

LỜI MỞ ĐẦU

Bộ công cụ PHAST - Giúp cho cộng đồng từng bước cải thiện môi trường của mình cũng như quản lý được các công trình về nước sạch và vệ sinh, đặc biệt là nhằm phòng bệnh tiêu chảy và các bệnh liên quan đến nước và vệ sinh môi trường. Các kỹ thuật khuyến khích sự tham gia trong phương pháp PHAST đã được áp dụng ở Việt Nam từ năm 1995. Bộ công cụ là tài liệu giảng dạy trong các khoá huấn luyện theo phương pháp tham gia, thu hút học viên tích cực lĩnh hội kiến thức, kinh nghiệm và kỹ năng trên cơ sở thảo luận, chia sẻ trao đổi và cập nhật các thông tin. Bộ công cụ giúp cho quá trình huấn luyện hấp dẫn, thuyết phục và hiệu quả, giúp giảng viên và học viên bình đẳng, cởi mở trong quá trình thảo luận, trao đổi thông tin, chia sẻ kinh nghiệm và tiếp thu kiến thức. Bộ công cụ cũng khái quát những tình huống đang tồn tại ở cộng đồng bằng cách thảo luận xác định những khó khăn, những nguồn lực sẵn có, với sự gợi ý của hướng dẫn viên, các thành viên cộng đồng cùng nhau tìm giải pháp để giải quyết những vấn đề của chính họ.

Từ những kinh nghiệm thực hiện PHAST tại cộng đồng, bên cạnh vấn đề vệ sinh môi trường, các vấn đề về Giới trong cộng đồng cũng cần được quan tâm hơn nữa. Nâng cao nhận thức về Giới và thay đổi hành vi hướng tới sự bình đẳng giới trong cộng đồng đóng góp một phần không nhỏ vào sự bền vững của các chương trình phát triển, từ đó cải thiện cuộc sống, giảm nghèo, tiến tới một xã hội công bằng, văn minh. Vì vậy, bộ công cụ PHAST đã được chỉnh sửa có sự nhạy cảm về Giới và phù hợp với đồng bào các dân tộc thiểu số miền Bắc Việt Nam.

Tuy nhiên, chỉ phương pháp tham gia không thể giải quyết được tất cả mọi vấn đề còn tồn tại. Với sự kết hợp đồng bộ giữa môi trường chính sách và sự hỗ trợ của các cán bộ quản lý chương trình, những tài liệu trong bộ công cụ có thể giúp tăng cường sự kiểm soát và tinh thần làm chủ của cộng đồng và các đối tượng hưởng lợi trong tiến trình phát triển.

Hội Chữ thập đỏ Việt Nam xin chân thành cảm ơn Hội Chữ thập đỏ Pháp đã hỗ trợ tài chính và hợp tác chặt chẽ với chúng tôi trong suốt quá trình xây dựng và chỉnh sửa tài liệu Hướng dẫn PHAST.

Cuối cùng, chúng tôi xin cảm ơn các đối tác và các bạn đồng nghiệp đã giúp chúng tôi trong việc hoàn thiện bộ tài liệu Hướng dẫn này.

GIỚI THIỆU

Giới thiệu sơ lược bộ tài liệu PHAST

Tài liệu này được xây dựng nhằm giúp cho các cán bộ y tế cộng đồng sử dụng một phương pháp mới nhằm thay đổi thói quen vệ sinh của cộng đồng và cải thiện các công trình nước và vệ sinh. Tên gọi của phương pháp này là PHAST – Thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường theo phương pháp có sự tham gia của cộng đồng.

PHAST chú trọng vào việc làm thế nào để mọi thành viên tham gia, phụ nữ và nam giới, trẻ em trai và trẻ em gái có thể cùng nhau chia sẻ, trao đổi kinh nghiệm, ý tưởng và niềm tin, giúp cho mọi người có khả năng giải quyết được những vấn đề khó khăn của chính họ nhằm thay đổi các thói quen vệ sinh của cộng đồng và cải thiện các công trình cấp nước và vệ sinh, đạt được mục tiêu mà họ mong muốn bằng những biện pháp khả thi, hiệu quả. Tài liệu này đã được thử nghiệm tại rất nhiều quốc gia châu Phi và một số quốc gia khác, sau đó được chỉnh sửa lại cho phù hợp để áp dụng theo điều kiện cụ thể của từng đất nước.

Phương pháp PHAST được Bộ Y tế giới thiệu tại Việt Nam vào năm 2003 và hoàn thiện bản cuối cùng vào năm 2007. Hiện tại phương pháp này được nhiều cơ quan và tổ chức tại Việt Nam áp dụng. Tuy nhiên khi triển khai tại các địa bàn khác nhau, các tranh sử dụng trong các hoạt động lại cần phải thay đổi cho phù hợp với đặc điểm của từng vùng miền. Trong quá trình triển khai PHAST thực tế tại cộng đồng, các tổ chức và các chuyên gia đã nhận thấy rằng các vấn đề Giới cũng cần được cân nhắc và cải thiện nhằm đạt hiệu quả cao hơn trong truyền thông thay đổi hành vi và đảm bảo tính bền vững của các công trình nước, vệ sinh.

Do vậy, Hội Chữ thập đỏ Việt Nam đã phối hợp với Hội Chữ thập đỏ Pháp (được tài trợ bởi Liên Minh Châu Âu – Ban Hợp tác Phát triển) nghiên cứu chỉnh sửa lại bộ tài liệu Hướng dẫn PHAST có nhạy cảm về Giới. Bộ tài liệu mới được thiết kế dựa trên những nội dung cơ bản của phương pháp PHAST, kết hợp với một số nội dung ưu việt trong phương pháp SARAR (Bộ công cụ tăng cường sự tham gia của cộng đồng), CLTS (Vệ sinh tổng thể có sự tham gia của cộng đồng), PAOT (Giáo dục hành động) phù hợp với điều kiện ở các vùng nông thôn, đặc biệt các vùng dân tộc thiểu số miền núi của nước ta, với các vấn đề Giới được lồng ghép xuyên suốt trong từng hoạt động.

Mục đích sử dụng PHAST:

PHAST nhằm giúp cho các cộng đồng:

- Cải thiện được thói quen vệ sinh.
- Ngăn ngừa bệnh tiêu chảy.
- Khuyến khích cộng đồng tăng cường quản lý các công trình nước sạch và vệ sinh của mình.
- Nâng cao nhận thức cơ bản về Giới trong cộng đồng.
- Thực hành tăng cường bình đẳng Giới thông qua các hoạt động nước sạch, vệ sinh, môi trường.

PHAST làm được điều đó bằng cách:

- Chứng minh mối quan hệ giữa điều kiện vệ sinh và tình trạng sức khỏe.
- Nâng cao tính tự trọng của bản thân các thành viên trong cộng đồng.
- Tạo sức mạnh cho các cộng đồng để lập kế hoạch cải thiện môi trường sống của họ, cũng như sở hữu và vận hành các công trình nước sạch và vệ sinh của riêng mình.
- Khuyến khích sự tham gia và chia sẻ của cả nam và nữ trong các hoạt động của PHAST.
- Khuyến khích và động viên phụ nữ tham gia và có quyền đưa ra quyết định của bản thân họ trong các hoạt động mang tính cộng đồng.
- Quan tâm đến nhu cầu của cả nam và nữ trong các hoạt động xây dựng cơ bản.
-

Những phương pháp áp dụng nhằm đạt được những mục đích trên được gọi là phương pháp có sự tham gia.

Tại sao lại cần đến phương pháp có sự tham gia?

Những phương pháp có sự tham gia sẽ giúp khuyến khích sự tham gia của cá nhân vào quá trình hoạt động của nhóm, bất kể tuổi tác, giới tính, tầng lớp xã hội và trình độ học vấn. Các phương pháp này đặc biệt hữu ích trong việc khuyến khích phụ nữ (thường ngại bày tỏ quan điểm hoặc không có khả năng đọc hoặc viết) tham gia vào công việc chung. Các phương pháp có sự tham gia được thiết kế để xây dựng niềm tin vào bản thân cũng như ý thức trách nhiệm trước quyết định của mình nhằm làm cho quá trình ra quyết định dễ dàng và thú vị hơn. Các phương pháp này được xây dựng cho công tác lập kế hoạch tại cộng đồng. Các thành viên học hỏi lẫn nhau và xây dựng ý thức tôn trọng trước những kiến thức, kỹ năng của người khác.

Nếu người dân trong cộng đồng trở nên tự tin và cam kết thực hiện, sử dụng và quản lý các công trình nước và vệ sinh môi trường, họ sẽ là những đối tượng hưởng lợi dự án tích cực. Cần nâng cao khả năng tự giải quyết những vấn đề của người dân và huy động tối đa sự sáng tạo của cộng đồng.

Những phương pháp có sự tham gia đã thành công ở những nơi mà những cách tiếp cận khác thất bại. Những phương pháp này dựa trên những nguyên tắc về giáo dục đối với người trưởng thành và đã được thử nghiệm rộng rãi trên thực tế.

Những kinh nghiệm thực tế cho thấy rằng các phương pháp có sự tham gia có thể dẫn đến những trải nghiệm thành công hơn cho những cán bộ cộng đồng. Khi đã thử nghiệm những kỹ thuật huy động sự tham gia và thấy được giá trị của chúng, những cán bộ cộng đồng thường không muốn quay lại với những phương pháp cũ nữa.

Các hoạt động được trình bày trong tài liệu hướng dẫn này dựa trên cơ sở những nguyên tắc học tập theo phương thức có sự tham gia nhằm cải thiện điều kiện vệ sinh. Những nguyên tắc đó được trình bày trong tài liệu này có tựa đề: ***Bộ tài liệu hướng dẫn thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường có sự tham gia của cộng đồng – có lồng ghép giới (PHAST)***

Điều rất quan trọng là phải đánh giá được kết quả chung của những hoạt động cả về khía cạnh cải thiện điều kiện vệ sinh và việc tạo quyền cho người dân. Mặc dù vậy, các cộng đồng vẫn thấy còn khó khăn trong việc đánh giá những tiến bộ của họ trên phương diện thay đổi hành vi, thói

quen và sự cải thiện về các công trình như nhà tiêu được vệ sinh sạch sẽ, sử dụng có hiệu quả những công trình. Chính vì thế, tài liệu hướng dẫn này bao gồm cả những hoạt động giúp một nhóm người dân có thể đánh giá được những tiến bộ của mình. Chúng ta cũng cần phải có đánh giá từ bên ngoài để có được những thông tin cụ thể. Đó là đánh giá của người có những kỹ năng thu thập thông tin tham gia vào quá trình và viết báo cáo về những điểm họ ghi nhận được.

Kết cấu của tài liệu

Tài liệu hướng dẫn này bao gồm sáu bước. Năm bước đầu tiên giúp bạn đưa nhóm cộng đồng đi qua quá trình xây dựng một kế hoạch phòng ngừa bệnh tiêu chảy bằng cách cải thiện nguồn nước sinh hoạt, cải thiện thói quen, hành vi vệ sinh và điều kiện vệ sinh. Bước thứ sáu nói về công tác theo dõi, giám sát (tức là kiểm tra tiến bộ) và đánh giá. Những thông tin thu được từ những hoạt động này được sử dụng để biết được rằng liệu kế hoạch đó có thành công hay không.

Mỗi bước gồm từ 1 đến 3 hoạt động. Hướng dẫn cách tiến hành mỗi hoạt động được trình bày dưới các tiêu đề sau:

- Mục đích
- Thời gian
- Công cụ
- Cách làm
- Chú ý (bao gồm các chú ý về giới)

Hầu hết các hoạt động đều đòi hỏi sử dụng các tranh vẽ hoặc sơ đồ được gọi là các “công cụ”, nhằm giúp cho việc trao đổi, thảo luận được dễ dàng.

Sơ đồ gồm 6 bước, đưa ra các hoạt động và các công cụ được sử dụng. Bạn có thể đánh dấu những hoạt động hay công cụ nào đó mà bạn đã hoàn thành hay sử dụng.

Các tranh và tài liệu liên quan đến từng hoạt động trong các phong bì được đánh số và tên của hoạt động.

Vấn đề giới được cân nhắc và xen xét trong các bước và nội dung nêu trên trong mỗi hoạt động.

LƯU Ý CHO HƯỚNG DẪN VIÊN

1. Vai trò của Hướng dẫn viên:

Điều quan trọng nhất một hướng dẫn viên luôn phải nhớ là bạn là người hỗ trợ quá trình thảo luận của các nhóm chứ bạn không phải là giáo viên của họ.

Vai trò của bạn là hỗ trợ cho nhóm nhằm mục đích giúp nhóm có khả năng:

- Tìm ra các vấn đề quan trọng với nhóm
- Tìm ra những khó khăn của nhóm
- Phân tích các khó khăn của nhóm
- Tìm ra các giải pháp khả thi với nhóm
- Lựa chọn các giải pháp phù hợp nhất với nhóm
- Lập kế hoạch thực hiện các giải pháp mà họ tìm ra và lựa chọn ưu tiên
- Kiểm tra, giám sát và đánh giá kết quả việc thực hiện kế hoạch đã lập ra

2. Những lưu ý về Giới dành cho hướng dẫn viên

- Cần khuyến khích sự tham gia của cả phụ nữ và nam giới, nhất là phụ nữ nghèo trong tất cả các hoạt động nhằm giúp họ tự tin và hòa nhập vào các hoạt động cộng đồng.
- Trong các buổi truyền thông cần xác định một tỷ lệ nữ tham gia nhất định, ví dụ như có ít nhất 40% người dân tham gia là phụ nữ.
- Cần tạo điều kiện để phụ nữ được nói lên tiếng nói của họ.
- Luôn cố gắng thể hiện sự ghi nhận và động viên kịp thời về những đóng góp của phụ nữ
- Khi chia nhóm nên lưu ý có 3 cách chia mà bạn có thể lựa chọn:
 - (i) *Chia nhóm có cả nam và nữ:* Cách này thường được áp dụng trong trường hợp khi các thành viên nam, nữ đã quen biết nhau và họ đã quen với cách làm việc nhóm. Trong trường hợp này bạn cần chắc chắn rằng, phụ nữ tự tin và không bị rào cản nào đối với sự tham gia.
 - (ii) *Chia nhóm nam nữ riêng biệt:* Đối với các vùng sâu, vùng xa, vùng dân tộc thiểu số nơi có trình độ phát triển thấp, hình thức chia nhóm này rất cần được áp dụng, trong trường hợp, nhóm phụ nữ dân tộc thiểu số không biết tiếng phổ thông, ít tiếp xúc, nhút nhát trước cộng đồng. Mục đích là khuyến khích phụ nữ tham gia tích cực, chia sẻ suy nghĩ và trình bày kết quả thảo luận nhóm.
 - (iii) *Chia nhóm kết hợp cả 2 cách trên,* có nghĩa là một số nhóm chỉ có nữ, một số nhóm chỉ có nam và một số nhóm có cả nam và nữ. Cách này giúp bạn biết được quan điểm của nam và nữ khác nhau như thế nào, nhưng cũng cho biết mức độ tham gia của nữ ở nhóm chung với nam và nhóm riêng biệt có khác nhau hay không. Giúp xác định cách nào là tốt nhất để bạn có thể điều chỉnh việc chia nhóm cho những hoạt động khác.

- Khi làm việc nhóm, hướng dẫn viên cần hỗ trợ phụ nữ mạnh dạn tham gia vào thảo luận và đóng góp ý kiến

3. Những điều Hướng dẫn viên nên tránh

Để thực hiện vai trò của mình, bạn nên **tránh** những việc sau:

- Chỉ đạo nhóm
- Đưa ra thông tin cho nhóm thay vì việc để nhóm tự tìm hiểu
- Gợi ý hay đề nghị nhóm những việc phải làm
- Đưa cho nhóm đáp án của mỗi hoạt động
- Điều chỉnh nhóm hay chỉnh sửa kết quả thảo luận nhóm
- Có suy nghĩ là nam giới mạnh dạn và giao lưu xã hội tốt nên để họ thay mặt nhóm trình bày kết quả.

Nhóm tham gia thảo luận phải là đại diện các hộ dân muốn thay đổi tình trạng vệ sinh trong gia đình mình. Một hộ gia đình có thể có một hoặc nhiều người tham gia. Những người này nên tham gia thảo luận từ đầu đến cuối tất cả các hoạt động.

Để một nhóm thực sự thảo luận hiệu quả thì số người tham gia nên từ 20 đến 40. Một nhóm như vậy sẽ được chia thành 2 – 3 nhóm nhỏ khi thảo luận các hoạt động (mỗi nhóm nhỏ nên khoảng dưới 10 người). Như vậy sẽ giúp bạn kiểm soát được quá trình thảo luận một cách dễ dàng.

4. Chuyển từ bước này sang bước khác và từ hoạt động này sang hoạt động khác

Một bước bao gồm nhiều hoạt động khác nhau. Mỗi bước và mỗi hoạt động đều có một mục tiêu cụ thể và phải đạt được những kết quả nhất định và chúng có sự liên quan chặt chẽ với nhau. Kết quả ở hoạt động này hay bước này được dùng để thảo luận ở hoạt động khác, bước khác. Bạn chỉ chuyển từ hoạt động này sang hoạt động khác, từ bước này sang bước khác khi đã chắc chắn là đã đạt được những kết quả mong đợi. Nếu không làm được như vậy thì những bước và hoạt động tiếp theo của bạn sẽ không thể thực hiện được.

5. Thời gian dành cho thảo luận

Thời gian từ khi một nhóm bắt đầu đến khi kết thúc thảo luận tùy thuộc vào cách bố trí thời gian thảo luận của mỗi nhóm. Thời gian thảo luận cho tất cả các bước đã được dự kiến trong tài liệu hướng dẫn này. Tuy nhiên, tùy điều kiện địa phương và tốc độ làm việc của người dân mà thời gian có thể linh hoạt dài hơn và ngắn hơn (nhưng cần đủ để đạt được mục đích của từng hoạt động).

Các bước của PHAST là tuần tự và không thay đổi. Tuy nhiên các Hướng dẫn viên cũng có thể linh hoạt ghép các hoạt động của các bước với nhau vào 1 buổi họp sao cho hợp lý.

6. Đánh giá sau mỗi hoạt động

Sau khi mỗi hoạt động kết thúc, việc đánh giá lại là hết sức cần thiết. Câu hỏi đánh giá phải là dạng mở như “chúng ta rút bài học gì từ hoạt động này?” hoặc “Kết quả cuối cùng của hoạt động này là gì?” Không bao giờ sử dụng câu hỏi đóng như “Các anh chị có thích hoạt động này không?”

Cần lưu ý là trong các câu hỏi đánh giá cần bao gồm câu hỏi về giới tính của người trả lời. Mục đích để phân tích kết quả đánh giá, nhận thức, nhu cầu... có sự khác nhau giữa nam và nữ hay không?

7. Những hướng dẫn chung cho tất cả các hoạt động

- Chuẩn bị đầy đủ tất cả các tài liệu, công cụ cho từng hoạt động trước khi bắt đầu.
- Bảo đảm rằng các tài liệu đủ độ lớn để tất cả các thành viên đều có thể quan sát được.
- Cố gắng hạn chế quy mô nhóm ở mức không quá 40 người, có số lượng nam, nữ tương đối cân bằng nhau.
- Bảo đảm rằng mọi người có thể trao đổi với nhau một cách dễ dàng.
- Nên bắt đầu mỗi phần hoạt động mới bằng một hoạt động khởi động thí dụ như một trò chơi hay một bài hát.
- Đi lần lượt qua từng hoạt động trong từng bước và bám sát những hướng dẫn trong tài liệu.
- Hãy theo những nhu cầu của nhóm khi bạn đang hỗ trợ cho các hoạt động. Thời gian dành cho từng hoạt động chỉ là ước tính.
- Khi đặt ra nhiệm vụ cho nhóm, hãy dùng những lời lẽ, từ ngữ đơn giản và chính xác.
- Khuyến khích những đóng góp của các cá nhân. Hãy nhớ rằng không có câu trả lời nào sai cả.
- Hãy hỗ trợ cho nhóm, đừng chỉ đạo họ.
- Cố gắng khuyến khích mỗi thành viên đều tham gia tích cực, nhất là phụ nữ. Hãy cẩn thận không nên có những ý kiến phê bình, chỉ trích mọi người.
- Có chú ý đến trình độ văn hoá của các thành viên và tìm ra cách thức để họ có thể ghi chép lại những gì đã được thảo luận và nhất trí.
- Hãy để nhóm tự lưu giữ những vật liệu, tài liệu ghi chép của họ tại một nơi an toàn.
- Vào cuối mỗi hoạt động, hãy đề nghị các thành viên của nhóm đánh giá lại từng hoạt động trên cơ sở họ đã học được những gì, họ thích cái gì và không thích cái gì.
- Sau mỗi lần họp, cần chúc mừng các thành viên trong nhóm về những nỗ lực của họ và giải thích ngắn gọn trong lần họp tới sẽ thảo luận về những vấn đề gì.
- Khi hai hay nhiều nhóm thực hiện một hoạt động, một thành viên của mỗi nhóm nên trình bày kết quả hoạt động của nhóm mình, nên khuyến khích phụ nữ tham gia trình bày kết quả của nhóm họ.
- Sau khi các nhóm trình bày xong kết quả của mình, trước tiên thảo luận về sự khác nhau trong kết quả của các nhóm, đây có thể là cơ hội tốt để tạo ra cuộc thảo luận. Hãy chú ý đến những ý kiến, cách nhìn nhận khác nhau của nhóm nam và nhóm nữ.

