का. जि. का. दर्ता नं : १०४/०५७/०५८
म. क्षे. हु. नि. दर्ता नं : ०८/०६७/०६८

अपाङ्ग आवाज
DISABILITY VOICE

वर्ष १६, अङ्क २, पूर्णाङ्क १८६, २०७४ जेठ

सल्लाहकार
तारा वदन सेडाई
प्रकाश पन्थ

सम्पादक
सुदर्शन सुवेदी

संयोजक
जगदीशप्रसाद अधिकारी

व्यवस्थापक
शर्मिला विश्वकर्मा

पत्रकार
गणेश सुवेदी

स्थानीय प्रतिनिधि
विवेक खड्का
विष्णु शर्मा
दल बहादुर सुनार
मदन पौडेल
संगीता पौडेल

लेआउट/डिजाइन/बजार प्रतिनिधि
सुनिल वि. क.

कभर डिजाइन
Creative
Kamaladi, Kathmandu PH: 9851115202

मुद्रक
सनराइज अफसेट प्रेस
डिल्लीबजार, काठमाण्डौं

प्रकाशक
नेपाल अपाङ्ग मानव अधिकार केन्द्र
केन्द्रिय कार्यलय
नयाँ बस्ती, गगननगर चोक, काठमाण्डौं,
पो. ब. नं: १९४०८
फोन: ०१ ४९११०९२ ४९११०६९
Email: dvoice@dhrcnepal.org.np
Web: www.dhrcnepal.org.np

संस्थागत सहयोग रु. १००/-

यसभित्र

स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गताका भएका व्यक्तिहरूका चुनौती ४

ठेला व्यवसायबाट आत्मनिर्भर हुँदै सुरवीर नेपाली १२

सुखी भई बाँच्ने मनोवैज्ञानिक उपाय २०

नेपाल अपाङ्ग मानव अधिकार केन्द्रको १६औं वार्षिक साधारण सभा ३४

स्वरोजगार मूलक व्यवसायका लागि बीउ पूँजी वितरण ३८

दृष्टिविहिन मैत्री पत्रिका बनाइयोस्

सम्पादक ज्यूमा नमस्कार । म यो अपाङ्ग आवाज मासिक पत्रिकाको नियमित पाठक हुँ । यो अपाङ्ग आवाज मासिक पत्रिका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका आवाजलाई बुलन्द गर्ने पत्रिका हो । यो पत्रिकाले नेपालमा रहेका सबै प्रकारका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका आवाजहरूलाई उजागर गर्न अति आवश्यक छ । यो पत्रिका उत्कृष्ट भएर पनि दृष्टिविहिन व्यक्तिहरूले भनेको समयमा पढ्न भने पाएका छैनन् । किनकी यो पत्रिका छापा माध्यमा रहेको र मसीमा छापिने भएको कारण हामी दृष्टिविहिनहरूका पढ्न कठिन हुने र ब्रेल तथा अडियोमा उपलब्ध नहुँदा हामीले यो पत्रिका चाहेर पनि पढ्न पाएका छैनौं । विभिन्न समयमा मेरो हाता परेको समयमा मैले सहयोगी मार्फत पढ्ने गर्दछु । त्यसैले यो पत्रिका अडियोमा पनि रेकर्ड गरि दिने व्यवस्था गर्नु भएमा सबै दृष्टिविहिन व्यक्तिहरूले सहज रूपमा अध्ययन गर्न सक्ने थिए । आगामी दिनमा अपाङ्ग आवाज प्रेमी दृष्टिविहिन व्यक्तिहरूको समस्यालाई मनन गर्दै सिडिमा उपलब्ध गराउने प्रयास गरियोस् । आगामी अपाङ्ग आवाज मासिक पत्रिकालाई मेरो लाखौँ लाख शुभ कामना ।

समिर थापा, झापा

पत्रिका सबै ठाउँमा पुग्न सफल होस

सम्पादक ज्यू नमस्कार । केही महिना अगाडी देखि मैले पनि अपाङ्ग आवाज मासिक पत्रिका पढ्ने अवसर पाएँ । त्यो पत्रिकामा समावेश गरिएका अपाङ्गता सम्बन्धी जानकारी सामग्रीहरू उत्कृष्ट लाग्यो । पत्रिकामा समावेश गरेका सामाग्रीहरूलाई निरन्तरता दिँदै देशका सबै जिल्लामा पुर्याउनु होला । मेरो शुभकामना तथा यस पत्रिका आगामी दिनमा पनि नियमित रूपमा पढ्ने अवसर मिलोस् भन्ने चाहन्छु ।

सुनिता घले, रूपन्देही

समाजमा जनचेतना जागेको छ

आदरणीय सम्पादक ज्यू, नमस्कार । म अपाङ्ग आवाज पत्रिकाको नियमित पाठक हुँ । मासिक रूपमा प्रकाशित हुने यस पत्रिकामा भएका सबै सामग्रीहरू अध्ययन गर्ने गर्दछु । यसै पत्रिकाका आधारमा अपाङ्गता सम्बन्धीका जानकारीहरू अरू व्यक्तिहरूलाई पनि सिकाउने गर्दछु । त्यसैले यो पत्रिकाले अपाङ्गताको बारेमा जनचेतना जगाउनको लागि सहयोगी भूमिका निर्वाह गरेको छ । आगामी दिनमा पनि यस्तै काम गर्दै जाओस् साथै यो अपाङ्ग आवाज पत्रिकाको उत्तर उत्तर प्रगतिको कामना गर्दछु ।

कालिका बस्नेत, नुवाकोट

बौद्धिक अपाङ्गता र सहयोगी

नेपाल सरकारको परिभाषा अनुसार १८ वर्षको उमेर अगावै विकास नभएको कारणले उमेर वा वातावरण अनुसार क्रियाकलापहरू गर्न कठिनाइ हुने व्यक्तिलाई बौद्धिक अपाङ्गता भनिन्छ । अन्तर्राष्ट्रिय बौद्धिकताको मापदण्ड अनुसार गम्भिरताको आधारमा बौद्धिक अपाङ्गतालाई साधारण, असक्त, अति असक्त र पूर्ण असक्त गरि ४ भागमा विभाजन गरिएको छ । यिनीहरू मध्ये पूर्ण तथा अति असक्त बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई जति बेला पनि व्यक्तिगत सहयोगीको आवश्यकता हुने गर्दछ । यस्ता व्यक्तिहरूको लागि आज सम्म घर परिवारहरूले नै सहयोगीको भूमिका निर्वाह गर्दै आएका छन् । जसको कारणले गर्दा एक जना उनीहरूको लागि सहयोगी बस्नु पर्ने र काम गर्न जान नपाउने हुँदा उनीहरूको आर्थिक अवस्था कमजोर हुँदै गएको र घरमा एक जना मात्र अभिभावक भएको खण्डमा उनीहरूको जीवन झनै कठिन पूर्ण भएको अवस्था छ । यस विषयमा जति बेला पनि सहयोगीको आवश्यक हुने बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई आवश्यकता अनुसारको सहयोगीको व्यवस्था गर्नको लागि सरोकारवाला निकायहरूले पहल गर्नु पर्ने र यस विषयमा अपाङ्गताको क्षेत्रमा काम गर्ने संघ संस्थाहरूले पनि सहयोग गर्न जरुरी छ । ४ प्रकारका बौद्धिक अपाङ्गता मध्ये पनि पूर्ण तथा अति असक्त बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई जति बेला पनि व्यक्तिगत सहयोगीको आवश्यकता हुने गर्दछ । सहयोगी विना उनीहरूले खाना खान, आफ्नो स्याहार सुसार, सरसफाई गर्ने लगायतका कुनै पनि काम आफै गर्न सक्दैनन् । यस्तो अवस्थामा उनीहरूलाई अभिभावक तथा अन्य सहयोगीको आवश्यकता हुने हुन्छ । यस्तो अवस्थामा उनीहरूलाई कसरी स्याहार सुसार गर्ने, उनीहरूका दैनिक क्रियाकलापहरू गराउन कसरी सिकाउने र यस्ता व्यक्तिहरूको अधिकार सुनिश्चित गर्नका लागि घर परिवार तथा समाजमा रहेका अन्य निकायहरूले कसरी सहयोग गर्न सक्दछन् भन्ने कुराहरूको जानकारी लिएर यस विषयमा काम गर्नको लागि सरोकारवाला निकायले ध्यान दिन जरुरी छ । उनीहरू अनुकूलको भौतिक संरचना तथा वातावरण नहुँदा राज्यले उपलब्ध गराएका सेवा सुविधाहरू लिनबाट पनि वञ्चित रहेका छन् । बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूमा पनि पुरुषको तुलनामा महिलाहरूको समस्या झनै दर्दनाक छ । उनीहरू विभिन्न हिंसाको शिकार हुने सम्भावना पनि उत्तिकै रहेको छ । आगामी दिनमा यस्ता व्यक्तिहरूको लागि राज्यले उपलब्ध गराउने सेवा सुविधाको चेतना जगाउनु पर्ने र जीवन यापन गर्न सक्ने गरी सेवा सुविधा उपलब्ध गराउन जरुरी देखिन्छ ।

स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गताका भएका व्यक्तिहरुका चुनौती

स्वर बोलाई सम्बन्धी अंगहरूमा उत्पन्न अप्ठ्यारोका कारण व्यक्ति बोल्दा अकमकाउने, एउटै शब्द, अक्षर वा वाक्यलाई दोहोर्‍याई रहने, स्वरमा उतार चढाव हुने, बोली स्पष्ट नहुने समस्यालाई स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भनिन्छ । स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गतालाई नेपाल सरकारले अपाङ्गताको परिभाषा भित्र समावेश गरेको छ ।

स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएकै कारण घुलमिल हुन कठिनाइ हुन्छ

रसुना रेग्मी, झापा, दमक

म मा भएको अपाङ्गता स्वर बोलाई सम्बन्धीको अपाङ्गता हो । घर परिवारका सदस्यहरुको भनाई अनुसार म ६ वर्षको हुदा देखि मेरो स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएको हो । हाल म धुलीखेल अस्पतालमा मेडिकल ल्याप टेक्निसियनको रुपमा काम गर्दै छु । स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या हुदा हामीले पारिवारिक तथा सामाजिक समस्याहरुको सामना गर्नु परेको छ । साथीहरुसँग घुलमिल हुन, विद्यालयको शिक्षा लिने क्रममा, विद्यालय तथा क्याम्पसका सर वा साथीहरुसँग कुरा गर्दा, प्रश्न सोध्दा, कक्षामा हाजिर गर्ने क्रममा पनि मलाई धेरै नै समस्या हुने हुन्छ विशेष गरी मैले क्याम्पस स्तरको शिक्षा लिने क्रममा त्यो समयमा यो समस्या भोग्न पर्‍यो । सार्वजनिक यातायातमा यात्रा गर्ने क्रममा कहाँ झर्ने हो भन्न पनि गारो हुने थियो । जसले गर्दा हामीलाई जिस्काउने गर्दछन् । हामी समाजमा हास्य पात्रको रुपमा जीवन यापन गर्नु पर्दछ । मैले वि.स. २०६५ सालमा काठमाण्डौंमा आएर त्रिभुवन विश्व विद्यालयको शिक्षण अस्पताल महाराजगञ्जमा स्पीच थेरापी गरेको थिए । मैले यहाँ २ महिना जति स्पिच थेरापी लिए । त्यस पछि केही सुधार आए ता पनि पूर्ण रुपमा सुधार हुन सकेको छैन । त्यसैले हामीले समाजमा स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिहरुको समस्या, चुनौती तथा न्यूनिकरणका बारेमा चेतना जगाउन जरुरी रहेको छ ।

सार्वजनिक यातायातमा यात्रा गर्ने क्रममा समस्या हुन्छ

डा. निरज खतिवडा, कपन, काठमाण्डौं

म स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएको व्यक्ति हु । मेरो समस्या भनेको बोल्दा अड्किने, छिटो बोल्ने समयमा एक्कै चोटी आवाज नआउने, एउटै शब्द धेरै पटक दाहोरिने, सुरुको अक्षर भन्दा अड्कियो भने त्यसलाई धेरै बल लगउने पर्ने समस्या हुन्छ । यो समस्या मलाई म सानै हुदाबाट हो । हाल पोखरामा पञ्चम आयुर्वेदिक क्लिनिकमा कार्यरत छु । मेरो स्वर बोलाईमा समस्या भएको कारण काम गर्ने क्रममा मलाई धेरै समस्या हुने गर्दछ । हामीमा यस्तो समस्या भए पछि एक्लै वा शान्त बस्दा राम्रोसँग बोल्न सक्ने भए पनि धेरै मान्छेहरुको विचमा बोल्दा अकमकाउने, बोली अड्किने समस्या हुन्छ । विशेष गरी हामीलाई सार्वजनिक यातायातमा यात्रा गर्ने क्रममा स्वर बोलाईमा समस्या हुदा आफु ओर्लने ठाँउमा ओर्लन सकिदैन । आफुसँग विद्यार्थी परिचय पत्र हुदा हुदै पनि मेरो परिचय पत्र छ भन्न सकिदैन यस्ता चुनौतीहरुले गर्दा अधिकांश ठाँउहरुमा अपहेलित हुन परेका धेरै उदारहणहरु रहेका छन् । स्वरबोलाई सम्बन्धीको समस्यालाई न्यूनीकरण गर्नका लागि स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको समस्या न्यूनीकरणको लागि प्रमुख स्पिच थेरापीको आवश्यक हुन्छ । शब्द उच्चारण गर्दा नै अड्किदा स्पीच थेरापीले बोल्नमा केही सहयोग गर्दछ । तर यो स्पीच थेरापी सेवा सबै ठाँउमा हाम्रो पहुँचमा छैन ।

