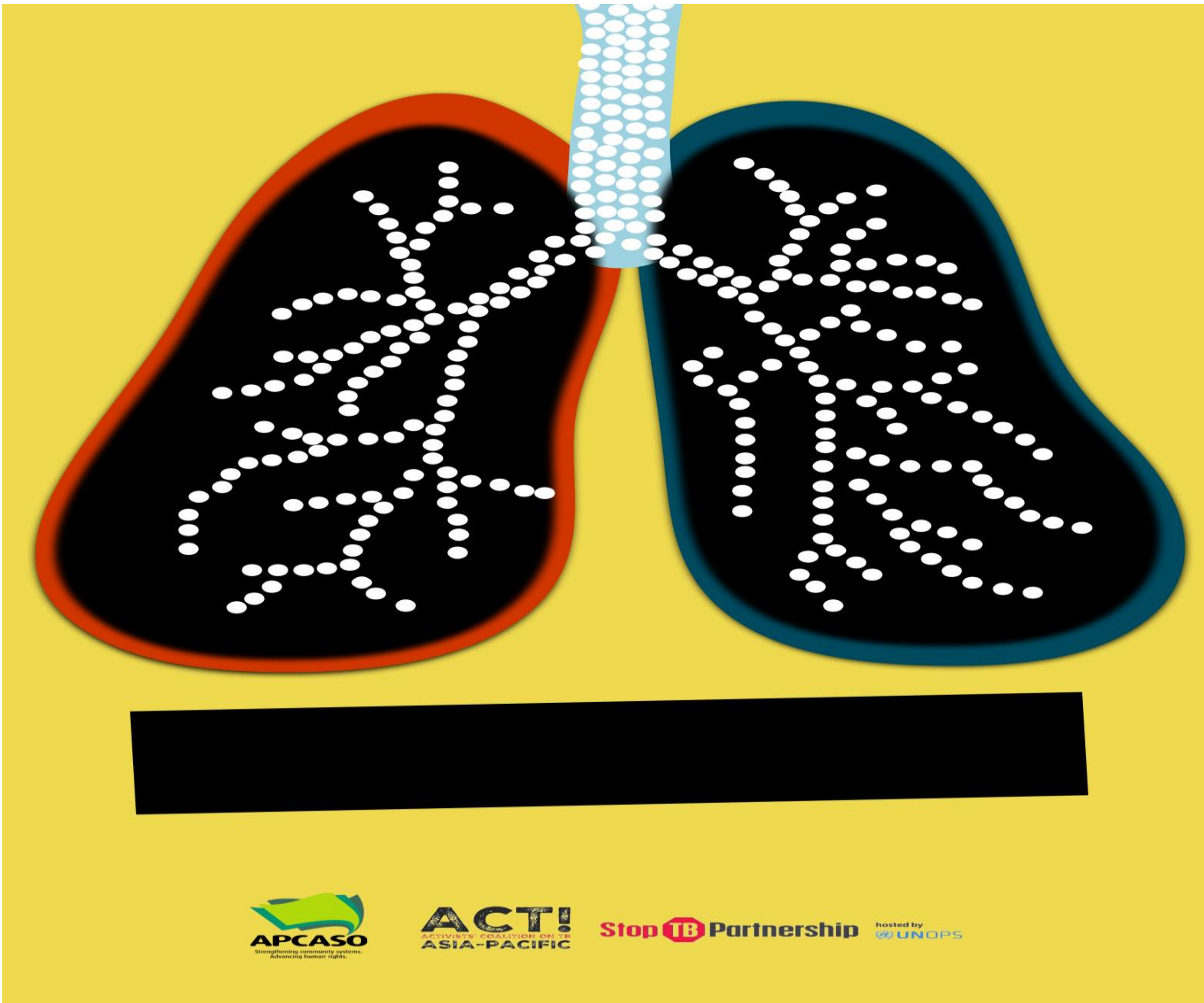
स्वच्छ श्वास-एक अधिकार

क्षयरोग संक्रमित तथा प्रभावितहरुका लागि मानवअधिकार सम्बन्धी तालिम

सहजकर्ताहरूको लागि तालीम निर्देशिका



बिषयसूची (Contents)

कृतज्ञता		
संक्षिप्त पदावली		
परिचय		
अनुच्छेद १ : सहजकर्ताको लागि निर्देशन		
	तालीम मोड्युलको बारेमा	
	तालीम मोड्युलको सिंहावलोकन	
	तालीम स्थल र अन्य बन्दोवस्ती	
अनुच्छेद २ : तालीम मोड्युल		
	प्रारम्भिक	
	क्षयरोग र मानव अधिकारको अवस्था	
	क्षयरोगको आधारभूत अभिमुखीकरण	
	सेतु सेसन : समूदायमा क्षयरोगको सवाल	
	क्षयरोग र मानव अधिकार	
	मानव अधिकार हननको अभिलेखनको लागि सामुदायिक परिचालन	
	पैरवी सीपको बिकास	
अनुच्छेद ३ : समापन क्रियाकलाप		
अनुच्छेद ४ : तालीम मूल्यांकन		
परिच्छेद		
१	प्रि-टेष्ट र पोष्ट-टेष्टको प्रश्नावली	
२	अभिलेखनको नमूना फारम	
३	मञ्जुरीनामाको नमूना फारम	
४	पैरवी योजनाको नमूना फारम	
५	तालीमको रुपरेखा	
६	मूल्यांकन फारम	

कृतज्ञता

क्षयरोग भई बाँचेका व्यक्ति र प्रभावित समुदायहरुका लागि मानवाधिकार सम्बन्धी यस तालीम सामाग्रीको निर्माण प्रक्रिया अमेरिकी सहायता नियोग (USAID) र Stop TB Partnership को सहयोग बिना सम्भव थिएन ।

ACT! AP र APCASO बिशेषतः यस सामाग्री तयार गर्न मुख्य भूमिका निभाउनुहुने आदरणीय श्री Amara Quesada प्रति स-धन्यबाद हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछ । यसलाई तयार गर्नको लागि २१-२२ मार्च, २०१९ मा बैंकक थाईल्याण्डमा क्षेत्रीय गोष्ठी आयोजना गरिएको थियो भने २६-२८ जुलाई २०१९ मा फिलिपिन्सको मनिलामा र कम्बोडियाको फेनम फेन (Phnom Penh) मा १९-२१ अगष्ट २०१९ मा नमुना तालीम सञ्चालनगरिएको थियो ।

यस तालीम सामाग्री तयार पार्न तपसिलका व्यक्तित्व एवं संस्थाको अतुलनीय योगदानप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछौं ।

- कम्बोडिया पायलटमा सहयोगका लागि चौब सोक चमरेन, क्याथर्न फ्रोयलन र सम्पूर्ण खाना टीमलाई ।
- अमारा क्वेडा, जूनिलिन तबेलिन, अल्फ्रेड पेटरवेल्च लाकाबायो र फिलिपिन्स पायलटका लागि एक्शन फर हेल्थ इनिसिएटिभ ।
- डेनियल मार्गगुआरी (स्पिरिआ फाउन्डेसन), ब्लेसी कुमार (ग्लोबल कोलिशन अफ टीबी एक्टिविस्ट्स), एल्वी सियान (एमएपी इन्टर्नेन्शल), र फ्रान्सिस जोसेफ (ड्रग्स प्रयोग गर्ने एशियन नेटवर्क - एएनपीयूडी) यस पुस्तिकाको रूपरेखा तयार गर्नमा उनीहरूको सहयोग रहेको छ ।
- यस म्यानुअलको सामग्री निर्माण गर्न, सुझाब प्रदान गर्न, साथै पुनरावलोकन गर्नका लागि केही निम्न व्यक्तिहरुको महत्वपूर्ण योगदान रहेको छ । वायोरेल सोल्टन, जेम्स मलार, काइम्मे स्मिथ र श्रीनिवास नायर (स्टप टीबी पार्टनरशिप), ब्रायन सिट्रो (नर्थवेस्टर्न युनिभर्सिटी), एलन मालेचे (केईएलएन), अन्ना वर्सफेल्ड, र डेलियाना गार्सिया (माइग्रेन्ट क्लिनियस नेटवर्क) । APCASO टीमको समन्वय र प्राविधिक सहयोग : आर डी मार्टे, जेनिफर हो, जेफ्रि अकाबा, क्रिस र रोजाना

र अन्तमा बिशेषत : ACT! AP र APCASO ले क्षयरोग भई बाँचेका, प्रभावित समुदायका सदस्य, क्षयरोगको उपचारमा संलग्न स्वास्थ्यकर्मी र क्रियाशील सामाजिक संघ संस्थाहरुप्रति हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछ ।

परिचय

सन् २०१८ मा एशिया प्रशान्त क्षेत्रको ३.९ बिलियन जनसंख्या मध्ये ६.२ मिलियन जनसंख्या क्षयरोगबाट ग्रसित थिए । समग्रमा क्षयरोग र बहु-औषधि प्रतिरोधी क्षयरोग (MDR TB) को विश्वब्यापी महामारीको ५०% जनसंख्या पनि यही क्षेत्रमा रहेको छ । ऐतिहासिक रुपमा उपेक्षित गरिएको यस विश्वब्यापी महामारीबाट अरबौ गरीव, सीमान्तकृत समुदाय तथा जोखिममा रहेका जनसंख्या र समुदाय प्रभावित रहेका छन् ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनको Global Plan to End TB रणनैतिक विश्व समुदायप्रतिको आह्वान जोखिममा रहेका मानिस र समुदायको अधिकारमा केन्द्रित छ जुन एकदमै उचित शुरुवातीको रुपमा लिईएको छ र यसले विश्वको ध्यान आकर्षित पनि गर्न सफल भएको छ । २०१८ सेप्टेम्बरको क्षयरोग बिषयक संयुक्त राष्ट्रसंघीय प्रथम उच्चस्तरीय बैठकले पनि मानवाधिकारको भाषा र बिषयबस्तुलाई समाबेश गर्नुको साथै यसलाई मुख्य राजनैतिक एजेण्डाको रुपमा उजागर गरेको छ र यस बैठकको मुख्य माग नै राजनैतिक एजेण्डाको प्रमुख बिषय नै क्षयरोग हुनुपर्छ भन्ने छ । संयुक्त राष्ट्रसंघीय महासभाको सभापतिको वेबसाइट मार्फत पनि यस बिषयलाई मुख्य बुँदाको रुपमा अनुमोदन गरिनु पर्छ भन्ने अडान यस समूहले राखेको थियो । त्यति मात्र नभएर यस राजनैतिक घोषणापत्रले मानवाधिकारको वकालत गर्न नागरिक समाजको संलग्नतामा औषधीमा समान पहुँच ,सबै प्रकारका भेदभाव र लाञ्छनाको अन्त्य , विभिन्न सामाजिक - सांस्कृतिक अवरोधहरूको लेखाजोखा र समाप्तिको साथै समुदायमा आधारित स्वास्थ्य सेवा बिस्तारको लागि लैंगिक समानता, नैतिकता, समता र मानवाधिकारको प्रबर्धन र रक्षकको रुपमा प्रभावित समुदाय र नागरिक समाज प्रधान भूमिका हुनुपर्दछ भन्ने हो अझ बिशेष गरेर क्षयरोगबाट प्रभावित जनसमुदायको अनुभव र बुझाईको प्राथमिकताको आधारमा अवरोधमा कसरी अधिकतम पहुँच बढाउन उपायहरु अबलम्बन गर्न जोड दिनु पर्दछ ।

क्षयरोगमा क्रियाशील विश्व समुदायले अभिन्नरुपमा अधिकारलाई केन्द्रित गरेर सम्पूर्ण प्रभावित समूदायको तर्फबाट उच्चस्तरीय राजनैतिक प्रतिबद्धताको वकालतको सुरक्षाको निमित्त सदैव प्रयत्न गर्दछ र साथै यस क्रियाकलापबाट स्थापित अवधारणालाई सरकारलाई उत्तरदायी बनाउन दवाब प्रदान गर्दछ । यद्यपि एशिया प्रशान्त क्षेत्रीय क्षयरोगबाट प्रभावित समुदाय सिद्धान्ततः मानवाधिकारका पक्षमा चेतना र बुझाईको तुलनात्मक हिसाबले न्यून रहेका छन् र यस पहलकदमीबाट राष्ट्रिय क्षयरोगको प्रतिकार्यमा मानवाधिकारका सिद्धान्तलाई आत्मसात गर्दै एकीकृत रुपमा सम्पूर्ण चुनौतीहरुलाई सामना गर्नेछ ।

क्षयरोग बाट प्रभावितहरुको अधिकारको घोषणा	
धारा २	जीवनको निमित्त अधिकार
धारा ३	स्वाभिमानको अधिकार
धारा ४	उच्चस्तरीय शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य प्राप्तिको अधिकार (स्वास्थ्यको लागि अधिकार)
धारा ५	अमानवीय यातना तथा अन्य हिंसा र कमसल उपचार बिरुद्धको अधिकार
धारा ६	समानता र भेदभाव बिरुद्धको अधिकार
धारा ७	व्यक्तिगत सुरक्षा र स्वतन्त्रताको अधिकार
धारा ८	आन्दोलनमा सहभागीताको स्वतन्त्रता
धारा ९	गोपनीयता र पारिवारिक जीवनको अधिकार
धारा १०	गोपनीयताको अधिकार
धारा ११	सूचनामा अधिकार
धारा १२	सूचित सहमतिको अधिकार
धारा १३	शिक्षामा अधिकार
धारा १४	काम गर्न अधिकार

धारा १५	पर्याप्त भोजनको अधिकार
धारा १६	आवासको अधिकार
धारा १७	पानी र सरसफाईको लागि अधिकार
धारा १८	सामाजिक सुरक्षाको अधिकार
धारा १९	अभिव्यक्ति स्वतन्त्रताको लागि अधिकार
धारा २०	सभा,सम्मेलन र संगठनको लागि अधिकार
धारा २१	सहभागिताको लागि अधिकार
धारा २२	न्याय र ढिलासुस्तीको लागि अधिकार
धारा २३	मनोरन्जन एवं बैज्ञानिक उन्नयनको लागि अधिकार (विज्ञानको लागि अधिकार)

