खेल घ : जोडा मिलाउने खेल

उद्देश्य :

नेपालमा पाइने परिवार नियोजनका विभिन्न प्रकारका साधनहरूको बारेमा जान्नु र तिनीहरूको बारेमा सहज तरिकाले छलफल गर्नु हो ।

सामग्रीहरू :

साधनहरुको चित्र अंकित कार्डहरू (कार्ड १-९) सुन्तला रङ्गको दुई सेट

मुख्य सन्देश वा सिकाइहरु :

- परिवार नियोजनका साधनहरू छोटो समय काम गर्ने, लामो समय काम गर्ने वा स्थायी प्रकारका हुन्छन् ।
- महिला र पुरुषहरूलाई आफ्नो जीवनको अवस्थाको आधारमा विभिन्न प्रकारका परिवार नियोजनका साधनहरुको आवश्यकता पर्न सक्छ जुन उनिहरुको बच्चा कहिले जन्माउने भन्ने चाहनामा भर पर्छ ।
- महिला र पुरुषहरूलाई सही निर्णय लिनको लागि विभिन्न प्रकारको परिवार नियोजनका साधनहरूको बारेमा सही सूचनाको आवश्यक पर्दछ ।

परिचय :

आज हामी परिवार नियोजनको विभिन्न प्रकारका साधनहरूको बारेमा र साधन प्रयोग गर्न छोडेपछि प्रजननशिलता कहिले फर्किन्छ भन्ने बारेमा जान्नेछौं । फरक साधन फरक फरक मानिसका लागि उपयुक्त हुन्छ ।

छलफल :

? परिवार नियोजनको साधन प्रयोग गरिरहेको वा प्रयोग गरिसेकेको कोही व्यक्तिलबारे तपाईलाई थाह छ ? उनीहरूको अनुभव कस्तो रहेको होला, सुनाउन सक्नुहुन्छ कि ?

? परिवार नियोजनको कुनै साधन प्रयोग गर्न चाहने व्यक्तिहरूका लागि उनीहरूको साथीहरू वा परिवारबाट के-कस्तो सहयोगको आवश्यकता पर्छ होला ?

खेल विधि :

- दुबै सेटका कार्डहरूलाई एकै ठाउँमा मिसाएर राख्नुहोस् ।
- सहभागीहरूलाई गोलो घेरामा उभिन वा बस्न भन्नुहोस् । अब, परिवार नियोजनको चित्र अंकित कार्डहरूलाई तलतिर पारी एक-एक गरी घोप्ट्याएर राख्नुहोस् ।
- सबै सहभागीहरुले पालैपालो खेल्नु पर्ने हुन्छ । पहिलो सहभागीले एउटा कार्डलाई फर्काउने र उक्त कार्डमा भएको परिवार नियोजन साधनको चित्रित अंकितको नाम भन्ने ।
    - सजिलोको लागि संकेत : प्रत्येक कार्डमा नै उक्त साधनको नाम लेखिएको हुन्छ ।
- सहभागीले उसको कार्डमा भएको परिवार नियोजनको साधनको नाम भनेपछि, त्यस साधनको बारेमा आफुले जानेको एउटा कुरा बताउने वा पढ्न सक्ने सहभागीले कार्डमा दिइएको जानकारीलाई सबैले सुन्ने गरी पढेर सुनाउने । यदि सहभागीले त्यसमा लेखिएको पढ्न नसक्ने भएमा अरुको सहायता लिने ।
    - सजिलोको लागि संकेत : कार्डमा चित्रित परिवार नियोजनको साधनको बारेमा राम्रो जानकारी नएका सहभागीहरूका लागि कार्डमा नै केही आधारभूत तथ्यहरू लेखिएको हुन्छ । महिला स्वास्थ्य स्वयं

सेविकाहरूको लागि प्रगती निर्देशिकामा नै परिवार नियोजन स्रोत कार्ड राखिएको हुन्छ जसमा हरेक साधनको विस्तृत जानकारी दिइएको हुन्छ ।

- एक पटक सहभागीहरूले परिवार नियोजनको साधनको नाम भनेर त्यस सम्बन्धि कुराहरू भनिसकेपछि, सहभागीले भूँईमा राखिएको अर्को कार्ड पल्टाउनु पर्नेछ । यदि त्यो कार्ड पहिलेको कार्डसँग मेल खाएमा उक्त व्यक्तिले आफ्नो पालो जित्नेछ । यदि कार्ड नमिलेमा दुबै कार्डलाई पहिले जस्तै घोप्टाएर राख्नु पर्नेछ । अब, कार्ड पल्टाउने पालो अर्को सहभागीको हुन्छ ।

- हरेक पटक अर्को सहभागीले पहिले कार्ड पल्टाएर मिलेको वा नमिलेको हेर्नुपर्छ । कार्ड मिलेमा उसको जित हुन्छ र यसरी मेल खाएको दुबै कार्डलाई सबैले देख्ने गरी सुल्टो फर्काएर राख्नुपर्छ । जबसम्म परिवार नियोजनका ९ वटा साधनहरूको कार्डहरु जोडा मिल्दैन तबसम्म पालैपालो गरी यो खेल खेलिरहनु पर्छ ।

छलफल :

- तपाईको समुदायमा परिवार नियोजनका साधनहरु प्रयोग गर्नकोलागी के के कुराले सजिलो वा अप्ठेरो बनाको छ ?

तपाईले आज सिक्नु भएको एउटा कुरा के हो जुन तपाई आफ्नो साथी वा परिवारका सदस्यसँग छलफल गर्नुहुन्छ ?
तपाईलाई परिवार नियोजन सम्बन्धि कुनै प्रश्नहरू वा जिज्ञासा भएमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुहोला ।