औरही नगरपालिका, महोत्तरी
मधेश प्रदेश, नेपाल

पहुँच परियोजना
सफलताका कथाहरू

पहुँच परियोजना
सफलताका कथाहरू

औरही नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

प.सं.:२०८१/८२(प्रशासन शाखा)
च.नं.:

औरही ,महोत्तरी
मधेश प्रदेश, नेपाल

www.aurahimunmahottari.gov.np
aurahimunmahottari@gmail.com

भनाई

नेपालको संविधान २०७२ ले सामाजिक सुरक्षालाई नागरिकको हकको रुपमा स्थापित गरिदिएको छ । समाजमा पछाडी परेका, असाहय, 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 नगरपालिकामा 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 सम्बन्ध स्थापना तथा पोषण सम्बन्धि अभिभावक सचेतना कार्यक्रम पनि सञ्चालन गर्दै आएको छ । यो कार्यक्रमले साच्चिकै बालबालिकाको सर्वाङ्गिण विकासमा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको देखिएकोले यस नगरपालिकाले 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 जुन कथाहरु नगरपालिकाको वेबसाईटमा राखेर नागरिकलाई सुसुचित गर्दा यसको प्रभावकारीता अझ बढी रहने भएकोले यसका लागि सहयोगी हातको रुपमा रहेकीमा सेभ द चिल्ड्रेन र सामुदायिक विकास तथा पैरबी मञ्च नेपाल (**CDAFN**) लाई धन्यवाद दिन चाहन्छु । पहुँच परियोजनाले हाम्रो पालिकामा गरेको यो प्रभावकारी कार्यको म प्रशंसा गर्न चाहन्छु र भविष्यमा यस्तै कार्यक्रम तथा अन्य प्रभावकारी कार्यक्रमको अपेक्षा गर्दछु ।

प्रदिप कुमार खड्का
नगर प्रमुख

"समृद्ध औरही नगरपालिका हाम्रो शान, पूर्ण सरसफाईयुक्त नगरपालिका हाम्रो अभियान"

औरही नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

औरही ,महोत्तरी
मधेश प्रदेश, नेपाल

www.aurahimunmahottari.gov.np
aurahimunmahottari@gmail.com

प.सं.:२०८१/८२(प्रशासन शाखा)
च.नं.:

सामाजिक सुरक्षा भत्ता तथा अभिभावक सचेतना कार्यक्रम सेभ द चिल्ड्रेन र सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपाल (CDAFN) को साझेदारी तथा यस नगरपालिकाको सहकार्यक्रमा 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 अभिभाव सचेतना कार्यक्रम पनि सञ्चालन गरि बालबालिकाको विकासमा महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको कुरा मैले प्रत्यक्ष रुपमा अनुगमनको दौरान महशुस गरेको छु । परियोजनाले पारेको प्रभावलाई लिएर पालिकासँगको सहकार्यमा सफलताका कथाहरु निर्माण गर्न सहयोगी भूमिका खेलेकोमा परियोजनाको सम्पूर्ण टिमलाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

....
(रेणु झा)
नगर उपप्रमुख

"समृद्ध औरही नगरपालिका हाम्रो शान, पूर्ण सरसफाईयुक्त नगरपालिका हाम्रो अभियान"

औरही नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

प.सं.:२०८१/८२(प्रशासन शाखा)
च.नं.:

औरही ,महोत्तरी
मधेश प्रदेश, नेपाल

www.aurahimunmahottari.gov.np
aurahimunmahottari@gmail.com

भनाई

बाल संवेदनशील सामाजिक सुरक्षा परियोजना सेभ द चिल्ड्रेन र सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपाल (**CDAFN**) को साझेदारी र यस नगरपालिकाको सहकार्यमा सन् २०२२ देखि सञ्चालन भईरहेको छ । परियोजनाले सामाजिक सुरक्षा भत्तामा नागरिकहरुको पहुँच सुनिश्चित गर्न विभिन्न गतिविधि सञ्चालन गर्दै आईरहेको छ र जसले गर्दा बास्तविक सहयोगको आवश्यकता भएका र सूचनाको पहुँचबाट बाहिर रहेका विपन्न तथा जोखिममा रहेका समूदायलाई 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 हुर्काउने परम्परागत हानिकारक अभ्यासहरुलाई घटाउदै बालबालिकालाई सकारात्मक तवरबाट कुराकानी तथा स्याहार सुसार गर्ने वातावतरणको सृजना भएको छ । परियोजनाले नगरपालिकासँगको सहकार्यमा आफ्ना गतिविधि निर्माण गरि स्थानीय सरकारको नीति तथा कार्यक्रममा सहयोगी भूमिका खेलेको छ । यसै सन्दर्भमा परियोजना सञ्चालनका करण लाभग्राहीमा परेका सकारात्मक प्रयासहरुलाई समेटेर सफलताका कथा प्रकाशन गर्न र यस पालिकाको वेबसाईटबाट उक्त कथाहरु प्रकाशन गर्न सहयोगी भूमिका खेल्नुभएकोका सेभ द चिल्ड्रेन र सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपाल (**CDAFN**) लाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

....
माधवेन्द्र चौधरी
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

औरही नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

औरही ,महोत्तरी
मधेश प्रदेश, नेपाल
www.aurahimunmahottari.gov.np
aurahimunmahottari@gmail.com

प.सं.:२०८१/८२(प्रशासन शाखा)
च.नं.:

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय औरही, महोत्तरी मधेश प्रदेश, नेपाल २०७४

