शिवालय गाउँपालिका, जाजरकोट
कर्णाली प्रदेश, नेपाल

पहुँच परियोजना
सफलताका कथाहरू

पहुँच परियोजना

सफलताका कथाहरू

शिवालय गाउँपालिका
SHIBALAYA RURAL MUNICIPALITY
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
OFFICE OF THE RURAL MUNICIPALITY EXECUTIVE
सिमा, जाजरकोट
SIMA, JAJARKOT

कर्णाली प्रदेश, नेपाल
KARNALI PROVINCE NEPAL

पत्र संख्या Reference No.: २०८१।०८२
चलानी नम्बर Dispatch No. :

भनाई

नेपालको संविधान २०७२ ले सामाजिक सुरक्षालाई नागरिकको हकको रुपमा स्थापित गरिदिएको छ । समाजमा पछाडी परेका, असाह्य, जोखिम तथा संकटासन्नतामा रहेका नागरिकहरुलाई राज्यको तर्फबाट सामाजिक सुरक्षाको प्रत्याभूतिका लागि संघीय सरकार, प्रदेश सरकारका साथसाथै स्थानीय सरकारले पनि विभिन्न कार्यक्रमहरु निर्माण गरि सञ्चालन गरिरहेको छ । यस गाउँपालिकामा पुहँच परियोजनाले सन् २०२२ देखि सरकारको प्राथमिकतामा रहेको सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रमहरुलाई नागरिक सम्मको सहज पहुँचमा लैजानका लागि प्रभावकारी रुपमा कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ । यसै सन्दर्भमा सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्न छुटेका व्यक्तिहरुलाई आवश्यक सहयोग तथा समन्वय गरि उनीहरुलाई पहुँचमा ल्याउने र बाल पोषण भत्ता प्राप्त गर्ने बालबालिकाका अभिभावकहरुलाई बालबालिकाको उचित स्याहार सुसार, उनीहरुसँग सुमधुर सम्वन्ध स्थापना तथा पोषण सम्बन्धि अभिभावक सचेतना कार्यक्रम पनि सञ्चालन गर्दै आएको छ । यो कार्यक्रमले साच्चिकै बालबालिकाको सर्वाङ्गिण विकासमा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको देखिएकोले यस गाउँपालिकाले पनि सहकार्य गर्दै आईरहेको छ । परियोजनाका क्रियाकलापहरुद्धारा लाभग्राहीहरुमा परेको सकारात्मक प्रभावहरुलाई समेटेर सफलताका कथाहरु प्रकाशन गर्ने योजना जुन रहेको छ यो साह्रै सहानीय छ र कथाहरु गाउँपालिकाको वेवसाईटमा राखेर नागरिकलाई सुसुचित गर्दा यसको प्रभावकारिता अझ बढी रहने भएकोले यसका लागि सहयोगी हातको रुपमा रहेकोमा सेभ द चिल्ड्रेन र पहाडी क्षेत्र विकास अभियान जाजरकोटलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु । पहुँच परियोजनाले हाम्रो गाउँपालिकामा गरेको यो प्रभावकारी कार्यको म प्रशंसा गर्न चाहन्छु र भविष्यमा यस्तै कार्यक्रमको अपेक्षा गर्दछु ।

....
शेर बहादुर शाही
अध्यक्ष
शिवालय गाउँपालिका, जाजरकोट

Website:www.shibalayamun.gov.np ,Email:shibalayamun@gmail.com
Contact: 9858084522
"व्यावसायिक र सिर्जनशीलप्रशासन,विकास समृद्धि र सुशासन"

शिवालय गाउँपालिका
SHIBALAYA RURAL MUNICIPALITY
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
OFFICE OF THE RURAL MUNICIPALITY EXECUTIVE
सिमा, जाजरकोट
SIMA, JAJARKOT

कर्णाली प्रदेश, नेपाल
KARNALI PROVINCE NEPAL

पत्र संख्या Reference No.: २०८१।०८२
चलानी नम्बर Dispatch No.:

भनाई

सामाजिक सुरक्षा भत्ता तथा अभिभावक सचेतना कार्यक्रम सेभ द चिल्ड्रेन र पहाडी क्षेत्र विकास अभियान जाजरकोटको साझेदारी तथा यस गाउँपालिकाको सहकार्यकमा सन् २०२२ देखि सञ्चालन भईरहेको छ । परियोजनाले सामाजिक सुरक्षा भत्ताका लागि योग्य भएर पनि विभिन्न कारणले छुटेका व्यक्तिहरुको पहिचान गरि उनीहरुलाई भत्ताको पहुँचमा ल्याउन प्रभावकारी भूमिका रहेको छ । यसका साथै बाल पोषण भत्ता प्राप्त गर्ने बालबालिकाका अभिभावकहरुलाई अभिभावक सचेतना कार्यक्रम पनि सञ्चालन गरि बालबालिकाको विकासमा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको कुरा मैले प्रत्यक्ष रुपमा अनुगमनको दौरान महशुस गरेको छु । परियोजनाले पारेको प्रभावलाई लिएर गाउँपालिकासँगको सहकार्यमा सफलताका कथाहरु निर्माण गर्न सहयोगी भूमिका खेलेकोमा परियोजनाको सम्पुर्ण टिमलाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

गीता शाही
उपाध्यक्ष
शिवालय गाउँपालिका, जाजरकोट

शिवालय गाउँपालिका

SHIBALAYA RURAL MUNICIPALITY |

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

OFFICE OF THE RURAL MUNICIPALITY EXECUTIVE

सिमा, जाजरकोट

SIMA, JAJARKOT

कर्णाली प्रदेश, नेपाल

KARNALI PROVINCE NEPAL

शिवालय गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय सिमा जाजरकोट कर्णाली प्रदेश नेपाल २०७३

पत्र संख्या Reference No.: २०८१।०८२

चलानी नम्बर Dispatch No. :

