रेडक्रस

नेरेसो

समाचारप्रधान मासिक पत्रिका

वर्ष ५७, अङ्क १० २०८३ वैशाख April- May 2026

मानवताको लागि एकबद्ध होऔं भन्ने नाराका साथ विश्व रेडक्रस दिवस सम्पन्न

काठमाडौं, वैशाख २५ गते । रेडक्रसका जन्मदाता जाँ हेनरी ड्युनाको जन्मदिनको अवसर पारेर हरेक वर्ष मनाइने विश्व रेडक्रस दिवस (मे ८) नेपाललगायत विश्वभरि **"मानवताको लागि एकबद्ध होऔं"** ९ग्लष्तभम प्ल ज्फबलष्तथ० भन्ने नाराका साथ मनाइएको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको केन्द्रीय कार्यालयमा दिवसका अवसरमा सोसाइटीका अध्यक्ष विनोदकुमार शर्मा र महामन्त्री मीनवहादुर मल्ल, सदस्य, रेडक्रसको अन्तर्राष्ट्रिय समिति आइसीआरसी नेपाल प्रमुख सन्देश श्रेष्ठ र रेडक्रसको अन्तर्राष्ट्रिय महासङ्घ नेपाल प्रमुख डेभिड फिसरले संयुक्त रूपमा झण्डोत्तोलन गर्नुभएको थियो ।

दिवसका अवसरमा आयोजित मूल समारोहमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका पदाधिकारी तथा सदस्य, रेडक्रसको अन्तर्राष्ट्रिय समिति आइसीआरसी नेपाल प्रमुख सन्देश श्रेष्ठ र रेडक्रसको अन्तर्राष्ट्रिय महासङ्घ नेपाल प्रमुख डेभिड फिसरलगायतले रेडक्रसका संस्थापक जाँ हेनरी ड्युनाको तस्विरमा माल्यार्पण गरी कार्यक्रमको शुभारम्भ गर्नुभएको थियो ।

दिवसको अवसर पारेर नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले स्वहेरचाह र मनोसामाजिक सेवा कक्षको शुभारम्भ गरेको छ ।

कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका अध्यक्ष विनोदकुमार शर्माले नेपाल रेडक्रस सोसाइटीमा ठुलो सङ्ख्यामा युवा सहभागिता रहेको र युवाहरूलाई थप जिम्मेवारीसहित नेतृत्वमा ल्याउन पहल गरिरहेको बताउनुभयो ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका महामन्त्री मीनवहादुर मल्लले मानवीय सेवाका गतिविधिहरूलाई प्रभावकारी बनाउन रेडक्रसका स्वयंसेवक तथा कर्मचारीहरूको आचारण र व्यवहारमा मानवता र ऐक्यबद्धता हुनुपर्नेमा जोड दिनुभयो ।

रेडक्रसको अन्तर्राष्ट्रिय समिति आइसीआरसी नेपाल प्रमुख सन्देश श्रेष्ठले द्वन्द्व तथा विपद्वाट प्रभावित विश्वका एक सय ३० भन्दा वढी राष्ट्रमा रेडक्रसका स्वयंसेवक तथा कर्मचारीहरूले सेवा पुऱ्याइरहेको बताउनुभयो ।





उहाँले पारिवारीक सम्पर्कको पुनस्थापना, शव व्यवस्थापन, सुरक्षित पहुँचलगायतका क्षेत्रमा नेपाल रेडक्रससँग साझेदारी गर्दै आइरहेको बताउनुभयो ।

रेडक्रसको अन्तर्राष्ट्रिय महासङ्घ आइएफआर सी नेपालका प्रमुख डेभिड फिसरले विश्वमा रेडक्रस अभियान मानवीय सेवाका क्षेत्रमा एकबद्ध रहेको बताउनुभयो । थुप्रै चुनौतीहरूका बिचमा पनि नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले भूकम्प, बाढीपहिरो तथा सुख्खा समयमा मानवीय सेवाका क्षेत्रमा गरेका कार्यहरू प्रशंसनीय रहेको बताउनुभयो ।

युवा रेडक्रस सर्कल नेपाल कमर्श क्याम्पसका अध्यक्ष रविना चौलागाईंले मानवीय सेवाका गतिविधिहरूलाई अझ प्रभावकारी बनाउन सबै युवाहरू एकबद्ध भएर अघि बढनुपर्नेमा जोड दिनुभयो ।

कार्यक्रममा स्वागत मन्तव्य व्यक्त गर्दै नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मानवीय मूल्य तथा सञ्चार विभागका निर्देशक विपुल न्यौपानेले यसवर्षको नाराले दिएको सन्देश र दिवसको

(बाँकी पृष्ठ २ मा)

सम्पादकीय

मानवताका लागि एकबद्ध होऔं

हरेक वर्ष मे ८ का दिन विश्वभर मनाइने विश्व रेडक्रस तथा रेडक्रिसेन्ट दिवस मानवता, करुणा, सहकार्य र निस्वार्थ सेवाको भावना पुनः स्मरण गर्ने महत्वपूर्ण अवसर हो । यस वर्ष **"मानवताका लागि एकबद्ध होऔं"** भन्ने मूल नारासहित मनाइँदै गरेको यो दिवसले हालको विश्व परिवेशमा मानवीय मूल्यको आवश्यकता र सान्दर्भिकतालाई अझ स्पष्ट रूपमा उजागर गरेको छ । संसार अहिले प्राकृतिक विपद्, महामारी, युद्ध, जलवायु परिवर्तन, आर्थिक असमानता तथा विभिन्न मानवीय सङ्कटहरूको चपेटामा परेको छ । यस्तो अवस्थामा पीडामा परेका मानिसहरूको जीवन रक्षा, राहत, उद्धार र पुनःस्थापनाका लागि रेडक्रस तथा रेडक्रिसेन्ट अभियानले विश्वभर निरन्तर मानवीय सेवा प्रदान गर्दै आएको छ ।

