"ഭരണഭാഷ- മാതൃഭാഷ"

കേരള സർക്കാർ

<u>സംഗ്രഹം</u>

തദ്ദേശസ്വയം ഭരണ വകുപ്പ്- **"കുടുംബശ്രീ കെയർ പ്രോജക്റ്റ്" (വിമോചിത)** പദ്ധതി രൂപരേഖ അംഗീകരിച്ച് ഉത്തരവ് പുറപ്പെടുവിക്കുന്നു.

തദ്ദേശസ്വയംഭരണ(ഐ.എ) വകുപ്പ്

സ.ഉ.(സാധാ) നം.1711/2022/LSGD തീയതി,തിരുവനന്തപുരം, 19-07-2022

പരാമർശം:- കുടുംബശ്രീ എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഡയറക്ടറുടെ 28.10.2021 ലെ 8082/M2-G/2021/കെ.എസ്.എച്ച്.ഒ നമ്പർ കത്ത്.

<u>ഉത്തരവ്</u>

കുടുംബശ്രീ അംഗങ്ങളുടെ ശാരീരിക, മാനസിക ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനും ക്യാൻസർ പോലുള്ള പല രോഗങ്ങളും സ്വയം തിരിച്ചറിയുന്നതിനും ഉടക്കത്തിൽ ചികിത്സ ഉറപ്പാക്കി രോഗാവസ്ഥയുടെ സങ്കീർണ്ണത ഒഴിവാക്കി രോഗം ഭേദമാക്കുന്നതിനും കായികക്ഷമത, സ്വയം പ്രതിരോധം, കലാഭിരുചികൾ എന്നിവ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതിനും ലക്ഷ്യമാക്കി സ്വസ്ഥി ഫൗണ്ടേഷൻ കുടുംബശ്രീയുമായി സഹകരിച്ചുകൊണ്ട് വിവിധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നതിനായി സമർപ്പിച്ച പ്രൊപ്പോസലിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ കുടുംബശ്രീ സംസ്ഥാനമിഷൻ തയ്യാറാക്കിയ "കുടുംബശ്രീ കെയർ പ്രോജക്റ്റ്" (വിമോചിത) പദ്ധതി പ്രവർത്തനത്തിന്റെ ഇതോടൊപ്പം ഉള്ളടക്കം ചെയ്തിട്ടുള്ള രൂപരേഖ അംഗീകരിച്ച് ഉത്തരവാകുന്നു.

(ഗവർണറുടെ ഉത്തരവിൻ പ്രകാരം)

ലീന എൻ പി

ജോയിന്റ് സെക്രട്ടറി

എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഡയറക്ടർ, കുടുംബശ്രീ, തിരുവനന്തപുരം

പഞ്ചായത്ത് ഡയറക്ടർ, തിരുവനന്തപുരം

പ്രിൻസിപ്പൽ അക്കൗണ്ടന്റ് ജനറൽ (എ&ഇ), കേരള, തിരുവനന്തപുരം

അക്കൗണ്ടന്റ് ജനറൽ (ഇ&ആർ.എസ്.എ/ജി&എസ്.എസ്.എ) കേരള, തിരുവനന്തപുരം

എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഡയറക്ടർ, ഇൻഫർമേഷൻ കേരള മിഷൻ, തിരുവനന്തപുരം

കരുതൽ ഫയൽ/ഓഫീസ് കോപ്പി(IA1/351/2021/LSGD)

ഉത്തരവിൻ പ്രകാരം

Signed by Suja S K

Date: 22-07-2022 10:42:41

സെക്ഷൻ ഓഫീസർ

കുടുംബശ്രീ കെയർ പ്രൊജക്റ്റ് (വിമോചിത)