समाजिक शुरक्षा भत्ता तथा अभिभावक सचेतना कार्यक्रम सेभ द चिल्ड्रेन र सामुदायिक विकास तथा पैरवी मंच नेपाल (CDAFN) को साझेदारी तथा यस नगरपालिकाको सहकार्यमा सन् २०२२ देखि संचालन भई रहेको छ। परियोजनाले समाजिक शुरक्षा भत्ताका लागि योग्य भएर पनि विभिन्न कारणले छुटेको कारण छुटेका व्यक्तिहरुको पहिचान गरि उनिहरुलाई भत्ताको पहुँचमा ल्याउन प्रभावकारी भुमिका रहेको छ । यसै गरि यो परियोजनाले वडा सचिवज्यूहरुलाई जन्मदर्ता सम्बन्धमा रहेको दुविधाको बारेमा पनि अभिमुखिकरण गरि जन्मदर्ताबाट बंचित रहेका सेवाग्राहीहरुलाई सहज र सरल तवरले सेवा दिने कार्यमा सराहनिय सहयोग रहिरहयो । यसका साथै पालिकाको आवश्यकताको आधारमा पनि उक्त परियोजनाले मनकारि मनले सहयोग गर्नु भएको छ । सबैभन्दा रोचक र मनछुने भनेको वालपोषण भत्ता प्राप्त गर्ने बालबालिकाको अभिवावकहरुलाई वालसंवेदनशिल अभिभावत्वक कार्यक्रमले सर्वाङ्गिण समाजिक विकासमा टेवा पुर्याएको महशुस भएको छ । अन्तमा गैरसरकारी संघ संस्थाको फोकल पर्सनको नाताले परियोजनाको संचालनको दौरानमा संस्थाको सम्पुर्ण टिमले न्यानो समन्वय,सहकार्य, सहअस्तित्व र संवाद गरि परियोजनाले पारेको सकरात्मक प्रभावलाई लिएर पालिका संगको सहकार्यमा सफलताको कथाहरु निर्माण गर्न अतुलनिय सहयोगि भुमिका निर्वाह गरेकोमा परियोजनाको सम्पुर्ण टिमलाई अन्तरमन देखि हार्दिक आभार व्यक्त गर्न चाहन्छु ।

....
चन्द्रभुषण ठाकुर
संघ संस्था फोकल पर्सन

पहुँच परियोजनाको एक संक्षिप्त परिचय

परियोजनाको नामः बाल संवेदनशील सामाजिक सुरक्षा परियोजना (पहुँच)
परियोजनाको अवधिः सन् २०२२ जनवरीदेखि २०२५ डिसेम्बरसम्म
परियोजना कार्यान्वयन गर्ने स्थानीय साझेदार संस्थाः सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपाल (CDAFN) बर्दिवास १, महोत्तरी ।
परियोजनाको कार्यक्षेत्रः औरही नगरपालिका महोत्तरीका ९ वटा वडा (सबै)
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 गर्ने स्थानीय सरकारको नीति निर्माणमा सहयोग गर्ने ।

सन् २०२२ देखि हालसम्म परियोजनाले हाँसिल गरेका प्रमुख उपलब्धिहरूः

नगरपालिकाका सबै ९ वडाका १८ जना महिलाहरुले अभिभावक कक्षा सहजीकरण सम्बन्धी तालिम प्राप्त गरि समूदायस्तरमा अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेका छन् ।

३०५ 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 १,२०५ जना व्यक्तिहरू मध्ये बालपोषण भत्ताको लागि १,०३२ जना, पूर्ण अपाङ्गता भत्ताको लागि १२ जना, अति अशक्त अपाङ्गता भत्ताको लागि १५ जना, ज्येष्ठ नागरिक भत्ताको लागि ४० जना, विधवा भत्ता भत्ताको लागि १० जना र एकल महिला भत्ताको लागि ५ जना व्यक्तिहरू सामाजिक सुरक्षा भत्ता कार्यक्रममा दर्ता भई नियमितरूपमा भत्ता प्राप्त गरिरहेका छन् ।

सामाजिक सुरक्षाको क्षेत्रमा 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

सक्रिय गुनासो सुनुवाई संयन्त्रको लागि पहुँच परियोजनाले गरेको प्रयासले सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्नबाट छुटेका लाभग्राहीहरूको पहिचान गरी उनीहरूलाई भत्ताको पहुँचमा ल्याउन सकेका छौं । **योगी चौधरी, वडा नं. १**

विभिन्न कारणबस सामाजिक सुरक्षा भत्ताप्राप्त गर्नबाट छुटेका व्यक्तिहरू जस्तै– बालबालिका, आपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा अन्यलाई भत्ताको पहुँचमा ल्याउन, परियोजनाले वडासँगको समन्वयकारी भूमिका अपनाएको छ, जुन अत्यन्त प्रशंसनीय छ ।
दरेस यादव, वडा नं. २

मैले अभिभावक कक्षाको अवलोकन गर्ने मौका पाएको थिएँ । यो कार्यक्रमले बालबालिकाको पोषण, माया, स्याहार तथा समग्र विकासप्रति धेरै अभिभावकलाई बढी सजग बनाएको छ । **राम केवल यादव, वडा नं. ३**

सामाजिक सुरक्षा भत्ताबाट छुटेका व्यक्तिहरूलाई कसरी पहिचान गर्ने र भत्ताको पहुँचमा ल्याउने भन्ने कुरा हामीलाई थाहा थिएन जुन कुरा पहुँच परियोजना मार्फत हामीलाई थाहा भयो, र हाल हामीले ती छुटेका व्यक्तिहरूलाई पहिचान गरी दर्ता गराईरहेका छौं । **सियाराम राय, वडा नं. ४**