विश्व रेडक्रस तथा रेडक्रिसेन्ट अभियानका संस्थापक जाँ हेनरी ड्युनाको जन्मदिनको अवसरमा मनाइने यो दिवस केवल उत्सव मनाउने दिन मात्र नभई मानवताको पक्षमा उभिने प्रतिबद्धताको दिन पनि हो । रेडक्रस आन्दोलनका सात आधारभूत सिद्धान्तः मानवता, निष्पक्षता, तटस्थता, स्वतन्त्रता, स्वयंसेवा, एकता र विश्वव्यापकता आज पनि अभियानका प्रत्येक गतिविधिका मार्गदर्शक सिद्धान्तका रूपमा रहेका छन् । आज विश्वभर करोडौँ स्वयंसेवक तथा कर्मचारीहरू सङ्कटका बेला जोखिम मोलेर मानवीय सेवामा खटिरहेका छन् । उनीहरू जात, धर्म, भाषा, राजनीतिक विचार वा सीमाभन्दा माथि उठेर केवल मानवताको आधारमा सेवा गरिरहेका छन् ।

नेपालमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले वि.सं.२०२० सालदेखि निरन्तर रूपमा मानवीय सेवामा महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दै आएको छ । देशका सातै प्रदेश, ७७ जिल्ला तथा स्थानीय तहसम्म फैलिएको यसको सञ्जालमार्फत लाखौँ स्वयंसेवकहरू परिचालित छन् । प्राकृतिक विपद्, महामारी, आगलागी, भूकम्प, बाढीपहिरो वा अन्य सङ्कटका समयमा नेपाल रेडक्रस सधैँ अग्रपङ्क्तिमा देखिने संस्था बनेको छ । रक्तसञ्चार सेवा, एम्बुलेन्स सेवा, स्वास्थ्य सेवा, खानेपानी तथा सरसफाइ, सामुदायिक विकास, युवा परिचालन र विपद् व्यवस्थापनका क्षेत्रमा यसको योगदान उल्लेखनीय छ । प्रत्येक वर्ष लाखौँ नागरिकले रेडक्रसको सेवाबाट प्रत्यक्ष लाभ प्राप्त गरिरहेका छन् ।

विशेषगरि २०७२ सालको भूकम्प, कोभिड-१९ महामारी तथा बाढीपहिरोजस्ता विपद्का समयमा रेडक्रसका स्वयंसेवकहरूले निर्वाह गरेको भूमिका अत्यन्त प्रशंसनीय छ । आफ्नो व्यक्तिगत सुरक्षा र सुविधा भन्दा माथि उठेर समुदायको सेवामा खटिनु सामान्य कुरा होइन । उनीहरूको समर्पणले मानवताको वास्तविक अर्थलाई जीवन्त बनाएको छ । यही निस्वार्थ सेवाभावका कारण रेडक्रसप्रति नागरिकहरूको भरोसा अझ मजबुद बन्दै गएको छ ।

नेपाल रेडक्रसलाई अझ प्रभावकारी, पारदर्शी र सशक्त बनाउन आवश्यक कानुनी तथा संस्थागत व्यवस्था पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण छ । लामो समयदेखि महसुस गरिएको रेडक्रस कानुनको अभावले संस्थाको तटस्थता, स्वतन्त्रता र सुशासनलाई थप मजबुद बनाउन चुनौती सिर्जना गरेको छ । त्यसैले नेपाल सरकार तथा सम्बन्धित निकायहरूले रेडक्रस कानुन निर्माणतर्फ गम्भीर पहल गर्नु आवश्यक देखिन्छ । सशक्त कानुनी आधारले मात्र रेडक्रस अभियानलाई अझ विश्वसनीय र प्रभावकारी बनाउन सहयोग पुग्नेछ ।

विश्व रेडक्रस तथा रेडक्रिसेन्ट दिवसको यस वर्षको नारा "मानवताका लागि एकबद्ध होऔं" केवल शब्दमा सीमित नरहोस् । यसले समाजमा सहकार्य, करुणा, सामाजिक उत्तरदायित्व र मानवताप्रतिको सम्मानलाई व्यवहारमा उतार्ने प्रेरणा प्रदान गरोस् । मानवताको सेवामा एकताबद्ध भएर अघि बढ्नु नै आजको सबैभन्दा ठूलो आवश्यकता हो ।

प्रधान सम्पादक : मीनबहादुर मल्ल
कार्यकारी सम्पादक : विपुल न्यौपाने
सहायक सम्पादक : सुशीला ढकाल

विश्व रेडक्रस दिवस.....

सान्दर्भिकताको बारेमा जानकारी गराउनुभएको थियो दिवसका अवसरमा रेडक्रसका सिद्धान्त, विश्व रेडक्रस दिवस २०२६को नारा, नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका कर्मचारी तथा स्वयंसेवकहरूको कार्याअनुभवका बारेमा मौखिक प्रस्तुतीको आयोजना गरिएको थियो । जसमा युवा स्वयंसेवक इश्वर रेग्मी प्रथम, जुनियर युवा विभागका राम श्रेष्ठ द्वितिय र युवा स्वयंसेवक सुरज सिंहले तेस्रो स्थान प्राप्त गर्नुभएको थियो । विजेताहरूलाई नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका केन्द्रीय सदस्य डाक्टर गंगाधर अधिकारी, नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका पूर्व निमित्त कार्यकारी निर्देशक तथा रेडक्रस वित्त आयोगका सदस्य धर्मदत्त विडारी र लैङ्गिगक, संरक्षण तथा समावेशीकरण विभागका निर्देशक दिव्यराज पौडेलले प्रशंसापत्र वितरण गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका सदस्य सुर्यकुमारी श्रेष्ठ, निमित्त कार्यकारी निर्देशक मोना अर्याल, साझेदार राष्ट्रिय सोसाइटीका प्रमुख तथा प्रतिनिधिहरू र नेपाल रेडक्रस सोसाइटी केन्द्रीय कार्यालयका कर्मचारीहरूको उपस्थिति रहेको थियो । दिवसका अवसरमा रक्तदान कार्यक्रमको पनि आयोजना गरिएको थियो । जसमा, १७ जनाले रक्तदान गर्नुभएको थियो ।



शाश्वत वाणी

"यदि तिमिले अरुको लागि दियो बाल्यौ भने त्यसको उज्यालो तिम्रो बाटोमा पनि पर्नेछ ।" - गौतम बुद्ध

