શ્રી કૃષ્ણમ અકાદમી રાજકોટ

NEW EDITION

"શિક્ષણ એ તમારા ભવિષ્યનું બારણું છે એ ખુલશે તો અજવાળું તો પડશે જ..."

મુખ્યસેવિકા

નવા અભ્યાસક્રમ અનુસાર પુસ્તક

CDPO

सही पोषण, देश रोशन



- ICDSનું માળખું
- થિમેટીક પ્લાન
- આંગણવાડીનું સમયપત્રક
- યોજનાઓ, પ્રોગ્રામ
- સંપૂર્ણ પોષણ
- રસીકરણ
- અર્લીગ્રોથ ફોલ્ટરીંગ
- કુપોષણ
- પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણ-કેળવણી
- સામાન્ય વિજ્ઞાન
- MAM / MUW બાળકો
- ખાધચીજ - ભેળસેળ
- મુખ્યસેવિકા CDPOની કામગીરી તથા કાર્યક્ષેત્ર
- માતા-બાળક

- સંપૂર્ણ ફિલ્ડને લગતી માહિતી સાથેનું પુસ્તક
- મુખ્યસેવિકા CDPOના અગત્યના વનલાઇનર

લેખક

ધર્મિષ્ઠા આહિર, પૂનમ આહિર, પૂજા ચૌહાણ

સંપાદક

શ્રી કૃષ્ણમ અકાદમી રાજકોટ

श्री कृष्णम अकादमी राजकोट

" શિક્ષણ એ તમારા ભવિષ્યનું બારણું છે એ ખુલશે તો અજવાળું તો પડશે જ..."

NEW EDITION

મુખ્યસેવિકા CDPO

નવા અભ્યાસક્રમ અનુસાર પુસ્તક

સહી પોષણ, દેશ રોશન

- ICDSનું માળખું
- થિમેટીક પ્લાન
- આંગણવાડીનું સમયપત્રક
- યોજનાઓ, પ્રોગ્રામ
- સંપૂર્ણ પોષણ
- રસીકરણ
- અર્લીગ્રોથ ફોલ્ટરીંગ
- કુપોષણ
- પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણ-કેળવણી
- સામાન્ય વિજ્ઞાન
- MAM / MUW બાળકો
- ખાધચીજ - ભેળસેળ
- મુખ્યસેવિકા CDPOની કામગીરી તથા કાર્યક્ષેત્ર
- માતા-બાળક



- સંપૂર્ણ ફિલ્ડને લગતી માહિતી સાથેનું પુસ્તક
- મુખ્યસેવિકા CDPOના અગત્યના વનલાઇનર

સંપાદક

શ્રી કૃષ્ણમ અકાદમી રાજકોટ

લેખક

ધર્મિષ્ઠા આહિર, પૂનમ આહિર, પૂજા ચૌહાણ

|| જય મુરલીધર ||

પ્રકાશક

શ્રી કૃષ્ણમ્ અકાદમી – રાજકોટ

પુસ્તકનું નામ : મુખ્ય સેવિકા-CDPO

પ્રથમ આવૃત્તિ : 2022

બીજી આવૃત્તિ : 2025

કિંમત : 599/-

ISBN No. : IN PROGRESS

Special Thanks

Shree Krushnam Academy & Team

નોંધ :

આ પુસ્તકના લખાણનો કોઈપણ ભાગ, લેખનશૈલી, રજૂઆત શૈલી, મુદ્દાઓ તથા ગોઠવણી વગેરેનો ઈલેકટ્રોનિકસ, યાંત્રિક, ઝેરોક્ષ, પેમ્પ્લેટ, ટેસ્ટ પેપર, મુદ્રણ કે અન્ય કોઈપણ સ્વરૂપમાં ઉપયોગ પ્રકાશકની લેખિત પરવાનગી વિના કરવો નહિ આવુ કૃત્ય કરનાર ગેરકાયદેસર ગણાશે અને તેવું કરનારની સામે કાનૂની કાર્યવાહી કરવામાં આવશે જેની ખાસ નોંધ લેવી.

