



স্বাস্থ্যবান  
गाँও





# লক্ষ্য



বয়স নির্বিশেষে সকলোৰে  
বাবে স্বাস্থ্যসন্মত আৰু  
সুন্দৰ জীৱন যাপন  
সুনিশ্চিত কৰা

স্বাস্থ্যবান গাঁও



## স্থানীয় লক্ষ্যসমূহ

- পুষ্টিহীনতা আৰু শিশুৰ বাধাপ্ৰাপ্ত বিকাশ দূৰ কৰা
- কিশোৰী আৰু মহিলাৰ সততে হৈ থকা এনিমিয়া বেমাৰ দূৰ কৰা
- অধিক পুষ্টিকৰ খাদ্য ঘেঁহু, মাকৈ, সেউজীয়া শাক-পাচলি, ফলমূল, কণী ইত্যাদি কম মূল্যত স্থানীয় বজাৰত উপলব্ধ কৰোৱা



স্বাস্থ্যবান গাঁও



- সোঁচৰা বেমাৰবোৰ প্ৰতিৰোধ কৰা আৰু উপশম ঘটোৱাৰ বিশেষ পৰিবেশ গঢ়ি তোলা
- পাঁচ বছৰৰ তলৰ শিশুৰ মৃত্যু তথা প্ৰসূতিজনিত মৃত্যু নোহোৱা কৰা
- সকলোৰে বাবে স্বাস্থ্যসেৱা আৰু সুবিধাসমূহৰ ব্যৱস্থা অটুট থকা

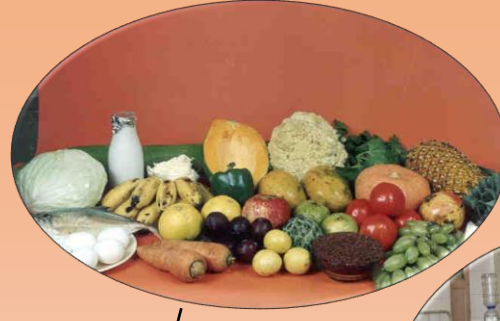


স্বাস্থ্যবান গাঁও

# এখন স্বাস্থ্যৰান গাঁৱৰ বৈশিষ্ট্যসমূহ



বিশুদ্ধ খোৱাপানী



অংগনবাদী কেন্দ্ৰ আৰু বিদ্যালয়ৰ জৰিয়তে  
শিশু আৰু গৰ্ভৱতী মাতৃসকললৈ বিশেষ  
পুষ্টিদায়ক আহাৰ

স্বচ্ছতা/ বৰ্জিত পানীৰ  
ব্যৱস্থাপনা



স্বাস্থ্য  
আন্তঃগাঁথনি/  
টেলিমেডিচিন



চিকিৎসাজনিত সা-  
সুবিধাবোৰৰ  
উপলব্ধতা

সুচল পথ যোগাযোগ



স্বাস্থ্যবান জীৱনৰ বাবে  
স্বাস্থ্য শিক্ষা



কাৰ্যক্ষম ৰাজহুৱা বিতৰণ ব্যৱস্থা



সতেজ ফলমূল আৰু শাক-পাচলিৰ  
বাৰে কিটছেন গাৰ্ডেনিং

স্বাস্থ্যবান গাঁও



# স্বাস্থ্যবান গাঁৱৰ বাবে গাঁও পঞ্চায়তে ল'বলগীয়া ভূমিকা

- বিবাহ আৰু গৰ্ভৱতী সময়ৰ সজাগতা
- কিশোৰী স্বাস্থ্য (পুষ্টি, পৰামৰ্শ, চেনিটাৰী নেপকিনছৰ ব্যৱহাৰ)
- মাক আৰু ল'ৰা ছোৱালীৰ সম্পূৰ্ণ টিকাকৰণ
- টিবি, এইছ আই ভি আদি সোঁচৰা ব্যাধিৰ প্ৰতিৰোধ আৰু প্ৰতিকাৰ



স্বাস্থ্যবান গাঁও



# স্বাস্থ্যবান গাঁৱৰ বাবে গাঁও পঞ্চায়তে ল'বলগীয়া ভূমিকা

- ডায়েবেটিছ, কেঞ্চাৰ আদিৰ দৰে বেমাৰৰ প্ৰতিৰোধ আৰু প্ৰতিকাৰ
- বয়সস্থ লোকৰ প্ৰতি সেৱা আৰু সহায় লগতে শিশু আৰু মহিলাৰ বাবে পুষ্টিদায়ক খাদ্য
- মানসিক স্বাস্থ্য আৰু অক্ষমতাৰ বিষয়ত গুৰুত্ব প্ৰদান
- ২৪ x ৭ সহায়ক ফোন নম্বৰ প্ৰতি পঞ্চায়তত ব্যৱস্থা কৰা
- 'আয়ুস' ঔষধ আৰু প্ৰতিকাৰৰ ক্ষেত্ৰত সজাগতা সৃষ্টি



## General Measures



Drink warm water throughout the day.