भनाई

बाल संवेदनशील सामाजिक सुरक्षा परियोजना सेभ द चिल्ड्रेन र पहाडी क्षेत्र विकास अभियान जाजरकोटको साझेदारी र यस गाउँपालिकाको सहकार्यमा सन् २०२२ देखि सञ्चालन भईरहेको छ । परियोजनाले सामाजिक सुरक्षा भत्तामा नागरिकहरुको पहुँच सुनिश्चित गर्न विभिन्न गतिविधि सञ्चालन गर्दै आईरहेको छ र जसले गर्दा वास्तविक सहयोगको आवश्यकता भएका र सूचनाको पहुँचबाट बाहिर रहेका विपन्न तथा जोखिममा रहेका समुदायलाई सामाजिक सुरक्षा भत्तामा दर्ताको लागि प्रभावकारी रुपमा कार्य गर्दै आइरहेको छ । यस साथसाथै बालबालिका र अभिभावकबीचको सु सम्बन्ध स्थापना गर्न, बालबालिकाको उचित स्याहार सुसारका लागि अभिभावक सचेतना कार्यक्रम पनि सञ्चालन गरिरहेको छ । अभिभावक सचेतना कार्यक्रमले समुदायका विशेष गरि आमाहरुको बालबालिकालाई हु◌ुर्काउने परम्परागत हानिकारक अभ्यासहरुलाई घटाउदै बालबालिकालाई सकारात्मक तवरबाट कुराकानी तथा स्याहार सुसार गर्ने वातावतरणको सृजना भएको छ । परियोजनाले गाउँपालिकासँगको सहकार्यमा आफ्ना गतिविधि निर्माण गरि स्थानीय सरकारको नीति तथा कार्यक्रममा सहयोगी भूमिका खेलेको छ । यसै सन्दर्भमा परियोजना सञ्चालनका कारण लाभग्राहीमा परेका सकारात्मक प्रयासहरुलाई समेटेर सफलताका कथा प्रकाशन गर्न र यस पालिकाको वेवसाईटबाट उक्त कथाहरु प्रकाशन गर्न सहयोगी भूमिका खेल्नुभएकोमा सेभ द चिल्ड्रेन र पहाडी क्षेत्र विकास अभियान जाजरकोटलाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

....

गोपाल शाही

प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत

शिवालय गाउँपालिका, जाजरकोट

पहुँच परियोजनाको एक संक्षिप्त परिचय

परियोजनाको नामः बाल संवेदनशील सामाजिक सुरक्षा परियोजना (पहुँच)
परियोजनाको अवधिः सन् २०२२ जनवरीदेखि २०२५ डिसेम्बरसम्म
परियोजना सञ्चालन गर्ने संस्थाः पहाडी क्षेत्र विकास अभियान, (HRDC) जाजरकोट ।
परियोजनाको कार्यक्षेत्रः शिवालय गाउँपालिकाका सबै ९ वटा वडा
सहयोगी संस्थाः सेभ द चिल्ड्रेन
परियोजनाले काम गर्ने मुख्य क्षेत्रहरूः

- नेपाल सरकारद्वारा प्रदान गरिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता कार्यक्रमको प्रभावकारी कार्यान्वयन प्रणाली सवलीकरणको लागि स्थानीय सरकारसँग समन्वय तथा सहकार्य गर्ने,
- सामाजिक सुरक्षा भत्ताका लागि योग्य तर विविध कारणले यसबाट वञ्चित व्यक्तिहरूको पहिचान गरि उनीहरूलाई सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्तिको लागि दर्ता प्रकृयामा ल्याउन आवश्यक सहयोग र सहजीकरण गर्ने,
- बाल पोषण भत्ता प्राप्त गर्ने बालबालिकाका अभिभावकहरूलाई अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालनका लागि स्थानीय सरकारसँग समन्वय तथा सहकार्य गर्ने,
- जोखिम तथा संकटासन्नतामा रहेका नागरिकहरूलाई सामाजिक सुरक्षा प्रदान गर्न स्थानीय सरकारको नीति निर्माणमा सहयोग गर्ने ।

सन् २०२२ देखि हालसम्म परियोजनाले हाँसिल गरेका प्रमुख उपलब्धिहरूः

गाउँपालिकाका ९ वटा वडाका २५ जना महिलाले अभिभावक कक्षा सहजीकरण सम्बन्धि तालिम प्राप्त गरि समूदायस्तरमा अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेका छन् ।

५३९ (७ जना पुरूष) जना अभिभावकले अभिभावक सचेतना कार्यक्रमका १२ वटा साप्ताहिक कक्षामा सहभागी भई नमुना अभिभावकको रूपमा आफूलाई समुदायमा चिनाएका छन् र अन्य अभिभावकहरूलाई पनि असल अभिभावक बन्नका लागि उत्प्रेरित गरिरहेका छन् ।

नेपाल सरकारले प्रदान गर्ने सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्न योग्य तर छुटेका भनि पहिचान भएका जम्मा ४५ जना मध्ये बालपोषण भत्ताको लागि ३२ जना सामाजिक सुरक्षा भत्ता कार्यक्रममा दर्ता भई सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गरिरहेका छन् ।

पालिकाको प्रणाली सवलीकरणको क्षेत्रमा केही उल्लेख्य कार्य भएका छन्, जस्तै— सामाजिक सुरक्षा नीति निर्माण, अभिभावक सचेतना कार्यक्रम निर्देशिका निर्माण, सामाजिक सुरक्षामा सबैको पहुँच सुनिश्चितताका लागि आधारभूत कार्यविधि निमार्ण भई कार्यान्वयन भइरहेको छ ।

स्थानीय जनप्रतिनिधिहरुको भनाई

शिवालय गाउँपालिकामा सामाजिक सुरक्षाबाट बञ्चित भएका र घटना दर्ताबाट बञ्चित भएका व्यक्तिहरु कोही पनि नछुटुन भनि समुदाय स्तरबाट खोजी खोजी पहुँचमा ल्याउने कार्यमा सहयोग गरेको छ ।