सामुदायिक विकास गतिविधि

सामुदायिक जीविकोपार्जन प्रवर्धन कार्यक्रममार्फत विपन्न समुदायको उत्थानमा सहयोग

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी तनहुँ जिल्ला शाखाद्वारा आइरिस रेडक्रसको आर्थिक सहयोगमा सञ्चालित "सामुदायिक जीविकोपार्जन प्रवर्धन कार्यक्रम" को तेस्रो चरण हाल तनहुँ जिल्लाको शुक्लागण्डकी नगरपालिका वडा नं.१ र ११ मा प्रभावकारी रूपमा सञ्चालन भइरहेको छ । सन् २०२५ अक्टोबरदेखि २०२७ सेप्टेम्बरसम्म सञ्चालन हुने उक्त कार्यक्रमले जलवायु अनुकूलन तथा वैकल्पिक जीविकोपार्जनमार्फत समुदायको आर्थिक तथा सामाजिक उत्थानमा योगदान पुऱ्याउने लक्ष्य राखेको छ । यसअघि कार्यक्रमको पहिलो तथा दोस्रो चरण म्याग्दी जिल्लाको रघुगंगा गाउँपालिकामा सफलतापूर्वक सम्पन्न भएको थियो ।

परियोजनाले अपाङ्गता भएका व्यक्ति, एकल महिला, दलित, सीमान्तकृत तथा आर्थिक रूपमा विपन्न परिवारलाई प्राथमिकतामा राखी उच्च आम्दानी दिने नगदेबाली, तरकारी टनेल खेती, पशुपालन, गोठ सुधार तथा सिपमूलक व्यवसायमा सहभागी गराउँदै आएको छ । कार्यक्रमको मुख्य उद्देश्य सङ्कटासन्न समुदायको स्वास्थ्य, सुरक्षा, कल्याण तथा जीविकोपार्जन सुदृढ गर्दै विपद् जोखिम न्यूनीकरण र आर्थिक आत्मनिर्भरतामा सहयोग पुऱ्याउनु रहेको छ ।



कार्यक्रम सञ्चालनका क्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी तनहुँ जिल्ला शाखा र शुक्लागण्डकी नगरपालिका बिच समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर गरिएको थियो । उक्त समझदारीपत्रमा जिल्ला शाखा सभापति डा.कृष्णप्रसाद गौतम तथा नगर प्रमुख कृष्णराज पण्डितले हस्ताक्षर गर्नुभएको थियो ।

परियोजनाले प्रारम्भिक चरणमा परियोजना क्षेत्रमा आधारभूत सर्वेक्षण सञ्चालन गरी समुदायको आवश्यकता तथा सम्भावित जीविकोपार्जन गतिविधिहरू पहिचान गरेको थियो । त्यसपश्चात वडा नं. १ र ११ का २८ वटा समुदाय समेटेर ६ वटा बृहत् सामुदायिक भेला आयोजना गरिएको थियो । उक्त भेलामा जम्मा ४१७ जनाको सहभागिता रहेको थियो, जसमा १८६ जना महिला तथा २३१ जना पुरुषको सहभागिता रहेको थियो ।

जीविकोपार्जन सहयोगका लागि वडा नं. १ बाट ३५९ र वडा नं.११ बाट ३५४ आवेदन प्राप्त भएकोमा पूर्वनिर्धारित मापदण्डका आधारमा पहिलो वर्षका लागि ५०० जना लाभग्राही छनोट गरिएको परियोजनाले जनाएको छ । छनोट गरिएका लाभग्राहीमध्ये ३१५ जनालाई उच्च आम्दानी दिने नगदेबाली, ३५ जनालाई तरकारी टनेल खेती, १०० जनालाई पशुपालन तथा गोठ सुधार र ५० जनालाई सिपमूलक व्यवसायअन्तर्गत समावेश गरिएको छ । साथै दोस्रो वर्ष थप १५० जना लाभग्राही छनोट गरिने योजना रहेको छ ।

लाभग्राही छनोटपश्चात कृषकहरूको कृषि जमिनमा माटो परीक्षण कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको थियो । गण्डकी प्रदेश कृषि विकास निर्देशनालय अन्तर्गतको माटो तथा मल परीक्षण प्रयोगशाला, पोखराको प्राविधिक टोलीद्वारा २०४ जना कृषकका २२२ वटा माटो नमूना परीक्षण गरिएको थियो । परीक्षणमा नाइट्रोजन, फस्फोरस, पोटास तथा पिएच मान विश्लेषण गरी कृषकहरूलाई उपयुक्त खेतीसम्बन्धी सुझाव प्रदान गरिएको थियो । कार्यक्रममा सहभागी कृषकहरूलाई माटो परीक्षण प्रक्रिया प्रत्यक्ष रूपमा अवलोकन गर्नुका साथै आफ्नो माटोको अवस्था सम्बन्धी जानकारी प्रदान गरिएको थियो ।

त्यसैगरी, परियोजनाले हालसम्म ३४५ जना लाभग्राहीलाई मौरीपालनसम्बन्धी ४ वटा, तरकारी टनेल खेतीसम्बन्धी २ वटा, अदुवा खेतीसम्बन्धी दुई वटा तथा फलफूल खेतीसम्बन्धी ४ वटा तालिम सञ्चालन गरिसकेको छ । उक्त तालिमहरू कृषि विज्ञ तथा सम्बन्धित क्षेत्रका विज्ञ व्यक्तित्वहरूको सहजीकरणमा सञ्चालन गरिएको थियो । साथै पशुपालन, गोठ सुधार तथा सिपमूलक व्यवसायसम्बन्धी थप तालिम सञ्चालन गर्ने तयारी भइरहेको परियोजनाले जनाएको छ ।

तालिमप्राप्त लाभग्राहीहरूमध्ये २६७ जनालाई रु. २९ हजार सहयोग रकममध्ये पहिलो किस्ताबापत रु. सत्रहजार चार सय वितरण गरिएको छ भने बाँकी दोस्रो किस्ता लाभग्राहीहरूको कार्यप्रगति तथा अनुगमनपछि उपलब्ध गराइनेछ ।