अभिभावक सचेतना कार्यक्रमले गर्दा बालबालिकाले आफ्ना आमाबुवासँग खुलेर कुरा राख्न सक्ने वातावरण सिर्जना भएको छ भने अभिभावकहरू पनि बालबालिकाको आवाजलाई सुन्न र महत्व दिन थालेका छन् । **किशोरी प्रसाद यादव, वडा नं. ५**

अभिभावक सचेतना कार्यक्रमको प्रत्यक्ष प्रभाव मैले आफ्नै वडाका बालबालिकामा देखेको छु । बालबालिकालाई पोषणयुक्त खानेकुरा, माया–ममता र पारिवारिक हेरविचारमा सकारात्मक परिवर्तन आएको छ । **शुसिल कुमार चौधरी, वडा नं. ६**

सामाजिक सुरक्षा भत्ताबाट वञ्चित लाभग्राहीहरूलाई हामीले टोलटोलमा, घर–घर गएर पहिचान गरी उनीहरूलाई भत्ता दिलाउन सहयोग गर्यौं । जसका लागि पहुँच परियोजनाले मद्दत गर्यो जुनकुरा एकदमै सह्रानीय छ ।
जितेन्दर कुमार यादव, वडा नं. ७

गुनासो सुनुवाई संयन्त्रलाई प्रभावकारी बनाउन पहुँच परियोजनाले उल्लेख्य भूमिका निर्वाह गरेको छ ।
राम आश्रय यादव, वडा नं. ८

बालबालिकाको जन्मदर्ता गर्न जन्मदर्ता शिविर, अपाङ्गता भएकालाई परिचय–पत्र प्रदान गर्न अपाङ्गता परिचय–पत्र वितरण शिविर सञ्चालन गर्नका साथै पहुँच परियोजनाले वडा तथा पालिकाको क्षमता अभिवृद्धि लगायतका कार्य गर्नका लागि वडासँग गरेको समन्वयकारी भूमिकाप्रति आभार व्यक्त गर्दछु ।

रघुनन्दन चौधरी, वडा नं. ९

अपाङ्गता भत्ताले आलोकको औषधि उपचारमा सहयोग पुगेको छ

उमेरले १५ वर्ष पुगेका आलोक परिवारको जेठो छोरा थिए । उनी ४ जनाको परिवारसँगै औरही नगरपालिका–४ मा बस्छन् । उनी जन्मिएको २ वर्षपछि उनको मानसिक स्वास्थ्यमा समस्या देखिन थाल्यो । उनी कहिलेकाही राम्रैसँग खेल्ने, कहिले खेल्दै नखेल्ने, कहिले आफ्नै सुरमा एक्लै टाढा टाढा जाने गर्दथे । यो क्रम उमेरसँगै बढ्दै गईरहेको थियो । उनको यो अवस्थाका कारण, परिवारले उनलाई जनकपुर, भारत तथा काठमाडौँका विभिन्न अस्पतालमा उपचारका लागि लगेका थिए । काठमाडौँमा उपचारको क्रममा डाक्टरले आलोक कहिल्यै निको नहुने र उनलाई घरमै राखेर हेरचाह गर्न सल्लाह दिएका थिए । परिवारलाई यसले थप दुखित बनाएको थियो । अन्यत्र लगेर उपचार गराउन सक्ने आर्थिक अवस्था पनि थिएन ।

आलोकको यो अवस्थाले आमाबुवा दुवै जनालाई मानसिक पीडा दिइरहेको थियो भने आलोकको अवस्था दिन प्रतिदिन बिग्रदै गईरहेको थियो । यसै क्रममा पालिकामा सञ्चालित पहुँच परियोजनाको सहकार्यमा सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्न योग्य तर छुटेकाहरूको पहिचान गर्न वडा सदस्य आलोकको घरमा पुगेका थिए । उनले आलोकले अपाङ्गता भत्ता प्राप्त गर्न सक्ने कुरा परिवारलाई सुनाए र यसको बारेमा वडाको गुनासो सुनुवाई समितिमा कुरा राख्ने बताए र सोही अनुरुप गुनासो सुनुवाई समितिमा छलफल भई समितिले थप सहयोगका लागि सेभ द चिल्ड्रेन साझेदार संस्था सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपाललाई आह्वान गरेको थियो । परियोजनाले आलोकको अपाङ्गता परिचय पत्र बनाउनका लागि डाक्टरको सिफारिस, वडाको सिफारिस, पालिका स्तरीय अपाङ्गता पहिचान तथा परिचय–पत्र वितरण, स्थानीय समन्वय समिति मार्फत परिचय–पत्र बनाउन सहयोग प्रदान गरी आलोकले "क" वर्गको रातो परिचय–पत्र प्राप्त गरे र हाल उनी त्रैमासिक ११,९७० रुपैया प्राप्त गरिरहेका छन् ।

> ***"छोराले पाएको भत्ताले थप उपचारमा सहयोग भई हाल उनको स्वास्थ्यमा केही सुधार भईरहेको छ । आजकल उनी अरू साथीहरू बनाउने, उनीहरूसँग खेल्ने र सकेसम्म खुलेर बोल्ने कोसिस समेत गर्न थालेका छन् ।"***
>
> ***-आलोकको आमा***

