ. अभय शुक्ला, ए. जी. सी. ए. सदस्य  
डॉ. सतीश गोगुलवार, आम्ही आमच्या आरोग्यासाठी  
डॉ. शुभलक्ष्मी अय्यर, आरोग्य व पोषण तज्ज्ञ  
डॉ. मुहम्मद सफवान पटेल, आदिवासी विकास विभाग  
फातीमा मुल्ला, आदिवासी विकास विभाग  
प्रकाशक : साथी द्वारा पोषण हक्क गट, महाराष्ट्र

सहयोगी संस्था  
आम्ही आमच्या आरोग्यासाठी  
(गडचिरोली), जनार्थ आदिवासी  
विकास संस्था (नंदूरबार),  
कामगार व मजूर संघ -  
कष्टकरी संघटना (पालघर),  
वननिकेतन (ठाणे), वचन  
(नाशिक), दिशा संस्था (रायगड),  
रचना सोसायटी फॉर सोशल  
रिकन्स्ट्रक्शन (पुणे)

मुखपृष्ठ - कला निर्देशन  
प्रदीप खेतमर,  
आर्ट अॅडव्हर्टायझिंग  
मुद्रित शोधन :  
शारदा महल्ले  
मुद्रक :  
एन. आर. एंटरप्रायझेस,  
पुणे  
(खासगी वितरणासाठी)



१९७४ पासून भारतात 'एकात्मिक बाल विकास प्रकल्प' राबवला जातोय. 'भूक' या समस्येवर कार्यरत असणारा हा जगातील एकमेव अतिभव्य प्रकल्प. भावी पिढीला सशक्त करण्याची बीजं या प्रकल्पातील अंगणवाड्यात रुजवली जातात. पण या अतिमहत्त्वाच्या अंगणवाड्यांना अनेकविध समस्यांचा सामना करावा लागतो, तरीही प्रतिकूल परिस्थितीत काही अंगणवाड्या उत्साहवर्धक काम करतात. म्हणूनच त्यांच्या कामगिरीला प्रोत्साहन मिळायला हवं. अशा प्रतिसादातूनच अंगणवाड्यांचे आशादीप हळूहळू सर्व गावांमध्ये प्रज्वलित होतील...



भारत सरकारने १९७४ साली 'नॅशनल पॉलिसी ऑन चिल्ड्रेन' अर्थात 'बालविकास धोरण' जाहीर केले. या धोरणा अंतर्गत १९७५ साली 'इंटीग्रेटेड चाईल्ड डेव्हलपमेंट सर्व्हिसेस' (आयसीडीएस) या कार्यक्रमाची सुरुवात झाली. सहा वर्षांखालील वयोगटातील बालकांना पोषक आहार पुरवणे, त्यामार्फत या बालकांच्या सशक्त वाढीसाठी प्रयत्न करणे हे या कार्यक्रमाचे प्रमुख उद्दिष्ट. चाळीस वर्षांहून अधिक काळ भारतात हा कार्यक्रम राबवला जात आहे. पण या कार्यक्रमातून अपेक्षित ध्येय्य खरोखरच साध्य होत आहेत का? असा प्रश्न आजही वेळोवेळी उपस्थित केला जातो. जगात शून्य ते सहा वयोगटातील बालकांची सर्वाधिक संख्या भारतात आहे. नि या वयोगटातील बालमृत्यूंचं प्रमाण चिंताजनक असणाऱ्या देशांमध्येही भारताचा क्रमांक नेहमीच वरचा राहिला आहे. ही अत्यंत खेदाची बाब आहे.

महाराष्ट्राचच उदाहरण घ्या. महाराष्ट्र हे देशातील एक महत्त्वाचं विकसित राज्य.



# अंगणवाड्यांचे आशादीप

पण ओरिसासारख्या अविकसित राज्याइतकच कुपोषण महाराष्ट्रात आढळतं. महाराष्ट्रातील एकपंचमांश बालकं तीव्र कुपोषणाने पीडित असल्याचं तज्ज्ञांचे अहवाल सांगतात. २०११च्या जनगणनेनुसार महाराष्ट्रात ०-६ वयोगटातील १ कोटी २८ लाख ४८ हजार ३७५ बालकांची नोंद झाली. त्यापैकी ८० हजार ५९५ बालकांना एकात्मिक बाल विकास योजनेचा लाभ मिळत होता. म्हणजे बऱ्याच मोठ्या प्रमाणात बालकं व महिला या सेवांपासून वंचित होती. आंतरराष्ट्रीय जनसंख्या विज्ञान संस्थेने २०१२ मध्ये महाराष्ट्रात एक पाहणी केली. त्यानुसार राज्यात २७.८% बालकं वयाच्या मानाने कमी वजनाची व १९.९% बालकं कुपोषित आढळली. आंतरराष्ट्रीय निकषांनुसार ही आकडेवारी गंभीर मानली जाते. अशा पाहण्या वेळोवेळी प्रसिद्ध होत असतात. अलीकडे कुपोषणाचं प्रमाण घटल्याची आकडेवारीही पुढे येत आहे. पण प्रश्न आहे या प्रश्नांवर भरीव उपाययोजना होत आहेत का?

महाराष्ट्रातील कुपोषणाच्या समस्येबाबत सर्वोच्च न्यायालयात जनहित याचिका दाखल आहेत. त्यांची सुनावणी वेळोवेळी होत असते. अलीकडे नोव्हेंबर-२०१९ मध्ये झालेल्या अशाच एका सुनावणीत न्यायालयाने या समस्येबाबत होत असलेल्या उपाययोजनांबाबत गंभीर ताशेरे ओढले होते. आयसीडीएससाठी आलेला निधी गावस्तरापर्यंत पोहचत नाही, अंगणवाडी सेविकांची पदे रिक्त आहेत, अंगणवाड्यांची संख्या वाढवण्याची गरज अशा अनेकविध बाबींवर

न्यायालयाने तातडीने हस्तक्षेप करण्याच्या सूचना राज्य सरकारला दिल्या आहेत. या उपाययोजना होतील तेव्हा होतील. पण आजही प्रतिकूल परिस्थितीत अनेक अंगणवाड्या प्रभावीरित्या काम करताना मात्र आढळत आहेत. या अंगणवाड्याच आम्हाला आशादीप वाटतात.

वैद्यकीय सेवांचा तुटवडा ही आपल्यापुढील एक महत्त्वाची समस्या आहे. आंतरराष्ट्रीय निकषांनुसार १,००० लोकसंख्येसाठी एक डॉक्टर उपलब्ध असायला हवा, पण आपल्याकडे १८०० लोकसंख्येमागे एका डॉक्टरची उपलब्धता आहे. या समस्येवर मात करण्यासाठी अंगणवाड्यांकडे आपण आशेने पाहत आलो आहोत. अंगणवाडी सेविका स्थानिक पातळीवर प्राथमिक आरोग्य सेवांमधील दुवा ठरू शकतात. अंगणवाडी सेविकांना स्थानिक भाषा व समस्यांचे ज्ञान असते. गावातीलच एक असल्याने त्यांच्यावर गावकऱ्यांचा विश्वासही असतो. म्हणूनच अंगणवाड्यांच्या संख्येत वाढ होण्याची गरज आहे. पण दुसरीकडे एकात्मिक बाल विकास योजनेवरील आर्थिक तरतूद मात्र घटताना दिसते. २००८-०९ च्या अर्थसंकल्पात अंगणवाडी सेविका व मदतनिसांच्या मानधनात वाढ झाली. पण शासकीय नोकरीतील शिपायाच्या पगाराच्या तुलनेत ही वाढ अगदीच कमी असल्याची तक्रार आहे. शिवाय अंगणवाडी सेविकांना शासकीय नोकरीचे लाभ मिळत नाहीत. मानधन मिळण्यातही अनेकदा दिरंगाई होते. बालमृत्यूंचे खापरही अनेकदा अंगणवाड्यांवरच फोडले जाते. अनेक अंगणवाड्यांना इमारती नाहीत, कित्येक



- गावकऱ्यांना अंगणवाडी केंद्र म्हणजे मुलांसाठी आहार वाटप केंद्र वाटतं. दुसरीकडे आंतरराष्ट्रीय ख्यातीचे अर्थतज्ज्ञ अमर्त्य सेन अंगणवाड्यांमधून ताजा आहारच पुरवला जावा याचा आग्रह धरतात. अंगणवाड्यांना सशक्त करणे म्हणजे भारतीय अर्थव्यवस्थेला चालना देण्यासारखे आहे असं ते सप्रमाण मांडत आहेत. पण बहुतांश ठिकाणी स्थानिक व वरिष्ठ राजकीय नेतृत्वाला अंगणवाड्यांच्या समस्यांची तीव्रता लक्षात येत नाही. ●

अंगणवाड्या पडक्या इमारतींमधून कार्यरत आहेत.

