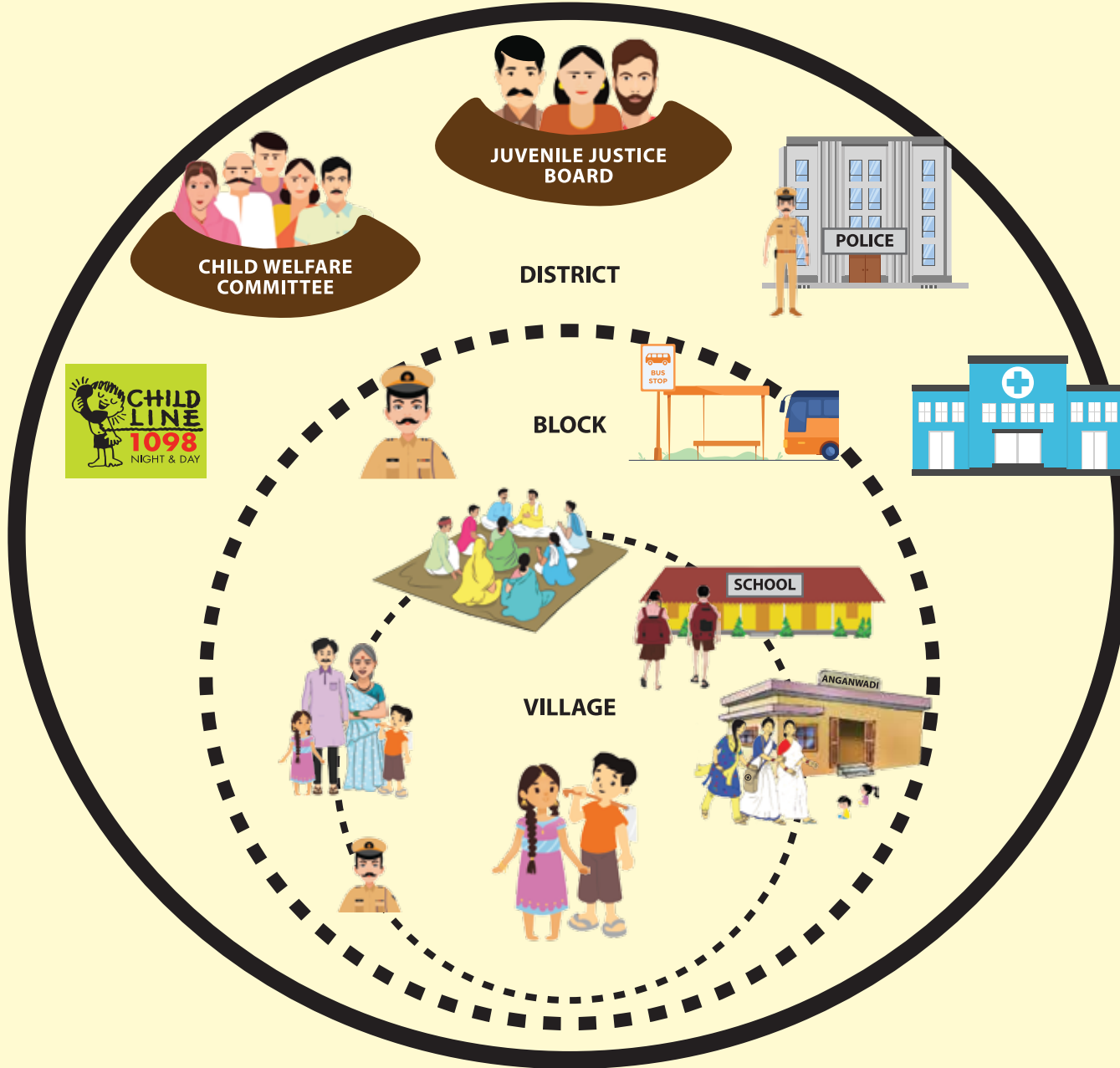


# બાલકો તેમના પરિવાર અને સમુદાયમાં સુરક્ષિત રહે તેની ખાતરી કરવા માટે કોણ શ્રેષ્ઠ છે

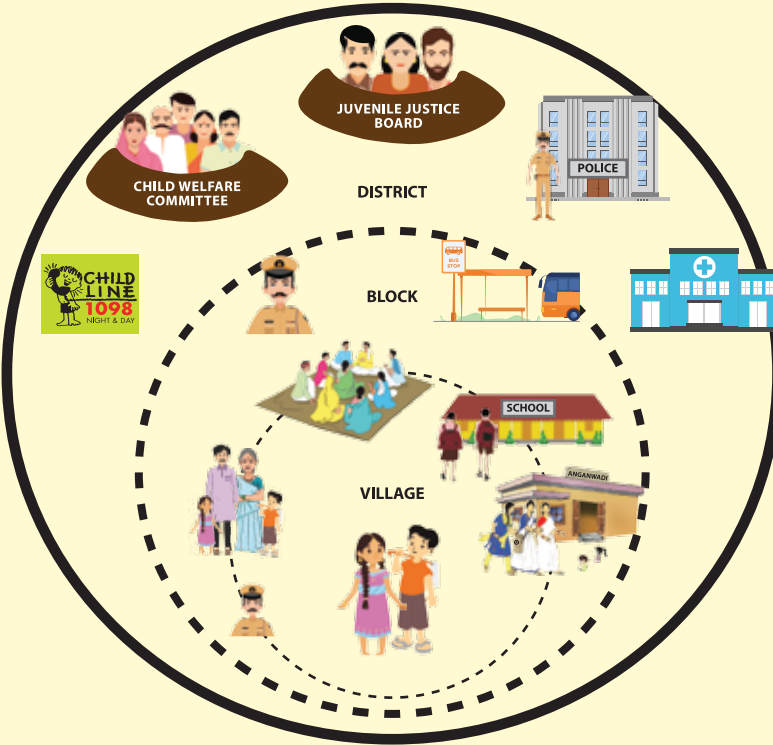


## સમુદાયનાં ગ્રામ્ય સ્તરના લોકો

- બાલકો અને પરિવારની નજીક હોય તેવા લોકો
- બાલકોનું જોખમ, જરૂરિયાતો અને પ્રશ્નો માટે કાર્ય કરવા માટે યોગ્ય સ્થાન પર હોય

સ્થાનિક કક્ષાની કાર્યવાહી અને ઉપાયો બાલકોને તેમના પરિવાર કે સમુદાયની સલામતી વ્યવસ્થામાંથી બાકાત થતાં અટકાવવામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે

# ગ્રામ્ય બાળ સુરક્ષા સમિતિના સભ્યો કોણ હોઈ શકે?



રાજ્ય સરકારના જાહેરનામા મુજબ સંકલિત બાળ સુરક્ષા યોજના દ્વારા ભલામણ કરાયેલ સભ્યો નીચેનાંને સમાવિષ્ટ કરવા ખાસ ધ્યાન આપવું.



ગ્રામ્ય સ્તરે ફરજ બજાવતા અધિકારીઓ અને ગામની અન્ય સક્રિય સમિતિઓ (સ્વ સહાય જૂથો, શાળા વ્યવસ્થાપન સમિતિ, યુવા મંડળ વગેરે



આખા ગામનું પ્રતિનિધિત્વ અને સમાવેશ કરતા હોય તેવા સમુદાયનાં સભ્યો. (સામાજિક લિંગ ભેદ, ભૌગોલિકતા, જ્ઞાતિ, ધર્મ, ક્ષમતા, આર્થિક સ્થિતિ પર આધારિત ભેદભાવ વગર)