- Trước khi bắt đầu một cuộc họp của nhóm, đề nghị cả nhóm điểm lại những việc đã làm được cho đến thời điểm đó và những quyết định đã đưa ra.

8. Giữ gìn và duy trì tài liệu :

Bộ tài liệu sẽ có ích và sử dụng lâu dài nếu được giữ gìn và sắp xếp theo thứ tự. Khi sử dụng tài liệu, bạn thấy có rất nhiều tranh. Mỗi tranh đều được đánh số hoạt động ở phía dưới mép bên phải. Mỗi bộ tranh có một phong bì riêng.

Sau khi sử dụng xong, các tranh cần được cho vào phong bì tương ứng, tránh làm mất hoặc lẫn lộn.

Trong quá trình sử dụng, chúng tôi mong nhận được sự phản hồi để bổ sung thêm cho Bộ công cụ những sáng kiến mới.

TRÌNH TỰ CÁC BƯỚC VÀ CÁC HOẠT ĐỘNG

Bước 1: Xác định vấn đề

Bước 2: Phân tích vấn đề

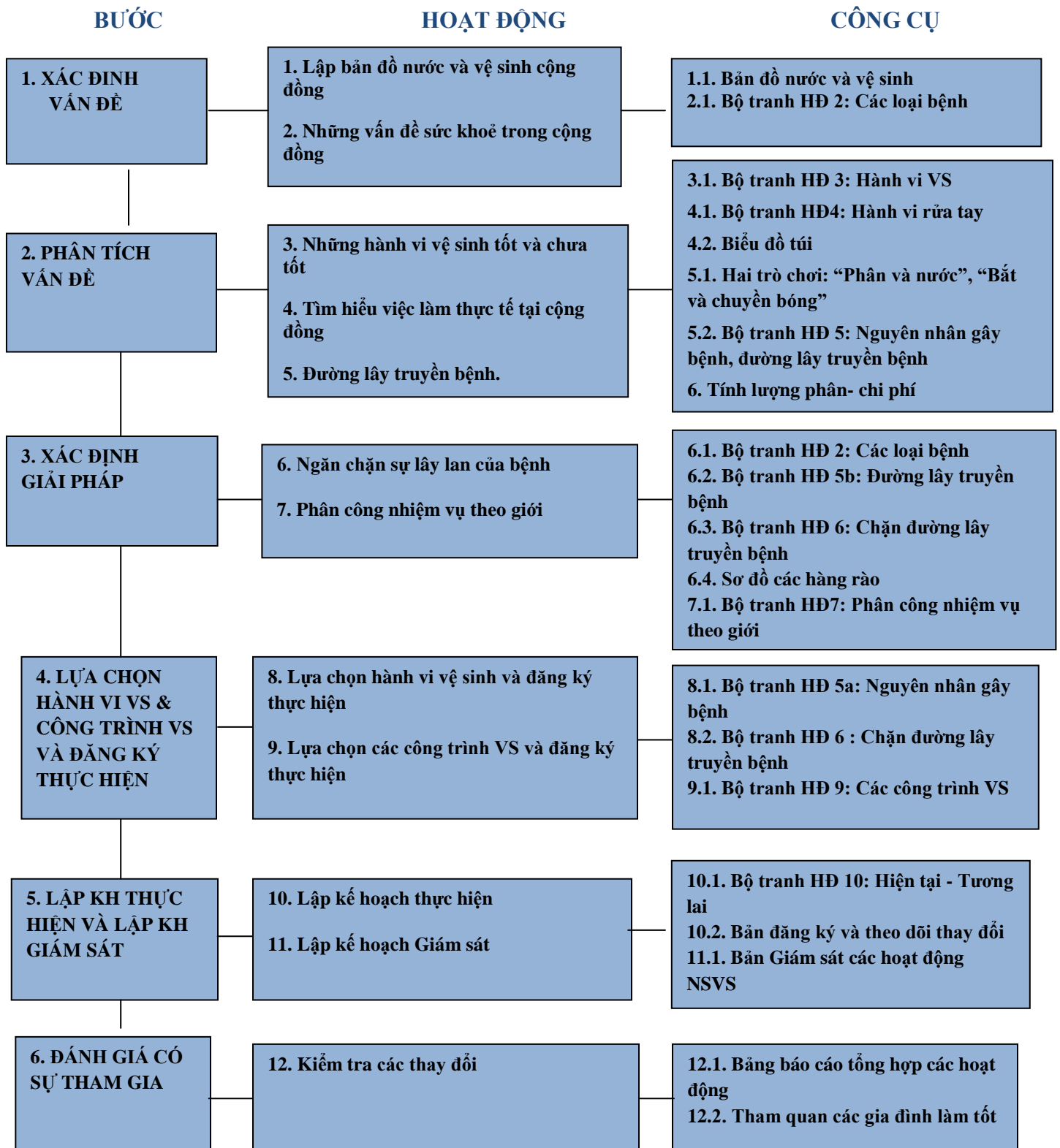
Bước 3: Xác định các giải pháp

Bước 4: Lựa chọn hành vi vệ sinh và công trình vệ sinh

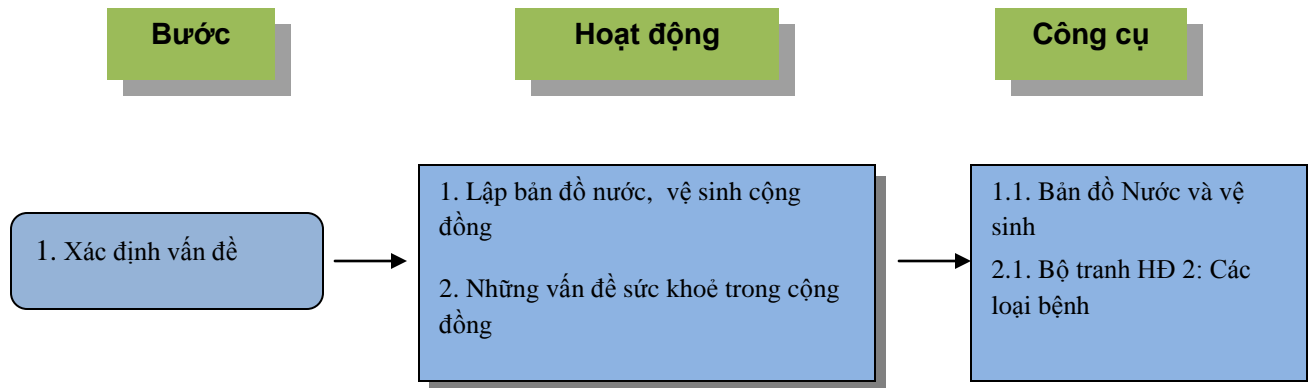
Bước 5: Lập kế hoạch thực hiện và Lập kế hoạch giám sát

Bước 6: Đánh giá có sự tham gia

6 BƯỚC LẬP KẾ HOẠCH CỘNG ĐỒNG PHÒNG NGỪA BỆNH LIÊN QUAN ĐẾN NƯỚC VÀ MÔI TRƯỜNG



BƯỚC 1: XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ



Bước này có 2 hoạt động:

1. **Lập bản đồ nước và vệ sinh cộng đồng** giúp cộng đồng có được bức tranh tổng quát về tình hình nước và vệ sinh, chỉ ra các loại nhà tiêu, chuồng trại và giếng nước đặc trưng ở trong bản.
2. **Những vấn đề sức khỏe trong cộng đồng:** giúp những người tham gia tự xác định được những bệnh liên quan đến nước và vệ sinh môi trường đang có ở trong bản.

Kết quả mong đợi

Kết thúc bước 1, kết quả cần đạt được là một danh sách các loại bệnh liên quan đến nước và vệ sinh môi trường đang có ở trong bản, các bệnh này được sắp xếp theo thứ tự bệnh có nhiều người mắc nhất đến bệnh ít người mắc.

Hoạt động 1: LẬP BẢN ĐỒ NƯỚC VÀ VỆ SINH CỘNG ĐỒNG

Mục đích:

- Lập bản đồ tình hình nước và vệ sinh trong bản
- Xác định các vấn đề tồn tại

Thời gian:

- Khoảng 1 giờ

Công cụ:

- Giấy Ao, bút dạ các màu.

Cách làm:

1. Chào đón và giới thiệu:
 - Hướng dẫn viên chào và cảm ơn mọi người đã tới dự cuộc họp.
 - Giới thiệu: “Bản chúng ta sẽ triển khai một hoạt động truyền thông giúp người dân hiểu và thực hiện tốt các hoạt động nước sạch, vệ sinh cá nhân và môi trường nhằm cải thiện sức khỏe và cuộc sống của mọi người trong bản. Đặc biệt trong các hoạt động này, chúng ta sẽ khuyến khích sự tham gia, đóng góp của cả phụ nữ và nam giới trong thôn, nhất là phụ nữ - những người ít tham gia vào sinh hoạt cộng đồng, vì phụ nữ có vai trò quan trọng trong việc thực hành, thay đổi hành vi và tham gia quản lý các hoạt động liên quan đến nước sạch, vệ sinh, môi trường. Chúng tôi là những người sẽ giúp bà con tự học hỏi, phát hiện các vấn đề và cùng hành động. Chúng tôi hy vọng các cuộc họp của chúng ta sẽ rất vui vẻ, lý thú và giúp ích rất nhiều cho bà con. Bây giờ chúng ta sẽ tiến hành hoạt động đầu tiên”.
2. Chia mọi người thành 2 hoặc 3 nhóm nhỏ. Chia tách riêng biệt thành nhóm nam và nhóm nữ.
3. Giao nhiệm vụ: Mỗi nhóm hãy vẽ bản đồ của bản và xác định những thông tin sau:
 - Đường đi chính trong bản
 - Các công trình và địa điểm công cộng quan trọng: trường học, nhà thờ, trạm y tế, chợ...
 - Đồng ruộng, nhà ở
 - Ao hồ, sông, suối
 - Các công trình nước,
 - Nhà tiêu
 - Chuồng trại nuôi gia súc
 - Nơi đổ rác thải
 - Nơi mọi người hay phóng uế bừa bãi

4. Hãy thống nhất một số ký hiệu trước khi các nhóm vẽ, Ví dụ: giếng nước hình tròn, trạm y tế là hình ngôi nhà có chữ thập, đường là nét liền, sông suối là nét đứt, nhà tiêu là hình tròn có 2 gạch chéo ở giữa...

5. Nếu quan sát thấy nhóm gặp khó khăn khi lập bản đồ, hãy hướng dẫn họ từng bước bằng cách lần lượt đưa ra các câu hỏi sau:

- Bản mình có hình gì? Hướng dẫn viên hãy gợi ý để họ vẽ đường ranh giới của bản.
- Đường đi chính ở trong bản đi như thế nào? Hướng dẫn viên hãy gợi ý để họ vẽ những trục đường chính trong bản.
- Trong bản có những công trình quan trọng nào? nằm ở đâu?
- Bản có sông, suối, ao hồ, đồi, núi, ruộng lúa không?
- Chỗ nào là khu nhà ở?
- Chỗ nào mọi người thường hay đổ rác thải?
- Trong các hộ gia đình, có giếng hoặc bể nước không?
- Người dân thường sử dụng mấy loại nhà tiêu? Có bao nhiêu gia đình đã có nhà tiêu? Còn bao nhiêu hộ chưa có nhà tiêu?
- Nơi nào mọi người hay phóng uế bừa bãi?
- Nhà nào có chuồng nhốt gia súc riêng? Chuồng trại kiểu gì?

6. Trình bày kết quả: Sau khi các nhóm đã hoàn thành bản đồ, yêu cầu nhóm giới thiệu về bản đồ của nhóm mình, bao gồm đặc điểm địa hình (sông, núi, đường...). Cố gắng khuyến khích các nhóm kể càng nhiều càng tốt về đặc điểm, về cuộc sống, con người, những phong tục tập quán của địa phương mình và chỉ ra các vấn đề về tình hình nước, nhà tiêu, chuồng trại ... những điểm tốt, điểm còn hạn chế.

7. Hướng dẫn viên chọn ra một bức vẽ bản đồ đầy đủ nhất, bổ sung thêm các thông tin còn thiếu dựa theo kết quả của các nhóm khác. Hướng dẫn viên vừa hỏi vừa ghi ra 1 góc của bản đồ bản các thông tin sau:

- Bao nhiêu hộ gia đình có nhà tiêu? Loại nào dùng phổ biến?
- Bao nhiêu hộ chưa có nhà tiêu, còn phóng uế ra ngoài?
- Có bao nhiêu hộ còn sử dụng nguồn nước nhiễm bẩn (sông, suối, ao, hồ)

8. Hướng dẫn viên đánh dấu trên bản đồ các điểm cần quan tâm về nước sạch, vệ sinh và giải thích cho nhóm là chúng ta sẽ có cơ hội thảo luận làm thế nào để vượt qua những khó khăn hoặc tồn tại này vào cuộc họp tiếp theo.

9. Yêu cầu nhóm treo bản đồ ở nơi mà toàn thể cộng đồng có thể xem.

10. Hỏi nhóm xem họ học hỏi được gì từ hoạt động này. Những điều họ thích và không thích trong hoạt động này.

HƯỚNG DẪN VIÊN KẾT LUẬN:

Hiện tại trong bản của chúng ta:

- Có bao nhiêu hộ có nhà tiêu, loại nhà tiêu nào? Số hộ còn lại không có nhà tiêu thì họ đi vệ sinh ở đâu? trên đồi, ruộng, xuống suối...?
- Nguồn nước mà các hộ gia đình đang sử dụng lấy từ đâu? Nước giếng, máng lán, nước suối... ?
- Chuồng gia súc nằm ở đâu? Gần nhà hay xa nhà hoặc dưới sàn nhà?
- Rác thải sinh hoạt vứt ở đâu? Trước cửa nhà, lung tung hay hố rác được đào trong vườn...?
- Kết luận về tỉ lệ nhà tiêu và các công trình nước đang sử dụng, các tồn tại về nước và vệ sinh cần giải quyết.

Chú ý

- Hãy để nhóm độc lập xây dựng bản đồ mà không có gợi ý nào của bạn.
- Hoạt động này có thể mất nhiều thời gian, cần phải sắp xếp để không bị gián đoạn.
- Bản đồ của nhóm có thể không hoàn toàn giống nhau. Nếu có sự khác biệt về tình hình vệ sinh thì nên để các nhóm thảo luận lại và thống nhất.

Chú ý về giới

- Hãy quan sát: phụ nữ và nam giới có nhận thức và cách nhìn giống nhau về vấn đề nước và vệ sinh hay không? Nếu khác nhau thì vì sao? Nhận biết được sự khác biệt này sẽ giúp gì cho chúng ta khi triển khai các hoạt động ?

Hoạt động 2: NHỮNG VẤN ĐỀ SỨC KHỎE TRONG CỘNG ĐỒNG

Mục đích

- Giúp phụ nữ và nam giới xác định những bệnh liên quan đến nước, vệ sinh môi trường và những vấn đề về sức khỏe của cộng đồng, tìm ra những bệnh nào có thể phòng ngừa.

Thời gian:

- Khoảng 45 phút

Công cụ:

- Bộ tranh của hoạt động 2 gồm:
 - 10 tranh lớn diễn tả các bệnh
 - 2 tranh nhỏ: trạm y tế và thầy lang
- Giấy A0, giấy màu, băng dính

Cách làm:

1. Nếu có nghi giữa hoạt động này và hoạt động trước, hãy bắt đầu bằng cách nhắc lại những kết quả và bài học mà nhóm đã đạt được ở hoạt động trước.
2. Chia mọi người thành 2 – 3 nhóm nhỏ, các nhóm nữ và nam riêng biệt nhau
3. Phát cho mỗi nhóm một bộ tranh bao gồm các bệnh khác nhau, tranh trạm y tế và tranh thầy lang đang bốc thuốc.
4. Giao nhiệm vụ:
 - Các nhóm thảo luận, phân loại và xếp các bức tranh thành hai cột dọc ở hai bên lề phải và lề trái của tờ giấy A0: 1 cột là những bệnh thường gặp trong cộng đồng; 1 cột là những bệnh ít gặp.
 - Sau đó yêu cầu các nhóm đặt hai bức tranh: trạm y tế xã và tranh thầy lang ở giữa 2 cột tranh và thảo luận xem những bệnh nào người dân thường đến chữa trị ở trạm y tế xã và những bệnh nào người dân thường đi đến thầy lang để chữa trị, bằng cách vẽ các đường dẫn từ bệnh đến thầy lang hoặc trạm y tế.
 - Trong tập tranh này có thể thiếu một số bệnh thường gặp ở địa phương đề nghị các nhóm vẽ thêm hoặc viết tên bệnh bổ sung thêm.
5. Hướng dẫn thảo luận sâu hơn: “Theo các anh chị những bệnh nào là những bệnh liên quan đến nước và vệ sinh? Những bệnh nào có thể phòng tránh được? Bệnh nào phụ nữ hay mắc hơn? Bệnh nào nam giới hay mắc hơn? Vì sao?”

Hướng dẫn viên khuyến khích các thành viên trong nhóm, cả nam và nữ đưa ra suy nghĩ, ý kiến riêng của họ.

6. Trình bày kết quả: Đề nghị các nhóm cử một đại diện lên trình bày kết quả thảo luận của nhóm mình, thành viên nhóm có thể bổ sung thêm thông tin nếu thấy cần thiết và trả lời những câu hỏi của nhóm khác đặt ra.
7. Hỏi nhóm xem họ đã học được gì qua hoạt động này? Những gì họ thích hoặc không thích trong hoạt động này?

HƯỚNG DẪN VIÊN KẾT LUẬN:

Hiện tại trong bản của chúng ta:

- Có những bệnh thường gặp là:
- Những bệnh ít gặp hơn là.....
- Những bệnh này thì đến chữa trị tại trạm y tế, bệnh này thì thường đến gặp thầy lang...
- Những bệnh phụ nữ hay mắc hơn là bệnh phụ khoa, đau mắt đỏ...
- Nhấn mạnh những bệnh phổ biến nhất là những bệnh bắt nguồn từ nước bị nhiễm bẩn mà chúng ta đã sử dụng.
- Trong hoạt động 1, chúng ta thấy còn thiếu nhà tiêu, còn phóng uế bừa bãi và thiếu công trình nước sạch; những bệnh chúng ta xác định là thường gặp trong bản, có liên quan tới thiếu nước sạch và vệ sinh kém...

Chú ý

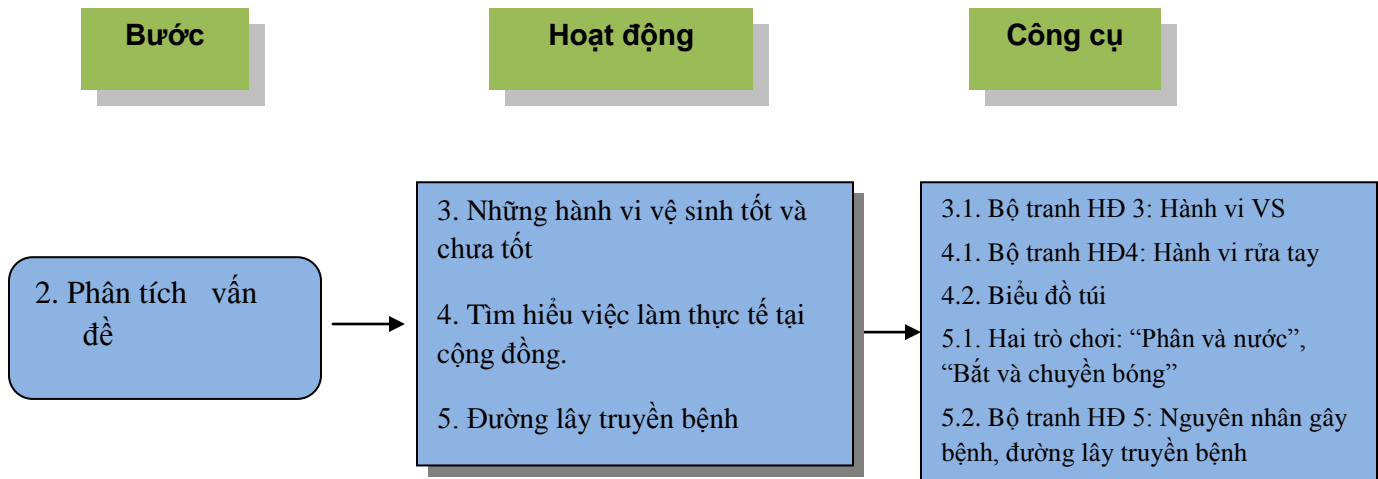
- Nếu các nhóm quên một vài loại bệnh mà bạn cho là quan trọng, điều đó không sao và bạn không được gợi ý thêm. Điều này cũng giúp bạn biết được nhận thức của mọi người đến đâu. Nhóm có thể sẽ bổ sung thêm ở các hoạt động tiếp theo.
- Nếu trong bản có cả y bác sỹ, thầy lang và có thể làm cho nhóm e ngại không biết nên chọn ai là người hay đến chữa bệnh. Bạn hãy nói với nhóm điều đó không quan trọng mà quan trọng là mọi người đến gặp họ vì bệnh gì.
- Một vài người có thể có những ý kiến khác về sự sắp xếp thứ tự các loại bệnh, không nên mất quá nhiều thời gian để thống nhất mà đề nghị nhóm tạm chấp nhận thứ tự nhiều người đồng ý và nếu cần thiết thì sẽ thảo luận lại sau này.