ઉપલબ્ધ તમામ માહિતીના આધારે આ પુસ્તકને ક્ષતિરહિત બનાવવાનો પૂરો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે. તેમ છતાં માનવ સહજ ખામીઓને કારણે કોઈ ક્ષતિ રહી જવા પામી હોય તો તે માટેની કોઈપણ જવાબદારી લેખક કે સંપાદક કે પછી પુસ્તકની રહેશે નહિ.

– ન્યાયક્ષેત્ર રાજકોટ રહેશે.



સંપાદકની કલમે

આગામી સમયમાં જ્યારે **મુખ્ય સેવિકા તથા CDPOની પરીક્ષા** આવવા જઈ રહી છે. ત્યારે તેના નવા બદલાયેલા અભ્યાસક્રમ મુજબ તથા આપના વિષયને સ્પર્શતા તમામ મુદ્દાઓને આવરી લેતું પુસ્તક તમારી સમક્ષ મુકતા અમે હર્ષની લાગણી અનુભવે છે.

બહેનો, આ પુસ્તકની વિશેષતા એ છે કે આ એકમાત્ર ગુજરાતનું પુસ્તક હશે જેમાં આપને **ICDSના તમામ ટોપિક** આ પુસ્તકમાં જોવા મળશે.

આ પુસ્તક અમે **ગુજરાતની માતૃશક્તિને અર્પણ** કરીએ છીએ અને આગામી પરીક્ષામાં આપને આ પુસ્તક થકી આપ સફળતાના શિખરો સર કરો તેવી શુભકામનાઓ.

આ પુસ્તકમાં જે પણ માહિતી તથા સોર્સ છે તે તમામ **ઓથેન્ટિક પુસ્તક તથા વેબસાઈટ** તથા અમારા અનુભવી શ્રી ફેકલ્ટીના તમામ અભિપ્રાયો લઈ અને આપવામાં આવ્યા છે

સંપાદક

શ્રી કૃષ્ણમ્ અકાદમી રાજકોટ

અનુક્રમણિકા

1 ICDSનું માળખું તથા ફરજો — 01 - 05

- આંગણવાડી
- સેજો
- ઘટક
- જિલ્લા સ્તરે
- ઝોન સ્તરે
- કેન્દ્ર સ્તરે ગ્રામ્ય સ્તર સુધીનું માળખું
- આંગણવાડી કેન્દ્ર ભાડે રાખવાની ભલામણ
- આંગણવાડી કેન્દ્રની રચના
- મુખ્ય અધિકરીની ફરજો

2 આંગણવાડીનો પરિચય, ઉદ્દેશ્ય, સેવાઓ — 06 - 07

- પરિચય
- ICDS યોજનાના હેતુઓ
- ICDSની મુખ્ય સેવાઓ
- બાલવાટિકા

3 આંગણવાડીના લાભાર્થી તથા મળતા લાભો — 08 - 12

- 0 થી 6 માસના બાળકો
- 0 થી 6 વર્ષના બાળકો
- 6 માસ થી 3 વર્ષના બાળકો
- 3 વર્ષથી 6 વર્ષના બાળકો
- કિશોરીઓ
- સગર્ભામાતા તથા ધાત્રીમાતા
- આંગણવાડીમાં અપાતો સવારનો નાસ્તો
- આંગણવાડીમાં અપાતો બપોરનો નાસ્તો
- બાલ શક્તિ
- પૂર્ણા શક્તિ
- માતૃશક્તિ
- જાણવા જેવું

4 આંગણવાડીમાં ઉજવાતા દિવસોની ઉજવણી — 13 - 17

- મંગળ દિવસની ઉજવણી
- સુપોષણ સંવાદ
- બાળ તુલા
- અન્નપ્રાશન દિવસ, બાલ દિવસ
- પૂર્ણા દિવસ, અન્ન વિતરણ
- મમતા દિવસની ઉજવણી
- મમતા દિવસ વિશે આટલું જાણીએ
- મમતા દિવસે અપાતી સેવાઓ
- ગૌરવી દિવસ
- મમતા દિવસે અપાતા 07 સોનેરી સંદેશા
- રાષ્ટ્રીય રસીકરણ દિવસ
- પોષણ અભિયાન
- મહિલા સશક્તિકરણ પખવાડિયું
- મહિલા સશક્તિકરણ પખવાડિયાના ઉજવા દિવસો

5 થિમેટીક પ્લાન, આંગણવાડીનું સમય પત્રક, ઉજવણીના દિવસો 18 - 20

- થિમેટીક પ્લાન,
- આંગણવાડીનું સમયપત્રક
- ઉજવણીનું કેલેન્ડર

6 મુખ્ય સેવિકા-CDPOનું કાર્યક્ષેત્ર તથા કામગીરીની બાબત 21 - 30

- માસિક બેઠકનો મુખ્ય હેતુ
- બાળકના પ્રથમ 1000 દિવસ
- ખોરાક અને પોષક તત્વો
- નાના બાળકો માટે પોષક તત્વોની જરૂરિયાત અને વૃદ્ધિ વિકાસ
- બાળકને કઈ વયથી ખોરાક આવવો
- ખોરાક બાબતે ગૃહ મુલાકાત
- એનિમિયાની ઓળખ અને રોકવાના ઉપાય
- જીવનના દરેક તબક્કે આર્યન ગોળીઓ
- બાળકને વૃદ્ધિનો આધાર

7 બાળકોના ભાષા વિકાસ સંચાલન કૌશલ્ય અને બૌદ્ધિક વિકાસ 31 - 34

- બાળકની અવસ્થા
- શારીરિક હલનચલનના કૌશલ્ય
- ભાષા વિકાસ
- સંચાલન કૌશલ્ય
- બૌદ્ધિક વિકાસ
- બાળક નિયત પ્રવૃતિ કરતું હોય તેનું અવલોકન પત્રક
- ગૃહ મુલાકાત દરમિયાન અગ્રિમતા
- મારી વિકાસયાત્રા

8 અપગર સ્કોર, ગ્રોથ ચાર્ટ, પાર્ટોગ્રાફ ઈન્ફેન્ટોમીટર, સ્ટેડિયોમીટર 35 - 36

- અપગર સ્કોર
- ગ્રોથ ચાર્ટ
- પાર્ટોગ્રાફ
- ઈન્ફેન્ટીમીટર
- સ્ટેડિયોમીટર

9 બાળકોનો મનોશારીરિક વિકાસ અને પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણ 37 - 49

- શિશુ સંભાળ અને શિક્ષણની સંકલ્પના અને સાર્થકતા
- પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણ સંકલ્પના
- પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણનો અર્થ
- પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણના ધ્યેયો
- પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણની વિશિષ્ટતાઓ
- બાલ્યાવસ્થા તેમજ પ્રિ. સ્કૂલ બાળકોમાં સમગ્ર અને વિશિષ્ટ મનો વિકાસ
- પૂર્વ પ્રાથમિક શિક્ષણનું મહત્વ
- માનસિક શક્તિઓના વિકાસ માટેના શૈક્ષણિક અનુભવો
- જ્ઞાનેન્દ્રિયોના વિકાસ માટેની મોન્ટેસરી પદ્ધતિ
- કિન્ડર ગાર્ડન પદ્ધતિ (ફ્રોબેલ)
- બાળકમાં રસ તેમજ સર્જનાત્મકનો વિકાસ અને માપન

10 વૃદ્ધિ, વિકાસ અને પરિપકવતા : સંકલ્પના અને લક્ષણો — 50 - 55

- વૃદ્ધિ સંકલ્પના અને લક્ષણો
- પરિપકવતાની સંકલ્પના
- બાલ્યાવસ્થા
- પ્રારંભિક બાલ્યાવસ્થા
- ઉત્તર બાલ્યાવસ્થા
- તરુણાવસ્થા
- બાલ્યાવસ્થા અને તરુણાવસ્થા અનુરૂપ શૈક્ષણિક ફલિતાર્થો
- વિકાસને અસર કરતા પરિબળો
- બાળકના વિકાસમાં શિક્ષકની ભૂમિકા

11 કુપોષણ — 56- 60

- કુપોષણ એટલે શું?
- અંડર ન્યુટ્રીશન
- ઓવર ન્યુટ્રીશન
- કુપોષણના કારણો
- કુપોષણના લક્ષણો
- કુપોષણના પ્રકારો તથા ઓળખ
- કુપોષણના કારણે થતી અસરો
- કુપોષણના પરિણામો