अंगणवाडी सेविकेला गावातील शाळा शिक्षकांच्या किंवा ग्रामसेवकांच्या तुलनेत सन्मान मिळत नाही. गावकऱ्यांना अंगणवाडी केंद्र म्हणजे मुलांसाठी आहार वाटप केंद्र वाटतं. दुसरीकडे आंतरराष्ट्रीय ख्यातीचे अर्थतज्ज्ञ अमर्त्य सेन अंगणवाड्यांमधून ताजा आहारच पुरवला जावा याचा आग्रह धरतात. अंगणवाड्यांना सशक्त करणे म्हणजे भारतीय अर्थव्यवस्थेला चालना देण्यासारखे आहे असं ते सप्रमाण मांडत आहेत. पण बहुतांश ठिकाणी स्थानिक व वरिष्ठ राजकीय नेतृत्वाला अंगणवाड्यांच्या समस्यांची तीव्रता लक्षात येत नाही.

या प्रतिकूल पार्श्वभूमीवर आम्ही

अंगणवाड्यांच्या कौतुकास्पद कामगिरीकडे आपले लक्ष वेधू इच्छितो. प्रश्न व समस्या अनेक असल्या तरी काही अंगणवाड्या स्वप्रेरणेने चांगली कामगिरी करत आहेत. 'कम्युनिटी अॅक्शन फॉर न्युट्रिशन' सारख्या प्रकल्पातून स्वयंसेवी संस्थांचा मदतीचा हात अंगणवाड्यांना मिळत आहे. गावकरी व अंगणवाडीत सहकार्याचं नातं निर्माण केलं जात आहे. अशा प्रयत्नांमधूनच अंगणवाड्यांची आशा द्विगुणीत होईल असे वाटते. म्हणूनच यापुढील अंकांमधूनही आम्ही चांगल्या अंगणवाड्यांना प्रोत्साहन देण्याचा वसा स्वीकारत आहोत. या अंकात निवडक अंगणवाड्यांची कामगिरी वाचकांपुढे ठेवत आहोत. आशा आहे आगामी





## कुडजे : प्ले ग्रुपच्या तुल्यबळ अंगणवाडी



पूर्व प्राथमिक शिक्षण हे अंगणवाडी योजनेचं एक महत्त्वाचं उद्दिष्ट. त्यासाठी गाणी-खेळ इत्यादी माध्यमांचा अवलंब केला जातो. या प्रयोगांव्यतिरिक्त पुणे जिल्ह्यातील वेल्हे तालुक्यात काही हटके प्रयत्नही होत आहेत. यापैकी कुडजे गावातील अंगणवाडीने राबवलेल्या संवाद पडद्यांच्या प्रयोगाविषयी...



स्वप्निल व्यतहारे

पुण्यापासून हाकेच्या अंतरावर असणाऱ्या खडकवासला धरणाच्या काठावर वसलेले वेल्हे तालुक्यातील कुडजे हे गाव. गावाच्या मध्यभागी आहे गावातली अंगणवाडी. या अंगणवाडीला 'बोलकी' अंगणवाडी असे संबोधले जाते. बोलकी यासाठी की ह्या अंगणवाडीच्या सर्वच भिंती बोलक्या आहेत. त्या नुसत्या बोलतच नाही तर त्या शिकवतात देखील. अंगणवाडीत असलेले संदेश फलक, भिंती पत्रके, तक्ते, जाणीवजागृतीच्या फेरीसाठीचे पोस्टर्स पाहून मुलांचे व पालकांचे लक्ष वेधले नाही तरच नवल. या उपक्रमाचे श्रेय जाते अंगणवाडी सेविका इंदुमतीताई व त्यांच्या मदतनीस अर्चनाताई यांना. अंगणवाडी सेविका इंदुमती सुभाष पायगुडे २९ वर्षांपासून या अंगणवाडीत नियमित सेवा देत आहेत.

कुडजे अंगणवाडीत प्रवेश करताच अंगणवाडीच्या दारात एका रांगेत ठेवलेल्या छोट्या छोट्या चपला दिसतात. अंगणवाडीत आल्यावर उजव्या बाजूला खुंटीला अडकवलेल्या स्टँडवर बालकांची दमरे दिसतात. बालकांना शिस्तीचं वळण लावण्यात या अंगणवाडीने दिलेल्या योगदानाच्या या खुणा कौतुकास्पद वाटतात. अंगणवाडीत येताच मुलं आपापली नावं सांगतात. सोबतच अंगणवाडीत आलेल्या पाहुण्यांना ही मुलं आपल्या सोबत्यांची नावंही सांगतात. 'ओळख सांगण्याच्या या पद्धतीमुळे बालकांचा आत्मविश्वास वाढतो.' असं अंगणवाडी



ग्रामीण भागातील पालकांना आकर्षित करण्यासाठी इंग्रजी माध्यमाच्या चकचकीत अंगणवाड्यांचं पेव हल्ली फुटलं आहे. या प्ले ग्रुपच्या तुलनेत सरकारी अंगणवाड्या फिक्क्या वाटतात. पालकांनाही प्ले ग्रुपमध्ये पाल्यांना पाठवणं हा प्रतिष्ठेचा प्रश्न वाटतो. पदरमोड करून अंगणवाडीसारख्या मूलभूत सेवेसाठी लोकांचा पैसा विनाकारण वाया जातो. ही अडचण लक्षात घेऊन इंदुताईनी आपली अंगणवाडीही प्लेग्रुपच्या तुल्यबळ करण्याचे प्रयत्न सुरू केले. त्यातून 'बोलकी' अंगणवाडी हा उपक्रम आकाराला आला.

सेविका इंदुमतीताईना वाटतं. मदतनीस अर्चनाताई मुलांना खेळाच्या व गाण्याच्या माध्यमातून शारीरिक अवयवांची ओळख करून देण्यास सुरुवात करतात. जेणेकरून सहजपणे अवयवांची ओळख होण्यास मदत होते. मुलेही आवडीने ही गाणी म्हणतात.

इंदुमतीताई कुडजे गावातील अंगणवाडीची पार्श्वभूमी सांगताना म्हणाल्या, "सुमारे दहा वर्षांपूर्वी या अंगणवाडीत अनेक बालकं कुपोषणाच्या तीव्र श्रेणीत होती, त्यांच्यासाठी व्हीसीडीसी चालवली जायची. कुपोषित मुलांसाठी गावकऱ्यांकडून आम्ही धान्य घ्यायचो. गावकऱ्यांनी दिलेल्या शिध्यापासून ताजा आहार बनवून तो व्हीसीडीसीमधील कुपोषित बालकांना दिला जायचा. सकाळी ७ ते संध्याकाळी ७ वाजेपर्यंत दिवसातून ५ ते ६ वेळा हा आहार दिला

जायचा. गावकऱ्यांकडून गोळा केलेले व अंगणवाडीत उपलब्ध असलेल्या धान्याला मोड आणून ते वाळवायचो. मग ते दळून घ्यायचो. या पिठापासून मुलांना अमायलेज युक्त शिरा तयार करून भरवला जायचा. बालकांना हा खाऊ व पालकांचं समुपदेशन असं दोन्ही आघाड्यांवर काम होत असे. अशा प्रकारे तीव्र श्रेणीतील बालकांना 'ग्राम बाल विकास केंद्रे' (व्हीसीडीसी) चालवून कुपोषणातून बाहेर काढले जायचे." अलीकडील काळात कुडजे अंगणवाडीत तीव्र कुपोषित बालके जवळपास आढळतच नाहीत. 'हे त्या काळात राबवलेल्या बाल विकास केंद्रामुळेच शक्य झालं!' असं इंदुमतीताईंचं मत आहे.

कुपोषण निर्मूलनासाठी कुडजे अंगणवाडीला



गावातील नेतृत्व व ग्रामपंचायत प्रतिनिधींचं नेहमीच सहकार्य लाभलं आहे. २०१९ सालातील सप्टेंबर महिना आयसीडीएस विभागाने पोषण महिना म्हणून साजरा करण्याचा निर्णय घेतला. अंगणवाड्यांना पोषणजागृतीकरिता पोस्टर्स वितरीत करण्यात आली. या जनजागृतीत कुडजे गावाचा सहभाग खूपच वाखाणण्यासारखा होता. इंदुताईच्या पुढाकाराने गावातून पोषण प्रचार फेरी काढण्यात आली. गावातील लहानथोर या फेरीत उत्साहाने सहभागी झाले. ही मोहीम तर यशस्वी झालीच, पण गावातील नेतृत्वाच्या सहकार्याने अंगणवाडीने महिनाभर विविध उपक्रमांचं यशस्वी आयोजन केलं.