गोपाले दमाई, वडा नं ५

यस शिवालय वडा नं ७ मा पहँच परियोजनाले सरकारको प्राथामिकतामा रहेको सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रमलाई नागरिक सम्मको सहज पहुँचमा लैजानको लागी प्रभावकारी रुपमा कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । यो कार्यक्रमले साँच्चिकै बालबालिकाको विकासमा महत्वपुर्ण भुमिका खेलेको देखिएकोले यस शिवालय गाउँपालिका वडा नं ७ ले पनि सहकार्य गर्दै आएको छ ।

टाइरेन्ट शाही , वडा नं ७

वडा सम्म आएर आफ्नो कुरा आफै राख्न नसक्ने, अपांगता भएका व्यक्तिहरु, बाल पोषण भत्ता पाउने बालबालिकाहरुको पहिचानको लागी घरधुरी नक्सांकन गर्ने र पहिचान भएकाहरुलाई आवश्यक प्रमाण पुर्याएर सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रममा समावेश गर्ने कार्यमा यस पहुँच परियोजनाले महत्वपुर्ण भुमिका खेलेको छ । सामाजिक सुरक्षा सम्बन्धी गाउँपालिकाको नीति निर्माणमा सहयोग गरेको छ जुन साह्रै नै सह्रानीय छ ।

जसविर वली , वडा नं ८

अपांगता भएका व्यक्ति तथा बाल पोषण पाउने बालबालिकाका अभिभावकहरु सामाजिक सुरक्षा भत्ता पाउनको लागी आवश्यक पर्ने कागजातहरु जुटाउन नसक्दा भत्ता पाउन योग्य भएपनि छुटिरहेका थिए । यस्तो अवस्थामा पहुँच परियोजनाले हाम्रो वडामा छुटेका व्यक्तिहरुको पहिचान गरि वडा कार्यालयको सहयोगमा सामाजिक सुरक्षा कार्यक्रममा समावेश गर्न सहयोग गरेको छ । बालपोषण भत्ता पाउने बालबालिकाको आमाहरुलाई सकारात्मक स्याहार, पोषणको बारेमा सचेत गराईसकेपछि बालबालिकाको स्याहार तथा पोषणमा सुधार आएको छ । यो काम निकै सम्मान योग्य छ ।

दिपक खड्का, वडा नं ९

“अभिभावक कक्षामा सहभागी भएर सामाजिक सुरक्षा भत्ता बारेमा थाहा पाएँ”

मेरो नाम भानु कुमारी हो । म शिवालय गाउँपालिकामा बस्छु । मेरो बच्चा अहिले १६ महिनाको भयो । मेरो र मेरो श्रीमान्को नागरिकता र हाम्रो विवाहदर्ता बनाएका थिएनौँ । मेरो श्रीमान् पनि अहिले भारतमा रहेको र हाम्रो विवाहदर्ता र नागरिकता नभएकोले हाम्रो छोराको जन्मदर्ता पनि हुदैन होला भनेर वास्तै गरेको थिइनँ ।

एक दिन हाम्रो गाउँमा अभिभावक कक्षा सञ्चालन हुने थाहा पाएँ र म पनि उक्त कक्षामा सहभागी भएँ । कक्षामा बस्दा सामाजिक सुरक्षा भत्ताको बारेमा छलफल भयो । त्यही कक्षामा मेरो छोराले पनि पोषण भत्ता पाउने रहेछ र त्यसको लागि जन्म दर्ता चाहिने रहेछ भन्ने थाहा पाएँ । तर मेरो र मेरो श्रीमान्को नागरिकता र विवाह दर्ता छैन । यस्तो बेला आमाबाबुको विवाह दर्ता नभए पनि घरपरिवारमा नागरिकता भएका जो कोही जस्तै– बाजे, बज्यै, जेठा बा, जेठी आमा, काका, काकी, दाइ, दिदी जसले पनि वडा कार्यालयमा गएर सूचक बनेर जन्मदर्ताको फारम भरेर बच्चाको जन्मदर्ता गर्न सकिने रहेछ भन्ने कुरा थाहा पाएँ । यति कुरा थाहा पाएपछि मेरो ससुरा, म र मेरो छोरा वडा कार्यालयमा गयौँ र छोराको जन्मदर्ता गरिदिन वडा सचिवलाई भन्यौँ । वडा सचिवले बच्चाको जन्मदर्ता बनाउनलाई आमाबाबुको नागरिकता, विवाहदर्ता चाहिन्छ भन्नु भयो । त्यसपछि सचिवले बुवाआमाको नागरिकता र विवाहदर्ता नभए पनि जन्मदर्ता त होला नि भन्नु भयो । मेरो जन्मदर्ता बनाएको भए पनि हराएकोले माइतीबाट आफ्नो जन्मदर्ताको प्रतिलिपी मगाए । त्यो लिएर म र मेरो ससुरा वडा कार्यालय गयौँ । त्यसपछि मेरो ससुरा बुवालाई सूचक राखेर मेरो छोराको जन्म दर्ता भयो । जन्मदर्ता नभएकै कारण मेरो छोराले १ वर्षसम्म पोषण भत्ता पाएको थिएन । जन्मदर्ता भएपछि २०८१ असोजदेखि मेरो छोराले पोषण भत्ता पाइराखेको छ ।

कागजपत्र कसरी बनाउने भन्ने कुरा जानकारी नभए पछि सरकारले दिइरहेको सुविधा लिन गाह्रो हुने रहेछ भन्ने कुरा अनुभव भयो । आजकाल मैले थाहा पाएको कुराहरू म जस्तै अरू आमाहरूलाई भन्ने गरेकी छु । मैले बुझेको कुराहरू समुदायमा बुझाउने गरेकी छु ।

“छोराछोरीको खुसी नै अभिभावकको खुसी हो भन्ने महशुस भयो”