व्यक्तिमा आउने यस्तो समस्या एक अवस्था हो । यस्तो समस्या भएका व्यक्तिहरू बोल्दा बीचमा अड्किने वा एउटै अक्षर वा शब्दहरू दोहोऱ्याउने गर्दछन् । स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता कुनै रोग नभएर एक प्रकारको बानी हो जसलाई थेरापी सेवाको सहयोगमा कम गराउन सकिन्छ । विश्वको कूल जनसङ्ख्याको झण्डै १० प्रतिशत मानिसहरूमा कुनै न कुनै रूपमा स्वर-बोलाई सम्बन्धी समस्या रहेको हुन्छ । हाम्रो समाजमा स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले दैनिक रूपमा सामाजिक विभेदको सामना गर्न परि रहेको छ । स्वर-बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता जुन सुकै उमेरमा जो सुकैलाई पनि हुन सक्छ । विशेष गरी अर्काको बोलीको नक्कल गर्दा यो समस्या हुने सम्भावना बढी देखिन्छ । स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू समाजमा घुलमिल हुन नसक्ने, आफ्ना

विचारहरू, भावनाहरू प्रस्तुत गर्न नसक्ने, विद्यालय तथा क्याम्पसहरूमा अध्ययन गर्ने क्रममा पनि नबुझेको कुराहरू सोध्नलाई कठिनाइको सामना गर्न परेको छ । त्यसै गरेर स्वर-बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई हास्य पात्रको रूपमा हेर्ने गर्नाले उनीहरूमा हिनताबोध हुने गरेको पाइन्छ । स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूमा स्वर तथा बोलीमा समस्या हुने भएकोले उनीहरूलाई आफ्ना भावनाहरू स्वर

ह्रास्य पात्रको रुपमा प्रस्तुत गर्ने गरिन्छ

रविन कुमार मैनाली, उपाध्यक्ष, नेपाल भकभके संघ

म ६ वर्षको हुदा मेरो गाँउमा रहेको एक जना स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएको व्यक्तिको बोलीको नक्कल गर्दा आज म मा पनि स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता हुन पुग्यो । यो समस्या भए पछि मैले समाजमा धेरै समस्याहरुके सामना गर्न परेको छ । त्यसै गरी विद्यालय स्तरको शिक्षा लिने क्रममा पनि कक्षामा पढ्दा, साथीहरुसँग कुरा गर्दा, शिक्षकले सोधेको प्रश्न सोध्ने क्रममा मेरो बोलि अड्किदा, नेपाली विषयको कविता बाचन गर्ने क्रममा ज्यादै कठिन हुने हुन्थ्यो । विद्यालयमा पनि अरु साथीहरुले पढ्को सबै सुन्नु हुन्थ्यो । तर मैले पढेको एक लाइन भन्दा बढि सुन्नु हुदैनथियो । जसले गर्दा मलाई हिनता बोध हुने हुन्थ्यो । म मा भएको स्वर बोलाईमा भएको समस्याको कारण मलाई रोजगारीमा पाउन पनि कठिन भयो । मेरो स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएको कारण मैले रोजगारी पाउन सकिन । मेरो ठाँउमा स्पीच थेरापीको सेवाको बारेमा जानकारी पनि थिएन पछि काठमाण्डौं आए पनि स्पीच थेरापी लिए त्यस पछि म जस्ता धेरै साथीहरुसँग भेट भयो र म काठमाण्डौंमा स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि नेपाल भकभके संघ नामक संस्थाको स्थापना भएको रहेछ र म पनि त्यो संस्थामा आवद्ध भए । हाम्रो समाजमा स्वर सम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिहरुलाई विभिन्न चलचित्र तथा टेलिचलचित्रहरुमा विभिन्न सामाजिक सञ्जालहरुमा हास्य पात्रको रुपमा प्रस्तुत गर्ने गरिन्छ । यसो गर्दा अबका बालबालिकाहरुमा पनि यो समस्या आउने हो की भन्ने चिन्ताको विषय रहेको छ । त्यसैले सञ्चार माध्यमहरुले यस्ता विषयमा ध्यान दिन जरुरी देखिन्छ । त्यसै गरेर विद्यालय स्तरका विभिन्न पाठ्य सामाग्रीहरुमा तथा स्वास्थ्यका तालिमहरुमा स्पिच थेरापीको विषयमा स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गताको बारेमा जानकारी दिनु जरुरी छ ।

तथा बोली मार्फत व्यक्त गर्न समस्या हुने गर्दछ। बोलीमा आएको समस्याका कारण उनीहरूले स्वास्थ्य उपचार लिने क्रममा, सार्वजनिक यातायातमा यात्रा गर्ने क्रममा, रोजगारमा सहभागी हुने क्रममा तथा घर परिवार वा समाजमा हुने विभिन्न कार्यक्रमबाट उनीहरू वञ्चित हुन परेको अवस्था रहेको छ । यस्तो

स्पीच थेरापीको आवश्यक हुन्छ

इन्द्रलाल श्रेष्ठ, भूतपूर्व अध्यक्ष, नेपाल भकभके संघ

स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको मुख्य समस्या भनेको उनीहरुले जुन कुरा बोल्न खोज्छन् समयमा बोल्न नसक्नु, बोल्दाखेरी एउटै शब्द पटक पटक दोहोरिनु, र आफुले चाहेको कुरा प्रष्टसँग बोल्न नसक्नु नै स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिहरुको प्रमुख समस्या हो । स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुले घर परिवार तथा समाजम आफ्ना कुराहरु प्रष्ट राख्न सकेका हुदैनन् । विद्यालयमा पनि उनीहरुले समस्या भोग्न परेको हुन्छ । स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुले यस्ता धेरै समस्याहरुको सामना गर्न परेको छ । त्यसैले स्वर बोलाई समबन्धी समस्या भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुलाई एक जुट पारेर हामीले नेपाल भकभके संघ नामक संस्थाको स्थापना गरेका हौ । हामीले यो संस्थाको स्थापना गर्दा म स्वर बोलाई सम्बन्धीको अपाङ्गता भएको व्यक्ति हुँ भनेर अगाडि आउन सक्ने अवस्था थिएन । अहिले यो कुरामा भने केही सकारात्मक परिर्वतन आएको छ । यो स्थापना गरे पछि अन्तर्राष्ट्रिय रुपमा पनि अन्तर्राष्ट्रिय भकभके संघको सदस्यता लिन सफल भयौ र आज हाम्रो समाजमा रहेका स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि काम गरि रहेका छौ । स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुलाई स्पीच थेरापीको आवश्यक हुन्छ त्यसैले म स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुलाई र स्पीच थेरापीष्टहरुलाई यो आग्रह गर्न चाहन्छुकी आफ्नो नजिकमा कोही स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु भएमा स्पीच प्याथोलोजिष्टसँग सम्पर्क गरी स्पिच थेरापी गराउनु हुन अनुरोध गर्न चाहन्छु । यो थेरापी गर्न सकेमा स्वर सम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिहरुको बोलिमा धेरै सुधार आउने छ ।

समस्या भएका व्यक्तिहरूलाई समाजमा उनीहरूको नक्कल गर्ने, विभिन्न चलचित्र तथा टेलिचलचित्रहरूमा पनि उनीहरूको बोलीको नक्कल गरेर प्रस्तुत गर्ने र असभ्य भाषाहरू प्रयोग गर्नुको साथै बिग्रेका वा भत्केका कुराहरूसँग दाँज्ने गर्दा पनि उनीहरूमा हिनताबोध हुने गरेको पाइन्छ । उनीहरूमा योग्यता हुँदा हुँदै पनि स्वर-बोलाइमा समस्या

सबै निकायहरुमा स्पीच थेरापी सेवा उपलब्ध गराउनु पर्दछ

कविराज खनाल, वरिष्ठ वाक तथा श्रवण विशेषज्ञ, त्रि.वि.शिक्षण अस्पताल, काठमाण्डौं

मानिस बोल्दा अकमकाउने, एउटै शब्द, अक्षर वा वाक्यलाई दोहोऱ्याउने र कुनै कुरा बोल्दा विचमा रोकिएमा निरन्तरता दिन नसक्नु नै स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता हो । । यो जुन सुकै उमेरमा पनि हुन सक्छ भने बंशणनुगतमा पनि हुन सक्छ र स्वर बोलाई समस्याभएका व्यक्तिहरु बोल्दा उनीहरुको नक्कल गर्दा पनि यो समस्या हुन सक्छ । यस्तो समस्या भएका व्यक्तिहरु बोल्न नचाहने, घरमा कुनै नयाँ मान्छे आउनु भयो भने उनीहरुसँग नबोल्ने, विद्यालयमा शिक्षकहरुले प्रश्नहरु सोध्धा पनि उत्तर दिन नसक्नु यस्ता प्रकारका समस्याहरु हुन्छ । यसका साथै एक अर्कासँग आँखा जुधाउन नसक्ने, बोल्न पऱ्यो भने सके सम्म नबोल्ने पनि हुन्छ । जसले गर्दा उनीहरुमा नकारात्मक सोचको विकास हुन्छ । जसले गर्दा यस्तो समस्या भएका व्यक्तिहरुले पाएको रोजगार पनि छोड्नु परेका धेरै उदारहणहरु पनि पाइन्छ । हाम्रो देशमा यस्तो समस्या भएका व्यक्तिहरुको संख्या यति नै छ भन्ने एकिन तथ्याङ्क भने छैन । स्वर बोलाई सम्बन्धीको समस्या न्यूनिकरण गर्नको लागि मुख्य रुपमा सरकारले नीति नियम नै बनाउनु पर्ने हुन्छ । नियमित रुपमा स्पिच थेरापी पाएको खण्डमा स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुले पनि नियमित रुपमा बोल्न सक्छन् भन्ने सोचको विकास गर्नु पर्दछ । त्रिभुवन विश्व विद्यालय शिक्षण अस्पताल महाराजगञ्ज काठमाण्डौंमा सन् १९९८ देखि स्पीच थेरापीको सेवा सुरु भएको हो । अन्य अस्पालहरुमा पनि यो सेवाको विस्तार हुदै छ । आगामी दिनमा राज्यले स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको समस्यालाई न्यूनिकरण गर्नको लागि विभिनन कार्यक्रमहरु ल्याउन आवश्यक छ ।

आएको कारण चाहे अनुसारको रोजगारीमा सहभागी हुन सकेका छैनन् । यस्ता स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई यस्तो समस्या भएकै कारण परिवार र समुदायमा पनि उनीहरूको बोली तथा स्वरलाई लिएर गिज्याउने, जिस्काउने, अपमानजनक व्यवहार गर्ने गरिन्छ । यस्ता व्यक्तिहरूलाई विशेष गरी विद्यालय वा क्याम्पसहरूमा अध्ययन गर्ने क्रममा प्रश्न उत्तर गर्दा कठिनाइ हुने हुन्छ । स्वर-बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिहरूको यो समस्यालाई न्यूनीकरण गर्नको लागि स्पिच थेरापीको आवश्यक हुन्छ । यसका साथै उनीहरूलाई परामर्श सेवा, आधारभूत सामूहिक अभ्यास, जनचेतनाका कार्यक्रम ल्याउनु पर्ने देखिन्छ । नेपालमा स्वर-बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिहरूको लागि अर्थात् अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि शहरका विभिन्न अस्पतालहरूमा स्पिच थेरापी सेवा पनि उपलब्ध गराउने गरिन्छ तर त्यो सेवा देशका सबै निकायहरूमा सहज रूपमा उपलब्ध छैन । किनकी दक्ष जनशक्तिको कमी, आर्थिक अवस्था, सामाजिक विभेदको कारण यस्तो समस्या भएका व्यक्तिहरू त्यो स्पिच थेरापी सेवाको पहुँच सम्म पुग्न सकेका छैनन् । नेपालमा स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको स्पिच थेरापीमा कस्तो पहुँच रहेको छ भनेर । स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हक हित र अधिकारको लागि काम गर्ने भनेर नेपालमा सन् २००३ मा नेपाल भकभके संघको स्थापना भएको पनि छ । स्थापना काल देखि यो संस्थाले स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको विषयमा सवलीकरण, चेतना अभिवृद्धि तथा उनीहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने, परामर्श दिने, स्पिच थेरापीको लागि चेतना जगाउने लगायतका कामहरू गर्दै आएको पनि छ । स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले समाजमा कुनै पनि प्रकारको विभेदको सामना गर्न नपरोस् कुनै अवसरहरूबाट वञ्चित हुन नपरोस् र अन्य नागरिक सरह सम्मानजनक जीवन यापन गर्न सहयोग होस भनेर अक्टोबर २२ तारिकका दिन अन्तर्राष्ट्रिय भकभके जनचेतना दिवस पनि मनाउने गरिन्छ । विश्वमा अन्तर्राष्ट्रिय भकभके जनचेतना दिवस सन् १९९८ देखि क्यालिफोर्नियाबाट मनाउन थालिएको पाइन्छ । नेपालमा भने यो दिवस मनाउन थालेको ३ वर्ष मात्र भयो । तर पनि यस्ता दिवसहरू मनाई रहँदा समाजमा यस्ता व्यक्तिहरूको पहिचान हुने, भकभकेपनको न्यूनीकरण तथा सुधारका लागि खोज अनुसन्धान हुने गरेको पाइन्छ । नेपाल सरकारले स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई अपाङ्गताको परिभाषामा समावेश गरेता पनि