കുടുംബശ്രീ അംഗങ്ങളുടെ ശാരീരിക മാനസിക ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനും കാൻസർ പോലുള്ള പല രോഗങ്ങളും സ്വയം തിരിച്ചറിയുന്നതിനും തുടക്കത്തിൽ ചികിത്സ ഉറപ്പാക്കി രോഗാവസ്ഥയുടെ സങ്കീർണ്ണത ഒഴിവാക്കി രോഗം ഭേദമാക്കുന്നതിനും കായികക്ഷമത, സ്വയം പ്രതിരോധം കാലാഭിരുചികൾ എന്നിവ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതിനും ലക്ഷ്യമാക്കി സ്വസ്തി ഫൌണ്ടേഷൻ കുടുംബശ്രീയുമായി സഹകരിച്ച് കൊണ്ട് വിവിധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നതിനായി സമർപ്പിച്ച പ്രൊപ്പോസലിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ പദ്ധതി പ്രവർത്തനത്തിന്റെ രൂപരേഖ ചുവടെ ചേർക്കുന്നു.

ലക്ഷ്യം

1. കേരളത്തിലെ എല്ലാ ജില്ലകളിലുമുള്ള അയൽക്കൂട്ടത്തിലെ സ്ത്രീകൾക്ക് ആരോഗ്യത്തെ കുറിച്ചുള്ള അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുകയും ജീവിതശൈലി രോഗങ്ങൾ, സ്ത്രീകളിലുണ്ടാകുന്ന അർബുദരോഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ കണ്ടുപിടിക്കുവാനും ചികിത്സ ഉറപ്പാക്കാനും സഹായിക്കുക.
2. സ്വസ്തി ഫൗണ്ടേഷനുമായി ബന്ധപെട്ടു നിൽക്കുന്ന ഡോക്ടർമാരുടെ സേവനം പ്രയോജനപ്പെടുത്തുക. പ്രാദേശികമെഡിക്കൽ ക്യാമ്പുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുകയും രോഗനിർണയത്തിനും തുടർചികിത്സക്കുമുള്ള അവസരം ഒരുക്കുക.
3. മാനസികആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യുകയും നടപ്പിലാക്കുകയും ചെയ്യുക
4. ശാരീരികാരോഗ്യം പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള കായികവ്യായാമങ്ങൾ പരിശീലിപ്പിക്കുക.
5. സ്ത്രീകൾക്കായി ശാരീരികക്ഷമത പരിശീലങ്ങൾ SAI-LNCPE യുടെ സഹകരണത്തോടെ നടപ്പിലാക്കുക.

നിർവഹണം

കുടുംബശ്രീ മിഷൻ, സ്വസ്തി ഫൌണ്ടേഷൻ, SAI-LNCPE, United Ryu Karate Association

പ്രവർത്തനം

1. **ശാരീരികാരോഗ്യം- മാനസികാരോഗ്യം -അവബോധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ**

   ജില്ലാ തലത്തിൽ ബ്ലോക്ക് തല റിസോഴ്സ് പേഴ്സൺമാരെ പരിശീലിപ്പിക്കുകയും പ്രസ്തുത റിസോഴ്സ് പേഴ്സൺമാർ അംഗങ്ങൾക്ക് പരിശീലനം നൽകുന്നു. ഇവർ അയൽക്കൂട്ടത്തിലെ അംഗങ്ങൾക്ക് സ്വയം പരിശോധന നടത്തുന്നതിനുള്ള അവബോധം നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു. തുടർന്ന് രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നവർ മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പുകളിലും ആശുപത്രികളിലും എത്താൻ സഹായിക്കുന്നു.

- **സ്ത്രീകളിലെ അർബുദം സ്വയം തിരിച്ചറിയുന്നതിനും പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ ചികിത്സ നടത്തുന്നതിനുമുള്ള അവബോധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ**