Lưu ý về giới

- Hãy rút ra nhận xét về những tác động khác nhau đến sức khỏe của nam và nữ , cụ thể là: những bệnh phụ nữ (nam giới) hay mắc hơn là bệnh gì? Vì sao?.. bị ảnh hưởng nhiều tới sức khỏe từ việc ăn, ở thiếu vệ sinh?
- Hãy lưu ý đến những bệnh mà phụ nữ mang thai, đang cho con bú, chăm sóc con nhỏ có thể mắc phải.

- Khuyến khích phụ nữ và nam giới, nhất là phụ nữ đến các trạm y tế để khám bệnh khi có vấn đề về sức khỏe sinh sản (ví dụ, không nên sinh con tại nhà khi không có y tế thôn bản hỗ trợ). Phụ nữ cần được chăm sóc và hướng dẫn về chăm sóc sức khỏe sau khi sinh con
- Nếu có sự khác nhau về các bệnh và vấn đề sức khỏe giữa nam và nữ, chúng ta cần chú ý đến các nhu cầu, đặc điểm riêng của phụ nữ (nam giới) trong các hoạt động xây dựng công trình nước và vệ sinh.

BƯỚC 2 – PHÂN TÍCH VẤN ĐỀ



Bước này bao gồm 3 hoạt động 3, 4 và 5

- 3. Những hành vi vệ sinh tốt và chưa tốt** giúp cộng đồng nhận thức được những điều kiện vệ sinh và hành vi vệ sinh hàng ngày của mình là tốt hay chưa tốt, có lợi hay có hại cho sức khỏe.
- 4. Tìm hiểu việc làm thực tế tại cộng đồng** giúp các thành viên sử dụng biểu đồ túi để thu thập và phân tích các thông tin thực tế trong cộng đồng, so sánh với kết quả mà nhóm đã thảo luận trong hoạt động *Những hành vi vệ sinh tốt và chưa tốt*.
- 5. Đường lây truyền bệnh** giúp cộng đồng biết được phân người nguy hiểm như thế nào, phân làm nhiễm bẩn môi trường và dẫn đến các bệnh liên quan.

Kết quả mong đợi

Kết thúc bước 2, nhóm cần phải hiểu được một số thói quen và điều kiện vệ sinh hàng ngày chưa tốt có thể dẫn đến bệnh tiêu chảy và một số bệnh khác. Vì vậy họ cần phải thay đổi các thói quen vệ sinh và cải thiện điều kiện vệ sinh hiện tại để ngăn ngừa bệnh.

Hoạt động 3: NHỮNG HÀNH VI VỆ SINH TỐT VÀ CHƯA TỐT

Mục đích:

- Giúp phụ nữ và nam giới tự thảo luận và nhận thức được hành vi vệ sinh nào là tốt và hành vi vệ sinh nào không tốt cho sức khỏe

Thời gian:

- Khoảng 1 giờ

Công cụ:

- Bộ tranh hoạt động 3 gồm: 30 tranh về những hành vi vệ sinh liên quan đến nước, vệ sinh, môi trường, gồm một số hành vi tốt, hành vi chưa tốt.
- Chuẩn bị cho mỗi nhóm nhỏ một tờ giấy A0 có viết 2 cột là “tốt” và “chưa tốt”

Cách làm:

1. Nếu có nghỉ giữa hoạt động này và hoạt động trước, hãy bắt đầu bằng cách nhắc lại những kết quả và bài học mà nhóm đã đạt được ở hoạt động trước.
2. Chia thành 2 đến 3 nhóm nhỏ. Có thể chia như sau: có nhóm chỉ là phụ nữ hoặc chỉ là nam, có nhóm cả nam và nữ. Khuyến khích những phụ nữ mạnh dạn làm nhóm trưởng.
3. Đưa cho mỗi nhóm một bộ tranh và một tờ giấy to có 2 cột “tốt” và “chưa tốt”.
4. Yêu cầu các nhóm thảo luận và phân loại các bức tranh vào 2 cột “tốt”, “chưa tốt”. Tốt tức là có lợi cho sức khỏe. Chưa tốt tức là có hại cho sức khỏe. Và xem phụ nữ hay nam giới thực hiện các hành vi trong cột nào nhiều hơn.
5. Yêu cầu mỗi nhóm trình bày kết quả. Để cho nhóm trả lời các câu hỏi do những thành viên khác đặt ra.
6. Nếu cùng một bức tranh mà các nhóm lại để ở 2 cột khác nhau, khuyến khích các thành viên trao đổi về sự nhìn nhận khác nhau đó. Nếu cần thiết có thể thay đổi lại vị trí tranh. Thảo luận về các việc làm “tốt” hay “chưa tốt” có nhiều trong bản. Hãy đảm bảo ý kiến của cả nam và nữ đều được đóng góp và lắng nghe.
7. Hỏi nhóm xem họ thu được những gì qua hoạt động này, những điều họ thích và không thích về hoạt động này.

HƯỚNG DẪN VIÊN KẾT LUẬN:

- Đây là những việc làm (hay hành vi) mà mọi người đều cho là tốt bởi vì có ảnh hưởng tốt tới sức khỏe, cần được thực hiện nhưng nó chưa hoặc rất ít được thực hiện ở trong bản mình
- Đây là những việc làm mà mọi người đều cho là chưa tốt bởi vì có ảnh hưởng xấu tới sức khỏe, cần loại bỏ nhưng nó lại đang tồn tại nhiều trong bản
- Đây là những việc làm cần chỉnh sửa để có lợi cho sức khỏe hơn.
- Nhấn mạnh đến những hành vi vệ sinh nào không tốt ảnh hưởng đến sức khỏe của bà mẹ

mang thai, bà mẹ đang cho con bú, và sức khỏe của trẻ em.

- Nhiều việc mà phụ nữ đang thực hiện có thể ảnh hưởng không tốt đến sức khỏe của chính phụ nữ và trẻ em, và vì vậy nam giới cần chia sẻ với phụ nữ.
- Người dân đều hiểu và phân biệt được đâu là hành vi tốt, đâu là hành vi chưa tốt, nhưng có thể mọi người thực hiện những hành vi tốt còn có sự khác nhau vì nhiều lý do.
- Vậy chúng ta tìm hiểu xem trong thực tế người dân THỰC HIỆN như thế nào ở hoạt động 4

Chú ý

- Mục đích của hoạt động này là tìm ra quan niệm của mọi người và thực tế về vệ sinh ở địa phương, vì vậy không gợi ý cho nhóm vị trí đặt bức tranh nếu họ đặt ở cột khác với ý kiến của bạn
- Nếu nhóm có câu hỏi nào, hãy khuyến khích những người khác trong nhóm trả lời thay vì việc bạn trả lời
- Nếu nhóm đề cập đến việc giải quyết những hành vi vệ sinh chưa tốt, nói với nhóm sẽ làm ở hoạt động tiếp theo (bước 3)

Lưu ý về giới

- Quan sát mức độ tham gia tích cực của phụ nữ ở nhóm chỉ có nữ và nhóm có cả nữ và nam có như nhau hay không? Điều này sẽ giúp bạn điều chỉnh chia nhóm cho các hoạt động tiếp theo với mục đích “làm thế nào để phụ nữ có thể chia sẻ nhiều nhất”?
- Hướng dẫn viên khuyến khích phụ nữ tham gia và mạnh dạn đưa ý kiến
- Hướng dẫn viên khuyến khích nam giới tham gia vào các công việc gia đình như chăm con, nấu nướng và phụ nữ tham gia và mạnh dạn đưa ý kiến trong các buổi họp thôn/họp bản/tập huấn như trong tranh

Hoạt động 4: TÌM HIỂU VIỆC LÀM THỰC TẾ TẠI CỘNG ĐỒNG

Mục đích:

- Giúp nhóm thu thập và phân tích thông tin về hành vi vệ sinh trong cộng đồng.

Thời gian:

- Khoảng 45 phút

Công cụ:

- Hộp vật dụng để bỏ phiếu như: hạt lạc, hạt ngô, sỏi nhỏ...
- Biểu đồ túi làm sẵn cho hành vi rửa tay hoặc hướng dẫn viên có thể tự làm bằng cách lấy các tranh riêng lẻ từ các hoạt động và làm các túi bằng giấy, sau đó dán trên giấy A0

Hành vi Đối tượng	Rửa tay trước khi làm thức ăn	Rửa tay trước khi ăn	Rửa tay sau khi đi vệ sinh	Rửa tay sau khi vệ sinh cho con	Không rửa tay ở các thời điểm nêu trên
Phụ nữ					
Nam giới					

Cách làm:

1. Nếu như có nghỉ giữa hoạt động này và hoạt động trước, hãy bắt đầu bằng cách nhắc lại những kết quả và những gì đã học hỏi được ở hoạt động trước.
2. Giải thích cho nhóm hiểu hoạt động này nhằm thu thập thông tin một cách bí mật về thực tế hành vi rửa tay đang thực sự diễn ra trong cộng đồng.
3. Hướng dẫn cách làm:
 - Hướng dẫn viên vừa nói, vừa làm mẫu cho mọi người xem: trước tiên hãy xác định mình là phụ nữ hay nam giới. Nếu thường xuyên rửa tay “trước khi ăn” thì bỏ một vật dụng vào ô này. Giải thích để mọi người rõ hơn - chỉ chọn những thời điểm rửa tay mà mình thường xuyên làm để bỏ một vật dụng vào. Hướng dẫn viên nên giải thích thêm như thế nào được gọi là thường xuyên. VD: nếu 1 người ngày nào cũng rửa tay trước khi chế biến thức ăn, có thể thì thoáng mới quên, thì vẫn được coi là rửa tay thường xuyên. Còn nếu quên quá nhiều hoặc chỉ nhớ rửa tay 1 vài lần trong 1 tuần thì không được cho là thường xuyên. Hướng dẫn viên hỏi mọi người xem đã hiểu cách làm chưa?
 - Sau đó treo biểu đồ túi ở nơi mọi người không nhìn thấy người bỏ phiếu bỏ cho hành vi của mình. Hộp vật dụng được để ở gần chỗ treo biểu đồ túi.
 - Nhắc mọi người rằng đây chỉ là một bài tập để tìm hiểu xem mọi người thực hiện như thế nào. Điều quan trọng là thông tin thu thập sát với thực tế, chứ không phải đánh giá ai, vì thế cần trung thực khi **xác định việc rửa tay thường xuyên** của mình vì chúng ta muốn có thông tin thực tế và chính xác về việc rửa tay trong bản mình.

- Khi thực hiện, hướng dẫn viên cần chú ý kiểm tra những người tham gia khi họ xác định cột mà họ bắt đầu và sau đó là cách họ lựa chọn để tránh họ bỏ nhầm.
4. Khi mọi người đã hoàn tất công việc bỏ phiếu, đề nghị một thành viên đưa biểu đồ túi ra trước nhóm, đếm số phiếu (có thể đề nghị mọi người cùng đếm to 1, 2... để tạo không khí sôi động và vui vẻ) và công bố kết quả. Và ghi các con số vào ô tương ứng của biểu đồ túi
 5. Gọi ý nhóm thảo luận về ý nghĩa của con số này. Ví dụ:
 - Việc làm nào là nhiều người thực hiện, ít người thực hiện nhất? Tại sao?
 - Việc làm này ảnh hưởng tới sức khỏe của mọi người như thế nào?
 - Những thay đổi nào trong hành vi rửa tay mà nhóm cho là cần thiết hay có lợi và làm thế nào để đạt được những thay đổi đó?
 6. Hỏi nhóm về những gì họ thu được qua hoạt động này, những điều họ thích và không thích về hoạt động này.

HƯỚNG DẪN VIÊN KẾT LUẬN:

- Nam giới và phụ nữ có khác nhau về hành vi rửa tay hay không, ví dụ phụ nữ thường rửa tay vào khi nào? Nam giới thường rửa tay vào khi nào?
- Số người rửa tay sau khi đi vệ sinh trong tổng số ...người (nêu vài con số rửa tay thấp ở các thời điểm).
- Nhấn mạnh rằng mọi người thường không rửa tay bằng xà phòng trong những thời điểm cần thiết, trong khi họ biết rằng đó là việc làm tốt như đã NHẬN THỨC được ở hoạt động 3.

Chú ý

- Thu thập thông tin về Hành vi rửa tay chỉ là một ví dụ. Biểu đồ túi có thể sử dụng nhiều lần để thu thập thông tin khác như đi đại tiện, sử dụng nước.... Sau đây là biểu đồ túi có thể tham khảo để tìm hiểu 2 hành vi này:

Biểu đồ túi cho hành vi đi đại tiện:

Hành vi Đối tương	Đại tiện vào nhà tiêu hợp vệ sinh (NVS hố đào cải tiến, NVS 2 ngăn sinh thái, NVS thấm dội nước, NVS tự hoại)	Đại tiện vào hố tiêu chưa hợp vệ sinh	Đại tiện ra ngoài trời (vườn, rừng, ruộng, nương, sông suối...)
Phụ nữ			
Nam giới			

Biểu đồ túi cho hành vi sử dụng nước:

Hành vi Đối tương	Uống nước chín hoặc nước đã lọc qua bình lọc	Uống nước lã
Phụ nữ		
Nam giới		

Lưu ý về giới:

- Đặc biệt lưu ý, phụ nữ làm nhiều công việc liên quan đến vệ sinh cá nhân, và ảnh hưởng tới sức khỏe của cả gia đình, ví dụ như làm thức ăn, vệ sinh cho trẻ... Vì vậy, các chị em phụ nữ cần chú ý hơn đến các thời điểm rửa tay quan trọng, vì nó không chỉ ảnh hưởng đến sức khỏe của bản thân họ, mà còn của các thành viên khác trong gia đình.
- Chú ý những túi không có hoặc rất ít phiếu của cả nam và nữ để nói về vấn đề Giới. Ví dụ: Nam giới: không ai bỏ vào túi rửa tay trước khi chế biến thức ăn, rửa tay sau khi làm vệ sinh cho con... bởi vì họ ít hoặc không bao giờ làm những việc này. Vậy nên rất cần có sự chia sẻ của nam giới trong các công việc gia đình với phụ nữ.

Hoạt động 5: ĐƯỜNG LÂY TRUYỀN BỆNH

Mục đích:

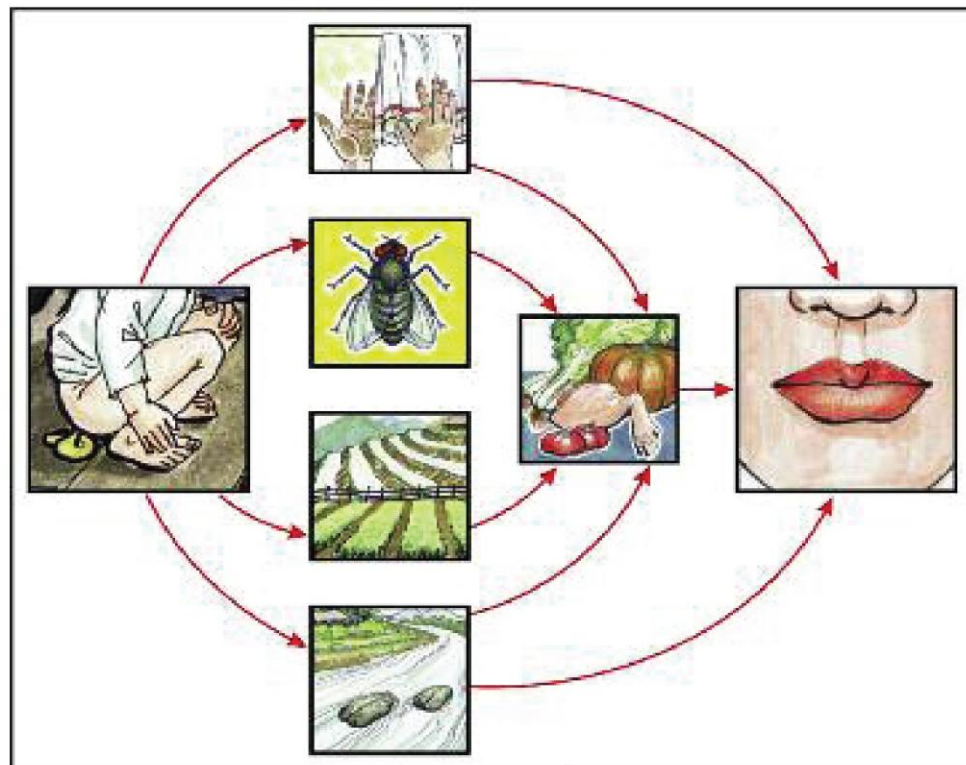
- Giúp phụ nữ và nam giới biết được các con đường lây truyền bệnh bằng qua các hành vi liên quan đến nước, vệ sinh cá nhân và môi trường để cùng nhau giải quyết.

Thời gian:

- Khoảng 1,5 giờ.

Công cụ:

- Một ít phân bò còn ướt và 1 chai nước chín để uống dùng cho trò chơi 1 “phân và nước”
- Một quả bóng nhựa có sọc quả dưa, 1 hộp phấn màu dùng cho trò chơi 2 “bắt và chuyển bóng”
- Tranh các bệnh ở hoạt động 2: gồm 10 tranh lớn về các bệnh (không sử dụng tranh nhỏ)
- Bộ tranh của hoạt động 5 gồm:
 - Bộ 5a: 12 tranh về nguyên nhân gây bệnh.
 - Bộ 5b: 7 tranh về đường lây truyền bệnh.
- Hướng dẫn tính toán lượng phân và chi phí do mắc bệnh
- Giấy A0, bút dạ màu, băng dính ...



CÁC ĐƯỜNG LÂY TRUYỀN BỆNH

▪ **Cách làm:**

1. Nếu có nghi giữa hoạt động này và hoạt động trước, hãy bắt đầu bằng cách nhắc lại những kết quả và bài học mà nhóm đã đạt được ở hoạt động trước.

2. *Tổ chức trò chơi*

▪ Trò chơi 1: «phân và nước»

○ Đưa ra 1 chai nước sạch. Giới thiệu đây là nước sạch có thể uống được và mời 1 người uống

○ Lấy 1 sợi tóc quét vào phân bò và nhúng sợi tóc đó vào chai nước. Sau đó mời xem có ai uống chai nước này không? Hỏi mọi người: chai nước trong, chẳng nhìn thấy bẩn, người cũng chẳng có mùi gì mà tại sao mọi người lại không dám uống?

○ Chờ vài câu trả lời và giải thích: Như vậy là chai nước này đã bị nhiễm bẩn bởi phân. Mọi người đều không uống nước này vì ai cũng biết rằng, nước này đã dính dù chỉ một chút ít phân bò là nước bẩn, không an toàn cho sức khỏe. Nếu chúng ta phóng uế bừa bãi thì phân cũng sẽ trôi xuống sông, suối làm ô nhiễm nguồn nước giống như chai nước này. Mặc dù chúng ta nhìn nước suối vẫn trong nhưng đã bị nhiễm bẩn bởi phân. Vậy chúng ta cần làm gì? Đề cho mọi người suy nghĩ và đưa ra các ý kiến, sau đó hướng dẫn viên gợi ý cho mọi người hiểu việc sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh và thu gom, ủ phân gia súc là rất quan trọng để tránh làm bẩn nguồn nước.