यस परियोजनाअन्तर्गत जलवायु परिवर्तन अनुकूलनसम्बन्धी तीनदिने तालिम मोड्युल तयारी कार्यशाला पनि सम्पन्न गरिएको थियो । कार्यशालामा जलवायु परिवर्तन न्यूनीकरण रणनीति, अनुकूलन उपाय, दिगो विकास लक्ष्य, हरित रोजगार सिर्जना, विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा जलवायु परिवर्तनसँग सम्बन्धित विविध विषयमा छलफल गरिएको थियो । कार्यक्रममा रेडक्रसका स्वयंसेवक, कर्मचारी तथा परियोजना प्रतिनिधि गरी १६ जनाको सहभागिता रहेको थियो । उक्त तालिम मोड्युल आगामी दिनमा रेडक्रसका स्वयंसेवक, कर्मचारी, सरोकारवाला तथा लाभग्राहीका लागि पनि सञ्चालन गरिनेछ ।

परियोजनाले प्रत्येक वडामा दुई-दुई जना सामाजिक परिचालक नियुक्त गरी लाभग्राहीहरूसँग निरन्तर समन्वय, सहजीकरण तथा प्राविधिक सहयोग गर्दै आएको छ । यसले लाभग्राहीहरूको कृषि उत्पादकत्व तथा आत्मनिर्भरतामा सकारात्मक योगदान पुग्ने विश्वास गरिएको छ । साथै परियोजनाले नगरपालिका, वडा कार्यालय तथा अन्य सरोकारवाला निकायसँग समन्वय गर्दै कार्यक्रमको नियमित अनुगमन तथा सुझाव प्रदान गर्ने कार्यसमेत गर्दै आएको छ ।

परियोजनाले आगामी दिनहरूमा किसानहरूको अवलोकन भ्रमण, विपद् तथा जलवायु परिवर्तन अनुकूलनसम्बन्धी चेतनामूलक कार्यक्रम, जलवायु स्मार्ट च्याम्पियन समूह गठन, बजार पहुँच अभियान, वित्तीय व्यवस्थापन तथा बजारीकरण तालिम, बीमा तथा वित्तीय संस्थासँग समन्वय, सूचना सामग्री वितरण, थप लाभग्राही सहयोग तथा जलवायु स्मार्ट कृषि र स्वास्थ्यसम्बन्धी क्षमता विकास तालिम सञ्चालन गर्ने योजना रहेको छ । यस कार्यक्रमले विपन्न तथा सीमान्तकृत समुदायको आर्थिक सशक्तिकरण, जलवायु अनुकूलन क्षमता अभिवृद्धि तथा दिगो जीविकोपार्जन विकासमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउनेछ ।

स्वास्थ्य तथा रक्तसञ्चार गतिविधि

रेडक्रसद्वारा दार्चुलामा पहिलो रक्तसञ्चार सेवा सञ्चालन

दार्चुला, वैशाख १३ गते । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखा दार्चुलाले जिल्लामा पहिलो पटक रक्तसञ्चार सेवा केन्द्र सञ्चालनमा ल्याएको छ । पहिलो पटक सञ्चालनमा ल्याइएको रक्तसञ्चार केन्द्रलाई एक औपचारिक कार्यक्रमका बिच उद्घाटन गरिएको छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी दार्चुला जिल्ला शाखाका सभापति गोपालसिंह महरको अध्यक्षता एवम् दार्चुलाबाट निर्वाचित सांसद गणेश सिंह ठगुन्नाको प्रमुख आथिथ्यतामा रक्तसञ्चार केन्द्रको उद्घाटन गरिएको हो ।

जिल्ला रेडक्रसका सभापति गोपाल सिह महरले भन्नभयो "निकै ठूलो पहलपछि ढिलै भए पनि ब्लड बैंक स्थापना गर्न सफल भएका छौं। यो हामी जिल्लावासीका लागि गौरवको विषय हो । यसलाई दिगो व्यवस्थापनका साथ सञ्चालनमा ल्याउने गरी व्यवस्थापकीय कार्य गरेका छौं। अबका दिनमा रगत अभावका कारण ज्यान गुमाउनुपर्ने अवस्थाको अन्त्य हुनेमा हामी ढुक्क छौं ।"



विगतका वर्षहरूमा रक्तसञ्चार केन्द्र नहुँदा नेपाली सेना, नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरीले दिएको रगतको भरमा बिरामीको ज्यान बचाउनुपर्ने अवस्था रहेको थियो । सुत्केरी महिला, दुर्घटना तथा आकस्मिक रूपमा रगत आवश्यक पर्दा कतिपयले अकालमा ज्यानसमेत गुमाउन पर्ने अवस्था रहेको थियो। अहिले रक्तसञ्चार सेवाको स्थापना भएपछि स्थानीय हर्षित भएका छन् । स्थानीयवासी महेश भट्टका अनुसार जिल्लामा रक्तसञ्चार सेवा नहुँदा अत्यन्तै समस्या थियो । कतिपयलाई जिल्लामा रगत नपाएर बाहिर पठाउँदा बाटोमा ज्यान गएको अवस्था उहाँले स्मरण गर्नुभयो। जिल्लावासीका लागि खुशीको कुरा हो तर यसको दिगो व्यवस्थापनको पक्षलाई निकै ध्यान दिन आवश्यक छ । भट्टले भन्नुभयो "अहिले रक्तदान कार्यक्रममार्फत रगत सङ्कलनको काम पनि भइरहेको छ ।"

उद्घाटन कार्यक्रममा सरोकारवाला निकाय, स्वास्थ्यकर्मी तथा स्थानीय व्यक्तित्वहरूको सहभागिता रहेको थियो । जिल्लामा रक्तसञ्चार सेवाको अभावलाई ध्यानमा राख्दै स्थापना गरिएको रक्तसञ्चार सेवा केन्द्रले आकस्मिक अवस्थाका बिरामीलाई समयमै रगत उपलब्ध गराउन महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने विश्वास गरिएको छ ।

रेडक्रस र काठमाडौं महानगरको समन्वयमा सञ्चालित प्राथमिक उपचार तालिमको समिक्षात्मक गोष्ठि सम्पन्न