स्पीच थेरपिष्टहरु उत्पादन गर्नु पर्दछ

सञ्जय कुमार झा, अध्यक्ष, नेपाल भकभके संघ

म स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएको व्यक्ति हुँ । म प्रष्ट रुपमा बोल्न सक्दिन । मैले बोल्दा अकमकाउने, एउटै शब्द दोहाऱ्याउने, लामो गरी बोल्ने हुन्छ । म १३ वर्षको हुदा म मा स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएको थाहा भयो । यो समस्याले गर्दा मैले मेरो जीवनमा धेरै समस्याहरुको सामना गर्न परेको छ । स्वर सम्बन्धी समस्या भएको कारण समाजमा वा घर परिवारमा राम्ररी घुलमिल हुन, आफ्नो कुरा प्रष्ट रुपमा राख्न, आफ्नो धारणा तथा विचारहरु राख्न, व्यक्त गर्नको लागि समस्या हुने हुन्छ । यस्तो समस्या भएको कारण मैले स्पिच थेरापीको प्रयोग गर्ने गर्दछु । हामीमा यो स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएको कारण समाजमा जिस्काउने, हास्यपात्रको रुपमा लिने, बोल्ने मौका नदिने गरेको पाइन्छ ।यो समस्या न्यूनिकरण गर्नको लागि हामीलाई स्पीच थेरापीको आवश्यक हुने हुन्छ तर शहरी क्षेत्रमा रहेका अस्पतालहरुमा यो स्पिच थेरापी सेवा उपलब्ध भएता पनि सबै ठाँउम स्पीच थेरापी उपलब्ध छैन । त्यसैले हामीले संस्थागत रुपमा हरेक हप्ताको शनिबार स्पीच थेरापीको कक्षा सञ्चालन गर्ने गरेका छौ । यसका साथै विभिन्न संघ संस्थाहरुसँग समन्वय गरेर वकालत, पैरबी तथा जनचेनाका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्ने गरेका छौ । नेपाल सरकारको तर्फबाट बढि भन्दा बढि स्पीच थेरपिष्टहरु उत्पादन भयो भने सबै जिल्लामा स्पीच थेरापीको सेवा पु¥याउन सकिने थियो । सरकारले यसको लागि केही नीति नियमहरु बनाउन जरुरी छ ।

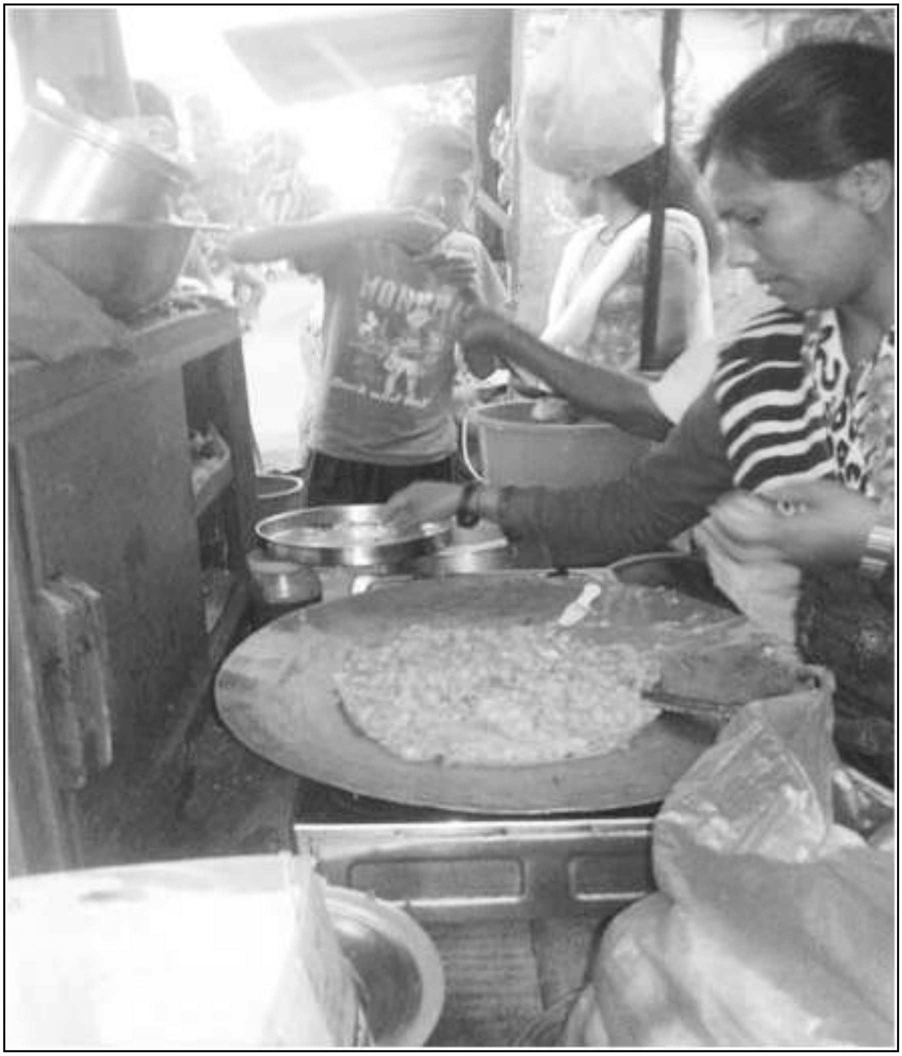
नेपालमा उनीहरूको संख्या कति छ भन्ने कुनै आधिकारिक तथ्याङ्क पाइँदैन । राष्ट्रिय जनगणना २०६८ अनुसार स्वर बोलाई सम्बन्धी समस्या भएका व्यक्तिहरूको संख्या ५८ हजार भएको पाइन्छ । यस्ता व्यक्तिहरूको बोलीमा सुधार ल्याउनको लागि स्पिच थेरापी सेवा, परामर्श सेवा, आधारभूत सामूहिक अभ्यास, जनचेतनाका कार्यक्रम ल्याउनु पर्ने देखिन्छ । स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको बोलीमा सुधार ल्याउनको लागि प्रदान गरिने स्पिच थेरापी सेवा काठमाण्डौंको वीर अस्पताल, त्रिभुवन विश्व

विद्यालय शिक्षण अस्पताल महाराजगञ्ज, काठमाण्डौं मेडिकल कलेज, नेपाल मेडिकल कलेज, किष्ट अस्पतालमा उपलब्ध छ भने काठमाण्डौं देखि बाहिर धरान, विराटनगर र पोखरामा पनि उपलब्ध छ। यो सेवा सबै क्षेत्रमा रहेका भकभकेपन भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको पहुँचमा पुग्न जरुरी छ । हाल नेपालमा ७५ जना वाक तथा श्रवण विशेषज्ञ मात्र रहेको पाइन्छ। नेपाल सरकारले वाक तथा श्रवण विशेषज्ञ उत्पादनको क्षेत्रमा काम गर्नु आवश्यक छ। नेपाल सरकारले यस विषयमा जनचेतना जगाउनु पर्ने, विभिन्न सञ्चार माध्यमहरूले प्रचार प्रसार गर्न सहयोग गरेमा स्वर बोलाई सम्बन्धी अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले पनि यो समाजमा सम्मान जनक रूपमा जीवन यापन गर्न सक्षम हुन सक्ने छन्। त्यसैले उनीहरूको हक हित र अधिकारको लागि अपाङ्गताको क्षेत्रमा काम गर्ने विभिन्न संघ संस्थाहरू र राज्यले पनि यस विषयमा छिटो भन्दा छिटो ध्यानाकर्षण गर्न जरुरी छ।

ठेला व्यवसायबाट आत्मनिर्भर हुँदै सुरवीर नेपाली

दाङ जिल्लाको विकट गा.वि.स. काभ्रे २ को फाटामा वि. सं. २०१६ सालमा बाबु उदयलाल नेपाली र आमा पिमा नेपालीको पहिलो सन्तानको रूपमा जन्मिनु भएका सुरवीर नेपाली जन्मिएको ६ महिना पछि आगोले पोलेर देब्रे हातको औंलाहरू गुमाउन पर्यो। जसको कारण उहाँ शारीरिक अपाङ्गता हुन पुग्नु भयो । शारीरिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति सुरवीर नेपाली दलित तथा अपाङ्गताकै कारण उहाँले जीवनमा धेरै संघर्ष गर्नु पर्यो। घर, गाउँ र समाजमा दलित र अपाङ्गता हुनुको पीडा सहनु पर्यो तर जति सुकै तिरस्कार सहनु परे पनि उहाँले आफ्नो संघर्षलाई निरन्तर अघि बढाउँदै जानु भयो। मेहनती र संघर्षशील सुरवीरले कक्षा ५ सम्मको विद्यालय स्तरको शिक्षा लिनु भयो। त्यस पछि घरको आर्थिक अवस्था कमजोर भएको कारण उहाँले विद्यालय स्तरको अध्ययनलाई निरन्तरता दिन सक्नु भएन। त्यस पछि उहाँ रोजगारको लागि भारतको नयाँ दिल्लीमा गएर मजदुरी गर्न थाल्नु भयो। केही समय पछि दाङ जिल्लाकै खिमादेवी नेपालीसँग प्रेम विवाह गरी रामपुर ३ पलासेमा आउनु भयो। उहाँका दुई छोरा, एक छोरी, श्रीमती र आफू सहित ५ जना को जीवन यापन गर्नमा धौ-धौ पर्न थाल्यो। केही वर्षको भारतको बसाई पछि उहाँ नेपाल आएर ठेलामा चाट बेच्ने विचार गर्नु भयो तर चाट व्यवसाय गर्नको लागि उहाँसँग लगानी गर्ने आवश्यक रकम थिएन। तर पनि उहाँ रकम जोह गर्नको लागि भौंतारी रहनु भएको थियो। यसै क्रममा नेपाल अपाङ्ग मानव अधिकार केन्द्रले "पश्चिम नेपालका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको गरिबी निवारण परियोजना" (जिपिएएफ परियोजना) सञ्चालन गरेको जानकारी पाए पछि दाङ्ग जिल्लाको अपाङ्ग मानव अधिकार एवं सरोकार मञ्च नेपालको सम्पर्कमा जानु भयो र उक्त संस्थामा मार्फत "पश्चिम नेपालका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको गरिबी निवारण परियोजना" (जिपिएएफ परियोजना)

अन्तर्गत ठेलाबाट चाट व्यवसाय गर्नको लागि रु ९ हजार रुपैयाँ सहयोग प्राप्त भयो र उक्त रकमबाट उहाँले घोराही ११ को भरतपुरमा ठेलामा चाट , पानी पुरी बनाएर बेच्न थाल्नु भयो । यो व्यवसायबाट दैनिक रूपमा १५ सय देखि २ हजार सम्मको आम्दानी हुन थाल्यो। जसले गर्दा आय –आर्जन पनि हुन थाल्यो र जीवन यापनमा सहजता भयो । अहिले उहाँले उक्त चाट व्यवसायबाट आम्दानी भएको रकमबाट केही रकम बचत पनि गर्ने गर्नु हुन्छ। यो परियोजनाबाट प्राप्त भएको सहयोगले आज उहाँ मात्र नभएर उहाँको घर परिवारलाई पनि आय–आर्जन गरी आम्दानी गर्न सजिलो भएको छ। अहिले उहाँले आफू मात्र स्वरोजगार होइन एक जनालाई रोजगारी पनि दिन सफल हुनु भएको छ । उहाँ पनि नेपाल अपाङ्ग मानव



अधिकार केन्द्र, डि.डि.पि. यूके.एड र दाङ्ग जिल्लाको अपाङ्ग मानव अधिकार एवं सरोकार मञ्च नेपाललाई धैरै-धैरै धन्यवाद दिनु हुन्छ।

नयाँ वर्ष संस्मरण

नयाँ वर्षको बिहानी अरू बेला भन्दा उत्साह जनक हुनु पर्छ यो हाम्रो मान्यता हो । यसैले हामी जबरजस्ती उत्साही हुन्छौ । यस वर्ष २०७४ मा भने म बिहानै जबरजस्ती उत्साही हुनु परेन म साँच्चिकै अघिल्लो दिन देखी नै उत्साही थिए । बिहान ४ बजे उठे फ्रेस भएर साढे चार बजे गोमा पौडेल, नेपाल बोसिया संघको अध्यक्षलाई फोन गरेर घर बाट निस्किए । आजै देखी नो हर्न थियो ट्राफिक नियम पालन गरेर नै उनको घर पुगे स्कुटर थन्काएर हामी दुई नवलपरासीको यात्रामा निस्कियौ । नयाँ वर्षको पहिलो दिन लामो यात्राबाट सुरु गऱ्यौँ । १० बज्नु अगाडी नै मुग्लिन नारायणगढको बाटो काट्ने र जाम बाट कट्ने हाम्रो उद्देश्य थियो । तर दुर्भाग्य राती सुक्खा पहिरो गएर बाटो मै अड्कियौ । ९ बजे मुग्लिन पुगेका हामी २ बजे रामनगर पुगेर खाना खायौ । बाटोको धूलो, गर्मी र मिनीबसको सानो सिटले मलाई वर्ष भरीकै चिन्ता लागिरहेको

✍ देवकला पराजुली, अपाङ्गता मानव अधिकारकर्मी, काठमाण्डौं

थियो, वर्षको पहिलो दिन कष्ट भोगे वर्षभरि नै कष्ट भोगी रहन पर्ने डरले । साँझ ६ बजे नवलपरासीको दलदले पुग्दा गोमा दवाडी - नेपाल बोसिया संघकी सदस्य हामीलाई पर्खेर बस्नु भएको थियो । उहाँले भोलिको खेलको पुरा तयारी गरेर बस्नुभएको रहेछ । दलदले बजारको सहारा पार्टी प्यालेसमा सबैका लागि खेल भन्ने स्लोगनका साथ नव वर्षको उपलक्ष्यमा अति अशक्त अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूलाई बोसिया खेल खेलाएर यो वर्षको सुरुवात गर्दै थियौ हामी ।

