Мавзӯъи мазкур ба замимаи № 2, Фармоиши ВТҲИА ҶТ
аз 1 апрели соли 2020 таҳти №223 илова карда шуд

Вазорати тандурустӣ
ва ҳифзи иҷтимоии аҳолии
Ҷумҳурии Тоҷикистон

USAID
АЗ МАРДУМИ АМРИКО

Дастури муқадимавӣ барои дастаҳои ҷомеавии саломатӣ / фасилитаторҳо барои гузаронидани чорабиниҳо оид ба

Банақшагирӣ ва қабули қарорҳои муштарак

Мундариҷаи маводҳо барои чорабиниҳо

1. Тарзи истифода бурдани маводҳо
2. Муқадима ба мафҳуми эҷодии "аз донаи гандум то ба кулча" барои 5 давраи асосии ҳаёт
3. Гурӯҳҳои зерҳадаф
4. Паёмҳои чорабинии мазкур
5. Маводҳои муошират вобаста ба ҳадаф
6. Қадамҳо барои ҷамъбасти чорабинӣ
7. Принсипҳои чорабинӣ

Маводҳои оғозёбии чорабиниро чӣ гуна бояд истифода бурд?

Мавод барои муаррифии чорабинии тағйироти рафтори иҷтиомии лоиҳаи USAID "Модари солим, кӯдаки солим" дар ноҳияҳо, ба шарикон ва ба ҷонибҳои манфиатдор истифода мешавад. Ин маводҳо муаррифгарро тавассути 6 қадам роҳнамоӣ мекунад ва бояд ҳамчун дастур истифода шаванд. Онҳоро метавон дар ҳолати зарурӣ, вобаста ба ноҳия, ҷомеа ё гурӯҳҳо мутобиқ созанд.

Муаррифии мафҳуми эҷодии "аз донаи гандум то ба кулча"

1000 рӯзи аввали ҳаёт ин давраест, аз оғози ҳомиладорӣ, таваллуд ва то ба синни дусолагӣ расидани кӯдак. Ин "равзанаи муҳим" аст, ки тавассути беҳтар намудани саломатии модару кӯдак, барои пешгирии қадпастӣ нигаронида шудааст. Дар Тоҷикистон, хоса дар вилояти Хатлон, ба беҳбудии саломатии модару кӯдак ва ғизодиҳии кӯдакону наврасон як қатор монеаҳо таъсир мерасонанд. Аз ҷумла: дороии хонавода ва захираҳои мавҷуда, дастрасии маҳсулоти серғизои маҳаллӣ, меъёрҳо ва ё ақидаҳои шахшуда дар оила, муносибатҳои байни марду зан, нақши модар ва қобилияти қарорқабулкунӣ дар бораи таом ва нигоҳубини кӯдак ва дастрасӣ ба хизматрасонии босифати тиббӣ (назорати тотаваллудӣ, пас аз таввалуд ва назорати солимии кӯдакон ва модарон).

Ҳукумати Тоҷикистон ба саломатии модару кӯдак афзалият додааст ва Барномаи миллии оид ба муошират барои 1000 рӯзи аввали ҳаёти кӯдак дар Ҷумҳурии Тоҷикистон, барои солҳои 2020-2024-ро қабул кардааст, ки мутобиқи 5 давраи ҳаёт, барои беҳтар намудани саломатии модару кӯдак муайян карда шудааст. Ҳар як 5 давраи ҳаёт марҳилаи муҳими рушду инкишофи кӯдакро дар доираи 1000 рӯзи аввал ифода мекунад.

5 давраи асосии ҳаёт

1. Ҳомиладорӣ
2. 7 рӯзи аввали ҳаёти кӯдак
3. 8-40 рӯзагии ҳаёти кӯдак
4. Аз 40 рузагӣ то 5 моҳагии ҳаёти кӯдак
5. Аз 5 то 23 моҳагии ҳаёти кӯдак

Тавассути ҳар як давраи ҳаёт, занони ҳомила ва кӯдакон ба нигоҳубини махсус ниёз доранд, то хушбахт, солим ва муваффақ бошанд. Барои пухтани кулчаи болаззат оила омодагии ҳаматарафа мебинанд, ки ин давраҳо ба ҳамин монананд. Аз кишти гандум то орд кардану тайёр кардани хамир ва то пухтани кулча нигоҳубини эҳтиёткорона муҳим аст. Мисли як кулчаи болаззат, ташаккули кӯдаки солим, танҳо дар сурате имконпазир аст, ки агар оила дар якҷоягӣ бо рафторҳои дуруст дар марҳилаҳои аввали рушди кӯдак муттаҳид шаванд.

