Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Federal Department of Foreign Affairs FDFA
Swiss Agency for Devlopment and Cooperation SDC
स्वीस सरकार बिकास सहयोग एसडिसि

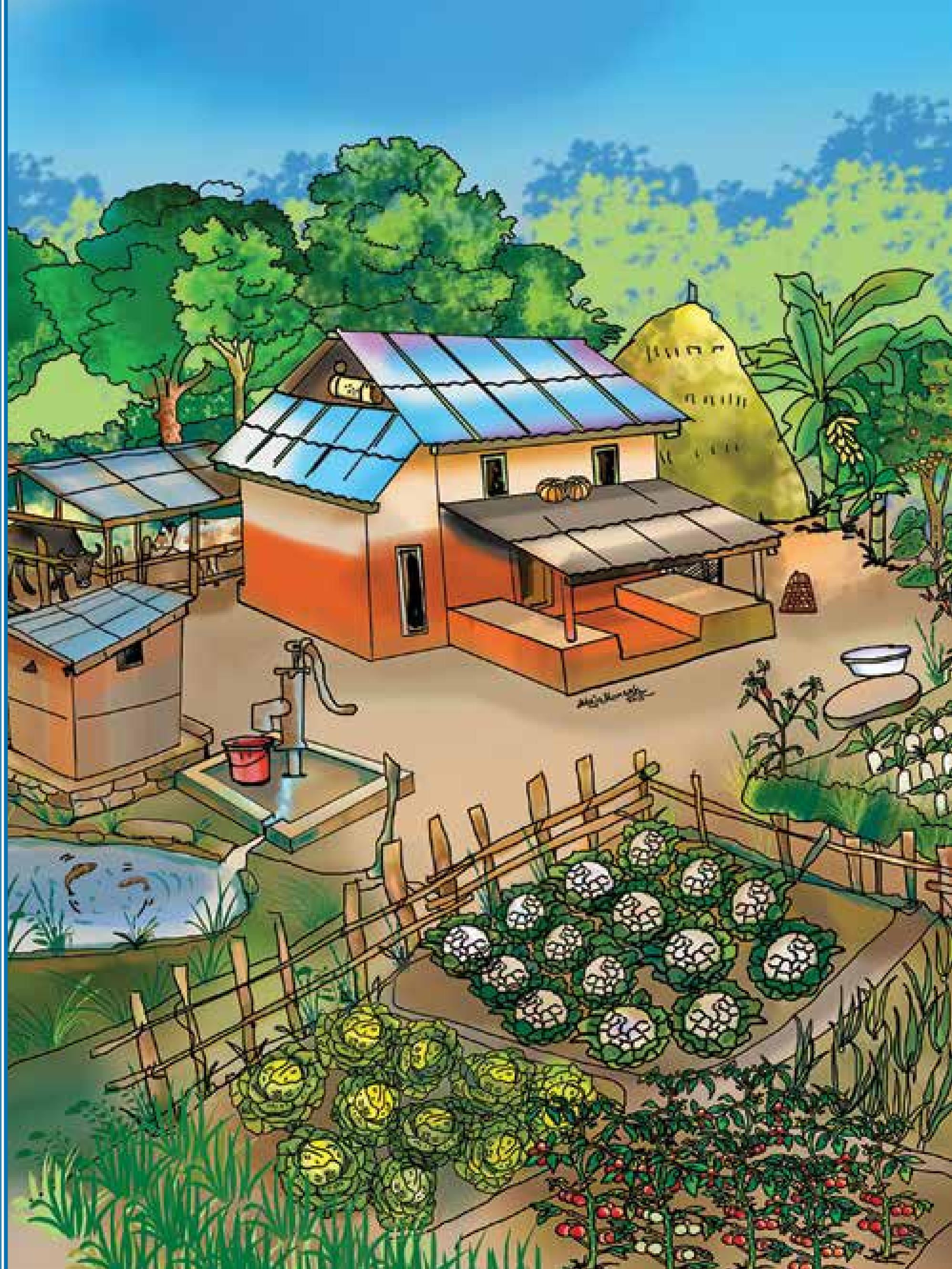
घरबगैँचा कार्यक्रम

परिवर्तनका कथाहरू

LI-BIRD

घरबगैँचा कार्यक्रम
परिवर्तनका कथाहरू

प्रकाशक	जैविक विविधता, अनुसन्धान तथा विकासका लागि स्थानीय पहल (ली–बर्ड) प्रधान कार्यालय : पोखरा, कास्की फोन : ०६१–५२६८३४, ५३५३५७ इमेल : info@libird.org वेब : www.libird.org कार्यक्रम समन्वय कार्यालय : सानेपा, ललितपुर, फोन : ०१–५५४०३३०
सर्वाधिकार	प्रकाशकमा
प्रकाशन मिति	२०७५ फागुन
स्थलगत अध्ययन तथा लेखन	तोया गौतम, ओजस्वी इन्स्टिच्यूसन प्रा.लि., काठमाडौँ
लेखन तथा जानकारी सङ्कलन सहयोग	शम्भु बस्नेत, घरबगैँचा कार्यक्रम र यसका कर्मचारीहरू
संयोजन, सरसल्लाह तथा विशेष सहयोग	डा. बलराम थापा, यमुना घले र पुरुषोत्तमप्रसाद खतिवडा
तस्वीरहरू	तोया गौतम, शम्भु बस्नेत र ली–बर्ड फोटो बैङ्क
चित्र, डिजाइन तथा मुद्रण	ग्रोइनोभा | growinnova.com



नेपाल सरकार

कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय

फोन नं. ४२११६३९, ४२११८०८, ४२११९३२, ४२११६६५, ४२११६८७, ४२११९१५

फ्याक्स : ४२११९३५

सिंहदरबार, काठाडौं, नेपाल

पत्र संख्या :

च.नं. :

मन्तव्य

नेपालका विभिन्न जिल्लाहरूमा नेपाल सरकार र स्वीस विकास सहयोग एसडिसिको आपसी सहयोगमा २०५८ सालदेखि २०७५ सालसम्म घरबगैंचा कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको थियो । यस कार्यक्रमलाई नेपाल सरकारको कृषि मन्त्रालयअन्तर्गतका विभाग तथा सम्बद्ध निकायहरूका साथै ली-बर्डको मुख्य संयोजनमा विभिन्न गैरसरकारी संस्थाहरूले कार्यान्वयन गरेका थिए । सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरू दुवैले समान उद्देश्यका लागि आपसमा मिलेर काम गरेको यो एउटा उल्लेखनीय उदाहरण बनेको छ । कार्यक्रम सञ्चालन भएका नेपालका २९ वटा जिल्लाका विभिन्न ठाउँमा आर्थिक तथा सामाजिक दुवै हिसाबले पछाडि पारिएका साना किसानहरूको पारिवारिक पोषण, खाद्य सुरक्षा र आयआर्जन अभिवृद्धि गर्दै किसानका घरबारीमै जैविक विविधता समेत अभिवृद्धि गर्न यो कार्यक्रम प्रभावकारी रहेको पाइएको छ । कार्यक्रमअन्तर्गत गरिएका अध्ययन र अभ्यासहरू पनि आगामी दिनहरूमा यस्तो कार्यक्रम सञ्चालन गर्नका लागि उपयोगी रहने छन् ।

यो कार्यक्रमलाई नेपालको वर्तमान परिवेशअनुरूप सङ्घ, प्रदेश र स्थानीय तीनवटै तहले आ-आफ्नो जिम्मेवारी-क्षेत्रअन्तर्गत अगाडि बढाउनु राम्रो हुने देखिन्छ । सङ्घीय तहको जिम्मेवारी अनुरूप घर-बगैंचा कार्यक्रमलाई प्राथमिकताका साथ अगाडि लैजान हामी नीतिगत व्यवस्था गर्न प्रयत्नशील छौं । प्रदेश सरकारले पनि यसलाई अगाडि लैजान प्रयत्न गर्ने र स्थानीय तहले कार्यक्रमको अपनत्व ग्रहण गर्दै आफ्ना कार्यक्रममै यसलाई समावेश गरी अगाडि बढाउनु उपयुक्त हुने देखिन्छ ।

यस कार्यक्रमका लागि आवश्यक सहयोग उपलब्ध गराउने स्वीटजरल्याण्ड सरकारको स्वीस विकास सहयोग एसडिसिप्रति म आभार व्यक्त गर्दछु र कार्यक्रमलाई सफलतापूर्वक कार्यान्वयन गर्ने सबैमा हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

कार्यक्रममा संलग्न किसान र यसका सरोकारवालाहरूको अनुभव तथा दृष्टिकोण समेत सरल नेपाली भाषामा चित्रहरू सहित समावेश गरी एउटा उपयुक्त अभिलेखको रूपमा यो पुस्तिका प्रकाशन गर्ने ली-बर्ड तथा अन्य सबै सहयोगीहरूको म हार्दिक प्रशंसा गर्दछु ।

डा. युवकध्वज जी.सी.

सचिव

कृषि तथा पशुपक्षी विकास मन्त्रालय

नेपाल सरकार

२९ माघ २०७५

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Federal Department of Foreign Affairs FDFA
Swiss Agency for Development and Cooperation SDC
स्वीस सरकार विकास सहयोग एसडिसि

मन्तव्य

घर बगैंचा पोषणयुक्त कृषि उपजका श्रोत त हो नै, यसले ल्याउने सामाजिक-राजनैतिक सशक्तिकरण र जैविक श्रोत संरक्षणमा पुर्‍याउने टेवालाई पनि कम आंकलन गर्न मिल्दैन ।

नेपाल सरकारसंगको संयुक्त कार्यक्रमको रुपमा सन् २००२ देखि २०१८ सम्म स्विस सरकार विकास सहयोगको एक महत्वपूर्ण कार्यक्रमको रुपमा घर बगैंचा रहेको थियो । शुरुवातका चरणमा घर बगैंचामा उपयोग गरिने विविध प्रकारको पोषणयुक्त बालीहरुको बारेमा कार्यगत अनुसन्धान गर्दै चौथो चरणसम्म आईपुग्दा यसले विशेषत: महिला र विपन्न वर्गमा ल्याएको सचेतना, बाली विविधिकरण, पोषण सुरक्षाप्रतिको बढ्दो रुचि र निर्णय क्षमतामा आएको परिवर्तन साथै समुहको मार्फत अन्य सेवा सुविधामा पुगेको पहुँच र प्रतिनिधित्वलाई पनि उपलब्धिमूलक नतिजाको रुपमा लिन सकिन्छ । उदाहरणका लागि विपन्न परिवारले पनि आफ्ना सिमित जमिनबाट परिवारलाई चाहिने उपज लिन सक्नु, विशेषत: बुहारीहरुले भान्छामा के पकाउने, कति पकाउने भनेर निर्णय गर्ने अवसर पाउनु, ताजा र पोषणयुक्त खाना खाने सचेतनामा वृद्धि हुनु, यसका कारण परिवारमा कम रोगब्याध लागेको अनुभव हुनु र हाल आएर घर बगैंचा समुहबाट स्थानिय स्तरका चुनावमा जित हासिल गरेर स्थानिय कार्यपालिकाहरुको योजनामा घर बगैंचालाई प्राथमिकतामा राखेर लान सक्नु मेरो विचारमा ठुलो उपलब्धि हो । यस सिलसिलामा महोत्तरी जिल्लाको बर्दिबास नगरपालिका, वडा नं. ८, भगवती टोलकी शेर्पीमायाको भनाई उद्धृत गर्न चाहन्छु 'पहिले तरकारी किनेर खाइन्थ्यो । अब यहीं बारीको तरकारीले हप्ताको छ दिनजतिलाई पुग्न थालेको छ । विषादी र रासायनिक मल समेत प्रयोग नगरिएका आफ्नै बारीका थरिथरिका ताजा तरकारी खान पाइएकाले परिवारको स्वास्थ्य पनि राम्रो हुँदै गएको छ । तरकारी किन्ने पैसा पनि बचेको छ ।'

अन्त्यमा यस कार्यक्रम संचालनका क्रममा कार्यान्वयनको भुमिकाका लागि लिबर्ड तथा परियोजनाका सम्पूर्ण कर्मचारीलाई धन्यवाद दिन चहान्छु ।

साना किसान परिवार, विपन्न वर्ग, विशेषत: महिला तथा बालबालिकाले ताजा, विविध र पोषणयुक्त भोजनमा पाएको पहुँच र यसले स्वास्थ्यमा पार्ने दूरगामी र सकारात्मक प्रभावप्रति म गर्व गर्दछु ।

धन्यवाद

एलिजाबेथ भोन कपेलर

राजदूत

नेपालको लागि स्विट्जरल्याण्डको दूतावास

Registration No.: 217/052/053 (DAO, Kaski)
Registration No.: 3394 (SWC)

Local Initiatives for Biodiversity, Research and Development (LI-BIRD)

घर वरिपरिको क्षेत्रमा परिवारलाई दैनिक उपभोगका लागि आवश्यक पर्ने वनस्पति तथा पशुपक्षीहरूको एकीकृत व्यवस्थापन गर्ने प्रचलन परापूर्व कालदेखि नै चलिआएको पाइन्छ । यस्तो खेती प्रणालीलाई घरबगैंचा भनेर परिभाषित गर्न सकिन्छ । घरबगैंचाको अवधारणाले तरकारी मात्र नभई फलफूल, डालेघाँस, जडीबुटी, आलङ्कारिक बोट-बिरुवा लगायत पशुपक्षी, माछा, मौरी, च्याउ आदिलाई पनि समेट्दछ । घरबगैंचा नेपालको ग्रामीण भेगका विपन्न वर्गका कृषक परिवारका लागि आहार विविधता एवम् पौष्टिक सुरक्षा साथै आयआर्जनका स्रोतका रूपमा अत्यन्त सहयोगी हुनसक्ने देखिएको छ ।

यसै तथ्यलाई ध्यान दिएर नेपाल सरकार तथा स्वीस सरकार विकास सहयोग एसडिसिको निरन्तर सहयोग एवम् विभिन्न सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरू, कृषि तथा पशुपालन क्षेत्रमा कार्यरत प्राविधिकहरू र लक्षित क्षेत्रका नेपाली किसानहरूको सहकार्यमा ली-बर्डले २०५८ सालदेखि २०७५ सालसम्म चार चरणमा घरबगैंचा कार्यक्रम सञ्चालनको अगुवाइ गरेको थियो ।

कार्यक्रमको चारवटै चरणमा गरी नेपालका कुल २९ वटा जिल्लामा सञ्चालन भएको यो कार्यक्रम के कस्तो रह्यो, कार्यक्रम अवधि सम्पन्न भइसकेका ठाउँहरूमा यसले निरन्तरता पाइरहेको छ वा छैन एवम् यस कार्यक्रमप्रति लक्षित समुदाय र सरोकारवालाहरूको के कस्तो धारणा रहेको छ भन्ने कुरा निसन्देह महत्वपूर्ण छ । यही महत्वपूर्ण आवश्यकतालाई ध्यान दिएर विभिन्न ठाउँमा प्रतिनिधिमूलक घटना-अध्ययन विधिका आधारमा अध्ययन गरेर केलाउने र परिवर्तनका कथाहरू तयार पार्ने काम गर्नु पनि जरुरी थियो । त्यसैले प्रतिस्पर्धाका आधारमा ओजस्वी इन्स्टिच्युसन प्रा.लि.लाई यो जिम्मेवारी दिइयो । सो इन्स्टिच्युसनका अध्यक्ष तथा स्वतन्त्र विकास-सञ्चारकर्मी तोया गौतमले अध्ययन-भ्रमण, सम्बद्ध सरोकारवालाहरूसँग कुराकानी र कार्यक्रममा संलग्न रहनुभएका कर्मचारी साथीहरूले लेख्नुभएका सामग्रीहरू अध्ययन गरेर तयार पार्नुभएका परिवर्तनका कथाहरू एवम् सम्बद्ध सरोकारवालाहरूका केही प्रतिनिधिमूलक दृष्टिकोणहरू यस पुस्तिकामा प्रस्तुत गरिएका छन् ।

यो पुस्तिका मूलतः स्थानीय सरकारको रूपमा रहेका गाउँ तथा नगरपालिकाहरूलाई आफ्नो नियमित कार्यक्रममा घरबगैंचा कार्यक्रमलाई पनि समावेश गरेर लैजान प्रेरणामूलक सामग्री बनोस् भन्ने अभिप्रायका साथ प्रकाशन गरिएको छ । यसका साथै पुस्तिकामा प्रस्तुत सामग्रीहरूले महत्वपूर्ण जानकारीहरू प्रदान गर्ने, घरबगैंचामा संलग्न कृषकहरूलाई उत्साहित तुल्याउने र आगामी दिनहरूमा यस्तो कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने वा गर्न चाहने जो कोहीलाई पनि एउटा महत्वपूर्ण सन्दर्भ सामग्रीको रूपमा सहयोग हुने अपेक्षा राखिएको छ । यसमा सहयोग र सहकार्य गर्नुहुने तथा कार्यक्रमप्रति आ-आफ्ना दृष्टिकोणहरू प्रदान गर्नुहुने महानुभावहरू सबैमा ली-बर्ड हृदयदेखि नै आभार प्रकट गर्दछ । यो कार्यक्रमलाई सफलतापूर्वक सञ्चालन गर्ने ली-बर्डको परियोजना टीमलाई पनि हार्दिक धन्यवाद छ ।

Balaram

डा. बलराम थापा
कार्यकारी निर्देशक
ली-बर्ड

Head Office
PO Box 324, Pokhara, Kaski, Nepal
Tel 00977-61-526834, 535357
Fax 00977-61-539956
E-mail info@libird.org
Web www.libird.org

Programme Coordination Office
Sanepa, Lalitpur, Nepal
Tel 00977-01-5540330

Regional Office
Nepalgunj, Banke, Nepal
Tel 00977-81-523113

विषय–सूची

खण्ड –१ १

घरबगैँचा कार्यक्रमको सङ्‌क्षिप्त जानकारी २

खण्ड –२ ५

परिवर्तनका कथाहरू ५

बाली विविधता अभिवृद्धि ६

» थोरै जमिनमै बोट–बिरुवाको विविधता ६

थोरै जमिन भएका र पछाडि पारिएका समुदायमा पनि फैलँदै ८

» आर्थिक हिसाबले पछाडि पारिएका र सामाजिक हिसाबले विभेदितहरूले पनि अपनाउन सक्ने ८

» इन्दिरा झा, एउटी उदाहरणीय महिला १०

» जहाँ इच्छा – त्यहाँ उपाय १२

सामाजिक तथा राजनैतिक सशक्तीकरण १४

» साहिँला हेमरम अध्यक्ष बने १४

» घरबगैँचादेखि उपमेयरसम्म १६

» स्रोत व्यक्ति बनिन् – शारदा वि.क. १८

भान्साका लागि सजिलो १९

बिहान–बेलुकीको चिन्ता कम १९

दिगोपनतर्फ अघि बढ्दै २०

» वनस्पति उद्यानजस्तै स्रोत–बगैँचा २०

» वडा समितिले दिनथाल्यो – हौसला र सहयोग २२

» गाउँपालिकाले आफैँ सुरु गर्‍यो २४

» गायत्री अरूलाई सिकाउन थालिन् २६

जलवायु अनुकूलनका सन्दर्भमा उपयोगी २८

» रैथाने बीउ चाहिए चुल्लेपानी जाऔँ २८

» घरलाई स्वर्ग बनाउने सानो पोखरी ३०

जीविकोपार्जनमा मद्दत ३२

» आम्दानीका लागि भारत जानु परेन ३२

» सुन्दर सुदूर–पश्चिमकी शान्तिको कथा ३४

» यो कार्यक्रम त अझै पहिले आउनु पर्थ्यो ३६

» तरकारीका बेर्ना, तरकारी र बङ्‌गुरले बदल्दै जिन्दगी ३८

पोषणका लागि सघाउँदै ४०

» मुक्त कमैया बस्तीमा फैलँदै पोषणको ज्ञान ४०

विपदमा सहयोग तथा बीउ संरक्षण ४२

» विपदमा पनि सहयोगी बन्यो घरबगैँचा ४२

समस्या र समाधानहरू ४४

» अप्ठ्याराहरू आइपरे पनि तिनको समाधान छ ४४

खण्ड –३ ४६

» सरोकारवालाहरूको दृष्टिकोण ४६

खण्ड
१

घरबगैँचा कार्यक्रमको सङ्क्षिप्त जानकारी

घरबगैँचा कार्यक्रमको सङ्क्षिप्त जानकारी

घरबगैँचा भन्नाले घरपरिवारमा प्रायशः दैनिक रूपमा चाहिने तरकारी, फलफूल, डालेघाँस, जडीबुटी, तथा आलङ्कारिक बोट–बिरुवा लगाइएको घरसँगै जोडिएको वा घरैनजिकको क्षेत्र भन्ने बुझिन्छ । यो करेसाबारीभन्दा अलि बृहत्तर हुन्छ । घरबगैँचामा वनस्पतिमात्र नभई पशुपक्षी, माछा, मौरी आदि पनि पाल्ने गरिन्छ । यो नियमित रूपमा मानिसले आफ्नालागि चाहिने अत्यावश्यक वनस्पति तथा पशुजन्य उत्पादन गरी उपभोग गर्दै विविध बालीनालीको संरक्षण गर्ने अर्थात् मानव–उपभोग्य जैविक विविधता व्यवस्थापनको उत्कृष्ट नमूना पनि हो । यसलाई अङ्ग्रेजीमा 'होम गार्डेन (Home Garden)' भन्ने गरिन्छ ।

घरबगैँचाले सामान्यतयाः परिवारका लागि वर्षैभरि पोषणयुक्त खाना उपलब्ध गराउन मद्दत गर्छ भने उपभोग गरेर बचेका उत्पादनको बिक्रीबाट आय–आर्जन गर्न समेत सघाउँछ । यसको व्यवस्थित प्रयोगले घर वरपरको वातावरणलाई सुन्दर, आनन्दित र स्वस्थ समेत तुल्याउँछ । घरबगैँचाको व्यवस्थापनले खेर जाने स्रोत–साधन तथा समयको सदुपयोग हुन्छ । परिवारको भान्सामा नियमित रूपमा चाहिने उत्पादनहरू घरबगैँचाबाटै प्राप्त हुने भएपछि त्यस्ता सामान लिन बजार जाने समय र बजारमा किनमेल गर्दा हुने खर्च पनि जोगाउन मद्दत पुग्छ । नेपाली समाजमा अझैपनि प्रायशः भान्छाको अर्थात् पकाइ–तुल्याइ गर्ने कामको जिम्मा महिलाहरूकै काँधमा रहने गरेको छ । त्यसैले बिहान–बेलुकी कुन छाकमा के पकाउने र कहाँबाट ल्याउने भन्ने चिन्ता पनि बढी मात्रामा उनीहरूलाई नै छ । तरकारी तथा मसलाजन्य वस्तुहरूको किनमेलका लागि बजार धाउने काम पनि पुरुषको तुलनामा महिलाले नै गर्नु परिरहेको छ । महिलाहरूको यस्तो चिन्ता र कार्यबोझलाई घरबगैँचाले केही हलुको बनाउँदछ । घरबगैँचामा परिवारका सदस्यहरूले मन पराउने एवम् जातीय तथा सांस्कृतिक मूल्य–मान्यता अनुसारका विविध तुलफूल र पशुपक्षीहरू नै अधिक मात्रामा हुने गर्दछन् । त्यसैले आहार विविधता एवम् शारीरिक स्वास्थ्य र पोषणका लागि त घरबगैँचा उपयुक्त छ नै यसको उच्च सामाजिक–सांस्कृतिक महत्व समेत रहेको छ ।

न्यूनतम खर्चमा, थोरै जग्गामा, प्राङ्गारिक तरिकाले नै घरबगैँचा खेती गर्न सकिन्छ । सानोतिनो घरबगैँचामा सिँचाइका लागि पनि जुठेल्नाको तथा घर–परिवारका सदस्यले नुहाइ–धुवाइ गर्दा खेर जाने पानी जम्मा हुने सानो पोखरी बनाई पानी सङ्कलन गरेर उपयोग गर्न सकिने र थोपा सिँचाइजस्ता न्यूनतम पानी चाहिने प्रविधि प्रयोग गर्न सकिने भएकाले बढ्दो खडेरी वा सुख्खा क्षेत्रको अवस्थामा पनि घरबगैँचा अपनाउन त्यति ठूलो समस्या छैन ।