12 બાળકોમાં જોવા મળતુ કુપોષણ અને અતિ કુપોષણ — 61 - 73

- ઉંમરના પ્રમાણે ઓછું વજન
- ઉંમર પ્રમાણે ઓછી ઊંચાઈ
- વેસ્ટીગ ઊંચાઈ પ્રમાણે ઓછું વજન
- અડીમાની ઓળખ
- શરીરમાં હિમોગ્લોબિનનું પ્રમાણ
- અતિ ગંભીર કુપોષિત બાળકની ઓળખ તથા સારવાર
- બાળકનું વજન કરવાની રીત
- બાળકની ઊંચાઈ માપવાની રીત
- બાળકના મધ્ય ભાગનો ઘેરાવો માપવાની રીત

13 અર્લી ગ્રોથ ફોલ્ટરિંગ — 74 - 78

- અર્લી ગ્રોથ ફોલ્ટરિંગ એટલે શુ ?
- અર્લી ગ્રોથ ફોલ્ટરિંગના જૂથ
- અર્લી ગ્રોથ ફોલ્ટરિંગની ઓળખ
- અર્લી ગ્રોથ ફોલ્ટરિંગમાં નવજાત ક્યારે નહીં આવે
- અર્લી ગ્રોથ ફોલ્ટરિંગમાં આવતા બાળકોનું સારવારના પગલાં
- EGF કાર્ડ
- બાળકમાં અર્લી ગ્રોથ ફોલ્ટરિંગ

14 MAM/MUW બાળકો — 79 - 81

- MAM/MUW બાળકો માટે આંગણવાડી કેન્દ્રમાં કાળજી અને સારવાર
- MAM/MUW બાળકોના માતા-પિતા અને કુટુંબના સભ્યો માટે કાઉન્સેલિંગના વિષયો
- MAM/MUW બાળકોને માતા પિતાએ ધ્યાન આપવાના મુદ્દાઓ

15 પોષણ સંગમ (પ્રોટોકોલ ફોર મેનેજમેન્ટ ઓફ એક્યુટ માલન્યુટ્રીશન) 82 - 90

- સી-મેમ કાર્યક્રમનાં પગલાં

16 C-MAM કાર્યક્રમ અંતર્ગત પોષણ કાળજી તથા આરોગ્ય શિક્ષણ અને સ્વચ્છતા વિશેનું કાઉન્સિલગ 91 - 93

- આરોગ્ય શિક્ષણ અને સ્વચ્છતા વિશે કાઉન્સિલિંગ

17 C-MAM કાર્યક્રમ અંતર્ગત ભૂમિકા અને જવાબદારી 94 - 99

- C-MAM કાર્યક્રમમાં આંગણવાડી કાર્યકરની ભૂમિકા અને જવાબદારી
- C-MAM કાર્યક્રમમાં આશાની કાર્યકરની ભૂમિકા અને જવાબદારી
- C-MAM કાર્યક્રમમાં FHWની કાર્યકરની ભૂમિકા અને જવાબદારી
- C-MAM કાર્યક્રમમાં મુખ્ય સેવિકા -CDPO ની ભૂમિકા અને જવાબદારી
- C-MAM કાર્યક્રમમાં મેડિકલ ઓફિસર-RBSKની ભૂમિકા અને જવાબદારી
- C-MAM કાર્યક્રમમાં પ્રોગ્રામ ઓફિસરની ભૂમિકા અને જવાબદારી
- C-MAM કાર્યક્રમ અંતર્ગત સપોર્ટિવ સુપરવિઝન

18 C-MAM કાર્યક્રમ અંતર્ગત ફોલોઅપ 100 - 101

- C-MAM કાર્યક્રમનું ફોલોઅપ
- C-MAM કાર્યક્રમ અંતર્ગત રિપોર્ટિંગ પદ્ધતિ
- C-MAM કાર્યક્રમની સમીક્ષા