▪ Trò chơi 2 : “Bắt và chuyền bóng”:

○ Bí mật trát phấn cùng màu lên một quả bóng nhựa.

○ Đề nghị mọi người đứng vòng tròn

○ Hướng dẫn cách chơi: Bây giờ chúng ta cùng chơi trò chơi “bắt và chuyền bóng”.Tôi sẽ chuyền bóng cho một người nào đó. Nếu ai bắt được bóng thì sẽ tiếp tục chuyền cho người khác. Cứ tiếp tục như vậy để nhiều người cùng được bắt bóng ».

○ Hướng dẫn viên ném quả bóng cho 1 người. Người đó bắt bóng và lại chuyền cho người khác. Tiếp tục đến khi số đông người được bắt và chuyền bóng rồi thì dừng lại.

○ Đề nghị những người đã bắt bóng ngửa 2 bàn tay và xem thấy có gì? Hỏi mọi người: “Nếu đây là bụi bẩn từ phân thì mọi người có dám cầm thức ăn để ăn không?”. Nếu không dám cầm thức ăn trên bàn tay này thì cần phải làm gì?

○ *Hướng dẫn viên giải thích:* Nếu không đi tiêu vào nhà vệ sinh hợp vệ sinh thì phân cũng rơi vãi ra khắp nơi hoặc sau khi đi vệ sinh, vô tình phân cũng dính vào tay mọi người như vậy. Chúng ta cần làm gì để phân không bị rơi vãi ra khắp nơi và chảy vào nguồn nước? Hướng dẫn viên để cho mọi người suy nghĩ và đưa ra các câu trả lời, sau đó gợi ý cho mọi người thấy việc sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh và rửa tay với nước sạch và xà phòng là rất quan trọng để tránh được các bệnh liên quan đến nước và vệ sinh.

3. *Xác định nguyên nhân gây bệnh:*

- Chia mọi người thành 2 – 3 nhóm nhỏ, chia đều các thành viên nam hoặc nữ vào các nhóm.
 - *Phát công cụ:*
 - Trước tiên, lấy bộ tranh hoạt động 2 (10 tranh lớn diễn tả các bệnh), đưa cho các nhóm và yêu cầu mỗi nhóm xếp tranh thành những nhóm bệnh: bệnh đường ruột, bệnh ngoài da, bệnh phụ khoa
 - Sau đó, lấy bộ tranh hoạt động 5a (những tranh diễn tả nguyên nhân gây bệnh), đưa tiếp cho các nhóm.
 - *Giao nhiệm vụ:*
 - Các nhóm hãy xếp tranh mô tả bệnh theo hàng dọc bên trái tờ giấy A0 và tranh mô tả nguyên nhân gây bệnh tương ứng với các bệnh sang bên phải tờ giấy và dùng bút vẽ các mũi tên từ tranh nguyên nhân gây bệnh đến tranh các loại bệnh. Hướng dẫn viên giải thích rằng một bệnh có thể do nhiều nguyên nhân và một hành vi có thể dẫn đến nhiều bệnh, mọi người có thể vẽ các mũi tên từ một tranh nguyên nhân gây bệnh đến nhiều tranh các loại bệnh và ngược lại.
 - Nếu các nhóm thảo luận khó khăn thì hướng dẫn viên có thể gợi ý bằng cách đưa một số tranh mô tả các nguyên nhân hỏi xem các hành vi này có thể dẫn đến những bệnh nào.
 - Sau đó yêu cầu nhóm thảo luận tập trung vào những nguyên nhân gây bệnh tiêu chảy lây truyền qua phân.
 - *Hướng dẫn thảo luận sâu hơn:*
 - Hãy hỏi xem “Nguyên nhân nào làm nước, môi trường, thức ăn và tay bẩn?”
 - Hướng dẫn viên tóm tắt: ”Chính là phân của chúng ta! Do phân đi vào cơ thể chúng ta bằng qua miệng, vì thế chúng ta bị bệnh. Hỏi tiếp: "Chúng ta có ăn phân không?" - Không! Vậy thì chúng ta sẽ tìm hiểu xem bằng cách nào phân có thể vào miệng.
4. *Xác định đường lây truyền bệnh:*
- Hướng dẫn viên cầm lên tay bức tranh thể hiện một người đang đi đại tiện bừa bãi và bức tranh vẽ hình cái miệng. Giới thiệu: “*Đây là một người đang phóng uế bừa bãi và đây là cái miệng; hãy thảo luận xem bằng những con đường nào mà phân lại tiếp xúc được với miệng?*”
 - Hướng dẫn viên phát cho mỗi nhóm một bộ tranh 5b và giải thích cho mọi người về nhiệm vụ cần làm: Đặt tranh người đang phóng uế bừa bãi ở đầu bên trái của tờ giấy A0 và tranh cái miệng ở cuối bên phải tờ giấy A0. Các tranh nhỏ sẽ sắp vào giữa thành một cột.
 - Hướng dẫn viên yêu cầu các nhóm thảo luận cùng nhau để sắp xếp các bức tranh mà mọi người cho rằng đó là con đường cơ bản để phân tiếp xúc với miệng và làm lây lan bệnh tật.
 - Sau đó dùng các mũi tên nối giữa các hình vẽ để tạo ra một sơ đồ biểu thị các con đường mà theo đó phân tiếp xúc với miệng.
 - Yêu cầu mỗi nhóm trình bày và giải thích sơ đồ của mình. Nhóm trả lời các câu hỏi của nhóm khác nếu có.

- Hướng dẫn viên chọn một sơ đồ đúng nhất: Đặt các câu hỏi cho cả nhóm để điều chỉnh lại thành một sơ đồ như trong tài liệu. Sau đó đề nghị các nhóm xếp lại theo sơ đồ đúng này.
- Đề nghị các nhóm xếp sơ đồ của mình vào nơi an toàn để lưu lại cho hoạt động sau

5. *Hướng dẫn thảo luận sâu hơn:*

Thảo luận cụ thể về hành vi phóng uế bừa bãi bằng cách tính toán lượng phân thải ra và chi phí vì mắc bệnh:

- Hỏi thành viên nhóm xem trong bản có bao nhiêu hộ gia đình không có nhà tiêu? Bao nhiêu hộ vẫn phóng uế bừa bãi? Hãy làm phép tính lượng phân thải ra như sau và viết ra giấy Ao:
 - Một người thải ra khoảng 3 lạng phân trong một ngày. Vậy 3 tháng sẽ thải ra: $3 \text{ lạng} \times 90 \text{ ngày} = 270 \text{ lạng} = 27 \text{ kg}$ phân, tương đương với 1 bao thóc. Một bản có 500 khẩu. Sau 3 tháng, tổng lượng phân thải ra là: 500 bao thóc.
 - Hỏi mọi người: Vậy cả bản ta mỗi năm sẽ thải ra số phân bằng bao nhiêu bao thóc, có thể chất đầy ngôi nhà này không?
 - Hỏi họ có chấp nhận các hộ gia đình không có nhà tiêu, phóng uế bừa bãi không? Có chấp nhận là vô tình họ đã ăn các thức ăn, nước uống có nhiễm phân người khác không?
- Sau đó hỏi cả nhóm về chi phí vì mắc bệnh của gia đình và viết ra giấy Ao:
 - Hỏi hộ gia đình phải chi bao nhiêu nếu có người mắc bệnh tiêu chảy hay bất kỳ bệnh nào liên quan đến nước và vệ sinh.
 - Nhân lên với thành viên hộ gia đình và với số lần mắc bệnh thường gặp, theo năm.
 - Chỉ ra nguy cơ của những gia đình sống gần với khu vực phóng uế bừa bãi.
 - Chỉ ra số tiền mà cả bản sẽ phải tiêu tốn trong 1 năm.

Treo hai kết quả tính toán cạnh nhau để cho thấy sự tương quan giữa khối lượng phân và số tiền phải chi phí vì mắc bệnh.

6. Hỏi nhóm xem họ học được gì từ hoạt động này? Những điều họ thích và không thích về hoạt động này.

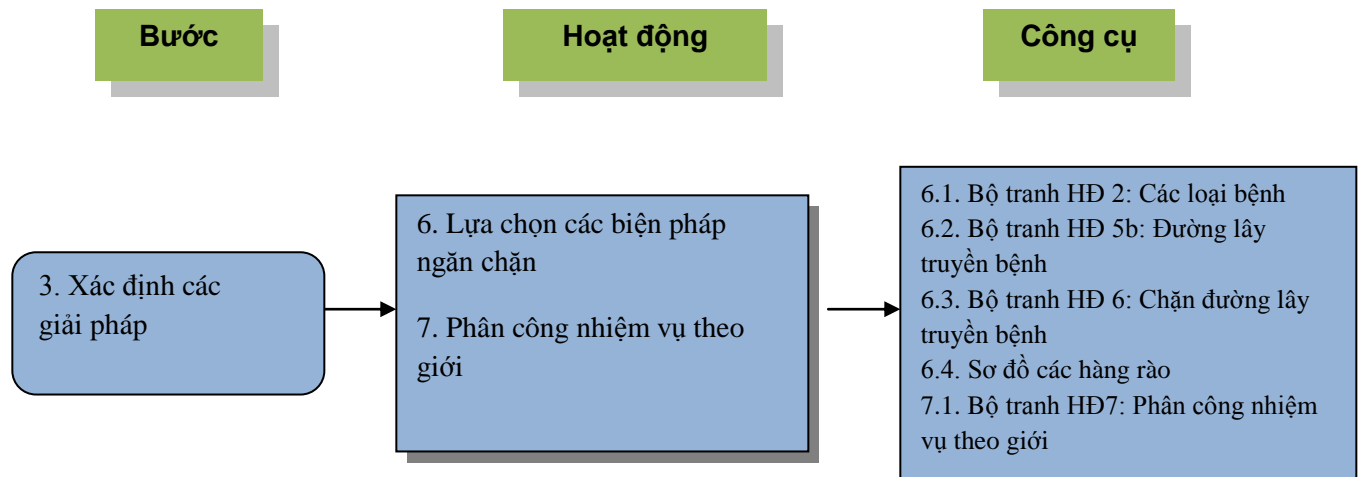
HƯỚNG DẪN VIÊN KẾT LUẬN:

- Các nguyên nhân dẫn tới bệnh chủ yếu do:
 - Nước bị nhiễm bẩn
 - Môi trường bị nhiễm bẩn
 - Ăn thức ăn bị nhiễm bẩn
 - Vệ sinh cá nhân không sạch sẽ (đặc biệt là bàn tay)
- Sơ đồ chỉ ra các con đường khác nhau mà phân có thể đi vào miệng và gây bệnh cho chúng ta - Nếu như mọi người đại tiện bừa bãi, phân sẽ qua môi trường đất, nước, đôi bàn tay, qua con vật trung gian: ruồi, chuột, gián-> rồi qua thức ăn, nước uống bị ô nhiễm-> vào miệng của chúng ta. "Như vậy vô tình chúng ta đã ăn Phân của mình thải ra".
- Giờ đây chúng ta đã biết phân chính là nguyên nhân gây ra nhiều bệnh. Nhưng liệu trong bản bản chúng ta phân có được quản lý tốt không? Đây là vấn đề nhỏ hay lớn?

Chú ý

- Việc xác định được các đường lây truyền rất quan trọng, vì nếu không xác định được thì sẽ không thể tiến hành các hoạt động tiếp theo.
- Các đường lây truyền do nhóm đã xác định là vấn đề đang xảy ra ở trong bản là tốt nhất.
- Nhóm có thể hài lòng với việc xác định được 2 hoặc 3 đường lây truyền, hãy khuyến khích họ suy nghĩ thêm xem còn có đường lây truyền nào khác nữa không?

BƯỚC 3: XÁC ĐỊNH CÁC GIẢI PHÁP



Bước này gồm hai hoạt động 6 và 7

6. **Ngăn chặn sự lây lan của bệnh** giúp nhóm tìm ra cách để ngăn chặn các bệnh liên quan lây qua các đường lây truyền đã được xác định ở hoạt động 5.
7. **Phân công nhiệm vụ theo giới** giúp nhóm nhận thức được rằng, sự bất bình đẳng trong phân công việc nhà cũng như việc xã hội giữa nam giới và phụ nữ sẽ cản trở sự tham gia của phụ nữ vào các hoạt động liên quan đến nước và vệ sinh môi trường.

Kết quả mong đợi

Khi kết thúc bước 2, nhóm phải chỉ ra được các biện pháp khác nhau để ngăn chặn bệnh tiêu chảy và các bệnh khác liên quan đến nước, vệ sinh môi trường và lựa chọn được biện pháp mà họ muốn thực hiện.

Hoạt động 6: NGĂN CHẶN SỰ LÂY LAN CỦA BỆNH

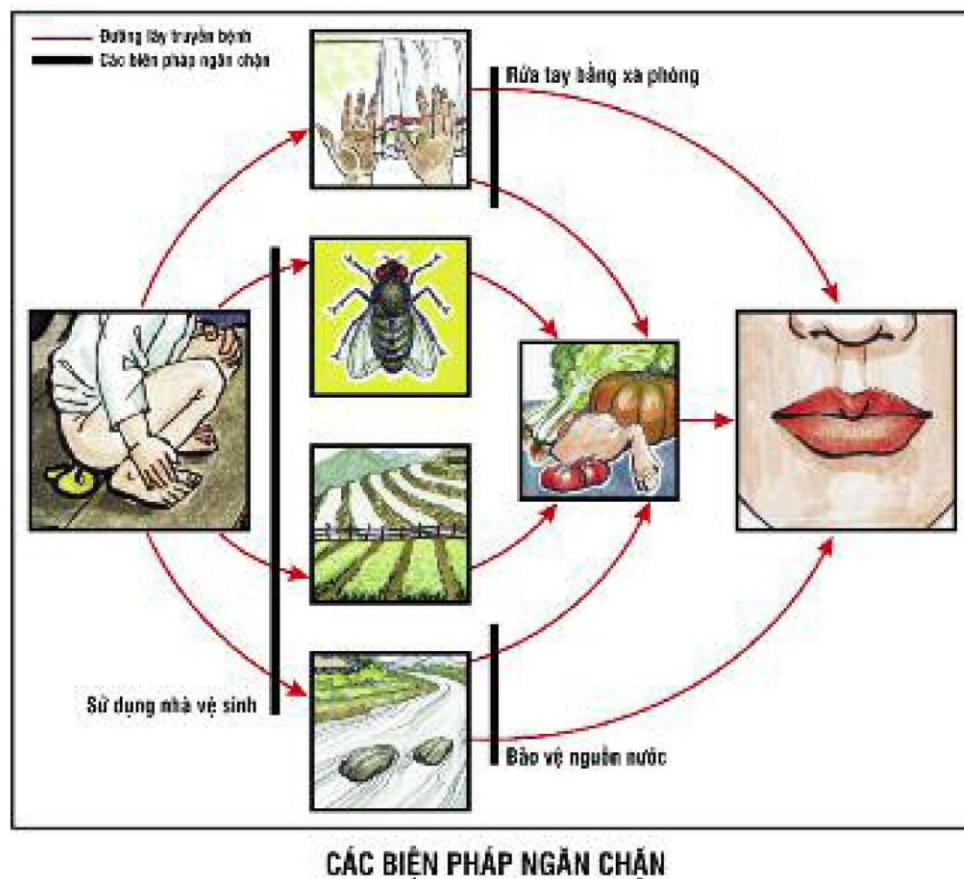
Mục đích:

- Giúp người dân xác định được những hành động cần làm để ngăn chặn các đường lây truyền của bệnh vừa được xác định ở hoạt động 5 - Bước 2.

Thời gian:

- Khoảng 1 giờ.

Công cụ:



- Bộ tranh của hoạt động 2: Gồm 10 tranh lớn về các bệnh, không sử dụng tranh nhỏ
- Bộ tranh của hoạt động 5b: Sơ đồ “Đường lây truyền bệnh” đã lập
- Bộ tranh của hoạt động 6: Gồm 23 tranh về các biện pháp ngăn chặn
- Giấy A0, bút màu, băng dính

Cách làm:

1. Nếu có nghi giữa hoạt động này và hoạt động trước, hãy bắt đầu bằng cách nhắc lại những kết quả và bài học mà nhóm đã đạt được ở hoạt động trước.
2. Chia mọi người thành 2 – 3 nhóm nhỏ. Chia nhóm nam và nhóm nữ riêng
3. *Thảo luận biện pháp ngăn chặn các bệnh:*
 - Phát tranh hoạt động 2 cho các nhóm
 - Tương tự như ở hoạt động 5, chúng ta sẽ xếp các tranh diễn tả bệnh thành từng nhóm bệnh bên trái tờ giấy A0.
 - Sau khi các nhóm xếp xong, đưa cho mỗi nhóm 1 bộ tranh hoạt động 6 và giao nhiệm vụ tiếp: Hãy xếp tranh các biện pháp ngăn chặn bệnh ở bộ tranh này vào hàng tương ứng với từng nhóm bệnh vào bên phải tờ giấy. Sau đó dùng bút vẽ các đường nối biện pháp vào những bệnh có thể ngăn chặn được.
 - Nếu các nhóm gặp khó khăn khi thảo luận thì hướng dẫn viên có thể gợi ý bằng cách đưa ra một số tranh mô tả các giải pháp hỏi xem biện pháp đó ngăn chặn được những bệnh nào.
 - Hướng dẫn viên giải thích với nhóm rằng: “một nhóm bệnh có nhiều biện pháp ngăn chặn và một biện pháp ngăn chặn có thể tránh được nhiều bệnh”
4. Thảo luận tập trung vào biện pháp ngăn chặn bệnh tiêu chảy:
 - Phát công cụ: Đề nghị các nhóm lấy lại các tranh của bộ tranh hoạt động 6 (biện pháp ngăn chặn bệnh)
 - Giao nhiệm vụ:
 - Bây giờ chúng ta hãy tập trung vào bệnh tiêu chảy. Các nhóm hãy lấy lại sơ đồ "Đường lây truyền bệnh" ở hoạt động 5 và thảo luận các giải pháp ngăn chặn, tìm ra các hàng rào ngăn chặn bệnh tiêu chảy
 - Các nhóm hãy thảo luận và xếp những tranh thể hiện các biện pháp ngăn chặn bệnh vào sơ đồ Đường lây truyền bệnh để thể hiện “các cách ngăn chặn bệnh tiêu chảy”. Có thể bổ sung các biện pháp không có trong các bức tranh bằng cách vẽ hay viết vào các miếng bìa. Nên đưa ra những biện pháp không tốn tiền hoặc tốn ít tiền mà lại có kết quả.
 - Hướng dẫn viên lưu ý: Khi người dân thảo luận về sử dụng nước sạch thì hãy khuyến khích họ kể thêm các cách xử lý nước tại hộ gia đình.
 - Yêu cầu tiếp: “Bây giờ các bạn đều đã biết các nguyên nhân gây bệnh, con đường lây truyền bệnh và biết cần phải làm gì để ngăn chặn, cắt đứt đường lây truyền bệnh. Mỗi nhóm hãy thảo luận xem cần phải đặt các hàng rào vào đâu trong sơ đồ “đường lây truyền bệnh” để ngăn chặn các đường lây lan bệnh.
5. Đề nghị mỗi nhóm trình bày kết quả. Khuyến khích nhóm khác đặt câu hỏi sau khi mỗi nhóm trình bày.
6. Hỏi nhóm xem họ đã học được gì từ hoạt động này, những điều họ thích và không thích về hoạt động này.

Hướng dẫn viên chỉ vào sơ đồ biện pháp ngăn chặn và kết luận:

- Phải thu gom phân tức là phải đại tiện vào nhà tiêu **hợp vệ sinh**. Chỉ một biện pháp đại tiện vào nhà tiêu là đã ngăn chặn được ruồi, chuột không tiếp xúc với phân, ngăn chặn ô nhiễm nguồn nước, đất và môi trường. Như vậy nhà tiêu sẽ ngăn chặn rất nhiều con đường lây lan.
- Phải **rửa tay** bằng xà phòng trước khi chế biến thức ăn, trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi làm vệ sinh cho trẻ, khi đi làm về. Rửa tay bằng xà phòng để cắt đường truyền bệnh qua bàn tay bẩn.
- Phải **bảo vệ nguồn nước**, không vứt rác thải bừa bãi. Phải sử dụng nước sạch, dụng cụ chứa nước phải sạch sẽ và có nắp đậy. Việc bảo vệ nguồn nước sẽ có lợi cho nhiều người.
- Phải **uống nước chín hoặc nước đã lọc** qua bình lọc. Phải **ăn thức ăn nấu chín**; thức ăn phải **đậy lòng bàn**. Lưu ý rằng bảo vệ thức ăn và đun nước chín sẽ ngăn chặn phân, mầm bệnh từ nhiều đường đi vào miệng.
- Cần vệ sinh **chuồng trại sạch sẽ**. Vì không chỉ phân người mới nguy hiểm và có khả năng truyền bệnh, mà ngay cả phân động vật cũng mang nhiều mầm bệnh.