गावकऱ्यांचं या अंगणवाडीला इतकं सहकार्य का मिळत असावं? या प्रश्नाचं उत्तर आहे, कुडजे अंगणवाडीच्या उपक्रमशीलतेत. त्यामागील प्रेरणांबद्दल सांगताना इंदुताई आपल्यालाच प्रतिप्रश्न करतात, “आमच्या भागात खासगी प्ले ग्रुप अंगणवाड्या वाढू लागल्यात. त्यांची फी खूप असते. फक्त सजावट जास्त म्हणून फी जास्त असं या प्ले ग्रुपचं आहे. म्हणून आम्हाला वाटलं आपली अंगणवाडी त्यांच्यापेक्षा सुंदर का असू नये?” ग्रामीण भागातील पालकांना आकर्षित करण्यासाठी इंग्रजी माध्यमाच्या चकचकीत अंगणवाड्यांचं पेव हल्ली फुटलं आहे. या प्ले ग्रुपच्या तुलनेत सरकारी अंगणवाड्या फिक्या वाटतात. पालकांनाही प्ले ग्रुपमध्ये पाल्यांना पाठवणं हा प्रतिष्ठेचा प्रश्न वाटतो. पदरमोड करून अंगणवाडीसारख्या मूलभूत सेवेसाठी लोकांचा पैसा विनाकारण वाया जातो. ही अडचण लक्षात घेऊन इंदुताईनी आपली अंगणवाडीही प्लेग्रुपच्या तुल्यबळ करण्याचे प्रयत्न सुरू केले. त्यातून ‘बोलकी’ अंगणवाडी हा उपक्रम आकाराला आला.

इंदुताई म्हणतात, “आमच्या गावात कुपोषणाचा प्रश्न आता कमी झाला आहे.” ग्रामीण भागात ज्या कुपोषणाच्या मुख्य समस्येसाठी अंगणवाड्यांना महत्त्व आहे, त्याची तीव्रता कमी झाल्याने इंदुताईनी अंगणवाडीला सजवण्यावर नि तेथील पूर्व प्राथमिक

शिक्षणाच्या गुणवत्तेवर लक्ष केंद्रित केलं. त्यांच्या या प्रयत्नांना एका खासगी संस्थेचं सहकार्य मिळालं. या संस्थेने विविध शैक्षणिक माहिती चितारलेले पडदे कुडजे अंगणवाडीस भेट दिले. विविध धान्य, फळ व भाज्यांची माहिती चित्रांसह या पडद्यांवर आहे. हे पडदे जणू अंगणवाडीतल्या बालकांशी बोलतात. त्यामुळे या अंगणवाडीतील मुलं कोणत्या धान्यातून-भाजीतून व फळातून कोणकोणते पोषक घटक मिळतात ही माहिती सहज सांगतात. त्याशिवाय पडद्यांवरील सुंदर फुलांची चित्रंही मुलांमध्ये चैतन्य आणायला कारणीभूत ठरताहेत. या पडद्यांवर वन्यप्राणी व पक्ष्यांचीही चित्ररूप माहिती आहे.

मुलांमधील उपजत कुतूहल भावनेला चालना देणं हे या पडद्यांचं उद्दिष्ट. त्याचप्रमाणे पोषण जागृतीमध्येही या पडद्यांचा चांगला उपयोग होत आहे. “अंगणवाडीत या पडद्यांना पाहून मुलांना बरीच माहिती पाठ झालीय. त्यामुळे ही पोरं घरी गेल्यावर ती माहिती आईवडलांना सांगतात.” इंदुताई म्हणतात, “अंगणवाडीत लावलेल्या सवयींचा परिणामही असाच होत आहे!” अंगणवाडीत मुलांना कटाक्षाने साबणाने हात धुवायची सवय लागावी यासाठी प्रयत्न केले गेलेत. त्यामुळे ही मुलं आता पालकांनाही ती सवय लावत आहेत.

अशा विविध उपक्रमांमुळे कुडजे अंगणवाडीबद्दल गावकऱ्यांच्या मनात मायेचा कोपरा निर्माण झालाय. परिणामी परिसरात खासगी अंगणवाड्या सुरू झाल्या तरीही या अंगणवाडीचा पट घसरलेला नाही. बालकांशी व गावकऱ्यांशी अनोखा संवाद प्रस्थापित करणारी कुडजे अंगणवाडीचं अनुकरण परिसरातील अन्य ठिकाणीही होत आहे. तसं ते झालं नाही तर मग या संवादाचा उपयोगच काय?







## दहेंडा अंगणवाडी : एकच ध्यास - बालकांचा सर्वांगीण विकास!



‘बालकांचा सर्वांगीण विकास’ हे ध्येय्य कसोशीने गाठण्याचा प्रयत्न धारणी तालुक्यातील दहेंडा गावात होत आहे. बालकांचं अंगणवाडीत पोषण, पालकांनी घरात घ्यायची काळजी व पूर्व प्राथमिक शिक्षण या संदर्भात विविध प्रयोग या दुर्गम गावातील अंगणवाडीत यशस्वीरित्या राबवले जाताहेत. या अंगणवाडीबद्दल...



स्वप्निल व्यवहारे

मेळघाट हा महाराष्ट्रातील एक दुर्गम भाग. धारणी व चिखलदरा या दोन तालुक्यांनी व्यापलेल्या या भागात कुपोषण कायमच आढळतं. अशा या कुपोषणप्रवण मेळघाटातील धारणी तालुक्यातील दहेंडा हे गाव. दहेंडाची लोकसंख्या जेमतेम १०००च्या आसपास. गावातून मोठ्या प्रमाणात रोजगारासाठी विस्थापन होतं. त्यामुळे दहेंडातील बालकांना अंगणवाडीतूनच आधार मिळतो. पालक पोटापाण्यासाठी बाहेरगावी गेलेले असताना अंगणवाडी सेविका शामलता मेश्राम या बालकांचा सांभाळ करतात. गेली ३३ वर्षे त्या याच अंगणवाडीत सेवा देत आहेत.

शामलताताई १९८५ मध्ये दहेंडा अंगणवाडीत रुजू झाल्या. तेव्हा दळणवळणाची साधने फारच तुटपुंजी होती. अशा परिस्थितीतही त्यांनी गरोदर मातांना- बालकांना धारणीच्या शासकीय दवाखान्यात संदर्भ सेवा दिली. त्या काळात कुटुंब नियोजनाच्या शस्त्रक्रियांवर शासनाचा भर होता. पण लोक कुटुंबनियोजनाबद्दल उदासीन असत. तरीही त्यांनी गावकऱ्यांचं मन वळवून अनेक शस्त्रक्रिया करवून घेतल्या. शामलताताई सांगतात, “त्याकाळी एका घरात किमान १०-१२ मुलं असत, पण आता परिस्थिती खूप बदललीय. जनजागृती व मार्गदर्शनामुळे २४० कुटुंबांपैकी हातावर मोजण्याइतकीच कुटुंबे अशी असतील की ज्यांना दोन पेक्षा जास्त मुले आहेत.”





१९९३ सालची मेळघाटातील कुपोषणाची तीव्रता सांगताना त्या म्हणतात, “गावातील मुले कुपोषणाला बळी पडू नयेत म्हणून बाल ग्रामविकास केंद्राच्या माध्यमातून मुलांना ताजा आहार देऊन आम्ही बालकांना कुपोषणाच्या विळख्यातून बाहेर काढलं.” विशेषतः विस्थापित पालकांच्या पाल्यांबाबत कुपोषणाची समस्या तीव्र असते. त्यामुळे शामलताताईंनी अशा पालकांच्या गृहभेटी घेतल्या. परक्या गावात, कामाच्या ठिकाणी मुलं सोबत नेली तर त्यांची काय काळजी घ्यायची याची माहिती त्यांनी या पालकांना समजावली. परिणामी ‘अनेक बालकं तीव्र कुपोषणातून वाचली!’ असं शामलताताई आनंदाने सांगतात.

पण काही वेळा पालकांचा विरोधही पत्करावा लागतो. पूजा नावाच्या तीव्र कुपोषित मुलीला बाल उपचार केंद्रात दाखल करणे आवश्यक होते. पण तिचे पालक दवाखान्यात पाठवायला अजिबात तयार नव्हते. शामलताताईंनी गावातील आशा वर्कर व आरोग्य सेविकेची मदत घेतली व सतत पूजाचा पाठपुरावा सुरू ठेवला. तिला बाल उपचार केंद्रात दाखल केले. पूजा व तिची आई सीटीसीत राहतील व आरोग्य सेवा घेतील याची खात्री केली. सीटीसी पूर्ण झाल्यावरही त्यांनी पाठपुरावा सुरूच ठेवला. अखेर पूजाला लाल श्रेणीतून बाहेर काढण्यात त्यांना यश आले.

दुसरे उदाहरण ताई सांगतात, “शुभमच्या आईची प्रसूती घरातच झाली. शुभमचे जन्मतः वजन एक किलो पाचशे ग्रॅम होते. पण या बाळाचे वडील उपचारांसाठी तयार नव्हते. आशा कार्यकर्ती, आरोग्य सेविका, प्रा. आ. केंद्राचे वैद्यकीय अधिकारी असे सर्वजण प्रयत्न करून थकले. मात्र पालक शुभमला एनआरसीत दाखल करायला तयार होत नव्हते. दिवसेंदिवस शुभमची स्थिती खालवत होती. हे लक्षात घेऊन शामलताताईंनी आरोग्य केंद्राची गाडी

बोलावली. आई व बाळाला धारणी उपजिल्हा रुग्णालयाच्या एनआरसीत दाखल केले. नंतर ही घटना बाळाच्या वडलांना कळली.

बाळाला दवाखान्यात न्यायला त्यांचा विरोध होता. त्यामुळे हा माणूस शामलताताई व आशा कार्यकर्तींच्या घरी येऊन भांडू लागला. ‘आताच्या आता माझी बायको व पोरगं घरी आणलं नाहीतर माझ्या जिवाचे बरे-वाईट करेल’ अशी धमकी त्याने दिली. नंतर या माणसाने उपजिल्हा रुग्णालय गाठले. तेथील कर्मचाऱ्यांनाही दमदाटी करू लागला. मात्र तेथील डॉक्टरांनी त्याची समजूत काढल्यानंतर मात्र तो शांत झाला. शुभम व त्याच्या आईने एनआरसी ची

- शामलताताई १९८५ मध्ये दहेंडा अंगणवाडीत रुजू झाल्या. तेव्हा दळणवळणाची साधने फारच तुटपुंजी होती. अशा परिस्थितीतही त्यांनी गरोदर मातांना-बालकांना धारणीच्या शासकीय दवाखान्यात संदर्भ सेवा दिली. त्या काळात कुटुंब नियोजनाच्या शस्त्रक्रियांवर शासनाचा भर होता. पण लोक कुटुंबनियोजनाबद्दल उदासीन असत. तरीही त्यांनी गावकऱ्यांचं मन वळवून अनेक शस्त्रक्रिया करवून घेतल्या. ●



१४ दिवस सेवा घेतली. त्यानंतरही शामलताताई व आशा वर्कर बबिता जावरकर यांनी त्यांचा पाठपुरावा केला. शुभमचा आहार, स्वच्छता इत्यादींवर लक्ष ठेवले. आता शुभम साधारण श्रेणीत आहे. 'शुभम चांगला खेळतो-बागडतो हीच आपल्या कामाची पावती आहे!' असं ताई आवर्जून नोंदवतात.

आपल्या अंगणवाडीचा दिनक्रम शामलताताईंनी सुरेख आखलाय. मुलं अंगणवाडीत आली की, सर्वप्रथम ताई त्यांची नखे पाहतात, ती नीट कापलेली नसली तर त्या स्वतः बालकांची नखे कापतात. त्यानंतर अंगणवाडीची प्रार्थना सुरू होते. प्रार्थना होईपर्यंत बालकांसाठी सकाळचा नाश्ता तयार असतो. मुलांनी हात स्वच्छ केल्यावरच हा आहार वाढला जातो. आहारासाठीची भांडी स्वच्छ आहेत याची खास खबरदारी घेतलेली असते. गरम ताजा आहार बालके आवडीने खातात. मोड आलेल्या मटकीची उसळ, खिचडी अशा वारांप्रमाणे वेगवेगळ्या आहाराचा समावेश नाशत्यात असतो.



आहारानंतर सुरुवात होते पूर्व प्राथमिक शिक्षणाला. पूर्व प्राथमिक शिक्षणामागील भूमिका सर्वच अंगणवाडी सेविकांना तंतोतंत समजलेली असतेच असं नाही. मात्र दहेंडामध्ये पूर्व प्राथमिक शिक्षण का व कशा पद्धतीने द्यायचे या संदर्भात खोलवर विचार झालेला दिसतो. विविध खेळाच्या माध्यमातून हे शिक्षण देण्याचा प्रयत्न ताई करतात. विविध प्रकारची भिक्तीपत्रके, पुस्तिका, कार्ड्स, कट आउटची कोडी, पत्ते अशा विविध प्रकारच्या साहित्याचा वापर खूपच छान पद्धतीने त्यांनी केला आहे. या साहित्याच्या निर्मितीवेळी अंगणवाडीतील बालकांचे दोन वयोगट लक्षात घेतलेले दिसतात. एक गट ३ ते ५ वर्ष व दुसरा ५ ते ६ वर्ष. विविध साहित्याचा वापर करताना बालकांचा भाषा विकास, शारीरिक विकास, निर्मिती कौशल्य व सामाजिक विकास कसा होईल यावर विशेष लक्ष दिले जाताना दिसते. हे उपक्रम दररोज राबवले जात असल्याने बालके अंगणवाडीत येण्यासाठी उत्सुक दिसतात. बालकांची शिकण्याची प्रक्रिया दुहेरी पद्धतीने होताना दिसते. उदा. एक चित्र असे आहे की ताटे मांडायची जबाबदारी बालके आळीपाळीने घेतात. प्रत्यक्षात देखील ताटे मांडायची जबाबदारी बालके आळीपाळीने घेतात. ३ ते ५ वयोगटातील बालकांना वस्तूंचा क्रम कसा लावावा, लहान वस्तू व मोठी वस्तू यातील फरक कसा ओळखावा, सांघिक कृती विकासासाठी का गरजेची आहे या संदर्भातील सोपी व आकर्षक चित्रे तयार करण्यात आली आहेत. असे विविध प्रकारचे साहित्य ताई वापरतात. चित्रांच्या माध्यमातून अंक या प्रकारात मोडणारी चित्रे केवळ ५ ते ६ वयोगटातील बालकांसाठी आहेत. कारण पुढे ही बालके शाळेत प्रवेश करणार असतात. याशिवाय गाणी गोष्टी, सांघिक व कौशल्य विकासाचे विविध खेळ बालकांसाठी योजलेले आहेत.

दहेंडा अंगणवाडीत प्रवेश करताच एक तक्ता



नजरेत भरतो. त्यात व्ही.सी.डी.सी.तून बालकांच्या पोषण श्रेणीत काय बदल झाला याची तपशीलवार नोंद आढळते. व्हीसीडीसीत दाखल झालेल्या बालकांची नोंद सुरुवातीला लाल श्रेणीत दिसते, नंतर १५ दिवसांच्या काळात ती मध्यम श्रेणीत आलेली दिसतात. महिनाभरात बरीच बालके साधारण श्रेणीमध्ये कशी आली हे तपशीलवार नोंदींसह दिसते. या व्हीसीडीसीच्या नियोजनाबद्दल ताई सांगतात, “वजन घेण्यासाठी अंगणवाडी सेविका, आशा व आरोग्य सेविका उपस्थित असतात. यावेळी तीव्र, कमी वजन व गंभीर कुपोषित बालकांची तपासणी वैद्यकीय अधिकारी करतात. या बालकांची नावे आयसीडीएस विभागाला कळवली जातात.” आदिवासी भागात मिळणाऱ्या अमायलेज निधीतून

गाव स्तरावर व्हीसीडीसी योजना आहे. ती दहेंडा गावात अत्यंत सुरळीत चालल्याचे दिसते. प्रा. आ. केंद्राचे वैद्यकीय अधिकारी डॉ. राखी बरवट व डॉ. नवलाखे व्हीसीडीसीत दाखल होणाऱ्या बालकांची तपासणी करतात. नंतर दर आठवड्याला या डॉक्टरांच्या व्हीसीडीसीला भेटी होतात. मुलांची तपासणी होते. बालरोग तज्ज्ञ डॉ. जावरकर बालकांची तपासणी करून औषधे देतात. डॉ. जावरकरांच्या व्हीसीडीसीला महिन्यातून २ वेळा भेटी होतात.