यस्ता अनेकौँ उपयोगी विशेषताहरूकै कारण घरबगैँचालाई आमरूपमा अपनाउने प्रवृत्ति विकास गर्नु जरूरी ठानिएको छ । यही आवश्यकतालाई महसुस गरेर पहिलो चरणमा नेपालका चारवटा जिल्लामा सुरु गरेर चौथो चरणमा आइपुग्दा २० वटा जिल्लाका विभिन्न ठाउँमा नमूनाकै रूपमा भएपनि घरबगैँचाको प्रवर्द्धन गर्ने र यसलाई अपनाउन चाहने किसानहरूलाई सङ्गठित गर्दै सहजीकरण गर्ने कार्यमा स्वीस सरकार बिकास सहयोग एसडिसि र नेपाल सरकारका सम्बद्ध निकायहरूको सहयोगमा ली–बर्डले साझेदार गैरसरकारी संस्थाहरू र किसानहरूसँग सहकार्य गर्दै घरबगैँचा कार्यक्रम सञ्चालन गरेको थियो ।

उद्देश्यहरू

यस घरबगैँचा कार्यक्रमका उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका थिए :

» प्रमुख कृषि–पर्यावरणीय क्षेत्र तथा विविध सामाजिक–आर्थिक सन्दर्भमा घरबगैँचाको सम्भाव्यता अध्ययन गर्नु (पहिलो चरणमा),

» पहिलो चरणबाट हासिल भएका जानकारीका आधारमा घरबगैँचा प्रवर्द्धन तथा समाजमा पछाडि पारिएको समूहका लागि यसबाट पोषण विविधता र बढी भएको उत्पादन बिक्रीबाट आयआर्जन अभिवृद्धिका क्रियाकलाप प्रवर्द्धन गर्नु (दोस्रो चरणमा),

» पोषण र जीविकोपार्जन सुधारका अन्य क्रियाकलापसँगै घरबगैँचामा विविधता अभिवृद्धि गर्दै यस कार्यक्रमलाई पनि एकीकृत रूपमा अगाडि बढाउनु (तेस्रो तथा चौथो चरणमा),

» साना तथा पछाडि पारिएका विपन्न कृषक समुदायको पारिवारिक पोषण, खाद्य सुरक्षा र आयआर्जन अभिवृद्धि गर्न सहयोग पुऱ्याउनु (तेस्रो तथा चौथो चरणमा),

» सरकारी तथा गैरसरकारी निकायका आफ्ना जीविकोपार्जसम्बन्धी कार्यक्रममा घरबगैँचाका क्रियाकलापहरू समावेश गराउन पहल गर्नु (चौथो चरणमा) ।

कार्यक्रम कार्यान्वयन

यस घरबगैँचा कार्यक्रमलाई चौथो चरणमा नेपाल सरकारको कृषि विकास मन्त्रालयको कृषि विभागअन्तर्गत रहेको तत्कालीन तरकारी विकास निर्देशनालय सम्पर्क कार्यालय रहने गरी एउटा परियोजनाको रूपमा कार्यान्वयन गरिएको थियो । यस परियोजनाको सहयोग इकाईका रूपमा ली–बर्डले आफ्नो भूमिका निर्वाह गरेको थियो । नेपाल सरकार र स्वीट्जरल्याण्ड सरकारका बीचमा भएको द्विपक्षीय सम्झौतापछि आह्वान गरिएको खुला प्रतिस्पर्धाबाट छनौट भएको संस्थाका रूपमा ली–बर्डलाई परियोजना कार्यान्वयन गर्ने जिम्मेवारी प्राप्त भएको हो । २०५८ सालदेखि सुरु गरिएको यस कार्यक्रममा चौथो चरणभन्दा अघिल्ला चरणका क्रियाकलापहरू भने सोझै ली–बर्डसँग सम्झौता भई सञ्चालन गरिएका थिए ।

पहिलो चरणमा चार जिल्ला (इलाम, झापा, गुल्मी र रूपन्देही) मा सञ्चालन भएको घरबगैँचा कार्यक्रम दोस्रो तथा तेस्रो चरणमा १६ वटा जिल्ला (इलाम, झापा, खोटाङ, ओखलढुङ्गा, रामेछाप, दोलखा, सिन्धुपाल्चोक, काभ्रे, गुल्मी, रूपन्देही, सुर्खेत, बैतडी, डडेल्धुरा, बर्दिया, कैलाली र कञ्चनपुर) मा सञ्चालन भएको थियो तर हरेक चरणमा जिल्लाअन्तर्गतका भौगोलिक कार्यक्षेत्र भने फरक–फरक थिए । यस कार्यक्रमको पहिलो चरणमा कार्यक्रम सञ्चालन गरिएका जिल्लाका प्रमुख कृषि–पर्यावरणीय क्षेत्र तथा विविध सामाजिक–आर्थिक सन्दर्भमा घरबगैँचाको सम्भाव्यता अध्ययन गरियो भने दोस्रो चरणमा पहिलो चरणबाट हासिल भएका जानकारीका आधारमा घरबगैँचा प्रवर्द्धन तथा समाजमा पछाडि पारिएको समूहका लागि यसबाट पोषण विविधता र बढी भएको उत्पादन बिक्रीबाट आयआर्जन अभिवृद्धिका क्रियाकलाप अगाडि बढाइयो । तेस्रो चरणमा पोषण तथा जीविकोपार्जन सुधारका अन्य क्रियाकलापसँगै घरबगैँचा कार्यक्रमलाई पनि एकीकृत गरेर अगाडि बढाइएको थियो भने चौथो चरणमा चाहिँ अघिल्ला चरणका क्रियाकलापहरूलाई अघि बढाउँदै यस कार्यक्रमलाई राष्ट्रिय प्रणालीमै एकीकृत गरेर लैजानका लागि पहल गरिएको थियो । यस कार्यक्रमका प्रमुख लक्षित वर्गको रूपमा थोरै जमिन भएका र समाजमा पछाडि पारिएको समूह (DAG) अन्तर्गत रहेका कृषक परिवारहरू थिए ।

यस कार्यक्रमको कार्यक्षेत्रका रूपमा रहेका प्रत्येक जिल्लामा तत्कालीन जिल्ला कृषि विकास समितिको स्वीकृतिमा जिल्लाभित्रका कार्यक्रम सञ्चालन गरिने गा.वि.स.हरू छनौट गरिएका थिए । यसरी कार्यक्षेत्रको रूपमा छानिएका ठाउँहरूमा जिल्लास्थित कृषि विकास कार्यालयहरू र गैरसरकारी संस्थाहरूले घरबगैँचा कार्यक्रम सञ्चालन गरेका थिए । स्थानीय स्तरमा कार्यक्रम सञ्चालन गर्न खुला प्रतिस्पर्धाबाट प्रस्ताव माग गरेर सोको प्राविधिक तथा वित्तीय मूल्याङ्कनका आधारमा साझेदार संस्थाहरूको छनौट गरिएको थियो । कार्यक्रमको चौथो चरणमा ली–बर्ड आफैँले खोटाङ र रामेछापमा कार्यक्रम सञ्चालन गरेको थियो । ओखलढुङ्गा, सिन्धुली, सिरहा, धनुषा एवम् महोत्तरीमा सहास नेपालले; दाङ, रोल्पा, सल्यान र बर्दियामा रूपान्तरणले; दैलेख, जाजरकोट, कालीकोट र जुम्ला जिल्लामा एभरेष्ट क्लब नेपालले एवम् कैलाली, बैतडी, डडेल्धुरा, डोटी र अछाममा रिम्स नेपाल र याक नेपालले स्थानीय स्तरमा यो कार्यक्रम सञ्चालन गरेका थिए । यी संस्थाहरूसँग अन्य विभिन्न संस्थाहरूको पनि सहकार्य रहेको थियो (संलग्न संस्थाहरूको नाम यस पुस्तिकाको पछिल्लो भित्री आवरण पृष्ठ ५१ मा दिइएको छ ।)

चौथो चरणको परियोजनासम्बन्धी प्रमुख प्राविधिक तथा प्रशासनिक निर्णयहरू नेपाल सरकारको कृषि विभागका महानिर्देशकको अध्यक्षतामा रहेको प्राविधिक समितिको सिफारिसमा कृषि मन्त्रालयका सचिवको अध्यक्षता तथा स्वीस सरकार विकास सहयोगका प्रमुखको सह–अध्यक्षतामा गठन भएको परियोजना सञ्चालन समितिको स्वीकृतिमा हुने गरेको थियो । कार्यक्षेत्रको रूपमा छनौट गरिएका ठाउँका लक्षित वर्गको छनौट स्थानीय बासिन्दा तथा वडा नागरिक मञ्चको सहभागितामा गरिएको थियो । स्वीकृत कार्यक्रम सञ्चालन गर्न नेपाल सरकारका लागि सोझै र गैरसरकारी संस्थामार्फतका कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्न परियोजना सहयोग इकाईमार्फत रकम भुक्तानी गर्ने गरिएको थियो । परियोजनाको कार्यक्रम सञ्चालन गर्न सम्बन्धित संस्थाले सोही संस्थाको नियमानुसार आवश्यक मानवीय संशाधनको व्यवस्था गरेका थिए ।

प्रमुख क्रियाकलापहरू

यस घरबगैँचा कार्यक्रममा सञ्चालन गरिएका प्रमुख क्रियाकलापहरू निम्नानुसार रहेका थिए :

» कृषि–पर्यावरणीय क्षेत्र तथा विविध सामाजिक–आर्थिक सन्दर्भमा घरबगैँचाको सम्भाव्यता अध्ययन,

- लक्षित समुदायको पोषण सुधारका लागि कृषि उत्पादनसम्बन्धी तालिमहरूको आयोजना,
- पोषण शिक्षा तथा स्थानीय बालीको खाद्य परिकारसम्बन्धी तालिम र खाद्य–प्रदर्शनीको आयोजना,
- पारिवारिक पोषणका लागि तरकारीको बीउ, फलफूल र डालेघाँसका बिरुवाजस्ता विविध कीट वितरण,
- सक्रिय सहभागिता तथा संस्थागत विकासका लागि समूह परिचालन, अवलोकन भ्रमण एवम् बचत तथा ऋण सहकारीसम्बन्धी अभिमुखीकरण तालिम,
- दिगो व्यवस्थापनका लागि नमूना तथा स्रोत घरबगैँचा व्यवस्थापनमा सहयोग एवम् तालिम,
- घरबगैँचा पद्धतिलाई व्यापक रूपमा अपनाउनका लागि सरकारी, गैरसरकारी तथा समुदायमा आधारित संस्थाहरूलाई विषयगत तथा नीतिगत सहयोग,
- सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाका प्राविधिकहरूमा विषयगत क्षमता अभिवृद्धि गराउने खालका कार्यक्रमहरूको आयोजना र सहकार्य,
- स्थानीय वातावरण सुहाउँदो बाली (रैथाने बाली) एवम् न्यून लागत प्रविधिको प्रमाणीकरण, प्रदर्शन र यसतर्फ अभिप्रेरित गर्न प्रोत्साहन तथा सहजीकरण,
- वातावरण अनुकूलन तथा लैङ्गिक–मैत्री क्रियाकलापमा विशेष जोड दिने कार्यहरू ।

सेवा प्रदायकहरू

यस घरबगैँचा कार्यक्रममा ली–बर्डका साथै जिल्ला कृषि विकास कार्यालय, जिल्ला पशु सेवा कार्यालय, कृषि सेवा केन्द्र, पशु सेवा केन्द्र, गा.वि.स./गाउँपालिका/नगरपालिका र वडा कार्यालय, कृषि वन तथा वातावरण समिति, वडा नागरिक मञ्च, गैरसरकारी संस्था र समुदायमा आधारित संस्थाहरूले सेवा प्रदायकको भूमिका निर्वाह गरेका थिए ।

अपेक्षित लाभ हासिल

यस कार्यक्रमबाट मूलतः ग्रामीण क्षेत्रमा रहेका नेपाली कृषक परिवारहरू बढी लाभान्वित भएका छन् । चौथो चरणमा मात्रै पनि नेपालका २० वटा जिल्लाका करिब ४० हजार घरधुरीमा यसको लाभ पुगेको पाइएको छ । थोरै जमिन भएका र समाजमा पछाडि पारिएको समूह (DAG) अन्तर्गत रहेका परिवारहरूको खाद्य तथा पोषण सुरक्षा सुदृढीकरणमा अपेक्षित योगदान हुन सकेको छ । महिलाहरूको जीवनस्तर सुधार र जलवायु अनुकूलित खेती प्रणालीमा पनि यसले मद्दत पुगेको छ ।

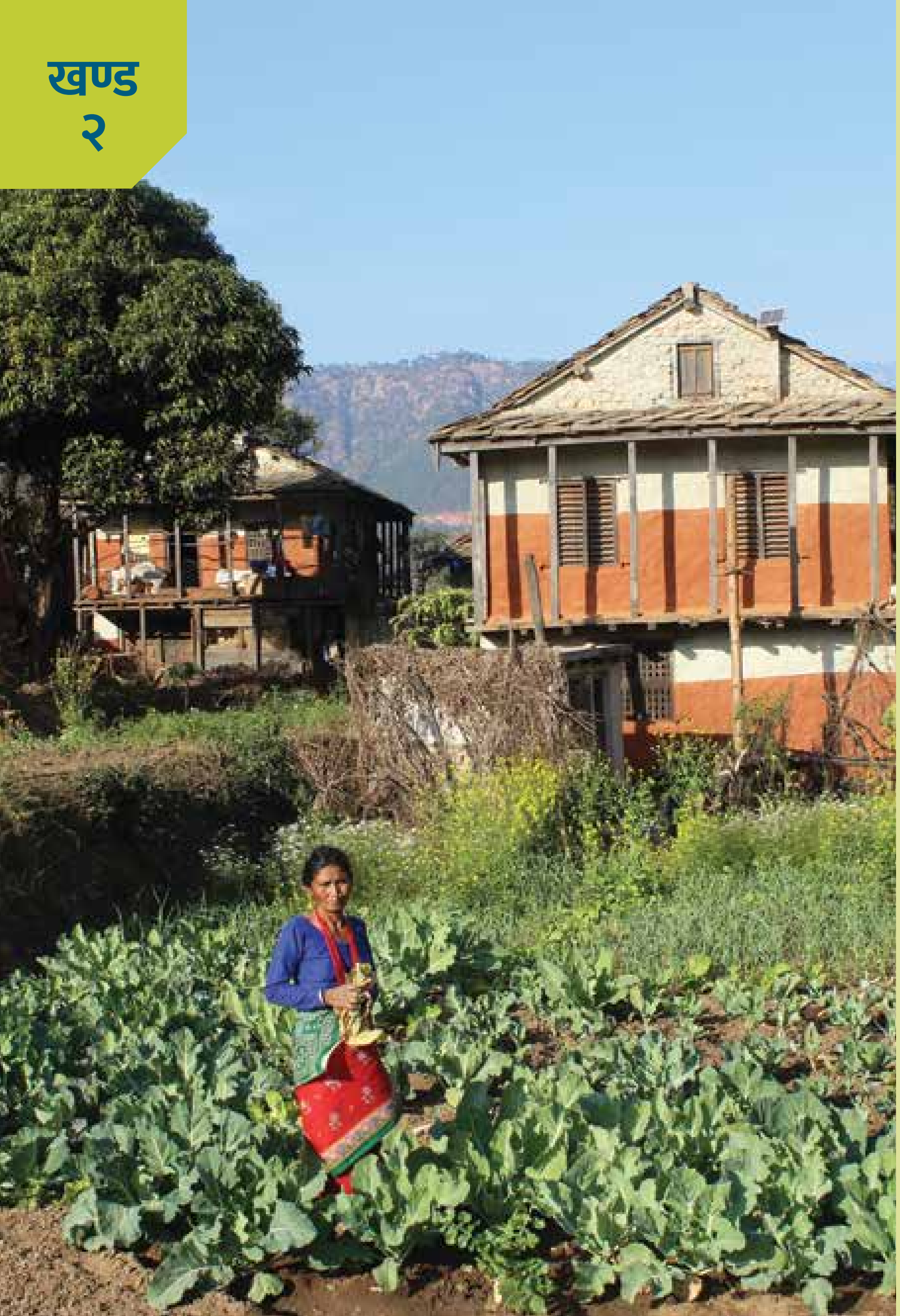
समाजमा पछाडि पारिएको समूह (DAG) मा रहेका कार्यक्रममा संलग्न विभिन्न कृषक समूहका ५ हजार ७ सय २५ सदस्यहरूले प्रत्येक वर्ष घरबगैँचाबाट कम्तीमा १० प्रकारका उत्पादनहरू (तरकारी, फलफूल, माछा, मौरी, कुखरा आदि) गरेर उपभोग गर्न थालेको पाइएको छ । कम्तीमा ६ हजार ३ सय १४ परिवारले पहिलेको तुलनामा प्रत्येक याम (सिजन)मा घरबगैँचाबाट छ प्रकारका थप ताजा उत्पादनहरू उपभोग गर्न थालेका छन् । यसैगरी घरबगैँचा समूहमा संलग्न ७६ प्रतिशत सदस्यहरूले घरायसी उपभोगका लागि तरकारी किन्ने खर्च प्रत्येक वर्ष करिब ७५ प्रतिशतले घटेको जनाएका छन् भने करिब ५७ प्रतिशतले घरबगैँचाबाट आफूले उत्पादन गरेका तर परिवारले उपभोग गरेर बढी भएका वस्तुहरू बिक्री गरेर आम्दानी समेत गरेको बताएका छन् ।

यस कार्यक्रममा संलग्न भएका तर समाजमा पछाडि पारिएका वर्गका सदस्यहरू समूहको निर्णायक पदमा पुग्ने क्रममा करिब ५० प्रतिशतले बढोत्तरी भएको छ । कार्यक्रममा संलग्न कृषक समूहमा गरिएको संस्थागत विकास र सदस्यहरूको क्षमता अभिवृद्धि क्रियाकलापका कारण विद्यालय व्यवस्थापन समिति लगायत विभिन्न सङ्घ–संस्थाका निर्णायक समितिहरू र वडा तथा गाउँ र नगरपालिकाजस्ता स्थानीय सरकारका विभिन्न पदहरूमा घरबगैँचा समूहका सदस्यहरू निर्वाचित भई उनीहरूले प्रभावकारी रूपमा कार्यसम्पादन गर्न सकेको पाइएको छ ।

यसैगरी विभिन्न तहका सम्बद्ध सरकारी निकाय र गाउँ तथा नगरपालिका र वडा समितिहरूले पनि घरबगैँचा कार्यक्रमलाई आफ्नै बजेट एवम् कार्यक्रमका आधारमा अघि बढाउन थालेको पाइएको छ । परियोजना अवधि सकिएपछि पनि किसानहरूले आफैँ घरबगैँचा कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिइरहेका प्रशस्त उदाहरणहरू भेटिएका छन् ।

समग्रता भन्ने हो भने, घरबगैँचा कार्यक्रमबाट अपेक्षित उपलब्धिहरू हासिल हुन सकेको र यो एउटा उपयोगी तथा प्रभावकारी कार्यक्रमका रूपमा रहेको पाइएको छ । ❑

खण्ड
२



परिवर्तनका कथाहरू

बाली विविधता अभिवृद्धि

थोरै जमिनमै बोट–बिरुवाको विविधता

विषयवस्तु	घरबगैँचाबाट जैविक विविधता अभिवृद्धि
घटना–अध्ययन इकाई	झापा जिल्लाको बाह्रदशी गाउँपालिका, वडा नं. ६, बालुवानीकी जानुका बाराकोटी (कटुवाल)
कृषक समूह	नवज्योति घरबगैँचा महिला कृषक समूह
साझेदार संस्था	ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ मङ्सिर २७ गते

“पहिले त आफ्नो बारीमा भगवानलाई चढाउन फूल पनि थिएन । एउटा खुर्सानीको बुटो समेत थिएन । कल (ट्युबवेल)को छेउमा अलिकति निगुरो थियो अनि आँप र अम्बाका एक–एकवटा बोट थिए । अहिलेको जस्तो थरिथरिका बोट–बिरुवा कहाँ हुनु ? रूख–बिरुवा लगाउन सकिने ठाउँमा त काँसले पो ढाक्थ्यो ।” यो अनुभव हो, झापा जिल्लाको बाह्रदशी गाउँपालिका, वडा नं. ६, बालुवानीकी कृषक महिला जानुका बाराकोटीको ।

जानुका र उनका श्रीमानले आफ्नो घरसँगै जोडिएको बारीलाई बोट–बिरुवाको विविधतायुक्त घरबगैँचा बनाउन थालेको करिब नौ वर्ष भइसकेको छ । गाउँको सडकबाट उनको घर–आँगनतिर लाग्नासाथै दुवै किनारामा लगाइएका फूल र आलङ्कारिक बोट–बिरुवाहरूको मनै रमाउने दृश्य देखा पर्छ । आलङ्कारिक बोट–बिरुवामात्रै गन्ने हो भने करिब २५ थरिका छन् । तिनको पछिल्तिर गुर्जो, पत्थरचट्टा, सर्पगन्धा, रुदिलो, सुगरपेड लगायतका थुप्रै जडीबुटीजन्य बोट–बिरुवाहरू देखिन्छन् । आँगनकै छेउको ट्युबवेल वरिपरि बोझो, पुदिना अनि आँगनमा तुलसीका बोटहरू छन् । बारीमा नीमको बोट पनि छ । बारीको बीचको भागमा रायो, मूला, सीमी, लसुन, प्याज, चम्सुर, लौका, फर्सी, बोडी, बोर्ने साग, पोइ साग, भान्टाजस्ता थरिथरिका तरकारीहरू छन् । मल भकाराको माथि बनाइएको चाङमा हिउँदे सिमीले झपक्कै ढाकेको छ । किनारामा अमला, लिची, आँप, कटहर, ज्यामीर, मेवा, कागती, केरा, नरिवल, सुपारी, भोगटे, दारिम, उखुजस्ता अनेकथरि फलफूलहरू छन् । फलफूलसँगै खमारी, बकाइनो, टाँकी, मेन्देला, खस्रेतोजस्ता डालेघाँसका रूखहरू पनि छन् । सिमल तरुल, तरुल, भ्याकुर,

पुष्टकारीजस्ता कन्दमूलले पनि उनीहरूको बारीमा हुर्कने र फल्ने मौका पाइरहेका छन् । रुद्राक्ष, कपुर, दालचिनी, सजिवनका बोटहरू पनि हुर्किइसकेका छन् । आँगनकै एक छेउमा खोरबाट निस्केर कुखुराहरू चरिरहेका छन् भने आँगनको अर्को छेउमा खसी–बाख्रा र गाईहरू बाँधिएका छन् । लाग्छ, 'यस्तो घरमा पो त हो, मानिस बस्ने ।' जानुका संलग्न भएको नवज्योति घरबगैँचा महिला कृषक समूहकी सचिव सीतादेवी पौडेल भन्छिन्, 'जानुकाको घरबगैँचामा त गन्नै नसकिने गरी थरिथरिका बोट–बिरुवाहरू छन् ।'

सीता थप्छिन्, 'जानुकामात्र हैन, बोट–बिरुवाको सङ्ख्या केही थेरथोर होला तर हाम्रो गाउँका प्रायः हामी सबैले यस्तो घरबगैँचा लगाएका छौँ । हाम्रो जीवनमा सधैँ चाहिने कुराहरू भएकाले ली–बर्डले छोडेपछि पनि उसले सिकाएको घरबगैँचा चाहिँ हामी छोड्न नसक्ने भएका छौँ ।'

'ली–बर्डले यस गाउँमा २०६७ सालदेखि २०६९ सालसम्म कार्यक्रम सञ्चालन गरेर स्थानीय बासिन्दालाई घरबगैँचा स्थापना गर्दा हुने थुप्रै फाइदाहरू महसुस गराएको र यसका लागि आवश्यक पर्ने तौरतरिकाहरू राम्रोसँग सिकाएकोले नै उसले छाडेको पाँच–छ वर्ष बितिसक्दा पनि बालुवानीमा प्रायः सबैले घरबगैँचा राम्रोसँग व्यवस्थापन गरिरहेको' जानुकाका श्रीमान् तीर्थबहादुर कटुवाल सुनाउँछन् ।