Chú ý

- Khuyến khích phụ nữ mạnh dạn tham gia vào thảo luận với nam giới
- Quan sát về các biện pháp khác nhau mà nam và nữ có thể đưa ra.
- Hãy để mọi người thảo luận thoải mái, khuyến khích nhóm tìm ra nhiều biện pháp ngăn chặn khác nhau, nhất là các biện pháp không có trong tranh vẽ.

Hoạt động 7: PHÂN CÔNG NHIỆM VỤ THEO GIỚI

(Hoạt động lựa chọn: Nếu địa phương đã làm truyền thông giới thì không cần làm hoạt động này)

Mục đích

- Nâng cao nhận thức và hiểu biết về sự bất bình đẳng trong việc thực hiện các công việc của gia đình và cộng đồng giữa phụ nữ và nam giới.
- Cân nhắc nhu cầu về nước sạch và vệ sinh của cả nam/nữ
- Trao quyền cho phụ nữ trong các quyết định của gia đình và cộng đồng
- Xác định xem cần phải thay đổi trong phân công nhiệm vụ như thế nào để đạt được sự bình đẳng giữa phụ nữ và nam giới và tăng cường sự tham gia của phụ nữ trong các hoạt động cộng đồng.

Thời gian

- 30 phút.

Công cụ

- Bộ tranh hoạt động 7: 1 bức tranh về người đàn ông, 1 bức tranh về người phụ nữ, 1 bức tranh về một người đàn ông và một người phụ nữ và 17 bức tranh về nhiệm vụ.
- Giấy Ao, bút màu, băng dính

Cách làm

1. Yêu cầu những người tham gia chia thành các nhóm nhỏ từ 5 - 8 người.
2. Yêu cầu nhóm thực hiện hoạt động: Mỗi nhóm sẽ được phát 1 bức tranh về người đàn ông, một bức tranh về người phụ nữ và một bức tranh về hai người (một đàn ông và một phụ nữ) và một bộ tranh thể hiện nhiều nhiệm vụ khác nhau. Hãy thảo luận trong nhóm xem bình thường ai sẽ làm công việc gì thường xuyên. Đặt các bức tranh nhiệm vụ làm thường xuyên bên dưới các bức tranh đàn ông, phụ nữ hay cả đàn ông và phụ nữ. Bức tranh có cả đàn ông và phụ nữ được hiểu là cả đàn ông và phụ nữ đều làm được nhiệm vụ đó.
3. Dành 20 phút cho nhóm thảo luận, sau đó yêu cầu mỗi nhóm thuyết trình về sự lựa chọn của nhóm mình, giải thích về sự lựa chọn đó và trả lời các câu hỏi của nhóm khác.
4. Hỏi nhóm xem tại sao có sự khác nhau giữa các nhóm? Có nhận xét gì về sự phân công nhiệm vụ giữa nam và nữ:
 - Nam giới thường thực hiện những công việc gì? Nữ giới thường thực hiện những công việc gì?
 - Khối lượng công việc của nam giới và phụ nữ có như nhau hay không?
 - Sự khác nhau trong khối lượng công việc giữa phụ nữ và nam giới có thể ảnh hưởng đến sức khỏe, cơ hội học tập và tham gia các hoạt động cộng đồng như thế nào?
 - Thuận lợi và khó khăn của việc thay đổi nhiệm vụ dành cho nam giới và phụ nữ là gì?
 - Khả năng thay đổi nhiệm vụ dành cho nam giới và phụ nữ như thế nào?
5. Yêu cầu nhóm xác định những vai trò có thể thay đổi để cải thiện tình trạng vệ sinh, và ghi lại những kết luận này để sử dụng khi giám sát sau này.

6. Hỏi nhóm xem nhóm thu được gì qua hoạt động này, những gì thích và không thích về hoạt động này.

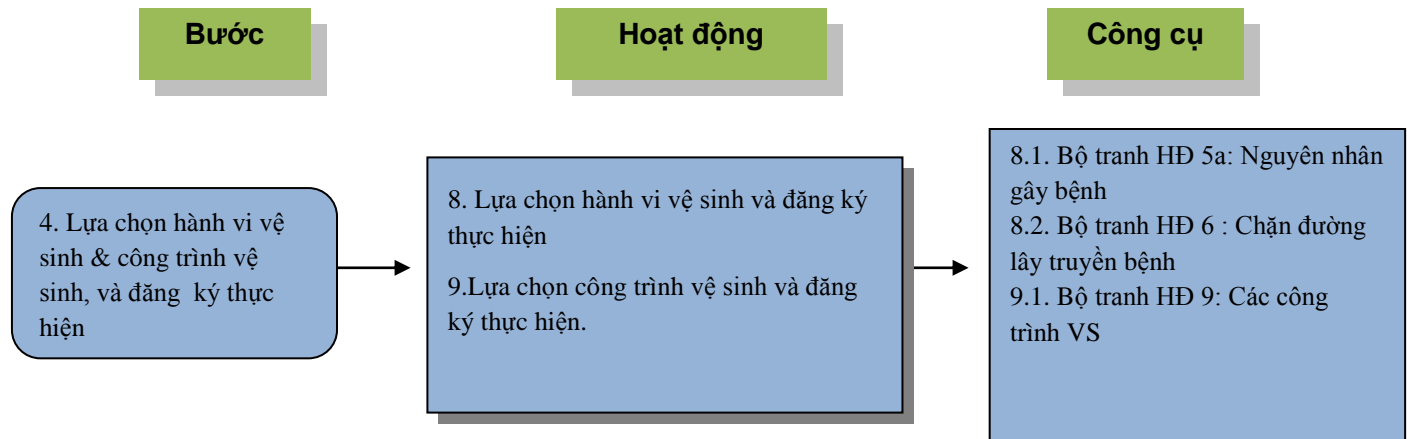
Hướng dẫn viên kết luận:

- Công việc của người vợ/phụ nữ nhiều hơn so với người chồng/nam giới, thời gian làm việc của phụ nữ từ 12 -14 tiếng/một ngày. Trong gia đình người phụ nữ thường làm những công việc nội trợ, các công việc quét dọn nhà cửa, vệ sinh nhà tiêu, nấu cơm, lấy nước, giặt quần áo..., là người chăm sóc con cái như: tắm cho con, cho con ăn, dạy con học... Như vậy, phụ nữ đã phải làm việc nhiều gấp đôi nam giới.
- Nhấn mạnh đến thực tế là có sự bất bình đẳng trong phân công lao động giữa nam và nữ. Phụ nữ phải làm hầu hết các công việc nội trợ như quét dọn nhà cửa, vệ sinh nhà tiêu, nấu cơm, lấy nước, giặt quần áo, chăm sóc con cái như: tắm cho con, cho con ăn...
- Người chồng hoặc nam giới có trách nhiệm chia sẻ công việc trong gia đình cùng vợ như dọn nhà tiêu, đưa nước sạch về nhà, tắm cho con để người phụ nữ có thời gian nghỉ ngơi, chăm sóc bản thân và học hỏi kiến thức giúp cải thiện tình hình vệ sinh và sức khỏe của gia đình để cuộc sống tốt hơn.
- Trẻ em trai và trẻ em gái trong gia đình cũng cần được phân công nhiệm vụ một cách bình đẳng.

Chú ý

- Để nhóm tự làm việc và thảo luận về những gì họ tìm được. Họ có thể vẽ và bổ sung thêm những nhiệm vụ khác. Nam giới đôi khi phàn nàn rằng những bức tranh về nhiệm vụ thường ngày của họ không được đưa vào trong bộ tranh. Bạn nên cung cấp cho họ giấy trắng để làm việc này.
- Nhóm có thể quyết định rằng 3 bức tranh (đàn ông, phụ nữ, cả đàn ông và phụ nữ) là không đủ và chọn thêm vào các bức tranh của con trai và con gái. Điều này cho thấy nếu được giáo dục về sự chia sẻ công việc gia đình ngay từ bé, lớn lên phụ nữ và nam giới sẽ thực hiện tốt bất cứ công việc nào vì họ có khả năng làm và đã quen làm những công việc đó.
- Nếu nhóm xếp những công việc mà phụ nữ thường làm vào cột cả đàn ông và phụ nữ thì có thể hỏi lại nhóm xem liệu trong bản ai thường xuyên làm công việc đó nhất, nếu là phụ nữ thì để nhóm thảo luận và thống nhất xem liệu có nên xếp bức tranh đó vào cột công việc của phụ nữ hay không.

BƯỚC 4: LỰA CHỌN HÀNH VI VỆ SINH VÀ CÔNG TRÌNH VỆ SINH



Bước này có hai hoạt động số 8 và số 9.

8. **Lựa chọn thay đổi hành vi vệ sinh và đăng ký thực hiện** giúp nhóm lựa chọn và đăng ký thực hiện các hành vi vệ sinh mà họ muốn thay đổi trong mỗi gia đình.
9. **Lựa chọn các công trình VS và đăng ký thực hiện** giúp nhóm lựa chọn và đăng ký xây dựng công trình VS phù hợp cho mỗi gia đình.

Kết quả mong đợi

Kết thúc bước 4, nhóm lập được danh sách các hành vi vệ sinh có lợi sức khỏe cần khuyến khích áp dụng trong bản; những hành vi vệ sinh có hại cho sức khỏe cần xóa bỏ, các công trình VS phù hợp và từng gia đình đăng ký thực hiện thay đổi.

Hoạt động 8: LỰA CHỌN HÀNH VI VỆ SINH VÀ ĐĂNG KÝ THỰC HIỆN

Mục đích:

- Giúp phụ nữ và nam giới xác định các hành vi vệ sinh cần được khuyến khích áp dụng; các hành vi vệ sinh cần phải xóa bỏ và từng gia đình đăng ký thực hiện.

Thời gian:

- Khoảng 1 giờ.

Công cụ:

- Bộ tranh nguyên nhân gây bệnh ở hoạt động 5a: 12 tranh miêu tả nguyên nhân gây bệnh
- Các bức tranh về các biện pháp ngăn chặn được lựa chọn ở hoạt động 6
- Giấy Ao, bút dạ, băng dính
- Bảng lựa chọn hành vi vệ sinh vẽ trên giấy Ao như sau:

Các hành vi vệ sinh cần thực hiện	Các hành vi vệ sinh cần xóa bỏ

- Bản đăng ký, theo dõi thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân & môi trường tại hộ gia đình.

Cách làm:

1. Nếu có nghỉ giữa hoạt động này và hoạt động trước, hãy bắt đầu bằng cách nhắc lại những kết quả và bài học mà nhóm đã đạt được ở hoạt động trước.
2. *Lựa chọn hành vi vệ sinh*
 - Chia mọi người thành nhiều nhóm nhỏ (tối đa 5 người/nhóm). Các hộ gia đình có nhà gần nhau nên vào 1 nhóm.
 - Các nhóm bàn bạc bầu ra 1 trưởng nhóm để sau này sẽ theo dõi việc thực hiện các hành vi vệ sinh của các hộ trong nhóm. Hướng dẫn viên ghi lại tên trưởng nhóm và các thành viên của từng nhóm. Cần khuyến khích phụ nữ tham gia làm nhóm trưởng.
 - Phát cho mỗi nhóm bộ tranh hoạt động 5a (tranh thể hiện các nguyên nhân gây bệnh) và bộ tranh hoạt động 6 (tranh về các biện pháp ngăn chặn).
 - Yêu cầu mỗi nhóm sắp xếp các hành vi vệ sinh cần thực hiện ở bộ tranh hoạt động 6 và các hành vi vệ sinh cần xóa bỏ ở bộ tranh hoạt động 5a theo thứ tự từ **đễ làm nhất** đến **khó làm nhất**.
 - Hướng dẫn viên để cho các nhóm trình bày kết quả và góp ý lẫn nhau. Nếu có ý kiến khác nhau, hướng dẫn viên giải thích và đưa ra sự lựa chọn thống nhất. Khuyến khích và động viên phụ nữ thực hiện hoạt động.

3. Đăng ký thực hiện các hành vi vệ sinh tốt

- Phát cho mỗi người đại diện cho hộ gia đình 1 bản đăng ký, theo dõi thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân & môi trường tại hộ gia đình.
- Treo 1 bản này lên tường và hướng dẫn mọi người cách đánh dấu khi đăng ký những việc thực hiện
- Đề nghị mọi người điền họ tên đầy đủ, tên bản và xã vào tờ đăng ký, sau đó hướng dẫn mọi người khoanh tròn vào các số thứ tự 1, 2, 3... của các mục A (vệ sinh cá nhân), B (vệ sinh nhà cửa và vệ sinh ăn uống), C (bảo quản và sử dụng nước sạch), D (Quản lý rác và phân gia súc) theo đường đứt đoạn ứng với những việc mà gia đình đăng ký thực hiện. Sau đó, mọi người đánh dấu “x” vào thời gian thực hiện. Thời gian thực hiện có thể là “làm ngay”, “3 tháng”, “6 tháng”, “9 tháng”, “12 tháng” tùy từng hộ. Khuyến khích phụ nữ mạnh dạn đăng ký cho gia đình mình.
- Đề nghị mọi người để bản đăng ký tập trung lại để sử dụng cho buổi họp sau. Hướng dẫn viên xếp các bản đăng ký theo từng nhóm để phát lại cho các nhóm trong các hoạt động sau.
- Thông báo với mọi người: “tất cả các bản này sẽ phát lại cho từng hộ gia đình. Mọi người hãy về thảo luận thêm trong gia đình xem còn có gì thay đổi nữa thì sẽ bổ sung ở buổi sau”

4. Hỏi nhóm xem họ học được những gì từ hoạt động này? Những gì thích hoặc không thích về hoạt động này?

Hướng dẫn viên kết luận:

- Như vậy chúng ta đã cùng nhau thống nhất các hành vi cần thực hiện, cụ thể là... và các hành vi cần xóa bỏ, cụ thể là ... trong bản. Mọi người đã cùng nhau cam kết thực hiện các hành vi tốt vì sức khỏe của mỗi chúng ta và của cộng đồng.
- Các gia đình cần lưu ý đến nhu cầu của phụ nữ, ví dụ làm nhà tắm kín đáo; đưa nước về gần nhà bếp, nhà tắm, nhà tiêu để tiện cho phụ nữ sử dụng.

Chú ý

- Kiến thức về nước sạch rất cần thiết đối với các hướng dẫn viên để hỗ trợ người dân khi cần thiết.
- Hoạt động người dân đăng ký thay đổi là quan trọng. Cần cố gắng tạo ra không khí sôi động khi mọi người đăng ký thay đổi hành vi vệ sinh.
- Hướng dẫn viên nhấn mạnh, công việc liên quan đến vệ sinh và nước sạch không chỉ là công việc của phụ nữ, cả phụ nữ và nam giới cần biết cách làm và thực hiện tại gia đình mình.

Hoạt động 9: LỰA CHỌN CÁC CÔNG TRÌNH VỆ SINH VÀ ĐĂNG KÝ THỰC HIỆN

Mục đích:

- Giúp phụ nữ và nam giới xác định các công trình vệ sinh phù hợp và từng gia đình đăng ký thực hiện.

Thời gian:

- Khoảng 30 phút.

Công cụ:

- Bộ tranh hoạt động 9: Gồm 5 tranh mô tả các công trình vệ sinh
- Bản giới thiệu tóm tắt các loại nhà tiêu hợp vệ sinh (ưu điểm, nhược điểm) được viết trên giấy A0. Hướng dẫn viên tham khảo **phần III. Quản lý phân người** ở cuối sách
- Giấy A0, bút, băng dính
- Bản đăng ký, theo dõi thay đổi các hành vi vệ sinh cá nhân & môi trường tại hộ gia đình (Đã được sử dụng ở hoạt động 8)

Cách làm

1. *Ôn bài:* Nếu có nghỉ giữa hoạt động này và hoạt động trước, hãy bắt đầu bằng cách nhắc lại những kết quả và bài học mà nhóm đã đạt được ở hoạt động trước.
2. *Lựa chọn công trình vệ sinh*
 - *Chia nhóm:* chia thành 2- 3 nhóm nhỏ.
 - *Phát công cụ:* Đưa cho mỗi nhóm một tập tranh các công trình vệ sinh
 - *Giao nhiệm vụ:* Sắp xếp những bức tranh thứ tự theo bậc thang, kém nhất ở dưới và tốt nhất ở trên. Tìm trong mỗi cột các bức tranh thể hiện kiểu nhà tiêu hiện tại của các hộ gia đình và các bức tranh thể hiện nhà tiêu mà hộ gia đình mong muốn.
 - *Trình bày kết quả:* Đề nghị các nhóm trình bày kết quả
 - *Giới thiệu các loại nhà tiêu hợp vệ sinh:* Treo bản tóm tắt các loại nhà tiêu hợp vệ sinh và giới thiệu: “Có 4 loại nhà tiêu hợp vệ sinh phù hợp cho địa bàn nông thôn và miền núi ở nước ta hiện nay là nhà tiêu hố đào chi phí thấp, nhà tiêu hố đào cải tiến, nhà tiêu 2 ngăn sinh thái và nhà tiêu thấm dột nước. Đề nghị mọi người hãy suy nghĩ xem loại nhà tiêu nào phù hợp với gia đình mình?”
3. *Đăng ký xây dựng nhà tiêu hợp vệ sinh:*
 - Phát lại Bản đăng ký và theo dõi thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường tại hộ gia đình (Đã được sử dụng ở hoạt động 8) cho từng người đại diện hộ gia đình.
 - Hướng dẫn viên treo 1 bản đăng ký lên và đề nghị mọi người chú ý vào mục F (Sử dụng và bảo quản nhà vệ sinh)
 - Hỏi xem có gia đình nào chưa đăng ký làm nhà tiêu hợp vệ sinh và khuyến khích họ đăng ký. Khuyến khích các gia đình làm nhà tiêu kín đáo để thuận lợi cho phụ nữ sử dụng.

- Đề nghị từng gia đình đăng ký xây dựng nhà tiêu phù hợp với gia đình mình bằng cách khoanh tròn theo đường đứt đoạn quanh số 1 – “Xây nhà tiêu hợp vệ sinh”, sau đó khoanh tròn vào biểu tượng mặt cười để chọn mô hình nhà tiêu gia đình đăng ký sẽ làm. Khuyến khích sự trao đổi bàn bạc giữa phụ nữ và nam giới trước khi quyết định.
 - Đề các hộ gia đình đăng ký xây dựng nhà tiêu phù hợp với gia đình mình, hướng dẫn viên có thể chia thành 2 cột cho vợ và chồng. Nếu giống nhau chúng ta sẽ cùng thống nhất đăng ký cho gia đình đó, nếu không giống nhau, hướng dẫn viên cần lắng nghe lý do lựa chọn của vợ và chồng, để cân nhắc nhu cầu của cả 2 giới và đưa ra tư vấn lựa chọn phù hợp.
 - Đối với 2 hành vi “Bảo quản nhà tiêu đúng cách” và “Luôn thu gom phân trẻ nhỏ vào nhà tiêu”, khuyến khích người dân đăng ký luôn. Cách làm tương tự như đối với các hành vi khác.
 - Đề nghị mọi người để bản đăng ký tập trung lại để sử dụng cho buổi họp sau.
 - Thông báo với mọi người: “Tất cả các bản này sẽ phát lại cho từng hộ gia đình sau khi kết thúc chiến dịch truyền thông. Mọi người hãy về thảo luận thêm trong gia đình xem còn có gì thay đổi nữa thì sẽ bổ sung trong các buổi sau”.
4. Hỏi nhóm xem họ học được gì từ hoạt động này? Những điều họ thích hoặc không thích về hoạt động này?