ACT! AP र यसका सदस्यहरु, Cambodia को KHANA र फिलिपिन्सको एक्शन फर हेल्थ इनीशियटिभ्स (ACHIEVE) ले एशिया प्रशान्त क्षेत्रमा सामुदायिक जनचेतना र संलग्नताको लागि सामुदायिक परिचालनमा क्षयरोगको प्रतिकार्यमा अधिकार केन्द्रित नवीन दृष्टिकोणलाई थप उचाई प्रदान गरेका छन् । समग्रमा , ACT! AP सदस्य राष्ट्रहरुको क्षयरोग प्रभावित समुदाय लक्षित सहजीकरण,परिचालन,अनुगमनको साथै समुदाय लक्षित क्षमता बिकासका क्रियाकलापमा अविछिन्न नेतृत्वदायी भूमिका रहेको छ ।

एशिया प्रशान्त क्षेत्रका देशहरुमा रहेका क्षयरोग प्रभावी व्यक्ति एवं समुदायको हक हित अधिकारको लागि राष्ट्रिय क्षयरोग रणनीति कार्यान्यवनको क्रममा सरकार र सरोकारवालाहरुसंग पैरवी गर्ने र जवाफदेही गराउने उद्देश्य यस तालीम मोड्युलको रहेको छ ।

क्षयरोग प्रभावी व्यक्तिको अधिकारको घोषणापत्र अनुसार क्षयरोग प्रभावी समुदाय भन्नाले बर्तमान या बिगतमा क्षयरोग भएको व्यक्ति, तिनका स्याहारकर्ता,एकाघरका सदस्य र जोखिममा रहेको व्यक्तिहरु जस्तो बालबच्चा,स्वास्थ्यकर्मी, आदिवासी, एचआइभी संक्रमित, लागुपदार्थ प्रयोगकर्ता, कैदीबन्दी, खानीमा कार्यरत मजदुर, फिरन्ते एवं आप्रवासी, महिलाको साथै ग्रामीण तथा शहरिया गरीबहरुलाई समेट्दछ ।

तालीमका उद्देश्यहरु

१.मानवाधिकार र क्षयरोगको परस्पर अन्तरसम्बन्धलाई प्रकाशमा ल्याउने ।

२.क्षयरोग प्रभावी समूहप्रतिको मानवाधिकार हननका मुद्दालाई अभिलेख राख्दै क्षमता अभिवृद्धि गर्ने ।

३.क्षयरोग प्रभावी समुदायको राष्ट्रिय क्षयरोग कार्यक्रममा रहेको पहुँचबिहीनता र अवरोधलाई चिर्दै वकालत गर्न सक्षम बनाई सन्तुलन कायम राख्ने ।

अनुच्छेद १ : सहजकर्ताको लागि निर्देशन

क्षयरोग वा एचआईभीमा मानवाधिकारको लागि पैरवी तथा सहजीकरण गरिरहनु भएका नागरिक समाजका तर्फबाट क्रियाशील सहजकर्ताको लागि यो निर्देशिका तयार पारिएको हो ।

मानवाधिकार जस्तो बृहद बिषयमा छोटो समयमा सबैले बुझ्ने गरि सहजीकरण गर्नु अत्यन्त कठिनाई हुन्छ अझ बिशेष गरेर सामान्य पृष्ठभूमिबाट उपस्थित सहभागीको लागि भद्दा सिद्धान्त भन्दापनि उनीहरुले दिनहुँजसो भोग्दै आएका अनुभवलाई जीवन्तताका साथ व्याख्या विश्लेषण गरेर क्षयरोग र मानवाधिकारका बिषयमा बुझाउन सजिलो र फलदायी हुन्छ । सहभागीलाई क्षयरोग र मानवाधिकारको परस्पर सम्बन्धलाई सहज रुपमा बुझाउनु जटिल बिषय हो ।

यस परिप्रेक्ष्यमा बिषयबस्तुलाई मध्यनजर गर्दै सहजकर्ता पनि पर्याप्त तयारी हुन जरुरी छ । तसर्थ सहजकर्ता चरबद्ध रुपमा पूर्ण तयारी हुनको लागि तपसिल अनुसारका बुँदालाई आत्मसात गर्नुपर्दछ ।

- **प्रथमतः** आफूलाई सहजकर्ताको रुपमा तयार गर्न अत्यावश्यक छ । सहभागीलाई सिद्धान्तका ठेली घोकाएर मात्र नभई दैनिक जनजीवनमा उनीहरुले कानूनी, राजनैतिक, सामाजिक, आर्थिक तथा सांस्कृतिक पहुँचमा देखे भोगेका, गरेका क्रियाकलापलाई समाबेश गरेर बुझाउन सकियो भने अझ सान्दर्भिक हुन्छ । तसर्थ सहभागीबाट पनि केहि सिक्ने अपेक्षा राख्नुस । हुनत यस निर्देशिकामा चरणवद्ध रुपमा क्रियाकलापलाई समेटिएको छ तथापि सिद्धान्त र सहभागीका अनुभवलाई कसरी जोड्ने भन्ने चाहि तपाईमा निर्भर छ ।

- **द्वितीय पक्षः** मानवाधिकार सिद्धान्त र अवधारणा, नीतिहरु र कानूनका बिषयबस्तुलाई लामा भद्दा अध्यायलाई समूदायमा आधार मानेर बुझाउन मुश्किल नै हुन्छ तथापि स्वभावतः मानिसले आफूले तिनीहरूसँग दुर्व्यवहार, अनुचित व्यवहार वा अन्यायपूर्ण व्यवहार महसुस गर्ने क्षमता हुन्छ । यस्तो अवस्थामा कुन पदावली प्रयोग गर्ने भनेर अनविज्ञ रहेपनि उनीहरूलाई सहजै महसुस गर्दछन ताकि आफूलाई केही न केही गलत व्यवहार भएको छ ।

- **तृतीय पक्षः** क्षयरोग जस्ता रोगको सामुदायिक लाञ्छनालाई कमी गराउन चुनौतीपूर्ण हुन्छ र उनीहरुको क्षमता बिकास गराउन जरुरी छ । तसर्थ सामुदायिक सशक्तिकरणले लामो समय त लिन्छ तथापि यो तालीम प्याकेज क्षमता बिकासको दिगोपनको लागि एक बृहद एवं पूर्ण भूमिका पुर्याउने छ । चरणवद्ध र पूर्णतवरले तयार पारिएको यस तालीम सामाग्रीले समुदाय परिवर्तनको लागि एक कोसेढुङ्गो सावित हुनेछ ।

तसर्थ, सहजकर्ताले यस तालीम प्याकेजलाई तालीम अगावै गहनरुपमा अध्ययन गरेर सारतत्व बुझ्न जरुरी छ र यसले एक परिदृश्यको झल्को दिनेछ र पनि उचित तरिकाले बनाईएको हुँदा प्रत्येक मोड्युललाई परस्परमा कसरी सम्बन्ध स्थापित गर्ने र तालीमको मूल उद्देश्य कसरी हाँसिल गर्ने भनेर सबल गराउदछ ।

तालीम मोड्युलको बारेमा

यस तालीम मोड्युल बिशेषत क्षयरोग प्रभावी समुदाय र क्षयरोगको क्षेत्रमा क्रियाशील अधिकारकर्मीद्वारा क्षयरोगी तथा क्षयरोग प्रभावी समुदायका व्यक्तिहरुलाई क्षयरोग सम्बन्धि मानव अधिकारका सवालमा ज्ञान अभिवृद्धि गर्दै समान रुपले बुझ्न र उनीहरुले सामना गरेका समस्या र भेदभावलाई रचनात्मक ढंगले समाधान गर्ने हेतुले तयार पारिएको हो । क्षयरोग प्रभावी समूदायले क्षयरोगी, निको भईसकेका पूर्व रोगी, मुख्य जनसंख्या जस्तो कि बालबच्चा, स्वास्थ्यकर्मी, आदिवासी जनसमुदाय, एचआईभी संक्रमित, लागु औषध प्रयोगकर्ता, कैदी बन्दी, खानीमा कार्यरत मजदुर, फिरन्ते समुदाय, महिला, ग्रामीण तथा शहरिया गरीब र निजका परिवार, आश्रित जनसंख्याको साथै तिनका स्याहारकर्तालाई समेट्दछ । प्रमुख रुपमा क्षयरोग प्रभावी समुदायका सदस्य, क्षयरोग बिजेता र सञ्जालका सदस्यहरु, सहयोगी संघ संस्थाको साथै नागरिक समाजले क्षयरोग प्रभावी समुदायको निमित्त क्षमता बिकास र पैरवी क्रियाकलाप सञ्चालन गर्नको लागि तयार पारिएको हो ।

यो तालीम सामाग्री क्षयरोग र मानव अधिकार सम्बन्ध क्रियाकलापमा संलग्न व्यक्तिहरुको अनुभवको आधारमा तयार गरिएको हो र भर्खरमात्र क्षयरोगको निदान भएका व्यक्तिलाई यस तालीममा समेट्नु भन्दा उनीहरुलाई तत्काल मनोसामाजिक सहयोग, परामर्शको प्रदान गर्नु उचित हुन्छ ।

यो तालीम ३ दिनसम्म सञ्चालन गरिनेछ । अधिकतम २०-२५ सहभागी समावेश गरेर अन्तक्रियात्मक ढंगले निर्धारित बिषयबस्तु र सहभागीको अनुभव बिचार आदान-प्रदान गर्ने पर्याप्त समयका साथ सञ्चालन गर्नुपर्दछ ।

तालीमका मोड्युलको सिंहावलोकन

माथिका अनुच्छेदमा उल्लेखित गरिएका तालीमको उद्देश्य परिपूर्तिको लागि आबश्यक सम्पूर्ण बिषयबस्तु समावेश गरिएको छ । तथापि सबै मोड्युल एउटा तालीम सञ्चालन गर्नको लागि तयार गरिएको हो र पनि आवश्यकता अनुसार छुट्टाछुट्टै मोड्युलको प्रयोग गर्न सकिन्छ र पनि प्रत्येक मोड्युलहरु एक अर्कामा अन्तर-सम्बन्धित छन् ।

यो तालीम बिशेषगरि राष्ट्रिय क्षयरोग कार्यक्रम अन्तर्गत क्षयरोगलाई अन्त्य गर्न सामुदायिक सचेतना बढाई अभियानलाई सघाउ पुऱ्याउने उद्देश्यका साथ एक अंशको रुपमा तयार गरिएको छ तसर्थ अन्य सम्पूर्ण तालीमजस्तो यसलाई स्वतन्त्र एकल क्रियाकलापको रुपमा लिन सकिदैन ।

सबै मोड्युलको आ-आफ्ना उद्देश्य, समय र आबश्यक सामग्री निर्धारण गरिएको छ । सिलसिलेवार ढंगले तयार गरिएको यस तालीम मोड्युलका सम्पूर्ण क्रियाकलाप सञ्चालन गर्न न्यूनतम स्तरीय जानकारी : इन्पुट्स तथा छलफल खण्डले निर्देशित गर्दछ र यस खण्डमा भएको बिषयबस्तु स्लाईडको सहायताले सहभागीलाई जानकारी गराउनु पर्दछ र सन्दर्भ सामाग्रीको रुपमा सहभागीलाई वितरण गर्न सकिन्छ ।

तालीम सहजकर्ताले तालीम सञ्चालन पूर्व नै सबै मोड्युलसँग पूर्ण साक्षात्कार हुन जरुरी छ र सबै अंश मिहिन तरिकाले निर्माण गरिएका छन ।

१.प्रारम्भिक उद्घाटन : अन्य तालीम जस्तो यस तालीमलाई पनि उद्घाटन सत्रबाट शुरु गर्नु पर्दछ । यसले सहजकर्ता, सहभागी र आयोजक बीच चिनाजानी गर्न अवसर प्रदान गर्दछ र यसको साथ् साथै सहजकर्ताले यस तीन दिने तालीमको पृष्ठभूमि र उपादेयताको बारेमा प्रकाश पार्नुहुनेछ । यस अन्तर्गत सहभागीको अपेक्षा संकलन र पूर्व परीक्षा (Pre-Test) गरिनेछ ।

२.क्षयरोग र मानव अधिकारको अवस्था : यस तालीमको परिप्रेक्ष्यमा, यस मोड्युलले राष्ट्रिय तथा स्थानीयरुपमा क्षयरोग र मानव अधिकारको अवस्थाको जानकारी प्रदान गर्दछ । सहभागीले क्षयरोगको फैलावट, संक्रमणको दरको साथै मानव

अधिकारको स्थितिको बारेमा प्रकाश पार्दछ । यस मोड्युलको मुख्य उद्देश्य क्षयरोग प्रभावी समुदाय र मानव अधिकारको अन्तर सम्बन्धको औचित्यतामाथि स्पष्ट गर्दछ ।

३.क्षयरोगको सामान्य जानकारी : बिशेषतः यो मोड्युल अन्तर्क्रियात्मक हुनेछ र सहभागीले क्षयरोगको सामान्य जानकारी जस्तो क्षयरोग के हो, कसरी सर्दछ, कसरी रोकथाम गर्न सकिन्छ भनेर आधारभूत ज्ञान हाँसिल गर्नेछन भने आफूसंग भएको जानकारीको अद्यावधिक गर्ने मौका पाउनेछन । यस सेसन अन्तर्गत मस्तिष्क मन्थन क्रियाकलापमा समाजले क्षयरोगी र क्षयरोग प्रभावी समुदायलाई कस्तो व्यवहार गर्दछ र यसको हुनसक्ने असरको वारेमा अन्वेषण गरिनेछ ।

४.क्षयरोगमा मानव अधिकारको सवाल : सामान्यतया यस मोड्युलको डेढ दिन छुट्टाईएको छ यसमा सहभागीले क्षयरोगमा मानव अधिकारको सवालको बारेमा जानकारी लिने अवसर पाउनेछन ।