लाभग्राहीहरूलाई सामाजिक सुरक्षा भत्ताले कसरी सकारात्मक प्रभाव पार्दोरहेछ भन्ने कुरा आलोकको यो कथाले सन्देश दिएको छ ।

अपाङ्गता भत्ता बन्यो हात मुख जोड्ने आधार

मेरो नाम बेचन हो । औरही नगरपालिका–४ मा बस्छु । मेरो उमेर ६६ वर्ष भयो । विगत ३ वर्षदेखि मेरो दुबै खुट्टामा समस्या देखिन थाल्यो । उपचारको लागि जनकपुर र भारत पुगे तर निको भएन । मलाई हिडडुल गर्न गाह्रो हुन थाल्यो । अरूको सहाराविना बसेको ठाउँबाट उठ्न नसकिने भयो । मेरो खुट्टाको समस्याले काम गर्न र कमाउन नसक्ने भएँ । पैसा नभएर कहिलेकाहीँ त भोकै बस्नुपर्ने हुन थाल्यो ।

एक दिन मेरो गाउँमा वडा महिला सदस्य सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्न छुटेकाहरूको पहिचान गर्न आउनुभएको रहेछ । मेरो घरमा पनि आउनुभयो र मैले आफ्नो समस्या सुनाए । उहाँहरूले मेरो विवरण लिनुभयो । त्यसपछि पहुँच परियोजनाको कर्मचारीहरूले मलाई डाक्टरकोमा लग्नुभयो र वडाको सिफारिस र पालिकाको समितिमा मेरो विवरण पेश गर्न सहयोग गर्नुभयो । पालिका, वडा र पहुँच परियोजनाको सहयोगले मैले आपाङ्गताको निलो परिचय–पत्र प्राप्त गरेँ र अहिले म त्रैमासिक रूपमा ६४८० रूपैयाँ भत्ता मेरो बैंक खातामा प्राप्त गरिरहेको छु ।

अपाङ्गता भत्ताको रकमले मैले आफ्नो औषधी उपचार गर्ने, आफूलाई मन लागेको खानेकुरा खाने तथा लुगाफटा खरिद गर्ने गरेको छु । भत्ताको रकमले मलाई आफ्नो जीवन जीउन सहज भएको छ । यसैगरी गाउँमा सामाजिक सुरक्षा भत्ताको बारेमा जानकारी प्रदान गरी भत्ताबाट छुटेकाहरूलाई पहुँचमा ल्याउन सबै पालिकाले सहयोग गरेमा म जस्ता अन्य मानिसहरूका लागि सहयोगी हुने थियो भन्ने लाग्छ । हाल म खुसी छु । सामाजिक सुरक्षा भत्ता मेरो जीवन जीउने आधार बनेको छ ।

“बालबालिका अभिभावकबाट माया चाहँदा रहेछन्”

मेरो नाम चाँदनी हो । म औरही नगरपालिका ४ मा बस्छु । म प्राय दिनभर घरकै काममा व्यस्त हुने गर्थे । आफूसँग एकछिन पनि फुर्सत छैन जस्तो महसुस गर्थे । छोरीहरूले केही भने पनि रिस उठेर आउँथ्यो । प्रायजसो छोरीहरूलाई खाना खुवाउन पनि हतार गरेर सासु आमालाई नै खुवाउनुस् भनेर छोडिदिन्थे । एक दिन तरकारी काटिरहेको बेला छोरी आएर काटेको तरकारी भुइमा पोखाईदिईन् । त्यो दिन मैले उनलाई नराम्ररी कराएँ । मलाई बच्चाले बोलेको पनि झर्को जस्तो लाग्थ्यो ।

गाउँमा केही दिदी बहिनीहरूले अभिभावक कक्षामा सहभागी हुने कुरा गरे । मैले पनि हुन्छ भने र सहभागी भएँ । त्यो अभिभावक कक्षा कार्यक्रम हाम्रै नगरपालिका र पहुँच परियोजना मार्फत सञ्चालन भएको थाहा पाएँ । हप्ताको एक दिन हुने कक्षामा म नियमित जसो उपस्थित हुन्थेँ किनभने कक्षामा छलफल हुने कुराहरूले मलाई विस्तारै आफूले छोरीहरूलाई गरेको व्यवहार प्रति पछुतो लाग्न थाल्यो । कक्षामा छलफल भएको सुनौला क्षणहरू जस्तो बच्चालाई दुध खुवाउँदा, सुताउँदा, स्कुलका लागि तयार गराउँदा, नुहाईदिँदा हामीसँग समय नै समय हुने रहेछ । हामी त्यत्तिकै आफूसँग समय नभएको भन्दा रहेछौँ भन्ने कुरा बुझेँ । बच्चाहरू पनि हामी जस्तै व्यक्ति हुन्, उनीहरूको पनि हाम्रो जस्तै इच्छा, चाहना हुन्छ, उनीहरूले आफ्नो आमाबुवाबाट माया चाहन्छन् भन्ने कुरा छलफल गर्दैगर्दा आफूले गरेको व्यवहार झल्झली दिमागमा घुम्न थाल्यो ।

अभिभावक कक्षामा सहभागी भइसकेपछि मैले आफूलाई र आफ्नो व्यवहारलाई फेर्नुपर्छ भन्ने लाग्यो र त्यो अठोट पनि गरेँ । आजभोलि मैले छोरीहरूसँग खेल्ने, कुराकानी गर्ने, उनीहरूले गरेको राम्रो कामको प्रशंसा गर्ने, हौसला दिने गरेकी छु । कहिले काहीँ केही कुराले रिस उठिहाल्यो भने धैर्य हुने गरेकी छु ।