Банақшагирӣ ва қабули қарорҳои муштарак дар оила кӯмак мерасонанд, то ки кӯдакон ва модарони ҳомиладор тавассути 5 давраи ҳаёт нигоҳубини заруриро, гиранд. Чорабинии "ҳам даромад ва ҳам харҷи рӯзғорро якҷоя муҳокима кунед"- оиларо (мардон, занон ва хушдоманҳои 1000 рӯз) бо роҳҳои якҷоя ва бо маслиҳат ба воя расонидани кӯдаки солиму доно - мисли "аз донаи гандум то ба кулча" ташвиқ мекунад!

Гуруҳҳои зерҳадафи афзалиятнок

Чорабини ба се гурӯҳи шунавандагони афзалиятнок тарҳрезӣ шудааст, ки нақши онҳо дар фароҳам овардани имконияти қабули қарор оид ба саломатии модару кӯдак, ғизодиҳии кӯдакону наврасон беҳдошт муҳим аст. Ин гурӯҳҳо дар зер шарҳ дода шудаанд:

Модарони кӯдакони то 2 сола

Ин модари ҷавони серкор аст. Ӯ барои фарзанд ва оилаи худ беҳтарин орзуҳоро дорад. Аммо нигарон аст, ки пурсидани кӯмак аз оилааш боз ҳам "мушкилиҳои зиёд"-ро эҷод мекунад. Ӯ дар бораи аҳамияти саломатии хуби модару кӯдак шунидааст, аммо баъзан маълумотҳо нокомил ва ё бисёр "тиббӣ" ҳаст ва ӯ эҳсос мекунад, ки агар оилааш ба эҳтиёҷоти худ, эҳтиёҷоти кӯдаки хурдсолаш ва банақшагирии сарфаҳо ба саломати худ ва фарзандаш ошкоро сӯҳбат кунад, аз оилааш дастгири намебинад.

Ҳамсари зан ва ё падари кӯдакони 2 сола

Ӯ бовар дорад, ки заҳмат кашидан барои ба даст овардани пул барои оила масъулияти ӯст. Ӯ мехоҳад, ки фарзандонаш солиму доно ба воя расанд, дар оянда бо ҷои кори хуби музднок соҳиб шаванд. Падар инчунин медонад, ки ғизо ва нигоҳубини хуб лозим аст, аммо ӯ аз маблағи нокофӣ нигарон аст, ва то боварӣ ҳосил кардан ба ин ӯ ҳеҷгоҳ ин нигаронияшро бо оилааш муҳокима намекунад.

Хушдомани модарони кӯдакони 2 сола (ё модаркалон)

Ӯ бо писару келин зиндагӣ мекунад ва аксар вақт "сарвари хонавода" аст. Ҳангоми набудани писараш пули хонаводаро идора мекунад. Ӯ аз эътиқоди худ дар хусуси саломатии модару кӯдак дилпур аст, зеро вай фарзандони худро хуб тарбия кардааст. Баъзан ӯ шубҳа мекунад, ки оё ин "маслиҳатҳои нав" барои ғизои махсус, хизматрасонии тиббӣ ва истироҳат барои занони ҳомила ва модарони ҷавон воқеан зарур аст ё не? Зеро масъулияти рӯзгор дар хона ба дӯши модар аст. Бо вуҷуди ин, вай барои наберaҳо ва оилааш беҳтарин чизҳоро мехоҳад.

Паёми асосии чорабинӣ

Даромади оила ва харҷи рӯзгорро якҷоя бо 5 давраи муҳими ҳаёти кӯдакатон ба нақша гиред, ки ‘аз донаи гандум то ба кулча’ – кӯдакони шумо солиму доно ба воя расанд!

Паёмҳои чорабинии иттилоотӣ дар нуқтаҳои таблиғотӣ

1. Ба модар имкон диҳед, ки ба кӯдак ҳаёти беҳтарин бубахшад - Якҷоя қарор қабул кунед, ҳамроҳ бори рӯзгорро бикашед, то ки ӯ тавонад истироҳат кунад ва нигоҳубини кӯдаки Шуморо хуб таъмин кунад.
2. Бори рузгорро бо модари ширдех якҷоя бинед, то ӯ тавонад 6 моҳи аввал кӯдакатонро бо синамаконии холис ва то 2-солагӣ бо шири сина таъмин намояд.
3. Тавассути 5 давраи ҳаёт "аз донаи гандум то ба кулча" дар вақти ҳомиладорӣ ғизои солим бихӯред, микронутриентҳои иловагӣ истеъмол кунед, синамаконии холисро риоя кунед ва ба кӯдак ғизоҳои дорои витамини А ва оҳан, диҳед.
4. Бо модар якҷоя ба нақша гиред, то ҳангоми ба воя расидани “кулча”-и шумо, ӯ ғизоҳои аз Оҳан ва Витамини А ғанӣ буда хӯрок тайёр кунад.