- क्षयरोगका अमूर्त अवधारणाबाट यो मोड्युल शुरु गरिनेछ र यस सेसनमा रहेको पत्र-लेखन अभ्यास क्रियाकलापमा आफ्नो बिगतको अनुभवलाई परस्परमा आदान प्रदान गर्नेछन् र बिगतमा क्षयरोग नभएका सहभागीलेपनि अन्य सहभागीको अनुभववाट थप जानकारी लिनेछन र क्षयरोग नभएका सहभागीलेपनि आफूलाई थप स्पष्ट पार्ने मौका पाउनेछन । आदानप्रदान गरिएका अनुभवको आधारमा क्षयरोगमा मानव अधिकारको सवालपनि पहिचान गर्न सकिनेछ ।
- यस सत्रमा आफ्नो बिगतको भोगाई, पीडा, दुर्व्यवहार, भेदभाव आदानप्रदान गर्दा सहभागी बिचलित हुन सक्छन । यस संक्षिप्त सेसनले थप अर्को सेसन शुरु गर्न सहजता प्रदान गर्दछ । सम्पूर्ण क्रियाकलाप कसरी सञ्चालन सञ्चालन गर्न भनेर यस तालीम म्यानुयलले निर्देशन गरेतापनि सहजकर्ताले आबश्यकता अनुरुप फरक ढंगबाट सञ्चालन गर्न सक्नेछन ।
- यस चरणमा सहभागीले बिगतमा भोगेका पीडा, चुनौती, समस्याको आदानप्रदान गरे पश्चात आ-आफ्नो स्थानमा बस्नेछन र सबै लिखित अनुभवलाई बोर्डमा टासिनेछ जुन आगामी सेसनमा सन्दर्भ सामाग्रीको रुपमा प्रयोग गर्न सकिनेछ । यसले समस्या,चुनौतीको पहिचान गर्न र परिणामको लेखाजोखा गर्न सघाउनेछ ।
- यस सेसनको भूमिका प्रदर्शन विधिमा सहभागीले आफ्नो बिगतको अनुभवलाई थप अनुभूत गरि समस्याको र चुनौतीको समाधानको उपाय प्रस्तुत गर्ने अवसर पाउनेछन ।
- श्रृंखलाबद्ध रुपमा गरिएका सम्पूर्ण क्रियाकलाप पश्चात , सबै क्रियाकलापको साथै क्षयरोगमा मानव अधिकारको अवस्थाको बारेमा रहेको अवधारणा सश्लेषण र पुनरावलोकन गर्न सकिनेछ । यस सेसन स्लाईड प्रस्तुतिको साथै मानव अधिकारको बिषयमा रहेका छोटा श्रव्य-दृश्यमार्फत पनि सञ्चालन गर्न सकिन्छ ।
- सश्लेषण सेसनपश्चात, सहभागी आ-आफ्नो स्थानमा गएर बस्नेछन र अघिल्ला सेसनमा गरिएका भूमिका प्रदर्शनमा मानव अधिकार हननसँग साक्षात्कार हुने मौका पाउनेछन र पहिचान गरिएका हननको समाधानका निमित्त सरकारी निकाय, कर्मचारी, कर्तव्यपालकको उत्तरदायित्व र भूमिकाको बारेमा जानकारी प्राप्त गर्नेछन । यस क्रियाकलापमा आएका बिचारलाई बोर्डमा टासिनेछ र आगामी पैरवीको सेसनमा प्रयोग गरिने छ ।

क्षयरोग भई बाँचेका व्यक्ति र प्रभावित समूदायहरुको अनुभवको आधारमा मानव अधिकारको अवधारणामा थप स्पष्ट यस मोड्युलमा प्रकाश पारिनेछ । यस मोड्युल अन्तर्गत मानव अधिकार हननको अभिलेखीकरण गर्ने बिधि र पैरवीमा संलग्नता हुने तरिका सिक्नेछन ।

१. क्षयरोग सम्बन्धित मानव अधिकार हननको अभिलेखीकरण - यस मोड्युलले अन्तर्वार्ता लिने सीपको बिकास गर्ने मौका पाउनेछन र नमूना अनुसार कसरी संकलन गर्ने र अभिलेख राख्ने तरिकामा प्रष्ट हुनेछन ।

२. पैरवी - पैरवीमा संलग्न हुनु सबैभन्दा महत्वपूर्ण सीप हो । यसमा सहभागीले मानव अधिकारको सवालको पहिचान, उचित निर्णय प्रक्रिया र विद्यमान नीति, नियम, कानून, कार्यक्रम, र सेवामा परिवर्तन परिमार्जनको लागि कर्तव्यपालक निर्णयकर्ता सँगको सम्बन्ध बिस्तारको साथै पैरवी सीप बिकासको पद्दति सिक्नेछन ।

यो तीन-दिवसीय प्रशिक्षण, वकालत योजना कार्यशालामाको रुपमा टुंगिन्छ र प्रशिक्षण पश्चात फ्लोअप र सपोर्ट गर्नु पर्दछ । त्यसपछि पैरवी योजना निर्माण गर्ने र परस्परमा आदानप्रदान गर्ने गरिन्छ र साथसाथै पोष्ट-टेष्ट प्रश्नावली र तालीम मूल्यांकन फारमबाट सम्पूर्ण तालीमको दुईतर्फी मूल्यांकन गरिनेछ ।

संक्षेपमा तालीम

दिन	पहिलो दिन	दोस्रो दिन	तेस्रो दिन
बिहानी सत्र	मोड्युल १ : प्रारम्भिक परिचय मोड्युल २ - क्षयरोग र मानव अधिकारको अवस्था मोड्युल ३ : क्षयरोगको संक्षिप्त जानकारी	मोड्युल ४: क्षयरोगको सन्दर्भमा मानव अधिकारको जानकारी - क्रमश	मोड्युल ६ : पैरवी
दिवा सत्र	मोड्युल ४ : क्षयरोगको सन्दर्भमा मानव अधिकारको जानकारी	मोड्युल ५ : क्षयरोग र मानव अधिकार हननको अभिलेखीकरण	मोड्युल ६ : पैरवी क्रमश:

प्रशिक्षण स्थान र अन्य लजिस्टिक

तालीम संचालनको लागि अनुकुल बातावरणको मुख्य भूमिका हुन्छ तसर्थ सबै सहभागीको अपेक्षा र सुविधालाई मध्यनजर गर्दै र सम्पूर्ण क्रियाकलापमा सबैलाई उत्साहपूर्ण सहभागी गराउनुपर्दछ । तसर्थ सबै सहभागीलाई बिना हिच्किचाहट स्वतःस्फूर्त सामेल हुन सघाउनु पर्दछ । यो तालीम हामी स्कुल पढ्दा ताकाको समयसारिणी मै अडिग नभई आबश्यकतानुसार बिषयबस्तुमा थपघट गरेर सञ्चालन गर्न सकिन्छ ।

तालीम संचालनको लागि तपसिलका अत्यावश्यक सामाग्रीको यथेष्ट प्रबन्ध गरिनु पर्दछ ।

१.ल्यापटप
२.LCD प्रोजेक्टर
३.फ्लिप चार्ट , पेपर
४.पोष्ट इट पेपर , रंगिन पेपर
५.मार्कर पेन
६.टास्ने टेप
७.डायरी
८.बल पेन

निम्न Tools हरू वास्तविक प्रशिक्षण भन्दा पहिले नै तयार र प्रिन्ट गर्न आवश्यक छ ।

१.प्रि-टेस्ट तथा पोष्ट-टेस्टको प्रश्नावली
२.तालीमको एजेण्डा
३.अभिलेखनको नमूना फारम
४.तालीम मूल्यांकन फारम
५.पैरवी योजनाको नमूना

अनुच्छेद २ तालीम मोड्युलहरू

१. प्रारम्भिक (Preliminaries)

क. उद्देश्य

तालीमको औपचारिक रुपमा उद्घाटन गर्ने क्रममा प्रत्येक सहभागीको परिचय, अनुभव र अपेक्षालाई समेट्नु पर्दछ र तालीमको मुख्य उद्देश्यलाई प्रष्ट गर्नु पर्दछ ।

ख**. क्रियाकलाप**

- परिचय
- अपेक्षा संकलन
- स्लाईड प्रस्तुतिकरण
- तालीमको नियम बनाउने
- प्रि-टेष्ट

ग**. सामाग्रीहरु**

- फ्लिप चार्ट (Flip Charts)
- मार्कर (Marker)
- पोष्ट इट पेपर (Post-Its or colored paper cut to the size of Post-Its)
- प्रि-टेष्ट प्रश्नावली (Pre-test questionnaire)

घ**.**समय

- १ घण्टा

प्रि-टेष्ट (Pre-Test) सञ्चालन(२० **मिनेट**)

तालीमको प्रभावकारिताको मूल्यांकनको सहजताको लागि सहभागीको ज्ञानको जाँच गर्ने सजिलो बिधि हो तसर्थ परिच्छेद १ मा समावेश गरिएका प्रश्नावली मार्फत तालीमको शुरुवात गरिन्छ। सबै सहभागीलाई प्रश्नावली वितरण गरेर तालीम शुरु गरिन्छ ।

१.तालीम पूर्व र अन्तमा गरिने जाँचको आधारमा सहभागीले के कति ज्ञान हाँसिल गर्नु भयो भनेर जाँच गर्नका लागि यो जाँचको आबश्यकता रहेको सम्पूर्ण सहभागीलाई जानकारी गराउनु होस् ।

२.प्रश्नावली वितरण गर्नुहोस ।

३.उत्तर लेखनको लागि १० मिनेट समय दिनुहोस ।

४.१० मिनेट पश्चात प्रश्नावली जम्मा गर्नुहोस र अलिक पछि परीक्षण गर्नुहोस ।

५.प्रश्नावली छेउमा राख्नुहोस् र पछि जाँच गर्नुहोस् ।

सहभागीको परिचय (१५ मिनेट)

सामान्यतया : तालीम सञ्चालन गर्दा सबै सहभागीलाई स्वागत गर्दै यस तालीमको यसको मुख्य उद्देश्यको जानकारी गराउनु जरुरी छ र यसबाट हामीले के अपेक्षा गरेका छौ भनेर मुख्य उद्देश्य सम्प्रेषण गर्नु पर्दछ र उनीहरु नै किन सहभागी भए भनेर प्रष्ट गर्नुहोस । ५ मिनेटको समयावधिमा औपचारिक रुपमा शुरुवात गर्नुहोस र सामान्यतयाः तालीमको उद्घाटन सत्र आयोजकको तर्फबाट सञ्चालनगरिन्छ ।

१.सहभागीलाई दुई समूहमा विभाजन गर्नुहोस ।

२.पहिलो समूहलाई बाहिर फर्कने गरि गोलो घेरा बनाएर उभिन भन्नुहोस

३.दोश्रो समूहलाई भित्र फर्कने गरि पहिलो घेराको बाहिरी घेरा बनाउन लगाउनु होस् र एक एक जोडी बन्नेछ ।

४.सहभागीलाई तपशिल अनुसार निर्देशन दिनुहोस ।

- पहिलो समूहको सदस्यलाई बाहिरी घेरामा रहेको आफ्नो पार्टनर/जोडीलाई आफ्नो परिचय दिन लगाउनुहोस ।
- नाम, ठेगाना र रुची भन्न लगाउनुहोस ।
- परस्परको परिचय एक मिनेटमा सिद्धाउनु पर्नेछ र बाहिर घेराको सहभागी बृताकार रुपमा दायाँ तर्फ सर्दै अर्को सहभागीसंग परिचय आदानप्रदान गर्दै जानेछन र आफ्नो शुरुको जोडीसम्म आउँदा परिचयको क्रम समाप्त हुनेछ ।
- जोडीहरूले एक अर्कासँग आफूलाई परिचय दिए पछि बाहिरी घेरामा भएका व्यक्तिहरू एक चरण तिनीहरूका दाहिनेतिर सर्नेछन् ताकि तिनीहरूले भित्री घेरामा रहेका सहभागी परस्पर आम्ने साम्ने भएको हुनु पर्दछ ।
- यो प्रक्रिया दोहोर्याउनुहोस् र त्यसो गर्न जारी राख्नुहोस् जब सम्म तिनीहरू आफ्ना मूल साझेदारमा फर्कदैनन् ।
- सहभागीलाई बस्न लगाउनु होस् र केही आनन्ददायक क्षण भएमा भन्न लगाउनुहोस् ।

५.सहजकर्तापनि कुनै एक समूहमा समावेश भएर परिचय आदानप्रदान गर्नुहोस ताकि आफूलाई सबैसंग चिन्न/चिनाउन सहयोग हुनेछ ।

अपेक्षाहरू र उद्देश्य संकलन (१ मिनेट)

१.पोष्ट इट पेपर र मार्कर वितरण गर्नुहोस ।

२.प्रत्येक सहभागीलाई तालीम बाट स्वयंले के अपेक्षा गरेका छन लेखेर निर्दिष्ट स्थानमा टास्न लगाउनुहोस ।

३.सबै सहभागीले टाँसीसकेपछि बिषय बस्तु, बिधि, सहजकर्ता, सहभागी या अन्य कुनै मिल्दो गरि समूहगत बिवरण अनुसार मिलाउनु होस् र सारमा सबैको अपेक्षालाई सम्बोधन गरेर स्पष्ट पार्नुहोस् ।

४.लगत्तै, तालीमको उद्देश्य र यसमा समावेश भएका र अपेक्षामा रहेको तर यसमा समावेश नभएका विषयबस्तुको बारेमा जानकारी दिनुहोस ।

५.३ दिन भित्र गरिने कार्यक्रमको सार प्रस्तुत गर्नुहोस ।

तालीमस्थलका नियमहरु (२० मिनेट)

तालीमको सफलतापुर्वक सञ्चालनको लागि सबै सहभागीलाई मन्जुर हुनेगरि तालीमका नियम बनाउनुहोस् र तपसिलका बुँदामा सचेत हुनुहोस ।