19 માતા 102 - 108

- સગર્ભાવસ્થાની શરૂઆત
- ગર્ભમાં બાળકનો વિકાસ
- ગર્ભાવસ્થાના લક્ષણો
- જોખમી માતાના લક્ષણો
- માતાની શારીરિક તપાસ
- માતા મૃત્યુદર તથા જવાબદાર કારણો
- પ્રસૂતિના પ્રકાર
- ANC, PNC
- સ્તનપાન

20 બાળક 109- 128

- મહત્વની વ્યાખ્યાઓ
- વૃદ્ધિના તબક્કાઓ
- વિકાસના તબક્કાઓ
- નવજાત શિશુ
- ઈન્ફન્ટ
- ટોડલર

- પ્રિ. સ્કૂલ ચાઈલ્ડ
- સ્કૂલ ગોઈંગ ચાઈલ્ડ
- એડોલેશન
- જન્મ સમયે બાળકની પાયાની જરૂરિયાતો
- જન્મ સમયનું બાળક
- જન્મ પછીની બાળકની સામાન્ય વર્તુણુક
- ઓછા વજનવાળા બાળકની સંભાળ
- ઈન્ફન્ટ મોર્ટાલીટી અને મોર્બીડોટી
- જોખમી બાળકની ઓળખ
- બાળકની વિવિધ અવસ્થા
- જન્મ સમયે બાળકનું વજન
- બાળકનો શારીરિક વિકાસ
- અન્ડર ફાઇવ ક્લિનિકના ચિન્હો
- ORS
- નવજાત શિશુ માટે કાંગારુ કેર પદ્ધતિ
- બાળકોમાં જોવા મળતી જન્મજાત ખોડખાંપણ
- એનીમિયા
- નાના બાળકોમાં ઝાડા

21 સંપૂર્ણ પોષણ 129 - 156

- ખોરાકનું વર્ગીકરણ
- ખોરાકના મુખ્ય ઘટકો
- પ્રોટીન
- કાર્બોહાઇડ્રેટ
- ચરબી
- વિટામીન
- ખનીજ ક્ષારો
- કેલ્શિયમ
- આર્યન-લોહતત્વ
- આયોડિન
- સોડિયમ
- મેગ્નેશિયમ
- પાણી
- કેલેરી
- ફ્લોરિન
- BMI
- સમતોલ આહાર
- ગોમેજનું વર્ગીકરણ
- પ્રતિદિન કેલેરીની જરૂરિયાત
- ખાદ્ય પદાર્થ દ્વારા થતા રોગ
- ખાદ્ય પદાર્થો ભેળસેળ માટે વપરાતા પદાર્થો
- ખાદ્યપદાર્થો પ્રમાણ (ધોરણ)

22 માનવ શરીરનું વિજ્ઞાન 157 - 196

- પ્રાથમિક માહિતી
- શરીરના ભાગો
- શરીરના પોલાણો
- કોષ વિશેની માહિતી
- પ્રજનન તંત્ર
- ઉત્સર્જન તંત્ર
- લોહી
- રુધિરાભિસરણ તંત્ર
- જ્ઞાનેન્દ્રિયોનું તંત્ર
- શ્વસનતંત્ર
- પાચન તંત્ર
- ગ્રંથીયતંત્ર
- ચેતાતંત્ર
- કંકાલતંત્ર

23 સંપૂર્ણ રસીકરણ — 197 - 204

- પ્રાથમિક માહિતી
- રસીકરણનું સમયપત્રક
- રસીના પ્રકાર
- રસીકરણ પહેલાના 07 સંદેશા
- વેક્સિન વાયલ મોનિટર
- રસીની ઉત્પાદકતા અને તાપમાન
- રસીકરણની ક્ષતિના કારણે ઉદભવતું જોખમ
- રસીની શરૂઆત

24 ગર્ભ નિરોધક પદ્ધતિ — 205 - 209

- લાયક દંપતિ
- રક્ષિત દંપતી
- લક્ષિત દંપતિ
- દંપતિ રક્ષિત દર
- કાયમી પદ્ધતિ
- કાયમી નસબંધીને મળવાપાત્ર સહાય
- બિન કાયમી પદ્ધતિ
- કોપર-ટી

