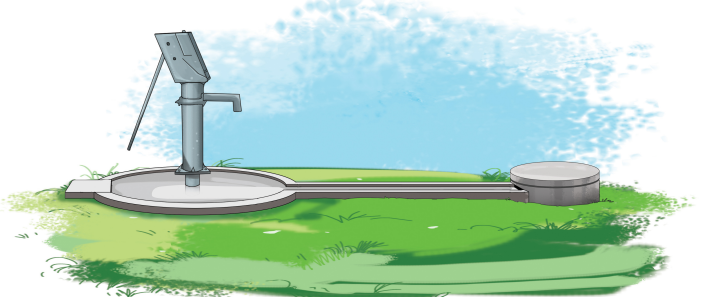


অঙ্গনওয়াড়ি কেন্দ্রে যা করা প্রয়োজন



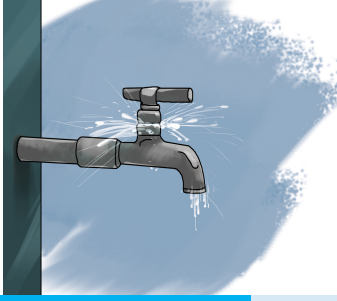
- ▶ অঙ্গনওয়াড়ি কেন্দ্র ও তার শৌচাগার পরিষ্কার রাখা
- ▶ পচনশীল বর্জ্য সবুজ ডাস্টবিনে এবং অপচনশীল বর্জ্য নীল ডাস্টবিনে ফেলা
- ▶ বর্জ্য সংগ্রহকারীর হাতে তুলে দেওয়া
- ▶ সম্ভব হলে কেন্দ্রে পচনশীল বর্জ্য থেকে সার তৈরি করা
- ▶ নির্দিষ্ট সময় মেনে জলবন্ধুর সাহায্যে খাবার জলের মান পরীক্ষা করিয়ে নেওয়া
- ▶ জীবাণুর দূষণের জন্য বছরে দু-বার এবং রাসায়নিক দূষণের জন্য বছরে একবার স্যানিটারি সাভে করিয়ে নেওয়া

কেন্দ্রের ভেতরে ও চারপাশে জল জমতে দেবেন না



খেয়াল রাখুন যাতে :

- ▶ টিউবয়েল সোকপিটের সঙ্গে যুক্ত করা হয়



- ▶ জলের অপচয় রোধ করা হয়, প্রয়োজন হলে জলের টাপ ও টিউবয়েল মেবামত করা হয়
- ▶ বৃষ্টির জল সংগ্রহ করে মাটিতে পাঠানোর ব্যবস্থা করা হয় বা ঘর পরিষ্কার করার কাজে ও বাগানে ব্যবহার করা হয়

পরিচ্ছন্ন অঙ্গনওয়াড়ি শিশু ও মায়ের জন্য জরুরি



অঙ্গনওয়াড়ি কর্মীর ভূমিকা



- ▶ মা, শিশু, তাদের পরিবার ও গ্রামবাসীদের মধ্যে সুস্বাস্থ্যবিধির ধারণা ও অভ্যাস তৈরী করা।
- ▶ এই সচেতনতা তৈরী করা যায় অঙ্গনওয়াড়ি কেন্দ্রে :
 - ▶ মায়েদের প্রতিমাসের মিটিং-এ
 - ▶ ৪র্থ শুক্রবার সুপুষ্টি দিবসের দিনে
 - ▶ প্রতি দুমাস অন্তর বয় সন্ধির মেয়েদের মিটিং এ
- বাড়িতে ভিজিটের সময় :
 - ▶ পরিবারের সদস্যদের মধ্যে
 - ▶ গ্রামবাসীদের মধ্যে ভি.এইচ.এস.এন.ডি'র দিনে

কথা বলা প্রয়োজন



- পরিবারের সব সদস্য যেন স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলে
- ▶ ছোটোবড় সবাই সব সময় পায়ে চটি পরে থাকে
- ▶ নিয়মিত নিজেদের নখ কাটে
- ▶ পুকুরে স্নান না করে পরিষ্কার জলে স্নান করে
- ▶ স্নানের পর পোশাক বদলায়
- ▶ মাসিকের সময় স্বাস্থ্যসম্মত শোষণ পদার্থ বা পরিষ্কার কাপড় ব্যবহার করে ও যেখানে সেখানে না ফেলে যেন নির্দিষ্ট জায়গায় ফেলে

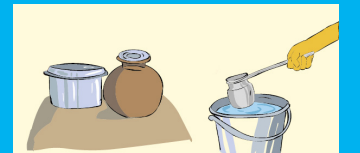
পরিচ্ছন্নতার জন্য প্রয়োজন

- ▶ পরিবারের প্রত্যেকে প্রতিবার শৌচাগার ব্যবহার করা
- ▶ শিশুর মল শৌচাগারে ফেলা



সাবান দিয়ে হাত ধোয়া :

- ▶ শৌচাগার ব্যবহারের পরে
- ▶ শিশুর মল পরিষ্কার করার পরে
- ▶ রান্না করা, খাবার পরিবেশন করা, নিজে খাওয়া ও শিশুকে খাওয়ানোর আগে
- ▶ বাসনপত্র, ফল ও সবজি রান্নার আগে পরিষ্কার জলে ধুয়ে নেয়া
- ▶ খাবার ঢাকা দিয়ে রাখা
- ▶ শিশুকে আলাদা বাসন ও চামচ দিয়ে খাওয়ানো
- ▶ শিশুকে আলাদা বাসন ও চামচ দিয়ে খাওয়ানো



- ▶ পানীয় জলের পাত্র সব সময় ঢাকা দিয়ে উঁচু জায়গায় রাখা
- ▶ জল নিতে হাতল দেওয়া হাতা ব্যবহার করা
- ▶ পাত্রটি নিয়মিত পরিষ্কার করা