१.तालीम सञ्चालन हुने समय र अनिवार्य उपस्थिति

२.मोबाइल फोन साइलेन्ट मोडमा राख्ने, अत्यावश्यक नभई मोबाइल नउठाउने

३.परस्परमा आदरपुर्वक सम्मान गर्ने

४.सहभागीको भोगाईलाई गोपनीयता कायम राख्ने

५.तालीममा सक्रियरुपमा सहभागी हुने

सहजकर्ता र सहभागीले आबश्यक भएमा अन्य नियमपनि थप्न सक्नेछन र सबै नियमलाई लेखेर भित्तामा तास्नु पर्दछ र सबै सहभागीले सही गरेर मञ्जुरी गर्नु पर्नेछ र यी नियमहरु तालीम अवधिभर सहभागीलाई सचेत गराउनेछन् ।

२. क्षयरोग र मानवाधिकारको अवस्था

उद्देश्य :
स्थानीय या देशको क्षयरोगको बर्तमान अवस्थाको बारेमा जानकारी प्रदान गर्नु

सामाग्री
१. ल्यापटप
२. LCD प्रोजेक्टर

समय
४५ मिनेट

बर्तमान अवस्थामा देशमा र स्थानीय तहमा क्षयरोगको अवस्थाको बारेमा प्रकाश पार्नु पर्दछ अझ सम्भव भएको खण्डमा क्षयरोगमा मानवाधिकारको सम्बन्धलाईपनि समेट्न सकियो र उपलब्ध गरुन सकियो भने प्रभावकारी हुनेछ । सामान्य पावर प्वाइन्टको सहायताले गरिएको प्रस्तुतीकरण लाभदायी हुनेछ । शुरुवाती सेसनमा तपसिलका बिषयबस्तु समेट्नु पर्दछ ।

१.क्षयरोगको Incidence र Prevalance
२.क्षयरोग प्रभावी मुख्य समूह
३.देश तथा स्थानीय तहमा क्षयरोग फैलने मुख्य कारक तत्वहरु
४.सरकार तथा अन्य सहयोगी सरोकारवालाले क्षयरोग बिरुद्धमा गरेका पहलकदमी
५.पहलकदमीवाट आशातित अपेक्षाको अन्तर र चुनौती

यस प्रस्तुति मार्फत देश तथा स्थानीय तहमा क्षयरोग किन भयावह हुदैछ भनेर प्रष्ट पार्नुपर्दछ र क्षयरोग बिरुद्ध गरिएका कार्य अझ क्षयरोग प्रभावी समूहले भोगेका मानवाधिकार हननका बिषयलाई खुलस्त बर्णन गर्नुपर्दछ र क्षयरोगीको संख्या दिन प्रतिदिन बढ्नुमा सरकारले स्वास्थ्य प्रवर्धन, स्वास्थ्य सुरक्षा एवं मानवाधिकार परिपूर्तिमा सरकार कसरी असफल हुदैछ भनेर बिषयबस्तुमा प्रवेश गर्नुपर्दछ ।

३. क्षयरोगको आधारभूत अभिमुखीकरण

उद्देश्य :
सहभागीले क्षयरोग एक संक्रमण तथा रोगको बारेमा संक्षिप्त जानकारी पाउनेछन ।

सामाग्री

१.मार्कर पेन
२.फ्लिप चार्ट पेपर
३.टेप
४.ल्यापटप, प्रोजेक्टर (ऐच्छिक)

समय
१ घण्टा

कियाकलाप
१. समूह कार्य
२. समूह छलफल
३. प्रस्तुति (ऐच्छिक)

तालीमपूर्व गरिने क्रियाकलाप

तालीम शुरु गर्नुपूर्व तपाई समूहकार्यको लागि तयार हुनुपर्दछ । एकै पटक धेरै सहभागीले जवाफ दिन सक्नेछन तसर्थ सहभागीलाई सात समूहमा विभाजन गर्नुहोस र सबै समुहलाई एक एक प्रश्न दिनुहोस ।

पूर्व तयारी

१.७ वटा फ्लिपचार्ट पेपर तयार गर्नुहोस
२.प्रत्येक समुहलाई एक एक प्रश्न वितरण गर्नुहोस । अझ उनी हरुले बुझ्नेगरी स्पष्ट भाषामा लेखेर दिए पनि हुन्छ र उनीहरुलाई छान्न लगाएपनि हुन्छ । प्रश्न तपसिल अनुसार हुनेछन ।

- क्षयरोग के हो ?
- क्षयरोग कसरी सर्दछ ?
- क्षयरोगका लक्षण के के हुन् ?
- क्षयरोगको जोखिम समूहमा को को पर्दछन ?
- मलाई क्षयरोग भएको कसरी थाह पाउन सक्छु ?

- क्षयरोगको उपचार कसरी सम्भव छ ?
- क्षयरोगबाट म आफूलाई कसरी बचाउन सक्छु ?

३.सहभागी कक्षामा प्रवेश गर्नु अगावै तयारी गरेमा अझ सहज हुनेछ र यस कार्यको समयावधि १० मिनेटको हुनेछ ।

४. एक आपसमा समान दुरी कायम हुनेगरि कक्षामा फ्लिप चार्ट पेपर टास्नुहोस र प्रत्येकमा १-७ नम्बर दिनुहोस र प्रत्येक समूहलाई पनि एक एक प्रश्न वितरण गर्नुहोस् ।

५. प्रत्येक प्रश्न लिनुहोस् र तिनीहरूलाई फ्लिपचार्ट माथि स्टिक गर्नुहोस् - एक स्टेशन प्रति एक प्रश्न - माथिको प्रश्नहरूको क्रमलाई घडीको दिशामा । फ्लिप चार्ट स्टेशनहरु १ को माध्यम बाट संख्या ।

६. प्रत्येक स्टेशनमा रहेका प्रश्न लेखिएको पपेरलाइ खालि पेपरले ढाक्नुहोस ।

गतिविधिका लागि निर्देशनहरू (Instructions for the Activity)

१. सहभागीलाई ७ समूहमा विभाजन गरेर क्रियाकलाप शुरु गर्नुहोस र प्रत्येक समुहलाई क्रमैगत नामांकन गर्नुहोस् ।

२. प्रत्येक समूहलाई आ-आफ्नो प्रश्नको अगाडि उभिन लगाउनुहोस । समूह १ प्रश्न १ को अगाडि उभिने छ, समूह २ प्रश्न नम्बर २ को अगाडि उभिने छ । एवं रितले सबै समूह आ-आफ्नो प्रश्न नम्बर अगाडि उभिनेछन् ।

३. प्रत्येक समुहलाई मार्कर दिनुहोस र क्रियाकलापको बर्णन नहुँदासम्म पेपरलाई नचलाउन निर्देशन दिनुहोस ।

- संकेत दिईसकेपछि प्रश्न पढ्न भन्नुहोस र समूहका सबै सहभागीले एक मात्र उत्तरमा सहमति जनाएपश्चात फ्लिप पेपरमा लेख्न लगाउनुहोस । सम्भवत : यस कार्यको लागि एक मिनेट लाग्नेछ ।
- त्यसपछि प्रत्येक समुहलाई दायाँ समुहको प्रश्न पेपरमा जान लगाउनुहोस र उत्तर लेख्न लगाउनुहोस । एवं रितले पहिलाको स्थानमा आउँदासम्म घुमाउनुहोस् ।
- सबै समूहहरूलाई सबै स्टेशनहरूमा आफ्ना उत्तरहरू लेख्ने मौका नपुगुञ्जेल यसलाई दोहोर्याउनुहोस् ।
- समूहका सदस्यले एक प्रश्नको दोहोऱ्याएर उत्तर दिन पाउने छैनन् र कथंकदाचित जवाफ नभएमा खाली छोड्न सक्नेछन ।
- ७ वटै समूहले उत्तर लेखिसकेपछि आ-आफ्नो सिटमा बस्नेछन र हामीसँग सबै प्रश्नको लगभग ७ वटै उत्तर हुनेछ ।

४. सिलसिलेवाररुपमा प्रश्न १ देखि ७ सम्मको उत्तर फेरि बर्णन गर्नुहोस र सही उत्तरलाई सही र गलत उत्तरलाई के कसरी भनेर व्याख्या गरिदिनुहोस । सहभागीलाई उत्तर दिन उत्प्रेरित गर्नुहोस ।

५. सही जवाफ पुष्टि गर्नुहोस र गलत जवाफको कारण दिनुहोस् । सहभागीहरुबाट प्रश्नहरुलाई प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

६. आबश्यकता भएमा स्लाइड प्रस्तुति गर्नुहोस र क्षयरोगको सामान्य जानकारी दिनुहोस र स्लाईड नभएमा तालीम अगावै ह्यान्डस आउटको व्यबस्था गर्नुहोस ।

७. सहभागी बाट आएका सबै प्रश्न, चासोको उत्तर दिनुहोस ।

क्षयरोगको न्यूनतम आधारभूत जानकारी : आधारभूत अभिमुखीकरण (ह्यान्ड्स आउट तथा पावर प्वाइन्ट प्रस्तुतिको लागि)

क्षयरोग के हो ?

क्षयरोग :Mycobacterium Tuberculosis नामक ब्याक्टेरियाको संक्रमणले हुने संक्रामक रोग हो र यसले फोक्सोमा संक्रमण गऱ्यो भने Pulmonary TB भनिन्छ र शरीरका अन्य अंग जस्तो हड्डी, जोर्नी, किड्नी, मस्तिष्क, जनेन्द्रियमा संक्रमण गरेको खण्डमा Extra Pulmonary TB भनिन्छ ।

क्षयरोगका प्रकारहरु

१. Latent TB infection (LTBI) - एक व्यक्तिको शरीरमा क्षयरोगको जीवाणु निष्क्रियरुपमा हुन्छ तर कुनै लक्षण देखाउदैन र X–ray को नतिजा पनि नेगेटिभ हुन्छ ।

२. Drug Susceptible TB (DS TB) - उपलब्ध भएका औषधिको कारणले क्षयरोग केही दबेको हुनसक्छ र नियमित र सही तरिकाले औषधि सेवन गरेमा यस्तो क्षयरोग निको हुन्छ ।

३. Drug resistant TB (DR TB) - त्यस्तो क्षयरोग जुन क्षयरोग बिरुद्ध प्रयोग गरिने कुनै एक औषधि (आइसोनियाजाईड , रिफाम्पिसिन,ईथाम्बुटल, पाईराजिनामाईड) मा प्रतिरोध क्षमताको बिकास भएको हुन्छ र औषधिले काम गर्न सक्दैन । बजारमा अन्य नयाँ औषधि उपलब्ध हुन सक्छन तर ती औषधि अत्यन्त महंगा हुन्छ र राष्ट्रिय औषधि दर्ता विभागमा दर्ता नगरिएका पनि हुन सक्छन ।

४. Multi-drug resistant TB (MDR TB) - क्षयरोगमा प्रयोग गरिने बहु-प्रभावकारी औषधिहरु आईसोनियाजाइड र रिफाम्पिसिनको प्रतिरोधी क्षमता बिकास भएको क्षयरोग को रुपलाई Multi-drug resistant TB (MDR TB) भनिन्छ । यस अवस्थामा क्षयरोगको ६ महिने स्तरीय उपचार पद्दति पूर्णरुपमा विफल रहन्छ ।

५. Extensively drug resistant TB (XDR TB) - क्षयरोगमा प्रयोग गरिने बहु-प्रभावकारी औषधिहरु आइसोनियाजाईड र रिफाम्पिसिनको प्रतिरोधी क्षमता बिकास हुनुको साथै Fluoroquinolones समुहको एउटा र Second line injectable TB drugs जस्तो एमिकासिन, कानामाईसिन, काप्रियोमाईसिन (Amikacin, Kanamycin or Capreomycin) जस्ता औषधि मध्ये एक औषधि बिरुद्ध पनि प्रतिरोधी क्षमता बिकास भएको हुन्छ तसर्थ यसमापनि क्षयरोगको ६ महिने स्तरीय उपचार पद्दतिले कुनै असर देखाउन सक्दैन, र पूर्णरुपमा विफल रहन्छ ।

६. Totally drug resistant TB (TDR TB)- ब्याक्टेरिया बिरुद्ध प्रयोग गरिने Fluoroquinolones सहित पहिलो र दोश्रो श्रेणीका सबै औषधिको प्रतिरोधी क्षमता बिकास भएको क्षयरोगलाई Totally drug resistant TB (TDR TB) भनिन्छ ।

क्षयरोग कसरी सर्दछ ?

क्षयरोग हावाबाट सर्दछ । फोक्सोमा क्षयरोगको संक्रमण भएको व्यक्तिले खोक्दा, हाच्छिउं गर्दा, थुक्दा क्षयरोगको ब्याक्टेरिया निस्कन्छन र अर्को व्यक्तिले श्वास लिदा निरोगी व्यक्तिको फोक्सोमा पुग्दछन । यसरी उक्त ब्याक्टेरियाले फोक्सोमा संक्रमण गऱ्यो भने Pulmonary TB भनिन्छ र रक्तप्रणाली मार्फत अन्य अंगमा पुगेर संक्रमण गरेमा

Extra-Pulmonary TB भानिन्छ । ब्याक्टेरिया शरीरमा प्रवेश गर्दैमा क्षयरोगको संक्रमण हुदैन, जब व्यक्ति कमजोर हुन्छ र शरीरको प्रतिरक्षा क्षमता ह्रास भएको खण्डमा ब्याक्टेरिया सक्रिय हुन्छ र क्षयरोगको संक्रमण विकास हुन्छ ।

क्षयरोगको बारेमा केहि मिथ्या भ्रमहरु, जुन सच्चाउन जरुरी छ

१.क्षयरोग बंशाणुगत रोग हो ।
२.रोगीले प्रयोग गरेका भाँडाकुँडा, लत्ताकपडाबाट पनि क्षयरोग सर्दछ ।
३.रोगीसंग अंकमाल गर्दा, हात मिलाउँदापनि क्षयरोग सर्दछ ।

फोक्सोको क्षयरोगको लक्षणहरु के के हुन् ?

१.दुई हप्ताभन्दा बढीको खोकी
२ खकारमा रगत देखिनु
३.छाती दुख्नु
४.ज्वरो
५.खानामा अरुची
६.वजन घट्नु
७.श्वास फेर्न कठिनाई

क्षयरोगको जोखिम समूहमा को को पर्दछन ?