या व्हीसीडीसीकरिता अमायलेज निधीतून सुरुवातीस १२०० रु. प्रती बालक निधी मिळायचा. पण सद्यःस्थितीत प्रती बालक ९६० रु. मिळतात. व्हीसीडीसी ३० दिवसांसाठी चालते. दाखल





- दहेंडामध्ये पूर्व प्राथमिक शिक्षण का व कशा पद्धतीने द्यायचे या संदर्भात खोलवर विचार झालेला दिसतो. विविध खेळाच्या माध्यमातून हे शिक्षण देण्याचा प्रयत्न ताई करतात. विविध प्रकारची भिक्तीपत्रके, पुस्तिका, कार्ड्स, कट आउटची कोडी, पत्ते अशा विविध प्रकारच्या साहित्याचा वापर खूपच छान पद्धतीने त्यांनी केला आहे. या साहित्याच्या निर्मितीवेळी अंगणवाडीतील बालकांचे दोन वयोगट लक्षात घेतलेले दिसतात. एक गट ३ ते ५ वर्ष व दुसरा ५ ते ६ वर्ष. विविध साहित्याचा वापर करताना बालकांचा भाषा विकास, शारीरिक विकास, निर्मिती कौशल्य व सामाजिक विकास कसा होईल यावर विशेष लक्ष दिले जाताना दिसते. हे उपक्रम दररोज राबवले जात असल्याने बालके अंगणवाडीत येण्यासाठी उत्सुक दिसतात. ●

बालकांच्या औषधांसाठी ४२५ रु. खर्च करावे लागतात. उर्वरित पैसे आहारावर खर्च केले जातात. या आहारात विविध अन्नघटकांचा कशाप्रकारे समावेश होऊ शकेल यावर लक्ष दिले जाते. व्हीसीडीसीत सकाळी अमायलेज युक्त शिरा किंवा उपमा, १० वाजता खिचडी, त्यामध्ये मुगाची किंवा मटकीची मोड आलेली उसळ याचा समावेश असतो. १२ वाजता घरचा आहार व अंगणवाडीतून अंडे दिले जाते, दुपारी ३ वाजता शेंगदाण्याचा लाडू, बटाटा उकडून त्यात तेल व मीठ घालून दिला जातो; संध्याकाळी ६ वाजता केळ व अमायलेजयुक्त पिठाचा जर सकाळी शिरा असेल तर मग उपमा व सकाळी उपमा असेल तर संध्याकाळी शिरा असा आहार नियोजित केला जातो. हा आहार त्या

बालकांना महिनाभर दिला जातो. त्याचप्रमाणे औषधोपचारही केले जातात. दहेंडातील या व्हीसीडीसीचा प्रभाव तेथील तक्त्यावर स्पष्ट दिसतो. सुरुवातीला दाखल केलेल्या एकूण ८ बालकांपैकी ३ बालके तीव्र कुपोषित श्रेणीत होती. तर उर्वरित ५ बालके ही मध्यम कुपोषित श्रेणीत होती. पैकी एक महिन्यानंतर केवळ एक बालक तीव्र श्रेणीत राहिले. इतर सर्व बालके साधारण श्रेणीत आली. म्हणजे एकूण ८ बालकांपैकी ७ बालकांच्या श्रेणीमध्ये सकारात्मक बदल झाल्याचे दिसते.

कुपोषणाचे गांभीर्य ओळखून ही समस्या हाताळण्यासाठी शासनाच्या विविध विभागांमध्ये समन्वय असावा असा विचार अनेक वर्षांपासून मांडला जात आहे. या विचाराला मूर्त रूप देण्यात



दहेंडा अंगणवाडीला यश आल्याचे दिसते. विविध खात्यातील कर्मचारी एकत्र येऊन एकमेकांच्या साहाय्याने काम करताना येथे दिसतात. यामध्ये वैद्यकीय अधिकारी डॉ. राखी बरवट, पर्यवेक्षिका रेखा चार्थर यांच्या मार्गदर्शनाखाली बहुउद्देशीय कर्मचारी बोबडे, आरोग्य सेविका खल्लारे, अंगणवाडी सेविका मेश्रामताई, आशा कार्यकर्ती बबिता जावरकर, इ. उअछ प्रकल्पांतर्गत मदनभाऊ हे सर्व आरोग्य अधिकारी-कर्मचारी व कार्यकर्ते एकत्रितपणे ग्राम आरोग्य पोषण स्वच्छता दिनाचे नियोजन करतात. बालके, गर्भवती महिला व स्तन्यदा माता लसीकरणापासून वंचित राहणार नाही त्यासाठी प्रयत्न करतात. बालकांची वजन उंची, लसीकरणापासून सुटलेल्यांच्या गृहभेटी देऊन त्यांना लसीकरणासाठी आणणे ही सर्व कामे हा संच एकत्रितपणे पार पडतो.

याशिवाय दहेंडा अंगणवाडीत एक नवा लक्षवेधी उपक्रम राबवला जात आहे. बालक सहा महिन्यांचे झाल्यानंतर त्याला वरचा आहार सुरू करण्यासाठी अंगणवाडीत बोलावले जाते. याप्रसंगी बालकाचे वडील व आई या उभयतांना उपस्थित राहण्याची विनंती केली जाते. दोघांनाही बाळास देण्याच्या घट्ट आहाराचे महत्त्व समजावण्यात येते. बालक दोन वर्षांचे होईपर्यंत त्याच्या आई-वडीलांनी त्याला आहार अंगणवाडीताईच्या समोर खाऊ घालायचा असतो. त्यामुळे बालकाला काय, कसे व किती वेळा खाऊ घालायचे यावर अंगणवाडीताईंना लक्ष ठेवता येते. ही प्रक्रिया बालक दोन वर्षांचे होईपर्यंत सुरू राहते. बालक दोन वर्षांचे झाले की ते चालायला लागते व हळूहळू भावंडांसोबत अंगणवाडीत यायला सुरुवात करते. इतर बालकांसोबत या बालकालाही अंगणवाडीत आहार मिळतो व उपक्रमांमध्ये त्याचा सहभाग सुरू होतो.

ना लक्ष ठेवता येते. ही प्रक्रिया बालक दोन वर्षांचे होईपर्यंत सुरू राहते. बालक दोन वर्षांचे झाले की ते

चालायला लागते व हळूहळू भावंडांसोबत अंगणवाडीत यायला सुरुवात करते. इतर बालकांसोबत या बालकालाही अंगणवाडीत आहार मिळतो व उपक्रमांमध्ये त्याचा सहभाग सुरू होतो.

भारतरत्न डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम अमृत आहार योजनेअंतर्गत गरोदर व स्तन्यदा मातांना मिळणारा आहार दहेंडा अंगणवाडीत घरपोच दिला जात नाही. उलट गरोदर व स्तन्यदा मातांना या आहाराच्या सेवनासाठी अंगणवाडीत बोलावले जाते. अमृत आहार घेण्यासाठी माता आली असताना अंगणवाडी सेविका स्वतःच दुपारच्या वेळेची लोहाची गोळी देतात. त्यामुळे गावात रक्तपांढरी अर्थात अॅनेमिया असलेल्या मातांची संख्या कमी झाली आहे.

या अंगणवाडीतून बालकांना आठवड्यातून दोनदा लोह वाढीचे पातळ औषध न चुकता दिले जाते. हा प्रसंग या अंगणवाडीत रंजकरित्या दररोज घडतो. सिरप देण्यापूर्वी आशा कार्यकर्ती मुलांना विचारते, 'किस को बिमारी है?' या प्रश्नाला प्रतिसाद देत मुलं खोकण्याचा अभिनय करतात. कुणी आपलं डोकं दुखत असल्याची तर कुणी सर्दी झाल्याची बतावणी करतं. मग या सगळ्यांना रांगेत उभं केलं जातं. ते लोह वाढीचं गोड औषध सर्वांनाच हवं असतं. त्यामुळे सगळेच औषध मिळावं यासाठी आग्रही असतात. पण गरज असलेल्या बालकांनाच ते औषध दिलं जातं. अशी ही मौजमजेची दहेंडा अंगणवाडी!

२०१८-१९ मध्ये या अंगणवाडीच्या अखत्यारित एकही माता व बालमृत्यू झालेला नाही. जानेवारी २०१९ पासूनच्या एकूण ४६ जन्मलेल्या बालकांपैकी केवळ दोन बालके कमी वजनाची होती. विशेष म्हणजे ही दोन्ही बालके वेळेआधी जन्माला आल्यामुळे कमी वजनाची होती! बालकांचा



नाशिकमधील त्र्यंबक तालुक्यातील आळवंड अंगणवाडीत एकही मूल तीव्र वा मध्यम कुपोषण श्रेणीत नाही. तसेच गेल्या पाच वर्षात या अंगणवाडी अंतर्गत एकही माता-बालमृत्यू झालेला नाही. विविध उपक्रमांतून गावात जागृती केल्याने हे यश आळवंडमध्ये मिळालं आहे. या अंगणवाडीत राबवलेल्या उपक्रमांचा पाहणी अहवाल...