नवलपरासी जिल्लाको देउचुली नगरपालिकामा रहेका अति अशक्त अपाङ्गता भएका बालबालिका, सेरेवल पल्सी (सिपी), स्पाईनाविफिडा, स्पाइनल कर्ड ईन्जुरी आदि भएका २० जना बालबालिकाहरूलाई खेल खेलाएर जनचेतनाको सुरुवात गर्ने उद्देश्य थियो हाम्रो। २ गते बिहान उठेर हजुरआमा र आन्टीहरू सँगै भाइ-बहिनीलाई लक्ष्मीपुर पुगेर सहारा पार्टी प्यालेसमा सबै तयारी रहेको थियो। स्पोर्ट कोर्ट तयार गरेर खेल सुरु गर्‍यौँ। स्थानीय तहका राजनीतिक दलका नेताहरूको उपस्थितिमा प्रमुख अतिथि महिला बालबालिका कार्यालय नवलपरासीका अधिकृत उर्वरा लुइँटेल हुनुहुन्थ्यो। शनिवारको दिन असिना र पानीलाई वास्ता नगरी करिब ७५ किलो मिटर टाढा परासी वाट देउचुलीमा उहाँको उपस्थिति देखेर हामी मात्र होइन सबै खेलाडी बालबालिका हौसिएका थियौ। स्थानीय स्तरका नेताहरूले अपाङ्गताको बारेमा र खेलका बारेमा बुझ्ने राम्रो अवस्था मिलेको, अब गाँउपालिका नगरपालिकामा बजेट छुट्टाउँदा बहस गर्नु नपर्ने जानकारी पाएको बताउनु भयो। कार्यक्रम सकिँदा ४:३० भइसकेको थियो। यस कार्यक्रमलाई सफल र सहज बनाउन सागर लुइँटेल भाइ र बोसिया संघका सदस्य तथा अभिभावक गोमा दवाडीको पुर्ण रूपमा सहयोग रहयो। उहाँहरूलाई विशेष धन्यवाद दिएर हामी साँझ ८ बजेको बसमा काठमाडौं फर्कियौ। थोरै खर्च छोटो समयमा पनि महत्त्वपूर्ण काम गर्न सकिन्छ भन्ने मैले यस पटक महसुस गरे। बालबालिकाहरूको खुशी र आमाको उत्साह मेरा लागि विशेष रहयो। वर्षको प्रारम्भ अपाङ्गता भाइ-बहिनी सँगको खेलमा रमेर गरियो। अव वर्ष भरि उनीहरू र उनीहरू जस्तै बालबालिकाहरूलाई सबैको लगि खेल भन्ने नारा झैँ साँच्चै सबैलाई खेलाउन सकौं। शुभ नयाँ वर्ष।

यस अपाङ्ग आवाज पत्रिकामा प्रकाशन गरिएका निजी विचार तथा लेखहरूले अपाङ्ग आवाज मासिक पत्रिकाको प्रतिनिधित्व गर्दैनन्।

- सम्पादक

अपाङ्गता भएका व्यक्ति प्रति राज्यको दायित्व

✍ डा. टीकाराम पोखरेल

अहिले विश्वमा लगभग ६५ करोड मानिसहरू कुनै न कुनै रूपमा अपाङ्गताको जीवन बिताइरहेका छन्, जुन विश्वको कुल जनसङ्ख्याको झण्डै १० प्रतिशत हो । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू मध्ये ८० प्रतिशत मानिस विकासोन्मुख देशमा रहेका छन् । वि. सं. २०६८ सालको जनगणना अनुसार नेपालमा १.९४ प्रतिशत अर्थात् झण्डै ६ लाख अपाङ्गता भएको तथ्याङ्क देखिन्छ। त्यसमा पनि अपाङ्गता परिचय पत्र प्राप्त गर्ने अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको संख्या डेढ लाख रहेको पाइन्छ । राष्ट्रिय जनगणनाको तथ्याङ्कले अति अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको संख्या न्यून देखाए पनि नेपालमा अपाङ्गताको संख्या निकै ठूलो छ। समाज र स्वयम् अपाङ्गता भएका व्यक्तिले आफ्नो अपाङ्गतालाई लुकाएका कारण र सामान्य अपाङ्गतालाई अपाङ्गताको वर्गमा गणना नगरिएका कारण जनगणनामा कम प्रतिशत देखिएको हो। सन् २०११ मा विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लुएचओ) र विश्व बैङ्कले संयुक्त रूपमा तयार गरेको अपाङ्गता सम्बन्धी प्रतिवेदनमा विकासशील मुलुकमा कुल जनसङ्ख्याको १५ प्रतिशत नागरिकहरू अपाङ्गताको शिकार भएको उल्लेख गरिएको छ । उक्त प्रतिवेदनमा नेपालमा अपाङ्गताको संख्या १० प्रतिशत आँकलन गर्न सकिन्छ।

सामान्य मान्छेले झैँ देख्न, बोल्न, हिँड्न, काम गर्न, सुन्न नसक्ने वा अरू कुनै अङ्गमा कुनै कमजोरी देखिएको व्यक्तिलाई अपाङ्गता भएका व्यक्ति भनिन्छ। अपाङ्गता सम्बन्धी एक अध्ययन प्रतिवेदनले भनेको छ– सबै मानिसले आफ्नो जीवनको लगभग १२ प्रतिशत अवधि कुनै न कुनै प्रकारको अपाङ्गता भएर बाँच्नु पर्दछ । प्रायः वृद्ध

अवस्थामा पुगे पछि मानिसको जीवन एक प्रकारको अघोषित अपाङ्गतामा नै बित्दछ । तुलनात्मक रूपमा हेर्ने हो भने गरिब मानिसहरूले बढी समय अपाङ्गताको जीवन बिताउनु पर्दछ । अहिले सम्मको तथ्याङ्क हेर्दा विश्वका सम्पूर्ण गरिबहरू मध्ये लगभग २० प्रतिशत गरिबहरू शरीरमा कुनै न कुनै प्रकारको अपाङ्गता बोकेर बाँचिरहेका छन् । यसरी विश्वको जनसङ्ख्याको ठूलो हिस्सा बोकेको अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले समाजमा सम्मान पूर्वक जीवन यापन गर्न भने पाइरहेका छैनन् । नेपालको सन्दर्भमा हेर्ने हो भने उनीहरूको शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार र सामाजिक जीवनका अन्य गतिविधिहरूमा पर्याप्त पहुँच छैन । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू यो समाजका उपज नभएर भिन्न समाजका उपज हुन् झैँ गरी हेपिएको व्यवहार गर्ने गरिएको छ । उनीहरूका गाँस, बास र कपासका समस्यामा कसैको ध्यान गएको छैन । अझै पनि हाम्रो समाजमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई असभ्य भाषाको प्रयोग गर्ने र समाजको अभिशापका रूपमा हेर्ने गरेको पाइन्छ ।

आजको साङ्ग व्यक्ति भोलि अपाङ्गतामा परिणत हुन सक्छ भन्ने कुरा ख्याल नगरी अपाङ्गता भनेको पूर्व जन्मको पापको परिणाम हो भनी चित्रण गर्ने प्रचलन नेपालमा खास गरी ग्रामीण स्तरमा अझै विद्यमान छ । स्वयम् आफ्नै परिवारका सदस्यले पनि आफ्नो परिवारमा कुनै सदस्यमा अपाङ्गता छ भने त्यसलाई परिवारको जिम्मेवार सदस्यको रूपमा स्वीकार गरेको पाइँदैन । घर व्यवहारमा गरिने कुनै पनि छलफल, व्यापार, व्यवसाय आदिमा उसको सल्लाह लिइँदैन । विगतमा राज्यले पनि उनीहरूलाई दोस्रो दर्जाको नागरिकको रूपमा व्यवहार गरेको पाइन्छ । राज्य, समाज र परिवारका यस्ता व्यवहारहरूले गर्दा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको भावना र मर्यादामा ठूलो चोट पुग्दछ । यी कुराहरूमा सुधार ल्याउन राज्यका साथै यस समाजका जिम्मेवार नागरिकहरूले समेत ध्यान पुऱ्याउनु जरुरी छ । विश्वभरि कै अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको जीवनस्तर सुधार्न र उनीहरूले सम्मान पूर्वक बाँच्न पाउने अधिकारको सुनिश्चित गर्न विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि, ऐन, नियम र प्रावधानहरूको व्यवस्था पनि गरिएको छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारको संरक्षणका लागि संयुक्त राष्ट्र संघले "अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार

सम्बन्धी महासन्धि, २००६ र यसको इच्छाधीन आलेख समेत जारी गरेको छ। उक्त महासन्धिले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई राज्यले भेदभाव गर्नु हुँदैन भन्ने कुरा मात्र स्पष्ट नपारी त्यस्ता व्यक्तिहरूले समाजमा वास्तविक समानता उपभोग गर्न सक्ने उपयुक्त वातावरण सिर्जना गर्नका लागि राज्यले चाल्नु पर्ने कदमहरूका बारेमा समेत उल्लेख गरेको छ । महासन्धिले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको समानता, जीवन स्वतन्त्रता र सुरक्षा, यातना वा क्रूर, अमानवीय वा अपमानजनक व्यवहार वा सजायबाट स्वतन्त्रता, शोषण, हिंसा र दुराचारबाट मुक्ति, हिँडडुल र राष्ट्रियताको स्वतन्त्रता, समुदायमा बसोबासको अधिकार, विचार वा अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता, गोपनीयताको हक, शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारी र उपयुक्त जीवन स्तरको अधिकार, सामाजिक तथा सांस्कृतिक जीवनमा सहभागिताको अधिकार जस्ता कुराहरूको प्रत्याभूति राज्यले गर्नु पर्ने कुरामा जोड दिएको छ।

नेपालले संयुक्त राष्ट्रसंघीय महासन्धि जारी हुनु पूर्व नै अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हितको संरक्षण तथा सम्वर्द्धन गर्ने उद्देश्यले अपाङ्ग संरक्षण तथा कल्याण ऐन, २०३९ जारी गरिसकेको छ। त्यस्तै नेपालको वर्तमान संविधान (२०७२) मा पनि अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि समता मूलक समाजको निर्माण, सामाजिक सुरक्षा र न्यायमा विपन्न र अशक्तलाई प्राथमिकता, कानुनको प्रयोगमा अपाङ्गता भएकाहरूलाई भेदभाव नगरिने, अपाङ्गता भएका व्यक्तिको संरक्षण, विकास र सशक्तिकरणको लागि विशेष व्यवस्था गर्ने, निःशुल्क शिक्षाको व्यवस्था, राज्यको निकायमा सहभागिता, सम्मान पूर्वक जीवन यापन, सार्वजनिक सेवा र यातायातमा छुट, राष्ट्रिय सभामा सहभागिता, राष्ट्रिय समावेशी आयोगको स्थापना, निर्वाचनमा उम्मेदवारी, सार्वजनिक निकायमा समावेशी करणका माध्यमबाट अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको नियुक्ति लगायतका अपाङ्गता हकहितसँग सम्बन्धित कुराहरू समाविष्ट छन् । यस्तै अपाङ्गता सम्बन्धी राष्ट्रिय नीति तथा कार्ययोजना, अपाङ्गताको परिभाषा तथा वर्गीकरण सम्बन्धी निर्देशिका र अपाङ्गता परिचयपत्र वितरण निर्देशिका समेत बनाई सरकारले लागू गरेको छ । राज्यले यी संवैधानिक, कानुनी र नीतिगत व्यवस्थाहरू गर्नुका साथै व्यवहारिक रूपमा पनि अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि

परिचयपत्र वितरण, अपाङ्ग भत्ता वितरण, सरकारी शिक्षण संस्थामा निःशुल्क शिक्षा तथा छात्रवृत्ति, निजामती तथा शिक्षक सेवामा आरक्षण, निःशुल्क साधारण उपचार, सार्वजनिक सवारी साधनमा भाडामा सहुलियत लगायतका सेवामुखी कामहरू पनि गर्दै आएको छ । सुरुवातका दृष्टिले राज्यका यी प्रयासलाई सराहनीय मान्नु पर्दछ । तर राज्यले गर्दै आएका यी कामहरू सराहनीय भए पनि पर्याप्त चाहिँ छैनन् । वर्तमान सन्दर्भमा सो ऐन असान्दर्भिक भइसकेकोले समय सापेक्ष नयाँ ऐन ल्याउनु आवश्यक छ । यसका लागि संसदमा विचाराधिन अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी विधेयक तत्काल पारित गर्नु आवश्यक छ ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकारको सुनिश्चतता गर्न अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको तथ्याङ्क एकीन गराउने, उनीहरूका सबै अधिकारको सुनिश्चित गर्ने, निजी तथा सरकारी निकायहरूमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको सहज पहुँच पुग्ने खालका संरचना निर्माण गराउने, शारीरिक अवस्था सुहाउँदो तालिम र सीपको विकास गराउने र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका सवालमा नीति निर्माण गर्दा एवम् समाज विकासका हरेक काममा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई सहभागी गराउने कामहरू गर्नु पर्ने देखिन्छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको जीवन स्तरलाई सहज बनाउन र उनीहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्न सेतो छडी, ब्रेल किताब, कम्प्युटर सफ्टवेयर, वैशाखी लगायतका अपाङ्गता अनुसारको सहायक सामग्री अपाङ्गता भएका सबै व्यक्तिलाई उपलब्ध गराउनु पर्दछ । त्यसै गरी सरकारले वितरण गर्दै आएको सामाजिक सुरक्षा भत्ता पर्याप्त नभएको हुँदा यस विषयमा पनि सरोकारवाला निकायले विशेष ध्यान दिनु पर्ने देखिन्छ । यस वर्षको अपाङ्गता दिवसको नारा दिगो विकास लक्ष्य तर्फ लक्षित भएकाले पनि ती लक्ष्यहरू हासिल गर्नका लागि अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हरेक क्षेत्रमा पहुँचको सवाल नै पहिलो प्राथमिकता हो । दिगो विकासका १७ लक्ष्य हासिल गर्ने कुरामा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई पनि सहभागी गराउने र दिगो विकासको माध्यमबाट अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको जीवन स्तर सुधार्ने काम गर्न सके नै यस वर्षको अपाङ्गता दिवसको नाराको सान्दर्भिकता रहन्छ ।