सबैजना क्षयरोगको जोखिम समूहमा पर्दछन किनकि सबैले बायूमण्डलबाट सास लिने गर्दछन तथापि क्षयरोगको मुख्य जोखिम समूहमा तपसिलका मानिस अझ धेरै जोखिममा हुन्छन ।

१.कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली भएका व्यक्तिहरु जस्तो

- HIV, diabetes र अन्य कुनै प्रतिरक्षा प्रणाली सम्बन्धित रोग भएका व्यक्तिहरु
- कुपोषित व्यक्ति
- बृद्ध बृद्धा

२.अत्याधिक धूम्रपान, मध्यपान र लागू पदार्थ सेवनकर्ता
३.खानी तथा कलकारखानामा कार्यरत मजदुरहरु
४.जेलका कैदीबन्दीहरु
५. फिरन्ते,आप्रवासी
६. आदिवासी जनसंख्या

क्षयरोग भए/नभएको जाँच कसरी गरिन्छ ?

सामान्यतया फोक्सोको क्षयरोगको लागि खकारको जाँच र एक्सरेको माध्यमबाट निदान गर्न सकिन्छ । तथापि Cartridge based Nucleic Acid Amplification Test (CBNAAT) Xpert MTB/RIF विश्वसनीय जाँच हो । साथै PLHIV समूहका व्यक्तिहरुलाई TB LAM (Lipoarabinomannan assay) बिधि प्रयोग गर्नु श्रेयष्कर मानिन्छ । Extra-Pulmonary TB को लागि भने सम्बन्धित अंगबाट नमूना संकलन गरेर सूक्ष्मदर्शक यन्त्रबाट जाँच गर्न सकिन्छ । जाँचको साथसाथै लक्षणपनि भए /नभएको ख्याल गर्नुपर्दछ । यसले सक्रिय क्षयरोग भए /नभएको स्पष्ट गर्दछ । यदि क्षयरोग निदान भएको खण्डमा औषधिको प्रतिरोधात्मक क्षमताको पनि सँगसंगै जाँच गर्नु पर्दछ् ।

मुख्यतः बच्चाहरुमा क्षयरोगको निदान गर्न कठीन हुन्छ किनभने बच्चाको खकारको नमूना संकलन गर्न गाह्रो हुने भएको र कहिलेकाही संकलन गरिएको खकारपनि अपुग हुने हुँदा जाँच गर्न कठीन हुनसक्छ । तसर्थ बच्चाको क्षयरोगको जाँच र निदानको क्रममा सतर्क हुन जरुरी छ ।
शिशु र बच्चाको लागि अझैपनि Bacillus Calmette Guérin (BCG) खोप लगाउन सिफारिस गरिन्छ ।

क्षयरोगको उपचार कसरी गरिन्छ ?
क्षयरोग पूर्णरुपमा निको गर्न सकिन्छ । क्षयरोगका औषधिहरु सरकारी स्वास्थ्य संस्थामा निःशुल्क रुपमा उपलब्ध छन् । यसलाई ६-८ महिनाको नियमित औषधि सेवन गर्नुपर्दछ । सामान्यतयाः क्षयरोगको बिरुद्धमा Isoniazid, Rifampicin, Ethambutol र Pyrazinamide नामका औषधिको प्रयोग गरिन्छ ।

Drug Resistant TB (औषधि प्रतिरोधी क्षयरोग) को लागि निको हुन अलिक अधिक समय लाग्दछ, सामान्यतयाः १८ देखि २४ महिनासम्म लाग्दछ । Bedaquiline, Delamanid, Clofazime र Linezolid जस्ता नयाँ औषधिको उपलब्धताको कारणले अझ ९ महिना जतिको छोटो समयमा निको गर्न सकिन्छ,भने XDR TB को लागि Pretomanid नामको नयाँ औषधि भर्खर बिकास भएको छ ।

उपचारका नियमलाई पालना गर्नु नै महत्वपूर्ण कुरा हो । निर्देशन अनुसार नियमितरुपमा औषधिको सेवन गर्नुपर्दछ । मुख्य कुरा भनेको क्षयरोग पत्ता लगाउन नै कठीन छ र निदान भईसकेपछि पनि पुरा समय औषधि सेवन नगर्नु अर्को समस्या हो । औषधिले सामान्यरुपमा शरीर चिलाउने, वाकवाकी लाग्ने, गाढा रंगको पिसाब हुने, पखाला लाग्ने, हात खुट्टा झमझम गर्ने देखि कलेजोको सुजन र अस्थायी या स्थायीरुपमा श्रवण शक्ति ह्रास हुनेजस्ता देखिन सक्छ । यस्ता समस्या व्यबस्थापन गर्न अझ मुश्किल छ साथसाथै दैनिकरुपमा स्वास्थ्य संस्थामा जानुपर्दा आर्थिक जनजीविकामा पनि समस्या उत्पन्न हुन सक्छ । औषधिको अनुचित प्रयोग, कहिले खाने कहिले नखाने गरेमा ब्याक्टेरियाको प्रतिरोधी क्षमता बिकास हुन्छ र उपचार पद्दति विफल हुन्छ । र यसबेला अझ कडा खालका महंगा औषधि लामोसमयसम्म प्रयोग गर्नु पर्दछ । तसर्थ सफल उपचारको लागि सहयोगीले समयमा नियमित औषधि सेवनको लागि सम्झाउने, उत्प्रेरित गर्ने र दैनिकीका समस्याको साथै औषधिको खराब असरको व्यबस्थापन कसरी गर्ने भनेर सघाउनु पर्दछ ।

म आफूलाई क्षयरोगबाट कसरी बचाउन सक्छु ?

१.रोग बिरुद्धको सबल प्रतिरक्षा प्रणालीले रोग लाग्नबाट बचाउछ ।

२.प्रशस्त आरामको जरुरत पर्दछ ।

३. पोषिला खाद्यपदार्थको प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

४. धुम्रपान, मध्यपान र लागु पदार्थको प्रयोग गर्नु हुदैन ।

५.क्षयरोगको छोटो उपचारपद्धति पश्चात रोगीले क्षयरोग सार्न सक्दैन तसर्थ उपचारको लागि सघाउनु पर्छ र यस प्रक्रियाले अन्य क्षयरोगको रोकथाममा सहयोग गर्दछ ।

६. खोक्दा, हाच्छिउँ गर्दा मुख र नाक छोप्नु पर्दछ अझ उपलब्ध भएको खण्डमा मास्कको नियमित प्रयोग गर्नुपर्दछ ।
७. भिडभाडबाट टाढा रहने र झ्याल खुला रहेको हावा ओहरदोहर गर्न कोठा प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

Stop TB Partnership's श्रोतसामाग्री

Stop TB Partnership ले अहिले स्मार्टफोनको लागि क्षयरोगको सामान्य जानकारी समेटेर इन्डोनेशिया र कम्बोडियामा OneImpact नामको एप बिकास गरेको छ । यसलाई https:// StoptbPartnershiponeimpact.org⁄ वेबसाईट या सिधै एपस्टोर मार्फत डाउनलोड गर्न सकिन्छ । यसले देशको बर्तमान अवस्था र यसमा हाँसिल गरिएका तथ्यको जानकारी प्रदान गर्दछ ।

मुख्य बुँदा

१. क्षयरोग निको हुने संक्रमण हो । यसलाई निको गर्न सकिन्छ र रोकथाम पनि सम्भव छ ।
२. उपचारका नियमको परिपालना अत्यन्त जरुरी छ, यो नै क्षयरोगको उपचारको मुख्य कडी हो साथै रोग फेरि बल्भिने, क्षयरोगको रोकथाम र संक्रमण फैलनबाट जोगाउछ ।
३. औषधि शुरु गरेका व्यक्तिहरुले कुन कारणले पुरा मात्राको उपचार लिन अनिच्छुक हुन्छन भनेर सेवा प्रदायक सचेत हुन जरुरी छ र सेवा प्रदायकले अझ थप सेवा बिस्तार गर्न जरुरी छ यसले बिरामीको कठिनाई , बाधा व्यबधानलाई पनि सम्बोधन गर्नुपर्छ ।

४. सेतु सेसनः समुदायमा क्षयरोगको सवाल

उद्देश्य :
समूदायमा क्षयरोगीले के कस्ता समस्या भोगेका हुन्छन भनेर सहभागीले मस्तिष्क मन्थन गर्न शुरुगर्ने छन् ।

समय
३० मिनेट

बिधि

१.मस्तिष्क मन्थनको लागि तयार गर्न तपसिलका प्रश्नबाट शुरु गर्नुहोस र सहभागीको अपेक्षित जवाफले अझ सहजता हुनेछ ।

- कसैले कुनै क्षयरोगको औषधि लिईरहेका या सकेका व्यक्ति चिन्नु भएको छ ?
- समुदायले क्षयरोगीलाई कसरी ब्यबहार गर्दछ ?
- यस्तो ब्यबहारले क्षयरोगीलाई कस्तो असर गर्दछ ?
- यस्तो ब्यबहारले देशको तथा स्थानीय रुपमा के कस्तो असर गर्दछ ?

२. यदि सघाउ पुग्छ भने तलको केस स्टडी प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ ।

- यदि श्याम प्रसादलाई क्षयरोगको निदान भयो र उनका छिमेकीले उनलाई क्षयरोग भएको पत्तो पाए भने के सोच्लान र कसरी ⁄ कस्तो ब्यबहार गर्लान, तपाई के सोच्नु हुन्छ ?
- क्षयरोग कै कारणले गर्दा समुदाय या छिमेकीले नकारात्मक प्रतिक्रिया दिए, ब्यबहार गरे भने श्याम प्रसादले के गर्छन होला ? कसरी प्रतिक्रिया जनाउछन होला ?

- अझ समुदायमा श्याम प्रसादलाई जस्तै धेरै व्यक्तिलाई क्षयरोग देखियो र सबैले उपचारमा भाग लिएको खण्डमा छिमेकीले उनलाई के सोच्छन होला ? यस्तो अवस्थामा स्थानीय रुपमा र देशको क्षयरोगको अवस्था के हुन्छ ?

३. भेदभाव र मानवाधिकार हननको बिषयमा सहभागीको उत्तरलाई मुख्य जोड दिनुहोस ।

४. सहभागीले यसबेला अझ आफ्ना व्यक्तिगत अनुभव व्यक्त गर्ने सम्भावना रहन्छ। उनलाई हार्दिकताकासाथ यसबेला मात्र नभएर आगामी अन्य सेसनमा तपाईहरुको व्यक्तिगत अनुभव/ बिचार सुन्ने छौ भन्नुहोस् ।

५. मस्तिष्क मन्थन सेसनमा सबैले व्यक्त गरेका साझा र जटिल समस्यालाई अझ दोहोऱ्याएर र जोड दिएर सार संक्षेपमा व्याख्या गर्नुहोस र समापन गर्नुहोस ।

५. क्षयरोग र मानव अधिकार

उद्देश्य : मानव अधिकारका सवाल र मानिसले अनुभव गरेका व्यबहारको आधारमा सहभागीको ज्ञानलाई थप स्पष्ट गरिनेछ

सामाग्री

१. डायरी
२. बलपेन
३. फ्लिप चार्ट पेपर
४. मार्कर पेन
५. मास्किंग टेप
६. ध्यानको लागि मधुर संगीत
७. ल्यापटप र प्रोजेक्टर

क्रियाकलाप

१. पत्र लेखन
२. अनुभव व्यक्त
३. ध्यान मुद्रा
४. समूह कार्य
५. भूमिका प्रदर्शन

समय :
६ घण्टा ३० मिनेट

बिधि

पत्रलेखन अभ्यास (६० मिनेट)

१. सम्पूर्ण सहभागीलाई डायरी र पेन वितरण गर्नुहोस ।

२. सम्पूर्ण सहभागीलाई आफूलाई क्षयरोग हुदाँको अनुभव कोही विश्वासिलो आफन्तलाई पत्र लेख्न लगाउनुहोस । यी पत्र अर्को सेसनमा सबै सहभागीले बाचन गर्नेछन ।
३. सहभागीको सहजताको लागि के लेख्ने, कसरी लेख्ने भनेर तलका प्रश्नबाट सहयोग गर्नुहोस् ।

- आफूलाई क्षयरोग हुँदा सबैभन्दा कठिन चुनौती के थियो ?
- क्षयरोग हुँदा तपाईलाई के डर थियो ?

४. यदि सहभागीमध्ये कोही जोखिम समूहको भएपनि कुनै अनुभव नभएको खण्डमा तपसिलको प्रश्नबाट सहजीकरण गर्नुहोस ।

- यदि तपाईलाई क्षयरोग निदान भएमा के गर्नु हुन्थ्यो ?
- तपाईको प्रतिकृया के हुन्थ्यो र किन ?
- क्षयरोग निदान भएमा सबैभन्दा चुनौती के हुन्थ्यो होला भनेर सोच्नुहुन्छ ?