ആരോഗ്യാവകുപ്പിന്റെ കണക്ക് പ്രകാരം കേരളത്തിൽ സ്തനാർബുദം കൂടുതലായി കണ്ടുവരുന്നു. മുപ്പത് മുതൽ മുപ്പത്തി അഞ്ച് ശതമാനം വരെയാണ് കണക്കുകൾ കാണിക്കുന്നത്. കൂടാതെ തൈറോയിഡും ഗർഭാശയ കാൻസറും കൂടിവരുന്നതായും കാണാം. പലപ്പോഴും പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ കണ്ടുപിടിക്കാൻ കഴിയാതെ പോകുന്നത് അസുഖം മൂർച്ഛിക്കുകയും ചികിത്സയിലൂടെ ഭേദമാക്കാൻ പറ്റാത്ത അവസ്ഥയിലേക്ക് എത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത്തരം സാഹചര്യം ഒഴിവാക്കുന്നതിന് അവബോധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തേണ്ടതും സ്വയം കണ്ടുപിടിക്കാൻ സാധിക്കുന്ന അർബുദരോഗങ്ങൾ സ്വയം പരിശോധന നടത്തുന്നതിനുള്ള പരിശീലനം നൽകേണ്ടതും അനിവാര്യമാണ്. കുടുംബശ്രീ അയൽക്കൂട്ടത്തിലെ അംഗങ്ങൾക്കും ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾക്കും അർബുദത്തെക്കുറിച്ചും സ്വയം പരിശോധന നടത്തേണ്ട വിധത്തെക്കുറിച്ചും അവബോധം നൽകും. ഇതിലൂടെ സ്ത്രീകൾക്ക് രോഗാവസ്ഥ തുടക്കം മുതൽ മനസിലാക്കാനും ചികിത്സയിലൂടെ ഭേദമാക്കാനും സാധിക്കും

പ്രവർത്തന രീതി

റിസോഴ്സ്പേഴ്സൺ മാരുടെ പരിശീലനം

കേരളത്തിലെ എല്ലാ ജില്ലകളിലും ജില്ലാതലത്തിൽ ബ്ലോക്ക്റിസോഴ്സ് പേഴ്സൺമാർക്ക് കാൻസർ രോഗം സ്വയം പരിശോധന മാർഗ്ഗങ്ങൾ, അർബുദം പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ മനസിലാക്കുന്നതിനുള്ള കാര്യങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയിൽ പരിശീലനം നൽകുന്നു.

CDS, ADS, ആരോഗ്യ വോളന്റിയർമാർക്കായുള്ള പരിശീലനം

ബ്ലോക്ക്തലത്തിൽ പരിശീലനം നേടിയ റിസോഴ്സ് പേഴ്സൺമാർ CDS , ADS അംഗങ്ങൾ, ആരോഗ്യ വോളന്റിയർമാർ എന്നിവർക്ക് പരിശീലനം നൽകുന്നു.

അയൽക്കൂട്ടഅംഗങ്ങൾക്കുള്ള പരിശീലനം

പരിശീലനം നേടിയ CDS, ADS അംഗങ്ങൾ അയൽക്കൂട്ടങ്ങളിലും ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പിലും പരിശീലനം നൽകുന്നു. സ്വയം പരിശോധന നടത്തി രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടെന്നു തോന്നുന്നവരെ തുടർ പരിശോധനക്ക് മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പിലേക്കും ആവശ്യമെങ്കിൽ തുടർചികിത്സക്കും നിർദ്ദേശം നൽകുന്നു.

2. **മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്**

CDS , ADSന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ പ്രാദേശിക ക്യാമ്പുകൾ സംഘടിപ്പിക്കുന്നു. ക്യാമ്പ് നടത്തുന്നതിനും തുടർന്നുള്ള റഫറൻസ്നും സ്വസ്തി ഫൗണ്ടേഷനിലെ ഡോക്ടർമാരുടെ സേവനം ലഭ്യമാക്കുന്നു.