समूह–छलफलको क्रममा भेला भएका स्थानीय बासिन्दाहरूका अनुसार 'यसरी थरिथरिका बोट–बिरुवा र पशु–पक्षी सहितको घरबगैँचा बनाउँदा मनमा आनन्द आउँछ । घरबगैँचामा काम गर्नाले शारीरिक अभ्यास भएर र विभिन्न किसिमका प्राङ्गारिक ढङ्गले लगाइएका ताजा तरकारी, फलफूल, पशु–पक्षीबाट हुने उत्पादन सेवन गरेर शरीर स्वस्थ हुन्छ । घरबगैँचामा लगाइएका जडीबुटीले कतिपय रोगहरू निको पार्न सकिन्छ । पशुवस्तुलाई चाहिने घाँस उपलब्ध हुन्छ । यसबाट फाइदै–फाइदा छ ।'

जानुकाकै घरबगैँचामा भएको छलफलको अन्ततिर स्थानीय अग्रणी कृषक लक्ष्मी तिवारी थप्छन्, 'घरबगैँचा नभएको घर पनि मानिस बस्न लायकको घर हो र ! त्यो त मसानघाट जस्तो हो । त्यसैले आजकल हामीले हाम्रा घरबगैँचामा थरिथरिका बोट–बिरुवा लगाएर जैविक विविधता पनि संरक्षण गरेका छौँ र घरलाई मानिस बस्न लायक बनाएका छौँ ।' ❑

थोरै जमिन भएका र पछाडि पारिएका समुदायमा पनि फैलँदै

आर्थिक हिसाबले पछाडि पारिएका र सामाजिक हिसाबले विभेदितहरूले पनि अपनाउन सक्ने

विषयवस्तु	घरमात्र वा थोरै जग्गामात्र भएका विपन्न एवम् लोपोन्मुख आदिवासीका लागि पनि उपयोगी घरबगैँचा
घटना–अध्ययन इकाई	झापा जिल्लाको बाह्रदशी गाउँपालिका, वडा नं. ६, बालुवानीकी लुखी हेमरम
कृषक समूह	नवज्योति घरबगैँचा महिला कृषक समूह
साझेदार संस्था	ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ मङ्सिर २७ गते

'घरबगैँचा खेती अडी मचगाना नुवा ।'
(घरबगैँचा खेती त धेरै राम्रो रहेछ ।)

यो भनाइ हो, नेपालको लोपोन्मुख आदिवासी सन्थाल जातिकी विपन्न परिवारकी महिला लुखी हेमरमको । उमेरका हिसाबले ५१ शरद पार गरेकी लुखी झापा जिल्लाको बाह्रदशी गाउँपालिका, वडा नं. ६, बालुवानीमा बस्छिन् । श्रीमान, एक छोरी र एक छोरा सहित चारजनाको लुखीको परिवार पहिले सुकुम्बासी थियो । उनीहरू गाउँकै सार्वजनिक सडक छेउमा सानो झुप्रो बनाएर बसेका थिए ।

२०६७ सालमा बालुवानीमा ली–बर्डले सुरु गरेको घरबगैँचा कार्यक्रमअन्तर्गत गठन भएको स्थानीय बासिन्दाहरूको 'नवज्योति घरबगैँचा कृषक महिला समूह'मा लुखी पनि आबद्ध भइन् । समूहका अरूहरूले झैँ उनले पनि कार्यक्रमबाट घरबगैँचासम्बन्धी धेरै कुराहरू सिकिन् तर त्यसलाई अपनाउन आफूसँग कुनै जग्गा–जमिन थिएन । घरबगैँचा कार्यक्रमका कर्मचारीहरूले जग्गा–जमिन नभए बोराहरूमै पनि थुप्रै बोट–बिरुवा लगाउन सकिन्छ भनेर बताएपछि उनको हौसला बढ्यो । गाउँका कृषि–कर्म र निर्माणका कामहरूमा ज्याला मजदुरी गरेर जीवन निर्वाह गर्ने परिवारकी लुखीले गाउँ–घरबाटै केही बोराहरू भेला पारिन् । तिनमा

माटो हालिन् । गाईबस्तुले सडकमा बिस्ट्याएको गोबर भेला पारी त्यसलाई मल बनाएर प्रयोग गरिन् । अदुवा, खुर्सानी, घरतरुल, फूलका बोट लगायत थुप्रै बोट–बिरुवाहरू लगाइन् । बोट–बिरुवा हुर्किएपछि लहरे बालीहरूलाई आफ्नै झुप्रे घरको छानातिर लगाइदिइन् । लुखी भन्छिन्, 'यसो गरेर पनि त तरकारीको खाँचो टार्न मद्दत पुग्दोरहेछ नि ।' त्यसपछि त लुखीलाई 'आफ्नै झुप्रे घर पनि पहिलेभन्दा राम्रो' लाग्न थालेछ ।

अहिले लुखीको १० धुर जग्गा छ । केही स्थानीय बासिन्दाले सहयोग गरेर र केही आफैँले ज्याला–मजदुरीबाट आएको पैसा जम्मा गरेर उनको परिवारले यो सम्पत्ति जोडेको हो । त्यस जग्गामा सानो झुप्रे घर, आँगन र करिब दुई धुरजति तरकारी र बोट–बिरुवा लगाउन सकिने ठाउँ छ ।

लुखीले आँगनको बाटोतिरको किनारामा चटक्क पारेर मिलाइएको नीलकाँडाको झाङ र फूलहरू रोपेकी छिन् । घरको छाना र आँगनमाथि पनि बाँस र भाटाहरूको चाङ बनाएर लहरे बालीहरू लगाउने गरेकी छिन् । लौकाको लहरा त्यसमा चढ्दै गरेको देखिन्छ । पहिले सडकमा बस्दा नै ली–बर्डबाट सिकेको बोरामा खेती गर्ने काइदालाई समेत उनले छाडेकी छैनन् । तिनमा खुर्सानीका बोटहरू देखिन्छन् । घर–आँगनबाट बचेको सानो बारीमा रायो, टमाटर, भान्टा, बोडी, पिँडालुजस्ता थुप्रै बालीहरू छन् । बारीका किनारमा कागती, केरा, आँप, बकाइनो जस्ता बोटहरू छन् । आँगनको एउटा किनारामा तुलसी पनि देखिन्छ । खोर बनाउन नसकेकी यी विपन्न महिलाले कार्टुनहरू खोजेर घरको पिँढीमा राखी त्यसैमा आठवटा कुखुरा पालेकी छिन् । तरकारी लगाइएको बारीमा कुखुरा नपसुन् भनेर बारीको वरिपरि मानिसले सजिलै नाघ्नसक्ने तर कुखुरा पस्न नसक्ने कपडाको होचो बेराजस्तो बनाएकी छिन् ।

लुखी भन्छिन्, 'आजकल त पहिलेजस्तो तरकारी किन्नै पर्दैन । यही घरबगैँचामा फलेको तरकारी खाइनसकेर बेचियो पनि । त्यही पैसाले आफूलाई चाहिने औषधी किन्न सकेँ ।' लुखी गाउँमा ज्याला–मजदुरीको काम गर्दा लडेर घाइते भएकीले नियमित औषधी सेवन गर्छिन् । घाइते भएपछि उनको शरीरले त्यति राम्रोसँग काम गर्न सकिरहेको छैन तर उनी बिस्तारै घरबगैँचामा गएर आफूले गर्नसक्ने कामहरू भने गर्छिन् । 'घरबगैँचामा केही कामहरूमा मात्र बल लगाउनु पर्ने हो, धेरै काममा त बल नै चाहिँदैन', लुखीलाई अलि बल लगाउनु पर्ने काममा भने उनका श्रीमान् र परिवारका सदस्यहरूले सघाउने गरेका छन् ।

लुखीकी छिमेकी तालामाई मुर्मु पनि लोपोन्मुख आदिवासी समुदायकी महिला हुन् । उनले पनि 'लुखीले गरेको देखेर' आफूले पनि घरबगैँचा बनाएको उल्लेख गरिन् ।

यसरी लुखीले घरबगैँचाका लागि प्रशस्त जग्गा चाहिन्छ र यसबाट धनी मानिसहरूले मात्र फाइदा लिन सक्छन् भन्ने धारणालाई गलत साबित गरेकी छिन् भने तालामाई मुर्मुजस्ता अरु छरछिमेकीका लागि प्रेरणाको स्रोत पनि बनेकी छिन् । ❑

इन्दिरा झा, एउटी उदाहरणीय महिला

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रममा तराई–मधेशका महिलाको सहभागिता
घटना–अध्ययन इकाई	महोत्तरी जिल्लाको औरही नगरपालिका, वडा नं. ७, भोएल टोलकी इन्दिरा झा
कृषक समूह	श्री खमगढी घरबगैँचा महिला समूह
साझेदार संस्था	सहास नेपाल र सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ मङ्सिर २९ गते

उमेरले ६७ वसन्त पार गरेकी महोत्तरी जिल्लाको औरही नगरपालिका, वडा नं. ७, भोएल टिम्किया टोलकी इन्दिरा झा निकै फुर्तिली र उत्साही देखिन्छिन् । उनले आफ्नो घरसँगै जोडिएको बारीमा घरबगैँचा लगाउन थालेपछि समाजमा उदाहरणीय महिला बनेको स्थानीय यामदेवी मैनाली बताउँछिन् ।

पहिले इन्दिराको परिवारले काउली र रायोजस्ता एक–दुई खालका तरकारी हिउँदमा मात्र धेरै जग्गामा लगाउने र बेच्ने गर्दथ्यो । २०७२ सालमा भोएल टोलमा घरबगैँचा कार्यक्रम सुरु भएपछि भने सो कार्यक्रमको सहयोग र सहजीकरणमा आफ्नो घरबारीमा परिवारलाई प्रायः वर्षैभरि खान पुग्नेगरी धेरै किसिमका तरकारी, मसलाजन्य बाली, फलफूल, जडीबुटी, डालेघाँस, माछा र हाँस पालन तथा गाई–बाख्रा पालनलाई पनि मिश्रित रूपमा अपनाउन थालेको इन्दिराले बताइन् । उनी भन्छिन्, 'हाम्रो समुदायका धेरैजसो परिवारमा यस्तो एकै ठाउँमा धेरै बालीहरू लगाउने र खेतबारीमा महिलाहरूले धेरै काम गर्ने चलन नै थिएन । घरबगैँचा कार्यक्रम आएपछि भने हामीले त्यही कार्यक्रमको सहयोगमा यस्ता कुराहरू सिक्यौँ र घरबगैँचा लगाउन सुरु गऱ्यौँ ।'

इन्दिराले निकै खुशी र उत्साहका साथ उनको घरबगैँचा देखाइन् । त्यहाँ रहेको करिब डेढ कठ्ठा जमिनमा काउली, बन्दा, रायो, टमाटर, सिमी, लौका, घिरौँला, कुभिण्डोजस्ता थुप्रै तरकारी बालीहरू थिए । अदुवा, खुर्सानी, प्याज, लसुन, मेथीजस्ता मसलाजन्य बालीहरू पनि देखिए । बारीको छेउमा अम्बा, आँप, कटहर, लिची, बडहर, केरा, अमला, सरिफा, सीता फल, अनार

र मेवाका बोटहरू लगाएको पाइयो । सो बारीको अर्को छेउमा रहेको पोखरीमा हाँसहरू पौडिइरहेका थिए । इन्दिराले भनिन्, 'यो पोखरीमा मैले माछा पनि पालेकी छु ।' घरको आँगन छेउमा नीमको बोट नजिकै गाई–बाख्राहरू बाँधिएका थिए । सात–आठ किसिमका फूल र आलङ्कारिक बिरुवाहरू पनि लगाउन कहिल्यै नछुटाउने उनको भनाइ थियो ।

इन्दिराकी १७ वर्षीया नातिनी अञ्जलीले थपिन्, 'हजुरआमाले यस्तो घरबगैँचा बनाएपछि धेरै राम्रो भयो । पहिलेजस्तो बजारबाट तरकारी किन्नै पर्दैन । बजारको तरकारीमा त रासायनिक विषादी पनि हालेको हुन्छ भन्छन् । आफ्नो बारीमा लगाएको जस्तो मिठो पनि हुँदैन । म पनि हजुरआमाले लगाएको घरबगैँचामा बेला–बेला गएर सघाउँछु । यसो गर्दा मलाई पनि रमाइलो लाग्छ ।'

इन्दिरा आफ्नो टोलमा गठन भएको श्रीखमगढी घरबगैँचा महिला समूहकी अध्यक्ष पनि हुन् । उनले समूहमा रहेर घरबगैँचामा रोगकीराले सतायो भने उपचार गर्न जैविक विषादी बनाउने तरिकाका साथै तरकारी र फलफूल खेतीमा आवश्यक पर्ने धेरै तौरतरिकाहरू जानिसकेकी छिन् ।

इन्दिरा विशेष जोड दिएर उल्लेख गर्छिन्, 'हाम्रो समुदायमा यस्तो घरबगैँचा बनाउने चलन अलि कमै छ । त्यसलाई सुधार गर्नुपर्छ । यो त घरपरिवारका लागि धेरै कामलाग्ने कुरा हो । हामीलाई हाम्रो टोलमा आएको घरबगैँचा कार्यक्रमले सिकाउने र सहयोग गर्नेजस्तो काम सबै तराई–मधेशका समुदायमा गर्ने हो भने पक्कै पनि सुधार आउँछ ।' इन्दिराको घरबगैँचा देखेर सो ठाउँका समूहमा संलग्न नभएका अन्य केही परिवारहरूले पनि घरबगैँचा लगाउन थालेको इन्दिरा र यामदेवी दुवै बताउँछन् । ❑

जहाँ इच्छा – त्यहाँ उपाय

विषयवस्तु	घरबगैँचा समूहमा संलग्न नभएकामा पनि कार्यक्रमको प्रभाव विस्तार
घटना–अध्ययन इकाई	सिन्धुली जिल्लाको तीनपाटन गाउँपालिका, वडा नं. ५ की जानुका वि.क.
कृषक समूह	घरबगैँचा कृषक समूहमा आबद्ध नभएको परिवार
साझेदार संस्था	सहास नेपाल
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ पुस ५ गते

आफू गाउँमा गठन भएका कुनैपनि घरबगैँचा समूहमा आबद्ध हुन नपाए पनि सिन्धुली जिल्लाको तीनपाटन गाउँपालिका, वडा नं. ५ की दलित परिवारकी जानुका वि.क. र उनका श्रीमानले घरबगैँचा कार्यक्रमकै प्रभावबाट २०७२ सालदेखि आफूले पनि घरबगैँचा स्थापना गरेका छन् । सुरुमा सामान्य स्तरको घरबगैँचा बनाएका उनीहरूले अहिले यसलाई विस्तार गरेर व्यावसायिक रूप समेत दिन थालेका छन् । जानुकाका श्रीमान् भन्छन्, '२०७४ सालमा दुई सिजनमा लगाएको टमाटर बिक्रीको मात्रै हिसाब गर्दा पनि हामीले ४० हजार रुपैयाँ आम्दानी गर्‍यौं ।' आफूले खानका लागि किन्नु नपरेको र अन्य तरकारीबाट आएको आम्दानीको समेत हिसाब गर्ने हो भने यो रकम अझ धेरै हुन्छ ।

जानुकालाई पनि घरबगैँचा समूहमा आबद्ध हुन त मन थियो तर एउटा पारिवारिक कारणले उनी आबद्ध हुन पाइनन् ।

यसो भएतापनि जानुकाले त्यस्ता समूहमा संलग्न भएका गाउँका अरू साथीहरूसँग सम्पर्क गरेर सुरुदेखि नै केही बीउ–बिजन र बिरुवाहरू पाइन् । उनीहरूबाट घरबगैँचा लगाउने र बोटबिरुवालाई रोगकीराबाट जोगाउने तरिका पनि सिकिन् । जानुका भन्छिन्, 'इच्छा भयो भने छिमेकीहरूले गरेको देखेर पनि जानिँदो रहेछ । धेरैले गर्न थालेपछि आफूलाई पनि जाँगर चल्दोरहेछ ।'

जानुकाको गाउँमा चारवटा घरबगैँचा समूहहरू छन् । प्रत्येक समूहमा २५ देखि ३० घरपरिवार आबद्ध छन् । यसरी आबद्ध भएकाहरू प्रायः सबैले आ–आफ्ना घरबगैँचा बनाएका छन् । कतिपयले त यसबाट सिकेर व्यावसायिक स्तरमै तरकारी तथा फलफूल खेती पनि गर्न थालेका छन् । जानुकाका श्रीमान् लालबहादुर वि.क.को अनुभव छ, 'सबैले यसो गर्न थालेपछि गाईबस्तुको खुला चरिचरन पनि रोकियो र आफूले खेतबारीमा तरकारी खेती गर्दा पशुबस्तुले नोक्सान पुऱ्याउन नसक्ने भयो । त्यही भएर हामीले घरबगैँचा बाहेकको जग्गामा पनि तरकारीहरू उत्पादन गर्न थाल्यौँ ।'

जानुकाको परिवारले अहिले आफ्नो करिब दुई कठ्ठाजति जमिनमा यस्तो खेती गरिरहेका छन् । त्यसमा काउली, मूला, आलु, रायो, केराउ, लसुन, लोकल टमाटर र बकुल्ला सिमीजस्ता तरकारीहरू देखिन्छन् भने बारीका डिलमा केरा, आँप, निबुवा र जुनारका बोटका साथै केही डालेघाँसका रूखहरू पनि छन् । पशुबस्तुमा गाई, बाख्रा, कुखुरा र बङ्गुर समेत पालेका छन् । केही जग्गामा उनीहरूले मुसुरो र खेसरी पनि लगाएका छन् ।

तरकारी खेतीका लागि चाहिने बीउ–बिजन उनीहरूले बजारबाट आफैँ ल्याउन थालेका छन् । रोगकीराले सतायो भने गहुँत र स्थानीय रूपमै जैविक विषादी बनाएर प्रयोग गर्ने गरेको जानुका बताउँछिन् । यो तरिका पनि उनीहरूले घरबगैँचा समूहमा संलग्न भएका छिमेकी साथीहरूबाट सिकेका हुन् । लालबहादुर थप्छन्, 'मसिनो रातो खपटे कीरा र तरकारीका जरा काट्ने कीराबाट आफ्नो बालीनाली जोगाउन गहुँत प्रयोग गर्नुपर्ने रहेछ । यसले धेरै नियन्त्रण गर्दोरहेछ ।'

आफूले खेती गरिरहेको दुई कठ्ठामध्ये करिब सात धुर जग्गा ढाक्नेगरी उनीहरूले प्लास्टिक टनेल पनि बनाएका छन् । शीत र तुषारोजस्ता प्राकृतिक कारणले तरकारी बालीलाई दुःख दिएपछि यो टनेल बनाउने तरिका उनीहरूले घरबगैँचा समूहकै साथीहरूबाट सिकेका हुन् । जानुका भन्छिन्, 'घरबगैँचा समूहका साथीहरूबाट यस्ता धेरै कुराहरू सिकियो र समूहमा नरहे पनि हामीलाई घरबगैँचा र तरकारी खेती गर्न खासै ठूलो समस्या भएन ।'

यसरी जानुकाको परिवारले 'जहाँ इच्छा, त्यहाँ उपाय' भने झैँ घरबगैँचा व्यवस्थापन गर्न चाहने हो भने छरछिमेक, आफन्त र साथीहरूले गरेको देखेर, उनीहरूसँग सिकेर र सरसल्लाह लिएर पनि यस्तो काम गर्न सकिन्छ, घरबगैँचा समूहमै रहनु पर्छ भन्ने छैन भन्ने कुरालाई चरितार्थ गरिदिएको छ । ❑

साहिँला हेमरम अध्यक्ष बने

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रमबाट सामाजिक प्रतिष्ठा अभिवृद्धि
घटना–अध्ययन इकाई	झापा जिल्लाको बाह्रदशी गाउँपालिका, वडा नं. ७, डाँगीबारीका लोपोन्मुख सन्थाल जातिका साहिँला हेमरम
कृषक समूह	घरबगैँचा कृषि सहकारी संस्था
साझेदार संस्था	ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ मङ्सिर २७ गते

पहिले बाख्रा–सुँगुर पाल्ने र कृषि मजदुरी मात्र गर्ने पूर्वी तराईको आदिवासी सन्थाल जातिका ५० वर्षीय सहिँला हेमरम २०७२ सालमा आफ्नै गाउँको गौरीशङ्कर मा.वि.को विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष बने । झापा जिल्लाको बाह्रदशी गाउँपालिका, वडा नं. ७, डाँगीबारीका साहिँला विद्यालय व्यवस्थापन समितिको अध्यक्षजस्तो सम्मानित पदमा चुनाव लडेरै विजयी भएका हुन् । त्यसबेला पत्र–पत्रिकाहरूले पनि नेपालमा सबैभन्दा पछाडि पारिएको लोपोन्मुख सन्थाल जातिबाट यस्तो पदमा पुग्ने उनी पहिलो हुन् भनेर समाचार बनाए । साहिँला भन्छन्, 'खासमा भन्ने हो भने, मलाई यो पदमा पुऱ्याउने चाहिँ हाम्रो गाउँमा सञ्चालन भएको 'घरबगैँचा कार्यक्रम' नै हो ।'

कृषि मजदुरी नगरे सातजनाको परिवारलाई आफूसँग भएको केवल १० कठ्ठा जमिनको उत्पादनले मात्र खान–लाउन पुऱ्याउनै नसक्ने विपन्न परिवारका साहिँला २०६७ सालमा घरबगैँचा कार्यक्रममा आबद्ध भएका हुन् । नयाँ कुराहरू सिक्दै नौलो काम गर्न मन पराउने साहिँलालाई घरबगैँचा कार्यक्रम पनि नौलो लाग्यो । उनले आफ्नो गाउँ नजिकै घैलाडुबा बजारमा त्यसैबेला आयोजना भएको घरबगैँचासम्बन्धी तालिममा भाग लिएर खेतबारीका आली र आँगनका छेउ–कुनाजस्ता त्यत्तिकै खेर फालिएका जमिनमा पनि कसरी तरकारी, जडीबुटी तथा फलफूलको खेती गर्न सकिन्छ र आफ्नो घर–आँगनलाई कसरी आलङ्कारिक फूल तथा वनस्पतिले राम्रो पार्न सकिन्छ भनेर सिक्ने मौका पाए । तालिमबाट फर्केपछि उनले तालिममा

सिकेका कुरा आफ्नै घर, आँगन र बारीमा प्रयोग गरे । त्यसबाट राम्रो फाइदा हुँदै गएपछि त्यही सीप प्रयोग गरेर व्यावसायिक तरकारी खेती समेत सुरु गरेको उनी बताउँछन् ।

घरबगैँचा कार्यक्रममा गाउँका थुप्रै मानिसहरू संलग्न हुँदै गएपछि घरबगैँचा कृषक समूहहरू पनि गठन हुन थाले । २०६९ सालमा यस्ता समूहहरू मिलेर घरबगैँचासम्बन्धी सहकारी संस्था नै गठन भयो । अहिले डाँगीबारीमा आठवटा घरबगैँचा कृषक समूहहरू सक्रिय छन् भने घरबगैँचा सहकारी संस्थामा ३०० भन्दा बढी घरधुरी सदस्य रहेका छन् । साहिँला घरबगैँचासम्बन्धी यी सबै काममा २०६९ सालसम्म 'ली–बर्ड'ले सहयोग र सहजीकरण गरेको बताउँछन् । उनी भन्छन्, 'ली–बर्डले छोडेपछि पनि हामी सबै गाउँलेले यो राम्रो काम भएकाले आफैँ सहकारी संस्था र समूहहरू बनाएर निरन्तरता दिइरह्यौँ ।'

घरबगैँचा कार्यक्रमबाट भएको सिकाइका आधारमा साहिँलाले गरेको प्रगतिको मूल्याङ्कन गरेर उनलाई जिल्ला कृषि विकास कार्यालयले सिँचाइका लागि बोरिङ गाड्न मद्दत गऱ्यो । जिल्लाका उत्कृष्ट कृषकका रूपमा पुरस्कृत गरेर ६० हजार रुपैयाँ अनुदान पनि दियो ।