५. सहभागीलाई एक घन्टाको समय दिएर आफूलाई मनमा लागेका बिचार पत्र मार्फत लेख्न लगाउनुहोस् ।

समूह बाचन (एक घण्टा)

१. सहभागीलाई ४ समूहमा विभाजन गर्नुहोस ।
२. पर्याप्त स्थान ओगटेर गोलाकार आसनमा सहभागीलाई बस्न लगाउनुहोस, ताकि एक समूहले अर्को समूहलाई हल्ला नहोस ।
३. प्रत्येक समूहका सहभागीलाई एक घन्टाको समय सीमाभित्र पालै पालो आ-आफ्नो पत्र आफ्नो समूहमा बाचन गर्न लगाउनुहोस ।

भावना व्यक्त क्रियाकलाप (१५ मिनेट)

पत्रलेखन र बाचनले सहभागीलाई इमोशनल बनाउन सक्छ तसर्थ अर्को सेसन शुरु गर्नुभन्दा अगाडि केहि समय लिनुहोस् र उनीहरु पूर्ववत स्थानमा आउन दिनुहोस । यस क्रियाकलापले उनीहरुमा बल्झिरहेको पीडा व्यक्त गर्ने अवसर प्रदान गर्दछ र पनि कुनै सहभागीको अत्यन्त पीडादायी अनुभव छ भने सम्भव भएसम्म सामाजिक परिचालक या मनोविमर्शकर्ताद्वारा परामर्शको लागि सुझाउनुहोस् ।

१. सहभागीलाई आ-आफ्नो कुर्सीबाट आएर फेरि गोलाकार भएर बस्न लगाउनु होस् ।

२. कोही सहभागीले पत्र लेखन र बाचन क्रियाकलापमा केहि थपघट या पृष्ठपोषण दिन चाहेमा समय दिनुहोस । एकापसमा आदर तथा सम्मानकासाथ सबैलाई आफ्नो अनुभव आदान प्रदानको लागि उत्साहित गराउनुहोस् र तपाईपनि सान्दर्भिक कुनै प्रश्न सोध्न सक्नुहुनेछ साथसाथै उनीहरुका बिचार र भावना पनि ध्यान दिएर सुन्नुहोस ।

३. सहभागीको साझा अनुभवलाई मनन गरेर थप खोतल्नुहोस् ताकि तपाईलाई अझ छलफल गर्न सहज हुनेछ अझ यसले सम्पूर्ण सहभागीलाई खुलेर कुरा राख्न सघाउछ ।

४. सबैले आ-आफ्नो भावना, बिचार, अनुभव व्यक्त गरिसकेपछि सबै सहभागीलाई उभिन लगाउनुहोस अझ सम्भव भएसम्म यो सेसन मनोबिमर्शकर्ता अथवा सामाजिक परिचालकले सञ्चालन गरेंमा राम्रो हुन्छ । यसमा श्वास प्रश्वासको ध्यान गरौ । सबै सहभागीलाई आँखा चिम्म गरेर बिस्तारै बिस्तारै लामो-लामो सास लिन र फेर्न भन्नुहोस अझ मधुर संगीतको ब्यबस्था गरेमा औधी प्रभावकारी हुन्छ ।

५. सासको कसरत पश्चात कुम उठाएर हात घुमाउन लगाउनुहोस र प्रत्येक खुट्टा एक एक गरि घुमाउन लगाउनु होस् । अझ सहभागीलाई पाखुरा, हात, गोडा र खुट्टा घुमाई रहेको कल्पना गर्न लगाउनुहोस र यसले उनीहरुको नकारात्मक भावना र अनुभवलाई निष्कासन गरेको अनुभव होस ।

६. यत्ति गरिसकेपछि सहभागीले कस्तो अनुभव गरे सोध्नुहोस र कुनै सहभागीले केही बिचार व्यक्त गर्न चाहेमा समय दिनुहोस र १५ मिनेट बिश्राम दिनु उपयुक्त हुन्छ ।

७. बिश्राम दिनुअगाड़ी सहभागीलाई एक आपसमा अंकमाल गर्न लगाउनु होस्, यसले उनीहरुलाई थप सहयोगको अपेक्षाको र ढाडसको संकेत गर्दछ ।

८. यस क्रियाकलापलाई सहजकर्ताको अनुकूलतामा अन्य बिधि द्वारा पनि सञ्चालन गर्न सकिन्छ तर सहभागीलाई पत्र लेखन र वाचन विधिले नकारात्मक बिचार भावनालाई कम गराउने खालका हुनुपर्छ । आफ्नो क्षयरोग सम्बन्धित अप्ठ्यारा परिस्थितिलाई समूहसामु व्यक्त गरेर पीडा कम गराउने हुनुपर्दछ ।

चुनौती र निराकरणको पहिचान : समूह कार्य (६० मिनेट)

१. सबै सहभागीलाई स-सानो समूहमा विभाजित भएर बस्न लगाउनुहोस ।

२. प्रत्येक समुहलाई दुई फरक फरक प्रकारका फ्लिप पेपर र मार्कर बाड्नुहोस् ।

३. एउटा फ्लिप पेपरमा उनीहरुलाई क्षयरोग हुँदाको समस्या र अर्को पेपरमा त्यो समस्याको कारणले आईपरेको कठिनाई या असर लेख्न लगाउनु होस् ।

४. सहभागीलाई समूहकार्यको लागि ३० मिनेटको समय दिनुहोस ।

५. ३० मिनेट पश्चात , प्रत्येक समूहलाई आ-आफूले लेखेका समस्या र कठिनाई सबै सामु पालै पालो भन्न लगाउनु होस् ।

६. र वाचन गरिसकेका पेपरलाई भित्तामा टास्न लगाउनु होस् ।

७. सबै समस्या, कठिनाई, पीडा र असरलाई संक्षेपीकरण गर्नुहोस र मुख्य मुख्य बुँदालाई अझ जोड दिनुहोस ।

८. संक्षेपीकरण पश्चात, सहभागीलाई केही थप गर्न विचार भए हामी अर्को सेसनमा राख्नेछौ भनेर भन्नुहोस ।

९. सहभागीको कुनै प्रश्न वा टिप्पणी भए लिनुहोस् ।

सिलसिलेवार कार्यक्रम सञ्चालन गरेको खण्डमा आजको निर्धारित सेसन समापनको क्षणमा छ । र यहाँ सहभागीलाई ३० मिनेटको बिश्राम दिन सकिन्छ र बिश्राम अवधिमा सहजकर्ता वा तालीम प्रदायक समूहले तपसिलको क्रियाकलाप गर्नुहोस ।

१. भित्तामा टासिएका फ्लिप पेपरलाई तपसिलको आधारमा पुनः बर्गिकरण गर्नुहोस र मिलाएर राख्नुहोस ।

- क्षयरोगको कारणले गरिएका भेदभावका व्यवहार - क्षयरोग भएको, शंकास्पद भएको कारणले नै गलत नियत राखेर गरिएको नकारात्मक व्यवहारलाई जनाउदछ जस्तो कि जागिरबाट अवकास दिनु, जागिर नै नदिनु ।

- भेदभाव नभएर मानव अधिकार हननका बिषयहरु - राज्यसंयन्त्र जस्तो प्रहरी, स्वास्थ्य संस्था या अन्य कुनैले व्यक्तिको मौलिक अधिकारमा बाधा अवरोध पुर्याउने कार्यलाई जनाउदछ । उदाहरणको लागि नजिकको स्वास्थमा क्षयरोगको औषधि उपलब्ध नहुनु ।
- अन्य कठिनाई र चुनौतीहरु- तपाईले ठ्याक्कै मानव अधिकार हननको बिषय हो या भेदभावको बिषय हो भनेर छुट्टाउन सक्नु भएन भने यस समूहमा राख्न सक्नुहुनेछ । जस्तो कि औषधिको प्रतिअसर ।

२. असर र कठिनाईलाई पुनः बर्गिकरण यसरी पनि गर्न सकिन्छ ।

- शारीरिक - औषधिको प्रतिअसर जस्तो गाढा पिसाब हुनु, पखाला लाग्नु
- मनोसामाजिक तथा भावनात्मक - बेचैनी, उदासीपन, बेसाहारा, चिन्ता
- सामाजिक - पारिवारिक तिरस्कार, अलग बनाईएको भावना
- आर्थिक - उपचारमा बिपत्ति
- अन्य - यदि कुनै बर्गमा नपरेको या विभाजन गर्न नसकिएको समस्यालाई यसमा राख्नुहोस ।

सहभागीलाई बोलाउनुहोस र पुनः बर्गिकरण गरिएको पेपरलाई मनन गर्न लगाउनुहोस । यी कुन कुन समूहमा कसरी परे भनेर पनि विश्लेषण गर्न लगाउनुहोस ।

भित्तामा टासिएका पेपरको सहायताले मानव अधिकार हनन र भेदभावका कार्यको बारेमा पनि केहि भन्नुहोस ।

- भित्तामा रहेको पोष्टलाई सन्दर्भित गर्नुहोस्। सहभागीहरूलाई कसरी पोष्ट बिभिन्न थिम्सहरुमा पुनः व्यवस्थित गरिएको छ भनेर वर्णन गर्नुहोस् । पोस्ट क्लस्टर गरिएन अन्तर्गतका बिभिन्न थिम्सहरूको उल्लेख गर्नुहोस् ।
- "मानवअधिकार उल्लंघन "र "विभेदको कार्य" जस्ता बिषयहरुको परिचय दिनुहोस र पोष्टको प्रयोग गरेर परिभाषित गर्नुहोस् । उदाहरणका लागि, यो बोर्डमा छ ।

भूमिका प्रदर्शन (१२० मिनेट)

१.सहभागीलाई २ समूहमा विभाजन गर्नुहोस ।

२.फ्लिप पेपरमा लेखिएको २ मुख्य मानव अधिकार हनन र भेदभावको बिषय रोज्न लगाउनुहोस ।

३. ३ मिनेटको समय दिएर समूह भित्रपनि स-साना समुह बनाउन लगाउनुहोस र बिषय अनुसार गरिनु पर्ने र गरिएको कार्यको बारेमा सोच्न र समस्या समाधानको उपाय खोज्न लगाउनुहोस ।

- पहिलो समुहले क्षयरोगको निदान भए पश्चात श्याम प्रसादलाई जागिरबाट निष्कासन गरेको भूमिका प्रदर्शन गर्नेछ
- दोश्रो समुहले - श्याम प्रसादलाई क्षयरोग निदान भएपनि स्वास्थ्य संस्थामा औषधि पाईन्छ, निको हुन्छ भनेर ढाडस दिन्छ र लगातार काम गर्ने बातावरण मिलाउछ ।

४. अभ्यास र तयारीको लागि ४५ मिनेटको समय दिनुहोस ।

५. पहिलो र दोश्रो समूहलाई पालै-पालो प्रदर्शनको लागि भन्नुहोस ।

छलफल (३० मिनेट)

भूमिका प्रदर्शन पश्चात गरिएको भूमिकाको बारेमा छलफल गर्नुहोस र अझ मानव अधिकार हननको बिषयमा ब्यापक छलफल गर्नुहोस ।

१.तपसिलका प्रश्नद्वारा सहभागीलाई मस्तिष्क मन्थन र छलफलको लागि उत्प्रेरित गर्नुहोस ।

- समूह २ को जस्तो व्यवहार के हाम्रो दिनिक जीवनमा सम्भव छ ?
- यदि छ भने सम्भव तुल्याउनको लागि के कस्ता कारणले सहयोग गरेका छन् ?
- यदि सम्भव छैन भने यसलाई सम्भव बनाउन के गर्न सकिन्छ अझ के कस्ता अवरोध हटाइयो भने सम्भव होला ?
- सम्भव सुनिश्चित बनाउनको लागि कसको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ ?

२. Minimum Standard Information for Input and Discussion on TB and Human Rights को आधारमा स्लाईड प्रस्तुति गरेर मानव अधिकार, यसका पालक र परिपूर्ति गरिनु पर्ने सवालको बिषयमा जानकारी गराउनुहोस् ।

३. र प्रत्येक समुहबाट पृष्ठपोषण लिनुहोस् ।

मानव अधिकार हननको पहिचान (३० मिनेट)

मानव अधिकार हनन के हो ? यसमा के के पर्दछन भनेर हामीमा साझा बुझाई अलिक गलत छ । सामान्यतया हामीले सुन्छौ कि फलानोलाई क्षयरोग भयो भनेर छिमेकीले अर्कोलाई सुनाएर/फैलाएर उसको अधिकारको हनन गऱ्यो र पनि सहभागीलाई यो उदाहरणको सहायताले बुझाउने कोशिश गर्नुहोस, यो कसरी मानव अधिकार हनन र यसको सही अभिलेख र पैरवीको साथै यसकोलागि को जवाफदेही हुन्छ भनेर प्रष्टाउनुहोस् ।

बिधि

१.बोर्डमा ३ वटा ठाडो कोठा बनाउनुहोस् र शिर्षकमा 'ACTS' (काम), 'PERPETRATOR' (कर्ता,दुश्कर्मी) र 'STATE ACCOUNTABILITY' (राज्यको जवाफदेहीता) नामांकन गर्नुहोस ।

२.फ्लिप चार्टमा रहेका सहभागीले पहिचान गरेका भेदभावका कार्यवाट एउटा काम छान्नुहोस् र पहिलो हरफमा राख्नुहोस ।

३.अनि सहभागीलाई यो हनन गर्ने व्यक्ति को हो र यो कसले गरेको प्रष्ट पार्नुहोस् ।

४.र तेश्रो हरफमा क्षयरोग भएको कारणले भएको समस्यालाई सरकारबाट गरिएका कार्य र अझ थप के गर्नु आवश्यक छ भनेर उल्लेख गर्नुहोस ।

उदाहरणको लागि, श्यामप्रसादले जागिर गुमाउनु पर्दाको समस्या पहिलो हरफमा लेख्न सकिन्छ । यसको कर्ताको रुपमा कोही जागिर दिने कम्पनी या व्यक्ति हुन सक्छ त्यसैगरी यसमा सरकारको भूमिका के हुन्छ ? भेदभाव न्यूनीकरण कसरी गर्न सकिन्छ, सरकारको कुन नीति अवलम्बन गर्न सकिन्छ, तेश्रो हरफमा लेख्नुहोस् ।

१. राज्य संयन्त्रको जवाफदेहीता- क्षयरोग निदान भएकै कारणले जागिरबाट निकालिनुमा सरकारी संयन्त्रले कसरी सम्बोधन गर्दछ, नीति के छ भनेर तेश्रो हरफमा लेख्नुहोस ।

२. क्षयरोग नै भएको कारणले जागीर गुमाएका श्याम प्रसादलाई कम्पनीले मानव अधिकार हनन भएको स्वीकार नगरेपछि पनि यो भेदभाव त हुनसक्छ । यतिबेला राज्य संयन्त्रको भूमिका के हुन सक्छ ? मानव अधिकारलाई प्रवर्धन, सुरक्षण र व्यक्तिको अधिकार परिपूर्तिमा कस्तो राज्यको साथै कर्तव्य पालक (कर्मचारी) ले कस्तो नीति अबलम्बन गर्न सक्छन ?