3. **ഫിസിക്കൽ ഫിറ്റ്നസ് പരിശീലനം**

സ്ത്രീകൾക്ക് ശാരീരിക ക്ഷമത ആവശ്യമുള്ള വളരെയധികം തൊഴിലവസരങ്ങൾ നിലവിൽ ഉണ്ട്. എന്നാൽ ശാരീരികക്ഷമത പരിശീലനങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ സ്ത്രീകൾക്ക് ലഭ്യമാകുന്നില്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഇത്തരം പരീക്ഷകളിൽ മികവ് പുലർത്താൻ പലപ്പോഴും സ്ത്രീകൾക്ക് കഴിയാറില്ല. വ്യത്യസ്ത തൊഴിലവസരങ്ങൾ സ്വായത്തമാക്കുന്നതിനുള്ള യുവതികളുടെ ഗ്രൂപ്പുകളാണ് ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പുകൾ . ഇവരിൽ നിന്നും തെരഞ്ഞെടുത്തവർക്കു പരിശീലനം നൽകി പരിശീലകരാക്കുകയും ഇവരിലൂടെ കൂടുതൽ സ്ത്രീകൾക്ക് പരിശീലനം നേടാനുള്ള അവസരം സൃഷ്ടിക്കുകയുമാണ് ഇതിലൂടെ ലക്ഷ്യമിടുന്നത്. സ്വസ്തി ഫൗണ്ടേഷനും LNCPE യുടെയും സഹകരണത്തോടെ യാണ് പരിശീലനം സംഘടിപ്പിക്കുന്നത്.

ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾക്ക് ഓരോ ജില്ലയിലും 40 പേരടങ്ങുന്ന 3 ബാച്ചുകളിലായി LNCPE യുടെ നേതൃത്വത്തിൽ ഫിസിക്കൽ ഫിറ്റ്നസ് പരിശീലനം നൽകുന്നു. പരിശീലനം നേടുന്ന ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾ അതാതു സി ഡി എസ് ലുള്ള യുവതികൾക്ക് തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനത്തിന്റെ സഹകരണത്തോടെ പരിശീലനം നൽകുന്നു.

4. **കരാട്ടെ പരിശീലനം**

കായികക്ഷമത , സ്വയംരക്ഷ തുടങ്ങിയ രീതിയിൽ കരാട്ടെ പരിശീലനം സ്ത്രീകളുടെ ജീവിതത്തിൽ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്നു. ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾക്ക് പരിശീലനം നൽകികൊണ്ട് പരിശീലകരാക്കുകയും ഇവരിലൂടെ കൂടുതൽ സ്ത്രീകൾക്ക് പരിശീലനം നൽകുകയും ചെയ്യുക എന്നതാണ് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾക്കും ജൻഡർ ക്ലബ് അംഗങ്ങൾക്കും United ShintoRyu Karate Association ന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ കരാട്ടെ പരിശീലനം നൽകുന്നു

5. **മാനസികാരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള അവബോധപ്രവർത്തനങ്ങൾ**

മാനസികാരോഗ്യ സർവ്വേ പ്രകാരം കേരളത്തിൽ വിഷാദം, മൂഡ് ഡിസോർഡർ, സമ്മർദ്ദം കൊണ്ടുള്ള മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ ഏറ്റവും കൂടുതൽ കണ്ടുവരുന്നത് സ്ത്രീകളിലാണ്. പ്രാരംഭ ഘട്ടത്തിൽ തിരിച്ചറിയപ്പെടാത്തതു കാരണം ശരിയായ ചികിത്സ ലഭിക്കാതെ അവസ്ഥ മോശമാകുകയും സാദാരണ ജീവിതത്തിലേക്ക് തിരിച്ചുവരാനുള്ള സാധ്യത കുറയുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത്തരം മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാതെ നോക്കേണ്ടതും ഉണ്ടായാൽ പ്രാരംഭ ഘട്ടത്തിൽ ചികിത്സ തേടേണ്ടതും അനിവാര്യമാണ്. സ്ത്രീകളിൽ ഇത്തരം അവസ്ഥകളെ കുറിച്ച് അവബോധം സൃഷ്ടിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയുണ്ട്. കുടുംബശ്രീ കമ്മ്യൂണിറ്റി കൗൺസിലർമാർ മുഖേന കുടുംബശ്രീ അയൽക്കൂട്ട അംഗങ്ങൾക്കും ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾക്കും അവബോധം നൽകാവുന്നതാണ്.