यस्ता कुराहरूले गाउँमा साहिँलाको चर्चा चुलिँदै गयो । त्यसैबेला अर्थात् २०७२ सालमा गाउँको गौरीशङ्कर मा.वि.को विद्यालय व्यवस्थापन समितिको निर्वाचन हुने भयो । साहिँलालाई पनि सो समितिको अध्यक्षमा विजयी हुनसके गाउँमा शिक्षा सुधारका केही नौला कामहरू गर्न सकिन्थ्यो कि भन्ने लाग्यो । उनलाई घरबगैँचा कृषक समूहहरू र सहकारीका सदस्यहरूले चुनाव लड्न उत्प्रेरित गरे । यस्तो सहयोगबाट उनी सो प्रतिस्पर्धात्मक चुनाव जितेर अध्यक्ष भए । साहिँला थप्छन्, 'म घरबगैँचा कार्यक्रममा संलग्न नभएको भए त यस्तो सहयोग पाउने नै थिइँन । मेरो भोट नै धेरै कम आउँथ्यो । चुनाव जित्नै सकिन्न थियो ।'

उनी निर्वाचित भएको १४ महिनापछि शिक्षासम्बन्धी नियम–कानूनमा परिवर्तन भएकाले आफूले सो पद छाडेको उल्लेख गर्दै साहिँला आफ्नो सो छोटो कार्यकालका मुख्य उपलब्धिहरू चाहिँ अहिले पनि सम्झन्छन् । भन्छन्, 'यौटा त, नेपालमै पछाडि रहेको हाम्रो सन्थाल जातिका बालबालिकालाई विद्यालय भर्ना गराउन र नियमित रूपमा विद्यालय जान अभियान नै चलाइयो । अर्को चाहिँ, यो सामुदायिक विद्यालय भएपनि प्रारम्भिक कक्षाहरूमा अङ्ग्रेजी माध्यमबाट पढाउने व्यवस्था मिलाइयो । तेस्रो चाहिँ, विद्यालयमा विद्यार्थीहरू बढ्न थालेकाले नयाँ भवन बनाएर कक्षा कोठाहरू थप गरियो ।' यो नयाँ भवन भएको जग्गा विद्यालयको नाममा रहेपनि पहिलेदेखि अरूले नै उपभोग गरिरहेकाले त्यसबाट साहिँलाले छुटाएर विद्यालयले नै उपभोग गर्नेगरी ल्याएको केही स्थानीय बासिन्दाहरूले बताए । साहिँलाकै गाउँको घरबगैँचा सहकारी संस्थाका अध्यक्ष लक्ष्मी तिवारी थप्छन्, 'विद्यालयका अरू पक्षहरूमा पनि उनले थुप्रै सुधारहरू गरेका छन् । अध्यक्ष भएर केवल १४ महिनाको कार्यकालमै राम्रा कामहरू गर्न सकेका साहिँलाको अहिले पनि गाउँमा प्रतिष्ठा छ ।'

साहिँला फेरि पनि दोहोऱ्याउँछन्, 'घरबगैँचा कार्यक्रमले नै मलाई यो अवस्थामा पुग्न र व्यावसायिक तरकारी खेती गरेर जीवनयापनमा सुधार ल्याउन मद्दत गरेको हो ।' ❑

घरबगैँचादेखि उपमेयरसम्म

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रमबाट राजनीतिक क्षमता अभिवृद्धि
घटना–अध्ययन इकाई	महोत्तरी जिल्लाको भंगाहा नगरपालिकाकी उपमेयर गंगादेवी सिंह दनुवार र स्थानीय महिला बबितादेवी सिंह
कृषक समूह	सीता घरबगैँचा समूह
साझेदार संस्था	सहास नेपाल र सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ मङ्सिर २९ गते

'मलाई चुनाव जितेर हाम्रो नगरपालिकाको उपमेयर बन्न त घरबगैँचा कार्यक्रमको ठूलो योगदान छ नै, उपमेयरले गर्नुपर्ने थुप्रै कामहरूमा पनि यस कार्यक्रमको अनुभव धेरै काम लागेको छ ।' यो महोत्तरी जिल्लाको भंगाहा नगरपालिकाकी उपमेयर गंगादेवी सिंह दनुवारको दृष्टिकोण हो । गंगाका हरेक क्रियाकलापमा सधैँ र जहाँ पनि साथ दिइरहेका उनका श्रीमान् सुशील सिंहले भने, 'गंगाले चुनावमा ल्याएको ४ हजार ४ सय भोटमध्ये १ हजार ७ सय भोट त घरबगैँचा कार्यक्रम सञ्चालन भएका तीनवटा वार्डबाटै पाइन् ।'

गाउँमा २०७२ सालमा सुरु भएको घरबगैँचा कार्यक्रममा गंगा पनि संलग्न भएकी थिइन् । कक्षा–१२ सम्म पढेकी गंगालाई उनी संलग्न 'सीता घरबगैँचा समूह'ले समूहको सचिवको जिम्मेवारी दिएको थियो । उनले सो कार्यक्रमबाट समूह सञ्चालनका लागि आवश्यक नेतृत्व विकासको तालिम लिने मौका पाइन् । कार्यक्रमबाटै उनले मानिसहरूका अगाडि उभिएर बोल्ने कला पनि सिकिन् । समूहको काममा थरिथरिका विचार भएका मानिसहरूलाई सम्झाउने अभ्यास समेत गर्न पाइन् । भंगाहाका २१ वटा यस्ता समूहका थुप्रै सदस्यहरूले गंगालाई आफ्नो उम्मेदवारको रूपमा महसुस गरे । यी सबै कुराले २०७४ सालमा भएको स्थानीय सरकारको चुनावी अभियानमा उनलाई धेरै मद्दत पुग्यो । 'सीता घरबगैँचा समूह'की अध्यक्ष मायादेवी सिंह भन्छिन्, 'गंगाले हाम्रो समूहमा रहँदा सबैको मन जित्ने, अरूका कुराहरू सुन्ने र सबैको हितमा काम गर्ने, नरिसाउने र पढे–लेखेकी पनि भएकीले हाम्रो नगरपालिकामा यिनी उपमेयर भइन्

भने सबैलाई राम्रो हुन्छ भन्ने ठानेरै हामीले उनलाई चुनावमा उठ्न भन्यौँ । चुनावमा समूहका सबैले गाउँघरमा घुमी–घुमी प्रचार पनि गर्‍यौँ । अहिले गंगाको कामलाई नगरपालिकाका धेरै मानिसहरूले मन पराएका छन् ।'

गंगाका अनुसार उनले घरबगैंचा कार्यक्रममा रहँदा एन.जी.ओ.हरूका बारेमा बुझ्ने मौका पाइन् । त्यसैले अहिले नगरपालिका र एन.जी.ओ.हरूका बीचमा समन्वय गर्न उनलाई सजिलो भएको छ । नगरपालिकामा आएर थरिथरिका कुरा गर्ने मानिसहरूका कुरा सुनेर सम्बोधन गर्न पनि यो कार्यक्रमकै अनुभवले मद्दत पुगेको छ । नगरपालिकामा भएका निर्णयहरूको माइन्यूट लेखन ठीक भए–नभएको हेर्न र सुझाव दिन समेत घरबगैंचा समूहमा सचिवको रूपमा काम गर्दा आफूले गर्ने गरेको माइन्यूट–लेखनको अनुभवले सघाएको छ । बैठक तथा कार्यक्रमहरूमा भाग लिने र मन्तव्य राख्ने, फरक–फरक मानिसहरूसँग व्यवहार गर्ने र मानिसहरूलाई विभिन्न क्रियाकलापमा परिचालन गर्नेजस्ता थुप्रै कुराहरू घरबगैंचा समूहकै संलग्नताले सिकाएको छ । घरबगैंचा कार्यक्रममा उपलब्ध सीमित स्रोतहरूको उपयुक्त वितरण कसरी गर्ने भन्ने अभ्यासले अहिले नगरपालिकाको सीमित स्रोत–साधनको वितरण तथा कार्यक्रम र परियोजनाहरूको अनुगमनमा पनि उपयुक्त तौरतरिका अवलम्बन गर्न सकिएको छ । उनको भनाइ छ, 'यस्ता धेरै कुराहरू सो कार्यक्रमबाट सिकिएकाले मलाई उपमेयरको रूपमा काम गर्न सजिलो भएको छ ।'

गंगाकै समूहकी कोषाध्यक्ष बबितादेवी सिंह पनि २०७४ सालको चुनावमा वडा नं. ७ को सदस्यमा उम्मेदवार बनेकी थिइन् । केवल ११ मतको अन्तरले उपविजेता बनेकी बबिता भन्छिन्, 'घरबगैंचा कार्यक्रममा लागेकै कारणले हामीलाई चुनाव लड्न धेरै सजिलो भयो । नत्र त, हामी घरको चारदिवारीबाट बाहिर ननिस्केका महिलाहरू राजनीतिमा होमिएर एकैचोटि कसरी चुनाव लड्न सक्थ्यौँ र !'

कुराकानीपछि गंगा र बबिता दुवैजना गंगाको घरबगैंचामा 'एकछिन भए पनि काम गरौँ' भनेर हिँडे । गंगाले आफ्नो नगरपालिकामा उपमेयरको भूमिकालाई कुशलतापूर्वक व्यवस्थापन गर्नुका साथै घरबगैंचालाई पनि समय मिलाएर अगाडि बढाइरहेकी छिन् । यस काममा उनलाई उनकी सासू–आमाले समेत मद्दत गरेकी छिन् । बबिता आफूले पनि आफ्नो घरबगैंचालाई निरन्तरता दिइरहेको बताइन् । ❑

स्रोत व्यक्ति बनिन् – शारदा वि.क.

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रमबाट दलित महिलाको क्षमता अभिवृद्धि
घटना–अध्ययन इकाई	कालीकोट जिल्लाको तछरिना गाउँपालिका, वडा नं. ३, कोटवाडाकी दलित महिला शारदा वि.क.
कृषक समूह	खुलालु कृषि समूह, कालिकोट
साझेदार संस्था	एभरेष्ट क्लब र ग्रामीण विकास नेपाल

यसै त नेपालमा सबैभन्दा पछाडि पारिएको कर्णाली, त्यसमाथि सो क्षेत्रकी दलित जातिकी महिला । कालीकोट जिल्लाको तछरिना गाउँपालिका, वडा नं. ३, कोटवाडाकी शारदा वि.क.लाई पहिले गाउँमा कसैले पनि खासै महत्व दिँदैन थिए । कृषि कार्यमा संलग्न उनलाई परम्परागत रूपमा गरिँदै आएको खेतीपातीको तरिका बाहेक नयाँ प्रविधिका बारेमा ज्ञान पनि थिएन । घरबगैँचा कार्यक्रममा लागेपछि भने उनले धेरै कुरा सिक्ने मौका पाइन् । यी दलित महिलाले सिकेका कुरा आफूले त प्रयोग गरिन् नै, अरूलाई पनि सिकाउन थालिन् । अरूलाई पनि सहजीकरण गर्ने क्षमता विकास गरेर स्थानीय स्रोत–व्यक्ति बन्न सफल भएकी शारदाको सामाजिक प्रतिष्ठा आजकल पहिलेभन्दा निकै उच्च भएको छ । स्थानीय बासिन्दाहरूले उनीसँग प्राविधिक ज्ञान र सीप सिक्ने भएकाले समाजमा उनको महत्व र प्रतिष्ठा बढ्न थालेको छ ।

कर्णाली नदीको किनारमा रहेको शारदाको घरबारी जैविक विविधताका दृष्टिकोणले राम्रो भएपनि उनले यसको सदुपयोग गर्न सकेकी थिइनन् । १२ जना सदस्य भएको उनको परिवारका पुरुषहरू रोजगारीका लागि भारत जाने भएकाले परिवारमा बाँकी रहेका महिलाहरूले सामान्य रूपमा परम्परागत तरिकाले खेती गर्दथे । यसबाट न त राम्रो उत्पादन हुन्थ्यो, न आम्दानी नै ।

२०७२ सालमा गाउँमा 'घरबगैँचा कार्यक्रम' सुरु भएपछि भने शारदा पनि त्यसमा संलग्न भइन् । लगनशील स्वभावकी उनले कार्यक्रमबाट प्राङ्गारिक एवम् व्यावसायिक कृषि प्रणालीका बारेमा बुझ्ने र तिनलाई प्रयोग गर्ने मौका पाइन् । उनले तालिमहरू पनि लिइन् । कार्यक्रमले शारदाको लगनशीलतालाई देखेर फलफूलका बिरुवा, बीउ–बिजन भएका प्याकेट, सिँचाइका सामग्रीजस्ता थुप्रै कुराहरूमा सहयोग गऱ्यो । उनले यस्ता कृषि सामग्रीहरूको भरपूर प्रयोग गरिन् । आफ्नो सिकाइ र अभ्यासबाट जानेका कुरा उनको सम्पर्कमा आउने अरूहरूलाई पनि इमानदारीपूर्वक बताउन थालिन् । उनको इमानदार र सिकेका कुरालाई निरन्तर प्रयोग गरिरहने स्वभाव, लगनशीलता र समाजमा उनले गर्न थालेको योगदानका आधारमा उनी संलग्न खुलालु कृषि समूहले उनलाई स्थानीय स्रोत–व्यक्तिका रूपमा अघि बढायो ।

शारदा अहिले पनि गाउँमा स्थानीय स्रोत–व्यक्तिका रूपमा आफ्नो ज्ञान र सीप बाँड्छिन् । उनी भन्छिन्, 'यो घरबगैँचा कार्यक्रमले मेरो जीवनशैली नै बद्लिदियो । अहिले मानिसहरू मसँग केही सिक्न र बुझ्न आउँछन् । म पनि आफूले जानेका कुराहरू बताइदिन्छु । म आफैँले पनि आफ्नो घरबगैँचा र खेतबारीमा परम्परागत ढङ्गले भन्दा बढी आफूले जानेको आधुनिक प्रविधि प्रयोग गरेर खेती गर्न थालेकी छु । यसबाट तरकारी र फलफूल प्रशस्त खान पाइएको छ । बढी भएको उत्पादन बिक्री पनि गर्छु ।' शारदाले लगाएका तरकारी, फलफूल र मसलाहरू बिक्री गरेर उनले वार्षिक करिब ३५ हजार रुपैयाँ आम्दानी गर्न थालेको बताइन् । शारदाले थपिन्, 'घर–परिवारका लागि तरकारी किन्ने गरेको पैसा पनि बचत हुन थालेको छ । यो पनि त अर्को फाइदा हो ।'

यसरी शारदा वि.क. पछाडि पारिएको क्षेत्र र जातिकी महिला भएर पनि लगनशीलतापूर्वक आफूले सिकेका ज्ञान र सीप प्रयोग गर्ने हो भने समाजमा प्रतिष्ठा र आयआर्जन दुवै वृद्धि गर्न सकिन्छ भन्ने कुराकी उदाहरण बनेकी छिन् । ❑

(यो परिवर्तनको कथा साझेदार संस्था ग्रामीण विकास नेपाल, कालीकोटका दिलिपकुमार शाहीले सङ्कलन गर्नुभएको जानकारीका आधारमा तयार पारिएको हो ।)

भान्साका लागि सजिलो

बिहान–बेलुकीको चिन्ता कम

विषयवस्तु	बिहान–बेलुकीको खाना बनाउने काममा महिलालाई सजिलो
घटना–अध्ययन इकाई	सिन्धुली, तीनपाटन गाउँपालिका, वडा नं. ५ की मुनाकुमारी रमौली मगर र रामेछाप, खाँडादेवी गाउँपालिका, वडा नं. २ की देवीमाया बुढाथोकी
कृषक समूह	हरियाली घरबगैँचा कृषक समूह, सिन्धुली र दुर्गानदी बहुउद्देश्यीय कृषि घरबगैँचा समूह, रामेछाप
साझेदार संस्था	सहास नेपाल र ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ पुस ५ र ६ गते

सिन्धुली जिल्लाको तीनपाटन गाउँपालिका, वडा नं. ५ की मुनाकुमारी रमौली मगरलाई घरबगैँचा लगाएपछि बिहान–बेलुकी के तरकारी पकाउने भन्ने चिन्ता निकै कम भएको छ । मुना भन्छिन, 'आफ्नो घरबगैँचामा गयो, केही न केही तरकारी भइहाल्छ, टिप्यो, ल्यायो र पकायो । पहिले त धेरै गाह्रो थियो । कहिलेकाहीँ बाहिरबाट तरकारी बेच्नेहरूले साइकल र टोकरीमा काउली, बन्दा, टमाटर डुलाउँदै ल्याए भने धानसँग साटेर खाइन्थ्यो, नत्र त पकाउने बेला भयो कि जहिल्यैको चिन्ता । बजार पनि धेरै टाढा छ, के गर्नु ? फेरि के पकाउने भन्ने कुरामा हाम्रो नेपालमा पुरुषलाई चिन्तै नहुने, महिलालाई नै सास्ती ।'

उनले थपिन्, 'आफ्नो घरबगैँचाको तरकारी त रासायनिक मल नहालेकाले हो कि केले हो, कारण चाहिँ थाहा भएन तर किनेर ल्याएको तरकारीभन्दा पाक्न पनि छिटो पाक्ने र खान पनि मीठो हुने रहेछ ।'

मुना आफ्नो घरबगैँचामा अचार बनाउनका लागि मूला उखेल्न लागेकी थिइन् । उनी अलिअलि लजाउँदै बोलिन्, 'सिँचाइको अभावले त्यति राम्रो त भएन तर सानै भएपनि आफूले लगाएको मूला हो, मीठो चाहिँ मीठो छ ।'

रामेछाप जिल्लाको खाँडादेवी गाउँपालिका, वडा नं. २, चुल्ठेपानीका छत्रबहादुर बुढाथोकीको पनि आजकल आफ्नै घरबगैँचा छ । त्यसबाट 'बाह्रैमास विभिन्न तरकारी टिपेर श्रीमतीले पकाउन थालेपछि पहिलेजस्तो दिक्क लागुञ्जेल स्कुस, फर्सी, गुन्द्रकको झोल, मूलाका सुकेका चाना र आलु मात्रै खानुपर्ने अवस्था हटेको' उनी बताउँछन् । भान्सामा खाना बनाउँदै गरेकी उनकी श्रीमती देवीमाया भन्छिन्, 'आफ्नो घरबगैँचाको रायो साग नै पकाए पनि परिवारका सबैले मीठो मानेर खान थालेका छन् । आफ्नो घरबगैँचाको तरकारी त ताजा पनि हुन्छ । परिवारका मान्छेले मीठो मानेर खाइदिँदा पकाउनेलाई पनि आनन्द आउँदो रहेछ । पकाउन–तुल्याउन अलि जाँगर पनि चल्छ ।' यसो भनिरहँदा चुल्हो छेउमा बसेर उनी कीटको कालो कराहीमा रायो साग नै पकाइरहेकी थिइन् । चुल्होबाट कराही झिकेर अर्को भाँडा बसाउँदै भनिन्, 'आफ्नै बगैँचाको साग हो, धेरैबेर पकाउनै पर्दैन ।'

नजिकै बजार भएका ठाउँमा पनि धेरैजसो परिवारमा तरकारी किन्न महिलाहरू नै जाने गरेका थिए । आफ्नै घरबगैँचामा तरकारी फलाउन थालेपछि भने बजार जाने समय मात्र होइन, तरकारी किन्ने पैसा पनि बचेको उनीहरूको भनाइ छ ।

सिन्धुलीकी मुनाको अनुभव छ, 'धेरै पहिले सासू–आमाले आफ्नो घरबगैँचा बनाएर यसैगरी विभिन्न खालका तरकारी फलाउनु हुन्थ्यो । पछि आफूहरूले छोड्दै गएर दुःख पाइयो तर यो घरबगैँचा कार्यक्रम आएर हामीलाई यस्तो काममा लाग्न फेरि झक्झक्यायो र अहिले सजिलो हुन थाल्यो ।' ❑

दिगोपनातर्फ अघि बढ्दै

वनस्पति उद्यानजस्तै स्रोत–बगैंचा

विषयवस्तु	घरबगैँचा स्थापना र सञ्चालनको दिगोपनका लागि स्रोत–बगैँचा
घटना–अध्ययन इकाई	झापा जिल्लाको बाह्रदशी गाउँपालिका, वडा नं. ६, डाँगीबारीका लक्ष्मी तिवारी
कृषक समूह	घरबगैँचा कृषि सहकारी संस्था
साझेदार संस्था	ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ मङ्सिर २७ गते

लाग्छ, हामी एउटा सुन्दर वनस्पति उद्यानभित्र छिर्दैछौँ । प्रवेश गर्ने ठाउँमै फलिरहेका कफीका बोट र आलङ्कारिक बिरुवाहरूले स्वागत गर्छन् । सुपारीका बोटहरू त झन् कति हुन् कति ? सुपारीका अग्ला–अग्ला बोटहरूमा धेरैजसोमा मरिच र केहीमा पानका पात फल्ने लहराहरू लहरिएका छन् । कतै लटरम्म मेवा फलिरहेको छ । भित्र छिर्दै जाँदा आँप, सुपारी, कटहर, केरा (रातो कोसा भएको केरा समेत), कागती, लिची, अनारजस्ता फलफूलहरूमात्र हैन नास्पाती, रुद्राक्ष र धूपी समेत देखिन्छन् । एकछेउमा अनारसका लहरै बोटहरू छन् । अर्को छेउमा अनेकथरी फलफूलका रोप्न लैजान ठिक्क पारिएजस्ता प्लास्टिकका स–साना थैलाहरूमा लगाइएका बिरुवाहरू ।

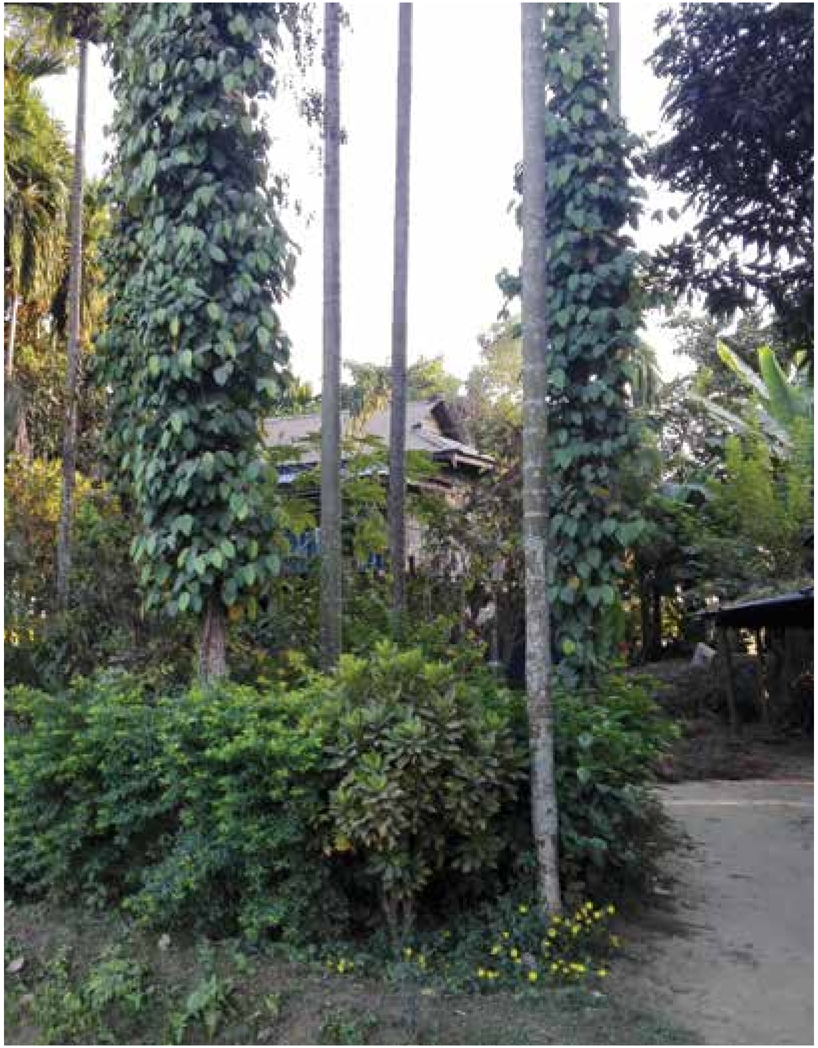
यो कुनै सार्वजनिक उद्यान भने होइन । यो त झापा जिल्लाको बाह्रदशी गाउँपालिका, वडा नं. ६, डाँगीबारीमा रहेको लक्ष्मी तिवारीको घर–आँगन र वरपरको दृश्य हो । स्थानीय घरबगैँचा सहकारी संस्थाका अध्यक्ष तिवारीले आफ्नो करिब पाँच कठ्ठा घरबारीलाई यसरी नै वनस्पति उद्यानजस्तो बनाएका छन् ।