ગ્રામ્ય સ્તરની બાળ સુરક્ષા સમિતિની સક્રિયતા માં વધારો કરે અને કાર્યાન્વિત કરવામાં મદદ કરી શકે તેવાં કૌશલ્યો ધરાવનાર સમુદાયના સભ્યો. (વાંચી - લખી શકવાની ક્ષમતા, માળખાગત જાણકારી અને વાતચીત કરી શકવાનાં કૌશલ્યો )

# માતાપિતાને COVID થાય ત્યારે ગ્રામ્ય સ્તરની બાળ સુરક્ષા સમિતિ એમનાં બાળકોને કેવી રીતે મદદ કરી શકે.-



ગ્રામ્ય સ્તરની બાળ સુરક્ષા સમિતિએ ખાસ ખાતરી કરવી કે બાળકો કે જેમનાં માતા કે પિતા / બંને જો COVID થી પીડાતા હોય કે દવાખાનામાં દાખલ કરાયેલ હોય અથવા COVID ના કારણે કોઈ રોગ થયો હોય તો નીચેની બાબતોમાં સરળતા થી એમની પહોંચ હોય

- રાંધેલો ગરમ ખોરાક, રાશન, પાણી, સાબુ, સ્વચ્છતાલક્ષી સામગ્રી
- સામુદાયિક સ્તરના મુખ્ય ભંડારની સામગ્રી જેવી કે હાથના મોજા, સેનિટાઈઝર, માસ્ક, થર્મોમીટર, ORS, તાવ ઉતારવાની દવા.



- માતા પિતા ની આરોગ્ય સંભાળ /દવાખાનામાં દાખલ કરવા માટે સહાયતા



- બાળકોને તેમના માતા-પિતા સાથે સંપર્ક જાળવી રાખવા અને તેમના સ્વાસ્થ્યની રોજબરોજ ની સ્થિતિ અંગે ફોન દ્વારા અવગત થવા સક્ષમ કરવાં.