३. थप छलफलको लागि सहभागीलाई उत्प्रेरित गर्नुहोस ।

४. स्लाईड प्रस्तुतीकरणको सहायताले मानवाधिकारको सिद्धान्तको बर्णन गर्नुहोस ।

५. प्रश्न तथा पृष्ठपोषणको लागि सहभागीलाई सोध्नुहोस् ।

कर्तब्यपालक (कर्मचारी) को पहिचान - ३० मिनेट

१. हाम्रा पीडा, समस्याको समाधानको लागि सघाउने, नीति नियम लागू गर्न सरकारका बिभिन्न सरोकारवाला जिम्मेवार निकाय कुन कुन हुनसक्छन र उनीहरुको भूमिका के हुनसक्छ, सहभागीलाई सोध्नुहोस र फ्लिप पेपरमा लेख्न लगाउनुहोस् ।

२. करिब १०-१५ मिनेट पश्चात सबै सहभागीलाई लेखिएका बुँदा समूहमा एक आपसमा बाढेर अध्ययन गर्न लगाउनुहोस् ताकि समस्याको साथै कर्तब्यपालक (कर्मचारी) को पहिचान पहिचानको दायरा बृहद हुनसक्छ ।

क्षयरोग र मानव अधिकारको न्यूनतम आधारभूत जानकारी - आधारभूत अभिमुखीकरण (ह्यान्ड्स आउट तथा पावर प्वाइन्ट प्रस्तुतिको र छलफल लागि)

मानव अधिकार मानिसका जन्मसिद्ध नैसर्गिक अधिकारहरू हुन् । जीवनको निम्ति नभई नहुने गाँस, बास, कपास, विकासको निम्ति नभई नहुने शिक्षा, स्वास्थ्य र रोजगार, संरक्षणका निम्ति नभई नहुने शान्ति सुरक्षा र समानता वास्तवमा सबै आधारभूत मानव अधिकारहरू नै हुन् । यस बाहेक न्याय, स्वतन्त्रता र सहभागितासँग गाँसिएका सङ्गठन, सूचना, न्यायको अधिकार, धर्म र आस्थाको अधिकार लगायतका विषयबस्तुहरू पनि मानव अधिकार र लोकतन्त्रका भरपर्दा आधारहरू हुन् ।

मानव अधिकार नागरिकका अभिन्न अधिकारहरू हुन् भने यसको सम्मान, संरक्षण र पालना गर्नु कुनै पनि लोकतान्त्रिक र लोक कल्याणकारी राज्यको परम् धर्म हो । मानव अधिकारको प्राप्ती र प्रयोजनमा सबै नागरिकहरूको समान हक र पहुँच हुनुपर्दछ । राज्यले मानव अधिकारको सम्मान, संरक्षण र सम्वर्द्धनको निम्ति संविधान, कानुन र संयन्त्रहरू निर्माण गरी हरसम्भव प्रयत्न गर्नुपर्दछ । राष्ट्रिय विकासका सबै क्षेत्र र तहमा सबै नागरिकहरूको खासगरी गरिब, सीमान्तकृत र राज्यको शक्ति र संरचनामा पहुँच नभएकाहरूको हकहित संरक्षण र सम्वर्द्धनमा विशेष प्राथमिकता प्रदान गर्नुपर्दछ । राज्यका सबै क्षेत्र र तहमा जनताका आधारभूत हकहितलाई सुनिश्चित गर्न विभिन्न संयन्त्र र सेवाहरू बन्दोबस्त गरेका हुन्छन् ।

देशमा अमन-चयन, शान्ति र कानुन व्यवस्था चुस्तदुरुस्त बनाउन विभिन्न खाले सुरक्षा व्यवस्था गरेका हुन्छन् । उनीहरूले सामान्यतया देशको संविधान, कानुन, नियम र नीतिअनुसार जनताको जीउ-धनको सुरक्षा, शान्ति र मानव अधिकारको सुनिश्चितताको निम्ति कटिबद्ध भएर लागेका हुन्छन् । तर यस दौरानमा शान्ति सुरक्षा र कानुनी व्यवस्थाको निम्ति जिम्मेवार व्यक्ति वा निकायहरूबाट पद, शक्ति र साधनको गलत वा अत्याधिक प्रयोग गर्दा कतिपय अवस्थामा गम्भीरखाले मानव अधिकार हनन् हुन पुगेका संसारमा थुप्रै उदाहरणहरू रहेका छन् । विगतका कतिपय अनुभवहरूलाई अध्ययन गर्दा यस विषयमा हाम्रो देश पनि अपवाद नरहेको अवस्था छ ।

क्षयरोगीको अधिकार प्रदत्त निकाय भन्नाले प्रत्यक्ष निगरानीमा उपचार पद्दतिमा खटिने स्वास्थ्य संस्थामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मी हुन्छन ।

के- कस्ता अधिकार हुन्छन त ?

- आदर - क्षयरोगी दैनिक दिनचर्यामा बाधा व्यवधान खडा नगरी उनीहरुको मानव अधिकारलाई सुरक्षा दिनुपर्दछ । जस्तो कि काम गर्न पाउने अधिकार, औषधिको सहज उपलब्धता इत्यादि ।
- सुरक्षा - अन्य जो कोहिले कुनै भेदभाव गरेको खण्डमा सजायको ब्यबस्था राज्य संयन्त्रबाट गरिनु पर्दछ । यस्तो नीतिको हामी सदैव अपेक्षा गर्दछौ ।
- अधिकारको परिपूर्ति - राज्य संयन्त्रले बिभिना राष्ट्रिय नीति अख्तियार गरेर पनि क्षयरोगीको शिक्षामा अधिकार र भेदभावरहित बातावातरणको सृजना गर्नुपर्दछ ।

मानव अधिकार सिद्धान्तहरु

- जन्मसिद्ध अधिकार (Inherence) - मानिस भएर जन्मिएपछि उ सँग जन्मजात मानव अधिकार कायम रहन्छ त्यसैले कोही कसैलाई क्षयरोग भएको कारणले मात्रै निजका अधिकारबाट बिमुख गर्न पाईदैन ।
- विश्वब्यापकता (Universality) : जो कोही व्यक्तिसँग मानव अधिकार हुन्छ र यसले समानता र भेदभावरहित ब्यबहार प्रदान गर्दछ तसर्थ क्षयरोग भएको कारणले उ कहाँ बस्छ र कुन अवस्थामा छ भनेर अनादर गर्न र निजको अधिकारको हनन गर्न पाइदैन ।
- निष्पक्षता (Inalienability) - कोही कसैकोपनि अधिकार खोस्न पाइदैन । क्षयरोग प्रभावित, उपचार गराई रहेका व्यक्ति या प्रभावित समूदायको साथै कैदी बन्दीको साथै पुर्पक्षको लागि चलान भएका कुनै व्यक्तिको अनादर गरि मानव अधिकार हनन गर्न पाईदैन ।
- अविभाज्य (Indivisibility) - अधिकारको कुनै श्रेणी,क्रम हुदैन तसर्थ क्षयरोगी वा क्षयरोग प्रभावी जनसमुदायको स्वास्थ्य, शिक्षा, रोजगारी एवं स्वतन्त्रताका अधिकारमा राज्य संयन्त्रले भेदभाव रहित तवरमा पुरा गर्नुपर्दछ ।
- अन्तर सम्बन्धित र अन्तर-निहितता (Interrelatedness and interdependence) - भन्नाले एउटा अधिकार अर्को अधिकारसंग पनि निर्भर र सम्बन्धित हुन्छ र हुनसक्छ तसर्थ यस्तो अवस्थामा एउटा अधिकारलाई मात्र प्रदान गरिनु र अर्कोमा बन्देज लगाईनु हुदैन र यस्तो भएको खण्डमा राज्य संयन्त्रले मानव अधिकारको हनन गरेको प्रष्ट हुन्छ ।

जवाफदेहीता (Accountability) : मानवाधिकारमा जवाफदेहिताको भूमिका अग्रस्थानमा रहेको छ । मानवाधिकार प्रदानको लागि राज्य संयन्त्रका कर्तब्यपालक, कर्मचारी सरकारको तर्फबाट सम्पादन गरिएका वा नगरिएका दायित्वमा रहेका सबै कामको सम्बन्धमा जवाफदेही हुन्छन । बिशेषतः राज्य संयन्त्रले सहज पहुँच, उपयोगिता, स्वतन्त्र संचालनको साथै

कानुन मुताविक अधिकार ग्रहणको सुनिश्चिता गर्नु पर्दछ । त्यसैगरि क्षयरोग प्रभावी समुदायलेपनि सरकारले कानुनतः नीति, प्रतिबद्धता अनुरुप कार्यसम्पादन गरे नगरेको अनुगमन गर्नु पर्दछ र यसले जवाफदेहितामा सघाउ पुर्याउछ ।

समानता र भेदभावबिहिनताको सिद्दान्त

समानता र भेदभावबिहिनताको सिद्धान्तहरू मानव अधिकारको अन्तर्राष्ट्रिय घोषणापत्र, नागरिक र राजनीतिक अधिकारको अन्तर्राष्ट्रिय अनुबन्ध र आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक अधिकार सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय अनुबन्ध जस्ता मौलिक मानव अधिकार सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्झौताहरूबाट प्रतिबिम्बित हुन्छन् । वास्तवमा यी तीन अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिवेदनको साझा अनुच्छेद २ अनुसार :
"राज्य संयन्त्रले वर्तमान अनुबन्धमा तोकिएको अधिकार जन्म वा अन्य अवस्था, जाति, रंग, लिंग, भाषा, धर्म, राजनैतिक वा अन्य आस्था, राष्ट्रिय वा सामाजिक उत्पत्ति, सम्पत्ती जस्ता आधारमा कुनैपनि प्रकारको भेदभाव गरिने छैन र यसको सुनिश्चिता सरकारले गर्नुपर्दछ ।"

भेदभाव सम्बन्धित थप पदावली

भेदभाव प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा प्रकट गर्न सकिन्छ

- प्रत्यक्ष भेदभाव : भन्नाले क्षयरोगी वा निजको परिवारको सदस्यलाई प्रतिकुल हुनेगरि गरिएको उचनीचको व्यवहारलाई जनाउदछ ।
- अप्रत्यक्ष वा परोक्ष भेदभाव : भन्नाले नीति, नियम, कानून अभ्यास तटस्थ भएतापनि संयन्त्रले आफू अनुकूल परिभाषित गर्दै क्षयरोगी या निजको परिवारलाई मानवअधिकारवाट बिमुख गरिनु भनेर बुझिन्छ । जस्तो कि बिद्यालय या विश्व बिद्यालयमा मेडिकल जाँच पश्चात क्षयरोग देखिएमा निजलाई भर्ना हुन नदिने, निष्काशन गर्ने जस्ता क्रियाकलाप यसले समेट्दछ ।

मानव अधिकारमा आधारित दृष्टिकोण

मानव अधिकारमा आधारित दृष्टिकोणले कुनैपनि व्यक्तिले पाउने अधिकारले नियमसंगत रुपमा पाउने सम्पूर्ण अधिकार अध्यावधिकको सुनिश्चिताको साथै सबल र सक्षममा अधिकार प्रदायक वा संयन्त्रका कर्मचारी एवं कर्तव्यपालकले गर्नु पर्दछ ।

मानव अधिकारमा आधारित दृष्टिकोणले संयुक्त राष्ट्र संघीय कार्ययोजना अनुरुप सीमान्तकृत र भेदभावमा परेका समुदायको मानव अधिकारको सुरक्षाको साथै समग्रमा सम्पूर्ण मानवअधिकारको लक्ष्यमा प्रगति हाँसिल प्राप्ति गर्दै अझ समानरुपमा थप बिकासको अभिप्राय राख्दछ ।

मानव अधिकारमा आधारित दृष्टिकोणको मुख्य उद्देश्य चाहि मानव अधिकारको अधिक बोध सृजना गर्नुको साथै मानव अधिकारको मूल्य मान्यता जस्तो कि समानता, भेदभाव बिहिनता, सहभागिता र जवाफदेहीताको अभिवृद्धिको साथै कर्तब्यपालक र अधिकारकर्ताको क्षमता बिकास र सवलीकरण परिणाम उन्मुख हुनेछन ।

क्षयरोगको सम्बन्धमा मानव अधिकारमा आधारित दृष्टिकोण नैरोवी रणनीतिको घोषणापत्र अनुसार क्षयरोग प्रभावी जनसमुदायको मानवअधिकारलाई परिभाषित गर्दछ । यसको साथै आप्रवासी र कैदीबन्दीको मानव अधिकारको सवालमा

पनि बृहद अन्वेषण गरिएको छ । क्षयरोगको हकमा मानव अधिकारमा आधारित दृष्टिकोण त्यति नौलो नभए तापनि राष्ट्रिय क्षयरोग कार्यक्रमको कार्यान्वयनको क्रममा थप जोड दिनु आबश्यक छ ।

सन् २०१८ को संयुक्त राष्ट्र संघीय सदस्य राष्ट्रहरुले क्षयरोग बिरुद्धको लडाईको सन्दर्भमा कैयन प्रतिबद्धता र राजनैतिक घोषणा गरेका छन् । यस प्रतिबद्धता अनुरुप २०२२ सम्ममा ३.५ मिलियन बालबच्चाको साथै ४० मिलियन क्षयरोगीको उपचार गर्ने एवं ६ मिलियन एचआईभी संक्रमितलाई रोकथाम पद्दति अनुसार उपचार गर्नुको साथै कार्यक्रम संचालनको लागि कम्तिमा पनि १३ बिलियन अमेरिकी डलर र अनुसन्धान, परिचालन र बिकासको लागि २ बिलियन अमेरिकी डलर दीर्घकालीन बजेट बिनियोजन गर्ने प्रतिबद्दता जनाएका छन् ।

संक्षेपमा

१.क्षयरोगी एवं क्षयरोग प्रभावी सबै समूदायको मानव अधिकार हुन्छ ।

२.स्वास्थ्य पनि एउटा मानव अधिकारको अंग हो । यसले गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवामा सहज पहुँच, स्वास्थ्यको सूचना, स्तरीय उपचारमा अधिकार र लाञ्छना र विभेदरहित स्वास्थ्य सेवालाई समेट्दछ ।