यहीँबाट उनी आफ्नो गाउँ र वरपरका मानिसहरूलाई सशुल्क फलफूल र जडीबुटीका बिरुवाहरू वितरण गर्छन् । यस्ता बिरुवाहरू लगाउने, हेरचाह गर्ने र काँटछाँट गर्नेसम्मका सरसल्लाह चाँहि उनी निशुल्क बताइदिन्छन् । यसलाई घरबगैँचा कार्यक्रमअन्तर्गतको 'स्रोत–बगैँचा' भनिन्छ ।

तिवारी भन्छन्, 'अहिले कागती, लिची, नास्पाती, मरिच र सुपारीका बिरुवाहरू बढी मात्रामा बिक्री हुने गरेका छन् । फाट्टफुट्ट रूपमा अरू ३० थरी फलफूलका बिरुवाहरू जाने गरेका छन् । यसबाट वार्षिक सरदर १ लाख रुपैयाँ आम्दानी भइरहेको छ ।' फलफूल र जडीबुटी बाहेक तिवारी गेडागुडीको रूपमा उपभोग गरिने 'राज्मा'को बीउ पनि उत्पादन र वितरण गर्छन् । यसबाट पनि सरदर वार्षिक १ लाख रुपैयाँकै आम्दानी भइरहेको उनी बताउँछन् । यही उद्यानजस्तो स्रोत–बगैँचाभित्र रहेको घरको ढोकाबाट खाजाको रूपमा उसिनेको सिमल तरुल लिएर मुस्कुराउँदै आएकी लक्ष्मीकी जीवनसँगिनी थप्छिन्, 'स्रोत बगैँचाको आम्दानीले छोराछोरीको पढाइ खर्च र घर खर्च धान्न मद्दत पुगेको छ ।' उनीहरूकी छोरी काठमाडौँमा स्नातकोत्तर तहको र दुई छोरा झापाकै विर्तामोड बजारमा स्नातक तहको अध्ययन गरिरहेका छन् ।

तिवारीका अनुसार उनलाई 'ली–बर्ड'ले घरबगैँचाका साथै स्रोत–बगैँचा स्थापना र सञ्चालन गर्ने प्राविधिक सीप र ज्ञान तथा केही स्रोत बीउ–बिरुवा समेत दिएको थियो । त्यसैका आधारमा ली–बर्डको परियोजना करिब छ वर्षअघि नै सम्पन्न भएपनि उनले यस कामलाई निरन्तरता दिन सकिरहेका छन् । धेरैजसो बोटबिरुवा चाहिँ उनी आफैँले २०६७ साल अर्थात् यो स्रोत–बगैँचा स्थापना र सञ्चालन गर्न थालेदेखि सङ्कलन र उत्पादन गरेका हुन् ।

ली–बर्डको तत्कालीन घरबगैँचा कार्यक्रमका तालिम अधिकृत शम्भु बस्नेत 'यस्ता स्रोत–बगैँचाहरू परियोजना छँदै र सकिएपछि पनि घरबगैँचाले निरन्तरता पाउन मद्दत पुगोस् भनेर इच्छुक एवम् स्थापना गर्न र प्राविधिक सरसल्लाह समेत दिनसक्ने व्यक्तिका घरबगैँचामा स्थापना गर्न सघाइएको' बताउँछन् । ❑



वडा समितिले दिन थाल्यो – हौसला र सहयोग

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रममा स्थानीय वडा समितिको सहयोग
घटना–अध्ययन इकाई	सिन्धुली जिल्लाको तीनपाटन गाउँपालिका, वडा नं. ५ को वडा समिति र घरबगैँचामा संलग्न स्थानीय बासिन्दाहरू
कृषक समूह	हरियाली घरबगैँचा कृषक समूह
साझेदार संस्था	सहास नेपाल
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ पुस ५ गते

'सहासले दिएको बीउ थरीथरी, रोपेर हामीले क्यारी वरिपरि,
राम्रो भो ..., नयाँ नेपाल बन्दैछ भर्खर...'

२०७५ सालको तीजको अघिल्लो अर्थात् दरखाने दिन सिन्धुलीको मझुवा गाउँमा स्थानीय घरबगैँचा समूहका महिलाहरू माथि उल्लेख गरिएजस्ता घरबगैँचासँग सम्बन्धित गीतका शब्द र सङ्गीतमा बेस्सरी नाचे । यो गीत स्थानीय ६६ वर्षीया भवनकुमारी रमौली मगरले लेखेकी हुन् । सिन्धुली जिल्लाको तीनपाटन गाउँपालिका, वडा नं. ५ मा पर्ने यस गाउँका महिलाहरूलाई खाद्यमा आधारित पोषणको प्रसार गर्दै दरखाने कार्यक्रम गर्न भनेर वडा कार्यालयले १० हजार रुपैयाँ सहयोग गरेको थियो ।

सो वडाका वडा अध्यक्ष दिनेशकुमार रमौली मगर भन्छन्, 'घरबगैँचाजस्ता उपयोगी कार्यक्रमहरूको व्यापक प्रचार–प्रसार हुनु हामीले जरुरी ठान्यौँ । यस्ता कुराहरूमा लाग्न गाउँका सबैलाई प्रेरणा मिलोस् भनेर वडा समितिका तर्फबाट सो कार्यक्रममा सहयोग गरिएको हो ।' भवनकुमारीको गीतमा 'सहास'को नाम उल्लेख गर्नुको कारण चाहिँ सबैभन्दा पहिले २०७१ सालमा सो संस्थाले ली–बर्डको सहयोगमा सो गाउँमा घरबगैँचा कार्यक्रमका बारेमा बताउने तथा बीउ–बिजन, कृषि सामग्री र अन्य प्राविधिक सहयोग गर्ने काम गरेर गाउँलेहरूलाई यसतर्फ लाग्न अभिप्रेरित गरेकाले हो ।

दर खाने कार्यक्रममा घरबगैँचाको गीत लेखेर सुनाउने भवनकुमारी

वडा अध्यक्ष दिनेश थप्छन्, 'वडा समितिले ठ्याक्कै घरबगैँचा भन्ने नाम उल्लेख नगरे पनि यसबाटै प्रभावित भएर सो कार्यक्रममा संलग्न कृषकहरूलाई विशेष मद्दत पुगोस् र अरू किसानहरूलाई पनि यस्ता काममा लाग्न सहयोग मिलोस् भनेर अन्य सहयोग समेत गर्दै आएको छ ।' उनका अनुसार यस आर्थिक वर्षमा घरबगैँचा लगाउने कृषकहरूलाई सिँचाइको सुविधा उपलब्ध गराउन वडा समितिले २८ लाख रुपैयाँको बजेट तर्जुमा गरेको छ । यसले घरबगैँचाका साथै कृषकका अन्य खेतबारीमा पनि सिँचाइका लागि मद्दत पुग्नेछ । घरबगैँचा कार्यक्रमले कृषकहरूलाई सकेसम्म रासायनिक मल र विषादी प्रयोग नगर्ने सल्लाह दिने गरेको छ । यस कुरालाई व्यापक रूपमा अपनाउनु आवश्यक ठानिएकाले वडा समितिले यससम्बन्धी जनचेतना अभिवृद्धि गर्न अघिल्लो वर्ष गाउँका घरबगैँचा समूह र अगुवा कृषकहरू, आमा समूहका अध्यक्षहरू, महिला स्वास्थ्य–स्वयंसेविका, विद्यार्थी तथा अन्य राजनीतिमा संलग्न व्यक्ति एवम् गाउँका अगुवाहरूलाई भेला गरेर जनचेतनामूलक कार्यक्रम आयोजना गर्न ४० हजार रुपैयाँ बराबरको सहयोग गरेको थियो । २०७५ असारदेखि घरबगैँचा कार्यक्रमको परियोजना अवधि सकिएको तर सो परियोजनाले सिकाएको कामलाई निरन्तरता दिनु जरुरी भएकाले वडा समितिका तर्फबाट अब के कस्तो कार्यक्रम बनाउनु पर्ला भन्ने बारेमा वडा समितिमा छलफल हुन थालेको पनि वडा अध्यक्ष दिनेशले उल्लेख गरे ।

स्थानीय हरियाली घरबगैँचा कृषक समूहकी अध्यक्ष मुनाकुमारी रमौली मगरले पनि मुस्कुराउँदै उल्लेख गरिन्, 'वडा समितिले यसरी सहयोग गर्न थालेपछि घरबगैँचा गर्ने कृषकहरूलाई केही न केही हौसला त मिलिहाल्छ नि ।'

सहास नेपाल नामक गैरसरकारी संस्थाका सामाजिक परिचालक संयोजकका रूपमा रहेका दलबहादुर क्याप्छाकी मगर भन्छन्, 'वडा समितिबाट हुने गरेको यस्तो चासो र सहयोगले घरबगैँचा कार्यक्रमलाई परियोजना अवधिपछि पनि निरन्तरता दिएर दिगो रूपमा अघि बढाउन धेरै मद्दत पुग्ने देखिएको छ ।' ❑

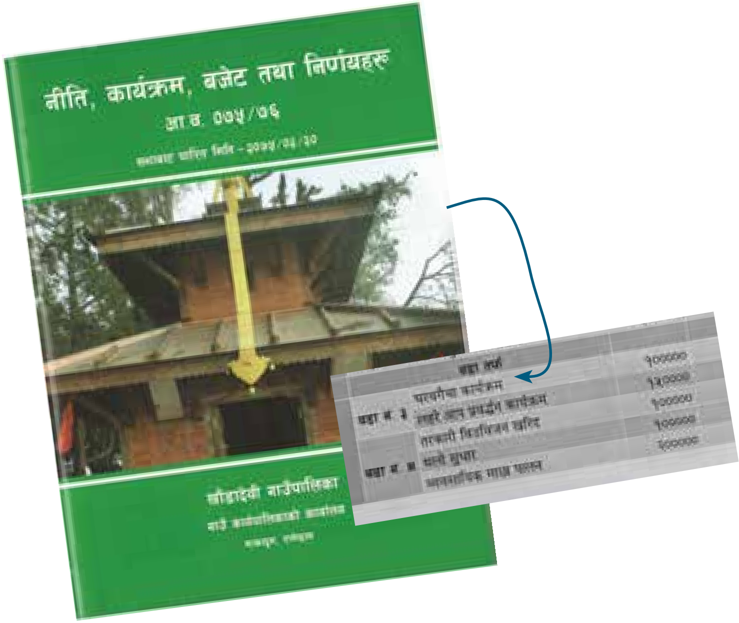
गाउँपालिकाले आफैँ सुरु गऱ्यो

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रमलाई स्थानीय सरकारद्वारा निरन्तरता
घटना–अध्ययन इकाई	रामेछाप जिल्लाको खाँडादेवी गाउँपालिका
साझेदार संस्था	ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ पुस ६ गते

रामेछाप जिल्लाको खाँडादेवी गाउँपालिकाले २०७५–०७६ सालको आफ्नो कार्यक्रम तथा बजेटमै 'घरबगैँचा कार्यक्रम'लाई समावेश गरेको छ । गाउँपालिकाका अध्यक्ष प्रेमबहादुर तामाङ भन्छन्, 'घरबगैँचा त प्रत्येक घरपरिवारले आफैँले लगाउनु पर्ने जरुरी कुरा हो । त्यसमाथि एस.डी.सी.को सहयोगमा 'ली–बर्ड'ले हाम्रो गाउँपालिकाका केही गाउँहरूमा यो काम गर्न मद्दत गऱ्यो । यो राम्रो कार्यक्रम थियो । यस्ता परियोजना त केही समयका लागि आउँछन् र गइहाल्छन् । यो परियोजना पनि २०७५ सालको असारमा गइहाल्यो । तर, राम्रा कामलाई 'टेक–अफ' गर्दै लैजानु गाउँपालिकाको दायित्व नै हो । त्यसैले हामीले यो राम्रो कार्यक्रम भएकाले निरन्तरता दिन आफ्नै कार्यक्रम तथा बजेटमा समावेश गरेका हौँ ।'

सो गाउँपालिकाले आफ्नो कार्यक्रम तथा बजेटमा यस वर्ष वडा नं. ३ मा घरबगैँचा कार्यक्रम सञ्चालन गर्नेगरी आफ्नै स्रोतबाट कृषिका अन्य कार्यक्रमको अलावा छुट्टै 'घरबगैँचा कार्यक्रम' शीर्षकमै एक लाख रुपैयाँ बजेट विनियोजन गरेको छ । २०७५ असार ३० गते गाउँसभाबाट यस कार्यक्रमसम्बन्धी प्रस्तावलाई पारित गरिएको थियो ।

यस कार्यक्रममा घरबगैँचासम्बन्धी जनचेतना जगाउने, बीउबिजन र प्राविधिक सहायता उपलब्ध गराउने, सुख्खाग्रस्त क्षेत्रमा पनि घरबगैँचाका लागि कसरी सिँचाइको व्यवस्था मिलाउन सकिन्छ भन्ने कुरा सिकाउने र अन्य जे जस्ता आवश्यक सहयोग गर्नुपर्ने कार्यहरू पर्छन्, सोअनुसार गर्ने लक्ष्य लिइएको छ ।



गाउँपालिकाका कृषि प्राविधिक कमला सुनार र पशु स्वास्थ्य प्राविधिक कुमार पाठकलाई पनि यो कार्यक्रम महत्वपूर्ण लागेको छ । कमला त पहिले जिल्ला कृषि विकास कार्यालयअन्तर्गत कार्यरत रहँदा घरबगैँचा कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ली–बर्डका प्राविधिक तथा सहजकर्ताहरूसँगको समन्वयात्मक क्रियाकलापमा संलग्न रहेर 'राम्रैसँग परिचित भइसकेकी' छिन् । कमला भन्छिन्, 'मैले सो कार्यक्रमबाट घरबगैँचासम्बन्धी धेरै कुराहरू सिक्ने मौका पाएँ । त्यही अनुभवले गर्दा मलाई गाउँपालिकाको अहिलेको घरबगैँचा कार्यक्रमको कार्यान्वयनमा सहजीकरण गर्न सजिलो हुने भएको छ ।' पशु स्वास्थ्य प्राविधिक कुमार थप्छन्, 'यो घरबगैँचा कार्यक्रमले स्थानीय बासिन्दाको पोषण सुधारमा धेरै मद्दत गर्छ । घरबगैँचाले तरकारी, फलफूल र जडीबुटीमात्र नभई घाँस तथा डालेघाँस पनि लगाउने र केही बाख्रा, कुखुराजस्ता साना पशुपक्षी पनि पाल्ने कुरालाई समेत समेटेको छ । यसबाट मानिसको शरीरलाई चाहिने प्रोटिनको आपूर्तिमा राम्रो मद्दत पुग्छ । घरबगैँचाबाट सिकेर कतिपय स्थानीय बासिन्दाले व्यावसायिक स्तरमै कृषि तथा पशुजन्य उत्पादनहरू गर्न सक्छन् । त्यसबाट आयआर्जन बढ्नुका साथै वातावरणीय सुधारमा पनि मद्दत पुग्छ । त्यसैले यो त धेरै राम्रो कार्यक्रम हो ।'

गाउँपालिकाले घरबगैँचा कार्यक्रम सुरु गर्न लागेको वडा नं. ३ का वडा अध्यक्ष पुष्करकुमार कार्कीका अनुसार यस कार्यक्रममा सहभागी हुन अहिले वडा नं. ३ का बासिन्दाहरू धेरै उत्साहित भएका छन् । घरबगैँचा कार्यक्रममा सहभागी हुन भनेरै स्थानीय बासिन्दाका छवटा समूह गएको केही महिनाभित्रै गठन भई वडा कार्यालयमा दर्ताका लागि आइसकेका छन् । यो क्रम बढ्दो छ । उनी भन्छन्, 'वडाबासीको यस्तो उत्साह देख्दा बजेट पो अलि कम छुट्याइएछ कि भन्ने लागेको छ । अन्य कुनै स्रोतबाट थप्न सकिन्छ कि भनेर वडा समितिले प्रयास गरिरहेको छ ।' ❑

गायत्री अरूलाई सिकाउन थालिन्

विषयवस्तु	अगुवा कृषकलाई घरबगैँचा कार्यक्रमको तालिम र सोको प्रभाव
घटना–अध्ययन इकाई	रामेछाप जिल्लाको खाँडादेवी गाउँपालिका, वडा नं. २, बोहोरा टोलकी गायत्री बोहोरा
कृषक समूह	काफलनागी घरबगैँचा समूह, रामेछाप
साझेदार संस्था	ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ पुस ६ गते

मङ्सिरे पूर्णिमा । यसपाला यो पूर्णिमा सरेर पुसमा पुग्यो । गाउँघरमा कूलपूजाको रूपमा गरिने देवालीको चटारो छ । गायत्री पनि देवालीमा भाग लिन गएकी थिइन् । उनलाई देवाली मनाउन आएकी आफ्नै गाउँकी जलदेवी बोहोराले घरबगैँचासँग सम्बन्धित केही कुराहरू सोधिहालिन् । देवाली भइरहेको खाँडादेवीको राय डाँडामा बसेर उनीहरूले कुरा सुरु गरे । गायत्रीले आफूले जानेका कुरा बताइन् ।

रामेछाप जिल्लाको खाँडादेवी गाउँपालिका, वडा नं. २, बोहोरा टोलकी गायत्रीले घरबगैँचा कार्यक्रमबाट अगुवा कृषकहरूलाई दिइने पाँचवटा तालिम लिएकी छिन् । यस्ता तालिममा उनलाई तरकारी खेती, प्राङ्गारिक मल र जैविक विषादी बनाउने तरिका, नमूना घरबगैँचा निर्माण, गँड्यौला मल, च्याउ खेती र बेमौसमी तरकारीका तौरतरिकाहरू सिकाइएका थिए । गायत्रीले तालिममा भाग लिएर आफूले सिकेका कुराहरू गाउँघरमा अरुलाई बताउने मात्र होइन प्रत्येक तालिमबाट फर्कनासाथ आफ्नो सम्पर्कमा रहेका घरबगैँचामा संलग्न कृषकका समूहलाई तालिम नै दिने काम पनि गरेकी छिन् ।

गायत्रीले भनिन्, 'मलाई आफूले जानेका कुराहरू अरूलाई पनि सिकाउन पाउँदा असाध्यै खुशी लाग्छ । तालिमबाट नयाँ–नयाँ कामलाग्ने कुराहरू सिकँदोरहेछ । त्यस्ता कुरा अरूलाई पनि बताउँदा त आफ्नो ज्ञान अझै बढ्दोरहेछ ।'

राय डाँडामा गायत्रीसँग कुरा गरिरहेकी जलदेवीले थपिन्, 'हामीजस्ता नपढेका मानिसलाई पनि गायत्रीले राम्रोसँग बुझ्नेगरी सिकाउँछिन् ।' जलदेवीले गायत्रीबाट घरबगैँचामा सिँचाइ गर्नका लागि सुख्खा याममा पनि नुहाएको, हातगोडा धोएको, भाँडा माझेको, लुगा धोएको पानी जम्मा गर्ने व्यवस्था कसरी मिलाउने; तीतेपाती, अँगेरी, आरुका मुन्टाजस्ता झारपात थिचेर र त्यसमा गहुँत पनि मिसाएर कसरी रोगकीरा नियन्त्रण गर्न जैविक विषादी बनाउने; अनि कसरी तरकारी बालीको दल राख्ने र बिरुवा सार्नेजस्ता थुप्रै कुराहरू सिकेको उल्लेख गरिन् । यी ५० वर्षीया जलदेवीले मजेत्रोले मुख छोप्दै लजाएर भनिन्, 'अरू पनि थुप्रै कुरा सिकाएकी थिइन् । बिर्सिइहाल्यो ।'

अर्कोपट्टि फर्केर कुरा सुनिरहेका स्थानीय वडा सदस्य छत्रबहादुर बुढाथोकीले सम्झाए, 'च्याउ खेती गर्ने तरिका पनि त सिकाएकी थिइन् नि ।' छत्रबहादुर स्वयंले पनि यस्ता नयाँ–नयाँ कुराहरू सिकेर आफ्नो घरबगैँचामा प्रयोग गर्ने गरेको बताए । २३ वर्षीया गायत्रीभन्दा उमेरले निकै पाका देखिने छत्रबहादुरको भनाइ थियो, 'यी गायत्री नानी निकै राम्रोसँग सिकाउँछिन् । घरबगैँचा कार्यक्रमले यसरी तालिम दिएर गाउँका केहीलाई जान्ने बनाएकाले कार्यक्रमले छोडेर गएपनि आफ्नै गाउँ–ठाउँमा सोध्न र सिक्न पाइएको छ । घरबगैँचाको निरन्तरताका लागि यो धेरै राम्रो कुरा हो ।'

जलदेवीलाई गायत्रीबाट सिकेका कुराहरूमा सिँचाइका लागि पानी जम्मा गर्न प्लास्टिक पोखरी बनाउने तरिका निकै घत परेको एकछिनपछि उनले सम्झेर बताइन् । खाँडादेवीमा यस्ता प्लास्टिक पोखरी बनाएर प्रयोग गर्ने क्रम सुरु भइसकेको छ । रायडाँडा नजिकैको चुल्ठेपानीकी ज्ञानु बुढाथोकीले त यस्तो प्लास्टिक पोखरी बनाएर प्रयोग नै गर्न थालिसकेकी छिन् । ❑

रैथाने बीउ चाहिए चुल्ठेपानी जाऔं

विषयवस्तु	घरबगैंचा कार्यक्रमबाट जलवायु अनुकूलन तथा रैथाने जातको संरक्षण
घटना–अध्ययन इकाई	रामेछाप जिल्लाको खाँडादेवी गाउँपालिका, वडा नं. २, चुल्ठेपानीकी ज्ञानुमाया बुढाथोकी
कृषक समूह	दुर्गानदी बहुउद्देश्यीय कृषि घरबगैंचा समूह, रामेछाप
साझेदार संस्था	ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ पुस ६ गते

'आजकल पहिलेजस्तो पानी पर्दैन । खडेरी बढ्न थालेको छ । पानीका मूलहरू सुक्दै गएका छन् । सिँचाइको समस्या बढेको छ । पहिलेजस्तो बीउ राख्ने बेलामा, धान रोप्ने बेलामा अनि तीजे झरी, सोह्रश्राद्धे झरी, साउन–भदौमा पर्ने फूपू–भदै छुट्टिने झरी जस्ता झरीहरू हराउँदै गए । पानी पऱ्यो भने पनि अनुमान नै गर्न नसकिने गरी एक्कासी ह्वारैरै मुसलधारे पानी आउँछ । खेतबारीमा कुन बेला के गर्ने, के नगर्ने भेउ पाउनै मुश्किल छ । मौसममा भएको यस्तो परिवर्तनले कृषकलाई धेरै समस्या छ । नयाँ–नयाँ रोगकीरा र झारपातहरू देखिन थालेका छन् । पहिलेदेखि लगाउँदै आएका बाली–नाली राम्रो हुन छाडेका छन् ।'