Ҳадафҳо ва маводҳои муошират

Ҳадафи муошират	Маводҳои муошират тағйироти рафтори иҷтимоӣ	Барои истифода
Хушдоманҳо ва ҳамсарони занони ҳомила ва модарони кӯдакони то 2 сола таҷрибаҳои тавсияшудаи 5 давраи ҳаётро, фаъолона дастгирӣ мекунанд.	• Саҳнаи интерактивии ҷомеа оид ба қабули қарорҳо ва банақшагирии муштарак • Тақвими банақшагирии муштарак • Баннер, лавҳаи эълони чорабинӣ	• Гурӯҳҳои театрикунонидаи ҷомеавӣ аз роҳнамои эҷодӣ саҳначаҳои мутобиқ барои ҷомеа месозанд ва истифода мебаранд • Дастаҳои ҷомеавии саломатӣ ба оилаҳо тақвимро тақсим ва муаррифӣ мекунанд, оилаҳо маслиҳатҳоро пайгирӣ мекунанд. Ҳангоми риояи рафтор дар тақвим бо аломат қайд мекунанд. Дастаҳои ҷомеавии саломатӣ ҳангоми гашти хонавода, ки аз руи таквим амал мекунанд, эътироф мекунад. Онҳоро муайян намуда, ба онҳо рӯ ба рӯ ва ё дар гурӯҳҳои хурд машварат медиҳанд

Гузаронидани чорабинии “Банақшагирӣ ва қабули қарорҳои муштарак”

Ҳадафи Муоширaт	Маводҳои муошират тағйироти рафтори иҷтимоӣ	Барои истифода
Хушдоманҳо ва падарони кӯдакони то дусола боварӣ доранд, ки дигар аъзоёни ҷомеаи онҳо дар оилаҳои худ бо мақсади ба танзим даровардани бори рӯзгор ва даромади оила банақшагирӣ ва қабули қарори муштарак доранд.	• Нишони сарисинагии "ХОНАВОДА" барои эътирофи оилаҳое, ки тағйироти рафтор кардаанд	• Дастаҳои ҷомеавии саломатӣ ва фасилитаторҳо оилаи “кулча”-ро бо нишони сарисинагӣ дар чорабиниҳои ҷамъиятӣ эътироф мекунанд
Занони ҳомиладор ва модарони кӯдакони то 2 -сола боварӣ доранд, ки онҳо метавонанд барои бехтар намудани вазъи беҳдошти саломатӣ, ғизо ва беҳбудии оилаи худ бо оилаашон қарор қабул кунанд.	• Плакати машваратии кормандони тиб дар бораи 5 давраи асосии ҳаёт ва рафтори оилавӣ • Тақвими қабули қарорҳои муштарак	• Кормандони тиб корти машваратиро барои маслиҳат ба оилаҳо оиди рафтор, тавассути 5 давраи ҳаёт истифода мебаранд • Дастаҳои ҷомеавии саломатӣ тақвимро тақсим мекунанд ва иҷроиши онро дар оилаҳо ҳангоми боздид аз хонавода пайгирӣ мекунанд
Оилаҳое, ки дар доираи 1000 рӯз қарор доранд, бартариҳои "Даромад ва харҷи рӯзгорро якҷоя муҳокима кунед"-ро хуб дарк мекунанд	• Гурӯҳҳои театрикунондаи ҷомеавӣ ва роҳнамои эҷодии саҳначаҳо эҷод мекунанд ва ба ҷомеаи маҳал мутобиқ мекунанд • Дастури машваратӣ оиди муошират хуб барои дастаҳои ҷомеавии саломатӣ	• Саҳнаи интерактивӣ дар чорабиниҳои ҷомеа манфиатҳои қабули қарорҳои муштаракро шарҳ медиҳад ва ҷомеаро ҷалб мекунад • Дастаҳои ҷомеавии саломати бо истифода аз дастури машваратӣ саҳначаҳо таҳия намуда, манфиати муоширатро дар вохӯриҳои гурӯҳӣ ё як ба як намоиш медиҳанд

Татбиқи чорабинии "Банақшагирӣ ва Қабули Қарорҳои Муштарак"

Қадами 1

Доир намудани ҷаласаи миллии ҷонибҳои манфиатдор бо номи "Чорабинӣ барои шарикони миллӣ/минтақавӣ". Роҳбарони маҳал аз ҷамоатҳо, кумитаи кор бо ҷавонон, кумитаи кор бо занон ва оила, кумитаи дин, ва кормандони МТТҲС, КАТС ва васоити ахбори оммаро даъват кунед.