शिवालय गाउँपालिका–८ मा बस्ने मेरो नाम विष्णु हो । मेरो २ जना बच्चाहरू छन् । पहिला पहिला म रिस उठ्यो भने छोराछोरीलाई हप्काउने, छेउँमा आए भने झिजो मान्थे, खाना खान नमानेको बेला खाए खा नखाए नखा, उता जाऊ भन्ने, समय नदिने, उनीहरूले भनेको नसुन्ने मेरो बानी थियो ।

हाम्रो गाउँमा अभिभाक कक्षा चल्ने कुरा थाहा पाएँ र म पनि त्यसमा सहभागी भए । कक्षामा सहभागी हुँदा एक दिन बालबालिकालाई माया देखाउने भन्ने विषयमा छलफल भयो । त्यो छलफलमा माया पाएको बच्चाको दिमागको नसाहरू राम्रो र सफा हुनेरैछ र माया नपाएको बच्चाको दिमागका नसाहरू सुकेका र कालो कालो धव्बा बसेको हुनेरैछ, यसले गर्दा हाम्रा बालबालिका पछि ठुलो भएपछि दिमाग र स्वास्थ्यमा कमजोर हुनेरहेछ । हामीले आफ्नो छोराछोरीसँगै बसेर कुराकानी गर्ने, उनीहरूसँग खेल खेल्ने, उनीहरूलाई नै सोधेर मनपर्ने खानेकुरा बनाउने, उनीहरूलाई मन पर्ने खलौना किनिदिने वा घरमा नै बनाइदिने गरेर उनीहरूले महसुस गर्ने गरी माया देखाउनु पर्नेरहेछ भन्ने थाहा पाए । त्यति बेला मैले आफ्नो छोराछोरीलाई उनीहरूको दिमागको सुक्ने खालको व्यवहार गरेको रैछु भन्ने महसुस भयो ।

अहिले म मेरा छोराछोरीलाई खानेबेलामा कुराकानी गर्दै, भुल्याउँदै खुवाउँछु । कहिले काहीं कथा पनि सुनाउँछु । उनीहरूलाई थोरै केही बिरामी जस्तो भयो भने तुरन्तै स्वास्थ्य संस्था लगिहाल्छु । उनीहरूलाई नै सोधेर मनपर्ने खानेकुरा बनाउने, उनीहरूसँग समय मिलाएर कुराकानी गर्ने तथा कुरा सुनिदिने गरेकी छु । घरमै उनीहरूलाई मनपर्ने काठको खेलौना गाडी बनाइदिएको छु । *"मैले यत्ति गरिदिँदा पनि बेस्सरी छोराछोरीहरू खुसी हुन्छन् । उनीहरू खुसी भएको देखेर मलाई पनि धेरै खुसी लाग्छ ।"*

“बालबालिकालाई प्रशंसा गर्दा उनीहरूको हौसला बढ्ने रहेछ”

शिवालय गाउँपालिका वडा नं.४ मा बस्ने मेरो नाम हिरा हो । म छोराछोरी प्रति ध्यान नदिएर सधै घरयासी काममा मात्र व्यस्त हुन्थेँ । त्यसैले गर्दा मेरो जेठो छोरा ७ वर्षको भएपछि मात्रै स्कुलमा भर्ना गरिदिएको थिएँ । अहिले कक्षा २ मा पढ्छ । विद्यालयमा भर्ना त गरिदिएँ तर उसले कस्तो पढेको छ भन्ने कुरामा कहिले पनि ध्यान दिने बानी ममा थिएन । मेरो छोरा मसँग खेल्न र कुरा गर्न खोज्थ्यो, स्कुलबाट आएपछि स्कुलमा खेलेको बारेमा भन्न खोज्थ्यो, ढुंगा र काठको घर बनाएर खेल्न खोज्थ्यो त्यसबेला म वास्ता गर्दिन थिएँ । अझ फोहोर गरेको भनेर हप्काउथेँ । '

जब म अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा सहभागी भएँ, त्यस कक्षामा एकदिन बालबालिकालाई प्रशंसा गर्ने भन्ने विषयमा छलफल भयो । बालबालिकालाई उनीहरूले गरेको सानातिना काममा पनि स्यावासी दिने र प्रशंसा गर्नुपर्ने रहेछ । प्रशंसा गर्नाले बालबालिकामा नयाँ काम गर्नको लागि हौसला मिल्ने, रुचि बढ्ने, आत्मविश्वास बढ्ने रहेछ भन्ने कुरा बुझेँ । मैले आफ्नो छोराहरूलाई गरेको व्यवहार त उनीहरूलाई कमजोर र निरास बनाउने खालको रहेछ भन्ने मलाई लाग्यो ।

म आजभोलि बाबुहरूसँग बसेर उनीहरूको पढाइ तथा खेलको बारेमा कुराकानी गर्छु । बाबुले स्कुलमा पढेको र घरमा आएर गृहकार्य गरेको देखाउदा र सुनाउदा उसलाई स्यावास भन्ने गर्छु । ठूलो बाबुले खेल्ने बेला ढुंगाको घर, माटोको गाडी बनाएर सानो रोड बनाइ भाइलाई खेलाउदा स्यावास भन्छु । यस्तो गर्दा बाबुहरू खुसी हुन्छन् र थप अरू नयाँ कुरा खेल्न र सिक्न इच्छा देखाउछन् । आजभोलि ठूलो बाबुले पढ्न लागेको बेला सानो बाबु पनि दाजुसँग पढ्न खोज्न र दाइले भाइलाई चित्र देखाउने, "क" "ख" भन्न सिकाउने गर्छ । त्यस्तो देख्दा म उनीहरूलाई थप स्यावासी दिन्छु ।

“मेरो छोरीले रातो रंगको अपाङ्गता परिचय पत्र पाइन् ”