नितीन घाटगे

‘कम्युनिटी अॅक्शन फॉर न्युट्रिशन’ ही प्रक्रिया नाशिक जिल्ह्यातील त्र्यंबकेश्वर तालुक्यात राबवली जात आहे. त्या अंतर्गत जिल्ह्यातील ४० गावातील अंगणवाड्यांना सामावून घेण्यात आले आहे. या चाळीस अंगणवाड्यांपैकी आळवंड ही अंगणवाडी डिजिटल अंगणवाडी म्हणून पंचक्रोषित प्रसिद्ध आहे. त्यामुळे एका साध्यासुध्या अंगणवाडीचा डिजिटल अंगणवाडीकडे झालेला प्रवास पाहण्यासाठी आळवंडला भेट दिली. या भेटीतून या अंगणवाडीबद्दल लक्षात आलेली ही काही तथ्ये-

नाशिकच्या सुप्रसिद्ध त्र्यंबकेश्वर मंदिरापासून १५ कि.मी. अंतरावर आळवंड हे गाव वसलं आहे. त्र्यंबकेश्वरला देशभरातून पर्यटक व श्रद्धालू येत असतात. त्यामुळे हा परिसर आता पूर्वीइतका दुर्गम-अविकसित राहिलेला नाही. पण आळवंड गावात अंगणवाडीची सुरुवात झाली तेव्हा परिस्थिती अर्थातच प्रतिकूल होती. १९८२ मध्ये या गावात अंगणवाडीची स्थापना झाली. तेव्हा चौथीपर्यंत शिकलेल्या बायजाबाई मुल्लेंची अंगणवाडी सेविका म्हणून नियुक्ती झाली. गेली ३७ वर्षे बायजाबाई या अंगणवाडीचं काम निरलसपणे करत आहेत. त्यांना अंगणवाडी मदतनीस हिराबाई कान्हव यांची समर्थ साथ मिळत आहे.

बायजाबाई यांच्याशी बोलताना एक साधी अंगणवाडी ते डिजिटल





## आळवंडची उपक्रमशील अंगणवाडी

अंगणवाडीपर्यंतचा प्रवास कसा झाला याबद्दल चर्चा केली. कोणकोणते नावीन्यपूर्ण उपक्रम या अंगणवाडीमध्ये केले आणि त्याचा फायदा त्या गावातील ० ते ६ वर्ष वयोगटातील मुलांना, गरोदर महिला आणि स्तन्यदा मातांना कसा झाला हे समजले.

आळवंड अंगणवाडीची पटसंख्या ५४ आहे. कुपोषणाचे प्रमाण या गावात कमी आहे. फक्त ७ बालके पिवळ्या श्रेणीमध्ये अर्थात मध्यम कुपोषित आहेत. याचे कारण बायजाबाई यांना विचारले असता त्या म्हणाल्या, “आम्ही गावात नेहमी वेगवेगळे कार्यक्रम घेतो. त्यामुळे गावकऱ्यांना अंगणवाडीचं महत्त्व पटलं आहे.” बहुतेक गावात लोकांना अंगणवाडी हे खाऊ वाटप केंद्र वाटतं. हा गैरसमज मोडून काढण्यात बायजाबाईंना यश आल्याचं दिसतं. त्यामुळेच या अंगणवाडी अंतर्गत कुपोषणाचे प्रमाण नगण्य आहे. अजून एक महत्त्वाची बाब त्यांनी सांगितली. त्या म्हणाल्या, “गेल्या ५ वर्षात गावात एकही बाल किंवा माता मृत्यू आळवंड या गावात झालेला नाही.” याची कारणे खालीलप्रमाणे..

### मशाल फेरी

आळवंडमध्ये गावातील सर्व किशोरवयीन मुलामुलींना जमवून मशाल फेरीचे आयोजन केलं जातं. ही फेरी संपूर्ण गावात अंगणवाडीतून मिळणाऱ्या सेवांचे संदेश देत काढली जाते. तसेच बालकांची स्वच्छता, त्यांचे पोषण, किशोरवयातील मुलींचे पोषण आणि शिक्षण याबद्दलचे महत्त्वही या

फेरीतून गावकऱ्यांना समजावले जाते. मुलींचे लग्न कमी वयात न करणे यांसारख्या महत्त्वाच्या विषयांची माहितीही या मशाल फेरीच्या माध्यमातून दिली जाते. त्यासाठी खास पोस्टर तयार करण्यात आली आहेत. माहिती प्रसाराच्या या साधनांसोबतच मशाल फेरीत सहभागी मुलं-मुली गावकऱ्यांशी वैयक्तिक संवादही साधतात. असा संवाद त्यांना साधता यावा याकरता मशाल फेरीच्या आधी या मुलांना ती माहिती समजावून सांगितली जाते. परिणामी ही भावी पिढी जागृत होते.

### रानभाजी बाजार

रानभाजी बाजार हा आळवंड अंगणवाडीचा





- रानभाजी बाजार हा आळवंड अंगणवाडीचा आगळा वेगळा उपक्रम. दरवर्षी पावसाळ्यात गावातील मुलं अंगणवाडीच्या प्रांगणात हा बाजार भरवतात. पावसाळ्यात गावपरिसरात विविध रानभाज्या उगवतात. या भाज्यांचा परिचय आधी मुलांना करून दिला जातो. नंतर या भाज्या मुलं सोबत घेऊन येतात. अशा भाज्यांचं मुलांनी गावकऱ्यांसाठी मांडलेलं प्रदर्शन म्हणजे हा बाजार! आळवंड अंगणवाडीने पालकांच्या सहभागातून या उपक्रमाची सुरुवात केली आहे. ३ ते ६ वर्षे वयोगटातील मुलांचे पालकही या रानभाज्यांची ओळख आपल्या पाल्यांसोबत करून घेतात. नंतर पालक व पाल्य मिळून अंगणवाडीसमोर रानभाज्यांची पथारी लावतात. ●

आगळा वेगळा उपक्रम. दरवर्षी पावसाळ्यात गावातील मुलं अंगणवाडीच्या प्रांगणात हा बाजार भरवतात. पावसाळ्यात गावपरिसरात विविध रानभाज्या उगवतात. या भाज्यांचा परिचय आधी मुलांना करून दिला जातो. नंतर या भाज्या मुलं सोबत घेऊन येतात. अशा भाज्यांचं मुलांनी गावकऱ्यांसाठी मांडलेलं प्रदर्शन म्हणजे हा बाजार! आळवंड अंगणवाडीने पालकांच्या सहभागातून या

उपक्रमाची सुरुवात केली आहे. ३ ते ६ वर्षे वयोगटातील मुलांचे पालकही या रानभाज्यांची ओळख आपल्या पाल्यांसोबत करून घेतात. नंतर पालक व पाल्य मिळून अंगणवाडीसमोर रानभाज्यांची पथारी लावतात. गावकऱ्यांना या बाजारात येण्याचं आमंत्रण दिलं जातं. या उपक्रमातून बालकांच्या वाढीत रानभाज्या व कडधान्यांचं महत्त्व बिंबवलं जातं. या उपक्रमाचा एक चांगला परिणाम म्हणजे



आळवंडमधील पालकांनी आपल्या मुलांना फास्टफुड ऐवजी घरात शिजवलेलं पोषक अन्न आवर्जून घ्यायला सुरुवात केली आहे.

### अंगणवाडीची परसबाग

बायजाबाईंनी आयसीडीएसच्या सुपरवायझर श्वेता गडाख यांचे मार्गदर्शन व सहकार्यातून अंगणवाडीच्या प्रांगणात परसबाग फुलवली आहे. ही परसबाग लावण्यासाठी बायजाबाईंनी श्वेताताईंच्या सहकार्यातून आयसीडीएस विभागाकडून १५००० रुपयांचा निधी मिळवला. तसेच बॉश (BOSCH) या कंपनीकडून परसबागेला कुंपण बांधण्यासाठीही अर्थसाह्य मिळवण्यात आले. या परसबागेत आंबा, पेरू, चिक्कू, जांभूळ, चिंच या फळझाडांबरोबरच अडुळसा सारखी औषधी झाडे व मेथी, वांगी, मिरची, गवार, टोमॅटो, पालक या भाज्यांचीही लागवड करण्यात आली आहे. या भाज्यांचा व फळांचा वापर मुलांच्या पोषण आहारामध्ये केला जातो.

### वरच्या आहाराचे महत्त्व -

गावातील नवजात बालकांच्या मातांसाठी आळवंड अंगणवाडीत आणखी एक वेगळा प्रयोग राबवला जातो. नवजात बाळांचं वय सहा महिने झालं की, त्यांच्या मातांना अंगणवाडीत आमंत्रित केलं जातं. या विशेष भेटीत बाळाला सहा महिने पूर्ण झालेले असून मातांना त्यांच्या आहाराबद्दल खास सूचना दिल्या जातात. बाळाला आईच्या दुधासोबतच वरचा घट्ट आहार सुरू करण्याची हीच वेळ. त्यामुळे वरचा आहार कसा द्यावा याची प्रात्यक्षिकं करून दाखवली जातात. या उपक्रमातून आळवंड अंगणवाडीची दक्षता आपल्या लक्षात येते.