Ҳадафҳои ҷаласаи миллии ҷонибҳои манфиатдор:

- Шарҳи муоширати тағйироти рафтори иҷтимоӣ ва нақши он дар таъмини ғизои модару кӯдак дар Тоҷикистон ва нақши муштараки лоиҳаи USAID "Модари солим, кӯдаки солим" дар амалкунии стратегия ва нақшаҳои миллӣ, аз ҷумла Барномаи миллии коммуникатсионии барои 1000 рӯзи аввали ҳаёти кӯдак ва Дастур оид ба шарикӣ бо ҷомеаҳо дар масъалаҳои саломатӣ.
- Муаррифии чорабинии - "Банақшагири ва қабули қарорҳои муштарак". Мақсадҳо, маводҳо, паёмҳои асосӣ, фаъолиятҳои асосӣ, "Даромад ва харҷи рӯзгорро якҷоя бинед", ҳамаи маводи муоширати тағйироти рафтори иҷтимоӣ нишон диҳед.
- Муаррифии ҳадафҳои омӯзиш ва дигар фаъолиятҳои тағйир додани рафтори кормандони тиб, нақшаҳои мувофиқ таввасути тренерон ва фасилитаторҳо.
- Ҷадвали таблиғи чорабиниро муаррифӣ кунед.
- Аз тарафи лоиҳаи USAID "Модари солим, кӯдаки солим" тартиб додани рӯйхати шарикони калидии муоширати тағйироти рафтори иҷтимоӣ аз ҷумлаи аъзоёни фаъоли ҷомеа, занон, ҷавонон, ва васоити ахбори омма.

Қадами 2

Чорабиниро дар ноҳияҳо ҷорӣ кунед. Гузаронидани чорабинӣ дар сатҳи ноҳия. Вохӯрии ҷонибҳои манфиатдори ноҳия бо мақсади муаррифии чорабинии "Банақшагирӣ ва қабули қарорҳои муштарак" бо истифодаи маводҳои таблиғотӣ. Роҳбарони маҳал аз ҷамоатҳо, аъзоёни фаъоли ҷомеа, занон, ҷавонон, кормандони МТТҲС, КАТС ва васоити ахбори оммаи маҳаллиро даъват кунед. Дар ноҳияҳо лавҳа ва банерҳои таблиғотиро гузоред.

Ҳадафҳои вохӯрӣ дар сатҳи ноҳия:

- Шарҳи муоширати тағйироти рафтори иҷтимоӣ ва нақши он дар таъмини ғизои модару кӯдак дар Тоҷикистон ва ҳамкории муштараки лоиҳаи USAID "Модари солим, кӯдаки солим" бо стратегия ва нақшаҳои миллӣ, аз ҷумла Барномаи миллии коммуникатсионии барои 1000 рӯзи аввали ҳаёти кӯдак ва дастур оид ба шарикӣ бо ҷомеаҳо дар масъалаҳои саломатӣ.

- Муаррифии чорабинии - "Банақшагири ва қабули қарорҳои муштарак". Мақсадҳо, маводҳо, паёмҳои асосӣ, фаъолиятҳои асосӣ, "Даромад ва харҷи рӯзгорро якҷоя бинед", ҳамаи маводи муоширати тағйироти рафтори иҷтимоӣ нишон диҳед.
- Муаррифии ҳадафҳои омӯзиш ва дигар фаъолиятҳои тағйир додани рафтори кормандони тиб, нақшаҳои мувофиқ таввасути тренерон ва фасилитаторҳо.
- Ҷадвали таблиғи чорабиниро муаррифӣ кунед.
- Аз тарафи лоиҳаи USAID "Модари солим, кӯдаки солим" тартиб додани рӯйхати шарикони калидии муоширати тағйироти рафтори иҷтимоӣ аз ҷумлаи аъзоёни фаъоли ҷомеа, занон, ҷавонон, ва васоити ахбори омма.