25 રોગો — 210 - 216

26 આરોગ્યની યોજના — 217 - 236

- આયુષ્યમાન ભારત યોજના
- કસ્તુરબા પોષણ યોજના
- પ્રધાનમંત્રી માતૃત્વ વંદના યોજના
- ચિરંજીવી યોજના
- જનની શિશુ સુરક્ષા યોજના
- બાળસખા યોજના
- બાળસંજીવની કેન્દ્ર
- દીકરી યોજના
- વ્હાલી દિકરી યોજના
- શાળા આરોગ્ય કાર્યક્રમ
- મમતા તરુણી યોજના
- રાષ્ટ્રીય પરીવાર કલ્યાણ કાર્યક્રમ
- મમતા સખી
- મમતા ઘર
- મિશન બલમ સુખમ
- સંકલિત બાળ વિકાસ યોજના
- અટલ સ્નેહ યોજના
- રાષ્ટ્રીય ક્રેચ યોજના
- રાષ્ટ્રીય કિશોર સ્વાસ્થ્ય કાર્યક્રમ
- સાર્વભૌમિક ટીકાકરણ કાર્યક્રમ
- SAG
- મિશન સંપર્ક
- મિશન ઈન્દ્રધનુષ
- પૂર્ણા યોજના
- પોષણ અભિયાન
- મેરા ઈન્ડિયા અભિયાન
- રાષ્ટ્રીય સ્વાસ્થ્ય વિમા યોજના
- સુકન્યા સમૃદ્ધિ યોજના
- રાષ્ટ્રીય રકતપિત્ત નિર્મુલન કાર્યક્રમ
- રાષ્ટ્રીય ક્ષય નિયંત્રણ કાર્યક્રમ

- દૂધ સંજીવની યોજના
- બાળવાડી પોષણ કાર્યક્રમ
- બાલભોગ યોજના
- પાંડુરોગ પોષણજન્ય કાર્યક્રમ
- માતા યશોદા ગૌરવ નીધિ કાર્યક્રમ
- ધન્વંતરી રથ
- લક્ષ્ય યોજના
- સુમન યોજના
- રાષ્ટ્રીય ડિજિટલ આરોગ્ય મિશન
- મધ્યાહન ભોજન યોજના
- મીડ ડે મીલ્ક
- મા અન્નપૂર્ણા યોજના
- મુખ્યમંત્રી બાલ સેવા યોજના
- નિરામય ગુજરાત યોજના
- MAA
- પ્રધાનમંત્રી પોષણ શક્તિ નિર્માણ યોજના
- પ્રધાનમંત્રી આયુષ્યમાન ભારત હેલ્થ
- રાષ્ટ્રીય અંધત્વ નિવારણ કાર્યક્રમ
- બેટી બચાવો, બેટી પઢાઓ
- ખિલખિલાટ
- આભા કાર્ડ
- ગંગા સ્વરૂપા બહેનોના પુનઃવસવાટ માટે આર્થિક સહાય
- ગંગા સ્વરૂપા બહેનોને આર્થિક સહાય યોજના
- ટેક હોમ રાશન
- પોષણ સુધા યોજના (સ્પોટ ફિડિંગ પ્રોગ્રામ)
- મહિલા સ્વાવલંબન યોજના
- ગંગા સ્વરૂપા પુનઃલગ્ન આર્થિક સહાય યોજના
- મહિલા વિકાસ એવોર્ડ
- રિવાઇઝ સ્કીમ ફોર અડોલેસન્ટ ગર્લ્સ (RSAG) યોજના
- પોલીસ સ્ટેશન બેઇઝ્ડ સપોર્ટ સેન્ટર (મહિલા સહાયતા કેન્દ્ર)
- મુખ્યમંત્રી ભાગ્યલક્ષ્મી બોન્ડ સહાય યોજના
- નારી ગૌરવ નીતિ – 2024
- મુખ્યમંત્રી માતૃશક્તિ યોજના
- પૂરક પોષણ યોજના (THR & HCM)
- પ્રસૂતિ સહાય યોજના
- નમો લક્ષ્મી યોજના
- અભયમ્ 181 મહિલા હેલ્પલાઈન
- નમો શ્રી યોજના
- બિનચેપી રોગો માટે તપાસ, નિદાન અને સારવાર
- મહિલા સન્માન સેવિંગ સર્ટિફિકેટ (MSSC)
- બાલ સેવા કેન્દ્ર (સી.એમ.ટી.સી.) યોજના
- વ્યવસાયિક રોગોમાં સડાય યોજના
- શ્રમિક અન્નપૂર્ણા યોજના
- કુંવરબાઈનું મામેરું /સાતફેરા સમૂહલગ્ન યોજના
- અન્નબ્રહ્મ યોજના
- પોષણ સુધા યોજના