STING

“सामाजिक सुरक्षा भत्तासँगै अभिभावक कक्षाले मेरो जीवन र व्यवहारमा परिवर्तन ल्याएको छ”

मेरो नाम फुलो हो । म औरही नगरपालिका–६ मा बस्छु । शारीरिक रूपमा म जन्मदेखि नै अपाङ्गता भएकोले मेरो श्रीमान्ले कामकाजमा सहयोग गर्नुहुन्छ र मैले सकेजति काम गर्छु । मेरो दुबै खुट्टाका पैतलाहरु बाङ्गो भएकाले मलाई हिडडुल गर्न गाह्रो हुन्छ ।

हाम्रो गाउँमा अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन भएको थियो र म त्यसमा सहभागी भएको थिएँ । उक्त कार्यक्रममा सहभागी भएपछि मैले सामाजिक सुरक्षा भत्ताको बारेमा थाहा पाएँ । मेरो बच्चाले बालपोषण भत्ता र मैले अपाङ्गता भत्ता पाउने कुरा थाहा पाएँ । तर त्यसका लागि कक्षामा भनिए अनुसार मसँग नागरिकता, बच्चाको जन्मदर्ता, विवाह दर्ता, अपाङ्गता परिचय–पत्र थिएन । त्यसपछि पालिका र संस्थाले मिलेर मेरो सबै कागज बनाउन सहयोग गर्नुभयो र हाल मैले अपाङ्गता भत्ता र मेरा दुवै जना छोराहरूले बाल पोषण भत्ता पाईरहेका छौँ । हामी जस्ता मानिसहरू कसरी सूचना नपाएर छुट्दा रहेछौँ भन्ने कुरा मनमा लाग्यो । हामीले पाएको भत्ताले घर व्यवहार र बच्चाको पोषणमा सहयोग पुगेको छ ।

मैले अभिभावक कक्षामा पनि नियमित रूपमा सहभागी भई बच्चाहरूलाई कसरी व्यवहार गर्नुपर्छ भन्ने कुरा पनि सिकेँ । गाउँमा मेरो सानो नास्ता पसल भएकोले मैले छोराछोरीलाई साँझ बाँकी रहेको नास्ता खुवाउने गर्थे, लाग्थ्यो पेट भरेपछि भैगोनि ! अभावको जीवन जिएको भएकोले होला मेरा छोराछोरीले जे दिए पनि खान्थे र हामी होटलको काममा व्यस्त हुने भएकोले उनीहरूलाई चाहिए जति समय पनि दिन सकिरहेका थिएनौँ । अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा सहभागी भएपछि, मैले बच्चाहरूलाई समय दिन थालेको छु, उनीहरूसँग रमाईलो गर्ने गरेको छु, कामका कुराहरू सिकाउँछु । मेरो बच्चाहरू मेरो पहिलाको व्यवहार र आजकलको व्यवहार देखेर कहिले काहीँ अचम्म मान्छन् र भन्छन्– "आमा तपाईं हामीलाई किन कराउनु हुन्न ?"

अभिभावक शिक्षा, सामाजिक सुरक्षा भत्ताले मेरो जीवनयापनमा सहजता ल्याएको छ । मैले आफूले थाहा पाएको कुरा सबैलाई बताउने गरेकी छु । मानिस भईसकेपछि मानिसको जस्तो व्यवहार गर्नुपर्छ भन्ने कुरा मलाई अभिभावक शिक्षा कार्यक्रमले सिकाएको छ ।

“बालबालिकालाई डर, त्रास, होईन माया देखाउँनु पर्ने रहेछ”

मेरो नाम रोशनी हो । म औरही–५ मा बस्छु । हाम्रो गाउँमा सञ्चालन भएको अभिभावक शिक्षा कार्यक्रमका सहभागी हुँदा म ३ महिनाको गर्भवती थिएँ । म निरन्तर कक्षामा सहभागी भएको थिएँ । शुरुको ६ वटा कक्षा गर्भावस्थामा स्याहार, पोषण, स्वास्थ्य जाँच आदिको बारेमा थियो । उक्त कक्षाबाट सिकेका कुराहरू मैले लागू पनि गर्दै गएको थिएँ । नियमित ८ पटक गर्भजाँच गराएको थिएँ र अपस्तालमै गएर बच्चा जन्माएकी थिएँ । बच्चा जन्मेको एक घण्टाभित्र बिगौती दुध पनि खुवाएको थिएँ । हाल मेरो बच्चा स्वस्थ छ र ३५ दिनभित्र वडामा गएर जन्मदर्ता पनि गराए र बाल पोषण भत्ता पनि प्राप्त भईरहेको छ । मैले बच्चाको पोषणको अवस्था कस्तो छ भनेर तौल गर्ने गरेकी छु । हाल मेरो छोरा साढे दुई वर्षको भयो । बाल पोषण भत्ताको रकमले मैले छोरालाई किन्नुपर्ने खानेकुरा विशेष गरी फलफूल र अण्डा किनेर खुवाउने गरेकी छु ।