### पहिले पाऊल संकल्पना -

पहिले पाऊल ही संकल्पना अशा कारणाने सुरू केली की अंगणवाडीतील ३ वर्ष पूर्ण झालेली बालके एकत्रित करून त्यांच्या पालकांना अंगणवाडीत एकत्रित करून चौरस आहाराचे महत्त्व सांगणे. तीन वर्ष पूर्ण झाल्यानंतर मुलांच्या पोषणाबद्दल काय काळजी घ्यायला पाहिजे, आरोग्याबद्दल काय काळजी घ्यायला पाहिजे यावर मार्गदर्शन केले जाते. चौरस आहार मुलांच्या वाढीसाठी किती गरजेचा आहे हे सांगितले जाते. कोणत्याही अंधश्रद्धा न ठेवता मुलांना अन्नातून सगळे घटक देणे गरजेचे आहे. यासाठी प्रवृत्त केले जाते.

### गरोदर माता नोंदणी सोहळा

गावातील महिला तीन महिन्यांची गरोदर झाली की तिची अंगणवाडीत नोंदणी करावी लागते. पण आळवंड गावामध्ये नोंदणीची संकल्पना







आगळीवेगळी आहे. जेव्हा सेविकेला समजते की तीन महिन्याची गरोदर माता आहे, तेव्हा तिला आणि तिच्या पूर्ण परिवाराला अंगणवाडीत बोलवले जाते. सगळ्यांना बोलावण्याचा उद्देश हा असतो की गरोदर मातासोबत घरातील प्रत्येक सदस्याला गरोदरपणात काय काळजी घ्यायला पाहिजे याची माहिती मिळावी. आहारचे महत्त्व, वेळोवेळी आरोग्य चाचणी होणे, घरातील वातावरण कसे पाहिजे, स्वच्छता, नऊ महिन्यात आईचे १० ते १२ किलो वजन कसे वाढू शकते अशा अनेक विषयांवर त्या परिवाराचे समुपदेशन केले जाते. अंगणवाडीत गावातील तीन महिन्याच्या गरोदर मातांचा ओटी भरणी सोहळा या प्रसंगी केला जातो.

### अंगणवाडीच्या डिजिटल भिंती

आपण बघतो की मुलांना पूर्व प्राथमिक शिक्षण देण्यासाठी अंगणवाडीत फळा किंवा पाटीचा वापर केला जातो. आळवंड अंगणवाडीत मात्र ही शैक्षणिक माहिती भिंती डिजिटल पद्धतीने सजवून

पोहचवण्याचा प्रयत्न झाला आहे. म्हणूनच या अंगणवाडीला डिजिटल अंगणवाडी असं म्हटलं जातय. बालकांसाठी पूर्व प्राथमिक शैक्षणिक माहितीचे डिजिटल चार्ट येथील भिंतीवर लावले आहेत, त्या माध्यमातून मुलांना सहज आणि सोप्या पद्धतीने शिकवता आणि समजावून सांगता येईल अशी ही व्यवस्था आहे. या चार्टस्वर प्राणी, त्यांचे आवास व आवाज, विविध रंग, वैज्ञानिक साधने, आपण समाजोपयोगी कोणकोणती कामे करू शकतो, खेळांची समज, वाहनांची ओळख, ते कोणत्या इंधनावर चालतात, राष्ट्रीय गोष्टींची ओळख, प्रतिज्ञा, राष्ट्रगीत, पाढे, अंकांची ओळख, मुलीचे महत्त्व, कुपोषणाची कारणे, पोषण आहार, टीएचआरची माहिती, कुपोषण मुक्तीची दशपदी, सुरक्षित मातृत्वाची सप्तपदी, कडधान्यांचे आहारातले महत्त्व इ. माहिती देण्यात आली आहे.

अशा नावीन्यपूर्ण उपक्रमांमुळे २०१९-२० सालचा 'आदर्श अंगणवाडी पुरस्कार' आळवंड अंगणवाडीला मिळाला आहे. त्याचप्रमाणे महिला व



## लोक सहभागातून कुपोषण जागृती...



गडचिरोलीमधील खडकी गावातील अंगणवाडीत लोकसहभागातून कुपोषणाबाबत जनजागृतीचे कार्य होत आहे. या कार्याची दखल...



सचिन साठे

खडकी हे गाव तालुक्याच्या ठिकाणापासून पूर्वेला ४० कि.मी. अंतरावर आहे. या गावाची लोकसंख्या ५८३ आहे. या गावाला आंबेटोला व कुमरेटोला हे दोन टोले आहेत. या गावात एक मुख्य अंगणवाडी असून अंगणवाडी सेविका सौ. पुस्तकला गुरुदेव भैसारे मे २०१७ पासून या गावात कार्यरत आहेत. अंगणवाडीतील सहा सेवा कार्यक्षमपणे येथून पुरवल्या जातात. आदिवासी विकास विभागा अंतर्गत चालविली जाणारी भारतरत्न डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम अमृत आहार या योजनेतून गरोदर स्त्रियांची नोंदणी झाल्यापासून बाळ सहा महिने पूर्ण होईपर्यंत लाभार्थ्यांना सेवाही मिळत आहेत. या गावात दोन गरोदर माता, पाच स्तन्यदा माता व ४८ बालके सध्या अंगणवाडीच्या सेवांचा लाभ घेत आहेत. गावातील कुपोषणाचे प्रमाण कमी करण्यासाठी एकात्मिक बालविकास प्रकल्पाअंतर्गत विविध कार्यक्रम आयोजित केले जातात. त्यात माता सभा घेऊन गरोदरपणाच्या तपासण्या, आहाराविषयी माहिती, प्रसूतीविषयी माहिती, सहा महिने पूर्ण झालेल्या बाळाला पूरक पोषण आहारविषयी माहिती, स्वच्छता याविषयी माहिती दिली जाते. ही सर्व माहिती विविध



- गावातील कुपोषणाचे प्रमाण कमी करण्यासाठी एकात्मिक बालविकास प्रकल्पांतर्गत विविध कार्यक्रम आयोजित केले जातात. त्यात माता सभा घेऊन गरोदरपणाच्या तपासण्या, आहाराविषयी माहिती, प्रसूतीविषयी माहिती, सहा महिने पूर्ण झालेल्या बाळाला पूरक पोषण आहाराविषयी माहिती, स्वच्छता याविषयी माहिती दिली जाते. ही सर्व माहिती विविध चार्टद्वारे मातांपर्यंत पोहचविली जाते. ●

चार्टद्वारे मातांपर्यंत पोहचविली जाते. किशोरवयीन मुलींना मार्गदर्शन कार्यक्रम आयोजित करतात. त्यात किशोरी मुलींना मासिक पाळीत स्वतः घ्यायची काळजी, लोहयुक्त गोळ्या, किशोरवयात होणारे विविध बदल याबरोबरच कमी वयात लग्न न करण्यासंदर्भात सल्ला दिला जातो.

तसेच गावातील इतर लोकांपर्यंत कुपोषण कमी करण्याबाबत गावात जनजागृती कार्यक्रम आयोजित केले जातात. त्यामध्ये वजन वाढीचा तक्ता तसेच कुपोषण निर्मूलनाचे नारे म्हणवून गावातील लोकांपर्यंत कुपोषण कमी करण्यासंदर्भात जनजागृती केली जाते. यासाठी आशा कार्यकर्ती लोकसहभाग मिळवण्यासाठी विशेष प्रयत्न करतात. अशा विविध

कार्यक्रमातून अंगणवाडी सेविका पुस्तकला भैसारे विविध उपक्रम राबवत आहेत.

पुस्तकलाताईंना सुरुवातीला गावकऱ्यांचा फारसा पाठिंबा मिळाला नाही. जेव्हा त्या गावात कुपोषणासंबंधी जनजागृती करत तेव्हा गावकरी उदासीन असत. त्यामुळे त्यांनी गृहभेटी देऊन ही माहिती घायला सुरुवात केली. नंतरच्या काळात त्यांनी ग्रामपंचायत सदस्यांच्या माध्यमातून कार्यक्रम आयोजित केले. त्यानंतर मात्र गावकऱ्यांचा प्रतिसाद उत्तमप्रकारे मिळू लागला. परिणामी अंगणवाडीत माता सभा, स्तन्यदा माता किशोरी मुली व इतर नागरिकांच्या बैठकांमध्ये गावकऱ्यांची उपस्थिती वाढली.