27 આરોગ્યના પ્રોગ્રામ 237 - 243

- નેશનલ એઇડસ કંટ્રોલ પ્રોગ્રામ
- નેશનલ લેપ્રસી ઈરડિગ્રેશન પ્રોગ્રામ
- નેશનલ વેકટર બોન ડીસીઝ કંટ્રોલ પ્રોગ્રામ
- રાષ્ટ્રીય ક્ષય નિયંત્રણ કાર્યક્રમ
- નેશનલ ડીવોર્નિંગ ડે
- રાષ્ટ્રીય બાળ સ્વાસ્થ્ય કાર્યક્રમ
- રાષ્ટ્રીય આયોડિન ઉણપ નિયંત્રણ કાર્યક્રમ
- NIPI
- નેશનલ વિટામીન-A પ્રોફાઈલેસીસ પ્રોગ્રામ
- IDSP
- નેશનલ વાઇરસ હિપેટાઇટીસ કંટ્રોલ પ્રોગ્રામ
- નેશનલ રેબીશ કંટ્રોલ પ્રોગ્રામ
- નેશનલ પ્રોગ્રામ ઓન કંટેનમેન્ટ ઓફ એન્ટી માઇક્રોબીયલ રેઝીસ્ટન્સ
- નેશનલ ટોબેકો કંટ્રોલ પ્રોગ્રામ
- નેશનલ મેન્ટલ હેલ્થ પ્રોગ્રામ
- પ્રધાનમંત્રી નેશનલ ડાયાલીસીસ પ્રોગ્રામ
- નેશનલ ઓરલ હેલ્થ પ્રોગ્રામ
- 20 પોઈન્ટ પ્રોગ્રામ
- TO THE POINT

28 આરોગ્યના કાયદા 244 - 247

1. MTP Act. - 1971
2. CBD Act. - 1969
3. PFA Act.-1954 (ખાધ પદાર્થ ભેળસેળ પ્રતિબંધ અધિનિયમ)
4. OT Act.-1994
5. હ્યુમન ઇમ્યુનોડેફિસિયન્સી વાઇરસ એન્ડ એકવાયર્ડ ઇમ્યુન ડેફિસિયન્સી સિન્ડ્રોમ Act.-2017
6. ધી મેન્ટલ હેલ્થ કેર એકટ : 2017
7. ધ પ્રોહિબિશન ઓફ ચાઇલ્ડ મેરેજ એકટ : 2006
8. પ્રોટેકશન ઓફ વુમન ઓફ ડોમેસ્ટીક વાયોલન્સ એકટ - 2005
9. ડિઝાસ્ટર મેનેજમેન્ટ એકટ - 2005
10. COTPA Act - 2003
11. RTI-2005
12. ધી હ્યુમન રાઈટ એકટ - 1993
13. PC & PNDT Act. - 1994
14. POCSO Act. - 2012
15. FSSAI
16. નારકોટીકસ ડ્રગ્સ એન્ડ સાઇકોટ્રોપીક સબસ્ટન્સ એકટ -1985

29 આંતરરાષ્ટ્રીય સંસ્થા 248 - 249

- WHO
- યુનિસેફ
- UNDP
- વિશ્વ બેંક
- રોક ફેલર ફાઉન્ડેશન
- ફોર્ડ ફાઉન્ડેશન
- WTO
- ILO