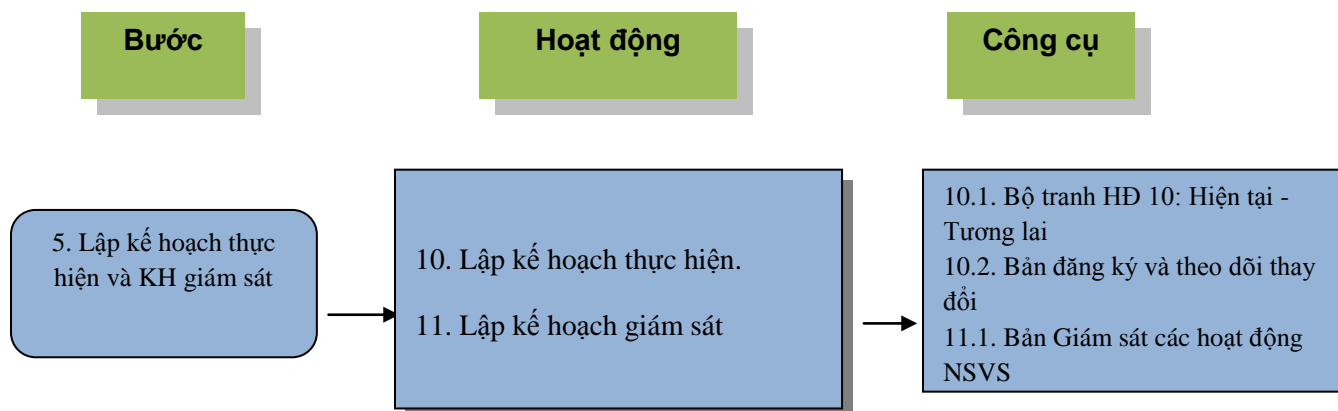
Hướng dẫn viên kết luận:

- Kiểu nhà tiêu hiện tại trong bản đang sử dụng là... và kiểu nhà tiêu mà người dân thấy thích hợp nhất trong bản là....
- Mọi người đã cùng nhau đăng ký xây dựng nhà tiêu hợp vệ sinh cho gia đình mình để không phải đại tiện bừa bãi, tránh gây ô nhiễm nguồn nước và môi trường.
- Để có được nhà tiêu hợp vệ sinh như trên, chúng ta sẽ cùng nhau thảo luận cách làm thế nào để đạt điều chúng ta mong muốn trong hoạt động tiếp theo.
- Trong gia đình cần có sự thống nhất bàn bạc giữa vợ và chồng trong việc đăng ký xây nhà tiêu phù hợp. Ý kiến của phụ nữ cần được lắng nghe và tôn trọng. Không thể lấy vai trò chủ hộ để tự quyết định việc lựa chọn.

Chú ý

- Đây là 1 hoạt động duy nhất trong chương trình mà Hướng dẫn viên đưa ra các định hướng cho người dân về 4 mẫu nhà tiêu phù hợp là nhà tiêu hố đào chi phí thấp, nhà tiêu hố đào cải tiến, nhà tiêu 2 ngăn sinh thái và nhà tiêu thấm dội nước.
- Kiến thức về các loại nhà tiêu, kể cả quản lý phân gia súc rất cần thiết đối với các hướng dẫn viên để hỗ trợ người dân khi cần thiết.

BƯỚC 5. LẬP KẾ HOẠCH THỰC HIỆN VÀ LẬP KẾ HOẠCH GIÁM SÁT



Bước này có 2 hoạt động: 10 và 11

10. Lập kế hoạch thực hiện giúp nhóm lập kế hoạch cho từng bước hành động để tiến hành những giải pháp mà nhóm đã đề ra.

11. Lập kế hoạch giám sát: Trong hoạt động này, nhóm tổng hợp được những thay đổi mà các gia đình đã đăng ký vào bản đăng ký, theo dõi thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường tại hộ gia đình, xác định được thời gian và ai chịu trách nhiệm theo dõi, giám sát, nhằm đạt được mục đích.

Kết quả mong đợi

Kết thúc bước 5, nhóm lập được kế hoạch khả thi để xây dựng được nhà tiêu và lập được kế hoạch giám sát các hoạt động

Hoạt động 10: LẬP KẾ HOẠCH THỰC HIỆN

Mục đích

- Giúp những người tham gia xây dựng một kế hoạch nhằm tạo ra những thay đổi trong hành vi vệ sinh, xây dựng nhà tiêu, chuồng trại hợp vệ sinh...
- Giúp phụ nữ và nam giới suy nghĩ về những vấn đề khó khăn và tìm ra các biện pháp khắc phục.

Thời gian

- 1 giờ

Công cụ

- Bản đăng ký và theo dõi thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường tại hộ gia đình của 1 gia đình có đăng ký làm nhà tiêu
- Bộ tranh của hoạt động 10 bao gồm:
 - 10 bức tranh diễn tả “hiện tại” “tương lai” (5 cặp)
 - 9 tranh nhỏ diễn tả các bước lập kế hoạch
- Băng dính, giấy A0 và bút

Cách làm

1. *Ôn bài:* Nếu như có nghỉ giữa hoạt động này và hoạt động trước, hãy bắt đầu bằng cách nhắc lại những kết quả và những gì đã học hỏi được ở hoạt động trước.
2. *Giải thích trước cho nhóm:*
 - Hướng dẫn viên dán 1 bản đăng ký, theo dõi thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường tại hộ gia đình của 1 gia đình có đăng ký làm nhà tiêu lên tường.
 - Giải thích rằng: “Cuộc họp trước chúng ta đã thống nhất các việc của từng gia đình cần thực hiện để cho môi trường của chúng ta trong sạch hơn, rất nhiều hộ đã đăng ký xây dựng nhà tiêu. VD: đây là 1 hộ gia đình (đọc tên hộ gia đình) đã đăng ký xây nhà tiêu, rất đáng hoan nghênh. Bây giờ chúng ta sẽ cùng tìm hiểu xem chúng ta phải làm những gì để biến tình trạng hiện tại thành những gì chúng ta mong muốn.
3. *Phát công cụ:* Đưa cho mỗi nhóm một bộ tranh “hiện tại” và “tương lai” và những bức tranh lập kế hoạch xây dựng nhà tiêu.
4. *Giao nhiệm vụ:*

Đề nghị mỗi nhóm dùng những bức tranh và sắp xếp theo trình tự từng bước mà bà con nghĩ là hợp lý nhất. Dùng những tờ giấy trắng để vẽ thêm những bước cần thiết.
5. *Trình bày kết quả:* Yêu cầu từng nhóm giải thích kế hoạch của mình và thảo luận về:
 - Những khó khăn họ có thể gặp phải trong những bước đó.
 - Họ cần làm những gì để thực hiện những bước đó
 - Các gia đình sẽ hỗ trợ nhau như thế nào để vượt qua khó khăn?
 - Thời gian cần thiết để thực hiện kế hoạch
6. Hỏi nhóm về những gì đã rút ra được trong hoạt động này, những gì mà nhóm thích hay không thích về hoạt động này.

Hướng dẫn viên Kết luận:

- Đây là bản kế hoạch với trình tự các bước mà các nhóm đã thống nhất thực hiện. Hướng dẫn viên nhắc lại từng bước mà mỗi nhóm đã thống nhất.
- Nhấn mạnh rằng, các bước của mỗi nhóm có thể khác nhau nhưng điều quan trọng là nhóm đã lập được một kế hoạch các bước thực hiện để có được bức tranh "tương lai" mà nhóm cho là hợp lý và xác định được những khó khăn sẽ gặp trong quá trình thực hiện từng bước. Từ đó có những biện pháp khắc phục.
Các gia đình đã đăng ký xây dựng nhà tiêu thì cần bàn bạc với gia đình để lập kế hoạch thực hiện từng bước. Các bước trong kế hoạch của mỗi gia đình có thể khác nhau, ví dụ gia đình nào có đủ tiền thì sẽ không cần bước đi vay tiền
- Chúng ta chỉ tập trung thảo luận lập kế hoạch cho xây nhà tiêu tại cuộc họp. Còn các việc khác gia đình đã đăng ký thì mỗi gia đình tự có kế hoạch và thực hiện từng bước tương tự. Ví dụ muốn thực hiện rửa tay sau khi đi vệ sinh thì cũng cần phải chuẩn bị xà phòng và nước sạch có sẵn gần nhà tiêu.

Chú ý

- Vai trò của hướng dẫn viên là giúp nhóm đơn giản hoá quá trình để có thể quản lý được.
- Sau khi các nhóm trình bày và giải thích về kế hoạch thay đổi của mình, hướng dẫn viên chia lại nhóm thành nhóm nam và nhóm nữ để cùng thảo luận những khó khăn họ có thể gặp phải, họ cần làm gì để thực hiện những bước đó, các anh/chị có thể hỗ trợ nhau như thế nào để vượt qua khó khăn....

Hoạt động 11: LẬP KẾ HOẠCH GIÁM SÁT

Mục đích

- Xây dựng kế hoạch để kiểm tra tiến độ thay đổi.
- Quyết định xem bao lâu thì cần giám sát và ai sẽ chịu trách nhiệm giám sát.
- Định ngày cho hoạt động đánh giá sẽ được thực hiện tại cộng đồng.

Thời gian

- 45 phút.

Công cụ

- Giấy, bút, băng dính.
- Bản đăng ký, theo dõi thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường tại hộ gia đình (đã sử dụng ở hoạt động 8).
- Bảng tổng hợp theo dõi sự thay đổi của hộ gia đình dưới đây được phôi đủ cho mỗi trường nhóm của “cụm hộ gia đình”.

BẢNG TỔNG HỢP THEO DÕI SỰ THAY ĐỔI CỦA HỘ GIA ĐÌNH

Tên nhóm trưởng / Người theo dõi: Bản: Xã:

Ngày theo dõi Lần 1: Lần 2: Lần 3:

ST T	CHỈ SỐ GIÁM SÁT	HỘ	HỘ	HỘ	HỘ	HỘ	Số hộ đăng ký	Cộ ng sau lần 1	Cộ ng sau lần 2	Cộ ng sau lần 3
A	VỆ SINH CÁ NHÂN				
1	Luôn luôn rửa tay với nước sạch và xà phòng trước khi ăn và trước khi cho trẻ ăn - Có chỗ rửa tay với nước sạch và xà phòng									
2	Luôn luôn rửa tay với nước sạch và xà phòng trước khi chế biến thức ăn. - Có chỗ rửa tay gần bếp nấu									
3	Luôn luôn rửa tay với nước sạch và xà phòng sau khi đi vệ sinh.									

	- Có chỗ rửa tay gần bếp nấu									
4	Thường xuyên cắt móng tay - Có dụng cụ cắt móng tay									
5	Tắm, giặt hàng ngày - Có nhà tắm kín đáo, sạch sẽ									
6	Luôn luôn ngủ trong màn - Có đủ màn cho tất cả mọi người trong gia đình, màn lạnh lặn									
B	VỆ SINH NHÀ CỬA VÀ VỆ SINH ĂN UỐNG									
1	Nhà ở sạch sẽ, gọn gàng - Có dụng cụ quét dọn nhà cửa									
2	Giữ bếp sạch sẽ, gọn gàng và bảo quản bát, đĩa, dụng cụ nấu ăn sạch sẽ - Có chỗ để bảo quản bát đĩa và dụng cụ nấu ăn (tray bát, tủ bát)									
3	Che đậy thức ăn cẩn thận sau khi nấu chín - Có dụng cụ che đậy thức ăn (lồng bàn, rổ rá)									
C	BẢO QUẢN VÀ SỬ DỤNG NƯỚC SẠCH									
1	Bảo quản dụng cụ đựng nước (lu, xô...) sạch sẽ luôn đậy nắp - Dụng cụ đựng nước có nắp đậy - Có gáo múc nước riêng									
2	Uống nước đã đun sôi, không uống nước lã									

	- Có ấm đun nước - Có dụng cụ đựng nước (phích, bình nước...)									
3	Uống nước đã qua lọc - Có bình lọc nước									
4	Bảo quản giếng nước hộ gia đình sạch sẽ, luôn đậy nắp - Giếng có nắp đậy - Có gàu múc nước riêng, sạch sẽ									
5	Bảo vệ nguồn nước chung - Làm hàng rào bảo vệ nguồn nước									
6	Sử dụng nước tiết kiệm, tham gia sửa chữa, bảo dưỡng công trình - Bể nước sạch sẽ, có nắp đậy									
7	Bảo quản trụ vòi nước hộ gia đình sạch sẽ, luôn khóa vòi khi không sử dụng nước - Có trụ vòi dẫn nước về tận nhà									
D	Quản lý rác và phân gia súc									
1	Quản lý rác tại hộ gia đình, xử lý rác bằng cách chôn hoặc đốt - Có sọt đựng rác, đổ rác vào đúng nơi quy định									
2	Giữ sân vườn và xung quanh nhà sạch sẽ, không có phân gia súc quanh nhà - Có chuồng nhốt gia súc, giữ vệ sinh chuồng trại sạch sẽ									

	- Thu gom phân gia súc									
E	SỬ DỤNG VÀ BẢO QUẢN NHÀ TIÊU									
1	Xây nhà tiêu hợp vệ sinh									
2	Bảo quản nhà tiêu đúng cách - Có tro, trấu đổ vào lỗ đi đại tiện hoặc nước dội vào bệ xí sau khi đi vệ sinh									
3	Luôn thu gom phân trẻ nhỏ vào nhà tiêu - Có nhà tiêu, có xô đựng phân cho trẻ nhỏ									

**Cách sử dụng Bảng Tổng Hợp Theo Dõi:*

- Điền tên từng hộ gia đình vào ô trống ở hàng trên cùng bên dưới chữ “HỘ”
- Đánh dấu **x** vào ô tương ứng mà từng gia đình đã đăng ký. Cộng số hộ gia đình đăng ký cho từng hành vi và điền vào cột “Số hộ đăng ký”.
- Khi đi giám sát: Khoanh tròn vào dấu **x** ở cột mà gia đình đã thực hiện hành vi đó. Cộng số gia đình thực hiện từng hành vi sau từng lần theo dõi và điền vào ô cộng sau từng lần.
- Nếu theo dõi nhiều hơn 3 lần thì có thể dán thêm giấy và kẻ thêm cột ở bên phải bảng.
- Bản hoặc xã cũng có thể sử dụng bảng tổng hợp này để lưu trữ các số liệu về sự cải thiện các hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường của địa phương mình.

Cách làm

1. *Giải thích với mọi người:* hiểu về sự cần thiết của việc theo dõi tiến độ thực hiện kế hoạch mà các nhóm đã đưa ra ở hoạt động 8 và hoạt động 9. Nhấn mạnh rằng những việc thay đổi họ cam kết, sau này sẽ được chính người dân giám sát lẫn nhau, vì thế họ cần phải khuyến khích các thành viên trong gia đình thực hiện. Hướng dẫn viên và cán bộ dự án sẽ định kỳ xem xét tiến độ để có thể hỗ trợ nếu cần thiết.
2. *Chia nhóm:* Đề nghị những người trong từng nhóm “cụm hộ gia đình” đã chia ở hoạt động 8 ngồi thành 1 nhóm
3. *Phát công cụ:*
 - Phát cho mỗi nhóm trưởng 1 bảng tổng hợp theo dõi sự thay đổi của hộ gia đình.

- Đưa lại cho cho nhóm trưởng các bản đăng ký và theo dõi thay đổi hành vi vệ sinh cá nhân và môi trường của các hộ trong nhóm

4. *Giao nhiệm vụ:*

- Mỗi nhóm sẽ cử 1 người đọc những việc từng gia đình đăng ký để nhóm trưởng đánh dấu vào bảng Giám sát (Khuyến khích phụ nữ tham gia đọc)
- Nhóm trưởng của từng nhóm “cụm hộ gia đình” sẽ giữ bản Giám sát này; có trách nhiệm giám sát việc thực hiện của các gia đình trong nhóm mình và định kỳ hàng tháng báo cáo với trưởng bản, báo cáo trong cuộc họp đánh giá sau 3 tháng thực hiện.
- Đề nghị mọi người sẽ mang bản Đăng ký và theo dõi thay đổi của gia đình mình về treo hoặc dán tại nhà để nhắc nhở mọi thành viên trong gia đình cùng thực hiện. Các gia đình cần có sự thảo luận giữa nam giới và phụ nữ. Nam giới cần tham gia các công việc thay đổi mà gia đình đăng ký chứ không phải chỉ có phụ nữ. Các gia đình cần giữ gìn cẩn thận bản đăng ký này để khi nhóm trưởng đi giám sát sẽ đánh dấu vào các việc mà gia đình đã thực hiện.
- Đề nghị các nhóm “cụm hộ gia đình” thảo luận xem bao lâu thì nhóm trưởng đến các gia đình giám sát 1 lần.
- Thống nhất thời gian giám sát: VD: Nhóm trưởng sẽ đi giám sát mỗi gia đình mỗi tháng ít nhất 1 lần..

5. *Định ngày cho hoạt động đánh giá:*

- Bảng báo với bà con là sau 2 đến 3 tháng, chúng ta sẽ cùng nhau đánh giá lại xem kết quả chúng ta đã thực hiện được những gì? Những gia đình nào có nhiều cải thiện và có nhiều sáng kiến để bà con chúng ta cùng chia sẻ và học hỏi
- Lưu ý các nhóm trưởng nhóm “cụm hộ gia đình” cần mang theo bảng Giám sát các hoạt động nước sạch, vệ sinh và vệ sinh môi trường của nhóm đến cuộc họp đánh giá

6. Hỏi nhóm xem họ thấy hoạt động này như thế nào? Có cần thiết hay không?

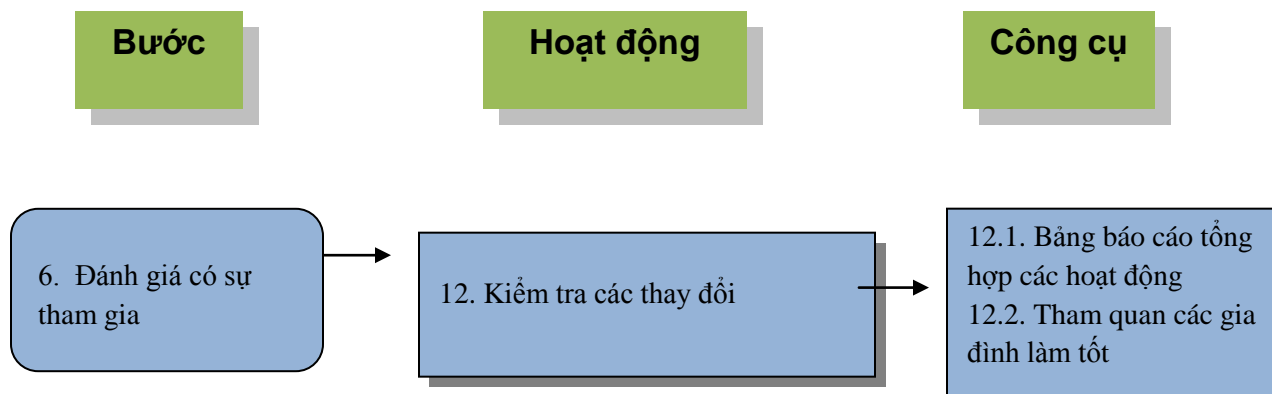
Hướng dẫn viên kết luận:

- Đây là những kế hoạch mà bà con chúng ta cam kết . Bà con hãy khuyến khích với mọi người trong gia đình mình cùng thực hiện.
- Những nội dung trong các kế hoạch này sẽ được chính bà con và hướng dẫn viên, cán bộ truyền thông, trưởng bản giám sát theo định kỳ
- Như đã trao đổi ở các phần trên, phụ nữ tham gia vào nhiều công việc có liên quan đến nước, vệ sinh và môi trường, vì vậy cần thiết phải có sự tham gia của phụ nữ vào hoạt động lập kế hoạch giám sát và thực hiện việc giám sát.

Chú ý:

- Các bảng biểu trên phải do chính người dân lựa chọn và điền để họ hiểu rằng những hành vi họ cam kết thay đổi được ghi trong bảng sau này sẽ được kiểm tra giám sát.
- Hướng dẫn viên cần phô tô Bảng tổng hợp theo dõi sự thay đổi của hộ gia đình để phát cho các nhóm trưởng nhóm “cụm hộ gia đình”.
- Cần tăng cường sự tham gia của phụ nữ vào hoạt động lập kế hoạch giám sát và tham gia giám sát

BƯỚC 6: ĐÁNH GIÁ CÓ SỰ THAM GIA



Bước này chỉ có hoạt động số 12:

12. Kiểm tra các thay đổi đạt được nhằm giúp người dân và dự án cùng nhau đánh giá những tiến bộ về vệ sinh trong mỗi hộ gia đình và tác động của nó tới việc giảm bệnh tiêu chảy và các bệnh khác liên quan đến nước và vệ sinh môi trường. Hoạt động này được tiến hành sau 2 tháng đến 3 tháng thực hiện chương trình.

Phương pháp đánh giá có sự tham gia này huy động được càng nhiều người trong và ngoài cộng đồng càng tốt. Bước này là bước đánh giá và ghi nhận thành quả mà nhóm đạt được

Kết quả mong đợi: Khi tiến hành đánh giá, nhóm phải xác định được:

- Mọi người, mọi gia đình đã làm được những gì ?
- Kế hoạch tiếp theo cần phải làm những gì nữa?
- Những trở ngại và khó khăn đã gặp phải trong quá trình thực hiện?