सुखी भई बाँच्ने मनोवैज्ञानिक उपाय

✍ गोपाल ढकाल, मनोविद्

मानिस सबै भन्दा असन्तुष्ट प्राणी हो । यही असन्तुष्टिले मानिसलाई विकसित बनाएको छ र यही असन्तुष्टिले मानिसलाई दुःखी पनि बनाउने गर्छ । सबै मानिसको एउटै लक्ष्य हुन्छ, सुख तर सबै मानिसले सुख पाइरहेका हुँदैनन् । प्रशस्त धन सम्पत्ति, शिक्षा, सत्ता, मानप्रतिष्ठा भए पनि मानिस सुखी भएको पाइँदैन । एउटा सम्पन्न परिवारको छोरालाई, बाबुले नयाँ कार किनिदिंदा ऊ जति खुशी हुन्छ त्यो भन्दा बढी खुशी एउटा गरिब बाबुको छोरा हुन्छ जसलाई उसका बाबुले पुरानो साइकल किनिदिन्छन् । सुख, हाँसो, खुशी भनेको भौतिक वस्तु होइन । त्यसैले धन, सम्पत्ति आदिले यी कुराहरु प्राप्त गर्न सकिंदैन । सधैँ सुखी भएर बाँच्नु पनि एउटा कला हो । त्यो व्यक्तिमात्र जीवनमा सुखी हुन्छ, जसमा मनोवैज्ञानिक तरिकाले बाँच्ने कला हुन्छ । मनोविज्ञानको भाषामा भन्दा सुख, दुःख, हाँसो, रोदन आदि संवेग हुन् । यी कुरालाई मानिसले अनुभूति गर्नमात्र सक्छ । सुखको पनि अनुभूति मात्र गर्न सकिन्छ । सुखको अनुभूतिगर्न सक्ने मान्छे मात्र जीवनमा सुखी हुन्छन् । वातावरणका कुराले उत्तेजित गरे पछि मानिसमा यस्ता संवेगहरु आउँछन् । संवेगहरुलाई नियन्त्रणमा राख्न सकेमा मात्र मानिस सुखी हुन्छ । भगवान् गौतम बुद्धलाई समेत एक पटक यस्ता संवेगहरुले व्याकुल बनायो । बृद्ध–बृद्धा, रोगी, मरेका मान्छेहरु देखेर उनी दुःखी भए । मानिस कसरी सुखी हुनसक्छ भन्ने कुराको खोजी गर्न एक दिन उनी घर छाडेर

जंङ्गल पसे।

उनी एकान्तमा बसेर तपस्या गर्न थाले। उनी भोक भोकै तपस्या गर्थे। उनले धेरै वर्ष सम्म यसरी नै तपस्या गर्दै गए। उनी ज्यादै कमजोर हुँदै गए तर केही भेटेनन् । भोक पनि एउटा संवेग हो । भोकको संवेगलाई नियन्त्रण गर्न गाह्रो पर्छ। यस संवेगले गौतम बुद्धलाई पनि सताइरह्यो । उनले कतिगर्दा पनि सुखको अनुभूतिगर्न सकेनन् । उनले भोकै बसेर तपस्यागर्नु बेकार रहेछ भन्ने थाहा पाएपछि खानाखान थाले। तपस्या गर्ने क्रममा गौतम बुद्धले सबै किसिमका संवेगहरुलाई नियन्त्रण गर्न सिके । उसलाई सुखको अनुभूति हुन थाल्यो । त्यही नै उनको ज्ञान प्राप्ती थियो।गौतम बुद्धले सधैँ साँचो बोल्नु, चोरी नगर्नु, लोभी नहुनु, सबै प्राणीमाथि दया गर्नु, शुद्ध आचरण राख्नु, सानो भनेर हेला नगर्नु, ठूलाको आज्ञा पालन गर्नु जस्ता उपदेश दिँदै यी कुराको पालन गरेमा मानिस सुखी हुन्छ भनेका छन्। संवेगलाई नियन्त्रण गर्न नसक्दा नै मानिसले चोरी गर्छ, झुठो बोल्छ, मानिसको हत्या गर्न समेत सक्छ। त्यसैले चोरी नगर्नु, झुटो नबोल्नु, लोभी नहुनु, प्राणीको हत्या नगर्नु भनेको पनि संवेगलाई नियन्त्रण गर्नु हो। बुद्धले दिएका उपदेशहरुको आशय पनि यही हो।

विभिन्न कुराले मानिसलाई उत्तेजित बनाउनु स्वभावि कै हो। तर सानो तिनो कुरामा पनि ज्यादै उत्तेजित हुनु तथा संवेगहरुलाई नियन्त्रित र व्यवस्थित गर्न नसक्नु चाहिँ कमजोरी हो । संवेगहरुलाई नियन्त्रण गर्न नसक्ने, क्षणमै रुने, क्षणमै हाँस्ने व्यक्ति कहिल्यै सुखी हुन सक्दैन । संवेगलाई नियन्त्रण गर्न सक्ने व्यक्तिलाई मात्र परिपक्व भनिन्छ। परिपक्व मानिस मात्र सुखी हुन्छन्। सुखमा नपातिने, दुःखमा नआत्तिने परिपक्वव्यक्तिलाई सबैले मान्छन् र यस्तै व्यक्तिको मात्र सबैले साथ चाहन्छन्।

संवेगलाई नियन्त्रण गर्ने तथा सुखी रहने व्यवहारिक उपायहरु :

प्राप्त गर्न सकिने कुराको मात्र चाहना राख्नुहोस् ।

प्राप्तगर्न नसकिने वस्तुको चाहनाले सधैँ सताई रहन्छ।

यस्तो चाहना व्यक्तिको अचेतन मनमा गएर बसेको हुन्छ।

यथार्थतालाई बुझ्नु होस् :

आफन्त मर्दा जो कोही रुन्छ यो स्वभाविक छ तर जन्मे पछि सबैले मर्नुप र्छ भन्ने सत्यलाई मनन नगरी आफन्तको वियोगमा सधैँ विछिप्त भएर हिँड्नु भने हुँदैन ।

व्यवहारिक बन्ने कोशिश गर्नुहोस् :

दुःख सुख भोगेको व्यवहारिक मान्छे हतपत विचलित हुँदैन ।

उसमा संवेगलाई नियन्त्रण गर्ने बानी परेको हुन्छ ।

त्याग गर्ने बानी बसाल्नु होस्

प्राप्त मात्र हैन मानिसले त्याग गर्न पनि सिक्नुपर्दछ । त्याग गर्ने बानी भएको व्यक्तिले असफलता, विछोड, हानी–नोक्सानी जस्ता कुरामा पनि चित्तबुझाउन सक्छ ।

अरु माथि ठूलो आशा नराख्नु होस्

अरुमाथि भर पर्ने, आशक्त व्यक्ति कहिल्यै सुखी हुन सक्दैन ।

शारीरिक स्वास्थ्यमा ध्यान दिनुहोस्

योग, ध्यानले मानिसलाई संयमित हुन मद्दत पु¥याउनेछ ।

संवेगलाई समायोजन गर्न सिक्नु होस् ।

सधै संवेगलाई दवाउनै पर्छ भन्ने छैन । कसरी यसलाई व्यवस्थापनगर्ने भन्ने कुरा महत्वपूर्ण हो रिस उठेपछि प्रतिकार गर्ने वा रिसलाई शान्तहुन दिने भन्ने कुराको छिनोफानो विवेकको प्रयोग गरी गर्नुपर्छ । विचार पनि एक किसिमको संवेग हो । विचारले पनि मानिसलाई दुःख दिन्छ । विचारहरुलाई पनि नियन्त्रण गर्नुपर्छ ।

समस्याको समाधान खोज्नुहोस्

समस्याले मानिसलाई दुःखदिने हुँदा बेलैमा यसको हल गर्नपट्टि लाग्नुपर्छ । निरास। मनमा आउन नदिनुहोस् । सधैँ आशावादी बन्नुहोस् । आधारभूत आवश्यकता (भोक, प्यास, यौन) तथा अन्य अति आवशयक वस्तुको पूर्ति बेलैमा गर्नुहोस् ।

नकारात्मकताको उपयोग गर्नुहोस्

आफूलाई मन नपर्ने नकारात्मक कुरामा समेत सकारात्मकताको खोजी गर्नु पर्छ । डर, चिन्ता जस्ता नकारात्मक संयोगहरुको पनि सही उपयोग गर्न सक्नुपर्छ । यी र यस्ता कुरालाई व्यवहारमा लागू गर्न सकेको खण्डमा सबैको जीवन सुखमय हुनेछ ।

समाचार विविध

काठमाण्डौंमा पाँचौं पारा पौडी प्रतियोगिता

१९ वैशाख २०७४, शर्मिला विश्वकर्मा, काठमाण्डौं

मेरुदण्ड पक्षघात खेलकुद संघको आयोजना र युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय तथा नेपाल पारा ओलम्पिक कमिटीको सहयोगमा काठमाण्डौंमा पाँचौं पारा पौडी प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ । सो पौडी प्रतियोगिताको उद्घाटन युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयका सचिव महेश प्रसाद दाहालले पानसमा दिप प्रज्वलन गरी गर्नु भयो । त्यसै क्रममा मेरुदण्ड पक्षघात अपाङ्गता भएकी महिला तथा खेलाडी अनु राईले सरोकारवाला निकायले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको खेलकुदको विकासको लागि विभिन्न कार्यक्रम ल्याउनु पर्ने बताउनु भयो । सोही क्रममा राष्ट्रपति कार्यालयकी प्रतिनिधि कान्ति चौधरीले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको खेलकुदलाई निरन्तरता दिनको लागि आफ्नो तर्फबाट सक्दो पहल गर्ने बताउनु भयो । उक्त कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि एवं युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयका सचिव महेश प्रसाद दाहालले आगामी वर्षको राष्ट्रिय खेलको लागि

मेरुदण्ड पक्षघात खेलकुद संघको आयोजनामा काठमाण्डौंमा सम्पन्न भएको पाँचौं पारा पौडी प्रतियोगिता कार्यक्रमका सहभागीहरू ।
तस्विर : शर्मिला विश्वकर्मा

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको सहभागिताको लागि सक्दो पहल गर्ने बताउनु भयो । त्यसै गरी मेरुदण्ड पक्षघात खेलकुद संघकी अध्यक्ष गायत्री दाहालले नेपाल सरकार युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको खेलकुदको विकासको लागि छुट्टै बजेट विनियोजन गर्नु पर्ने बताउनु भयो । सो पौडी प्रतियोगितामा सहभागी भएका अपाङ्गता खेलाडीहरूलाई कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि एवं युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयका सचिव महेश प्रसाद दाहालले प्रमाण पत्र र मेडल प्रदान गर्नु भएको थियो । सो पौडी प्रतियोगितामा मेरुदण्ड पक्षघात, शारीरिक अपाङ्गता तथा दृष्टिविहिन महिला र पुरुष गरी ३० जना खेलाडीहरूको सहभागिता रहेको थियो । उक्त प्रतियोगितामा दृष्टिविहिन तर्फ सागर लामा, ह्वीलचिएर प्रयोगकर्ता तर्फ अकल बहादुर तामाङ, इम्पुटी तर्फ भीमबहादुर कुमाल, ह्वीलचिएर प्रयोगकर्ता महिला तर्फ अनु राईले प्रथम स्थान प्राप्त गर्नु भएको थियो भने इम्पुटी तर्फ रमेश खत्री, दृष्टिविहिन तर्फ सागर विष्ट र ह्वीलचिएर प्रयोगकर्ता तर्फ दीपक तामाङ र जेनिशा कठायत दोस्रो स्थान प्राप्त गर्नु भएको थियो । त्यसै गरी ह्वीलचिएर प्रयोगकर्ता तर्फ विराज भट्ट, ह्वीलचिएर प्रयोगकर्ता महिला तर्फ निर्मला कार्की, इम्पुटी तर्फ जंग बहादुर लयलमगरले तेस्रो स्थान प्राप्त गर्नु भएको थियो । सो प्रतियोगितामा प्रथम हुने खेलाडीहरूलाई नगद रु २ हजार पनि प्रदान गरिएको थियो भने उक्त कार्यक्रमको सञ्चालन आयोजक संस्थाका महासचिव ऋषिराम ढकालले गर्नु भएको थियो ।

सामाजिक सुरक्षा तथा सहयोगी सम्बन्धी एक दिने कार्यशाला गोष्ठी

११ वैशाख २०७४, शर्मिला विश्वकर्मा, काठमाण्डौं ।

बौद्धिक अपाङ्गताका अभिभावक महासंघ नेपालको आयोजना तथा माई राइट र एफ. यू. वी. स्वीडेनको सहयोगमा बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि सामाजिक सुरक्षा तथा सहयोगी सम्बन्धी एक दिने कार्यशाला गोष्ठी काठमाण्डौंमा सम्पन्न भयो । सो कार्यक्रममा आयोजक संस्थाका अध्यक्ष मुकुन्दहरी दाहालले बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अवस्था र चुनौतीको बारेमा जानकारी दिनु भयो । यसै क्रममा उहाँले बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई सहयोगीको आवश्यक हुने र यसका लागि सरोकारवाला निकायले पहल गर्नु पर्ने कुरामा पनि जोड दिनु भयो । त्यसैगरी नेपाल सरकार महिला बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालयका अपाङ्ग अधिकार प्रवर्द्धन शाखाका शाखा अधिकृत निमराज भट्टराईले नेपालमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अवस्था र उनीहरूको लागि नेपाल सरकार महिला बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालयले सञ्चालन गरेका कार्यक्रमको बारेमा जानकारी गराउनु भयो । यसका साथै उहाँले नेपालको संविधान २०७२ मा समावेश गरेका अपाङ्गताको सवालको बारेमा पनि प्रस्ट पार्नु भएको थियो । सो कार्यक्रममा एफ. यू. वी. स्वीडेनबाट आउनु भएका प्रतिनिधिहरूले पनि स्वीडेनमा बौद्धिक अपाङ्गता भएका