रामेछाप जिल्लाको खाँडादेवी गाउँपालिका, वडा नं. २ का वडा सदस्य छत्रबहादुर बुढाथोकी स्थानीय चुल्ठेपानी गाउँमा रहेको ज्ञानुमाया बुढाथोकीको घरमा यसरी जलवायुमा आएको परिवर्तनका बारेमा सुनाउँदै थिए । त्यसैबेला अर्का स्थानीय सानुकाजी बुढाथोकीले थपे, 'यो जलवायुको समस्या त छँदैछ, विकासे बालीहरू लगाउने चलनले अर्को समस्या पनि पो थपियो त ।' सानुकाजीका अनुसार अहिलेका विकासे जातका बालीहरूलाई स्थानीय रैथाने जातका बालीहरूको तुलनामा यस्तो जलवायु परिवर्तन सहन मुश्किल हुन्छ । तिनको बीउ पनि आफैंले उत्पादन गर्न गाह्रो रहेछ । किनेरै ल्याउनु पर्ने । पाइएन भने के गर्ने ? स्थानीय रैथाने जातका बालीहरू मासिँदै गए । रैथाने जातका बालीहरू कम फले पनि आफैंले बीउ उत्पादन गर्न सकिन्छ । खान पनि विकासे जातभन्दा स्वादिलो हुन्छ ।

छत्र र सानुकाजीको कुरा सुनिसकेपछि ज्ञानुमायाले भनिन्, 'त्यही भएर त हाम्रो घरबगैँचा कार्यक्रममा खडेरी, एक्कासी पर्ने मुसलधारे पानी र रोगकीराहरू बढी सहन सक्ने खालका बालीहरू पनि लगाउँदै जानुपर्छ र स्थानीय जातका बाली–नाली पनि जोगाउँदै लानुपर्छ भन्नेबारेमा कुराकानी भएको थियो नि । मैले त्यसपछि नै पिँडालु, कुरिलो, हिउँदे सिमी, नयाँ जातको गिठ्ठाजस्ता खडेरी र पानी सहन सक्ने बालीहरू पनि लगाउन थालेकी हुँ ।' ज्ञानुमायाले सो कार्यक्रमबाटै सिकेर सिँचाइका लागि पानी जमाउने प्लास्टिक राखिएको सानो पोखरी र तरकारी बाली लगाउने टनेल पनि बनाएकी छिन् । थोरै पानीले पुग्ने 'थोपा सिँचाइ प्रविधि' पनि उनले व्यवस्थित गरेकी छिन् । ज्ञानु स्थानीय दुर्गानदी कृषि बहुउद्देश्यीय घरबगैँचा समूहकी अध्यक्ष हुन् । ज्ञानुमायाहरूको गाउँमा २०७२ सालदेखि घरबगैँचा कार्यक्रम नामक परियोजना सुरु भएर २०७५ सालको असारमा सकिएको थियो । तर, परियोजना सकिए पनि त्यसले सिकाएअनुसार अन्य थुप्रै स्थानीय बासिन्दाहरू झैँ ज्ञानुले पनि रहरलाग्दो गरी थुप्रै बाली–नाली लगाइएको घरबगैँचालाई निरन्तरता दिइरहेकी छिन् ।

ज्ञानुले घरबगैँचा कार्यक्रमबाट सिकेर स्थानीय अर्थात् रैथाने जातका बालीका बीउहरू पनि जोगाउने गरेकी छिन् । घरभित्र छिरेर उनले आफूले जोगाएका थुप्रै स्थानीय बालीका बीउहरू ल्याएर देखाइन् । तिनमा च्याल्टे र डल्ले कोदो, तीते र मीठे फापर, लोकल बोडी, लोकल धनियाँ, कालो भटमास, दुई किसिमका हिउँदे सिमी, भुटेर खान र ढिँडो र भातको रूपमा पनि पकाउन सकिने लट्टे, जौ, चम्सुर, लोकल तोरी, पासै (रायो), सेतो कोदो, चुच्चे करेला, पालुङ्गो, हाइबरे फापर, हरियो लोकल काँक्रा, भदौरे कैलो भटमास, चिचिण्डो, केराउ, जाँते फर्सी र तीते करेलाका बीउहरू थिए । ज्ञानुले यस्ता बीउहरू छुट्टाछुट्टै कचौराहरूमा राख्दै आफूले जोगाएका केही विकासे जातका बालीका बीउहरू पनि देखाइन् ।

ज्ञानुको विचारमा किसानले अरूमाथि भर नपर्नका लागि पनि यस्ता बीउहरू जोगाउनु जरुरी छ । ज्ञानुमात्र नभइकन चुल्ठेपानीका घरबगैँचा कार्यक्रममा संलग्न अरू घर–परिवारले पनि यसरी रैथाने जातका बीउहरू उत्पादन गर्न र जोगाउन थालेका छन् ।

यसरी स्थानीय बासिन्दाहरूले 'जलवायुमैत्री कृषि हेर्नुपरे र रैथाने बीउ चाहिए चुल्ठेपानी गए हुन्छ' भन्ने अवस्था सिर्जना गरिसकेका छन् । ❑

घरलाई स्वर्ग बनाउने सानो पोखरी

विषयवस्तु	सुख्खा क्षेत्रमा पनि गर्न सकिने र परिवारको पोषणमा पनि मद्दत पुऱ्याउने घरबगैँचा
घटना–अध्ययन इकाई	महोत्तरी जिल्लाको बर्दिबास नगरपालिका, वडा नं. ८, भगवती टोल (हाथीलेट) का घरबगैँचामा संलग्न बासिन्दाहरू
कृषक समूह	दिपज्योति घरबगैँचा महिला समूह
साझेदार संस्था	सहास नेपाल र सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ मङ्सिर २९ गते

महोत्तरी जिल्लाको बर्दिबास नगरपालिका, वडा नं. ८, हाथीलेट गाउँमा बस्ने ४६ वर्षीया शेर्पीमाया थापा मगरको आँगनमा २०७५ सालको मङ्सिर २९ गते बिहानै गाउँका केही मानिसहरू भेला भएका थिए । आँगनको छेउमा जुठेल्नाको नजिकै रहेको पानी जमेको एउटा सानो पोखरीतिर देखाउँदै ६३ वर्षीय स्थानीय भीमप्रसाद श्रेष्ठले भने, 'तरिका मिलाउने हो भने यही पोखरीले घरबारीलाई स्वर्ग बनाउँदो रहेछ । घरबगैँचा कार्यक्रमले पो हामीलाई यो तरिका सम्झायो ।' त्यहाँ उपस्थित दिपज्योति घरबगैँचा महिला समूहकी अध्यक्ष शोभा राईले थपिन्, 'त्यो सानो खाल्टे–पोखरीले त घरबारीलाई स्वर्गमात्र होइन, घरपरिवारलाई स्वस्थ पनि बनाउँछ ।'

हाथीलेटमा पानीको साह्रै दुःख छ । शेर्पीमायाको आँगनमा भेला भएका स्थानीय बासिन्दाहरूका अनुसार पहिले सो गाउँमा पञ्चधुरा भन्ने ठाउँबाट एउटा कुलो आउँथ्यो । त्यसले खेतबारीमा सिँचाइ गर्न सकिन्थ्यो । करिब १२ वर्षअघिदेखि भने त्यो कुलोको मूल नै सुक्यो । आकाशबाट पानी पर्ने क्रममा पनि कमी आएर बिस्तारै खडेरी बढ्न थाल्यो । खानेपानीका स्रोतहरू पनि सुक्दैगए । मानिसहरूले पिउनका लागि समेत अर्को गाउँमा गएर पानी मागेर ल्याउनुपर्ने अवस्था आयो । पर्याप्त सिँचाइको अभावले बालीनाली हुन छाड्यो । स्थानीयहरूले पहिले धान लगाउने ठाउँमा धानलाई भन्दा कम पानी चाहिने उखु खेती गर्न थाले । करिब छ वर्षअघि सो क्षेत्रबाट निर्वाचित सांसदको सहयोगमा खानेपानीका लागि बोरिङ गाडियो । बिजुली आयो भने

त्यही बोरिङबाट तानेर गाउँलेहरूलाई पालो मिलाएर दिनमा एक–दुई घण्टा पानी वितरण गर्न थालियो । शेर्पीमायाको टोलका २५ घरपरिवारका लागि यो पानी चारवटा धारामार्फत् वितरण हुने भएकाले अहिले पनि एक परिवारले दिनमा दुई–तीन गाग्री पानी थाप्न समेत मुश्किल पर्ने अवस्था छ । यस्तो ठाउँमा कसरी घरबगैँचा स्थापना गर्नु ?

तर, २०७२ सालमा गाउँमा ली–बर्ड, सहास नेपाल र सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्चले सहजीकरण गरी सुरु भएको 'घरबगैँचा कार्यक्रम' ले यसका पनि केही तरिकाहरू सिकायो । घर र वरपरको ठाउँलाई तरकारी, फलफूल, डालेघाँसजस्ता बाली र बिरुवाले हरियालीयुक्त बनाएकी एवम् राँगा र खसीबाख्रा समेत पालेकी शेर्पीमाया गर्वसाथ आँगनको छेउमा बनाइएको त्यही सानो खाल्टे–पोखरीतिर देखाउँदै भन्छिन्, 'घरबगैँचा कार्यक्रमबाट धेरै कुराहरू सिकेँ र आँगनको छेउमा यो खाल्टे–पोखरी बनाएँ । पानी जमिनभित्र सोसिएर जाने ठाउँमा चाहिँ यस्तो पोखरीमा ठूलो प्लास्टिक राखेर पानी जम्मा गर्न सकिँदो रहेछ । नत्र प्लास्टिक पनि राख्न पर्दैन ।'

शेर्पीमायाले बताएअनुसार उनले भाँडा माझ्ने, लुगा धुने, हात–मुख धुने, नुहाउने लगायतका पानीको प्रयोग हुनेजति सबै काम घरपरिवारका सबै ११ जना सदस्यले अनिवार्य रूपमा त्यही खाल्टे–पोखरीको डिलमा गर्ने व्यवस्था मिलाइन् । त्यसो गरेपछि त्यहाँ पानी जम्मा हुँदैगयो । उनले आफ्नो घर–घडेरी र त्यसको साँधैमा पर्ने वर्षको दुई हजार रुपैयाँ भाडा तिरेर लिएको अर्को एक कठ्ठाजति जमिनमा तरकारी तथा अन्य उपयोगी बोटबिरुवाहरू रोपिन् । तिनमा सिँचाइका लागि घरबगैँचा कार्यक्रमले दिएको पाइप र हजारीबाट सोही खाल्टे–पोखरीमा जम्मा भएको पानी लगाउन थालिन् । बिस्तारै उनको घरबगैँचामा बोटबिरुवा हुर्कँदै गए ।

शेर्पीमायाले आफ्नो घरबगैँचा डुलाउँदै उल्लेख गरिन्, 'पहिले तरकारी किनेर खाइन्थ्यो । अब यही बारीको तरकारीले हप्ताको छ दिनजतिलाई पुग्न थालेको छ । विषादी र रासायनिक मल समेत प्रयोग नगरिएका आफ्नै बारीका थरिथरिका ताजा तरकारी खान पाइएकाले परिवारको स्वास्थ्य पनि राम्रो हुँदै गएको छ । तरकारी किन्ने पैसा पनि बचेको छ ।' समूहकी अध्यक्ष शोभाले थपिन्, 'शेर्पीमायाले मात्र होइन, अहिले हाम्रो समूहका अरू पनि धेरैले यसरी नै घरबगैँचा स्थापना गरेका छौँ । यसले गर्दा हाम्रो टोलमा पहिलेजस्तो कुपोषणको समस्या भएका खिनौटे, जीउ नमिलेका, पेट ठूलो भएका तर छातिमा हड्डी र छाला मात्र देखिने, पेटको छाला पातलो हुने, नशा देखिने र बारम्बार रोग–बिमारले पकड्ने खालका बालबालिका धेरै कम भइसकेका छन् ।'

अध्यक्ष शोभाले कुराकानीको अन्त्यमा भनिन्, 'म त हाम्रो देशका सबैलाई हाम्रोजस्तै सुख्खा ठाउँ भएपनि सिँचाइ छैन भनेर केही नगरी बस्नुभन्दा हामीले गरेकोजस्तै तरिका अपनाएर घरबगैँचा लगाउने सल्लाह दिन्छु ।'

भीमप्रसाद श्रेष्ठले थपिहाले, 'त्यही भएर त मैले यो खाल्टे–पोखरीले घरबारीलाई स्वर्ग बनाउँछ भनेको । पहिले कस्तो बुङ्बुङ्ती धूलो मात्रै उड्ने, हेर्दै उराठलाग्दो ठाउँ थियो । घर आउनै मन नलाग्ने । अहिले त हरियो–परियो हुन थाल्यो । घर वरिपरि तरकारी र फूलका बोटहरू, जडीबुटीका बिरुवा अनि रूखपात भएर सुन्दर देखिन थालेपछि यो ठाउँ पहिलेभन्दा स्वर्ग भएन त !' ❑

आम्दानीका लागि भारत जानु परेन

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रमबाट आफ्नै गाउँघरमा आम्दानी
घटना–अध्ययन इकाई	सल्यान जिल्लाको कुपिण्डे नगरपालिका, वडा नं. १२, निगाल्चुलाका भरत घर्ती
कृषक समूह	झरना महिला कृषक समूह, सल्यान
साझेदार संस्था	रूपान्तरण

पहिले आफ्नो विपन्न आर्थिक अवस्थाका कारण दुई–चार हजार रुपैयाँ कमाउन सकिएला कि भनेर भरत घर्ती वर्षको करिब सात–आठ महिना भारतमा रोजगारी गर्न जान्थे । सल्यान जिल्लाको कुपिण्डे नगरपालिका, वडा नं. १२, निगाल्चुलाका यी ४६ वर्षीय भरत घरबगैँचा कार्यक्रममा लागेपछि आफ्नै गाउँमा वर्षको झन्डै डेढलाख रुपैयाँ आम्दानी गर्न थालेका छन् ।

आफ्नो परिवारको नाममा करिब आठ रोपनी जग्गा भएपनि पाँच रोपनी जति भीर–पाखा र कान्ला रहेकाले करिब तीन रोपनीको उत्पादनले छ जनाको परिवार धान्न भरतलाई पहिले सम्भवै थिएन । भारतबाट २०७२ सालको दशैँ–तिहारका लागि घर आएका बेला गाउँमा 'घरबगैँचा कार्यक्रम' सुरु भएको उनले थाहा पाए । उनलाई पनि यसमा रुचि जाग्यो र संलग्न भए । कार्यक्रमले घरबगैँचा स्थापना गरेर परिवारका लागि पोषणयुक्त बालीनालीको उत्पादन गर्न र बढी भएको उत्पादन बिक्री गरेर आम्दानी समेत गर्न सकिने बाटो देखायो । उनले सोही कार्यक्रमबाट यसका लागि आवश्यक पर्ने तालिम र विभिन्न किसिमका तरकारीका बीउ–बिजन तथा कृषि सामग्रीहरू पनि पाए । यस सहयोगबाट घरबगैँचाको काम सुरु गरेका भरतले त्यही सिकाइबाट अर्द्ध–व्यावसायिक रूपमा समेत तरकारी खेती गर्न थाले । विभिन्न मौसममा उत्पादन गर्न सकिने तरकारीका साथै केरा, सुन्तला, जुनार, नास्पाती, किवी तथा दालचिनीका बोट र जडीबुटी पनि लगाए । कार्यक्रमले सिकाएअनुसार कुखुरा र बाख्रा पालन समेत गरे । यसले गर्दा उनको आम्दानी बढ्दै गयो ।

भरत भन्छन्, ‘मैले घरबगैँचा कार्यक्रमबाट सिकेर नयाँ ढङ्गले खेती गर्न थालेपछि एकै वर्षमा सिमी, आलु, रायो र मूला बेचेर ४५ हजार रुपैयाँ आम्दानी गरेँ । प्याजको बेर्ना, टमाटर, काउली र बन्दा बेचेर एक हजारभन्दा बढी आम्दानी भयो । जडीबुटी र टिमुर बेचर ६५ हजार आयो । आफूले पालेका दुईवटा खसी १८ हजार रुपैयाँमा बिक्री भए । यहीँ आम्दानी गर्न सकिँदो रहेछ, अब त मलाई किन भारत जानु पऱ्यो र ?’

भरतलाई आफ्नो घरबगैँचामा काम गर्न रमाइलो पनि लाग्छ । उनी सुनाउँछन्, ‘घर छेउका स–साना बारी र आँगनमा फलफूलका बोटहरूले हरियाली छाएको छ । पहिलेभन्दा निकै रमाइलो छ । पहिले सिजनअनुसार दुई–चार थरी तरकारी लगाइने ठाउँमा अहिले २०–२५ थरि तरकारी उत्पादन हुन थालेको छ । केही सिजनमा मात्र नभई प्रायः वर्षैभरि धेरै किसिमका ताजा तरकारी खाइन्छ । यसले परिवारका सदस्यको स्वास्थ्यमा सुधार आउनुका साथै बढी भएको उत्पादन बिक्री गरेर घर–परिवारमा आवश्यक पर्ने नून–तेल, मसला, कलम, कापी, साबुनजस्ता सामग्रीहरूको जोहो पनि गर्न सकिएको छ । परिवारसँगै बसेर दुःख–सुख बाँडचुँड गर्दै जीविकोपार्जन गर्न पाउनु धेरै राम्रो कुरा हो । घरबगैँचाले मलाई यस्तो अवसर दिएको छ ।’ ❑

(यो परिवर्तनको कथा साझेदार संस्था रूपान्तरणले सङ्कलन गरेको जानकारीका आधारमा तयार पारिएको हो ।)

सुन्दर सुदूर–पश्चिमकी शान्तिको कथा

विषयवस्तु	घरबगैँचाबाट सिकेर व्यावसायिक खेती गरी आयआर्जन अभिवृद्धि
घटना–अध्ययन इकाई	डडेल्धुरा जिल्लाको अजयमेरु गाउँपालिका, वडा नं. २, देउल्लीकी शान्तिदेवी ऐर
कृषक समूह	सिद्धनार्थ घरबगैँचा समूह
साझेदार संस्था	याक नेपाल र रिम्स नेपाल

सुन्दर सुदूर–पश्चिमकी शान्तिदेवी ऐरको घरबगैँचा पनि सुन्दर छ । कतै ढकमक्क फुलिरहेका फूलका बोटहरू, कतै लहलहाइरहेका हरिया तरकारी त कतै रहरलाग्दा फलफूलका रूखहरू । डडेल्धुरा जिल्लाको अजयमेरु गाउँपालिका, वडा नं. २, देउल्लीकी यी ३० वर्षीय सक्रिय महिला कृषकको घरबगैँचा आँखाको सुन्दरताका लागि मात्र नभई आम्दानीका लागि पनि राम्रो स्रोत बनेको छ ।

पहिले धान, मकै, कोदो, जौ, गहुँ र भटमासजस्ता परम्परागत बाली लगाउने गरेको शान्तिदेवीको परिवारले अहिले आफ्नो यो पाँच रोपनी बराबरको खेतबारीलाई विभिन्न किसिमका तरकारी, च्याउ, फलफूलजस्ता बालीनालीको व्यावसायिक खेती गर्ने ठाउँको रूपमा परिणत गरिसकेका छन् । पहिले सो जग्गाबाट उनीहरूको आठजनाको परिवारलाई मुश्किलले तीन महिनामात्र खानपुग्ने अन्न उत्पादन हुने गरेको थियो भने अहिले यो लाखौँ रुपैयाँ आम्दानी दिने माध्यम बनेको छ । यहाँबाट भएको काउली, बन्दा, मूला, चुकन्दर, खुर्सानी, शिमला, भान्टा, करेला, टमाटर, बोडी, रायो, काँक्रा, फर्सी र लौका बेचेर एकैवर्षमा करिब एक लाख रुपैयाँ आम्दानी भएको शान्ति बताउँछिन् । घरपरिवारले वर्षैभरि उपभोग गरेको तरकारीको हिसाब त यसमा जोडिएकै छैन । यही आम्दानीबाट घरायसी खर्च र परिवारका चारजना सदस्यहरूको पढाइ खर्च धान्न सकिएको शान्तिको भनाइ छ । उनले अहिले एउटा भैँसी पनि पालेकी छिन् ।

शान्ति माथि उल्लेख गरिएको परिवर्तन 'घरबगैँचा कार्यक्रममा संलग्न भएपछि नै आएको उल्लेख गर्छिन् । २०७२ सालमा उनको गाउँमा घरबगैँचा कार्यक्रम सुरु भएपछि शान्ति पनि

त्यसमा संलग्न भइन् । सो कार्यक्रमबाट उनले विभिन्न किसिमका तरकारीका बीउ–बिजन, फलफूलका बिरुवा र सिँचाइ सामग्रीहरू त पाइन् नै आधुनिक ढङ्गले गरिने खेतीपातीसम्बन्धी धेरै किसिमका ज्ञान र सीप पनि हासिल गरिन् । त्यसैका आधारमा घरबगैँचा स्थापना गरेर आधुनिक कृषिकर्म सुरु गरेकी तथा शिक्षा सङ्कायतर्फ स्नातक तहको अध्ययनलाई समेत अगाडि बढाइरहेकी शान्ति अहिले आफ्नो समूहकी स्थानीय स्रोत–व्यक्ति समेत बनेकी छिन् ।

उनको खेतबारीको उत्पादन बिक्री गर्न अहिले कुनै समस्या छैन । नजिकको बजारमा खुलेको तरकारी सङ्कलन केन्द्रमा पुर्‍याएपछि बिक्री भइहाल्छ । बजारको समस्या नभएकाले शान्तिले आजकल बेमौसमी तरकारी खेतीसमेत गर्ने गरेकी छिन् । यसरी सुन्दर सुदूर पश्चिमकी शान्ति अहिले अन्य स्थानीय कृषकहरूका लागि पनि उदाहरणीय महिला बनेकी छिन् । ❑

(यो परिवर्तनको कथा साझेदार संस्था याक नेपालकी सुन्तली वि.क.ले सङ्कलन गर्नुभएको जानकारीका आधारमा तयार पारिएको हो ।)

यो कार्यक्रम त अझै पहिले आउनुपर्थ्यो

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रमबाट जीविकोपार्जनमा सुधार
घटना–अध्ययन इकाई	रोल्पा जिल्लाको रुन्टिगढी गाउँपालिका, वडा नं. ९, चिसापानीकी विपन्न दलित महिला सिर्जना वि.क.
कृषक समूह	समाज सुधार महिला कृषक समूह
साझेदार संस्था	रूपान्तरण

'घरबगैँचा सुरु गरेपछि मेरी छोरी पनि हृष्टपुष्ट हुँदै गएकी छिन् । मेरो आम्दानी पनि बढ्दै गएको छ । यसपाला त आफ्नो आधा रोपनी जग्गामा गरेको बेमौसमी तरकारीबाटै करिब ४० हजार रुपैयाँ आयो । छोरीलाई पनि विद्यालयमा पढाउन थालेकी छु ।' रोल्पा जिल्लाको रुन्टिगढी गाउँपालिका, वडा नं. ९, चिसापानीकी विपन्न दलित महिला सिर्जना वि.क. निकै खुशी देखिन्छिन् ।

सिर्जना र उनकी छोरीको जीविकोपार्जनको स्रोत भन्नु नै केवल आफ्नो माइतीले दिएको आधा रोपनी जग्गा हो । त्यति जग्गामा परम्परागत ढङ्गमा गर्ने गरिएको खेतीपातीले जीवन धान्न असाध्यै मुश्किल परिरहेको थियो । पोषण नपुगेकाले सिर्जनाकी छोरी निकै खिनौटे भएकी थिइन् । सिर्जना आफैँ भन्छिन्, 'साँच्चै भन्ने हो भने ऊ मल नपुगेको बारीमा फलेको तरकारीजस्तै थिई । शरीर पनि त्यस्तो छ, उसको दिमाग र भविष्य कस्तो होला भन्ने पीर लागिरहन्थ्यो ।'

घरमा राम्रो सम्बन्ध हुन नसकेकाले माइतीकै शरणमा बस्दै आएकी सिर्जनाले यस्तै अवस्था भोगिरहेका बेला अर्थात् २०७२ सालमा उनको गाउँमा घरबगैँचा कार्यक्रम सुरु भयो । उनी पनि त्यसमा आफ्नै गाउँको 'समाज सुधार महिला कृषक समूह' मार्फत् सहभागी भइन् । कार्यक्रममा थोरै जग्गामा पनि मिलाएर घरबगैँचा लगाउने हो भने त्यसबाट हुने उत्पादनले शरीर स्वस्थ बनाउन र आम्दानी समेत बढाउन सकिन्छ भन्ने कुरा बताइयो । यसबाट सिर्जनामा उत्साह बढ्यो । नयाँ जाँगर पलायो । उनले यस्तो खेती गर्ने तरिका र त्यसका लागि आवश्यक