काठमाडौं, वैशाख ३ गते । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी काठमाडौं जिल्ला शाखाको प्राथमिक उपचार तालिमको पहिलो चरणको समीक्षात्मक बैठक सम्पन्न भएको छ। काठमाडौं महानगरको आर्थिक सहयोगमा महानगरपालिकाको ६ वटा वडामा प्राथमिक उपचार तालिम सञ्चालन गरिएको हो ।

तालिममा सहभागीहरूमा आफूमा आत्मविश्वास हुने र घरमा सामान्य रूपमा चोटपटक लाग्दा कसरी उपचार गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा सैद्धान्तिक र प्रयोगात्मक ज्ञान प्राप्त हुनेछ ।

काठमाडौं जिल्ला शाखाका सभापति श्यामकाजी डोटेलका अनुसार नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, काठमाडौं जिल्ला शाखाद्वारा महानगरका ३२ वटै वडाका स्थानीय बासिन्दाका लागि प्राथमिक उपचार तालिम सञ्चालन गरिने छ ।



हाल सम्म सञ्चालित तालिममा स्थानीय र जनप्रतिनिधिहरू गरी ९० प्रतिशत महिलाको सहभागिता रहेको थियो । बाँकी तालिम वैशाख ६ गतेबाट सुरु भएर जेठ मसान्तसम्म जारी रहने छ ।

समीक्षा गोष्ठीमा काठमाडौं महानगरका महामारी रोकथाम नियन्त्रण फोकल पर्सन ऋषि भुसालले जनस्वास्थ्यलाई प्रवर्धन गर्ने काममा महानगर सधैं अगाडि रहने बताउनु भयो । मानिसको जीवन बचाउने कला तथा सिप सिकाउने कामलाई महानगरले सधैं प्राथमिकतामा राखेको उहाँको भनाइ थियो ।

जुनियर तथा युवा र बिपद् व्यवस्थापन गतिविधि

काठमाडौंमा युवा लक्षित तालिम सञ्चालन

काठमाडौं, वैशाख १३ गते । युवाका लागि विपद् तयारी तथा आकस्मिक आश्रय व्यवस्थापनसम्बन्धी आवश्यक सीप प्रदान गर्ने उद्देश्यले काठमाडौंमा एक अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको दुई दिने तालिम कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । २०७२ सालमा गएको विनाशकारी भूकम्पको स्मृति दिवसका अवसरमा तालिम आयोजना गरिएको हो । तालिम वैशाख १२ र १३ गते सञ्चालन गरिएको थियो ।



नेपाल रेडक्रस सोसाइटी काठमाडौं जिल्ला शाखा समिति तथा युवा शाखा, पब्लिक युथ क्याम्पस र बेलायतको एस्टन विश्वविद्यालयको सहकार्यमा क्षेत्रपाटीस्थित कन्या मन्दिर माध्यमिक विद्यालयमा तालिम आयोजना गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा नेपालका १९ जिल्लाबाट २५ जना युवा रेडक्रस प्रतिनिधिहरूको सहभागिता थियो । तालिममा समावेशिता, मर्यादा, स्थानीय नेतृत्व र व्यावहारिक सिकाइमा विशेष जोड दिइएको थियो ।

तालिम बेलायत निवासी नेपाली मूलका नेपाल, उत्तर-पश्चिम भारतीय हिमालय क्षेत्र तथा भुटानमा स्थानीयस्तरमा बिपद् जोखिम न्यूनीकरण र प्रतिक्रिया सुशासन सुदृढीकरणमा सक्रिय रूपमा कार्य गर्दै आउनुभएका बिपद् व्यवस्थापन विज्ञ डा.कोमलराज अर्यालद्वारा डिजाइन तथा सञ्चालन गरिएको थियो ।

पूर्वानुमानमा आधारित पूर्वकार्य सम्बन्धी तालिम सम्पन्न

नेपालगंज, वैशाख ११ गते । राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणको आयोजना, लुम्बिनी प्रदेश आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्रालयको सहकार्य तथा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको सहयोगमा लुम्बिनी प्रदेशस्तरीय Minimum Package on Anticipatory Action सम्बन्धी तीनदिने तालिम बाके जिल्लाको नेपालगंजमा सम्पन्न भएको छ ।





पूर्वानुमानमा आधारित पूर्वकार्य (Anticipatory Action) लाई प्रदेश तथा स्थानीय तहमा संस्थागत गर्दै सम्भावित बिपद्बाट हुन सक्ने प्रभावहरूलाई न्यूनीकरण र प्रभावकारी तयारीलाई सुदृढ बनाउने उद्देश्यले तालिमको आयोजना गरिएको हो ।

उद्घाटन सत्रको शुभारम्भ गर्नुहुँदै आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्रालयका मन्त्री आदेश अग्रवालले बिपद् जोखिम व्यवस्थापनमा पूर्वतयारी र पूर्वकार्यको महत्त्वका बारेमा जोड दिँदै यस्तो तालिमले प्रदेश र स्थानीय तहको क्षमता अभिवृद्धि गर्न महत्वपूर्ण योगदान पुग्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी बाँके जिल्ला शाखाका सभापति गोवर्धन सिंह सम्फनाले समुदायस्तरमा पूर्वतयारी र पूर्व कार्यलाई बलियो बनाउन रेडक्रसको निरन्तर सहयोग रहने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

तालिममा पूर्वानुमानमा आधारित पूर्वकार्य र कार्ययोजना, पूर्वसूचना प्रणालीसँगको समन्वय, संस्थागत व्यवस्था तथा कार्यान्वयनका व्यावहारिक पक्षहरूमा केन्द्रित सत्रहरू समावेश गरिएको थियो । तीन दिनसम्म सञ्चालन भएको तालिमको सहजीकरण राजेन्द्र शर्मा, प्रमोद अधिकारी, रिना बज्राचार्य, निरु प्रधान तथा बिनोद लामिछानेले गर्नुभएको थियो भने तालिमको औपचारिक समापन नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका महामन्त्री मीनबहादुर मल्लले गर्नुभएको थियो ।