बौद्धिक अपाङ्गताका अभिभावक महासंघ नेपालको आयोजनामा काठमाण्डौंमा सम्पन्न बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि सामाजिक सुरक्षा तथा सहयोगी सम्बन्धी एक दिने कार्यशाला गोष्ठीको एक झलक । **तस्विर : शर्मिला विश्वकर्मा**

व्यक्तिहरूको अवस्थाको बारेमा कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नुको साथै त्यहाँको आर्थिक अवस्थाको बारेमा पनि जानकारी गराउनु भयो । साथै विभिन्न जिल्लाबाट आउनु भएका बौद्धिक अपाङ्गताका अभिभावकहरूले बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अवस्था हेरेर उनीहरूको लागि राज्यले सहयोगी उपलब्ध गराउने कार्यक्रम ल्याउनु पर्ने बताउनु भयो । पाटन सि.वि.आर. की शिक्षिका सृजना के.सी. ले प्रत्येक स्थानीय निकायहरूमा अपाङ्गता डेक्सको व्यवस्था भएमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको सवालहरू समावेश हुन सक्ने बताउनु भयो ।

न्यायमा पहुँच सम्बन्धी छलफल

२४ वैशाख २०७४, शर्मिला विश्वकर्मा, काठमाण्डौं ।

इनेवलमेन्ट नेपालको आयोजनामा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी महासन्धिको धारा १३ मा भएको न्यायमा पहुँचको विषयमा विश्लेषण र कार्यान्वयनका विषयमा एक छलफल कार्यक्रम काठमाण्डौंमा सम्पन्न भयो । सो छलफलका क्रममा अनुसन्धानकर्ता किरण वाग्लेले विभिन्न जिल्लाहरूमा कुन-कुन प्रकारका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको न्यायमा पहुँच पुगेको छ भन्ने विषयमा आफ्नो संस्थाले गरेको अनुसन्धानको विषयमा कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नु भयो । त्यसै क्रममा उहाँले आगामी दिनमा कुन-कुन

क्षेत्रमा गएर के-कस्ता प्रकारका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको विषयमा अनुसन्धान गर्ने हो भन्ने विषयमा अपाङ्गताको क्षेत्रमा काम गर्ने विभिन्न संघ संस्थाहरूले सल्लाह सुझाव दिनु पर्ने र यो अनुसन्धान कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिने बताउनु भयो । त्यसै गरी महिला विभागकी अधिकृत निरा अधिकारीले न्याय सम्बन्धी अनुगमन गर्दा सबै प्रकारका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई समावेश गरेर गर्नु पर्ने, सार्वजनिक स्थलहरू अपाङ्गता मैत्री हुनु पर्ने, नीति नियमहरूमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका सवालहरूलाई समावेश गर्नु पर्ने कुरामा जोड दिनु भयो । त्यसै क्रममा बौद्धिक अपाङ्गताका अभिभावक महासंघ नेपालका अध्यक्ष मुकुन्दहरी दाहालले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको न्यायको कुरालाई प्रभावकारी रूपमा अगाडि बढाउँदै उक्त कार्यको लागि आफ्नो तर्फबाट सक्दो सहयोग गर्ने बताउनु भयो । उक्त छलफल कार्यक्रममा इनाबलमेन्ट नेपालका उपाध्यक्ष के.पी. ढकालले यो संस्थाले गरेको अनुसन्धानले विभिन्न प्रकारका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई सहयोग गर्ने र आगामी दिनमा पनि यो कार्यलाई निरन्तरता दिने बताउनु भयो । उक्त छलफलमा रहनु भएका सहभागीहरूले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको न्याय सम्बन्धी पहुँच पुऱ्याउनको लागि सबै एकजुट हुनु पर्ने र यस विषयमा विभिन्न सरोकारवाला निकायहरूले पनि विशेष चासो दिनु पर्ने बताएका थिए ।

के तपाई अपाङ्ग आवाज मासिक पत्रिकाको ग्राहक बन्न चाहनु हुन्छ ?

के तपाईले अपाङ्ग आवाज मासिक पत्रिका पढ्नु भयो ? यदि तपाई अपाङ्ग आवाज मासिक पत्रिका पढ्न र ग्राहक बन्न चाहनु हुन्छ भने

हामीलाई सिधा सम्पर्क गर्नु होस्

फोन नं : ०१-४९११०९२

सूचना तथा सञ्चारमा अपाङ्गहरूको समान सहभागिता आजको आवश्यकता
अपाङ्ग प्रधान
अपाङ्ग आवाज
मासिक

अपाङ्गता भएकी महिला गाउँपालिकाको उपाध्यक्षमा निर्वाचित

५ जेठ २०७४, प्रकाश पन्थ, तनहुँ

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई आफैमा कुनै पनि कठिनाइ हुँदैन बरु सामाजिक दृष्टिकोण र मानव निर्मित भौतिक संरचनाहरू नै अपाङ्गता भएका व्यक्तिका लागि दैनिक जीवनयापन र सामाजिक तथा राजनैतिक अवसरका बाधकहरू हुन पुग्छन् । यस्तै चुनौतीहरू पार गर्दै तनहुँ जिल्लाकी शारीरिक अपाङ्गता भएकी महिला बिमला थापा काँग्रेसको तर्फबाट तनहुँ जिल्ला देवघाट गाउँपालिकाको उपाध्यक्षमा निर्वाचित हुनु भएको छ । नेकपा. एमालेकी सावित्री न्यौपानेलाई १ मतको अन्तरले जित्नु भएकी बिमला थापाले २,८६० मत प्राप्त गर्नु भएको थियो । १३ वर्षको उमेरमा भीरबाट लडेर शारीरिक रूपमा अपाङ्गता हुनु भएकी बिमला थापा पढाई लेखाइमा जेहनदार हुनु हुन्थ्यो भने उहाँले तनहुँ जिल्लाको दमौलीको न्यू मनकामना बोर्डिङ्ग स्कूलबाट एस.एल.सी. उत्तीर्ण गरी आदिकवि भानुभक्त क्याम्पसबाट उच्च माध्यमिक तह र स्नातक तह सम्मको अध्ययन गर्नु भएको छ ।

काँग्रेसको तर्फबाट तनहुँ जिल्ला देवघाट गाउँपालिकाको उपाध्यक्षमा निर्वाचित हुनु भएकी अपाङ्गता भएकी महिला बिमला थापा (बीचमा) । **तस्विर : प्रकाश पन्थ ।**

ह्वीलचिएर बास्केटबल प्रतियोगिताको दोस्रो संस्करणको तयारी सम्बन्धमा पत्रकार सम्मेलन

१ जेष्ठ २०७४, हिमाल अर्याल, काठमाडौं । इन्गेज नामक संस्थाको आयोजनामा गत वर्षबाट नेपालमा आयोजना गर्दै आएको ह्वीलचिएर बास्केटबल लिग(रनिङ्ग शिल्ड) प्रतियोगिताको दोस्रो संस्करणको सम्पूर्ण तयारी पुरा भएको भन्ने कुराको जानकारी दिनको लागि काठमाडौंमा पत्रकार सम्मेलन गरिएको छ । सो पत्रकार सम्मेलनमा ह्वीलचिएर बास्केटबलका मुख्य प्रायोजक टर्किस एयरलाइन्स र स्वीस एम्बेसी अफ नेपालका प्रतिनिधि अब्दुल्लाह टुसरकेस र सबिन पिकार्ड प्रमुख अतिथिका रूपमा उपस्थिति रहेको थियो । त्यसैगरी सबै सहभागी टिमका क्याप्टेन र एकजना प्रतिनिधि खेलाडीहरुको पनि उपस्थिति रहेको थियो । सो पत्रकार सम्मेलन कार्यक्रममा इन्गेजका संस्थापक सिमोले स्वागत गर्नु भएको थियो भने इन्गेजकै प्रबन्ध निर्देशक कल्पना गुरुङ्गले इन्गेज संस्था र

इन्गेज नामक संस्थाले आयोजनामा गर्दै आएको ह्वीलचियर बास्केटबल लिग (रनिङ्ग शिल्ड) प्रतियोगिताको दोस्रो संस्करणको तयारी सम्बन्धमा काठमाडौंमा सम्पन्न पत्रकार सम्मेलनको एक झलक । तस्विर : हिमाल अर्याल ।

यसको उद्देश्यहरूको बारेमा जानकारी गराउनु भएको थियो । मन्तव्यको क्रममा टर्किस एयरलाइन्सका प्रतिनिधि अब्दुल्लाह टुसरकेसले ह्वीलचिएर बास्केटबलको लागि आफ्नो एयरलाइन्सको तर्फबाट सक्दो सहयोग गर्ने बताउनु भयो भने स्वीस एमबेसी आफ नेपालका प्रतिनिधि सबिन पिकार्डले पनि इन्गेज नेपालले गर्दै आएको काम प्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दै ह्वीलचिएर बास्केटबल प्रतियोगिताले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू प्रति सकारात्मक सन्देश फैलने बताउनु भयो । त्यसै गरी कार्यक्रम दृष्टिविहिन क्रिकेट संघ नेपालका अध्यक्ष पवन घिमिरेले टर्किस एयरलाइन्सका प्रतिनिधिसँग अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूले कुनै खेलकुदका कार्यक्रममा सहभागी हुँदा अन्य देश जानु परेमा सक्दो सहयोग गर्न अनुरोध गर्नु भयो । यस ह्वीलचिएर बास्केटबल प्रतियोगितामा विजयी हुने पुरुष टिमले क्रमशः बीस, सोह्र र दश हजार पाउने छन् भने महिला टिम तर्फ विजयी हुनेले सोह्र, बाह्र र आठ हजार नगद पुरस्कार पाउने उक्त पत्रकार सम्मेलनमा बताइएको थियो । त्यसै गरी उत्कृष्ट खेलाडी र सर्वाधिक स्कोररले क्रमशः ५ हजार र ३५ सय नगद पुरस्कार पाउने कुरा पनि बताइएको थियो । यो खेलमा नेपाल आर्मी क्लब जावलाखेल, ह्वीलचिएर खेलकुद क्लब (महिला र पुरुष), ह्वीलचिएर खेलकुद संघ (महिला र पुरुष), बीआईईए फाउण्डेशन (महिला र पुरुष), नेपाल स्पाइनल कर्ड इन्जुरी खेलकुद संघ (महिला र पुरुष), स्पाइनल इन्जुरी कर्डका टिम सहभागी हुने छन् ।

नेतृत्व विकास र वकालत तालिम

११ जेठ २०७४ शर्मिला विश्वकर्मा, काठमाण्डौं

नेपाल अपाङ्ग महिला संघको आयोजनामा अपाङ्गता भएका महिलाहरूका लागि ३ दिने नेतृत्व विकास र वकालत तालिम काठमाण्डौंमा सम्पन्न भएको छ । सो तालिममा नेतृत्व विकास भनेको के हो, नेतृत्वका गुणहरू, अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी महासन्धि, दिगो विकासका लक्ष्य, संघ र संगठनको महत्त्वको बारेमा जानकारी दिएको थियो । उक्त तालिममा काठमाण्डौं, भक्तपुर, ललितपुर, दोलखा, रामेछाप लगायतका जिल्लाका ३० जना विभिन्न प्रकारका अपाङ्गता भएका महिलाहरूको सहभागिता रहेको थियो । तालिममा सहभागी भएका अपाङ्गता महिलाहरूले यो तालिम ज्यादै उपयोगी रहेको र आगामी दिनमा पनि यस्ता तालिमलाई शहर केन्द्रित मात्र नभएर गाउँ स्तरमा पनि पुर्याउनु पर्ने कुरामा जोड दिएका थिए । सो ३ दिने नेतृत्व विकास र वकालत तालिममा नेपाल अपाङ्ग महिला संघकी अध्यक्ष निर्मला धिताल, महासचिव मिना पौडेल महिला बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालय अपाङ्गता अधिकार प्रवर्धन शाखाका शाखा अधिकृत निमराज भट्टराई र राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ नेपालकी उपाध्यक्ष टिका दाहालले सहजीकरण गर्नु भएको थियो ।

समावेशी शिक्षा सम्बन्धी अन्तरक्रिया कार्यक्रम

१३ जेठ २०७४ दोलखा, देवकला पराजुली

सिपाड नेपालको आयोजना तथा प्लान नेपालको सहयोगमा अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा दलित समुदायका लागि नीति तथा कार्यक्रम सम्बन्धी २ दिने कार्यशाला कार्यक्रम दोलखाको चरिकोटमा सम्पन्न भयो । सो कार्यक्रममा दोलखा जिल्लाका अपाङ्ग मानव अधिकारकर्मी रमेश लामाले यो कार्यक्रम अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा दलित व्यक्तिहरूको शिक्षाको लागि ज्यादै उपयोगी हुने बताउँदै आगामी दिनमा सरोकारवाला निकायले उनीहरूको प्रत्यक्ष सहभागितामा यस्ता कार्यक्रम गर्नु पर्ने बताउनु भयो । त्यसै गरी सिपाड नेपालका अध्यक्ष नवराज न्यौपानेले दलित र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि सकारात्मक सन्देश दिने खालका कार्यक्रम सञ्चालन गरेको र आगामी दिनमा पनि यस्ता कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिने बताउनु भयो । सोही कार्यक्रममा दलित महिला संघकी प्रतिनिधि रमिला विकले यस्ता कार्यक्रमहरू निरन्तर रूपमा विभिन्न जिल्लाहरूमा गर्नु पर्ने बताउँदै नेपालको संविधान २०७२ मा उल्लेख गरिएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू तथा दलितका सवालहरूलाई कार्यान्वयन गर्नको लागि सबै निकायहरूले विशेष जोड दिनु पर्ने कुरामा जोड दिनु भयो भने गैर सरकारी संस्थाका सचिव दिल बहादुर के.सी. ले निजी तथा सरकारी संघ संस्थाहरूले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको आर्थिक उपार्जनको लागि पनि काम गर्नको लागि सहयोग गर्नु पर्ने बताउनु भयो ।