- જો બાળકો ઘરે એકલાં હોય તો 24X7 દરમ્યાન કાળજી અને દેખરેખ

- ભાવનાત્મક સહાયતા, પરામર્શ અને માર્ગદર્શન

- માતાપિતા /માતા /પિતા ના મૃત્યુના કિસ્સામાં તેમના અંતિમ સંસ્કાર કરવામાં મદદ

- સંબંધીઓ, કુટુંબીજનો કે સ્નેહીજનોને શોધવા માટે તેમના સુધી પહોંચવું અને સુનિશ્ચિત કરવું કે જો સંબંધીઓ / સ્નેહીજનો બાળકને કે પરિવારને ટેકો આપવા માટે અથવા બાળકને તેમની સાથે લઈ જવા માટે તૈયારી દર્શાવે છે? ગ્રામ પંચાયતના સરપંચ, RWA ના અધ્યક્ષ, વોર્ડના પ્રતિનિધિ, મ્યુનીસીપલ કાઉન્સિલર કે બાળ સુરક્ષા સમિતિ દ્વારા આવાં લોકોના સંપર્કની માહિતી અને સરનામાનો રેકોર્ડ રાખવામાં આવે છે.



- સમુદાયમાં આવાં પરિવારો અને બાળકોની ઓળખ, ગોપનીયતા અને પ્રતિષ્ઠા જાળવાઈ રહે તેની ખાતરી કરો. પરિવાર કે બાળકોને રાહત કે સહાય પૂરી પાડવા સાથે સંબંધિત ન હોય તેવા લોકો, મીડિયા અથવા કોઈપણ વ્યક્તિ કે સંસ્થા સાથે આવાં પરિવાર/બાળકોના ફોટા, સંપર્ક માહિતી વગેરે બાબતો જાહેર કરવાં નહીં.



- સમુદાયમાં બાળકોને હંગામી ધોરણે સંસર્ગ નિષેધ થવાની સુવિધાઓ અને જે બાળકોના માતા- પિતા બાળ સુરક્ષા સમિતિ કે આંગણવાડી કાર્યકરની દેખરેખ હેઠળ હોસ્પિટલમાં સારવાર હેઠળ છે તેમના માટે હંગામી ધોરણે રહી શકાય એવી સુવિધા કે વ્યવસ્થા

- જે બાળકોનાં કાળજી લઈ શકે એવાં સંબંધીઓ ન હોય તેમની સંભાળ માટે હંગામી, લાંબાગાળાના કે કાયમી નિરાકરણ માટે ચાઈલ્ડ લાઈન 1098, બાળ કલ્યાણ સમિતિ કે જીલ્લા બાળ સુરક્ષા એકમ સાથે સંકલન



# બાળ સુરક્ષા સમિતિ રોગચાળા દરમ્યાન અને બાદમાં બાળ સુરક્ષામાં કઈ રીતે સુધારો કરી શકે?



- જો Covid -19 ની બીજી લહેર નાની ઉંમરના બાળકોના માતાપિતાને અસર કરે તો ગ્રામ્ય બાળ સુરક્ષા સમિતિ દ્વારા તેમના બાળકો માટે એમની સાથે સંબંધિત ન હોય તેવા પરિવાર કે વ્યક્તિઓ કે જે બાળકોને હંગામી ધોરણે સંભાળ આપવા માંગે છે તેમની ઓળખ કરી બાળ કલ્યાણ સમિતિ દ્વારા “ યોગ્ય વ્યક્તિ “ તરીકે મંજૂરી અપાવવી



- સમુદાયમાં જે પરિવારોમાં જોખમ છે તેમની રૂપરેખા તૈયાર કરવી (જેમ કે એકલ વાલી, આજીવિકાનો સ્ત્રોત ન હોય, તબીબી સમસ્યા, વિકલાંગતા અને માનસિક બીમારી હોય તેવા પરિવાર)
- સમાજ સુરક્ષા યોજનાઓ જેવી કે જાહેર વિતરણ વ્યવસ્થા (સસ્તા અનાજની યોજના), મનરેગા, પેન્શન, સ્પોન્સરશિપ, મધ્યાહન ભોજન, શિષ્યવૃત્તિ યોજના અને અન્ય કોઈપણ કોવિડ-19 સંબંધિત સહાય, વળતર કે દાન માટેનાં જોડાણની સુવિધા ઉભી કરવી અને સક્ષમ બનવું .



- સમુદાયનાં બાળકોના કલ્યાણ અને સલામતી માટે સાવચેત અને સતર્ક રહેવું. અને તાત્કાલિત જરૂરિયાતોને સંતોષવામાટે સંકલન / વ્યવસ્થાપન માટે આગળ વધવું
- જે બાળકોનાં કાળજી લઈ શકે એવાં સંબંધીઓ ન હોય તેમની સંભાળ માટે હંગામી, લાંબાગાળાના કે કાયમી નિરાકરણ માટે ચાઈલ્ડ લાઈન 1098, બાળ કલ્યાણ સમિતિ કે જીલ્લા બાળ સુરક્ષા એકમ સાથે સંકલન



- કોવિડ-19 રાહત કામગીરીમાં પંચાયત અને વહીવટીતંત્રને ટેકો આપવો (અતિ જરૂરિયાતવાળા પરિવારોને રાશન વિતરણ, ગામને જંતુમુક્ત કે ગ્રામ સફાઈમાં મદદ કરવી, રસીકરણના મહત્વ વિશે જાગૃતિ ફેલાવવી, અને ગેર માન્યતાઓ દૂર કરવી, રસીકરણ શિબિર જેવાં આયોજનમાં સહાય કરવી વગેરે.



