उन्नति Newsletter
Volume 2 Issue 5
October-December 2017

क्या आप जानते हैं?

भारत सरकार ने दों नए गर्भनिरोधक Launch किए

अंतरा कार्यक्रम

- यह इंजेक्शन द्वारा लगाया जाने वाला गर्भनिरोधक साधन है
- यह एक बहुत ही सुरक्षित लम्बे समय तक काम करने वाला तथा बहुत ही असरदार गर्भनिरोधक साधन है
- यह स्तनपान करवाने वाली महिलाएं भी जन्म के छः सप्ताह बाद अपना सकती हैं
- यह इंजेक्शन हर तीन महीने बाद फिर से लगाना होता है
- माहवारी के शुरु होने के 7 दिनों में लगवा सकते हैं
- गर्भपात के बाद भी 7 दिनों के अंदर लगवा सकते हैं

छाया

- यह मुंह से खाने वाली गोलियां हैं जिनमें न तो हॉर्मोन होते हैं और न ही स्टेरॉयड होते है
- यह एक सुरक्षित और असरदार गर्भनिरोधक साधन है
- यह स्तनपान करवाने वाली महिलाएं भी जन्म के छः सप्ताह बाद से ले सकती हैं
- यह गोलियां माहवारी शुरु होने के 7 दिनों में शुरु कर सकते हैं
- यह गोलियां जब पहली बार शुरु करते हैं तब पहले तीन महीने के लिए निर्धारित दिनों पर सप्ताह में दों दिन लेते हैं और फिर बाद में सप्ताह में एक निर्धारित दिन लेते हैं
- यह साप्ताहिक गोली के नाम से भी जानी जाती है क्योंकि इसे सप्ताह में एक बार खाना होता है

प्रतियोगिता N–9

अंतरा कार्यक्रम इंजेक्शन प्रसव पश्चात स्तनपान करवाने वाली महिलाओं को कब शुरु कर सकते हैं?

(A) प्रसव के तुरंत बाद
(B) प्रसव के तीन सप्ताह बाद
(C) प्रसव के छः सप्ताह बाद
(D) प्रसव के छः माह बाद

इस आसान सवाल का जवाब हमें 15 December तक भेजें – तीन भाग्यशाली विजेता पाएंगे wristwatch!

अपना जवाब भेजने के लिए हमें WhatsApp/SMS: 8130991888 या ईमेलः unnatihelpdesk@gmail.com करें (अपना पूरा नाम एवं राज्य का नाम लिखना न भूलें)

प्रतियोगिता N–8 के विजेता

Promodini Kisku
DH Sahibganj
Jharkhand

Mousmi Shrivastava
Jaisinagar
Madhya Pradesh

Dr. Nadia Nanda Mandal
CHC Nala
Jamtara, Jharkhand

प्रतियोगिता N–8

20 वर्ष की महिला जिसे कभी गर्भ नहीं ठहरा, वह निम्न में से कौन सा साधन अपना सकती है?

A) गर्भनिरोधक गोलियाँ
B) आईयूसीडी
C) गर्भनिरोधक सूई
D) कंडोम
E) ऊपर दिए गए सभी

सही जवाब (E)

न्यूज़ अपडेट

Unnati @ CAC Conclave

CAC Conclave 2017 नई दिल्ली में July 10 -11 को IDF द्वारा आयोजित किया गया। इस conclave में उन्नति के कुछ सदस्यों ने poster एवं oral presentations द्वारा अपने अनुभव देश भर के लोगों के साथ बांटें।

CAC Conclave की और photographs देखने के लिए www.ipasdevelopmentfoundation.com पर जाए

आपकी आवाज़

प्रशिक्षण से सम्बंधित अपने अनुभव हमारे साथ बाँटने के लिए धन्यवाद। हम आपसे अनुरोध करते हैं कि आगे भी आप अनुभव एवं चुनौतीपूर्ण स्थितियों के बारे में हमें जानकारी भेजते रहें। हमारा प्रयास रहेगा कि आने वाले अंकों में हम ज़्यादा–से ज़्यादा आपके लेख शामिल करें।

CCC Training से पहले मुझे IUCD (Interval & PP) लगाने में बहुत दिक्कत होती थी! अगर मैं लगाती भी थी तो कई बार Clients IUCD चुभने और निकल जाने की Complaints करते थे। जिसकी वजह से मेरे मन में IUCD को लेकर कई तरह का डर था! CCC प्रशिक्षण के दौरान मैं सही तरीके से IUCD लगा पाई। CCC Training के बाद मेरे मन से सारा डर दूर हो गया और मैं Confidence के साथ IUCD सेवा देने में सक्षम हो पाई। CCC Training में सिर्फ हमें लगाना ही नहीं सिखाया, बल्कि Follow-up कैसे करना है यह भी बताया गया जिससे CHC Siluwani पर Removal Cases कम हुए। IDF Team समय–2 पर आकर हमें Model पर Practice करवाती है और Live Insertions को mentor करती है। जिससे हमारे यहां CHC Siluwani पर Insertion की Quality में भी वृद्धि हुई है।

Riyaz Safoora
CHC Siluwani, Raisen, Madhya Pradesh

हमारी संस्था में पूर्व में एक IUCD प्रदाता प्रशिक्षित स्टाफ होने के कारण लोगों के परिवार नियोजन की सुविधाओं में कई कठिनाइयों का सामना करना पड़ता था। एवं परिवार नियोजन की अत्यधिक प्रभावी एवं दीर्घ समय तक अंतराल रखने वाली IUCD डालने की सही जानकारी ज़्यादा तर स्टाफ के पास नहीं थी या जिनके पास भी थी वह भी आधी अधूरी एवं अपूर्ण थी। अपनी व्यक्तिगत भ्रान्तियों को दूर करके हम सब ने सही एवं सुरक्षित तरीका जाना, कार्य करने के अपने तरीकों को सबने नया ढंग दिया एवं कार्य को सही ढंग से करने का ज्ञान लिया। आपसी समन्वय से मिलकर हम सब ने अपनी संस्था द्वारा जनसंख्या वृद्धि को रोकने के लिये लोगो को स्वेच्छा से सही विकल्प चुनने का एवं समझने का मौका दिया।