सिईए, पिजीआई गतिविधि

नेपाल नेशनल बिल्डिङ कोड सम्बन्धी तालिम सम्पन्न

नगरकोट, वैशाख १४ गते। नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको आर्थिक तथा सहरी विकास तथा भवन निर्माण विभागको प्राविधिक सहयोगमा "नेपाल नेशनल बिल्डिङ कोड" सम्बन्धी ७ दिने तालिम कार्यक्रम नगरकोटमा सम्पन्न भएको छ।

कार्यक्रमको उद्घाटन सत्रलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका महामन्त्री मीनबहादुर मल्लले मापदण्डअनुसारको सुरक्षित र दिगो निर्माणमा सबैले जिम्मेवार भूमिका निर्वाह गर्नुपर्ने आवश्यकता औँल्याउनु भएको थियो। उँहाले तालिमबाट प्राप्त ज्ञान र सीपलाई व्यवहारमा लागु गर्न सहभागीहरूलाई आग्रह पनि गर्नुभएको थियो।

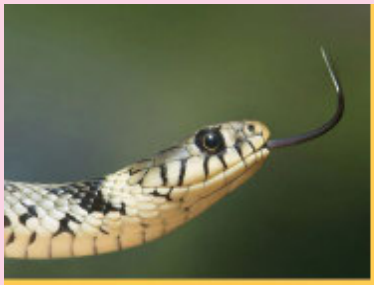
उद्घाटन कार्यक्रममा सहभागीहरूलाई स्वागत गर्दै केन्द्रीय कार्यसमिति सदस्य डा.गंगाधर अधिकारीले तालिमको सफलताको कामना व्यक्त गर्नुभएको थियो। उहाँले सुरक्षित संरचना निर्माणका लागि नेपाल नेशनल बिल्डिङ कोडको प्रभावकारी कार्यान्वयन अत्यावश्यक रहेकोमा जोड दिनुभएको थियो।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका निमित्त कार्यकारी निर्देशक मोना अर्यालले संस्थाले बिपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा सुरक्षित पूर्वाधार निर्माणमा गरिरहेका पहलहरूबारे जानकारी गराउँदै यस्ता तालिमले स्थानीय स्तरमा गुणस्तरीय निर्माण प्रवर्धनमा टेवा पुऱ्याउने विश्वास व्यक्त गर्नुभएको थियो।



त्यसैगरी, लक्जेम्बर्ग रेडक्रसका प्रतिनिधि एना क्यारोलिनाले नेपालमा सुरक्षित आवास निर्माण र प्राविधिक क्षमताको विकासमा यस्ता तालिमहरूको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको बताउनुभएको थियो। उहाँले अन्तर्राष्ट्रिय सहकार्यमार्फत स्थानीय तहसम्म प्राविधिक ज्ञान विस्तार गर्नु आजको आवश्यकता भएको धारणा राख्नुभएको थियो।

तालिममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका १२ जना तथा विभिन्न नगरपालिकाबाट ८ जना गरी २० जना इन्जिनियरहरूको सहभागिता रहेको थियो। सात दिनसम्म सञ्चालन भएको उक्त कार्यक्रममा नेपाल नेशनल बिल्डिङ कोडसँग सम्बन्धित विभिन्न प्राविधिक विषयहरूमा गहन छलफल र व्यावहारिक अभ्यास गरिएको थियो।



सर्पले टोकिसकेपछि :

- सर्पले टोकेको व्यक्ति आत्तिन सक्छन्, सान्त्वना दिनुहोस्।
- तुरून्त अस्पताल वा सर्पदशं उपचार केन्द्र पुर्याउँ।
- सवारी साधनमा लैजाँदा घाइतेलाई बसाएर लैजाउँ।
- यसो गर्दा सर्पले टोकेको ठाउँलाई मिलेसम्म मुटुको सतहभन्दा तल पार्न लगाउँ।
- घडी, चुरा, औंठी, पाउजु, पेटी खोल्दिउँ।
- आफ्नो नजिकको सर्पदंश उपचार केन्द्र कहाँ छ ? जानकारी राखौं।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

"डढेलोबाट

- सलाई, लाईटरजस्ता प्रज्वलनशील बस्तु बालबालिकाले भेट्ने ठाउंमा नराखौं,
- जंगलमा सलाई तथा लाईटर को प्रयोग नगरौं र गर्ने पर्ने भए सावधानीपूर्वक प्रयोग गरी राम्रोसंग निभाऔं,
- सानो असावधानीले जंगलमात्र होइन आसपासका बस्तीसमे उजाड हुन सक्छन्, जनधनको संरक्षण गरौं ।

सचेत बनौ, डढेलोबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।

अन्तर्वार्ता

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी रेडियो कार्यक्रम उत्पादन अधिकृत कृष्णप्रसाद नेपालले रेडक्रस रेडियो कार्यक्रम र रेडक्रस मासिक पत्रिकाका लागि महिलाहरूमा लाग्ने स्तन क्यान्सर र पाठेघरको क्यान्सर रोगका कारण लक्षणका साथै रोकथाम र उपचारका बारेमा क्यान्सर रोग विशेषज्ञ डा.उत्सवमान श्रेष्ठसँग लिनुभएको अन्तरवार्ताको सार संक्षेप यहाँ प्रस्तुत छ ।

हामी क्यान्सर रोगका बारेमा विभिन्न कुराहरू सुनिरहेका हुन्छौं । पुरूषको तुलनामा महिलाहरूलाई अलि बढी क्यान्सर भएको चर्चा गरिन्छ, वास्तविकता के हो ?

हो । किनभने पुरूषमा हेर्दा पहिलो नम्बर मा फोक्सोको क्यान्सर छ र महिलामा स्तन क्यान्सर र पाठेघरको मुखको क्यान्सर छ । पाठेघरको मुखको क्यान्सर एउटा यस्तो क्यान्सर हो, जुन पहिला नै पत्ता लगाइयो भने अप्रेशन गरेर, सेकाएर र केमोभिरापी लगाएर पूरा निर्मूल पार्न सकिन्छ ।

क्यान्सर किन हुन्छ ?