अभिभावक शिक्षा कार्यक्रमको थप कक्षाहरूमा पनि म सुत्केरी भईसकेको केही महिनापछि नियमित रूपमा सहभागी भएँ । मेरो पहिल्यै दुईजना छोरीहरू पनि भएकोले बच्चासँग गरिने व्यवहारको बारेमा कक्षामा भएको छलफलले मेरो आँखा खुल्यो । मैले बच्चाहरूलाई अनुशासनमा राख्न हाम्रै आमाबुवाले जे गर्नुहुन्थ्यो यही होला भन्ने ठानी सोही अनुसार उनीहरूसँग व्यवहार गर्थे जस्तै– उनीहरूले केही कुरा सोध्दा झर्को लाग्थ्यो, उनीहरूसँगसँगै कुराकानी गर्ने गरेको थिईन । छोरीहरू मैले हेर्दा मात्रै पनि डराउँथे र मैले भनेको काम डरले खुरुक्क मान्थे । कक्षामा छलफल गर्दैगर्दा त्यो डरले बच्चाको दिमागमा कस्तो असर पार्छ भन्ने कुरा थाहा भयो । मैले मेरो बच्चालाई गरेको व्यवहारप्रतिको पछुतोको महसुस भयो ।

सुरुसुरुमा आफ्नो बानी परिर्वतन गर्न गाह्रो भएको थियो तर विस्तारै अभ्यास गर्दै गर्दा आफूमा परिर्वतन ल्याउन सकें । अहिले त बानी नै परिसकेको छ छोराछोरीसँग समय बिताउने, कुराकानी गर्ने, अँगालो हालेर माया गर्ने, छोराछोरीले राम्रो काम गर्दा स्याबास भन्ने, फुर्सदको समयमा बजार वा कहीं घुम्न लाने गरेको छु, जसले गर्दा मेरा छोराछोरीले आफ्नो कुराहरू खुलेर भन्ने र गर्न थालेका छन् भने केही सोध्दा राम्रोसँग बताइदिन्छु ।

“खानेकुरासँगसँगै बालबालिकालाई माया पनि उत्तिकै आवश्यक रहेछ”

मेरो नाम रुवी हो । म औरही नगरपालिका–४ मा बस्छु । म दैनिक रूपमा बिहान बेलुकी घरको काममा र दिउँसो ज्यालामजदुरी गर्छु भने मेरो श्रीमान् वैदेशिक रोजगारीमा हुनुहुन्छ ।

म अभिभावक कक्षामा नियमित रूपमा जाने गर्दथेँ । कक्षामा छलफल भएको कुराहरूले मैले मेरी छोरीलाई कस्तो व्यवहार गरिरहेको रहेछु भन्ने कुरा याद आयो । मैले त माया भन्ने कुरा उसलाई टन्न खाना खुवाईदिनु, पैसा दिनु, लुगा कपडा किनिदिनु, विद्यालय पठाइदिनु मात्र हो भन्ने बुझेको रहेछु । मलाई लाग्थ्यो आफ्नो बच्चालाई कसले माया गर्दैन र ? तर छलफल गर्दै जाँदा थाहा भयो कि मैले मेरो बच्चालाई माया गरेको कुरा त उसले थाहापाएको हुनुपर्ने रहेछ । माया त हामीले गरिरहेका रहेछौँ तर देखाउन नसकेका रहेछौँ । मैले माया गर्छु भन्ने कुरा बच्चाले थाहा पायो कि पाएन वास्तै नगरेको मैले महसुस गरेँ ।

कक्षामा थाहा पाईयो कि बच्चाले आफ्नो आमाबुवाले आफूलाई वास्ता गरुन्, समय दिउन्, कुराकानी गरुन् भन्ने चाहँदा रहेछन् तर हामीले यी कुराहरू ध्यानै नदिएका हुँदारहेछौँ । मैले बल्ल थाहा पाएँ कि, बच्चाहरूलाई खेलौना, मिठा मिठा खानेकुराहरूले मात्र हैन त्यो भन्दा धेरै आमाबुवासँग खेल्न, रमाउन, कुराकानी गर्न मन लाग्दो रहेछ । मैले मेरो छोरीसँग यी कुराहरूको अभ्यास गर्दा पहिले उनले जिद्दी गर्ने, झगडा गर्ने गर्थिन् तर आजभोलि उनी मसँगै रमाउँछिन् र खेल्छिन् । मैले उनीलाई माया गर्छु र म तिमीलाई माया गर्छु भनेर भन्छु पनि अनि उनी खुशी हुन्छिन् ।

मैले सिकेका कुराहरू सधैं श्रीमान्सँग भिडियो कलमार्फत् र घरमा देवर, देवरानी, सासू र ससुरालाई पनि बताउने गरेको छु, जसले गर्दा अचेल घरपरिवारले पनि मेरो छोरीसँगसँगै देवर देवरानीको छोराछोरीलाई समय दिने, उनीहरूसँग खेल्ने तथा कुराकानी गर्ने गर्न थाल्नुभएको छ ।

“बालबालिकालाई शान्त पार्न अभिभावकमा धैर्य आवश्यक रहेछ”

मेरो नाम सरिखा हो । म दिनभरी घरका काममा व्यस्त हुन्छु र मेरो सानो कपडा पसल पनि भएकोले त्यहाँ पनि बढी व्यस्त हुन्छु । कामको व्यस्तताका कारण मैले छोराछोरीहरूलाई ध्यान दिन भ्याउँदिन । एकदिन मेरो छोराले विद्यालय जान मनिरहेको थिएन र मलाई पनि पसल बस्नु पर्ने थियो, एकदमै फकाए तर मानिरहेको थिएन, त्यसपछि मैले शारीरिक सजायँ दिएँ त्यस्ता घटनाहरू मेरो घरमा बारम्बार भइरहन्थें । यसो गर्दा मलाई मेरो श्रीमान्ले विदेशबाट भिडियो कलमार्फत धेरै पटक सम्झाउनु भएको थियो तर मैले जतिगर्दा पनि आफूलाई रोक्न सकेको थिइन ।