मेरो नाम कमला हो । मेरी माइली छोरी चार वर्षको हुँदासम्म पनि बोल्न, उभिन, आफै खाना खान सक्दिनन् र आफूलाई दिसा पिसाब आएको पनि थाहा पाउदिनन् । यस्तो शारीरिक तथा मानसिक अपाङ्गता भएका बालबालिकाले पनि सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्दछन् भन्ने मलाई थाहा थिएन ।

म अभिभावक शिक्षा कक्षामा बस्दै गर्दा एक दिन सामाजिक सुरक्षा भत्ताको विषयमा छलफल भयो, जसमा नेपाल सरकारले कति किसिमका सामाजिक सुरक्षा भत्ता दिईरहेको छ ? कस्ता कस्ता व्यक्तिले त्यस्ता भत्ता पाउँछन्, भत्ता पाउनको लागि के–के कागजपत्र चाहिन्छ ? दर्ता गर्न कहाँ जानुपर्छ भन्ने बारेमा छलफल भयो । सबै कुराहरू सुन्दा मलाई मेरी छोरीले पनि अपाङ्गता कार्ड र भत्ता पाउँछिन कि जस्तो लाग्यो र मैले मेरी छोरीको सबै अवस्थाको विषयमा भने ।

जब परियोजनाका सरहरू मेरो घरमा आई छोरीको अवस्था हेर्नुभयो र अपाङ्गता परिचय बन्ने तर आवश्यक कागजपत्र बनाउनको लागि डाक्टरले चेकजाँच गरेको प्रतिवेदन बनाउन तथा अन्य कागजपत्र बनाउन सहयोग र सुझाव दिनुभयो सोही अनुसार मैले गर्दै गएँ । सबै कागजपत्र बनाएर वडा कार्यालयमा बुझाउँदा वडाबाट पनि सिफारिस बन्यो र सबै प्रक्रिया पूरा गरी मेरी छोरीले "क" वर्गको अपाङ्गता परिचय–पत्र प्राप्त गर्न सफल भइन् । अहिले मेरी छोरीले प्रत्येक महिना ३ हजार ९ सय ९० रुपैयाँ भत्ता पाउँछिन् । भत्ता बापत पाएको रकमले उनको लागि माछा, मासु, अण्डा, दुध किनेर खुवाउन र उनलाई चाहिने कपडा, सरसफाइको सामान, बस्ने र खेल्ने ठाउँमा ओछ्याउने चट्टाई किन्न सजिलो भएको छ ।

अपाङ्गता परिचय पत्रका विषयमा सबै थाहा भएपछि मेरो माइतीमा मेरी छोरीको जस्तै अवस्था भएको मेरो भाइको चार वर्षको छोराको पनि अपाङ्गता कार्ड बनाउनु र वडामा गएर भत्ताको लागि नाम लेखाउनु भने र अहिले मेरो भाइको छोराले पनि रातो अपाङ्गता परिचयपत्र पाएको छ र भत्ता पनि पाइरहेको छ ।

“छोरा र छोरीमा विभेद गर्नु हुदैन भन्ने कुरा महशुस भयो”

मेरो नाम कमला हो । म शिवालय गाउँपालिका वडा नं. ४ मा बस्छु । पहिला म घरको काम सबै छोरीले गर्नुपर्छ भन्थेँ । भाइबहिनीले कहिलेकाहीँ झगडा गरे भने छोरीकै गल्ती देखाउँदै भाइलाई रुवाउने भनेर छोरीहरूलाई धेरै पटक सजाय दिएकी थिएँ । छोरीहरू स्कुलबाट घर फर्केपछि घाँस, दाउरा अनि गाईवस्तु हेर्न पठाउथेँ भने छोरालाई गृहकार्य गर्न लगाउथेँ । छोराले कपडा चाहियो भन्ने बित्तिकै किनिदिन्थेँ भने छोरीलाई वर्षमा एकपटक मात्रै किनिदिन्थेँ । कहिलेकाहीँ मासु र अण्डा भएको दिन छोराले बढी खान पाउँथ्यो छोरीले कम ।

अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा सहभागी भएपछि मैले बालबालिकालाई माया देखाउने भन्ने पाठमा घरका काम महिलाहरूले मात्र गर्दा र महिला पुरुष दुवै मिलेर गर्दा महिला र पुरुषको समान व्यक्तित्व विकासदेखि सकारात्मक सोच र समान व्यवहारले बालबालिकामा पनि सोही अनुसारको शिक्षा प्रवाह हुने कुरा बुझेँ । बालबालिकाको हुर्काइमा पनि विभेदले असर गर्दो रहेछ भन्ने पनि थाहा पाए त्यसपछि मलाई आफ्नो व्यवहारप्रति पछुतो भयो । त्यही दिनदेखि मैले मेरा छोराछोरीलाई समान व्यवहार गर्न थालेकी छु । घरको काम भाइबहिनीलाई मिलेर गर्न लगाउँछु । घरको केही काम गर्दा पनि श्रीमान् छोराछोरी सबै बसेर सल्लाह गर्ने गर्छौं ।

अहिले छोरीहरू नर्स, असल शिक्षिका बन्ने सोच राखेर पढिरहेका छन् । मैले विभेदको विषयमा आफूले भोगेका र सोचेका धारणालाई अहिले आएर परिवर्तन गरेको छु । जसले गर्दा अहिले मेरो परिवारमा समानताको र शान्तिपूर्ण वातावरण निर्माण भएको छ ।

“अभिभावक कक्षाले बचत गर्ने बानी सिकायो”