Daily practice of Yogasana, Pranayama and meditation for at least 30 minutes as advised by Ministry of AYUSH



Spices like Haldi (Turmeric), Jeera (Cumin), Dhaniya (Coriander) and Lahsun (Garlic) are recommended in cooking.

স্বাস্থ্যবান গাঁও





# সমিতিসমূহৰ সরলীকৰণ

স্বাস্থ্যবান গাঁৱৰ বাবে স্থায়ী সমিতিসমূহ

স্থানীয় সমিতিসমূহ/ গাঁও স্বাস্থ্য, স্বচ্ছতা আৰু পুষ্টি সমিতি / গাঁও পানী, স্বচ্ছতা সমিতি/অংগনাবাদী  
পৰ্যবেক্ষণ সমিতি/ আত্মসহায়ক গোট

সক্ষমতা বৃদ্ধি  
স্বাস্থ্যবান গাঁৱৰ পৰিকল্পনাৰ  
বাবে সকলোৰে অংশগ্ৰহণ  
নিশ্চিত কৰা



স্বাস্থ্যবান গাঁও





# কম ব্যয়-ব্যয়বিহীন কার্যাবলী



স্বাস্থ্যমেলা অনুষ্ঠিত করা



দ্রুত চিকিৎসা আৰু সময়োচিত  
প্রতিকার



নৱজাতকৰ নামত গছপুলিৰোপণ

স্বাস্থ্যবান গাঁও



## কম ব্যয়-ব্যয়বিহীন কার্যাবলী



মাইকৰ জৰিয়তে সজাগতা

বাইজৰ মাজত পৰিস্কাৰ  
পৰিচ্ছন্নতা

স্বাস্থ্যবান শিশুৰ অনুষ্ঠান

স্বাস্থ্যবান গাঁও



# কম ব্যয়-ব্যয়বিহীন কার্যাবলী



সামাজিক মানচিত্রৰ  
জৰিয়তে পিছপৰা শ্ৰেণীৰ  
লোকৰ চিনাক্তকৰণ

ভূগমূল পৰ্যায়ৰ  
আগশাৰীৰ কৰ্মীসকলৰ  
লগত সভা অনুষ্ঠিত কৰা

স্বাস্থ্যৰ বিভিন্ন বিষয়ত  
সামাজিক হিচাপ পৰীক্ষা  
অনুষ্ঠিত কৰা

স্বাস্থ্যবান গাঁও



# কম ব্যয়-ব্যয়বিহীন কার্যাবলী



কিশোর, কিশোরীর স্বাস্থ্যের ওপরত আলোচনা চক্র, সভা অনুষ্ঠিত করা

ৰোগ প্রতিৰোধ বিষয়ক দেৱাল লিখন



## ପଞ୍ଚାୟତତ ଉପଲବ୍ଧ ସମଲ ସମୂହ

- ୱାଷ୍ଟିୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅଭିଯାନ
- ୱାଷ୍ଟିୟ ଆୟୁସ ଅଭିଯାନ
- ଆଇ ଡି ଡି ଏଛ
- ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମାତୃବନ୍ଦନା ଯୋଜନା(PMMVY)
- ପୋଷନ ଅଭିଯାନ
- ୱାଷ୍ଟିୟ ଏଇଡ଼ଛ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଆଁଚନି
- ସ୍ୱଚ୍ଛ ଭାରତ ମିଛନ (ଗ୍ରାମୀଣ)
- ୱାଷ୍ଟିୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଆଁଚନି (ଆୟୁସ୍ମାନ ଭାରତ)

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବାନ ଗାଁଓ

# আমাক সহযোগ কৰা লোকসকল



- এ এন এম
- চিকিৎসক
- আশাকৰ্মী
- অংগনবাদী কৰ্মী
- শিক্ষক, বিভিন্ন বিভাগৰ চৰকাৰী বিষয়া

স্বাস্থ্যবান গাঁও



স্বাস্থ্যবান গাঁও



ধন্যবাদ