जब गाउँमा अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा सहभागी हुने मौका पाएँ, तब मलाई मैले छोराछोरीलाई गरेको व्यवहारले उनीहरूको भविष्यलाई कति नराम्रो असर पर्ने रहेछ भन्ने अनुभूत गरेँ । मैले पनि आफूमा परिर्वतन गर्न निरन्तर अभ्यास गरे तरपनि मलाई रिस नियन्त्रण गर्न धेरै नै गाह्रो हुन्थ्यो । मैले आफ्नो रिस नियन्त्रण गर्न कक्षामा सिकेका कुराहरूलाई नियमित अभ्यास गरिरहें र आज मैले आफूमा परिर्वतन ल्याउन सकें । सधैं गरिरहेको व्यवहारमा परिर्वतन ल्याउन अभ्यास गर्नुपर्ने रहेछ । अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा गृहकार्य गरेर सुनाउनु पर्ने हुन्थ्यो, मैले आफूले गरेको अभ्यास सुनाउँदै गएँ अहिले त बानी नै परिसकेको छ । म अचेल मेरा छोराछोरीसँग खेल्छु । मेरो व्यवहारमा परिर्वतन आए सगैँ मेरो छोरीको व्यवहारमा पनि परीर्वतन आएको छ । भनेको मान्ने तथा झगडा नगर्ने एक आपसमा कुराकानी गर्ने रमाउने भएकी छिन् ।

"स्वस्थ्य बच्चा जन्माउन गर्भावस्थामा पोषणमा ध्यान दिन जरुरी रहेछ"

मेरो नाम सोहागवती हो । म औरही–६ मा बस्छु । मेरो दोस्रो बच्चा गर्भमै हुँदा अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा सहभागी हुने अवसर पाएँ । गर्भवती भएपछि कम्तीमा ८ पटक चेकजाँच गराउनु पर्ने, गर्भवती अवस्थामा खतराका लक्षणका विषय, जुकाको औषधि, आइरन चक्की, खोपको बारेमा, पोषण खाना, सुत्केरी भएपछि आमा र बच्चाको आठपटक सम्म स्वास्थ्य जाँच, सुत्केरीपछि पनि ४५ दिनसम्म आरन चक्की खानुपर्ने लगायतका थुप्रै विषयमा जान्ने र सिक्ने मौका पाएँ । त्यसपश्चात् म अस्तपताल गएर चेकजाँच गराएर आइरन चक्की नियमित आवश्यकता अनुसार सेवन गर्न थाले ।

अहिले मेरो र बच्चाहरूको स्वास्थ्य अवस्था राम्रो भएको छ । गर्भवती अवस्थामा पोषण र अन्य स्वास्थ्य सुविधाहरू प्राप्त गर्न समेत सफल भए र मेरो बच्चा पनि स्वस्थ छ । अहिले आएर लाग्छ यी कुराहरू मैले मेरो पहिलो बच्चाको बेला नै थाहा पाएको भए उसलाई पनि राम्रो स्याहार गर्थे होला । त्यतिबेला गर्भावस्थामा के–के कुरामा ध्यान दिने, कस्तो खानेकुरा खाने थाहै थिएन । बच्चाको दिमागको विकासका लागि त आमाले गर्भावस्था देखि नै ध्यान दिनुपर्ने रहेछ भन्ने कुरा थाहै थिएन । गाउँमा जे चलन थियो त्यही गरियो । १६ वर्षको उमेरमा मेरो विवाह भएको थियो । बच्चा जन्माउने उपयुक्त उमेर कति हो भन्ने नै थाहा थिएन । मैले कक्षामा सिकेका कुराहरू अरू दिदीबहिनीहरूलाई पनि बताउने गरेकी छु ।

अपाङ्गता भत्ताले विभेद कम गर्‍यो

औरही नगरपालिका–४ बस्ने वर्ष ६ का सुवास जन्मैदेखि बहुअपाङ्गता भएका बालक हुन् । अपाङ्गताकै कारण उनीलाई प्राय एउटै कोठामा राख्ने गरिएको थियो । उनको बुवाले आफूले कुन जुनीको पाप गरेको रहेछु भनेर चिन्ता गर्नुहुन्थ्यो । सुवास न बोल्न सक्छन्, न हिड्न सक्छन् न आफै खान नै सक्छन् । समाजमा लाज हुन्छ भनेर उनको अपाङ्गताको अवस्था परिवारले अरूलाई बताउदैनथे ।

वडा नं. ७ को वडा महिला सदस्य सामाजिक सुरक्षा भत्ताबाट वञ्चित व्यक्तिको तथ्याङ्क सङ्कलन गर्दै उनको घरमा पुग्नुभयो र सुवासको विवरण लिनुभयो । यो कुरा थाहा पाएपछि सुवासको बुवा उनको आमासँग रिसाउनु पनि भयो । त्यसको केही दिनपछि सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपालको कर्मचारी उनको घरमा गएर परिवारमा कुरा गरेर सम्झाउनु भयो । अपाङ्गता परिचय–पत्र र अपाङ्गता भत्ताको बारेमा कुरा गर्नुभयो । नेपाल सरकारले सामाजिक सुरक्षा भत्ता दिन्छ भन्ने कुरा उनको परिवारलाई थाहा थिएन । नगरपालिका र पहुँच परियोजनाको सहयोगले सुवासले "क" वर्गको रातो अपाङ्गता परिचय–पत्र पाएका छन् भने सोही आधारमा उनले अपाङ्गता भत्ता मासिक ३,९९० रुपैयाँ र उनको २ वर्षको भाइको पनि बाल पोषण भत्ताको लागि दर्ता भई मासिक ५३२ रुपैयाँ पाईरहेका छन् ।