पर्ने बीउ–बिजन तथा केही कृषि सामग्रीहरू पनि सो कार्यक्रमबाट प्राप्त गरिन् । त्यसैका आधारमा गरेको खेतीले उनलाई उकालो लगायो ।

सिर्जना थप्छिन्, 'तरिका जानेर मेहनत गरेपछि राम्रै हुँदोरहेछ । मैले गरेको देखेर वरपरका अरू दिदीबैनीले पनि कसरी यस्तो राम्रो उत्पादन गरेर फाइदा लिन सक्यौ ? भन्छन् । म पनि घरबगैँचा कार्यक्रमबाट आफूले सिकेको र आफैँले अभ्यास गरेर जानेका कुराहरू बताइदिन्छु । म त सिकाउन पनि पो सक्ने भएकी छु त ।' उनी मुस्कुराइन् ।

सिर्जनाले लगाएका फलफूलका बोटहरूबाट आम्दानी लिन अझै एक–दुई वर्ष लाग्ने देखिन्छ । तर, तरकारीबाट भएको आम्दानीले नै उनले आफू र आफ्नी छोरीको गुजारा गर्दै केही रकम बचाएर सिलाइ मेसिन समेत किनेको बताइन् । अब सिलाइ–कटाइ पनि सिकेर घरबगैँचाको कामबाट फुर्सद् भएको बेला त्यसबाट पनि आम्दानी गर्ने उनको योजना छ । उनले दिउँसो केही समय निकालेर सिलाइको काम सिक्न थालिसकेकी छिन् ।

सिर्जनाले कुराकानीको अन्तमा भनिन्, 'यो घरबगैँचा कार्यक्रम त अलि पहिले नै आउनुपर्थ्यो । त्यसो भएको भए हाम्रो अवस्था यतिखेरसम्म धेरै माथि उठिसकेको हुन्थ्यो ।' ❑

(यो परिवर्तनको कथा साझेदार संस्था रूपान्तरणले सङ्कलन गरेको जानकारीका आधारमा तयार पारिएको हो ।)

तरकारीका बेर्ना, तरकारी र बङ्गुरले बदल्दै जिन्दगी

विषयवस्तु	तरकारीको स्रोत बगैँचा र बङ्गुर पालनबाट आयआर्जन
घटना–अध्ययन इकाई	दाङ जिल्लाको गढवा गाउँपालिका, वडा नं. ५ की शान्ति चौधरी
कृषक समूह	स्वावलम्बन महिला कृषक समूह
साझेदार संस्था	रूपान्तरण

दाङ जिल्लाको गढवा गाउँपालिका, वडा नं. ५ की शान्ति चौधरीले विवाह गरेर आउनासाथ गरिबीका कारण आफू पनि परिवारका अरू सदस्यजस्तै मजदुरी गर्न जानु परेका दिनहरू बिर्सेकी छैनन् । मुक्त कमैया परिवारमा विवाह भएकी शान्तिले कहिलेकाहीँ त तरकारीको अभावमा 'कपुवा' (चामलको पीठोको झोलमा नून हालेर बनाइने परिकार) सँग भात खानु पथ्र्यो । केही समयपछि उनका एक–एकवटा छोरा र छोरी पनि जन्मे । शान्तिलाई तिनीहरू दुब्ला–पातला हुनुको कारण पनि पोषणयुक्त खानाको अभाव नै हो भन्ने लाग्छ । तर, अहिले शान्तिको अवस्था फेरिएको छ । उनको परिवारसँग रहेको डेढ कठ्ठा जमिनमा प्रशस्त तरकारीहरू छन् । उनी तिनका बेर्नाहरू पनि उत्पादन गर्छिन् । उनले उत्पादन गरेका बेर्नाहरूले उनको बारीमात्र होइन, गाउँका थुप्रै बारीहरू हराभरा भएका छन् ।

शान्ति यो परिवर्तनको श्रेय २०७२ सालमा उनको गाउँमा सुरु भएको घरबगैँचा कार्यक्रमलाई दिन्छिन् । उनी भन्छिन्, 'घरबगैँचा कार्यक्रमले नै मलाई बाह्रै महिना तरकारी खेती गर्ने र तिनका बिरुवा उत्पादन गर्ने तरिका सिकायो । सुरुमा यसका लागि चाहिने बीउबिजन र कृषि सामग्री पनि दियो । त्यही सहयोगले गर्दा मैले आफ्नो बारीमा तरकारी फलाएँ, बेर्ना उमारेँ र बेचेर आम्दानी गर्न थालेँ । तरकारीका बेर्ना राम्रोसँग उत्पादन गरेर बिक्री गर्न थालेकाले कार्यक्रमले मेरो घरबगैँचालाई तरकारीको स्रोत–बगैँचा भनेर सहयोग गऱ्यो ।'

शान्तिले २०७४ सालमा मात्रै आफ्नो यो स्रोत–बगैँचाबाट प्याजका बेर्ना उत्पादन गरी बेचेर १६ हजार ३ सय रुपैयाँ तथा काउली, बन्दा, खुर्सानी, टमाटर र काँक्राका बिरुवा बेचेर ३ हजार १ सय रुपैयाँ आम्दानी गरेको हिसाब सुनाइन् । आफूले उत्पादन गरी घरपरिवारमा खाएर

बचेको तरकारी बेचेर पनि उनले यस वर्ष ८ हजार ६ सय ४० रुपैयाँ कमाइछन् । आजकल घरबगैँचा परियोजनाको अवधि सकिएर गएकाले उनी आफैँले बजारबाट बीउ–बिजन ल्याएर तरकारीका बेर्ना उत्पादन गर्न सुरु गरेकी छिन् । बारीको छेउमा उनले आँप, अम्बा, लिची, अमला, केरा, अनार, कोइरालोजस्ता फलफूलका बोट र कुरिलोका झाङहरू पनि लगाएकी छिन् । घरबगैँचा कार्यक्रमले नै स्थापना गरिदिएको घुम्तीकोषबाट सहुलियत दरमा ऋण लिएर पालेको बङ्गुर बेचेर पनि राम्रो आम्दानी भएको र घुम्तीकोषको ऋण पनि तिरिसकेको शान्तिले उल्लेख गरिन् । उनले अहिले पनि बङ्गुरको पाठा पालिरहेकी छिन् ।

पहिले गाउँघरमै काम पाउँदा त्यहीँ र कहिलेकाहीँ कपिलवस्तुका इँटाभट्टामा समेत पुगेर मजदुरी गर्ने शान्तिलाई आजकल ज्याला–मजदुरी गर्ने फुर्सद् हुन छाडेको छ । आफ्नै स्रोत–बगैँचामा काम गर्न उनलाई भ्याइनभ्याई हुन्छ ।

शान्तिका अनुसार अब उनी र उनी संलग्न रहेको स्वावलम्बन महिला कृषक समूहका घरबगैँचा लगाइरहेका केही दिदीबैनीहरू मिलेर अर्द्ध–व्यावसायिक स्तरमा नै तरकारी खेती गर्ने योजना बनाइरहेका छन् । शान्तिले विशेष जोड दिएर भनिन्, 'तरकारी खानाले आफू र परिवारका सदस्यहरूको स्वास्थ्यमा पनि सुधार आउने अनि बिक्री–वितरण गरेर पैसा पनि कमाउन सकिने भएकाले घरबगैँचाको काम छाड्नै नसकिने भएको छ । यसले त हाम्रो जिन्दगी नै बदल्दै छ ।' ❑

(यो परिवर्तनको कथा साझेदार संस्था रूपान्तरणले सङ्कलन गरेको जानकारीका आधारमा तयार पारिएको हो ।)

आफ्नो घरबगैँचामा चमेली नागरिक सचेतना केन्द्रकी एक सदस्य

मुक्त कमैया बस्तीमा फैलँदै पोषणको ज्ञान

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रमबाट मुक्त कमैया बस्तीमा पोषणको ज्ञान
घटना–अध्ययन इकाई	बर्दिया जिल्लाको राजापुर नगरपालिका, वडा नं. १, सोनापुरका मुक्त कमैयाहरू
कृषक समूह	चमेली नागरिक सचेतना केन्द्र, बर्दिया
साझेदार संस्था	रूपान्तरण

'पहिले त हामीलाई पोषण र कुपोषण भनेको के हो भन्ने कुरै थाहा थिएन । यही घरबगैँचा कार्यक्रमले पो थाहा दियो त ।' यो भनाइ हो, बर्दिया जिल्लाको राजापुर नगरपालिका, वडा नं. १, सोनापुरमा बसोबास गर्ने मुक्त कमैया परिवारकी लौटी थारुको ।

लौटी व्याख्या गर्छिन्, '२०७२ सालमा हाम्रो बस्तीमा आएको घरबगैँचा कार्यक्रमले हामीलाई पोषिलो खानेकुरा खानुपर्छ र त्यो हाम्रै घरबारीमा उत्पादन गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बतायो । त्यसले हामीलाई थरीथरीका तरकारी लगाउने तरिका सिकाएर बीउ–बिजन र सिँचाइका लागि चाहिने सामान पनि दियो । तरकारीमा रोग–कीराले सतायो भने हाम्रै गाउँघरमा पाइने झारपात र पशुको पिसाबले नियन्त्रण गर्ने कुरा पनि बुझायो । त्यसपछि त हामीले आफ्नो जग्गामा बाह्रै महिना तरकारी लगाएर खान थालेका छौँ ।' लौटीकै बस्तीकी अर्की महिलाले थपिन्, 'पहिले त हाम्रो कमैया परिवारहरूमा चाउरी परेका बच्चाहरू पनि जन्मन्थे । बाह्रै महिना थरिथरिका सागसब्जीहरू खान थालेपछि हृष्टपुष्ट बच्चाहरू जन्मिन थालेका छन् । किसिम–किसिमका ताजा तरकारी तथा मासु र अण्डाजस्ता खानेकुरा पनि खान थाल्यो भने हाम्रो शरीर स्वस्थ हुने रहेछ । हामी त अब सधैँ यो घरबगैँचाले सिकाएअनुसार नै गर्ने हो ।'

सोनापुरको यस बस्तीमा करिब ५० घरपरिवार मुक्त कमैयाहरू बस्ने गरेका छन् । पहिले गाउँघरका जमिन्दार र धनीमानी मानिसहरूको खेतबारीमा काम गर्न र घरको काम सघाउन पश्चिम नेपालको तराई क्षेत्रमा थुप्रै थारु समुदायका पुरुषहरू कमैयाको रूपमा र महिलाहरू

कमलहरीको रूपमा बस्ने गर्दथे । वर्षमा नौ–दस बोरा धान पारिश्रमिकको रूपमा लिएर उनीहरू मालिकहरूले नै तोकिदिएको ठाउँमा 'बुक्रा' (सानो झुप्रे घर) बनाएर बस्थे । नेपाल सरकारले २०५७ सालमा कमैया मुक्तिको घोषणा गरेपछि उनीहरू त्यसरी बस्नु नपर्ने भयो । तर, उनीहरूको जीवन के खाने, के लगाउने र कहाँ बस्ने भन्ने समस्याले निकै कष्टकर बन्यो । २०५८ सालमा सरकारले यस्ता मुक्त कमैयाहरूलाई प्रतिघरपरिवार ठाउँ हेरी केही जमिन उपलब्ध गरायो । सो जमिनमा उनीहरूमध्ये धैरैजसो स–साना घरहरू बनाएर बस्न र बाँच्नका लागि ज्याला–मजदुरी गर्न थाले । आफूले पाएको जमिनको घर बनाएर बचेको भागमा बाह्रै महिना तरकारी तथा फलफूल लगाउने चलन नै थिएन । कुनै कुनै सिजनमा एक–दुईवटा तरकारी मात्र लगाइन्थ्यो । कसैकसैले नजिकको नदी र खोला–खोल्सामा गएर माछा मारेर ल्याएर खाएमात्रै नत्र त मासु खानका लागि पनि चाड–पर्व नै पर्खिनु पर्थ्यो । धेरै कुराहरूमा जनचेतनाको पनि अभाव थियो ।

मुक्त कमैयाहरूको यस्तो अवस्थामा सुधार ल्याउनका लागि विभिन्न संस्थाहरूले काम गर्न थाले । सोही सन्दर्भमा यो लक्षित समुदायमा नागरिक सचेतना केन्द्रहरू गठन भए । घरबगैंचा कार्यक्रमले पनि सोनापुर गाउँको चमेली नागरिक सचेतना केन्द्रलाई एउटा समूहका रूपमा लिएर आफ्ना क्रियाकलापहरू सुरु गऱ्यो । यस कार्यक्रमअन्तर्गत घरबगैँचाको आवश्यकता र महत्वका बारेमा सचेतना दिलाउने, यससम्बन्धी सीप र ज्ञान प्रदान गर्ने, कृषि प्रविधि तथा आवश्यक सामग्रीहरू सहयोग गर्ने, घुम्तीकोष स्थापना गर्ने र समूह सञ्चालनका लागि आवश्यक तौरतरिकाहरू सिकाउन मद्दत गर्नेजस्ता विभिन्न कार्यहरू भए ।

कार्यक्रमको सहयोगमा चमेली नागरिक सचेतना केन्द्रमा संलग्न ३५ जना मुक्त कमैयाहरूले पारिवारिक पोषण, वातावरण सुधार र वैकल्पिक आयआर्जनका लागि समेत उपयोगी घरबगैँचा सुरु गरेपछि यसबाट पोषण सुधारका साथै आयआर्जन पनि वृद्धि भएको समूहमा संलग्न मुक्त कमैयाहरूले बताएका छन् । समूहका प्रायः सबैले ६ देखि १२ प्रकारका तरकारीहरू र केही फलफूलका बोटहरू पनि लगाएका छन् । यसबाट उनीहरूमा तरकारी सेवन गर्ने बानी विकास भएको, तरकारी किन्ने पैसा जोगिएकोजस्ता आर्थिक फाइदाहरू पनि हासिल हुँदै गएका छन् ।

कार्यक्रमकै सहयोग र सहजीकरणमा पालिएका खसी–बाख्रा, बङ्गुर र कुखुरा तथा अण्डाले मासुको आपूर्तिमा समेत मद्दत पुगेको छ । कतिपयले भने यस्ता पशुपक्षी बिक्री गरेर राम्रो आम्दानी गर्न थालेको बताएका छन् । ❑

(यो परिवर्तनको कथा साझेदार संस्था रूपान्तरणले सङ्कलन गरेको जानकारीका आधारमा तयार पारिएको हो ।)

विपदमा सहयोग तथा बीउ संरक्षण

भूकम्पले क्षतिग्रस्त घर छेउमा रहेको घरबगैंचामा एक महिला कृषक

विपदमा पनि सहयोगी बन्यो, घरबगैंचा

विषयवस्तु	घरबगैंचा कार्यक्रमबाट भूकम्पका बेलामा पुगेको सहयोग र बीउ जोगाउने प्रेरणा
घटना–अध्ययन इकाई	रामेछापको खाँडादेवी गाउँपालिकाका किसानहरू
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ माघ २० गते

नेपालका विभिन्न ठाउँहरूमा बेला–बेला बाढी, पहिरो, आगलागी, भूकम्प लगायतका विपद्हरूले स्थानीय बासिन्दाहरू समस्यामा पर्ने गरेका छन् । तर, रामेछाप जिल्लाको खाँडादेवी गाउँपालिका, वडा नं. २ का अगुवा किसान विनोदकुमार बुढाथोकी २०७२ साल वैशाखमा आएको महाविनाशकारी भूकम्पको सन्दर्भ उल्लेख गर्दै भन्छन्, 'घरबगैंचा कार्यक्रम त विपद्का बेलामा हाम्रालागि ठूलो सहयोगी बन्यो ।'

विनोद थप्छन्, 'भूकम्प गएको लगत्तै यस कार्यक्रमले हामीलाई विभिन्न किसिमका तरकारीका बीउहरू भएको कम्पोजिट प्याकेट उपलब्ध गरायो । बाह्रै महिना तरकारी लगाउने सीप र ज्ञान पनि दियो । यसले गर्दा भूकम्पले घर लडेर घरभित्र राखिएका खाद्यान्नसँगै बीउहरू पनि पुरिएर नोक्सान भएको बेलामा प्राप्त भएको कम्पोजिट प्याकेटको बीउ लगाएर हामीले तरकारी बालीहरू उत्पादन गर्‍यौं । यसले गर्दा नै त्यस्तो आपत्का बेलामा पनि पोषणयुक्त ताजा तरकारी खान पायौँ । त्यसैले त, घरबगैंचा कार्यक्रम हाम्रालागि आपत्–विपदमा पनि एउटा असल सहयोगी बन्यो ।'

सो गाउँमा घरबगैंचा कार्यक्रमका वरिष्ठ कृषि प्राविधिक सहायकको रूपमा काम गरेका यादवराज थापा पनि कार्यक्रमअन्तर्गत गरिएको सहयोगबाट सन्तुष्ट छन् । त्यतिखेरको स्थानीय बासिन्दाहरूको परिस्थिति र उनीहरूको भनाइ स्मरण गर्दै यादव बताउँछन्, 'त्यसबेला स्थानीय बासिन्दाहरू भूकम्पले आफ्नो घर क्षति भएकाले पुनर्निर्माण गर्न र अस्थायी आवासहरू बनाउन व्यस्त थिए । बजार टाढा भएकाले र आवास निर्माणमा सक्रिय हुनु

परेकाले किसानहरूलाई तरकारी किन्न बजार जाने फुर्सत थिएन । उनीहरूका लागि आर्थिक अभाव पनि थियो । यस्तो बेला कार्यक्रमको सहयोगमा आफ्नै घरबगैँचामा तरकारी लगाएर उपभोग गर्न सकिएकाले उनीहरूको बजार जाने समय र तरकारी किन्ने खर्च दुवै जोगियो ।'

घरबगैँचा कार्यक्रमअन्तर्गत रामेछापमा वरिष्ठ कृषि प्राविधिकको रूपमा कार्यरत नारायाणी आचार्यको अनुभव छ, 'भूकम्पको लगत्तै घरबगैँचा कार्यक्रमबाट गरिएको बीउ–बिजनको सहयोगले किसानहरूमा स्थानीय बालीका बीउहरू जोगाउनु पर्छ भन्ने चेतना पनि अभिवृद्धि भयो । त्यसैले भूकम्पको केही पछि रामेछाप, दोलखा र सिन्धुपाल्चोकका भूकम्प प्रभावित छ वटा गाविसमा आयोजना गरिएको बीउ–बिजन सङ्कलन क्रियाकलापमा समेत स्थानीय किसानहरूले आफूले जोगाउन सकेका स्थानीय बालीका बीउहरू लिएर आए ।' सो बीउ–बिजन सङ्कलन तथा आदान–प्रदान क्रियाकलाप बायोभर्सिटी इन्टरनेसनल र स्वीस सरकार बिकास सहयोग एसडिसिको सहयोगमा सञ्चालन भएको 'रिबिल्डिङ फेमिली फार्मीङ (आर.एफ.एफ.) प्रोग्राम' अन्तर्गतको बीउ आदान–प्रदान कार्यक्रम तथा घरबगैँचा कार्यक्रमको सहकार्यमा सम्पन्न भएको थियो । यस क्रियाकलापमा आधारित एक प्रतिवेदनका अनुसार यसरी तीनवटा जिल्लाका छवटा तत्कालीन गाविसबाट सङ्कलन भएका ४६ प्रकारका बालीका कुल ४ सय ४४ नमूनाहरू राष्ट्रिय कृषि आनुवांशिक स्रोत केन्द्र (जीन बैङ्क) लाई उपलब्ध गराइएका थिए । तीमध्ये ७८ प्रतिशत नमूनाहरूलाई सो जीन बैङ्कमा सुरक्षित गरिएको छ । स्थानीय किसानहरूको विश्वास छ, 'यसरी जोगाइएका स्थानीय बालीका जातहरू २०७२ सालको भूकम्पजस्ता विपद्ले अप्ठ्यारो पारेका बेला जीन बैङ्कबाट ल्याएर पुन उत्पादन गरी उपभोग गर्न र अरू किसानहरूलाई वितरण गर्न सकिन्छ ।'

विनोदकुमार बुढाथोकी स्वयं पनि 'भूकम्पका बेला भोग्नु परेको अवस्था र त्यस्तो बेलामा घरबगैँचा कार्यक्रमले गरेको बीउ–बिजनको सहयोगबाट प्रभावित भएर आफ्नै घरमा घरबगैँचा पसल खोलेको' बताउँछन् । यस पसलमा उनी घरबगैँचाका उत्पादनहरूका साथै स्थानीय बालीका बीउहरू पनि खरिद–बिक्री गर्दछन् । आफ्नो पसलको साइनबोर्डमा उनले 'यहाँ स्थानीय जातका बीउहरू पाइन्छ' भन्ने कुरा समेत स्पष्ट देखिनेगरि लेखेका छन् ।

स्थानीय कृषक ज्ञानुदेवी बुढाथोकी पनि घरबगैँचा कार्यक्रमले भूकम्पका बेला आफ्नो गाउँमा तरकारीका बीउहरू उपलब्ध गराएर र तिनको खेती गर्ने ज्ञान दिएर महत्वपूर्ण सहयोग गरेको बताउँदै भन्छिन्, 'मैले त यही कार्यक्रमको प्रेरणाबाट विपद्का बेला काम लाग्ने बालीनालीका बीउ आफूले पनि जोगाउने र आवश्यक परेका बेला छरछिमेकीसँग आदान–प्रदान गरेर लगाउने काम गर्न थालिसकेकी छु ।' ❑

समस्या र समाधानहरू

अप्ठ्याराहरू आइपरे पनि तिनको समाधान छ

विषयवस्तु	घरबगैँचा कार्यक्रम अपनाउँदा आइपर्न सक्ने अप्ठ्याराका केही उदाहरण
घटना–अध्ययन इकाई	बर्दिया, महोत्तरी र सिन्धुलीका घरबगैँचा कार्यक्रममा संलग्न कृषकहरू
कृषक समूह	लालीगुराँस र लक्ष्मी घरबगैँचा समूह
साझेदार संस्था	सहास नेपाल, सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च, रूपान्तरण र ली–बर्ड
घटना–अध्ययन मिति	२०७५ मङ्सिर ३० गते

घरबगैँचा कार्यक्रम सञ्चालन भएका बर्दियाका केही किसानहरू सुरुमा नौलो तरकारी चुकन्दर देखेर छक्कै परे । सो कार्यक्रमले दिएको चुकन्दरको बीउ बडो मेहनतले आफ्नो जमिनमा लगाई हुर्काएर उपभोग गर्ने बेलामा उनीहरूका लागि अचम्म भयो – काट्नासाथै रातो रंग आउने । जेमा मिसाए पनि रातो बनाइदिने । तरकारी काट्नेको हातै रातो, जता छोयो उतै रातो । खाँदाखेरि मुख र जीब्रो दुवै रातो । कहिल्यै नखाएको यस्तो रातो तरकारी कसरी खाने ? कतिपयले खानै सकेनन् ।

घरबगैँचा कार्यक्रमले पछिल्लो चरणमा किसानहरूलाई उपलब्ध गराएका विभिन्न किसिमका तरकारीका बीउहरूमा पोषणयुक्त विविध खाद्य पदार्थहरूको उपलब्धता बढाउन मद्दत पुऱ्याउने चुकन्दर र लट्टेको सागजस्ता बालीहरू पनि समावेश गरिएका थिए ।

बर्दियाको चुकन्दर मात्रै होइन, कार्यक्रम सञ्चालन भएका अन्य केही ठाउँहरूमा गाजर र ब्रोकाउलीजस्ता बालीहरू पनि नौला थिए । किसानले पहिले नचिनेका र उनीहरूको जीब्रोले स्वाद नपाएका यस्ता बालीहरूको उत्पादन देखेर उनीहरू झस्किनु स्वभाविकै थियो । कतिपय किसानहरूले त ब्रोकाउली सेतो फुल्छ भन्ने ठानेकोमा हरियो फुलेको देखेर कार्यक्रमका कर्मचारीहरूसँग चिन्ता व्यक्त गरेपछि बल्ल कुरा बुझेका थिए । घरबगैँचा कार्यक्रमका 'टीम लीडर' पुरुषोत्तमप्रसाद खतिवडा भन्छन्, 'यस्ता नौला बालीहरूको खेती गर्ने तरिका मात्र नभई किसानहरूलाई तिनको महत्व के छ र कसरी उपभोग गर्ने भन्ने कुराका बारेमा पनि राम्रोसँग नबताइदिँदा किसानहरू हच्किनु अनौठो होइन । त्यसैले किसानहरूलाई स्थलगत रूपमै

