ਦਫਤਰ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਪੰਜਾਬ,ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ

ਐਸ.ਸੀ.ਓ.ਨੰ: 104-106,ਦੂਜੀ ਮੰਜ਼ਿਲ, ਸੈਕਟਰ-34ਏ, ਈ-ਮੇਲ dgsepunjab18@gmail.com
ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰ: 5015864,5015865, ਫੈਕਸ ਨੰ: 2624687

ਵੱਲ

ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ(ਸੈ.ਸਿ)
ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ(ਐ.ਸਿ)
ਸਮੂਹ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ(ਵੈਬ ਸਾਈਟ)
ਪੰਜਾਬ ।

ਮੀਮੋ ਨੰ: ਐਮ.ਡੀ.ਐਮ/ਜੀ.ਐਮ/2012/3777-3816
ਮਿਤੀ,ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ: 27 ਦਸੰਬਰ 2012

ਵਿਸ਼ਾ: ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਸਰੀਰਕ ਪੱਖੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਨਾਖਤ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਉਪਚਾਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ।

1.0 ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਸਾਢੇ ਛੱਬੀ ਲੱਖ ਬੱਚੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਕੂਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਅਧੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹਰੇਕ ਛਿਮਾਹੀ ਹੈਲਥ ਚੈਕਅੱਪ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਰੋਨਿਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਮੁਫਤ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਸਰੀਰਕ ਪੱਖੋਂ ਕਮਜੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਨਾਖਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਡੀ ਮਾਸ ਇੰਨਡੈਕਸ(ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ) ਦਾ ਫਾਰਮੂਲਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ, ਕੱਦ ਅਤੇ ਭਾਰ ਵੇਖਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ਦਾ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਇੰਨਡੈਕਸ ਕੱਢਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

2.0 ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਸਬੰਧੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਉਮਰ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਇੰਨਡੈਕਸ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਇੰਨਡੈਕਸ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਕਮਜੋਰ ਬੱਚੇ ਅਲਾਨੇ ਜਾਣੇ ਯੋਗ ਹਨ ।

1.	6 ਤੋਂ 10 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ	ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ. 13 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ
2.	10 ਤੋਂ 14 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ	ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ.14 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ
3.	14 ਤੋਂ 18 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ	ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ. 15 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ
4.	18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ	ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ.16 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ

3.0 ਉਕਤ ਅਨੁਸਾਰ ਜੋ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਕੱਢਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਦਾ ਫਾਰਮੂਲਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ:-

$$\text{ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ} = \frac{\text{ਭਾਰ (ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ)}}{\text{ਕੱਦ (ਮੀਟਰਾਂ ਵਿੱਚ)}^2}$$

ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ 6 ਤੋਂ 10 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਕੱਦ 120 ਸੈਟੀਮੈਂਟਰ(1.20 ਮੀਟਰ ਹੈ) ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਭਾਰ 18 ਕਿਲੋਗਰਾਮ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ (ਬਾਡੀ ਮਾਸ ਇੰਨਡੈਕਸ)=

$$\frac{18}{(1.20)^2} = 12.5$$

ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਬੱਚੇ ਦਾ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ 12.5 ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਬੱਚਾ ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ। ਪੈਰਾ ਨੰਬਰ 2 ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਉਮਰ ਦੇ ਟੇਬਲ ਅਨੁਸਾਰ ਅਤੇ ਪੈਰਾ 3 ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਫਾਰਮੂਲੇ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਦੇਖਿਆ

ਜਾਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਦੱਸੇ ਹੋਏ ਆਂਕੜੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲ ਤੁਰੰਤ ਉਚਿੱਤ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

4.0 ਇਸ ਲਈ ਉਕਤ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਆਪ ਜੀ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪ ਜੀ ਅਧੀਨ ਪੈਂਦੇ ਸਾਰੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੱਦ ਅਤੇ ਭਾਰ ਨਾਪ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਕੱਢਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਜਿਹੜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਪੰਜਾਬ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਇੰਨਡੈਕਸ ਦੇ ਆਂਕੜੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਨਾਖਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਨਾਮ ਅਲੱਗ ਰਜਿਸਟਰ ਤੇ ਨੋਟ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ।