Қадами 3

Баланд бардоштани малакаи муоширати кормандони тиб ва фасилитаторон барои муоширати хуб бо мизоҷ тариқи омӯзишҳо.

Қадами 4

Паҳн кардани маводҳои муоширати тағйироти рафтори иҷтимоӣ аз ҷониби фасилитаторҳо ва дастаҳои ҷомеавии саломатӣ. Гурӯҳҳои театрикунондашудаи маҳаллиро ба Роҳнамои саҳначаҳои ҷомеавӣ шинос кунед. Видеоҳои аниматсионӣ ва корти машваратиро оид ба 5 давраи ҳаёт ба кормандони тиб ошно созед.

Қадами 5

Чорабиниҳои ҷомеаро оғоз кунед: дастаҳои ҷомеавии саломатӣ гашти хонаводагӣ ва вохуриҳои гурӯҳҳои хурдро баргузор мекунанд ва ба театри ҷомеавӣ тавассути маводиҳои муоширати тағйироти рафтори иҷтимоӣ кӯмак мекунанд.

- Дастаҳои ҷомеавии саломатӣ тақвими муштаракро дар байни оилаҳои минтақаи худ тақсим мекунанд ва иҷрои онро пайгирӣ мекунанд.
- Дастаҳои ҷомеавии саломатӣ мунтазам ба ҳар хона ташриф меоранд ва пешрафти оиларо назорат мекунанд.
- Дастаҳои ҷомеавии саломатӣ бо истифода аз корти "Машварати хуби муошират" шумораи X муҳокимаҳои ҷомеавӣ мегузаронанд

- Кормандони тибб дар бораи 5 давраи ҳаёт ҳангоми машварат ба оилаҳои “кулча” корти машваратиро нишон медиҳанд.
- Дастаҳои ҷомеавии саломатӣ ва фасалитаторҳо ҳар се моҳ оилаҳои он “кулча”-ро муайян мекунанд, ки "Даромад ва харҷи рӯзгорро" якҷоя мебинанд ва онҳоро бо нишони “кулча” эътироф карда, ва дар ҷомеаи маҳал таблиғ мекунанд.

Қадами 6

Назорат ва баррасӣ - дастаҳои ҷомеавии саломатӣ ва фасилитаторон бо истифода аз барномаи назоратии лоиҳаи USAID "Модари солим, кӯдаки солим" фаъолиятҳоро амалӣ ва пайгирӣ мекунанд. Маълумотҳоро мунтазам бо шарикони ноҳиявӣ ва миллӣ мубодила кунед.

Барои маълумоти муфассал нигаред: Нақша-чорабиниҳои тағйироти рафтори иҷтимоии лоиҳаи USAID "Модари солим, кӯдаки солим"

Принсипҳои чорабинӣ

Дар ҳама муносибатҳои оилавӣ дар чорчубаи чорабинӣ принсипҳои асосии зерин бояд риоя карда шаванд. Ин на танҳо маводи чопӣ ва аудиовизуалӣ, балки инчунин роҳҳои муоширати намояндагони МТТҲС ва аъзоёни дастаҳои ҷомеавии саломатӣ бо оилаҳои вилояти Хатлонро дарбар мегирад:

1. **Дӯстона –** забонеро истифода барад, ки бо одамон ба мисли дӯсти худ нарм сӯҳбат мекунад, на он ки "таҳқир" ҷой дошта бошад.
2. **Маълумотнок ва оммафаҳм –** забони соддаи маҳаллиро истифода баред, ки одамон ба осонӣ фаҳманд (бо мардум бо забони тиббӣ ё илмӣ сӯҳбат НАКУНЕД)
3. **Ҳассосияти гендерӣ –** ҳам мард ва ҳам зан барои фарзандони худ ояндаи беҳтарин орзу мекунанд ва кӯшиш мекунанд, ки ба қадри имкон ба ӯ шароити мусоид фароҳам созанд. Чорабинӣ ҳеҷ гоҳ меъёрҳои манфии гендериро тақвият намедиҳад, баръакс барои марду занро якҷоя кор кардан, ва иззати якдигарро нигоҳ доштан тавассути забон ва тасвир дастгирӣ мекунад.
4. **Дастгирикунанда –** забону тасвирҳоеро истифода барад, ки иштирокчиёнро ба муҳокима даъват намояд, иштироки фаъолро таъмин кунад ва ба оилаҳо имконияти савол додану маслиҳат гирифтанро фароҳам орад.