मेरो नाम कमला हो । म शिवालय गाउँपालिका वडा नं. ६ मा बस्छु । हाम्रो गाउँमा सञ्चालन भएको अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा नियमित सहभागी भएँ । एक दिन पारिवारिक खर्च व्यवस्थापन भन्ने विषयमा छलफल भयो । त्यो पाठमा हाम्रो आम्दानी हुने स्रोत र खर्च हुने बस्तुहरूको फोटो देखाएर खर्च र आम्दानी दाँज्दै खेल खेलाइएको थियो । त्यसमा हाम्रो आम्दानी हुने ठाउँ थोरै हुने रहेछ तर खर्च गर्ने ठाउँ धेरै हुनेरैछन् । त्यसमा हामीले आवश्यक परेकाबेला मात्र खर्च गर्ने र पछिको लागि बचत पनि गर्नुपर्ने रहेछ । आम्दानी र खर्च दुबै लेखेर राख्नु पर्ने, अहिले बचत गरेनौं भने पछि अप्ठ्यारो परेको बेला ऋण लिनु पर्छ र ऋणले हामीलाई हैरान बनाउछ भन्ने थाहा भयो ।

कक्षामा छलफल भए अनुसार पहिला मैले दिनदिनैको आम्दानी र खर्च लेखेर राखेँ । त्यसको एक महिनापछि परिवारलाई सँगै राखेर घरको आम्दानी र खर्च देखाएँ । आम्दानी भन्दा फजुल खर्च देखेर सासू आमा र मेरो श्रीमान्ले टाउँकोमा हात राखेर लामो सास फेर्दै अबदेखि हामीले फजुल खर्च (चाउचाउ, चक्लेट, मदिरा सेवन) कटाएर बचत गर्नुपर्छ भन्ने कुरामा सहमत हुनुभयो । अहिले हामीले मेरी छोरी र सानी नन्दको खुत्रुक्के बचत गर्न थालेका छौं । मैले सहकारीमा महिनाको ५०० रूपैयाँ र बैंकमा बचत गरिरहेकी छु । हामी परिवारका सबैले फजुल खर्च कम गरेर अनावश्यक खर्चको रकम जम्मा गर्न थाल्यौं । अहिले ठुलो सम्पत्ति त छैन तर समस्या पर्दा कसैसँग हारगुहार गर्नुपर्दैन ।

FANCY

“छोराछोरीलाई समय दिने र उनीहरूको भावना बुझेर व्यवहार गर्ने गरकी छु”

मेरो नाम लिला हो । म शिवालय गाउँपालिका ५ मा बस्छु । हाम्रो गाउँमा अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम सुरु भयो त्यसमा म पनि सहभागी भएँ । कक्षामा सहभागी हुँदा एक दिन बालबालिकासँग घनिष्ट कुराकानी गर्ने भन्ने विषयमा छलफल भयो । त्यसमा हामीले बालबालिकालाई मायालु तरिकाले कुराकानी गर्ने, उनीहरूको आँखामा आँखा जुधाएर कुरा गर्ने, उनीहरूको कुरा र विचार सुन्ने, उनीहरूले गरेको काम र खेलको नक्कल गर्ने व्यवहार गरी उनीहरूसँग नजिक भएर कुराकानी गर्नुपर्छ भन्ने कुरा सिक्ने अवसर पाएँ । हामीलाई अरूबेला फूर्सद नभएपनि साँझ, बिहान, खाना खाने बेला, राति सुत्ने बेला, नुहाईधुवाई गर्ने बेला, जात्रामेला जाने बेला छोराछोरीसँग कुराकानी गर्न सकिनेरहेछ । आमाबुवाले साना बालबालिकासँग यस्तो व्यवहार गरेपछि आमाबाबु र छोराछोरी बिच सम्बन्ध बलियो हुने रहेछ, आत्मविश्वास बढ्ने रहेछ, उनीहरूले आफ्ना कुरा आमाबुवालाई खुलेर भन्ने रहेछन् भन्ने कुराहरू थाहा पाएँ । मैले यस्ता खालका व्यवहारहरू छोरासँग गर्न नसकेकोमा मलाई पछुतो भयो । सायद त्यही भएर होला मेरो छोराको उमेर बढ्दै गएपछि मैले भनेको नमान्ने र आफ्नो कुराहरू कसैलार्ई नसुनाउने स्वभावको छ ।

अहिले मैले मेरो छोरालाई गर्न नसकेको व्यवहार मेरी सानी छोरीलाई गर्न थालेकी छु र छोरालाई पनि राम्रोसँग सम्झाउन र कुराकानी गर्न थालेकी छु । छोराछोरीलाई समय दिने र उनीहरूको भावना र चाहना अनुसारको व्यवहार सही गलत छुट्याएर कुराकानी गर्छु । छोरासँग पढाइ र कामको विषयमा कुराकानी गर्छु । अहिले छोराको बानीमा पनि सुधार आएको छ । विद्यालयबाट समयमै घर आउँछ बिना काम घरबाहिर जाँदैन घरको काममा पनि सघाउँछ बहिनीको हेरचाह पनि गर्छ ।

“बच्चाको लागि पोषिलो खानेकुराहरुको बारेमा थाहा पाएँ”

मेरो नाम माला हो । म शिवालय गाउँपालिका–८ मा बस्छु । मेरा एक छोरा र एक छोरी छन् । मलाई पहिला साना बालबालिकालाई सर्वोत्तम पिठो बनाएर खुवाउने तरिका पनि थाहा थिएन । बालबालिकाका लागि सधैं चार प्रकारको खाना मिसाएर नरम खाना बनाउने ज्ञान पनि थिएन । म मेरा छोराछोरीहरूलाई पनि हाम्रो लागि भान्सामा जे पाक्यो त्यही खुवाउँने गर्थें । मेरो पहिलो सन्तान छोराको घरमै जन्म भएको हो ।

मैले अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा सहभागी हुने मौका पाएँ । त्यो कार्यक्रममा गर्भावस्थामा स्वास्थ्य जाँच, पोषणको महत्व, मातृ स्वास्थ्य, स्तनपानको महत्व जस्ता विषयमा छलफल भएको थियो । त्यो कार्यक्रममा सहभागी हुँदा मलाई गर्भावस्थामा स्वास्थ्य जाँच, पोषणयुक्त खानाहरू, गर्भावस्था तथा सुत्केरी अवस्थामा पोषणको महत्व, मातृ स्वास्थ्य, स्तनपानको महत्व जस्ता विषयहरूमा जानकारी भयो ।