यो सामाजिक सुरक्षा भत्ता पाउन थालेपछि उनको घर परिवारलाई उनको हेरचाह गर्न सहज भएको छ । उक्त भत्ताको रकमले सुवासको स्वास्थ्य उपचारको लागि नजिकैको स्वास्थ्य चौकी, जिल्ला अस्पतालमा लगियो र थाहा भयो कि गर्भमा हुँदा पोषिलो खानेकुरा आमाले नखाएर यस्तो भएको रहेछ ।

> ***“आजकाल उनलाई पोषिलो खाने कुरा खुवाएर होला उनी हामीसँग बोल्न खोज्छन्, दिदीहरू र भाइसँग खेल्न खोज्छन् र खुसीहुन थालेका छन् । हामीले अब उनलाई व्हील चियर किन्ने योजना पनि बनाएका छौं ।”***
>
> ***– सुवासको आमा***

“अभिभावक शिक्षाले बदल्यो बालबालिकाप्रतिको मेरो दृष्टिकोण”

मेरो नाम पुनिता हो । म घरायसी काममा बढी नै व्यस्त हुने भएकाले छोराछोरीलाई त्यति ध्यान दिन सक्दिनथे, खाना दिएर तिमीहरू आफै खाउ भनी घाँस काट्न जान्थे । घाँस काटेर आउने बित्तिकै ५ वटै छोरीको चकचके र जिद्दी गर्ने बानीले मलाई धेरै रिस उठ्थ्यो । म कपडा सिलाई गरिरहँदा छोरीहरू एक आपसमा झगडा गर्थे, जसले गर्दा मलाई झन तनाव हुन्थ्यो । म उनीहरुलाई गाली पनि गर्थें ।

जब मैले अभिभावक शिक्षा कार्यक्रममा सहभागी हुने मौका पाएँ तब बल्ल मैले छोराछोरीसँगको व्यवहारले उनीहरूको भविष्यमा कति नराम्रो असर पार्ने रहेछ भनेर अनुभूत गरेँ । म अब मेरा छोराछोरीले केही गलत गरे भने कुट्दिन, उनीहरूलाई त्यो किन गलत हो र त्यसले के असर पार्छ भनेर सम्झाउने गरेकी छु । अब म बाहिरको खाना खुवाउँदिन, घरमै पकाएर दाल–भात खुवाउँछु, जसले गर्दा पैसाको बचत पनि हुन्छ । प्रत्येक दुई–दुई महिनामा छोराछोरीको तौल पनि जाँच गराउँछु । जसले गर्दा उनीहरूको स्वास्थ्य राम्रो छ भन्ने थाहा हुन्छ ।

मैले आफूले सिकेका कुरा आफ्नो सासू, ससुरा, श्रीमान् र छिमेकी दिदीबहिनीहरूलाई पनि बताउने गरेको छु र कसैले बालबालिकाप्रति नराम्रो व्यवहार गरे भने, बालबालिकालाई कस्तो व्यवहार गर्नुपर्दछ भनेर सिकाउन पनि थालेकी छु । जसले गर्दा अहिले हाम्रो छरछिमेकमा पनि बालबालिकालाई गाली गर्ने, पिट्ने र हेलागर्ने व्यवहारमा सुधार भइरहेको छ ।

अभिभावक सचेतना कार्यक्रम सञ्चालनका लागि तालिम प्राप्त सहजकर्ताहरुको विवरण

क्र.सं.	नामथर	पालिका	वडा नं.	टोल/गाउँ
१.	संजु यादव	औरही	१	औरही भण्डारी टोल
२.	निशु झा	औरही	२	फुलबरीया
३.	अंचला साह	औरही	३	श्रीपुर
४.	निलु यादव	औरही	३	श्रीपुर
५.	हिना कुमारी यादव	औरही	४	शेरहा
६.	सुस्मिता कुमारी यादव	औरही	४	कटुधार
७.	परम कुमारी यादव	औरही	५	श्रीपुर
८.	पिंकी कुमारी यादव	औरही	५	श्रीपुर
९.	संगिता कुमारी चौधरी	औरही	६	शेरहा
१०.	रिंकु दास	औरही	६	शेरहा
११.	रेखा यादब	औरही	४	कटुधार
१२.	सबिता कुमारी यादव	औरही	६	बैरिया
१३.	पूजा कुमारी महरा	औरही	२	औरही स्कुल टोल
१४.	संजु कुमारी यादव	औरही	९	टिमकिया बजार
१५.	चन्चला कुमारी यादव	औरही	८	टिमकिया
१६.	नेहा कुमारी चौधरी	औरही	८	टिमकिया
१७.	रन्जु कुमारी चौधरी	औरही	९	अखलेश्धारा
१८.	सिला कुमारी	औरही	९	अखलेश्धारा

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 सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपाल बर्दिवासले गरिरहेको छ ।

प्रकाशनः
औरही नगरपालिका, महोत्तरी र सेभ द चिल्ड्रेन

कथा सङ्कलनः
सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपाल, बर्दिवास महोत्तरी

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

सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च नेपाल, बर्दिवास महोत्तरी
फोन नं. ०४४–५५०२८५

With support from Finland's development cooperation

Save the Children