- દરેક બાળક શાળામાં પાછું ફરે તેની ખાતરી કરવી. બાળકો અને વાલીઓમાં શાળા પુનઃ ખુલવા અંગે જાગૃતિ ફેલાવવી. સમુદાયમાં પાછા ફરેલા અને શાળામાં પ્રવેશની જરૂર હોય તેવા તમામ બાળકોને ઓળખવાં. શક્ય હોય ત્યાં સુધી શાળામાં કોવિડ-19 નમાં સુરક્ષાને લગતી સુવિધાઓની ખાતરી કરવી



# સાવચેત અને સતર્ક ગ્રામ્ય બાળ સુરક્ષા સમિતિના કાર્યો :



- ગામમાં Covid -19 રસીકરણ માટેની ઝુંબેશ માટે સરપંચ કે ગ્રામ પંચાયત સાથે ચર્ચા કરવી અને કાર્યક્રમને આગળ વધારવો
- કોવિડ-19 સંબંધિત સહાય અને સમાજ કલ્યાણ સહાય યોજનાઓ માટેનાં જોડાણને મજબૂત કરવા માહિતી એકત્ર કરવી.
- સંસર્ગ નિષેધ કેન્દ્રો અને જાહેર વિતરણ વ્યવસ્થા કેન્દ્રો પર દેખરેખ રાખવી



- રસીકરણ અંગેની ગેર માન્યતા દૂર કરવી: ગૃહ મુલાકાત, વ્હોટ્સઅપ કે અન્ય માધ્યમ .



SCHOOL



- દરેક બાળક શાળામાં પાછું ફરે તેની ખાતરી કરવી બાળકો અને વાલીઓમાં શાળા પુનઃ ખુલવા અંગે જાગૃતિ ફેલાવવી.
- સમુદાયમાં પાછા ફરેલા અને શાળામાં પ્રવેશની જરૂર હોય તેવા તમામ બાળકોને ઓળખવાં.
- ક્લાસ રૂમ સફાઈ માં શિક્ષકોને મદદ કરવી .
- શાળામાં પાછાં ન ફરેલ બાળકોનું ધ્યાન રાખવું
- કોવિડ-19ની સલામતીની વ્યવસ્થા જળવાઈ રહે તેની ખાતરી કરવી
- બાળકો જે પડકારો કે સમસ્યાઓનો સામનો કરી રહ્યા છે તેની જાણકારી લેવા માટે નિયમિત રીતે શાળાની મુલાકાત લેવી



- યોગ્ય રસીકરણ, પુરક પોષણ અને આરોગ્ય તપાસ થઈ રહી છે કે કેમ તેની ખાતરી કરવા માટે આંગણવાડી કેન્દ્રની નિયમિત મુલાકાત ( દર મહીને )
- આંગણવાડી કેન્દ્રની સેવાઓથી કોઈ પરિવાર બાકાત ન રહી જાય તે માટે ખાતરી કરવી
- નાના બાળકો ધરાવતા પરિવારો તેમના બાળકોનું રસીકરણ કરાવતા રહે તેની ખાતરી કરવી
- આંગણવાડી કાર્યકરને તેની નિયમિત ઘર મુલાકાતમાં મદદ કરવી.



- સમુદાયમાં જે પરિવારોમાં જોખમ છે તેમની રૂપરેખા તૈયાર કરવી (ગૃહ મુલાકાત ) ( જેમ કે એકલ વાલી , આજીવિકાનો એકેય સ્ત્રોત ન હોય, જાહેર વિતરણ વ્યવસ્થા પર પર્હોય ન હોય, વિકલાંગતા અને માનસિક બીમારી હોય તેવા પરિવાર )
- કોવિડ પોઝિટિવ દર્દીઓ ધરાવતા પરિવારોને સહાય કરવી
- સમાજ સુરક્ષા યોજના ( મધ્યાહન ભોજન યોજના, જાહેર વિતરણ વ્યવસ્થા મનરેગા અને covid સહાય કામગીરી સાથેનું જોડાણ મજબૂત કરવું



- બાળકોને પરિવાર અને સમુદાયની સુરક્ષા વ્યવસ્થામાંથી બાકાત થતાં અટકાવવા માટે સતર્ક રહેવું અને એના પ્રતિકાર માટે કાર્યરત રહેવું (બાળલગ્નોનું આયોજન, નશીલા પદાર્થોનું સેવન કરતાં, જુગાર રમતાં અને રખડતાં , શાળામાં પાછા નથી ફર્યા હોય તેવાં અને માતાપિતા સાથે કામે જતાં શાળા છોડી ગયેલ બાળકો )
- ચાઈલ્ડ લાઈન 1098, પોલિસ, જીલ્લા બાળ સુરક્ષા એકમ, બાળ કલ્યાણ સમિતિને કેસની જન કરો અને નિદાન માટે આગળ મોકલો