# अंगणवाडी सुसज्ज का असू नयेत ?

- एम. ए. पाटील

अध्यक्ष,

महाराष्ट्र राज्य अंगणवाडी कर्मचारी संघटना



## अंगणवाड्यांवरील आर्थिक तरतूद वाढावी !

“केंद्र व राज्य शासनाकडून अंगणवाड्यांसाठी दरवर्षी बजेट मंजूर होते. पण हे बजेट अपुरे आहे.

अंगणवाडीच्या वार्षिक अर्थ तरतुदीत योग्य प्रमाणात वाढ व्हायला हवी. मनुष्यबळ व आहार या दोन्हीसाठी ही वाढ असणे गरजेचे आहे...”

## प्रति बालक आहारावरील आर्थिक तरतूद वाढावी !

“अंगणवाडीतून सध्या मिळणाऱ्या आहारातून बालकांचे पुरेसे पोषण होत नाही. कारण त्यावरील आर्थिक तरतूद अपुरी आहे. सध्या या आहारातील कॅलरिज व प्रोटीनचे प्रमाण हे ८ रुपये प्रती बालक या आर्थिक तरतुदीच्या आधारे निश्चित केले आहे. हा आहार पुरवण्याचे कंत्राट खासगी पुरवठादारांना दिले आहे. वास्तविक पाहता कंत्राटदारांना प्रती बालक ८ रुपये प्रमाणे कंत्राट मिळते. या रकमेत कच्चा माल व वाहतूक खर्चही



कंत्राटदारांनीच करणे अपेक्षित आहे. शिवाय अंगणवाड्यांपर्यंत आहार पोचवण्यासाठीचा खर्चही कंत्राटदारांनाच करावा लागतो. परिणामी कंत्राटदार या ८ रुपये निधीतून करणावळ व प्रवास खर्च वळता करून घेतात. पण त्यामुळे प्रति बालक निव्वळ पाच रुपयेच प्रत्यक्ष आहारावर खर्च होतात. इतक्या तुटपुंज्या तरतुदीतून उत्तम पोषक आहार कसा मिळणार ?”

### **भाडेखर्चावरील तरतुदीचा निर्णय झाला, अंमलबजावणीची प्रतिकक्षा !**

“मुंबईसारख्या शहरी भागातील वसाहतींमध्ये अंगणवाड्यांसाठी जागेचा प्रश्न असतो. बरेचदा अंगणवाड्या भाडेतत्त्वावरील जागेत चालतात. शहरी वस्त्यांमधील घरे आकाराने छोटी असल्याने अंगणवाड्यांसाठी जागा कमी पडते. जागेच्या कमतरतेमुळे मुलांचे खेळ व अन्य उपक्रम राबवणे कठीण होते. ही समस्या सुटायला हवी. भाडेतत्त्वावरील अंगणवाड्यांसाठी ७५० रुपये भाडे अशी तरतूद काही वर्षांपूर्वी होती. संघटनांच्या सततच्या पाठपुराव्यामुळे मध्यंतरी या तरतुदीत वाढ होऊन ती दरमहा ४००० रुपये झाली. मात्र या निर्णयाची अंमलबजावणी झालेली नाही.”



## अंगणवाड्या सुसज्ज हव्यात !

“अंगणवाडीतील लाभार्थ्यांची संख्या दिवसेंदिवस कमी होत चालली आहे. बालवाड्या, इंग्रजी माध्यमातील बालवाड्यांकडे लोकांचा ओढा वाढला आहे. परिणामी अंगणवाडीतील पटसंख्या कमी व्हायला लागली आहे. बालवाड्यांमध्ये बालकांच्या वाढीवर देखरेख व आरोग्यसेवा या सोईसुविधा उपलब्ध नसतात. या समस्येतून मार्ग काढण्यासाठी अंगणवाडीचा दर्जा सुधारायला हवा. जेणेकरून ही गळती थांबू शकेल. बालवाडी व अंगणवाडीमध्ये बरेचदा असमानता असते. बालवाड्या खासगी असल्याने चकचकीत असतात. त्या तुलनेत अंगणवाडी ही वेलफर्निश असायला हवी. जेणेकरून लोक अंगणवाडीकडे आकर्षित होतील.”

## अंगणवाडी सेविकांच्या योजनाबाह्य कामांवर निर्बंध हवेत !

“अंगणवाडी सेविकांना योजनाबाह्य कामे बऱ्याच प्रमाणात असतात या कामांवर निर्बंध यायला हवेत जेणेकरून अंगणवाडीतील कामांवर त्यांना पूर्णपणे लक्ष केंद्रित करता येईल.”







बऱ्याचदा लाभार्थ्यांनाच शासकीय योजनांपर्यंत यावं लागतं, पण संभाव्य लाभार्थी गरीब बालकं असतील तर योजनेनंच त्यांच्यापर्यंत का पोहचू नये? हाच विचार टेंभरे अंगणवाडीने प्रत्यक्षात आणलाय...

## पुढचं पाऊल.. एका अंगणवाडीचं!

आदिवासी वस्त्या दुर्गम भागात असतात. त्यामुळे बऱ्याचदा शासकीय सेवा त्यांच्यापर्यंत पोहचत नाहीत. कर्जत तालुक्यातील टेंभरे गावच्या अंगणवाडी सेविकेने मात्र पुढचं पाऊल टाकलं. या अंगणवाडीत मंगल नीलथे पंचवीस वर्षांपासून कार्यरत आहेत. टेंभरे गावातील त्यांच्या अंगणवाडीची सेवा कातकरी वस्त्यांनाही मिळणं अपेक्षित आहे. पण या गावाची कातकरी वस्ती गावापासून दोन कि.मी. दूर आहे. वस्तीवरची सर्व मंडळी गरीब. हातावर पोट असणारी. अंगणवाडीचं महत्त्व या मंडळींना माहित असणं कठीण. म्हणून मंगलताईच त्यांच्यापर्यंत पोहोचल्या.

मंगलताई म्हणतात, “कातकरी वस्तीतली लोकं पोटापाण्यासाठी गावाबाहेरच असतात. त्यामुळं त्यांच्या लेकरांची काळजी करायला कुणी नसतं. काही लोकं पोराना घेऊन कामावरच्या गावाला जातात. त्यांची पोरं गावात आली की हमखास कुपोषित आढळतात.” मंगलताईंनी अशा प्रकारे परगावाहून परतलेल्या आदिवासी मजुरांच्या मुलांना कुपोषणातून बाहेर काढलं आहे. मुलं अंगणवाडीत येऊ शकत असो की नसो त्यांच्या पोषणाची जबाबदारी मंगलताईंना महत्त्वाची वाटते. मंगलताईंनी कातकरी वाडीपर्यंत पोहोचण्याचं याच भावनेतून ठरवलं.

अंगणवाडीपासून कातकरीवाडी दूर असल्याने तेथील गरोदर व स्तन्यदा माता अंगणवाडीपर्यंत येत नाहीत. छोट्या

बालकांना तरी या गरीब मंडळींपैकी कोण अंगणवाडीत आणून सोडणार? सुरुवातीला या बालकांना अंगणवाडीत बोलावण्याचे प्रयत्न झाले. पण उन्हातून अंगणवाडीत आणल्याने काही पोरं आजारी पडली. म्हणून मंगलताईंनी अंगणवाडीच्या सेवाच कातकरी वाडीवर नेल्या.

विशेष म्हणजे या कातकरी वाडीवर २२ बालकं व पाच गरोदर महिला आहेत, ज्यांच्यासाठी मंगलताई नियमितपणे आहार घेऊन जात आहेत. त्यासोबतच किशोरवयीन मुलींची सभा, माता सभा, गृहभेटी ही कामंही त्या करू लागल्या. मंगलताई म्हणतात, “कातकरी जमातीत खूप कमी वयात लग्न होतात. त्यामुळे मी घरोघरी जाऊन लग्नाचं वय झाल्याशिवाय ती करू नका याबद्दल लोकांशी बोलते...”

अशा जनजागृतीच्या कार्यक्रमांसाठी मंगलताई ग्रामपंचायत सदस्य, सरपंच, आशा कार्यकर्ती यांची मदत घेतातच. त्यांना आता कम्युनिटी अॅक्शन फॉर न्युट्रिशन प्रकल्पातील विमलताईंचीही बहुमूल्य मदत मिळत आहे. मंगलताईंच्या या पुढाकारामुळे कातकरी वाडीवर लसीकरणाचे प्रमाण वाढले आहे. बालकांना पोषक आहारही नियमित मिळू लागला आहे. महत्त्वाचे म्हणजे कुपोषित बालकेही उपचारांच्या कक्षेत आली आहेत. मंगलताईंचं हे पुढचं पाऊल इतरही अंगणवाड्यांसाठी