5.0 ਇਹ ਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਘੱਟ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਗੰਭੀਰ ਕੁਪੋਸਨ ਜਾਂ ਘੱਟ ਪੋਸ਼ਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਵੱਲ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋ ਕੇ ਚੰਗੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਕਾਬਲ ਹੋ ਸਕਣ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਤੋਂ ਅੱਠਵੀਂ ਕਲਾਸ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਪਿਹਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਸਕੀਮ ਅਧੀਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਜੋ ਉਕਤ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਘੱਟ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਦਾ ਸਿਕਾਰ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਇਹ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ, ਅਧਿਆਪਕ, ਸਕੂਲ ਕਮੇਟੀਆਂ ਅਤੇ ਪੰਚਾਇਤ ਇਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਵੱਲ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਪੋਸਨ ਵਾਲੇ ਇੰਨਡੈਕਸ ਤੋਂ ਉਤੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਮੱਦਦ ਨਾਲ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮੁਫਤ ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣ ਦੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣ।

6.0 ਇਕ ਮੋਟੇ ਜਿਹੇ ਅੰਦਾਜੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਲਗਭੱਗ 4 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਆਂਕੜੇ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਘੱਟ ਹੈ । ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਇਹ ਇਖਲਾਕੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਵੱਲ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦੇ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਪੋਸਨ/ਘੱਟ ਪੋਸ਼ਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਜਾਵੇ । ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਹੰਭਲਾ ਮਾਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਂਝੇ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਯਤਨਾ ਸਦਕਾ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਵਗੈਰਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਅਧਿਆਪਕ ਰਾਬਤਾ ਕਾਇਮ ਕਰਕੇ ਯੋਗ ਕਦਮ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

7.0 ਇਹ ਵਿਚਾਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਤਿਕਾਰਤ ਅਧਿਆਪਕ ਵਰਗ ਜੇਕਰ ਅਜਿਹੇ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਤੀ ਅਧਿਆਪਕ ਅਡਾਪਟ ਕਰ ਲਵੇ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਬੀ.ਐਮ.ਇੰਨਡੈਕਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੇ ਕੁਪੋਸਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

8.0 ਮੈਂ ਆਸ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਤੇ ਨੇਕ ਕੰਮ ਲਈ ਸਮੂਹ ਅਧਿਆਪਕ ਧਿਆਨ ਦੇਣਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਕੱਲ ਦਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਨਿੱਗਰ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂੰ,ਆਈ.ਏ.ਐਸ
ਸਕੱਤਰ-ਕਮ-ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ

ਪਿੱਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: ੬੨੩ ਮਿਤੀ,ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ:27ਦਸੰਬਰ 2012

ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਅਤੇ ਫੈਮਲੀ ਵੇਲਫੇਅਰ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਫਤਰ ਦੇ ਪੱਤਰ ਨੰ: ਐਚਈਐਨ/ਪੀਬੀ/2012/2073 ਮਿਤੀ 19.12.2012 ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਵਿੱਚ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂੰ,ਆਈ.ਏ.ਐਸ
ਸਕੱਤਰ-ਕਮ-ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ

ਪਿੱਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: ੬੨੩ ਮਿਤੀ,ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ:27 ਦਸੰਬਰ 2012

ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਪੇਂਡੂ ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਪੰਚਾਇਤ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਇਸ ਬੇਨਤੀ ਨਾਲ ਕਿ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਮੂਹ ਸਬੰਧਤਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ।

ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂੰ,ਆਈ.ਏ.ਐਸ
ਸਕੱਤਰ-ਕਮ-ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ

ਪਿੱਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: ੬੨੩ ਮਿਤੀ,ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ:27ਦਸੰਬਰ 2012

ਉਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮੈਨੇਜਰ ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ ਨੂੰ ਇਸ ਹਦਾਇਤ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਘੱਟ ਬੀ.ਐਮ.ਆਈ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਡਾਟਾ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚੋਂ ਸਹਾਇਕ ਬਲਾਕ ਮੈਨੇਜਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਸੰਕਿਲਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਇਹ ਡਾਟਾ ਜੀ.ਐਮ. (ਮਿਡ-ਡੇ-ਮੀਲ) ਨੂੰ ਈ-ਮੇਲ middaymealchd@yahoo.com ਰਾਹੀਂ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇ ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਰੀਵਿਊ ਕਰਿਆ ਕਰਨਗੇ।

ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂੰ,ਆਈ.ਏ.ਐਸ
ਸਕੱਤਰ-ਕਮ-ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