# બાળકો સાથે શોક કે ગુમાવ્યા વિશે વાત કરવી



મૃત્યુ અને શોક એ માનવ અનુભવના સહજ અંશ છે, પરંતુ ગુમાવ્યા નો શોક કરવો એ પણ એક જટિલ પ્રક્રિયા છે. બાળકો સાથે મૃત્યુ અને શોક વિશે વાત કરતી વખતે માતાપિતા/સંભાળ રાખનારાઓ / શિક્ષકોએ ધ્યાનમાં રાખવા જેવી કેટલીક બાબતો :

- ✓ જ્યારે મૃત્યુ અને શોક વિષે વાત કરતાં હોવ ત્યારે સરળ અને સ્પષ્ટ શબ્દો નો ઉપયોગ કરવો. મૃત, મૃત્યુ પામેલ અને મૃત્યુ જેવા શબ્દોનો ઉપયોગ કરો કેમકે બાળકો માટે મૃત્યુનું સાતત્ય સમજવું અગત્યનું છે.
- ✓ બાળકોને સાંભળવાં અને દિલાસો આપવો . કેટલાક બાળકોને પ્રશ્નો હોઈ શકે છે, કેટલાક પ્રતિક્રિયા ન કરી શકે, કેટલાક રડી શકે છે. આમાંથી કઈ પણ હોય, તેમને પ્રક્રિયામાંથી પસાર થવા દો અને શારીરિક અને ભાવનાત્મક રીતે તેમના માટે ત્યાં હાજર રહેવું .
- ✓ બાળકને પરિવારજનોના ગુમાવ્યા બાદ વાતચીત કરવા માટે તરત અને મહિનાઓ કે વર્ષો સુધી પણ અવકાશ આપવો
- ✓ અંતિમ સંસ્કાર અને ધાર્મિક વિધિઓમાં બાળકને (ભલે તે નાનું હોય) તેની ભૂમિકા અદા કરવા મંજૂરી આપવી . ધાર્મિક વિધિઓ શા માટે છે અને તેનો અર્થ શું છે તે વિશે વાત કરવી.



- ✓ આવાં બાળકની સાથોસાથ જો તમે પોતાનાં સ્વજન ગુમાવેલ હોય તો તેને (પ્રેમાળ યાદો વિશે વાત કરો) યાદ કરો જેથી બાળકને ન લાગે કે માત્ર તેની સાથે આવું થયું
- ✓ શોક વ્યક્ત કરવાની કોઈ ચોક્કસ અવધિ કે રીત નથી. શોક એક જટિલ પ્રક્રિયા છે, તેથી તે વિચારો, લાગણીઓ અને વર્તનની શ્રેણી સાથે આવે છે
- ✓ ખાત્રી કરવી કે બાળક એની કોઈ ભૂલ નથી તે જાણે.. સંભાળ રાખનારાઓએ બાળકોને એ સમજવામાં મદદ કરવાની જરૂર છે કે મૃત્યુ કોઈ પણ રીતે તેમનો દોષ નથી, અને ચહેરો મજબૂત રાખવો કે લાગણીઓ છુપાવવી એ બાળકોના નિયંત્રણમાં હોતું નથી.

# બાળકો સાથે શોક કે ગુમાવ્યા વિશે વાત કરવી



- ❌ બાળકોથી શોક છુપાવશો નહીં. બાળકને જણાવો કે માતાપિતા કે સંબંધીને ગુમાવ્યા પછી રડવું અને દુઃખી થવું તે સામાન્ય છે અને સ્વસ્થ હોવાની નિશાની છે ( સામાજિક લિંગભેદ કે ઉંમરને એની સાથે કઈ સંબંધ નથી )
- ❌ દિનચર્યામાં ફેરફાર કરશો નહીં. ઓછામાં ઓછા ફેરફારો સાથે શક્ય તેટલી વહેલી તકે બાળકની દિનચર્યા ફરી શરૂ કરવાનો પ્રયાસ કરો.
- ❌ એવું ન વિચારો કે મૃત્યુ હાસ્ય પર પ્રતિબંધ મૂકે છે. હાસ્ય તો એક મોટું ઉપચારનું સાધન છે. તમારા પ્રિયજન સાથેની યાદો / ક્ષણો વિષે વાત કરવી કે હસી શકવા જેટલું સક્ષમ થવું એ સંકેત આપે છે કે તેમની હાજરી તમારા જીવનમાં કેટલી મહત્વપૂર્ણ છે.

# વર્તુળી:



એક પ્રક્રિયા જે સંબંધોને પુનઃસ્થાપિત કરે છે, કે જે બોલવા માટે, લાગણીઓની આપ લે કરવા, ચર્ચા કરવા, અસંમત થવા માટે, કે બાળકોને લગતી કોઈપણ બાબત અથવા બાળકો કોઈ બબાતે ચિંતિતિ હોય તો તેના પર મનન કરવા માટે સલામત અવકાશ રચે છે .