एउटा त आफ्नो परिवारमा कसैलाई छ भने क्यान्सर हुने सम्भावना अलि बढी हुन्छ । यस्तै पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुनुको लागि कति महिलाहरूले आफ्नो सरसफाइमा ध्यान दिदैनन् भने अर्को कुरा बच्चा धेरै जन्माउने, सानै उमेर मा विवाह गर्ने र एकभन्दा बढी पुरूषसँग सम्पर्क गर्ने । एक पुरूषभन्दा बढीसँग सम्पर्क गर्दा के हुन्छ भने एउटा ह्युमन पापिलोमा भाइरस हुन्छ त्यो भाइरसले संक्रमण गर्छ र हाम्रो शरीरको रोग प्रतिरोध शक्ति बढी भयो भने हामीमा संक्रमण हुँदैन तर कम छ भने यो भाइरसको कारण संक्रमण हुँदै जाँदा पछि गएर क्यान्सर हुनसक्छ । त्यसैले समयमै आएर आफ्नो पाठेघरको मुखको अवस्था कस्तो छ भनेर जाँच गराउन एकदम जरूरी छ ।

पाठेघरको क्यान्सर हुँदैछ भन्ने कुरा कस्ता खालका लक्षणबाट थाहा हुन्छ त ?

यदि पाठेघरको मुखको क्यान्सर हुँदैछ भने सुरुमा त महिनावारी आउनुभन्दा पनि अरू बेला र गत बगिरहेको हुन्छ । यौन सम्पर्क गर्दा रगत आउने हुन्छ । फोहोर पानी, गनाउने पानी आइरहेको हुन्छ र जति सफा गरिराखे तापनि त्यो भइराखेको हुन्छ । धेरै महिलाहरूको सानै उमेर मा विवाह भएको हुन्छ, २० वर्ष नपुग्दै ४, ५ वटा बच्चा जन्माई सकेका हुन्छन् । महिनावारी गडबडी भनेर बस्दा बिचबिचमा भित्र ट्युमर पलाएर पनि र गत गइरहेको हुन्छ । यस्तो लक्षणहरूलाई महिलाहरूले हेलचेक्याई गर्नु हुँदैन ।

स्तनको सन्दर्भमा घरमा कसैलाई स्तन क्यान्सर छ भने उहाँहरू सबै जनाले स्तनको स्क्रिनिङ्ग गराउन जरूरी छ । साथै हरेक महिलाले महिनावारी भएको बेला (चार दिनमा) नुहाउने गर्छन्, नुहाउने बेलामा आफ्नो स्तनमा केही गिर्खा छ छैन पत्ता लगाउन सकिन्छ । छ भने तुरून्तै आवश्यक उपचार गर्नुपर्छ । स्तनबाट नराम्रो पीप पानीजस्तो आएको छ भने र मुन्टा बाहिर नगई भित्रतिर तानिएको छ भने र दुई वटा स्तन हेर्दा एउटा भन्दा अर्कोको आकार ठूलो भइराखेको छ भने त्यसमा पनि स्तन क्यान्सर हुने सम्भावना बढी हुन्छ ।

हामीकहाँ स्तन क्यान्सर कै कारण होस् या पाठेघरको मुखको क्यान्सर मृत्युदरको अवस्था कस्तो देखिन्छ ?

धेरै छ नेपालमा । विदेशमा अहिले विकास भइसकेको अवस्था छ । त्यहाँ पाठेघरको मुखको क्यान्सर बाट अहिले मर्ने नै छैनन् । उनीहरूको त्यही भ्याक्सिन छ, धेरै सचेत भइसकेका छन् । तर नेपालमा हेर्ने हो भने वर्षमा दुई हजारभन्दा बढी परीक्षण हुन्छ र एक हजारको त मृत्यु भएको तथ्याङ्कले देखाउँछ ।

क्यान्सरबाट कुन उमेर समूह बढी प्रभावित देखिन्छ ?

उमेर समूहको कुरा गर्दा २० वर्ष माथिका र ६० वर्ष पुगेका जोसुकैलाई पनि देखिन्छ । २० वर्षभन्दा अधि पनि नहुने भन्ने त छैन तर २० देखि ६० वर्षसम्म हुने सम्भावना एकदम बढी छ । पाठेघरको मुखको क्यान्सर यी समूहमा बढी भएता पनि महिनावारी सुकिसकेका महिलामा बिचमा फेरि रक्तश्राव भयो भने त्यो पाठेघरकै क्यान्सरको लक्षण हो तर पाठेघरको मुखको होइन ।

पाठेघरको क्यान्सर र पाठेघरको मुखको क्यान्सर कुन चाँहि बढी देखिन्छ ?

पाठेघरको मुखको क्यान्सर हाम्रो नेपालमा सबैभन्दा बढी देखिन्छ किनभने हामीले खोप लगाउने गरेका छैनौं । खोप आइसकेको छ तर हाम्रो नेपालमा सुरु गरिसकेका छैनौं । बाहिरतिर पाठेघरको मुखको क्यान्सर विरूद्ध लगाउने खोप निःशुल्क हुन्छ, तर हाम्रो नेपालमा सुरु गरिएको छैन जसले गर्दा पाठेघरको मुखको क्यान्सर बढी छ ।

पछिल्लो समयमा मलाई क्यान्सर छ कि भनेर जाँच गराउन आउनेको अवस्था कस्तो छ ? जनचेतना कस्तो छ ?

अहिले नेपालमा पनि चेतना बढेको छ किनभने गाउँगाउँमा गएर हामीले जनचेतनामूलक कार्यक्रम गरेर पाठेघरको मुखको क्यान्सर के हो ? कसरी हुन्छ ? जोगिन के के गर्नु पर्छ ? भनेर बताएका छौं । त्यसपछि ती महिलाहरूले क्यान्सर छ छैन भनेर जचाउँन आएको भन्दा धेरै खुशी लाग्छ । हामीले स्क्रिनिङ्ग गर्छौं र रिपोर्ट एक हप्तामा आउँछ । स्क्रिनिङ्ग गर्दा दुखैन । पाठेघरको मुखको पानी झिकेर सोलुसनमा राखेर प्याथोलोजी ल्याबमा पठाउँछौं । त्यसो गर्दा २/३ मिनेट मात्र लाग्छ, तर महिनावारी भएको बेलामा जाँच गर्न मिल्दैन । महिनावारी भएको सात दिनमा मात्र आउने, एण्टिबायोटिकहरू खाएको हुनु भएन । औषधिहरू केही नखाने, यौन सम्पर्क गरेको हुनु भएन, त्यसो भयो भने रिर्पोट राम्रो आउँदैन ।

नेपालको सन्दर्भमा धेरै मानिसहरू रोग लागिसकेपछि वा अन्तिम अवस्थामा आएको देखिन्छ भनिन्छ । त्यस्तो हो ?