Việc đánh giá có thể được thực hiện bằng nhiều cách:

- Nhóm có thể tự tiến hành đánh giá, sau đó công bố kết quả đạt được cho cả cộng đồng ở những nơi mà mọi người đều có thể nhìn thấy được.
- Nhóm có thể khuyến khích cộng đồng tham gia vào đánh giá.
- Nhóm có thể kết hợp một vài hoạt động riêng biệt đồng thời với việc tổ chức đánh giá toàn cộng đồng.

Hoạt động 12: KIỂM TRA CÁC THAY ĐỔI

Mục đích

- So sánh và đánh giá giữa kết quả đạt được và kế hoạch đề ra

Thời gian

- Khoảng 2,5 giờ (trong đó: Báo cáo: 45 phút; Tham quan: 1 giờ 15 phút; Thảo luận sau tham quan và lập kế hoạch thay đổi tiếp theo: 30 phút).

Công cụ

- Các bảng tổng hợp theo dõi sự thay đổi của hộ gia đình của các nhóm trưởng nhóm “cụm hộ gia đình”.
- Bảng Báo cáo tổng hợp các việc thay đổi đã làm:

Hướng dẫn viên chuẩn bị trước: dùng giấy A0 viết 21 hành vi cần thay đổi theo bản tổng hợp theo dõi sự thay đổi của hộ gia đình.

TT	Các việc đã làm	Số hộ đã thực hiện	Khó khăn nảy sinh	Cách tháo gỡ
	A. Vệ sinh cá nhân			
1	Luôn luôn rửa tay với nước sạch và xà phòng trước khi ăn và trước khi cho trẻ ăn - Có chỗ rửa tay với nước sạch và xà phòng			
...			
....	Luôn thu gom phân trẻ nhỏ vào nhà tiêu - Có nhà tiêu, có xô đựng phân cho trẻ nhỏ			

Cách làm

Sử dụng bảng báo cáo tổng hợp các việc cải thiện đã làm

- Treo/ dán các công cụ:*
 - Dán “Bản báo cáo tổng hợp các việc thay đổi đã làm” lên bảng hoặc tường.
- Báo cáo công việc đã làm:*

- Cử 1 người làm thư ký tổng hợp kết quả vào “bảng báo cáo tổng hợp các việc thay đổi đã làm”
- Đề nghị trưởng nhóm từng nhóm “cụm hộ gia đình” báo cáo tóm tắt kết quả giám sát của nhóm mình.
- Đề nghị các thành viên xem xét kết quả và thấy còn việc thay đổi nào của gia đình mình hoặc của gia đình khác chưa được đề cập cần phải bổ sung vào báo cáo.

3. *Hướng dẫn thảo luận sâu hơn:*

- Khi đã báo cáo xong, yêu cầu nhóm thảo luận:
 - Đã thành công gì?
 - Những khó khăn gặp phải? Hướng dẫn viên cần khuyến khích phụ nữ chia sẻ các suy nghĩ về khó khăn của họ.
- Yêu cầu thư ký ghi lại những khó khăn và phân loại chúng thành 02 nhóm:
 - Những khó khăn mà nhóm và hộ gia đình tự giải quyết được;
 - Những khó khăn mà nhóm và hộ gia đình không thể tự giải quyết được.
- Dán hai nhóm khó khăn đó lên tường và yêu cầu những người tham gia thảo luận và cho quyết định:
 - Đối với những khó khăn mà nhóm và hộ gia đình tự giải quyết được thì họ sẽ làm những gì?
 - Những khó khăn mà nhóm và hộ gia đình không thể tự giải quyết được thì làm thế nào có được trợ giúp từ bản, xã để vượt qua khó khăn.

Tham quan hộ gia đình đã làm tốt

1. *Chuẩn bị tham quan:*

- Chọn gia đình để tham quan học hỏi: Sau khi nhóm đã báo cáo các công việc đã làm, đề nghị nhóm thảo luận và chọn một số gia đình đã làm tốt (có nhiều thay đổi, có sáng kiến, vượt được khó khăn) để tham quan học hỏi.
- Yêu cầu những người tham gia chia thành từng nhóm nhỏ và tiến hành đi thăm các gia đình đã được chọn.
- Gợi ý nhóm có thể thăm thêm các gia đình bên cạnh các gia đình được chọn (nếu có thời gian) và ghi chép lại những gì họ thấy.
- Định thời gian tham quan: Sau 1 giờ tham quan, mọi người cần trở lại địa điểm họp để thảo luận tiếp tục.

2. *Hướng dẫn thảo luận sau tham quan:*

- Khi mọi người đã tham quan xong và quay trở lại, yêu cầu nhóm thảo luận các câu hỏi:
 - Những gì đã thành công?
 - Có những sáng kiến gì cần học tập?
 - Những khó khăn gặp phải là gì?

3. Yêu cầu nhóm ghi lại những khó khăn và phân thành 2 loại:

- Những khó khăn mà hộ gia đình tự giải quyết được.
- Những khó khăn mà hộ gia đình không thể tự giải quyết được.

Hướng dẫn viên dán hai nhóm khó khăn đó lên tường và yêu cầu những người tham gia thảo luận và cho quyết định:

- Đối với những khó khăn mà hộ gia đình tự giải quyết được thì họ đã làm như thế nào?
- Những khó khăn mà hộ gia đình không thể tự giải quyết được thì làm thế nào có được trợ giúp từ các gia đình khác hoặc từ bản, xã để vượt qua khó khăn?

4. *Lập kế hoạch thay đổi tiếp theo:*

- Đề nghị mọi người cùng thảo luận và đăng ký các việc thay đổi tiếp theo. Nhóm trưởng ghi vào bảng Giám sát (để theo dõi, giám sát tiếp)
- Đề nghị mọi người: khi về nhà sẽ đánh dấu vào các việc đăng ký thay đổi tiếp trong bảng đăng ký và theo dõi thay đổi đã dán tại nhà.

5. Hỏi nhóm đã học hỏi được những gì qua các kết quả mà các gia đình đã thực hiện

Hướng dẫn viên kết luận:

Đây là những thành quả mà bà con đã tích cực thực hiện để ngăn chặn các bệnh liên quan đến nước sạch và vệ sinh môi trường, ô nhiễm môi trường, ô nhiễm nguồn nước. Điều này có nghĩa là chúng ta cùng nhau thực hiện các thay đổi để phòng bệnh cho chính mình, gia đình mình và mọi người trong bản bản mình

- Một số gia đình rất tích cực như chúng ta đã biết như gia đình... Và có những gia đình đã xây dựng các công trình vệ sinh với sự tôn trọng nhu cầu của phụ nữ như gia đình...
- Có nhiều phụ nữ đã tham gia tích cực, góp phần quan trọng vào việc thực hành vệ sinh tốt, bảo vệ sức khỏe của gia đình và môi trường trong sạch hơn. Vì vậy, chúng ta cần tiếp tục khuyến khích phụ nữ tham gia vào mọi hoạt động của cộng đồng
- Có các anh nam giới đã chia sẻ công việc với phụ nữ như ...tạo điều kiện cho phụ nữ có thời gian tham gia nhiều hơn vào hoạt động cộng đồng. Thôn/bản chúng ta cần có nhiều nam giới như vậy
- Chúng ta cần duy trì các việc làm tốt này liên tục và ngày càng hoàn thiện ở mức cao hơn để trở thành tập quán tốt, có lợi cho sức khỏe cộng đồng chúng ta..

Chú ý:

- Trước khi tiến hành bước này, hướng dẫn viên nên cùng các nhóm trưởng đi thăm các gia đình để ghi nhận các thành quả mà người dân đã đạt được.
- Hướng dẫn viên cùng thảo luận với trưởng bản để phối hợp thực hiện bước này tốt hơn và tiếp tục truyền thông về nước sạch vệ sinh và vệ sinh môi trường vào nội dung các buổi họp thường xuyên của bản

KẾT LUẬN

1. Bạn có thể tìm thấy những gì từ việc đánh giá?

Bạn sẽ thấy nhiều mức độ thành công. Một số nhóm có thể thành công trước thời hạn nhưng một vài nhóm khác lại gặp khó khăn ngay từ đầu. Tuy nhiên bất cứ một sự cải thiện nào dù nhỏ nhất cũng đều là cơ sở để các bản tiếp tục phát triển hoạt động. Hơn nữa, người dân cần thấy kết quả đạt được từ những nỗ lực của họ. Không có những kết quả đó, họ sẽ mất niềm tin vào bản thân và vào những gì mà họ đã rút ra được. Với vai trò là Hướng dẫn viên, bạn có thể ngăn chặn điều này xảy ra bằng cách để cho nhóm xác định những tiến bộ đã đạt được, dù lớn dù nhỏ. Bằng cách làm như vậy, bạn cũng sẽ giúp nhóm xác định được những khó khăn có thể làm giảm thành tựu của nhóm. Từ đó phân tích, lựa chọn giải pháp giải quyết, phát triển kế hoạch mới, phân công nhiệm vụ, giám sát và đánh giá kết quả.

2. Điều chỉnh chương trình

Giám sát và đánh giá là một quá trình liên tục. Nó sẽ có những phản hồi lại cho nhóm và sẽ giúp nhóm rút ra những bài học từ những việc chưa thành công, những sai sót (nếu có). Trên cơ sở những thông tin này, nhóm có thể tự thay đổi kế hoạch để tránh những sai sót tiếp theo, vì thế việc cải thiện điều kiện vệ sinh sẽ tiến triển và thu được những thành công lớn hơn.

NHỮNG KIẾN THỨC CƠ BẢN CHO HƯỚNG DẪN VIÊN

I. BỆNH LIÊN QUAN ĐẾN NƯỚC SẠCH, VỆ SINH

Phần lớn các bệnh của chúng ta đều liên quan đến thức ăn, nước uống và vệ sinh sinh hoạt hàng ngày. Sau đây là những thông tin cơ bản của một số bệnh liên quan đến nước và vệ sinh. Các bệnh này bao gồm:

- ✓ Các bệnh đường ruột: Tiêu chảy, tả, kiết lị
- ✓ Các bệnh do ký sinh trùng : giun đũa, giun móc, giun tóc, giun kim
- ✓ Các bệnh do muỗi truyền: sốt rét, sốt xuất huyết
- ✓ Các bệnh đau mắt, ngoài da, phụ khoa: đau mắt hột, đau mắt đỏ, ghẻ, lở, hắc lào, nấm da, viêm phần phụ...

CÁC BỆNH ĐƯỜNG RUỘT (TIÊU CHẢY)

Các bệnh đường ruột thường biểu hiện là tiêu chảy

Tiêu chảy là hiện tượng đi ngoài phân lỏng trên 3 lần một ngày. Lượng phân lỏng càng nhiều thì bệnh càng nặng.

Bệnh tiêu chảy thường do ăn, uống phải những thực phẩm hay nước uống bị nhiễm bẩn phân người (do nước nhiễm bẩn, thức ăn nhiễm bẩn, bàn tay bẩn hoặc các dụng cụ chén bát thìa không sạch...).

Biểu hiện của người bị bệnh tiêu chảy

- ✓ Đi ngoài ba lần hoặc nhiều hơn trong một ngày (24 giờ), phân nhiều nước hơn bình thường, thậm chí có cả máu hoặc nhầy mũi.
- ✓ Đau bụng từng cơn, có khi sốt và rất mệt.

Ở trẻ em ngoài các biểu hiện đau bụng đi ngoài, sốt, nôn, biếng ăn thì gia đình cần theo dõi dấu hiệu mất nước (như khát nước nhiều, mắt trũng, môi khô, khóc không có nước mắt...) để đưa trẻ đi khám và điều trị sớm.

Mức độ nguy hiểm

Bệnh tiêu chảy làm cho trẻ nhỏ và cả người lớn bị mất quá nhiều nước trong cơ thể và có thể dẫn đến tử vong.

Tiêu chảy có thể gây nên hoặc làm cho tình trạng suy dinh dưỡng ở trẻ em trở nên trầm trọng hơn, bởi vì:

- ✓ Các chất dinh dưỡng trong cơ thể bị mất đi
- ✓ Các chất dinh dưỡng được dùng vào việc phục hồi các tế bào bị thương tổn thay vì dành cho tăng trưởng
- ✓ Trẻ bị tiêu chảy có thể không cảm thấy đói nên ăn kém
- ✓ Một số bà mẹ còn hạn chế việc ăn, bú của trẻ .

Đường lan truyền bệnh

Sơ đồ dưới đây cho thấy những con đường bằng thường mà mầm bệnh vào được cơ thể con người: qua bàn tay, qua ruồi (côn trùng), qua đất và nước, qua thức ăn hoặc trực tiếp đi thẳng qua miệng. Tuy nhiên bệnh tiêu chảy bằng qua các con đường đó hầu hết đều có thể ngăn chặn, phòng ngừa được.

Qua bàn tay bẩn: nếu sau khi đi vệ sinh, dọn phân cho trẻ hoặc phân tươi...mà bàn tay không được rửa sạch, mầm bệnh sẽ theo bàn tay vào miệng.

Do côn trùng và các động vật khác: Ruồi thường đậu vào thức ăn và đưa mầm bệnh vào thức ăn và nước uống. Ngoài ra chuột và gián cũng là vật trung gian truyền bệnh.

Do thức ăn: Thức ăn không được nấu chín, thức ăn ôi thiu, nhiễm bẩn.

Do nước uống: Phân người và gia súc gây ô nhiễm nguồn nước. Nếu ta uống nước bị ô nhiễm mà

không được đun sôi trước thì sẽ mắc bệnh.

Phòng bệnh

- ✓ *Giữ gìn bàn tay sạch:* rửa tay bằng nước sạch và xà phòng trước khi ăn, trước khi cho trẻ ăn, trước khi chế biến thức ăn, sau khi đi vệ sinh, vệ sinh cho trẻ và sau khi đi làm ruộng, nương. Thường xuyên cắt ngắn móng tay.
- ✓ *Tiêu diệt côn trùng và các động vật gây bệnh:* diệt ruồi, chuột, gián. Thu gom và xử lý rác thải hợp lý. Thức ăn, nước uống phải đậy kín không để ruồi và các côn trùng, động vật khác xâm nhập vào.
- ✓ *Sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh:* Không đi vệ sinh bừa bãi, mỗi gia đình cần xây dựng và sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh. Đổ phân của trẻ vào nhà tiêu.
- ✓ *Nuôi nhốt súc vật xa nhà, thu gom và ủ phân súc vật*
- ✓ *Thực hiện ăn chín, uống chín mọi lúc mọi nơi:* thức ăn và nước uống cần được đun nấu chín và bảo quản hợp vệ sinh.
- ✓ *Bảo vệ nguồn nước sạch:* Giếng, bể, dụng cụ chứa nước cần có nắp đậy. Nhà tiêu, chuồng gia súc và rác thải sinh hoạt phải cách xa giếng ít nhất 15m.

Cần phải làm gì khi bị tiêu chảy?

- ✓ Cho uống nhiều nước hoặc chất lỏng.
- ✓ Cho uống bất kỳ nước hoặc chất lỏng nào trong các loại sau:
 - Sữa mẹ
 - Dung dịch ô – rê – dôn (ORESOL)
 - Nước lọc, nước đun sôi để nguội
 - Súp, nước cơm, sữa chua
 - Nước trái cây, trà loãng, nước dừa
 - Nước cháo đã nấu nhừ.
- ✓ Cho ăn bình thường
- ✓ Đến cơ sở y tế để được khám và điều trị kịp thời;
- ✓ Thấy dấu hiệu nặng cần đưa ngay đến cơ sở y tế

BỆNH GIUN, SÁN

Trong phân người và phân gia súc chứa nhiều trứng giun, sán như trứng giun đũa, giun móc, giun kim, sán lá gan... Bệnh giun sán chiếm tỷ lệ rất cao trong cộng đồng, có nơi chiếm đến 95% người bị. Giun sán xâm nhập vào cơ thể con người không những qua thức ăn mà còn xâm nhập qua da. Các bệnh giun sán có thể ngăn chặn và phòng ngừa được nếu mọi người thực hiện ăn chín uống chín, vệ sinh cá nhân tốt và sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh.

Biểu hiện của người bị mắc bệnh giun sán

Người bị bệnh giun sán thường bị đau bụng, trẻ em bụng ồng, da xanh xao, thường hay mệt, hoa mắt, chóng mặt.

Mức độ nguy hiểm

Giun sán chủ yếu sống trong lòng ruột con người, chúng hút thức ăn và làm mất máu nên cơ thể suy yếu. Ngoài ra còn gây biến chứng nguy hiểm như tắc ruột hoặc tắc đường mật, dễ dẫn đến tử vong.

Đường lan truyền bệnh

Giun, sán sống chủ yếu trong ruột người. Mỗi con giun đũa cái mỗi ngày đẻ 200.000 trứng. Trứng theo phân ra ngoài, trứng có thể lan ra đất, ra nguồn nước, trứng nở thành con và đi vào cơ thể con người bằng các con đường sau:

- ✓ *Qua thức ăn:* trứng giun sán từ phân, đất, nước bị ô nhiễm sẽ nhiễm vào thức ăn.
- ✓ *Do bàn tay:* bàn tay bị nhiễm bẩn do tiếp xúc với phân, đất bẩn có chứa trứng giun, móng tay để dài và không rửa tay sạch, trực tiếp cầm nắm thức ăn đưa vào miệng. Trẻ em thường mắc giun kim vì trứng giun ở hậu môn, làm trẻ ngứa và dùng tay gãi. Trứng giun sẽ dính vào tay, trẻ lại mút tay hoặc cầm thức ăn và trứng giun sẽ vào cơ thể dễ dàng.
- ✓ *Do ruồi và các động vật khác:* Ruồi sinh sôi nảy nở rất nhanh ở nơi có phân người, phân súc vật và rác thải. Ruồi mang nhiều mầm bệnh và trứng giun sán ở phân vào thức ăn, nước uống, người ăn phải sẽ bị mắc bệnh. Ngoài ra, gián, chuột, chó mèo và các động vật khác cũng đưa mầm bệnh vào thức ăn, nước uống và các vật dụng khác.
- ✓ *Do rau sống và thức ăn nấu không chín:* Rau sống không được rửa sạch, thức ăn nấu không chín hoặc ăn sống sẽ đưa giun sán đi vào cơ thể người và gây bệnh.
- ✓ *Qua da vào cơ thể do tiếp xúc với phân, đất, nước bị nhiễm bẩn:* ấu trùng giun móc thường sống trong đất và nước. Khi tiếp xúc với đất như đi chân đất, tắm nguồn nước bẩn, ấu trùng của giun sẽ chui qua da vào cơ thể để gây bệnh.

Phòng bệnh

- ✓ *Giữ gìn bàn tay sạch:* rửa tay bằng nước sạch và xà phòng trước khi ăn, trước khi cho trẻ ăn, trước khi chế biến thức ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi vệ sinh cho trẻ và sau khi đi làm ruộng, nương. Thường xuyên cắt ngắn móng tay.
- ✓ Vệ sinh thân thể hàng ngày.

- ✓ Ăn chín uống chín.
- ✓ Không đi chân đất.
- ✓ Mỗi gia đình cần phải có nhà tiêu hợp vệ sinh và sử dụng đúng cách. Phân phải được ủ trên 6 tháng. Không sử dụng phân tươi để làm phân bón.
- ✓ **Che đậy thức ăn, nước uống kỹ:** không để ruồi, côn trùng và các động vật khác xâm nhập vào thức ăn. Diệt ruồi, rán, chuột....
- ✓ Thu gom và xử lý rác thải hợp lý.

Cần phải làm gì khi bị nhiễm giun sán?

Cho uống thuốc tẩy giun định kỳ 6 tháng một lần (không tẩy giun cho trẻ dưới 2 tuổi). Cần phải hỏi cán bộ y tế trước khi uống thuốc tẩy giun.

BỆNH SỐT RÉT

Bệnh sốt rét thường xuất hiện ở những vùng miền núi và cao nguyên. Bệnh do muỗi A – nô-phen (muỗi đòn xóc) truyền mầm bệnh vào cơ thể.

Là bệnh do muỗi truyền nên có thể phòng tránh được nếu mọi người, mọi nhà thực hiện tốt công việc tiêu diệt muỗi và phòng muỗi đốt.

Biểu hiện người bị bệnh sốt rét

Khi bị sốt rét sẽ có biểu hiện đầu tiên là rét run từng cơn, sau đó vã mồ hôi và nhức đầu (có thể sốt kéo dài, mỗi ngày một cơn hoặc 2 ngày một cơn - sốt cách nhật).

Mức độ nguy hiểm

Bệnh rất nguy hiểm, chóng hủy hoại hồng cầu và tế bào gan, khiến cho cơ thể người bệnh bị suy yếu dần. Nếu bị bệnh sốt rét ác tính có thể chết nếu không được chữa trị sớm và đúng cách.