**વર્તુળમાં બેસવું -** વર્તુળમાં બેસવાથી દરેક સહભાગી એકબીજાને જોઈ શકે છે. વર્તુળમાં બેસવું એ સમાનતા અને એકબીજા સાથેના જોડાણ પર ભાર મૂકે છે (કેમ કે દરેક લોકો કેન્દ્રથી સમાન અંતરે દૂર છે )

**વર્તુળના રક્ષક -** સલામત અને આદરપૂર્વકનો તાલ મેળવવા માટે જવાબદાર છે. પ્રક્રિયાને સરળ બનાવે છે, સંકેતો કે સૂચનાઓને રજૂ કરે છે.

**મૂળભૂત નિયમો:** આદર સાથે સાંભળો; આદર સાથે બોલો; સારા આશયને ગ્રહણ કરો અને ગોપનીયતા જાળવો .

**કેન્દ્ર બિંદુ:** કેન્દ્રબિંદુ ઊર્જા કેન્દ્રનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. યાદ રહે કે વર્તુળ એક વિશિષ્ટ જગ્યા છે, જે સહભાગીઓને તેમની આંખોને સ્થિર અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માટે એક અવકાશ આપે છે. કે જે વર્તુળની આસપાસ એકતા ઉભી કરે છે.

**બોલવાની વસ્તુ:** જ્યારે બીજા સંભાળતા હોય ત્યારે બોલવાનો હવે કોનો વારો છે તે જાણવા માટે બોલવાની કોઈ વસ્તુનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. જે વ્યક્તિની પાસે બોલવાની વસ્તુ હોય તે જ વાત કરે છે.

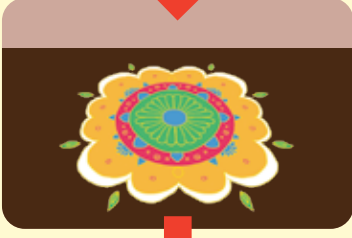


# વર્તુળો:

વર્તુળને પ્રોત્સાહિત કરવાના નાં પગલાં



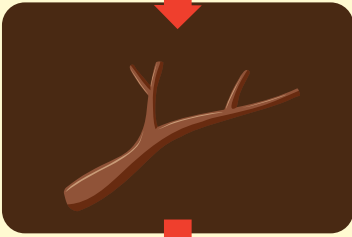
વર્તુળના રક્ષકે વર્તુળની પ્રક્રિયાની તૈયારી માટે થોડા વહેલા આવવું



સહભાગીઓ આવવાનું શરુ કરે તે પહેલાં વર્તુળના રક્ષકે વર્તુળનું કેન્દ્રબિંદુ તૈયાર કરી રાખવું



જ્યારે સહભાગીઓ મિટિંગ માટે આવે ત્યારે વર્તુળના રક્ષકે તેમને આવકારવા અને વર્તુળાકારે જ્યાં સુધી દરેક બાળક ન આવી જાય ત્યાં સુધી આંખો બંધ કરી શાંતિથી બેસે તે અંગે જણાવવું



બોલવાની જે વસ્તુ નક્કી કરી છે તે અંગે સહભાગીઓને પરિચિત કરો અને પાયાના નિયમો વિષે માહિતી આપો.



વર્તુળના રક્ષક પ્રક્રિયા શરુ કરે છે અને દરેક માટેનાં પ્રશ્નો ને મોટેથી બોલવાનું કે ગાવાનું શરુ કરે છે અને બોલવાની જે વસ્તુ નક્કી થયેલ છે તેને ડાબેથી જમણી બાજુ ફેરવવામાં આવે છે જેથી સહભાગીઓ એકવારમાં માત્ર એક પ્રતિભાવ આપી શકે. (વર્તુળના રક્ષક શરુ કરે છે )

દરેક વર્તુળને પ્રશ્નો દ્વારા માર્ગદર્શન આપવામાં આવશે. નીચેના પેજ પરના ઉદાહરણોનો સંદર્ભ લો \*\*

## \*\*\*માર્ગદર્શન

1. શરૂઆત: વર્તુળના રક્ષક શરૂની પ્રક્રિયાનો તાલ મેળવવા માટે વર્તુળના વિષય અંગે કવિતા, ફકરો કે ટૂંકી વાર્તા તૈયાર કરી શકે છે. પ્રક્રિયાની શરૂઆત બહુ મહત્વની હોય છે કેમકે તે વર્તુળની ચર્ચાઓ માટે સકારાત્મક અને અર્થપૂર્ણ સુમેળ સાધી આપે છે. આ ચર્ચાઓ પછીના તબક્કામાં પણ ચાલુ રહેશે.

2. જોતા રહો: આજે તમે કેવી લાગણી અનુભવો છો?

3. વર્તુળ માટેના મુખ્ય પ્રશ્નો : વિવિધ વિષયો પર 3-4 વાર પ્રશ્નો કરી વિષયવસ્તુ નક્કી કરો . સંદર્ભ માટે કેટલાક પ્રશ્નો નીચે આપવામાં આવ્યા છે.

4. અંતિમ / છેલ્લો પડાવ : વર્તુળના રક્ષક, પ્રક્રિયાની શરૂઆત કરતી વખતે ઉપયોગમાં લીધેલ પ્રશ્નોનું પુનરાવર્તન કરી શકે છે.