Sarita Wadwude
CHC Pichchore, Shivpuri, Madhya Pradesh

नये गर्भनिरोधक साधन आपके राज्यों में भी

29 अगस्त, 2017 को माननीय श्री रुस्तम सिंह (IPS) और श्री शरद जैन ने अंतरा कार्यक्रम और छाया को Madhya Pradesh में Launch किया।

18 सितंबर, 2017 को Family Planning Cell, NHM, Jharkhand ने श्री कृपानंद झा के नेतृत्व में इन साधनों को Launch किया।

अंतरा कार्यक्रम और छाया भारत सरकार के मिशन परिवार विकास के अंतर्गत जुलाई 2017 में Launch किए गए थे। इस मिशन का मुख्य उद्देश्य है की परिवार नियोजन की विधियों के बारे में सही जानकारी और सेवाएं दी जाएं जिससे उनके उपयोग में वृद्धि हो।

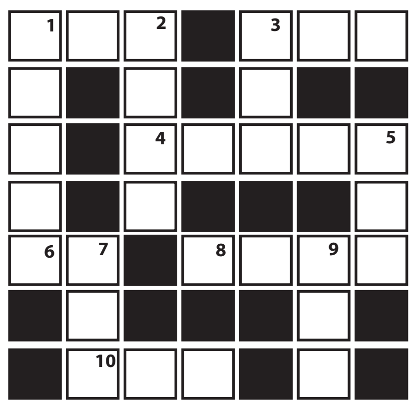
खुशियां बांटे साथ–साथ

त्यौहारों के इस मौसम के शुभागमन पर हम आपके लिए लाए हैं एक दिलचस्प फोटोग्राफी प्रतियोगिता। अपने परिवारजनों के साथ आपने यह त्यौहार कैसे मनाएं – हमें फोटो भेज कर बताएं। तीन सर्वश्रेष्ठ फोटो को आगामी अंक में प्रकाशित किया जाएगा और भेजने वाले सदस्य पाएंगे विशेष पुरस्कार!!!

पहेली

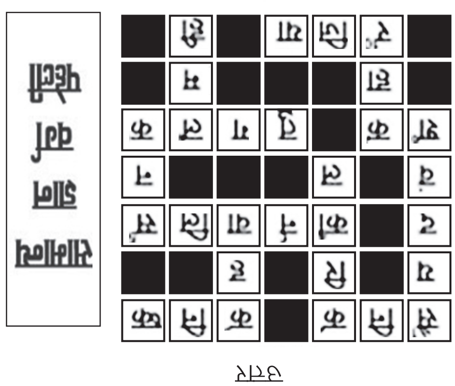
बाएं से दाएं

1. 1857 के विद्रोह को ... विद्रोह भी कहते हैं (3)
3. कुषाण वंश का सबसे प्रतापी राजा, इन्हें द्वितीय अशोक भी कहा जाता है (3)
4. बंगाल में लगान का 'स्थाई बंदोबस्त' लागू करने वाला गवर्नर जनरल था लार्ड ... (5)
6. एक संवत या जाति का नाम (2)
8. 1398 में तैमूरलंग के आक्रमण के समय ... वंश का शासन था (4)
10. गुलाम वंश की महिला शासक थी ... सुल्तान (3)



ऊपर से नीचे

1. इस वंश के पतन के बाद लोदी वंश अस्तित्व में आया (3.2)
2. चोल राजाओं में सबसे प्रतापी (4)
3. भारत चाय और ... के निर्यात में अव्वल रहा है (3)
5. मुहम्मद–बिन–तुगलक अपनी ... के कारण प्रसिद्ध है (3)
7. ये पालकी ढोते थे (3)
9. इस गांव में प्रेमचंद का जन्म हुआ था (3)



लाफ्टर थैरेपी

बैंक मैनेजर: कैश खत्म हो गया है कल आना।

रामू: लेकिन मुझे मेरे पैसे अभी चाहिए।

मैनेजर: देखिए आप गुस्सा मत करिए, शांति से बात कीजिये।

रामू: ठीक है बुलाओ शांति को, आज तो मैं उसी से बात करूंगा।

पापा नाश्ता कर रहे थे और फोन बजा।

पापा: अरे मेरे ऑफिस से फोन होगा, कह देना मैं घर पर नहीं हूं।

बेटी: हां, पापा घर पर ही हैं।

पापा: मैने तो कहा था कि मैं घर पर नहीं हूं।

बेटी: पर फोन मेरे लिए था पापा।

यह न्यूज़लेटर आपका है, और हमें आपके योगदान का इंतज़ार रहेगा

कार्य-सम्बंधित अपने अनुभव एवं सुझाव बाटने के लिए, अन्यथा परिवार नियोजन सम्बंधित किसी भी प्रकार के प्रश्नों में विशेषज्ञों की राय जानने की लिए उन्नति को लिखे!

हमारा पता है/हमें संपर्क करें

उन्नतिः सेंटर फॉर लर्निंग एंड एडवांसमेंट
पी.ओ. बॉक्स 8862, वसंत विहार
नई दिल्ली - 110057
फोनः 08130991888
ईमेलः unnatihelpdesk@gmail.com

The photographs used in this publication are for illustrative purposes only; they do not imply any particular attitudes, behaviors, or actions on the part of any person who appears in the photographs.