- കമ്മ്യൂണിറ്റി കൗൺസിലർമാർക്കുള്ള പരിശീലനം
  മാനസികാരോഗ്യത്തെ കുറിച്ചും വിഷാദം, മൂഡ് ഡിസോർഡർ, സമ്മർദ്ദം എന്നിവ തിരിച്ചറിയുന്നതിനും ലഘൂകരിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയെ കുറിച്ചും കണമ്മ്യൂണിറ്റി കൗൺസിലർ മാർക്ക് പരിശീലനം നൽകുന്നു. ഇവർ ജൻഡർ റിസോഴ്സ് സെന്റർ വഴി വിജിലന്റ് ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾക്കും അവരിലൂടെ ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾക്കും അയൽക്കൂട്ട അംഗങ്ങൾക്കും അവബോധം നൽകുന്നു.

പ്രവർത്തന കലണ്ടർ

ഈ സാമ്പത്തിക വർഷം ഒരു ജില്ലയിൽ പൈലറ്റ് ആയി തുടങ്ങുകയും അടുത്ത വർഷം മറ്റുജില്ലകളിലേക്ക് വ്യാപിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും.

ക്രമനമ്പർ	പ്രവർത്തനം	നിർവഹണം	തിയ്യതി /മാസം
1.	ശാരീരികാരോഗ്യം- മാനസികാരോഗ്യം - അവബോധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ **ബ്ലോക്ക്തലറിസോഴ്സ്പേഴ്സൺ മാരുടെ പരിശീലനം**	സംഘാടനം കുടുംബശ്രീ മിഷൻ , മൊഡ്യൂൾ, റിസോഴ്സ് പേഴ്സൺ - സ്വസ്തി ഫൌണ്ടേഷൻ	സെപ്റ്റംബർ 2022 ഒക്ടോബർ 2022
2	**CDS,ADSഅംഗങ്ങൾ, ക്കായുള്ള പരിശീലനം**	കുടുംബശ്രീ മിഷൻ	ഒക്ടോബർ 2022 നവംബർ 2022
3	**അയൽക്കൂട്ടഅംഗങ്ങൾ,** ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് **അംഗങ്ങൾക്കുള്ളപരിശീലനം**	കുടുംബശ്രീമിഷൻ	നവംബർ 2022 മുതൽ ജനുവരി 2023
4	**മെഡിക്കൽ ക്യാമ്പ്**	കുടുംബശ്രീ മിഷൻ - സംഘാടനം സ്വസ്തി ഫൌണ്ടേഷൻ - ഡോക്ടർ , വൈദ്യസഹായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കാര്യങ്ങൾ	നവംബർ 2022 മാർച്ച്2023
5	**ഫിസിക്കൽ ഫിറ്റ്നസ് പരിശീലനം ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ്അംഗങ്ങൾക്കുള്ള പരിശീലനം**	കുടുംബശ്രീ മിഷൻ - സംഘാടനം LNCPE, സ്വസ്തി ഫൌണ്ടേഷൻ - ഇൻസ്ട്രക്ടർ, ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട സൗകര്യങ്ങൾ	നവംബർ 2022 മാർച്ച്2023
6	**കരാട്ടെ പരിശീലനം**	കുടുംബശ്രീ മിഷൻ - സംഘാടനം , United ShintoRyu Karate Association, സ്വസ്തി ഫൌണ്ടേഷൻ	ഡിസംബർ 2022 മാർച്ച് 2023

		- ഇൻസ്ട്രക്ടർ, ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട സൗകര്യങ്ങൾ	
7	കമ്മ്യൂണിറ്റി കൗൺസിലർമാർക്കുള്ള പരിശീലനം	കുടുംബശ്രീ മിഷൻ - സംഘാടനം , സ്വസ്തി ഫൌണ്ടേഷൻ - മൊഡ്യൂൾ, റിസോഴ്സ് പേഴ്സൺ	നവംബർ2022
8	വിജിലന്റ് ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾക്കുള്ള പരിശീലനം	കുടുംബശ്രീ മിഷൻ	ഡിസംബർ 2022 ജനുവരി 2023
9	**അയൽക്കൂട്ടഅംഗങ്ങൾ**, ഓക്സിലറി ഗ്രൂപ്പ് അംഗങ്ങൾ**ക്കുള്ളപരിശീല**നം	കുടുംബശ്രീമിഷൻ	ഡിസംബർ 2022 ഫെബ്രുവരി 2023