Đường lan truyền

- ✓ Ký sinh trùng sốt rét được lan truyền từ người bệnh sang người lành qua muỗi A- nô-phen.
- ✓ Muỗi hút máu người bệnh (người có mang mầm bệnh sốt rét) và ký sinh trùng sốt rét phát triển trong cơ thể muỗi, sau đó truyền mầm bệnh sốt rét sang người lành.
- ✓ Muỗi sốt rét (muỗi A- nô- phen) thường đốt người vào buổi tối.

Phòng bệnh

- ✓ Tiêu diệt muỗi bằng nhiều cách: Phun thuốc diệt muỗi định kỳ, hun, xua, đập muỗi
- ✓ Phát quang bụi rậm, lấp hố nước đọng để muỗi không có chỗ trú ngụ và đẻ trứng;
- ✓ Ngâm màn bằng hóa chất diệt muỗi;
- ✓ Mọi thành viên trong gia đình khi ngủ phải có màn kể cả trên nường rẫy
- ✓ Xếp đặt đồ đạc trong nhà gọn gàng để muỗi không có nơi trú ngụ;
- ✓ Điều trị triệt để người bị bệnh sốt rét;

Cần phải làm gì khi nghi bị Sốt rét?

- ✓ Đến cơ sở y tế để được khám, điều trị kịp thời;
- ✓ Uống thuốc điều trị sốt rét do bác sĩ chỉ dẫn

BỆNH ĐAU MẮT

Đau mắt là một bệnh nhiễm trùng mắt do vi khuẩn gây ra. Bệnh mắt rất dễ lây truyền, đặc biệt ở trẻ em. Bệnh dễ dẫn đến nhìn kém, mù lòa nếu không được chữa kịp thời.

Biểu hiện

Người bị đau mắt đỏ, mắt hột thường mắt bị sưng đỏ hoặc ngứa mắt, chảy nước mắt, nhử mắt ra nhiều gây mờ và khó chịu khiến người bệnh luôn phải dùng tay dụi mắt làm cho đau mắt càng nặng thêm.

Mức độ nguy hiểm

Hiện tượng viêm đi viêm lại ở niêm mạc mắt sẽ dẫn tới sẹo ở mí mắt co kéo lông mi quặp vào trong và cọ xát lên tròng đen làm loét tròng đen rồi dẫn tới mù lòa.

Đường lan truyền

Môi trường khô bụi, vệ sinh cá nhân kém, thiếu nước sạch. Vi khuẩn gây đau mắt có nhiều trong nhử (ghèn) của người đau mắt và có thể lây truyền từ người này qua người khác do tiếp xúc trực tiếp hoặc gián tiếp.

Qua bàn tay: Nếu người bị đau mắt dụi mắt, tay sẽ bị nhiễm ghèn mắt có mang mầm bệnh lây truyền từ người này sang người khác qua bắt tay hoặc đụng chạm trực tiếp.

Qua vật dụng như khăn mặt, áo, chăn, gối...: Vi khuẩn gây đau mắt lây truyền từ người này qua người khác bằng việc dùng chung khăn mặt, áo, chăn, gối...

Thiếu nước sạch: nếu thiếu nước, nên vệ sinh cá nhân kém như không rửa mặt, rửa tay thường xuyên.

Phòng bệnh

- ✓ Vệ sinh cá nhân: Rửa mặt hàng ngày bằng nước sạch và khăn riêng.
- ✓ Vệ sinh nhà ở sạch sẽ.
- ✓ Rửa tay thường xuyên sau khi làm việc.
- ✓ Tắm rửa sạch sẽ hàng ngày bằng nước sạch.
- ✓ Mọi người, mọi nhà đều phải sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh.

Cần phải làm gì khi bị đau mắt?

- ✓ Chữa trị ngay để ngăn ngừa tình trạng lây lan cho nhiều người.
- ✓ Khám và chữa trị theo hướng dẫn của cán bộ y tế.

BỆNH NGOÀI DA

Điển hình là Ghẻ. Cái ghẻ chui qua da, sống ký sinh và đẻ trứng ngay dưới bề mặt da. Bệnh rất dễ lây truyền từ người này sang người khác. Bệnh ghẻ không gây chết người, nhưng gây ngứa ngáy rất khó chịu. Nếu không được điều trị sẽ dẫn tới nhiễm trùng da.

Biểu hiện của người bệnh ghẻ

Ngứa, mẩn và chảy dịch. Chỗ hay bị ghẻ là ở kẽ ngón tay, chân, bẹn, các nếp gấp của chân, tay. Thường ngứa nhiều về đêm, làm cho mất ngủ và nếu kéo dài thường gây trạng thái suy nhược cơ thể.

Mức độ nguy hiểm

Bệnh ghẻ không gây chết người, nhưng gây ngứa ngáy rất khó chịu. Nếu không được điều trị hoặc điều trị không đúng cách sẽ dẫn tới nhiễm trùng lan rộng do cào, gãi. Đặc biệt thường thấy ở trẻ em. Có thể gây suy nhược cơ thể.

Đường lan truyền

Cái ghẻ từ người bị ghẻ lan sang người lành qua tiếp xúc trực tiếp hoặc gián tiếp

- ✓ Tiếp xúc trực tiếp với da
- ✓ Quần áo, màn, chiếu: con ghẻ thường bò từ mặt da sang quần áo, đồ lót, màn chiếu của người bệnh. Do vậy khi sử dụng chung quần áo, màn chiếu ghẻ rất dễ lây sang người lành.
- ✓ Thiếu nước: do thiếu nước nên không tắm rửa thường xuyên được, tạo môi trường thuận lợi cho cái ghẻ phát triển. Bệnh ghẻ thường xảy ra ở những nơi không đảm bảo vệ sinh, vệ sinh cá nhân kém, thiếu nước, thiếu nhà tắm.

Phòng tránh bệnh ghẻ

- ✓ Tránh tiếp xúc trực tiếp với người bị bệnh ghẻ.
- ✓ Không nên dùng chung quần áo, chăn màn,...
- ✓ Quần áo, màn chiếu cần được giặt, phơi nắng
- ✓ Vệ sinh cá nhân: tắm rửa hàng ngày bằng nước sạch (tắm trong nhà tắm kín đáo)
- ✓ Cắt móng tay và giữ tay luôn sạch sẽ

Cần phải làm gì khi bị bệnh ghẻ?

- ✓ Đi khám và điều trị theo chỉ dẫn của bác sỹ.
- ✓ Điều trị bằng thuốc bôi da là phương pháp phổ biến.

BỆNH PHỤ KHOA

Còn gọi là bệnh khí hư hay huyết trắng .

Mức độ nguy hiểm

Khi lượng khí hư (hay dịch tiết âm đạo) nhiều, thay đổi màu sắc, hôi hay ngứa là bệnh khí hư. Nếu điều trị không đúng cách sẽ dẫn đến nhiều biến chứng nguy hiểm, có thể gây vô sinh, có thai ngoài dạ con, đẻ non hoặc gây khó khăn trong quá trình sinh nở

Đường lây truyền

- ✓ Vệ sinh cá nhân kém. Không tắm rửa thường xuyên, sử dụng nước nhiễm bẩn, vệ sinh phụ nữ kém, nhất là trong những ngày kinh nguyệt.
- ✓ Mặc quần lót ẩm ướt.
- ✓ Quan hệ tình dục không an toàn, không vệ sinh sạch sẽ

Phòng tránh

- ✓ Vệ sinh cá nhân hàng ngày, tắm rửa thường xuyên với nước sạch.
- ✓ Trong kỳ kinh nguyệt cần vệ sinh cẩn thận, thay băng một ngày 2 -3 lần. Dùng nước sạch để vệ sinh phụ nữ.
- ✓ Quần áo lót giặt bằng xà phòng và phơi ngoài nắng.

Phụ nữ và nam giới cần phải làm gì ?

- ✓ Cần được khám phụ khoa định kỳ
- ✓ Dùng thuốc theo chỉ định của bác sĩ
- ✓ Khi nghi ngờ mắc bệnh thì cả vợ và chồng cùng đi khám và điều trị tại cơ sở y tế.

II. VẤN ĐỀ GIỚI TRONG CHƯƠNG TRÌNH NƯỚC, VỆ SINH MÔI TRƯỜNG VÀ VỆ SINH CÁ NHÂN

Giới và Giới tính khác nhau như thế nào?

- Giới tính là sự khác biệt về mặt sinh học giữa nam và nữ, ví dụ chỉ phụ nữ mới có thể mang thai và nuôi con bằng sữa mẹ, trong khi chỉ có nam giới mới có khả năng làm cho phụ nữ có thai. Giới tính gắn với chức năng sinh sản của nam và nữ. Điều này là không thay đổi được.
- Giới là sự khác biệt về mặt xã hội giữa nam và nữ. Sự khác biệt đó thể hiện trong vai trò, trách nhiệm và hành vi của nam và nữ, ví dụ có sự khác biệt giới hay bất bình đẳng giới trong phân công lao động giữa nam và nữ, trong việc tiếp cận với thông tin, giáo dục, trong tham gia hoạt động xã hội và ra quyết định. Giới có thể thay đổi được để hướng tới một mối quan hệ hài hòa, bình đẳng giữa nam và nữ, có lợi cho sự phát triển của cá nhân, gia đình và cộng đồng.

Mối liên hệ giữa vấn đề Giới và vấn đề về nước, vệ sinh và hành vi vệ sinh được hiểu như thế nào?

1/ Vai trò và nhiệm vụ của nam và nữ rất mất cân đối:

- Phụ nữ thường phải làm hầu hết các công việc nhà gia đình liên quan đến hành vi vệ sinh như: lấy nước, nấu ăn, giặt giũ, tắm rửa cho con cái, dạy con, chăm sóc con khi con ốm, lau rửa công trình vệ sinh, v.v... Gánh nặng công việc này ảnh hưởng đến sức khỏe của phụ nữ, làm cho phụ nữ không có thời gian tham gia hoạt động xã hội và tiếp cận với thông tin, kiến thức mới, dẫn đến sự thiếu tự tin trong gia đình và xã hội. Sự bất cập này cần được thay đổi thông qua sự chia sẻ của nam giới trong việc nhà và khuyến khích phụ nữ tham gia nhiều hơn các hoạt động cộng đồng.
- Đàn ông thường chịu trách nhiệm ra quyết định: chọn lựa, thiết kế, chi phí, quản lý và bảo dưỡng các công trình nước và vệ sinh (hệ thống nước, giếng, nhà vệ sinh, nhà tắm, v.v...). Thực tế này cho thấy là trong khi phụ nữ là người làm nhiều các công việc liên quan đến nước và vệ sinh thì tiếng nói, kinh nghiệm của phụ nữ đã không được chú ý. Điều này dẫn đến việc thiết kế, sử dụng và quản lý các công trình nước và vệ sinh không có hiệu quả, khi không đáp ứng được nhu cầu và nguyện vọng của phụ nữ - những người sử dụng và hưởng lợi trực tiếp.

2/ Hành vi, mong đợi và nhu cầu của nam giới và nữ giới khác nhau. Ví dụ:

- Không nên có suy nghĩ là phụ nữ và nam giới thì có nhu cầu, mong đợi giống nhau, vì họ có vai trò và trách nhiệm khác nhau. Ví dụ:
- Vị trí của nhà tiêu đặc biệt quan trọng vì việc sử dụng nhà tiêu liên quan nhiều đến yếu tố văn hóa, và thường khác nhau giữa nam và nữ (ví dụ như sự kín đáo, riêng tư, v.v...)
- Phụ nữ có thể không thích nhà tiêu dội nước vì họ phải mất công vận chuyển nước.

3/ Công tác truyền thông và thông điệp phải được dành cho cả nam và nữ vì cần khuyến khích nam giới ủng hộ và chấp nhận hành vi vệ sinh và nhu cầu của với nữ giới có thể khác với nam giới.

Tại sao lại cần lồng ghép giới trong chương trình nước, vệ sinh và vệ sinh môi trường?

Một chiến lược nhạy cảm giới sẽ giúp huy động tất cả thành viên cộng đồng vào quá trình thực hiện thông qua:

- Đề cập đến nhu cầu đặc biệt của nam và nữ mà không ảnh hưởng đến sự phân công công việc theo giới.
- Mang lại cơ hội như nhau cho nam và nữ trong cải thiện cuộc sống của bản thân, gia đình, cộng đồng.
- Phân bổ công việc giữa nam và nữ một cách công bằng hơn: nam sẽ giúp việc nhà nhiều hơn và nữ tham gia nhiều hơn vào quá trình ra quyết định.
- Hiệu quả thực hiện các chương trình nước, vệ sinh và vệ sinh môi trường sẽ cao hơn khi thu hút được tiếng nói, sự đóng góp, kinh nghiệm của cả nữ và nam.

Làm thế nào để đảm bảo chúng ta đã có lồng ghép giới trong các hoạt động?

Vai trò của hướng dẫn viên là rất quan trọng trong việc đưa vấn đề giới vào các hoạt động thay đổi hành vi vệ sinh theo phương pháp PHAST. Hướng dẫn viên cần:

- Đảm bảo số lượng hợp /cân bằng giữa nam và nữ trong tập huấn, hoạt động cộng đồng, thành phần ban quản lý.
- Đảm bảo phụ nữ tham gia tích cực trong các hoạt động và cần thay đổi nếu cần (thời gian, độ dài, v.v...).
- Đảm bảo lắng nghe ý kiến, quan điểm của phụ nữ.
- Giúp cho nam giới hiểu và khuyến khích sự tham gia của phụ nữ vào quá trình tham khảo ý kiến trong quá trình ra quyết định và công tác quản lý.
- Cùng với cả nam và nữ, đánh giá xem hành vi vệ sinh nào của nam và nữ cần thay đổi và ai là người chịu trách nhiệm thay đổi.
- Đảm bảo đề cập đến việc nam giới cần thay đổi hành vi vệ sinh và tham gia vào việc nhà cùng với phụ nữ

Đảm bảo chương trình không làm tăng gánh nặng cho phụ nữ mà góp phần làm cân bằng trách nhiệm và công việc giữa nam và nữ

III. QUẢN LÝ PHÂN NGƯỜI

1. Giới thiệu một số nhà tiêu hợp vệ sinh

Có 4 loại nhà tiêu hợp vệ sinh đang sử dụng phổ biến tại các vùng nông thôn miền núi nước ta hiện nay, bao gồm: Nhà tiêu hố đào chi phí thấp, nhà tiêu hố đào cải tiến, nhà tiêu 2 ngăn sinh thái, nhà tiêu thấm dột nước. Cuốn sách hướng dẫn này sẽ không giới thiệu về mô hình nhà vệ sinh tự hoại do ít gia đình có điều kiện làm.

Nhà tiêu hố đào chi phí thấp

Ưu điểm:

- Dễ sử dụng và bảo quản
- Sạch sẽ, không mùi hôi nếu sử dụng và vệ sinh đúng cách
- Không cần nước để dội
- Tận dụng được nguồn phân bón
- Hầu hết vật liệu có thể kiếm được tại địa phương, chi phí không đáng kể.

Nhược điểm:

- Không có đường thoát nước tiểu riêng.
- Khi hố tiêu đầy phải dời sang hố khác hoặc lấy phân ra.
- Có nguy cơ gây ô nhiễm nguồn nước ngầm

Nhà tiêu hố đào cải tiến

Ưu điểm:

- Dễ sử dụng và bảo quản
- Sạch sẽ, không mùi hôi nếu sử dụng và vệ sinh đúng cách
- Không cần nước để dội
- Tận dụng được nguồn phân bón
- Cần ít vật liệu, dễ xây dựng với vật liệu có sẵn nên rẻ tiền

Nhược điểm:

- Không sử dụng được nơi đất chật người đông, vùng ngập nước

- Khi hố tiêu đầy phải dời sang hố khác hoặc lấy phân ra

Nhà tiêu 2 ngăn sinh thái

Ưu điểm:

- Diệt được hết mầm bệnh nếu sử dụng đúng cách
- Tận dụng được nguồn phân đã ủ
- Khô ráo, sạch sẽ, không có mùi hôi thối, ruồi nhặng
- Không phải dùng nước để dội
- Giá thành phù hợp với vùng nông bản
- Sử dụng thuận tiện

Nhược điểm:

- Giá thành cao hơn nhà tiêu hố đào cải tiến
- Luôn phải đảm bảo đủ chất độn như tro bếp
- Thời gian ủ phân tối thiểu là 6 tháng

Nhà tiêu thấm dội nước

Ưu điểm:

- Không có mùi hôi thối, không có ruồi nhặng
- Tốn ít nước dội
- Kỹ thuật đơn giản
- Dễ sử dụng và bảo quản

Nhược điểm:

- Dễ gây ô nhiễm nguồn nước ngầm nông
- Chỉ sử dụng được ở nơi có nhiều nước và đất có khả năng thấm nước tốt

2. Cách bảo quản và sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh

- Không phóng uế, không có phân quanh nhà tiêu
- Nhà tiêu được mọi người trong gia đình sử dụng, cả người lớn và TRẺ EM.
- Nhà tiêu được sử dụng và bảo dưỡng đúng cách:

- Nhà tiêu hố đào cải tiến:
 - Cần tách nước tiểu chảy riêng ra ngoài
 - Có tro đổ vào và đậy nắp sau khi đi vệ sinh
 - Khi hố đầy, lấp kín lại ủ phân và đào hố khác
 - Mặt bệ có thể đổi sang nhà tiêu mới.
- Nhà tiêu 2 ngăn:
 - Nhà tiêu luôn phải Kín- Khô- Sạch
 - Cần tách nước tiểu chảy riêng ra ngoài
 - Có tro đổ vào và đậy nắp sau khi đi vệ sinh
 - Chỉ sử dụng 1 ngăn, một ngăn ủ
 - Thời gian ủ phân tối thiểu (6 tháng)
- Nhà tiêu thấm dội nước
 - Không vớt giấy cứng, que hoặc lá vào trong lỗ tiêu
 - Dội nước sau khi đi vệ sinh
 - Bể chứa khi đầy cần hút hoặc lấy mùn phân ra

IV. QUẢN LÝ PHÂN GIA SÚC

1. Chuồng trại gia súc hợp vệ sinh

- Chuồng gia súc cần làm xa nhà và được thường xuyên dọn dẹp
- Phân gia súc cần được thu gom vào hố và ủ đúng cách.

2. Cách ủ phân gia súc

a. Chọn vị trí ủ: Nên chọn vị trí ủ ở gần chuồng trại, tốt nhất là ủ phân ngay sau chuồng (để không phải chuyển phân đi xa), trên nền đất cứng để thoát nước, có mái che mưa nắng.

b. Vật liệu để ủ phân: Một tấn phân chuồng (gồm phân gia súc, chất độn chuồng như rơm rạ, phân xanh, mùn rác...) + 20kg vôi bột + 10 kg lân.

c. Cách ủ phân chuồng: Gồm 2 cách: ủ nổi và ủ chìm

Cách ủ nổi (ủ thành đống trên mặt đất):

- Đổ một lớp phân đã trộn đều chất độn chuồng dày khoảng 30 cm đến 40 cm rồi rắc lên trên một lớp vôi bột và lân rồi lại đổ tiếp một lớp phân dày như vậy. Nếu hỗn hợp phân khô thì có thể tưới thêm nước cho đủ ẩm.
- Cứ 2 ngày lại xếp thêm một lớp phân mới.
- Khi đống phân cao khoảng 1,5 m thì trát phủ kín bằng một lớp bùn trộn rơm.
- Sau khoảng 1 tháng đến 1,5 tháng (tùy thuộc nhiệt độ môi trường) tiến hành đảo đống phân từ trên xuống dưới, nếu thấy phân khô thì tưới thêm nước sau đó ủ kín cho đến khi hoai mục thì sử dụng bón cho cây trồng (tốt nhất là sau 6 tháng).

Cách ủ chìm (đào hố để ủ):

- Đáy và phần chìm của hố ủ được lát gạch hoặc trát xi măng hoặc lót bằng ni - lông hay lá chuối tươi để chống nước ngầm xâm nhập hoặc nước phân chảy đi.
- Kích thước hố ủ: Sâu từ 0,7m đến 1m (hố quá sâu sẽ gây khó khăn khi lấy phân), chiều rộng của hố phụ thuộc vào lượng phân cần ủ, có thể từ 1m đến 1,3 m.
- Cách rải phân xuống hố và ủ phân tương tự như ủ phân nổi. Trước khi rải phân, dùng rơm rạ lót xuống đáy hố dày từ 20 cm đến 25 cm. Khi hố ủ đầy thì dùng rơm rác và đất bột phủ kín trên hố phân.



Tài liệu này được thực hiện với sự tài trợ của Liên Minh Châu Âu. Nội dung của tài liệu do các tác giả chịu trách nhiệm và không liên quan tới Liên Minh Châu Âu trong bất kỳ trường hợp nào.