# વર્તુળના સહભાગીઓની મદદથી વિવિધ વિષયવસ્તુ નક્કી કરવું



## કોઈને ગુમાવવું / શોક / આઘાત / પીડા / હિંસા

- શું થયું ?
- તે વખતે તમે શું વિચારતા અને અનુભવતા હતા ?
- ત્યારથી તેના વિષે તમે શું વિચાર્યું છે ?
- કોને અસર થઈ છે અને તેઓ કઈ રીતે પ્રભાવિત થયા છે ?
- તે બાબત જુદી કઈ રીતે થઈ શકી હોત ?
- જે તે બાબતોને ભવિષ્યમાં વધુ સારી અને યોગ્ય બનાવવા માટે શું કરવાની જરૂર છે?

## આભાર અને પ્રશંસા

- તમારામાં એવી એક કે બે કઈ બાબતો છે જેનું તમને માન છે ?
- તાજેતરની એવી કઈ પરિસ્થિતિ છે જેમાં તમે તમારી જાતની પ્રશંસા કરી છે ?
- તમારા જીવનની તાજેતરની એવી કઈ પરિસ્થિતિ / ઘટના છે જેના તમે આભારી છો?
- તમારા જીવનમાં કોઈ એવી વ્યક્તિ છે જેની તમે પ્રશંસા કરવા / આભાર વ્યક્ત કરવા માંગો છો ? જો હા તો એમણે તમને કેવી રીતે પ્રેરણા આપી ?

## ટીમ / ગુપની રચના

- જ્યારે તમે ગુપનો ભાગ બન્યા ત્યારે તમને જે સારું લાગ્યું તે અનુભવ રજૂ કરી શકો ?
- એવી કઈ બાબત છે જેનાથી તમને આ ગુપ સાથે જોડાયેલ હોવાનો લાગે છે ?
- તમારા જૂથને ટકાવી રાખવા માટે કયો ગુણ જાળવી રાખવો જરૂરી છે?
- આ ગુપ / ટીમમાં તમે એવું કયું મુલ્ય જુઓ છો જેની તમે પ્રશંસા કરો છો?
- આ ગુપ કે ટીમના સભ્યોમાં એવું કોઈ મુલ્ય છે જેની તમે ખરેખર પ્રશંસા કરો છો ?
- જે તે વ્યક્તિએ આ મૂલ્ય ક્યારે દર્શાવ્યું તેનું ઉદાહરણ આપી રજૂ કરશો?
- આ ગુપમાં તમે કયું મુલ્ય લાવવા અંગે વિચારો છો ?
- આ ગુપના લક્ષ્યો સુધી પહોંચવાની કામગીરીમાં તમારી જવાબદારી શું છે?

## લાંબા સમયગાળા પછીની મીટીંગ

- આપણે છેલ્લે મળ્યા ત્યારથી અત્યાર સુધીની ખરેખર કોઈ ખુશીની કે પડકારજનક પળ વિષે જણાવશો ?
- છેલ્લા બે વર્ષમાં બનેલી એવી કોઈ એક ઘટના કે પ્રસંગ વિષે જણાવો કે જ્યાં તમારે આગળ વધીને હિંમતભર્યો નિર્ણય લેવો પડ્યો ?
- છેલ્લા બે વર્ષમાં એવું શું છે જેણે તમને ચિંતામાં મૂકી દીધા છે ?
- એવું શું છે જેનાથી તમને આશા બંધાણી છે ?
- આ અઠવાડિયામાં એવું શું છે જેનાં માટે તમે આતુર છો ?

# આપણા બાળકો શાળામાં પાછા ફરે તે માટે આપણે ખાતરી કરવાની જરૂર છે.

રોગચાળો ખાસ કરીને બાળકો માટે પ્રતિકુળ રહ્યો છે.



કોઈ રમતગમત નહીં



અભ્યાસ ચાલુ રાખવો પડકારજનક હતો



મિત્રોને મળવામાં અસમર્થ



ભૂખ



ચિંતા અને ભય



પ્રિયજનને ગુમાવવાં

- જો બાળકો કામ કરવાનું છોડી દે તો ઘરની પરિસ્થિતિમાં થોડો હંગામી ધોરણે સુધારો થઈ શકે છે.
- શિક્ષણ એ મૂળભૂત અધિકાર છે - જે ભવિષ્ય, સામાજીકરણ, મનોરંજન અને રમતગમત, ટીમ વર્ક, અને પોષણ માટેની આશાઓને સમર્થન આપે છે. શાળા એ સલામત સ્થાન છે.



ચાલો , આપણે એકબીજાને મદદ કરવા અને આપણા તમામ બાળકો માટે શિક્ષણમાં સલામતી અને સાતત્ય સુનિશ્ચિત કરવા માટે વચનબદ્ધ થઈએ

સાથે મળીને ચાલો ચર્ચા કરીએ અને આગળનાં કદમ નક્કી કરીએ.