- UN
- AIIB
- SAARC
- ICMR
- FAO
- AIIMS

30 ખાદ્યચીજ અધિનિયમ 250 - 251

31 આરોગ્યના મહત્વના દિવસો 252 - 267

32 આરોગ્યના પુરાનામો 268 - 274

33 પરીક્ષાલક્ષી મહત્વના વનલાઈનર 275 - 289

1 ICDSનું માળખું તથા ફરજો

મહિલા અને બાળ વિકાસના કેબિનેટ મંત્રીશ્રી

- કમિશનર શ્રી / સચિવ શ્રી
- નિયામક
- ક્ષેત્રીય નિયામક
- પ્રોગ્રામ ઓફિસર (po)
- બાળ વિકાસ યોજના અધિકારી (CDPO)
- મુખ્ય સેવિકા (સુપરવાઇઝર)
- આંગણવાડી વર્કર (કાર્યકર)
- આંગણવાડી હેલ્પર (તેડાગર)



આંગણવાડી (નંદઘર)

→ સામાન્ય રીતે 1000 ની વસ્તીએ એક આંગણવાડી હોય છે. જેમાં એક આંગણવાડી કાર્યકર(આશા) તથા આંગણવાડી હેલ્પર (તેડાગર) બહેન હોય છે.

સેજો

→ અનેક આંગણવાડીનું કલસ્ટર બનતું હોય છે. જેને સેજો તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

→ આ સેજાના અધિકારી તરીકે મુખ્ય સેવિકા ફરજ બજાવતા હોય છે.

→ મુખ્ય સેવિકાએ ઉપરોક્ત તમામ આંગણવાડીનું સુપરવિઝન કરવાનું હોય છે. અને તમામનું રિપોર્ટિંગ તેમણે CDPO ને કરવાનું હોતું હોય છે.

ઘટક

→ દરેક તાલુકા મુજબ 1 અથવા 2 કે તેથી વધુ પણ ઘટક હોય છે.

→ આ ઘટક સેજા મળીને બનતા હોય છે. અને જેના અધિકારી તરીકે CDPO હોય છે.

→ દરેક ઘટકનું યોગ્ય સુપરવિઝન CDPO કરતા હોય છે. તથા દરેક આંગણવાડીની જરૂરિયાત માટે CDPO જવાબદાર હોય છે.

જિલ્લા સ્તરે

→ જિલ્લા સ્તરે મુખ્ય અધિકારી તરીકે પ્રોગ્રામ ઓફિસર હોય છે.

→ આખા જિલ્લાનું રિપોર્ટિંગ CDPO દ્વારા પ્રોગ્રામ ઓફિસરને કરાતું હોય છે.

→ આખા જિલ્લામાં તમામ આંગણવાડી પર નિયંત્રણ તથા જવાબદાર તરીકે સરકાર દ્વારા પ્રોગ્રામ ઓફિસર (po) ની નિમણૂક કરવામાં આવી હોય છે.

→ પ્રોગ્રામ ઓફિસર દ્વારા પોતાના જિલ્લાનું રિપોર્ટિંગ પોતે સ્ટેટ લેવલે રહેલા નિયામક / ક્ષેત્રીય નિયામકને કરે છે.

ઝોન સ્તરે

→ ઝોન સ્તરે પણ મોનિટરિંગ કરાતું હોય છે.

→ અમુક જિલ્લા ભેગા કરી અને એક ઝોન બનતો હોય છે.

→ ઝોન સ્તરે RDD હોય છે. (રીજનલ ડીસ્ટ્રીકટ ડાયરેક્ટર)

→ ગુજરાતમાં ICDS નું ઝોન સ્તરે 4 ઝોન થી મોનિટરિંગ થતું હોય છે. રાજકોટ, અમદાવાદ, વડોદરા, સુરત આ ચાર જિલ્લા એ ઝોન સ્તર આવેલા છે.

ICDS નું કેન્દ્રીય સ્તરેથી ગ્રામ્ય સ્તર સુધીનું માળખું

1. કેન્દ્ર સ્તરે

→ નેશનલ મિશન સ્ટીયરીંગ ગ્રુપ

→ નેશનલ એમ્પાઉડર પ્રોગ્રામ કમિટી

2. સ્ટેટ સ્તરે

→ સ્ટેટ મિશન સ્ટીયરીંગ ગ્રુપ

→ સ્ટેટ એમ્પાઉડર પ્રોગ્રામ કમિટી

3. જિલ્લા સ્તરે

→ જિલ્લા ICDS મિશન કમિટી

→ જિલ્લા મોનિટરિંગ કમિટી