आजभोलि छोराछोरीलाई मन पर्ने हरेक बार ४ प्रकारका खाना मिसाई पोषिलो जाउलो पकाएर खुवाउछु । त्यसका साथै खानाहरू कहिले खिर, कहिले जाउँलो, पोषिलो पिठोको हलुवा, गाउँमा पाइने फर्सी, मेवा, केरा खुवाउछ । मैले प्रत्येक महिना छोरीको तौल लिने गरेकी छु । छोरा कोहलपुरमा सानीमासँग बसेर निजी विद्यालयमा पढ्छ । छोरालाई पनि पोषणमा कमी नहोस् भनेर घिउ, मह, कोदोको पिठो, भटमास, सिमि, चना पठाइदिने गर्छु र बजारको प्याकेटको खानेकुरा नदिनु भनेर भन्छु । अहिले छोरा पनि मोटोघाटो छ र पढाइ पनि राम्रो छ । म र मेरो श्रीमान् समय मिलाएर कहिलेकाँही भेट्न जान्छौं । यस कार्यक्रमले मलाई मेरा छोराछोरीप्रति जिम्मेवार बनाएको छ ।

मैले कक्षामा सिकेको कुरा आफ्नो व्यवहारमा लागू गरी र अरू दिदी बहिनीहरूलाई पनि यो विषयमा सम्झाउन थालेकी छु ।

“मैले आफूलाई बालबालिकाको ठाउँमा राखेर व्यवहार गर्ने गरेकी छु”

शिवालय गाउँपालिका– १ बस्ने मेरो नाम रविना हो । आफूमा जानकारी नभएको र स्वास्थ्य संस्था टाढा भएकोले मैले छोरालाई घरमा नै जन्माएको थिएँ । छोरा जन्मेको ११ दिनमा न्वारन गरेपछि बच्चालाई भन्दा पनि घरको कामलाई समय दिन थालेँ । बाबु रोएपछि मात्र दुध खुवाउथे तर कामको हतारले गर्दा अघाउने गरी खाए नखाएको ध्यान दिदैनथेँ । दूध खाइरहेको बेला बाबुलाई जबर्जस्ती सासू आमालाई दिँदा साह्रै दुःख मानेर ठूला ठूला आँसुको थोपा झार्दै रुन्थ्यो, तै पनि आफूलाई काममा जाने हतार भएकाले उसलाई हजुरआमालाई दिएर घाँस दाउरा लिन बनतिर जान्थेँ । ऊ हजुरआमाको काखमा रोइरहेको हुन्थ्यो । वनबाट आउँदा कहिले सुतेको हुन्थ्यो भने कहिले झिज्जिएर रोइरहेको हुन्थ्यो । मैले काखमा लिँदा ऊ भक्कानिएर हिक्क हिक्क गर्दै रुन्थ्यो ।

एकदिन हाम्रो गाउँमा अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम सुरु भयो र त्यसमा म पनि सहभागी भए । कार्यक्रममा बस्दा एक दिन बालबालिकाको भावना बुझ्ने र समानुभूतिपूर्ण व्यवहार गर्ने भन्ने विषयमा छलफल भयो । छलफलमा बालबालिकासँग व्यवहार गर्दा आफूलाई बच्चाकै ठाउँमा राखेर हेर्ने, बच्चाको अनुहारको भावना र अवस्थालाई बुझेर व्यवहार गर्ने, उनीहरूले देखाएको व्यवहारमा आवश्यकता पूरा गरिदिने जस्ता कुराहरू सिके । हामीले बच्चाको भावना बुझ्नु पर्ने रहेछ नत्र उनीहरूले एक्लो र असुरक्षित भएको महसुस गर्ने रहेछन् । त्यसपछि मैले मेरा छोराको भावना बुझेको रहेनछु । उसले दुध खाईरहेको बेला जबरजस्ती सासू आमासँग छोडेर जाँदा उसलाई कति धेरै दुःख लाग्यो होला भन्ने कुरा अहिले आएर महसुस गरेरहेकी छु । मैले आफ्नो बच्चा भन्दा कामलाई बढी प्राथमिकता दिएको कुराले पश्चाताप लाग्यो ।

अहिले मेरो बाबुलाई समय दिन र माया गर्न थालेको छु । छोरालाई विद्यालय पुर्याउने, लिन जाने, दिनभरी विद्यालयमा भएका कुराहरू सोध्ने, गृहकार्य गराउने, सानी छोरीलाई पनि समय मिलाएर कुराकानी गर्दै दूध खुवाउने, नुहाउने गर्छु । सकेसम्म उनले बुझ्ने गरी माया गर्न थालेकी छु । मैले गरेको अहिलेको व्यवहारले दुवै छोराछोरी खुसी छन् ।

“खाना र लत्ताकपडा दिएर मात्र नपुग्ने रहेछ, बच्चाहरूलाई माया चाहिने रहेछ”

मेरो नाम सरिता हो । म शिवालय गाउँपालिका–२ मा बस्छु । मेरो दुईजना बच्चा छन् । पहिला मेरा स्वभाव छोराछोरीलाई भोक लागेको बेला खाना र जिउँ छोप्न लुगा दिनुपर्छ उनीहरू हुर्किहाल्छन् नि, काम गर्दागर्दै थाकेर आएको बेला आनन्दले बस्न पाए हुन्थ्यो भन्ने थियो । उनीहरू ममी ममी भन्दै नजिक आउथे र धेरै प्रकारका उत्तर दिन नसकिने खालको प्रश्नहरू सोध्ने गर्थे त्यति बेला बच्चा भएर पनि के कुरा सोधेको होला जस्तो लाग्थ्यो । तलाई किन चाहियो पछि आफै थाहा पाउछस् भनेर गाली गर्दिन्थेँ, त्यसपछि कि रोएर बस्थे कि बज्यैसँग जान्थे ।