त्यस्तो धेरै छ । हेलचेक्याँई गर्ने । महिलाको सम्बन्धमा के छ भने नाकबाट मुखबाट रगत गयो भने तर्सेर तुरून्तै आउँछ । तर महिनावारी भएको अवस्थामा कसैकसैको १५/२० सम्म महिनावारी भयो भने पनि चुप लागेर अस्पताल नै नआउने । यो त हेलचेक्याँई हो । अन्तिम अवस्थामा कसैको पनि अपरेशन पनि गर्न मिल्दैन, सेकाइ पनि गर्न मिल्दैन र पिसाव थैलीसम्म पुगिसकेपछि अस्पताल आउनेहरू धेरै छन् ।

खर्चिलो छ भनेर डराउने पनि छन् होला नि त

छन् । धेरै छन् । हुन त क्यान्सरको उपचार खर्चिलो छ तर खर्चिलो छ भन्दैमा उपचार नगर्ने पनि हुँदैन । सरकारले दिएको दस लाख उपचार सेवा हामीले हाम्रो अस्पतालबाट दिइरहेका छौं । यसलाई पनि विरामीले उपयोग गरिराखेका छन् । पहिला जस्तो मलाई क्यान्सर लाग्यो, अब म बाँच्दिन होला भन्ने जस्तो अवस्था रहेन अहिले । क्यान्सर लागेता पनि सुरुकै अवस्थामा पत्ता लाग्यो भने अपरेशन गरेर, किमोथेरापी गरेर निर्मुल पार्न सकिन्छ ।

आफूलाई क्यान्सर नहोस् भन्नका लागि महिलाहरूले के कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?

महिलाहरूले ध्यान दिनु पर्ने मुख्य कुरा धुम्रपान गर्न भएन । क्यान्सर नहोस् भन्नको लागि धुममान गर्नु भएन । सानै उमेरमा विवाह गर्न भएन, बेला बेलामा जाँचहरू गराउनुपर्‍यो । त्यस्तै विवाह गरिसकेका महिलाहरूले पनि धेरै जना पुरूषसँग सम्पर्क नगर्ने र पुरूषहरूले पनि धेरै जना महिलाहरूसँग सम्पर्क गर्नबाट बच्ने गरेमा क्यान्सरको खतरा कम हुन्छ ।

क्यान्सरबाट बच्न खाने कुराहरूको पनि धेरै चर्चा गरिन्छ । खानेकुराहरूमा के कस्तो ध्यान दिनुपर्छ ?

प्राय सबैलाई मासु नै मनपर्छ अब मासु खाँदा पोलेको तारेको मासु खान भएन, फलफूलहरू, सागसब्जी खाने । स्वस्थ जीवन अपनाउने तिर लाग्नुपर्‍यो । बासी, सडेगलेको, धेरै दिनसम्म फ्रिजमा राखेको खानु भएन । यस्तो खायो भने यही चीजले क्यान्सर हुने सम्भावना हुन्छ । एउटा मुख्य कुरा म के भन्न चाहन्छु भने विवाह भइसकेका महिलाहरूले चाँहि वर्षमा एक चोटी परीक्षण गराउनु पर्दछ ।

यो परीक्षण नेपालका क्यान्सर अस्पतालहरूमा मात्र उपलब्ध छ कि अरू स्वास्थ्य चौकीमा गएर पनि जाँच गर्न सकिन्छ ?

जहाँ जहाँ अलि विकट छ, त्यहाँ अलिकति औषधि राखेर पाठेघरको कोषिका बढेको छ कि भनेर हेर्ने जाँच पनि भइरहेको छ । सरकारले यो प्रावधान दुर्गम ठाउँहरूमा पनि ल्याएको छ ।

अघि हामीले खानाको कुरा गरिरहेका थियौं । क्यान्सरसँग वातावरणीय कुरा पनि जोडिएको सुन्छौं यसको केही सम्बन्ध हुन्छ ?

पाठेघरको मुखको क्यान्सरमा त्यसरी प्रत्यक्ष वातावरणीय कुरा त छैन । तर त्यसै पनि फोहोर ठाउँमा बस्दा, क्यान्सर भइरहेका ठाउँमा बस्दा त्यसै त आफ्नो इम्युनिटी पावर कम हुन्छ, झन ज्वरो आउने, संक्रमण हुने सम्भावना बढी हुन्छ नि ।

अन्त्यमा आम नागरिकलाई के भन्न चाहनुहुन्छ ?

सबैलाई के भन्न चाहन्छु भने विशेषत: सबै महिलाहरूले आफ्नो पाठेघरको मुखको जाँच गराउनुहोस् । यो जाँच गराउन गाह्रो छैन । अस्पताल गएपछि तुरून्तै हुन्छ र रिर्पोट तुरून्तै थाहा हुन्छ । आफूलाई समस्या छ भने कृपया हेलचेक्याँई नगर्नुहोला । समयमै उपचार गर्नुहोला । रोग पालेर बस्नु हुँदैन । हामीले ६५ वर्षकी महिलाको १० किलोको ट्युमर पनि निकालेका छौं ।

फोटो पृष्ठ



सामुदायिक जीविकोपार्जन प्रवर्धन कार्यक्रमअन्तर्गत जलवायु परिवर्तन अनुकूलनसम्बन्धी तालिम मोड्युल तयारी कार्यशालामा तनँहुका सहभागीहरू



सामुदायिक संलग्नता तथा जवाफदेहिता अभिमुखीकरण कार्यक्रममा समूहगत छलफल गर्दै कैलालीका सहभागीहरू