- વિદ્યાર્થીઓ માટે કોવિડ-19 ને લગતી સલામતીની વ્યવસ્થા અમલમાં હોય તેની ખાતરી કરવા માટે શાળાના સ્ટાફને ટેકો આપીએ સમુદાયમાં સ્વયંસેવકોની ઓળખ કરીએ જે
- બાળકોને શાળાએ પાછા ફરવામાં મદદ કરનાર અને અભ્યાસમાં ટકી રહેવા માટે પુનરાવર્તનના વર્ગો ચલાવે.
- વિષયો / પ્રશ્નો /સમસ્યાઓ / આનંદના વિકલ્પો અંગે બાળકો તેમની લાગણીઓ વહેંચે તે માટે વર્તુળોની પ્રક્રિયા દ્વારા બાળકો માટે એક સ્થાન બનાવે .

# ચાલો , આપણે સૌ સાથે મળીને ખાતરી કરીએ કે આપણા બાળકો સુરક્ષિત હોય એવી શાળામાં પાછા ફરે (પગલાઓ )



- બાળકો અને વાલીઓમાં શાળા પુનઃ ખુલવા અંગે જાગૃતિ ફેલાવવી.
- સમુદાયમાં પાછાં ફરેલ તથા શાળામાં પ્રવેશની જરૂરીયાત વાળાં તમામ બાળકોની ઓળખ કરવી ,
- વર્ગખંડની નિયમિત સફાઈ અને જંતુમુક્ત કરવામાં શિક્ષકોને સહાયક અને મદદરૂપ થવું .
- શાળાનો સ્ટાફ અને બાળકોની સંભાળ રાખનાર લોકોએ રસીકરણ કરાવી લીધું હોય એની ખાતરી કરવી .
- શાળામાં ગેર-હાજર કે અનિયમિત રહેતા હોય એવા બાળકોની જાણકારી માટે શાળાની નિયમિત મુલાકાત લેવી .



**શારીરિક અંતર: ઉપલબ્ધ સંસાધનોને ધ્યાનમાં રાખીને, ચર્ચા દ્વારા શાળામાં શારીરિક અંતર સુનિશ્ચિત કેવી રીતે કરવું તે નક્કી કરો.**



- બાળકોને પાટલી કે જમીન પર છુદા છુદા બેસાડો, જો શક્ય હોય તો રિસેસ અને ભોજન વખતે પણ બાળકોને એકબીજાથી છુટા છવાયા રહે તેનું ધ્યાન રાખો.
- શાળાના દરેક વર્ગ માટે દિવસની શરૂઆતનો અને શાળા છુટ્યાનો સમય જુદો જુદો નિશ્ચિત કરો જેથી બધા વિદ્યાર્થી અને શિક્ષકો એક - સામટા ભેગા ન થઈ જાય.
- શક્ય હોય એટલું વર્ગખંડની બહાર કે હવા ઉજાશ વાળા ઓરડાઓમાં ભણાવો .



**માસ્ક પહેરવું: વર્ગ- ખંડની અંદર હોય કે બહાર હોય પણ દરેકે માસ્ક પહેરેલું હોય તેની ખાતરી કરો .**

**સ્વચ્છતા જાળવવી: બાળકો વારંવાર તેમના હાથ સાબુ અને પાણીથી સારી રીતે ધુએ એ માટે એમને પ્રોત્સાહિત કરો .**

સ્વચ્છતાના નિયમોને વળગી રહેવા માટે રમુજી સૂચનો કે પોસ્ટર્સ બનાવવામાં વિદ્યાર્થીઓને સામેલ કરી શકાય જેને હોલ પાસે લટકાવવાથી એકબીજાને યાદ કરાવી શકાય.



**વિદ્યાર્થીઓમાંથી કોઈનામાં પણ જો કોવિડનાં લક્ષણો દેખાય તો :**

- COVID-19નાં લક્ષણોની ઓળખ : તાવ, ઉધરસ અને થાક. અન્ય લક્ષણોમાં શ્વાસ લેવામાં તકલીફ, છાતીમાં દુખાવો કે દબાણ, સ્નાયુમાં કે શરીરમાં દુખાવો, માથાનો દુખાવો, સ્વાદ કે ગંધ નો અનુભવ ન થવો , મૂંઝવણ , ગળામાં દુખાવો , નાક જામી જવું કે સળેખમ થવું , ઝાડા , ઉબકા અને ઉલટી, પેટમાં દુખાવો અને ત્વચા પર ફોલ્લીઓ વગેરે હોઈ શકે છે .
- બાળકો એક બીજાની રાહ જોઈ શકે તેવો એક (હવા ઉજાશ વાળો) ચોક્કસ પ્રતીક્ષા ખંડ નિશ્ચિત કરો.
- જો વિદ્યાર્થીઓ બીમાર લાગે કે કોવિડ-19ના લક્ષણો દર્શાવે તો તેમને તેમના માતા-પિતા કે સંભાળ રાખનાર તેમને લેવા આવે ત્યાં સુધી નિશ્ચિત કરેલ પ્રતીક્ષા ખંડમાં તેઓ રાહ જોઈ શકે. ત્યારબાદ પ્રતીક્ષા ખંડને ચોખ્ખો , જંતુમુક્ત અને સાફ કરવો જોઈએ.