घरबगैँचा कार्यक्रमका कर्मचारी स्थानीय किसानका समस्या समाधानका लागि सल्लाह दिँदै

प्रत्यक्ष सहजीकरण गर्ने कर्मचारीहरूमा यस्ता कुराहरूका बारेमा जानकारी हुनु र उनीहरूले किसानलाई राम्रोसँग बताइदिनु अत्यन्त जरूरी छ । यस्ता कुराहरूमा चुक्ने हो भने कार्यक्रमले सोचेजस्तो सफलता हासिल गर्न अप्ठ्यारो पर्न सक्दछ । यस तथ्यलाई सिकाइको रूपमा लिएर हामीले कार्यक्रमका पछिल्ला दिनहरूमा स्थलगत रूपमा काम गर्ने कर्मचारीहरूलाई अभिमुखीकरण गर्‍यौं । त्यसैले यस्ता अप्ठ्याराहरू आए तिनका समाधानहरू पनि छन् ।'

महोत्तरी जिल्लाको बर्दिवास नगरपालिका, वडा नं. ९ को पशुपतिनगरमा गठन भएको 'लक्ष्मी घरबगैँचा समूह'की सदस्य बिनादेवी महतोले पनि कार्यक्रमबाट सिकाइएअनुसार आफ्नो घरबगैँचा बनाउने प्रयत्न गरिन् । तर, उनको यो प्रयत्नको परिणाम घरबगैँचा नभई करेसाबारीमा मात्र सीमित भयो । बिनादेवी भन्छिन्, 'आफ्नो घरबारीमा केही तरकारी र बोट–बिरुवा त लगाएँ तर कुखुरा, बङ्गुर, हाँसजस्ता पशुपक्षी भने पाल्न सकिएन ।' कार्यक्रमले घरबगैँचाअन्तर्गत पोषणका हिसाबले साना पशुपक्षी पनि व्यवस्थित रूपमा पाल्नुपर्ने कुरा सिकाएको थियो । बिना र उनको परिवार भने वैष्णव सम्प्रदायका भएकाले मासुका लागि पालिने यस्ता पशुपक्षी पालन गर्न उनीहरूले चाहेनन् ।

स्थानीय सरकारको रूपमा रहेको वडा समितिका अध्यक्ष टेकवीर रखाल भन्छन्, 'घरबगैँचा कार्यक्रम असाध्यै राम्रो हो । अधिकांश स्थानीय जनता कृषिमै निर्भर रहेकाले यस्ता कुरामा स्थानीय सरकारले सघाउनु पनि पर्ने नै हो । तर, अहिले यससम्बन्धी ऐन–कानून, नियम–निर्देशिका स्पष्ट नभएकाले यसलाई सघाउने खालको बजेट तथा कार्यक्रम तर्जुमा गर्न सकिएको छैन । अहिले हाम्रो वडा समितिको ध्यान कृषि र सामाजिक विकासभन्दा सडक र अन्य पूर्वाधार निर्माणतर्फ नै बढी गइरहेको छ ।' वडाअध्यक्ष रखालका अनुसार भविष्यमा भने घरबगैँचा कार्यक्रमलाई अगाडि बढाउन स्थानीय सरकारले छलफल गरी आफ्नो कार्यक्रममा समावेश गर्न प्रयास गर्नेछ ।

वडा सदस्य रामवृक्ष थप्छन् 'कृषिमै सहयोग गर्छौं भन्ने बैङ्कहरूले पनि यस क्षेत्रमा पर्याप्त लगानी गरिरहेका छैनन् । उनीहरू व्यापार क्षेत्रमै बढी केन्द्रित छन् । बैङ्कको सहयोग लिन चाहेमा यसको प्रक्रिया सर्वसाधारण कृषकहरूका लागि धेरै झञ्झटिलो छ । जुन सरलीकरण हुनु आवश्यक छ ।'

माथिका तथ्यहरू घरबगैँचा कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्दा आइपर्ने अप्ठ्याराहरूका केही उदाहरणहरू मात्र हुन् । यस्ता अरू पनि अप्ठ्याराहरू आइपर्न सक्दछन् तर माथिका तथ्यहरूले नै अप्ठ्याराहरू मात्र नभई तिनका समाधान पनि छन् भन्ने कुरालाई दर्शाएका छन् । ❑

सरोकारवालाहरूको दृष्टिकोण

घरबगैँचा कार्यक्रमका बारेमा यसमा संलग्न किसानहरूका अनुभव, अनुभूति र अभ्यासहरू यस पुस्तिकाको खण्ड–२ मा प्रस्तुत परिवर्तनका कथाहरूमा समावेश गरिएका छन् । यसैगरी कार्यक्रमलाई यससँग सम्बद्ध प्रमुख सरोकारवालाहरूले कसरी महसुस गर्नु भएको छ भन्ने कुरा भने तल प्रतिनिधिमूलक ढङ्गले उल्लेख गरिएका दृष्टिकोणहरूले झल्काउँदछन् ।

स्थानीय तह र गैससहरूले अघि बढाउन सक्ने कार्यक्रम

घरबगैँचा कार्यक्रम कम आयस्रोत भएका साना किसानहरूका लागि बढी उपयोगी पाइएको छ । यस्तो कार्यक्रमले उनीहरूको पोषण सुधारमा राम्रो योगदान गर्नसक्ने कुरा प्रष्टै छ । थोरै लगानीमा नै गर्न सकिने भएकाले यस कार्यक्रमलाई स्थानीय तहले अपनत्व ग्रहण गरेर आगामी दिनमा पनि अगाडि लैजानु राम्रो हुन्छ । गैरसरकारी संस्थाहरूले पनि यसमा योगदान गर्नसक्ने देखिन्छ । यसलाई छुट्टै कार्यक्रमकै रूपमा मात्र नहेरी अन्य कार्यक्रमहरूकै एउटा अङ्गको रूपमा समेत समावेश गरी अघि बढाउन सकिन्छ ।

सूर्यप्रसाद पौडेल, महानिर्देशक, कृषि विभाग

साना किसानहरूका लागि बढी फाइदाजनक

मैले केही जिल्लाहरूमा स्थलगत रूपमा नै घरबगैँचा कार्यक्रम हेरेँ । यो साना किसानहरूको पोषण सुरक्षाका लागि बढी केन्द्रित छ । यसले साना किसानहरूलाई सानै स्तरमा भएपनि सबै सिजन (याम)मा विभिन्न किसिमका तरकारी खेती गर्न प्रेरित गर्ने, उनीहरूमा विभिन्न किसिमका तरकारी खाने बानी लगाउने र बढी भएको उत्पादन बिक्री गरेर आयआर्जन समेत बढाउने कार्यमा सघाएको पाएको छु । सरकारी तथा गैरसरकारी दुवै पक्षसँग सहकार्य गरेर अघि बढाइएको यो कार्यक्रमको कार्यान्वयन पक्ष पनि प्रभावकारी पाइएको छ । पहिले पनि यो कार्यक्रम लागू भएका जिल्लाका जिल्ला कृषि विकास कार्यालयहरूले यसलाई सकारात्मक रूपमा लिएर अगाडि बढाउन भूमिका खेलेका थिए भने अहिलेको संरचनामा पनि जिल्लाका कृषि ज्ञान केन्द्रहरू र स्थानीय सरकार दुवैले यसलाई अगाडि बढाउने छन् भन्ने मलाई लागेको छ । यसो गर्नु जरुरी पनि छ । कतिपय पालिकाहरूले त यसलाई आफ्नो कार्यक्रममा नै समावेश गर्न थालिसकेका छन् । सानो स्तरमै भएपनि तरकारी, फलफूल, डालेघाँस र जडीबुटी खेती तथा मत्स्यपालन र पशुपक्षी पालनलाई समेत समेटेको घरबगैँचा कार्यक्रमले तरकारी तथा मसला बालीको विकासमा त झनै राम्रो योगदान दिएको छ । किसानहरूमा यस कार्यक्रमले निकै राम्रो छाप छोडेको छ ।

डा. हरिबहादुर के.सी., प्रमुख, राष्ट्रिय आलु, तरकारी तथा मसला बाली विकास केन्द्र (तत्कालीन निर्देशक, तरकारी विकास महाशाखा)

पोषणका लागि अति उपयोगी

मैले घरबगैंचा कार्यक्रमसम्बन्धमा भएका विभिन्न प्रस्तुतिहरूबाट यसका बारेमा थाहा पाएको हुँ । मलाई यो कार्यक्रम निकै राम्रो लागेको छ । खासगरि घरबगैंचाबाट मानव शरीरका लागि अति आवश्यक भिटामीन तथा खनिजजस्ता सूक्ष्म पोषक तत्वहरू पाइने तरकारी र फलफूल उत्पादन हुने गर्दछन् । यसरी घरबगैंचाबाट उत्पादित फलफूल तथा तरकारीको दैनिक रूपमा उपभोग गर्नाले बालबालिकाहरूमा समस्याको रूपमा रहेको भिटामीन–ए को कमी (Vitamin A Deficiency) को रोकथाम गर्न, महिलाहरूलाई आइरनको कमीले हुने रक्तअल्पता (Iron Deficieny Anemia) बाट बचाउन र फलफूल तथा तरकारीमा पाइने रेशायुक्त पदार्थ (Fiber) को उपभोगले वयस्क तथा वृद्धवृद्धामा देखिने कोलेस्टेरोल लगायतका विभिन्न समस्या न्यूनीकरण गर्न सहयोग पुग्दछ । घरबगैंचामा चना, केराउ, मटर र माछा, मासु पनि उत्पादन हुने भएकाले यसबाट मानव शरीरलाई चाहिने प्रोटिनको आपूर्तिमा पनि मद्दत पुग्दछ । तसर्थ, घरबगैंचाबाट उत्पादित खाद्यवस्तु बालकदेखि वृद्धसम्म सबैको पोषणका लागि अति उपयोगी छ । घरबगैंचाबाट प्राप्त हुने यस्ता खाद्यवस्तु पैसाको लोभले बिक्री गरेर बचेको उपभोग गर्नुभन्दा परिवारमा सबैले उपभोग गरेर बचेको मात्र बिक्री गर्नाले परिवारका सबैजनाको स्वास्थ्य र पोषण राम्रो हुन्छ । पोषणको लागि अति प्रभावकारी यस घरबगैंचा कार्यक्रमलाई देशका सबै भागमा पुग्नेगरी व्यापक रूपमा विस्तार गरेर अगाडि लैजानु पर्दछ ।

पूर्णचन्द्र वस्ती, वरिष्ठ खाद्य अनुसन्धान अधिकृत (पोषण), खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण विभाग

हामीले यसलाई पाठ्यक्रममै समावेश गरिसकेका छौँ

घरबगैंचा कार्यक्रमलाई अगाडि बढाइरहेका ली–बर्डका कर्मचारी मित्रहरू करिब दुई वर्षअघि सम्पर्कमा आएर कुराकानी गरेपछि हामीले यस कार्यक्रमका बारेमा थाहा पायौँ । यसलाई हामीले अत्यन्त महत्वपूर्ण कार्यक्रमका रूपमा महसुस गऱ्यौं र हाम्रा कृषिसम्बद्ध आङ्गिक शिक्षालयका प्रशिक्षकहरूलाई प्रशिक्षण प्रदान गर्नु समेत जरुरी ठान्यौँ । घरबगैंचा कार्यक्रमसँगको सहकार्यमा नेपालगञ्जमा प्रशिक्षकहरूका लागि एउटा यस्तो तालिम पनि आयोजना भयो । सो तालिमका सहभागीहरूले पनि यसलाई धेरै सकारात्मक रूपमा लिनुभयो । त्यसपछि लगत्तै हामीले जे.टी.हरूका लागि सञ्चालन गरिने १० महिने तालिमको एउटा विषयका रूपमा नै घरबगैंचा कार्यक्रमलाई समावेश गरिसकेका छौँ । हाम्रो पाठ्यक्रममा यसले अहिले पनि निरन्तरता पाइरहेको छ । यसलाई ग्रामीण क्षेत्रका लागि मात्र नभई छोटो अवधिको एउटा छुट्टै तालिम पाठ्यक्रम बनाएर शहरी क्षेत्रमा पनि जग्गा नभए कौसी वा छतमै समेत घरबगैंचा स्थापना गर्न सहयोग पुग्नेगरी विस्तार गर्नु महत्वपूर्ण छ भन्ने मलाई लागेको छ ।

नलराम देवकोटा, प्रमुख प्रशिक्षक, प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालिम परिषद् (सी.टी.ई.भी.टी.)

राष्ट्रिय कृषि प्रणालीमै समावेश गरी अगाडि बढाउनु पर्ने

म २०६९ देखि २०७२ सालसम्म जिल्ला कृषि विकास कार्यालय, बर्दियाको वरिष्ठ कृषि विकास अधिकृतको रूपमा कार्यरत थिएँ । त्यसबेला हामीले यो घरबगैँचा कार्यक्रमलाई 'जिल्ला कृषि विकास एलायन्स' बनाएरै अघि बढाएको अहिले पनि सम्झिरहेको छु । विपन्न एवम् साना किसानहरूका लागि लक्षित यो कार्यक्रमले बर्दियामा पनि थारु, मुक्त कमैया एवम् बाढी पीडित क्षेत्रका कृषक परिवारहरूको पोषण सुरक्षा अभिवृद्धिमा निकै महत्वपूर्ण योगदान दिएको थियो । कार्यक्रमको लक्षित कार्यक्षेत्रका यस्ता परिवारहरूले घरबगैँचा स्थापना गरी छोटो समयमै लाभ लिन थालिसकेका थिए । कार्यक्रमले स्थानीय क्षेत्रका लागि उपयुक्त हुने र घरबगैँचामा लगाइने उन्नत जातका बालीका साथै रैथाने बालीहरूलाई पनि संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको थियो । प्रायशः बाढीको चपेटामा परिरहने बर्दियामा बाढीले बोट पुरेर अलिकति टुप्पोमात्र बाँकी रहँदा पनि सजिलै हुर्कने र फल्ने त्यहाँका नौथरी रैथाने हिउँदे सिमीहरूको संरक्षण र प्रवर्द्धनमा गरेको योगदान कार्यक्रमका अनेकौँ राम्रा उदाहरणहरूमध्ये एउटा हो । प्राङ्गारिक विषादी तथा मल तयार गरी प्राङ्गारिक तरकारी उत्पादन गर्न कृषकहरू सक्षम भएका छन् । यस्ता कार्यक्रमलाई स्थानीय तह र प्रदेश सरकारसँग समन्वय र सहकार्य गर्दै राष्ट्रिय कृषि प्रणालीमै समावेश गरेर अगाडि बढाउनु जरूरी छ ।

हिक्मतकुमार श्रेष्ठ, तत्कालीन जिल्ला कृषि विकास कार्यालय प्रमुख, बर्दिया (हालः वरिष्ठ कृषि प्रसार अधिकृत, कृषि विभाग)

निरन्तरता दिइनु आवश्यक छ

घरबगैँचा कार्यक्रममा हामी विभिन्न साझेदार संस्थाहरूले मिलेर काम गर्‍यौँ । यस कार्यक्रमका फाइदाहरू निकै नै छन् । त्यसमा पनि साना तथा विपन्न किसानहरूमा पुग्ने र उनीहरूको पोषण सुरक्षामा योगदान पुऱ्याउने यसको रणनीति धेरै राम्रो छ । घर वरपरको क्षेत्रमै जैविक विविधता संरक्षण गर्ने र नेपाली समाजमा पहिले–पहिले परम्परागत रूपमा अपनाइएको घरबगैँचा पद्धतिलाई पुनर्जीवित तथा पुनर्संरचित गर्ने पक्ष पनि उल्लेखनीय छ । थोरै स्रोत–साधनका आधारमा बृहत्तर कार्यक्षेत्रमा काम गर्नु परेकाले कठिनाइहरू त भए नै तर विपन्न एवम् साना किसानहरूका लागि योगदान गर्ने हिसाबले हाम्रा सबै कर्मचारी र विभिन्न ढङ्गले सहजीकरण गर्नेहरूले यसमा राम्रो सक्रियता देखाउनु भयो । हामीले यो साझेदारीबाट धेरै कुराहरू सिक्यौँ, त्यसलाई 'स्केल–अप' गर्‍यौँ र सन्तुष्ट पनि छौँ । अर्को महत्वपूर्ण कुरा चाहिँ के हो भने, यस्तो महत्वपूर्ण र निरन्तर अगाडि बढाइनु पर्ने कार्यक्रमलाई एउटा परियोजना अवधिमा मात्र सीमित राखिनु हुन्न । सरकार, दातृ निकाय र काम गर्ने संस्थाहरूले विभिन्न ढङ्गबाट सहयोग गरिरहनु पर्दछ । त्यसो भयो भने लक्षित समुदाय आत्मनिर्भरतातर्फ अघि बढ्न सक्दछन् । एसडिसि (स्वीस सरकार बिकास सहयोग) ले यसलाई अझै निरन्तरता दिने प्रयत्न गर्नु राम्रो हुन्छ । ली–बर्डले पनि यसतर्फ प्रयास गर्ने नै छ भन्ने लागेको छ । हामी आफैँ पनि परियोजना सञ्चालन गर्दा सहकार्य गरिएका समुदायसँगको सम्बन्धलाई निरन्तरता दिन प्रयत्नशील छौँ ।

डा. सुरेन्द्रकुमार श्रेष्ठ, कार्यकारी निर्देशक, सहास नेपाल (साझेदार संस्थाहरूका तर्फबाट)

हामीले त गाउँपालिकाकै कार्यक्रमका रूपमा समावेश गरिसकेका छौँ

घरबगैँचा प्रत्येक घरपरिवारले आफैँले लगाउनु पर्ने जरुरी कुरा हो । त्यसमाथि एसडिसिको सहयोगमा 'ली–बर्ड'ले हाम्रो गाउँपालिकाका केही गाउँहरूमा यो काम गर्न मद्दत गऱ्यो । यो राम्रो कार्यक्रम थियो । यस्ता परियोजना त केही समयका लागि आउँछन् र गइहाल्छन् । यो परियोजना पनि २०७५ सालको असारमा गइहाल्यो । तर राम्रा कामलाई 'टेक–अफ' गर्दै लैजानु गाउँपालिकाको दायित्व नै हो । त्यसैले हामीले यो राम्रो कार्यक्रम भएकाले निरन्तरता दिन अहिले गाउँपालिकाको आफ्नै कार्यक्रम तथा बजेटमा समावेश गरेका छौँ ।

प्रेमबहादुर तामाङ, अध्यक्ष, खाँडादेवी गाउँपालिका, रामेछाप

हाम्रो क्षेत्रका समुदायका लागि पनि महत्वपूर्ण

मैले घरबगैँचा कार्यक्रममा केही समय स्थानीय स्रोत–व्यक्तिका रूपमा काम गर्ने अवसर पाएँ । त्यसैले गर्दा मलाई चुनाव जितेर हाम्रो नगरपालिकाको उपमेयर बन्न त घरबगैँचा कार्यक्रमको ठूलो योगदान छ नै, उपमेयरले गर्नुपर्ने थुप्रै कामहरूमा पनि यस कार्यक्रमको अनुभव धेरै काम लागेको छ । मलाई मात्र नभई घरबगैँचा कार्यक्रम हाम्रो क्षेत्रका समुदायका लागि पनि पोषण, ताजा तथा स्वस्थकर खाना, आयआर्जन र क्षमता अभिवृद्धिका लागि धेरै महत्वपूर्ण छ । मेरो परिवारले पनि घरबगैँचाको काम गरिरहेकै छ । म आफैँ पनि आफ्नो कार्यव्यस्तताबाट समय निकालेर घरबगैँचाको काममा संलग्न हुने गरेकी छु ।

गंगादेवी सिंह दनुवार, उपमेयर, भंगाहा नगरपालिका, महोत्तरी

व्यापक प्रचार–प्रसार हुनु जरुरी छ

घरबगैँचाजस्तो उपयोगी कार्यक्रमको व्यापक प्रचार–प्रसार हुनु जरुरी छ । यस्ता कुराहरूमा लाग्न गाउँका सबैलाई प्रेरणा मिलोस् भनेर हाम्रो वडा समितिका तर्फबाट पनि प्रयास गरिरहेका छौँ । वडा समितिले ठ्याक्कै घरबगैँचा कार्यक्रम भनेरै नाम उल्लेख नगरे पनि यसबाटै प्रभावित भएर सो कार्यक्रममा संलग्न कृषकहरूलाई वडाको बजेटबाट विशेष मद्दत गर्ने जनचेतनामूलक कार्यहरू अगाडि बढाइएका छन् । सिँचाइ सुविधा उपलब्ध गराउने प्रयत्न पनि गरिरहेका छौँ ।

दिनेशकुमार रमौली मगर, वडा अध्यक्ष, वडा नं. ५, तीनपाटन गाउँपालिका, सिन्धुली

गाउँपालिकाको घरबगैँचा कार्यक्रम सञ्चालन गर्न सजिलो हुने भएको छ

पहिले जिल्ला कृषि विकास कार्यालयअन्तर्गत कार्यरत रहँदा घरबगैँचा कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ली–बर्डका प्राविधिक तथा सहजकर्ताहरूसँगको समन्वयात्मक क्रियाकलापमा संलग्न रहेर मैले सो कार्यक्रमबाट धेरै कुराहरू सिक्ने मौका पाएँ । त्यही अनुभवले गर्दा मलाई गाउँपालिकाको अहिलेको घरबगैँचा कार्यक्रमको कार्यान्वयनमा सहजीकरण गर्न सजिलो हुने भएको छ ।

कमला सुनार, कृषि प्राविधिक, खाँडादेवी गाउँपालिका, रामेछाप

घरबगैँचा कार्यक्रमका साझेदार संस्थाहरू

घरबगैँचा कार्यक्रमको पहिलोदेखि चौथो चरणको अवधिभित्र सहकार्य गर्ने साझेदार निकाय एवम् संस्थाहरू :

» नेपाल सरकार (कृषि विभाग तथा तरकारी विकास निर्देशनालय र अन्तर्गतका निकायहरू)

» स्वीस सरकार बिकास सहयोग एसडिसि

» जैविक विविधता, अनुसन्धान तथा विकासका लागि स्थानीय पहल (ली–बर्ड)

» वायोभर्सिटी इन्टरनेसनल

» वातावरण तथा कृषि नीति अनुसन्धान प्रसार एवम् विकास केन्द्र (सिप्रेड) नेपाल

» ग्रामीण विकास टुकी सङ्घ (आर.डी.टी.ए.) दोलखा र टुकी सङ्घ सुनकोशी

» सहयोगी हातहरूको समूह (सहास), नेपाल

» स्रोत पहिचान तथा व्यवस्थापन समाज नेपाल (रिम्स नेपाल)

» रूपान्तरण

» एभरेष्ट क्लब दैलेख

» याक नेपाल

» सामुदायिक विकास तथा पैरवी मञ्च

» दलित सेवा सङ्घ – बाँके

» ग्रामीण विकास नेपाल

» सृजनशील सामुदायिक विकास केन्द्र, गुल्मी

थप जानकारीका लागि

जैविक विविधता, अनुसन्धान तथा
विकासका लागि स्थानीय पहल (ली–बर्ड)

प्रधान कार्यालय : पोखरा, कास्की
फोन : ०६१–५२६८३४, ५३५३५७
फ्याक्स : ०६१–५३९९५६
इमेल : info@libird.org
वेबपेज : www.libird.org
कार्यक्रम समन्वय कार्यालय : सानेपा, ललितपुर, फोन : ०१–५५४०३३०

यो पुस्तिका www.libird.org बाट निशुल्क डाउनलोड गर्न सकिन्छ ।