सो दुई दिने कार्यशाला कार्यक्रममा जिल्ला शिक्षा कार्यालय दोलखाका शाखा अधिकृत अर्जुन कार्कीले सबै सामुदायिक विद्यालयहरू अपाङ्गता मैत्री बनाउनको लागि पहल गरेको, सुवेदीले सहजीकरण गर्नु भएको थियो । यसै क्रममा उहाँले अपाङ्गता अधिकार, दलित अधिकार, नेपालको संविधान २०७२ मा अपाङ्गता तथा दलित व्यक्तिहरूको लागि

सिपाड नेपालको आयोजनामा दोलखाको चरिकोटमा सम्पन्न अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा दलित समुदायका लागि नीति तथा कार्यक्रम सम्बन्धी २ दिने कार्यशाला कार्यक्रमको एक झलक । **तस्विर : देवकला परराजुली ।**

भूकम्प पश्चात् पुन निर्माणको क्रममा पनि सबै भौतिक संरचनाहरू अपाङ्गता मैत्री बन्नु पर्ने भनी सम्बन्धित निकायलाई पहल गरेको बताउनु भयो । उक्त दुई दिने अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा दलित समुदायका लागि नीति तथा कार्यक्रम सम्बन्धी कार्यक्रममा राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ नेपालका अध्यक्ष सुदर्शन उल्लेख गरेका व्यवस्थाहरूको बारेमा कार्यपत्र पनि प्रस्तुत गर्नु भएको थियो । सो दुई दिने कार्यक्रममा सहभागी व्यक्तिहरूले यो कार्यक्रम ज्यादै प्रभावकारी रहेको र आगामी दिनहरूमा पनि नेपालका विभिन्न विकट जिल्लाहरूमा यस्तो जानकारी मूलक कार्यक्रम गर्नु पर्ने बताउनु भएको थियो ।

एक दिने कार्यशाला गोष्ठी

१७ जेठ २०७४, शर्मिला विश्वकर्मा, काठमाण्डौं

बौद्धिक अपाङ्गताका अभिभावकको महासंघ नेपालको आयोजना तथा एन. एफ. यू. नर्वेको सहयोगमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी महासन्धि पुनर्ताजिकरण र सामान्य टिप्पणीहरू अनि एस. डि. जि. सँगको सम्बन्ध विषयमा काठमाण्डौंमा एक दिने कार्यशाला गोष्ठी कार्यक्रम सम्पन्न भयो । सो कार्यशाला गोष्ठीमा राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ नेपालका महासचिव राजु बस्नेतले अपाङ्गता

बौद्धिक अपाङ्गताका अभिभावकको महासंघ नेपालको आयोजनामा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी महासन्धि पुनर्ताजिकरण, यसका सामान्य टिप्पणीहरू र एस. डि. जि. सँगको सम्बन्ध विषयमा काठमाण्डौंमा सम्पन्न एक दिने कार्यशाला गोष्ठी कार्यक्रमको एक झलक ।
तस्विर : शर्मिला विश्वकर्मा ।

भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी महासन्धिको बारेमा जानकारी गराउँदै अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी महासन्धिका विशेषताहरू, यसको समुदायसँगको सम्बन्धको बारेमा प्रस्ट पार्नु भयो । त्यसैगरी बौद्धिक अपाङ्गताका अभिभावकको महासंघ नेपालका अध्यक्ष मुकुन्दहरी दाहालले मानव अधिकारको बारेमा प्रस्ट पार्दै अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार सम्बन्धी महासन्धिमा भएका कानुनी व्यवस्थाहरूको बारेमा बताउनु भयो । सोही क्रममा मोरङ जिल्लाका शारीरिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति व्यास कुमार लिम्बुले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको लागि राज्यले उपलब्ध गराएका सेवा सुविधाको बारेमा जानकारी गराउनु पर्ने बताउँदै यसका बारेमा सबैलाई चेतना जगाउने खालका कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्नु पर्ने कुरामा जोड दिनु भयो । सोही क्रममा धादिङ जिल्लाका बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति शिव श्रेष्ठले बौद्धिक अपाङ्गताको बारेमा र राज्यले उपलब्ध गराएका सेवा सुविधाको बारेमा स्थानीय तहका सरोकारवाला निकायलाई पनि सचेत गराउन सबै लागि पर्नु पर्ने बताउनु भयो भने काभ्रे जिल्लाका अभिभावक कपिलमुनी हुमागाँईले स्थानीय निकायका सरोकारवाला निकायलाई अपाङ्गता अधिकारको बारेमा बुझाउनु पर्ने बताउनु भयो । त्यसै गरी नेपालगञ्जकी रुचि आचार्यले सबै निकायमा रहेका नागरिकहरूलाई सबै अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हक अधिकार र राज्यले उपलब्ध गराएका सेवा सुविधाको बारेमा चेतना जगाउन सकेमा आगामी दिनमा ती निकायहरू अपाङ्गता प्रति संवेदनशील हुने बताउनु भयो । कार्यक्रममा विभिन्न जिल्लाका बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू र उनीहरूका अभिभावकहरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुलाई सहायक सामाग्री वितरण

जेठ १८ २०७४ दल बहादुर सुनार, बर्दिया

बर्दिया अपाङ्ग पुर्स्थापना केन्द्र जिल्ला समन्वय समिति बर्दिया र गुलरिया नगर पालिकाको आर्थिक सहयोगमा साहायक सामाग्री वितरण कार्यक्रम बर्दियामा सम्पन्न भएको छ । सो कार्यक्रममा राष्ट्रिय अपाङ्ग पुनर्स्थापना समाजका कोषाध्यक्ष प्रतिनिधि एवं राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ नेपालका केन्द्रिय सदस्य सुगम भट्टराईले कार्यक्रमको उद्देश्य माथी प्रकाश पानु भएको थियो । उक्त कार्यक्रममा राष्ट्रिय अपाङ्ग पुनर्स्थापना समाज काठमाण्डौले शारीरिक अपांगता भएका व्यक्तिहरुको लागि २५ थान आधुनिक ह्वीलचियर र ट्राईसाईकल निशुल्क उपलब्ध गराउनु भएको थियो । त्यसै गरी २ महिना पहिला नाप जाच गरिएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु मध्ये १५ जनलाई ह्वीलचियर १० जनालाई ट्राईसाईकल २ जनालाई बैशाखी वितरण गरिएको थियो भने २ जना दृष्टिविहीन व्यक्तिहरुलाई सेतो छडी वितरण गरिएको थियो । सो कार्यक्रममा शारीरिक र दृष्टिविहिन अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुलाई १० लाख मूल्य बराबरको साहायक सामग्री वितरण गरिएको थियो । आफुलाई सहज हुने सहायक सामाग्री प्राप्त गरे पछि सहायक सामाग्री प्राप्त गरेका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुले आफ्नो आवगमनमा सहजता हुने बताउनु भएको थियो । बर्दिया अपाङ्ग पुनर्स्थापना केन्द्रका अध्यक्ष कृष्ण बहादुर क्षेत्रीको अध्यक्षतामा सम्पन्न उक्त कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समित बर्दियाका प्रमुख तेजराज शर्माको प्रमुख आथित्य रहेको थियो भने कार्यक्रममा सहायक जिल्ला शिक्षा अधिकारी निलकण्ठ रेग्मी, गैर सरकारी संस्था

बर्दिया अपाङ्ग पुर्स्थापना केन्द्र, जिल्ला समन्वय समिति बर्दिया र गुलरिया नगर पालिकाको आर्थिक सहयोगमा बर्दियामा सम्पन्न सहायक सामाग्री वितरण कार्यक्रमको एक झलक । **तस्विर : दल बहादुर सुनार ।**

महासंघ बर्दियाका अध्यक्ष बिष्णु तिमिल्सिना, पत्रकार महासंघ बर्दियाका अध्यक्ष कृष्ण भण्डारी, गुलरिया नगरपालिका, महिला तथा बाल बालिका कार्यालयका प्रतिनिधि, पत्राकार, जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रहरी नायब उपरीक्षक, जिल्ला प्रशासन कार्यालयका प्रतिनिधि तथा विभिन्न संघ संस्थाका प्रमुख तथा प्रतिनिधिहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

नेपाल अपाङ्ग मानव अधिकार केन्द्रको १६औं वार्षिक साधारण सभा

२० जेठ २०७४, शर्मिला विश्वकर्मा, काठमाण्डौं

नेपाल अपाङ्ग मानव अधिकार केन्द्रको १६औं वार्षिक साधारण सभा काठमाण्डौंमा सम्पन्न भएको छ । सो साधारण सभा कार्यक्रममा सोही संस्थाका उपाध्यक्ष प्रकाश पन्थले स्वागत मन्तव्य राख्नु भएको थियो । त्यसै गरी उक्त कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि तथा राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ नेपालका अध्यक्ष सुदर्शन सुवेदीले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हक अधिकारको लागि हामी सबै एकजुट भएर अगाडि बढ्नु पर्ने बताउँदै सो साधारण सभाको सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्नु भयो । यसै क्रममा नेपाल अपाङ्ग मानव अधिकार केन्द्रकी अध्यक्ष तारा वदन सेढाईले अपाङ्गताको क्षेत्रमा काम गर्ने सबै संघ संस्थाहरू, राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय निकाय तथा निजी वा सरकारी संघ संस्थाहरूको साथ र सहयोगले आज यो संस्थाले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हक हित र अधिकारको लागि काम गर्न सक्षम

नेपाल अपाङ्ग मानव अधिकार केन्द्रको काठमाण्डौंमा सम्पन्न १६औं वार्षिक साधारण सभा कार्यक्रमको एक झलक ।
तस्विर : शर्मिला विश्वकर्मा

भएको बताउनु भयो । सो साधारण सभामा महासचिव जगदीश प्रसाद अधिकारीले वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन र कोषाध्यक्ष अम्बिका खड्काले आर्थिक प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नु भएको थियो ।

समावेशी शिक्षा सम्बन्धी अन्तरक्रिया कार्यक्रम

१५ जेठ २०७४ शर्मिला विश्वकर्मा, काठमाण्डौं

दृष्टिविहिन अभिभावक संघ नेपालको आयोजना तथा नेशनल सेन्टर फर इन्क्लुसीव एजुकेशन नेपालको आयोजनामा दृष्टिविहिन बालबालिकाका लागि पूर्ण समावेशी शिक्षा विषयक अभिभावक तालिम तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम काठमाण्डौंमा सम्पन्न भयो । उक्त कार्यक्रममा बिपी नेत्र प्रतिष्ठान बाल, आँखा, नाक, कान, घाँटी अस्पताल तथा पुनर्स्थापना सेवा भक्तपुरका कार्यक्रम निर्देशक माधव

दृष्टिविहिन अभिभावक संघ नेपालको आयोजनामा काठमाण्डौंमा सम्पन्न दृष्टिविहिन बालबालिकाका लागि पूर्ण समावेशी शिक्षा विषयक अभिभावक तालिम तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रमको एक झलक । **तस्विर : शर्मिला विश्वकर्मा**

अर्यालले दृष्टिविहिन भएका बालबालिकाहरूको हक अधिकार सुनिश्चित गराउनको साथै समान शिक्षा उपलब्ध गराउन जानकारी रहेको बताउनु भयो । त्यसै क्रममा उहाँले दृष्टिविहिन बालबालिकाहरूको लागि आफ्नो तर्फबाट सक्दो सहयोग गर्ने कुरामा पनि जोड दिनु भयो । यसै कार्यक्रममा सहभागीहरूलाई स्वागत गर्दै दृष्टिविहिन अभिभावक संघ नेपालका अध्यक्ष राजेशमान के.सी. ले दृष्टिविहिन बालबालिकाहरूको हक अधिकार स्थापित गर्नको लागि आफूले यो संस्थाको स्थापना गरेको बताउँदै दृष्टिविहिन बालबालिकाहरूको लागि अभिभावक तथा सरोकारवाला निकायको साथ र सहयोग रहेको बताउनु भयो । त्यसै गरी नेशनल सेन्टर फर इन्क्लुसीव एजुकेशन नेपाल (नाइस-नेपाल) का अध्यक्ष एवं शिक्षा विद् डा. वासुदेव काफ्लेले सबै दृष्टिविहिन व्यक्तिहरूलाई सबै निकायमा समान सहभागिता गराउन पर्ने, अपाङ्गता अनुकूल पाठ्य सामाग्री उपलब्ध गराउनु पर्ने कुरामा जोड दिनु भयो । सोही क्रममा दृष्टिविहिन व्यक्ति सुशिल अधिकारीले सूचना तथा सञ्चारमा दृष्टिविहिन व्यक्तिहरूको पनि पहुँच पुग्ने वातावरण सृजना गर्नुका साथै सीप सिकाउनु पर्ने कुरामा जोड दिनु भयो । उक्त कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि एवं अभिभावक संघ नेपालका अध्यक्ष केशव पुरीले दृष्टिविहिन अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका अभिभावकहरूले आफ्ना यस्ता बालबालिकाहरूको अवसरको खोजी गर्नु पर्ने, उनीहरूको लागि आफ्नो तर्फबाट सक्दो सहयोग गर्ने बताउनु भयो । सो कार्यक्रममा नेशनल सेन्टर फर इन्क्लुसीव एजुकेशन नेपाल (नाइस-नेपाल) का अध्यक्ष एवं शिक्षा विद् डा. बासुदेव काफ्लेले दृष्टिविहिन व्यक्तिहरूलाई कसरी शिक्षा दिन सकिन्छ, उनीहरूको शिक्षाको अवस्था कस्तो छ भन्ने विषयमा कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नु भयो भने सोही संस्थाका सचिव ज्ञानप्रसाद खनालले न्यून दृष्टि भएका व्यक्तिहरूलाई गरिने व्यवहारका बारेमा कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नु भएको थियो । त्यसै गरी सो कार्यक्रममा दृष्टिविहिन अभिभावक संघ नेपालका अध्यक्ष राजेशमान के.सी. र बी.पी. नेत्र प्रतिष्ठान बाल, आँखा, नाक, कान, घाँटी अस्पताल एवं पुनर्स्थापना सेवा भक्तपुरका कार्यक्रम निर्देशक माधव प्रसाद अर्यालले दृष्टिविहिन व्यक्तिहरूको अनुगमनका विषयमा कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नु भएको थियो । सो अभिभावक तालिम तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रममा दृष्टिविहिन अपाङ्गताका अभिभावक तथा दृष्टिविहिन अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