जब म अभिभावक कक्षाहरूमा सहभागी भए, बालबालिकासँग अर्थपूर्ण फलदायी कुराकानी गर्ने बारेको कक्षाले मेरो मन छोयो । कक्षामा छलफल भएको कुरा सुन्दा आफूले आफ्नो छोराछोरीलाई गरेको व्यवहार भन्दा फरक लाग्यो । हामीले उनीहरूले सोधेका कुराहरू ध्यानपूर्वक सुन्नु पर्ने रहेछ, उनीहरूलाई माया गरेर मात्र नपुग्ने रहेछ, उनीहरूको दिमागको विकासको लागि गर्ने प्रश्नहरूमा अर्थ बुझिने गरी प्रस्ट पारिदिनुपर्ने रहेछ । यदि बालबालिकाले सोधेको बेला उनीहरूले बुझ्ने गरेर उत्तर दिएन भने उनीहरूको आत्मबल कमजोर हुने, आफूले नजानेको कुरा कहिल्यै नसोध्ने र सिक्ने चाहाना पनि कम हुँदै जाने रहेछ । यति कुरा थाहा पाएपछि मैले आफ्नो नानी बाबुसँग गरेको व्यवहार सम्झेर पछुतो लाग्यो ।

पहिले पहिले कक्षामा गएर आउँदा सासू पनि रिसाउनुहुन्थ्यो, त्यसै समय खेर फाल्न जाने भन्नुहुन्थ्यो । पछि पछि मैले कक्षामा छलफल भएका कुराहरू, बालबालिकालाई हुकाईबढाई गर्ने तरिकाहरू, अरूले सुनाएको अनुभव र उदाहरणहरू सबै सासूलाई सुनाएपछि विस्तारै सासूपनि परिवर्तन हुँदैजानुभयो । अहिले मेरो नानी बाबुले सोधेको कुराहरू मैले जाने जति बुझ्ने गरी बताउने गर्छु र नजानेको कुरा अरूलाई सोधेर भन्छु है भन्ने गर्छु । यसले गर्दा मेरा नानीबाबुहरू निकै जिज्ञासु र जान्ने भएका छन् । उनीहरूको त हरेक पाइलापाइलामा हामीले साथ, सहयोग, माया, सदभाव र राम्रा काममा प्रोत्साहन र सुधार गर्नुपर्ने काममा सही सल्लाह दिनुपर्ने रहेछ भन्ने पाठ मैले यस अभिभावक शिक्षाबाट प्राप्त गरे । दिनभरीको कामको थकाइ पनि बेलुकी बच्चाहरूसँग बसेर कुराकानी गर्दा हराउँछ ।

अभिभावक सचेतना कार्यक्रम सञ्चालनका लागि तालिम प्राप्त सहजकर्ताहरुको विवरण

क्र. सं.	सहजकर्ताको नाम थर	गाउँपालिका	वडा नम्बर
१	रविना पुन	शिवालय गाउँपालिका	१
२	उमा घर्ती	शिवालय गाउँपालिका	१
३	भिमा बस्नेत	शिवालय गाउँपालिका	२
४	जैपुरा बस्नेत	शिवालय गाउँपालिका	२
५	सिता सिंह	शिवालय गाउँपालिका	२
६	विमला कुमारी रावत	शिवालय गाउँपालिका	३
७	भुमि कुमारी थापा	शिवालय गाउँपालिका	३
८	शुनिता शाही (रावत)	शिवालय गाउँपालिका	४
९	कृष्णा शाही	शिवालय गाउँपालिका	४
१०	सितला नेपाली	शिवालय गाउँपालिका	४
११	राधिका नेपाली	शिवालय गाउँपालिका	५
१२	अमृता रेग्मी	शिवालय गाउँपालिका	५
१३	गिता चन्द	शिवालय गाउँपालिका	५
१४	गिता कुमारी चन्द	शिवालय गाउँपालिका	५
१५	दिपा सिंह	शिवालय गाउँपालिका	६
१६	विरमा विक	शिवालय गाउँपालिका	६
१७	अमृता वली	शिवालय गाउँपालिका	६
१८	जानकी वि क	शिवालय गाउँपालिका	७
१९	तुलसरा भण्डारी	शिवालय गाउँपालिका	७
२०	कस्तुरा वि क	शिवालय गाउँपालिका	७
२१	शुसिला कुमारी वली	शिवालय गाउँपालिका	८
२२	कौशिला नेपाली	शिवालय गाउँपालिका	८
२३	पार्वती अधिकारी	शिवालय गाउँपालिका	९
२४	लालसरा बुढा	शिवालय गाउँपालिका	९
२५	लक्ष्मी सुनार	शिवालय गाउँपालिका	९

बाल संवेदनशील सामाजिक सुरक्षा परियोजना फिनल्याण्ड सरकारको सहयोगमा सेभ द चिल्ड्रेन फिनल्याण्ड र सेभ द चिल्ड्रेन नेपालको साझेदारीमा नेपालमा सञ्चालित परियोजना हो । स्थानीय तह तथा समुदायस्तरमा यस परियोजनाको कार्यान्वयन पहाडी क्षेत्र विकास अभियान ले गरिरहेको छ ।

प्रकाशनः
शिवालय गाउँपालिका, जाजरकोट र सेभ द चिल्ड्रेन

कथा सङ्कलनः
पहाडी क्षेत्र विकास अभियान, जाजरकोट

थप जानकारीको लागि सम्पर्कः
सेभ द चिल्ड्रेन, नेपाल कन्ट्रि कार्यालय, काठमाडौँ
सम्पर्क नं.: ०१–४५६८१३०, ४५६४८०३
इमेलः post.nepal@savethechildren.org

पहाडी क्षेत्र विकास अभियान, जाजरकोट
फोन नं. ०८९–४३००८९९
इमेलः info@hrdcjajarkot.org.np

With support from Finland's development cooperation

Save the Children

HRDC, Jajarkot Estd: 2055