अधिवाचन कार्यक्रम सम्पन्न

२५ जेठ २०७४ मदन पौडेल, तनहुँ

महिला तथा बालबालिका कार्यालय तनहुँको आयोजनामा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको अधिकार तथा नीति नियमको कार्यान्वयनको अवस्था विषयक अधिवाचन कार्यक्रम तनहुँको दमौलीमा सम्पन्न भयो । यस कार्यक्रमको अध्यक्षता महिला विकास अधिकृत उमादेवी अधिकारीले गर्नु भएको थियो । व्यास नगरपालिकाका नगर प्रमुख वैकुण्ठ नाथ न्यौपानेको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न उक्त कार्यक्रमका विशेष अतिथि सहायक प्रमुख

जिल्ला अधिकारी शिशिर पौडेल र जिल्ला शिक्षा अधिकारी बाबुराम देवकोटा रहनु भएको थियो भने उद्योग वाणिज्य संघ तनहुँका प्रथम उपाध्यक्ष ईश्वर विष्ट, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी तनहुँका सह–मन्त्री हरिशरण पण्डितले अबका दिनमा अपाङ्गताको सवालमा सबै एक जुट भएर लाग्नु पर्ने बताउनु भयो । सो कार्यक्रममा अपाङ्गता परिचय पत्र वितरण समितिका संयोजक एवं सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी शिशिर पौडेलले अपाङ्गता परिचयपत्र र यसको अवस्थाको बारेमा सहजीकरण गर्नु भएको थियो । त्यसै अपाङ्गता जिल्ला समन्वय समितिका उपाध्यक्ष प्रकाश पन्थले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको विद्यमान ऐन कानुन तथा अपाङ्गता अधिकार सम्बन्धी महासन्धिको बारेमा र सि.वि.आर. नेटवर्क तनहुँका संयोजक विष्णु प्रसाद गौतमले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको सार्वजनिक स्थलहरूमा भौतिक संरचनाहरूको पहुँच विषयमा सहजीकरण गर्नु भएको थियो । उक्त कार्यक्रममा महिला तथा बालबालिका कार्यालयका राधा वाग्लेले स्वागत मन्तव्य राख्नु भएको थियो भने सो कार्यक्रमको संचालन रिसेड तनहुँको अध्यक्ष मदन पौडेलले गर्नु भएको थियो ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि घर दैलोमा सेवा बिस्तार हुँदै

२७ जेठ २०७४, दल बहादुर सुनार, बर्दिया

गुलरिया नगर पालिकाको वडा नं ११ र १२ साविक महम्मदपुर गा.वि.स. को आर्थिक सहयोगमा तथा स्थानीय अपाङ्ग समन्वय समितिको आयोजनामा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि परिचय पत्र तथा साहायक सामाग्री बितरण कार्यक्रम बर्दियामा सम्पन्न भएको छ । त्यसै गरी महिला तथा बाल बालिका कार्यालय, जिल्ला अस्पताल बर्दियाको समन्वय र अपाङ्ग पुनर्स्थापना केन्द्र बर्दियाको संयोजनमा शिबिर पनि सम्पन्न भएको छ । बर्दिया जिल्लाका स्थानीय निकायले लक्षित वर्ग अन्त्रात विभिन्न प्रकारका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि सहाकसामाग्री तथा अपाङ्गता परिचयपत्र वितरण शिविर, आयमुलक, सीपमुलक, शसक्तिकरण, पुनर्स्थापना लगायतका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्ने कुरा सो जिल्लाका स्थानीय निकायका अधिकारीहरुले जानकारी दिनु भएको थियो । सो शिविरमा ३१ जनालाई अपाङ्गता परिचय पत्र, ८ जनालाई सहायक सामाग्री वितरण गरिएको थियो । जस मध्ये बर्गिकरणको आधरमा पूर्ण अशक्त (क) बर्गमा ७ जना , अतिअशक्त (ख) बर्गमा १८ जना, मध्यम अपाङ्गता (ग) बर्गमा ७ जना अपाङ्गता भएका व्यक्रिहरुले अपाङ्गता परिचय पत्र प्राप्त गर्नु भएको थियो भने १ जनाले ह्वीलचियर, २ जनाले बैशाखी, २ जनाले सेतो छडी र २ जनाले सर्पो स्टिक प्राप्त गर्नु भएको थियो । यसका साथै सो शिविरमा आउनु भएका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु र उनीहरुका अभिभावकहरुलाई थप सेवा सुविधाको बारेमा परामर्श पनि प्रदान गरिएको थियो ।

स्वागत कार्यक्रम सम्पन्न

२८ जेठ २०७४, पवन कुमार बस्नेत, गोरखा

गोरखा जिल्लामा क्रियाशिल अपाङ्गता सम्बन्धी काम गर्ने संघ संस्थाहरू जस्तै गोरखा नेत्रहिन संघ, सि.वि.आर सञ्जाल, राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ नेपालको गोरखा च्याप्टर, नेपाल अपाङ्ग महिला संघ गोरखा, बहिरा संघ गोरखाको संयुक्त आयोजनामा गोरखा नगरपालिका प्रमुख, उप-प्रमुख, लगायत सम्पूर्ण वडा अध्यक्षहरूलाई स्वागत कार्यक्रम सम्पन्न भयो । उक्त कार्यक्रममा सहभागी हुनु भएका गोरखा नगरपालिका प्रमुख, उप-प्रमुख, लगायत सम्पूर्ण वडा अध्यक्षहरूले अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको हक हित, अधिकार, कानुन र अब बन्ने भौतिक संरचनाहरू अपाङ्ग मैत्री बनाउन पहल गर्ने बताउनु भएको थियो ।

गोरखा जिल्लामा क्रियाशिल अपाङ्गता सम्बन्धी काम गर्ने संघ संस्थाहरूको संयुक्त आयोजनामा गोरखा नगरपालिका प्रमुख, उप-प्रमुख, लगायत सम्पूर्ण वडा अध्यक्षहरूलाई स्वागत कार्यक्रमको एक झलक । **तस्विर : पवन कुमार बस्नेत**

स्वरोजगार मूलक व्यवसायका लागि बीउ पूँजी वितरण

२९ जेठ २०७२ शोभा न्यौपाने, नेपाल नेत्रहीन संघ, काठमाण्डौं

नेपाल नेत्रहिन संघले आफ्नो रजत महोत्सवको अवसर पारेर सुरु गरेको दृष्टिविहिन स्वरोजगार कोशेढुंगा कार्यक्रम अन्तर्गत एक्काइस जना दृष्टिविहिन तथा अल्पदृष्टियुक्त व्यक्तिहरूले व्यवसाय संचालनका लागि बीउ पूँजी रकम प्राप्त गरेका छन् । मिति २०७४ जेठ २९ गते नेपाल नेत्रहिन संघको केन्द्रीय कार्यालय, सुकेधारा, काठमाण्डौंमा आयोजित कार्यक्रममा नेपाल सरकार महिला बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालय अपाङ्ग अधिकार प्रवर्धन शाखाका अधिकृत निमराज

नेपाल नेत्रहिन संघले आफ्नो रजत महोत्सवको अवसर पारेर आयोजना गरेको दृष्टिविहिन स्वरोजगार कोशेढुंगा कार्यक्रम अन्तर्गत बीउ पूँजी वितरण कार्यक्रमको एक झलक । **तस्विर : शोभा न्यौपाने ।**

भट्टराईले छनौटमा परेका दृष्टिविहिनहरूलाई उक्त रकम प्रदान गर्नु भयो । संघले नेपाल सरकारको सहयोगमा यस वर्षबाट स्वरोजगार मूलक व्यवसाय गर्न चाहने दृष्टिविहिनहरूलाई टेवा स्वरूप परियोजनाको आधारमा बढीमा रु दश हजार सम्मको बीउ पूँजी उपलब्ध गराउने कार्यक्रम सुरु गरेको हो र आगामी वर्षहरूमा पनि सो कार्यक्रमले निरन्तरता पाउने छ । यस वर्ष बीउ पूँजी प्राप्त गर्ने व्यक्तिहरूको विवरणः

सि.नं.	नाम	ठेगाना	प्रस्तावित व्यवसाय
१	बहादुरे वि.क.,	कालिकोट,	वाद्यवादन सामाग्री
२	कमला सुनार (वि.क.),	काठमाण्डौं,	कपडा पसल
३	खिल प्रसाद तिमल्सिना,	काभ्रे,	नाङ्ले पसल
४	गंगा भुजेल,	झापा,	धूप काँटी
५	शोभा गुरुङ्ग,	काठमाण्डौं,	धूप
६	घाँसी शाक्य,	भक्तपुर,	प्लाष्टिकजन्य हस्तकला सामाग्री
७	ज्ञानी कुमारी महर्जन, (एकल महिला)	भक्तपुर,	नाङ्ले पसल
८	इन्दिरा फोम्बो,	मोरङ,	कुचो मुढा व्यवसाय
९	जीवन लिम्बू,	मोरङ,	मुढा बुनाई
१०	जितेन्द्र बराल,	झापा,	बाख्रा पालन
११	मधु चालिसे,	सिन्धुपालचोक,	च्याउ खेती
१२	सृष्टि पराजुली,	सिन्धुपालचोक,	पानीपुरी, चटपटे
१३	श्याम बहादुर तामाङ्ग,	लमजुङ,	अगरबत्ती
१४	धना दर्लामी,	सुर्खेत,	बंगुर पालन
१५	तुलसी सुब्बा,	इलाम,	झोल साबुन बनाउने
१६	सुदिप गुरुङ,	काठमाण्डौं,	कम्प्युटर
१७	राम गोपाल कार्की,	काठमाण्डौं,	कुखुरा पालन
१८	जलन वि.क.,	म्याग्दी,	नाङ्ले पसल
१९	सन्तोष माझी,	मोरङ,	मुढा
२०	मालती तामाङ,	काठमाण्डौं,	साबुन, हर्पिक र फिनेल बनाउने
२१	प्रेम लिम्बू (संयोक),	काठमाण्डौं,	संगित तालिम केन्द्र

विभिन्न पत्रपत्रिकामा प्रकाशित अपाङ्गता सम्बन्धी गतिविधिहरू

सडक पेटीबाट वृद्धाको उद्धार

कुष्ठरोग निवारण गर्न नयाँ कार्यक्रम

'अपांगमैत्री संरचना बनाऊ'

मिस नेवाःसँग बौद्धिक अपांगता भएका बालबालिका

बहिरा विद्यार्थीलाई ६० लाख सहयोग

अपाङ्गतामैत्री निर्वाचनमा कमजोरी

सुविधा पाउन नसकेको ज्येष्ठ नागरिकको गुनासो

अपांगतामैत्री समाजको खाँचो

IMPORTANCE OF THE CONSTRUCTION OF PROPER PUBLIC LATRINES

दृष्टिविहीनप्रतिको दृष्टिकोण

अटिजम बालबालिकालाई सहयोग

काठमाडौं (कास)- आयरल्यान्डमा बसोबास गर्ने नेपालीले अटिजम बालबालिकाका लागि सहयोग गरेका छन्। आयरल्यान्डमा बस्ने ईश्वराज कोइराला र अशोक भण्डारीले त्यहाँ बस्ने नेपालीसँग उठाएर जम्मा भएको १ लाख ३७ हजार रुपैयाँ सहयोग गरेको हो। सहयोग रकम अटिजम बालबालिकाको लागि काम गर्दै आएको विशेष स्कुल तथा अपाङ्ग पुनर्स्थापना केन्द्रकी कार्यकारी निर्देशक सविता उप्रेतीलाई हस्तान्तरण गरे। विशेष स्कुल तथा अपाङ्ग पुनर्स्थापना केन्द्रले अटिजम बालबालिकाको अध्ययन, शिक्षण, पुनर्स्थापनलगायत काम गर्दै आएको छ। स्कुलमा ४२ जना अटिजम बालबालिका छन्।

समाज कल्याण परिषद्

अपाङ्ग मैत्री शौचालय र शौचालय सहितको कोठा र होर्डिङ बोर्ड संचालन गर्ने सम्बन्धी शिलबन्दी बोलपत्र आह्वानको सूचना।

समाज कल्याण परिषद्