३.मानव अधिकारको संरचनाले क्षयरोगको सवालको पनि सम्बोधनलाई पनि समेट्दछ ।

४.क्षयरोग संक्रमणको आधारमा भएको भेदभाव मानव अधिकारको हनन हो यदि राज्य वा राज्य संयन्त्रबाट गरियो या मानव अधिकारको सुरक्षामा नजर अन्दाज गरिएमा पनि मानव अधिकारको हनन ठहर्छ ।

६. मानव अधिकार अभिलेखीकरणको निमित्त सामुदायिक परिचालन

उद्देश्य

मानव अधिकार हननको अभिलेखीकरणको लागि सहभागीको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने

सामाग्री

१.फ्लिप चार्ट
२.मार्कर पेन
३.टेप
४.फ्लिप पेपर
५.अभिलेख संकलन नमूना
६.ल्यापटप , प्रोजेक्टर

क्रियाकलाप

१.छलफल र / वा प्रस्तुतीकरण
२.नमूना अन्तर्वार्ता
३.छलफल

समय
३ घण्टा ३० मिनेट

चरणहरू :
ब्यक्तिगत बिवरण
१.मानव अधिकार हनन भएको व्यक्तिको नाम
२. ठेगाना / बसोवास
३. उमेर
४. लैंगिक पहिचान
५. बैवाहिक अवस्था
६. आश्रित परिवार संख्या
७. शैक्षिक योग्यता
८. आम्दानीको श्रोत
९. मासिक औसत आम्दानी

घटना बिवरण
१. घटनाको मिति र समय
२. घटना घटेको स्थान
३. घटनामा संलग्न व्यक्ति/हरु
४. घटना बिवरण

नमूना अन्तर्वार्ता Mock Interview (90 minutes)

शैक्षिक अध्ययन अनुसन्धानकर्ता जस्तो सहभागीले सिक्लान भनेर आशा त गरिएको छैन तथापि न्यूनतम रुपमा क्षयरोगको सम्बन्धमा आफ्नो वा साथीको अनुभवलाई स्पष्ट रुपमा नमूना बमोजिम अभिलेख राख्न सक्षम हुन चाहि जरुरी छ। अझ महत्वपूर्ण के भने सहभागीले तयार पारेको सूचना, अभिलेख थप अध्ययन अन्वेषणको साथै पैरवीको कार्ययोजना लागि प्रयोग गरिनेछ।

नमूना अन्तर्वार्ताले अभिलेख कसरी तयार पार्ने र सही प्रश्न कसरी सोध्ने भनेर सिकाउदछ।

१. सहभागीलाई जोडा जोडा समूहमा विभाजन गर्नुहोस। प्रत्येक सहभागीले एकापसमा अन्तर्वार्ता लिनेछन।

२. अभिलेखको संकलनको नमूना सबै सहभागीलाई वितरण गर्नुहोस।

३. अभिलेखको संकलनको नमूनाको बारेमा भन्नुहोस र हामीलाई के के सूचना आबश्यक पर्दछ भनेर बताउनुहोस र सहभागीको केहि प्रश्न भएमा स्पष्ट पार्नुहोस।

४. अभिलेखको संकलनको नमूनाको १० मिनेटको बर्णन पश्चात सहभागीलाई भेदभाव र हननको बारेमा सोच्न लगाउनुहोस र यो उनीहरुको पत्र लेखन क्रियाकलापमा आधारित हुन्छ र यसैको आधारमा उनीहरुले अन्तर्वार्ता लिनेछन।

५. प्रत्येक जोडीलाई शान्तपूर्वक अन्तर्वार्ता लिने ब्यबस्था मिलाउनुहोस ।

६. सहभागीले आफै पहिला कसले अन्तर्वार्ता लिने र अन्तर्वार्ता दिने भनेर निर्णय गर्छन र अन्तर्वार्ता लिनेले नमूना अनुरुप टिपोट गर्दै जानुपर्नेछ ।

७. पहिलो राउन्डको अन्तर्वार्ताको लागि १५ मिनेटको समय दिनुहोस र १५ मिनेटको समय पश्चात सहभागीको भूमिका बदल्नुहोस् ।

८. सहभागीलाई थप १० मिनेट समय दिएर अन्तर्वार्ता पुरा गर्न लगाउनुहोस ।

९. सबै सहभागीलाई बोलाउनु होस् र तपसिलका बुँदामा छलफल गर्नुहोस ।

- अन्तर्वार्ता लिंदा कस्तो अनुभव भयो ?
- के कुरा सजिलो लाग्यो ?
- के कुरा कठिन लाग्यो ?
- अब चुनौतीलाई कसरी सजिलो गर्न सकिन्छ होला ?
- अभ्र के कुरामा तपाई सबल हुनुभयो भने क्षयरोग प्रभावी समूदायको अभिलेखीकरणमा सक्षम हुनुहुन्छ ?

१०. सहभागीको उत्तर टिपोट गर्नुहोस र उनीहरुको अनुसार नमूनामा अथवा सीप बिकास क्रियाकलापमा थप परिमार्जन या सुधारको योजना बनाउनुहोस् र अनुगमन गर्नुहोस ।
११. नमूना अन्तर्वार्ताको दौरानमा सहभागीले कुनै थप प्रश्न वा चासो राखेमा स्पष्ट पार्नुहोस ।

१२. विकल्पको रुपमा, जोडा मात्रै नभएर सहभागीको संख्या हेरि एक समूहमा तीन -तीन जना पनि राख्न सकिन्छ र तेश्रो सहभागीले अनुगमनकर्ताको भूमिका निर्वाह गर्नेछन र पृष्ठपोषण दिनेछन । सहभागीको पालैपालो भूमिका परिवर्तन गर्न सकिन्छ ।

क्षयरोगको सवालमा मानव अधिकार अभिलेखीकरणको न्यूनतम आधारभूत जानकारी - आधारभूत अभिमुखीकरण (ह्यान्ड्स आउट तथा पावर प्वाइन्ट प्रस्तुतिको र छलफल लागि)

मानव अधिकार हननको अभिलेखीकरणले घटनाको सबुद प्रमाण जुटाउन उपयोगी हुन्छ र यसलाई सामुदायिक पैरवीमा प्रयोग गर्न सकिन्छ अभ्र बिशेषत क्षयरोग प्रभावी समुदायको सवालमा उनीहरुको हक अधिकार पुरा गर्न लाभदायक हुन्छ । यस प्रक्रियामा आफ्नो अनुभव आदानप्रदानले सम्बन्ध बिकासको साथै समुदायका सदस्यलाई थप सबल र सशक्त बनाउदछ ।

समुदायले अनुभवलाई अभिलेखीकरण गर्न तपसिल अनुसार निर्देशन दिनुहोस् ।

१.उद्देश्य पत्ता लगाउनुहोस - हामीले किन अभिलेखीकरण गर्दैछौं जस्ता प्रश्नको जवाफ दिनुहोस । यसको प्रयोग र उपयोगिताको स्पष्ट कारण दिनुहोस ।

२.अभिलेखीकरणको महत्व र क्षेत्र पत्ता लगाउनुहोस । घटनाको सन्दर्भमा कति निचोडसम्म स्पष्ट अभिलेख राख्ने भनेर निर्क्यौल गर्नुहोस ।

३.अनुभवलाई कसरी संकलन गर्ने ?

४.समुदायका सदस्यले डर चिन्ताको कारणले पनि खुलेर आफ्नो पहिचानको साथ पीडा राख्न सक्दैनन् । यस्तो अवस्थामा अभिलेखकर्ताले पीडितको अनुकूलतालाई बिचार गर्दै सहज गर्न सकिन्छ । अन्तर्वार्ता पीडितको घरमा पनि गर्न सकिन्छ अझ स्वास्थ्य सेवा प्रदायकको सहयोग लिन सजिलो हुन्छ यसले वातावरण सहज बनाउन सकिन्छ ।

तपसिलका तथ्य अभिलेखमा कम्तिमा पनि स्पष्टका साथ उल्लेख गरिनुपर्दछ ।

१.को - पीडक र पीडित को हो / थिए ?
२.के - के (मानव अधिकार हनन) घटना भएको थियो र यसको परिणाम के छ ?
३.कहाँ - घटना कहाँ भएको थियो ?
४.कहिले - घटना कहिले भएको थियो ? मिति र समय
५.कसरी - घटना कसरी भयो ? (घटनाले कसरी मानव अधिकार हनन भयो र यसको दुष्परिणाम के के छन् स्पष्ट बर्णन गर्नुहोस) ।

परिच्छेद २ मा उल्लेख भएको नमूना अनुसार समुदायमा क्षयरोग सम्बन्धित मानव अधिकार हननको अभिलेख गर्न उपयोगी हुन्छ ।

मानव अधिकार हनन अभिलेखीकरण प्रक्रियाको निर्देशित सिद्दान्त

मानव अधिकार हनन अभिलेखीकरण प्रक्रियाको क्रममा अन्तर्वार्ताकार वा अभिलेखकर्ताले घटनाको सत्यतथ्यको सुनिश्चिताको साथै अभिलेखलाई चुस्तदुरुस्त बनाउन केही नियम पालना गर्नुपर्दछ । अध्ययनलाई थप मजबुत र भरपर्दो बनाउन निम्नलिखित सिद्दान्त पालना गर्नु पर्दछ ।

१. निष्पक्षता (Impartiality) - समुदायको सदस्यले भनेको तथ्यमा रहेर मानव अधिकारको हननको घटनालाई अभिलेख गर्नु पर्दछ । आबश्यक भएको खण्डमा थप खोतल्नु आबश्यक छ । (प्रश्नको तौरतरिका माथि नै उल्लेख गरिएको छ) ।
२. शुद्धता (Accuracy) - अन्य तथ्यांक संकलन गरेजस्तो यसमा पनि सुचना सत्य तथ्य, संक्षिप्त र बास्तविक हुन् जरुरी छ अन्यथा गलत रिपोर्टिंग भएको खण्डमा हुने हानि नोक्सानी र संस्थाको इमान्दारिताप्रति प्रश्न चिन्ह खडा हुनेछ र तत्पश्चात गरिएका पैरवी अर्थहीन हुनेछन । यदि अन्तर्वार्ता दिने व्यक्तिले घटनाको बिस्तृत बिवरण तत्काल दिन सकेन वा सम्झन सकेन भने आबश्यक भएको खण्डमा फेरिपनि सम्पर्क गर्न सकिन्छ ।

३. विशिष्टता (Specificity) अभिलेखनको बिस्तृत बिवरण हुन जरुरी नै छ । घटनाको बिस्तृत बिवरणको सम्भव भएसम्म टिपोट गर्नु पर्दछ । यसले थप बिश्वसनीय बनाउछ साथै आबश्यक परेको अवस्थामा अन्तर्वार्ताकारले थप कागज प्रयोग गर्न सक्छ र अन्य केहि बिवरण भएको खण्डमा समावेश गर्न सक्छन जस्तो तस्वीर, लिखत भर्पाइ आदि ।

मानव अधिकार हननको सूचना संकलनको क्रममा नैतिक बिचारको पनि महत्वपूर्ण ख्याल राख्नु पर्दछ । क्षयरोग सम्बन्धी मानव अधिकारको अभिलेखीकरणको योजना निर्माणमा निम्नलिखित बुँदाको सुनिश्चिता गर्नुपर्दछ ।

१.सूचित मञ्जुरीनामा (Informed Consent) - अन्तर्वार्ताको अगावै अन्तर्वार्ता दिने व्यक्तिलाई यस प्रक्रियाको बिस्तृत बिवरण दिनु पर्दछ । यसकोलागि एउटा छुट्टै मञ्जुरीनामा पत्र तयार गरिएको हुन्छ र दुवै पक्षले यसमा हस्ताक्षर गर्नु पर्दछ । यसमा व्यक्ति वा संस्थाको नाम उल्लेख गर्नु पर्दछ । अन्तर्वार्ता कसरी गरिन्छ ? सूचना कसरी संकलन गरिन्छ र यसको प्रयोग के को लागि गरिनेछ भनेर स्पष्ट गर्नु पर्दछ र यसमा अन्तर्वार्ता दिने व्यक्ति/संस्थाले आफ्नो वैयक्तिक बिवरण लुकाउन पनि सक्नुको साथै बीचमा अन्तर्वार्ता छाड्ने अधिकार राख्दछ । यसमा अन्तर्वार्ताकारको उत्तरदायित्व पनि खुलाइएको हुन्छ । मञ्जुरीनामा पत्रको नमूना परिच्छेद ३ मा दिईएको छ ।

२.गोपनीयता र विश्वसनीयता (Privacy and Confidentiality) - मानव अधिकार अभिलेखनको क्रममा संकलन गरिएका सूचना कुनै व्यक्तिको गोपनीयताको अधिकारको हनन गर्दैन र संकलन गरिएका तथ्य , सुचनाको गोप्य रहने दुरुपयोग नगरिने सुनिश्चिता दिलाउनुहोस ।

३.अन्तर्वार्ता दिने व्यक्तिको स्वतन्त्रता (Autonomy of the Interviewee) - अन्तर्वार्ता दिने व्यक्ति अन्तर्वार्ताको पुरा समय पूर्ण स्वतन्त्र हुन्छ र कुन हद सम्म सूचना दिने सर्वाधिकार निजमा निहित हुन्छ र जुनसुकै बेलापनि अन्तर्वार्ता छोड्न सक्छ तसर्थ अन्तर्वार्ता लिने व्यक्तिले अन्तर्वार्ता दिने व्यक्तिको आस्था, बिचारको आदर र कदर गर्नु पर्दछ ।

४.क्षतिपूर्ति (Compensation) - परिवेश अनुरुप र श्रोतको उपलब्धतालाई मध्य नजर गर्दै अन्तर्वार्ता दिने व्यक्तिको समय र निजको पीडालाई पुनः सम्झाए बापत (अनर्थ नलागेको खण्डमा) खाजा खर्च वा यातायात खर्च स्वरूप केही रकम तथा उपहार दिनु उचित हुनेछ । यहाँ आर्थिक कारोबार घुस दिएको जस्तो नहोस ।

अन्तर्वार्ता सञ्चालन गर्ने केही टिप्स

अन्तर्वार्ता सञ्चालन गर्दा पालन गर्नुपर्ने केही टिप्स दिईएको छ ।

१. सम्बन्ध बिस्तार गर्नुहोस । आदर स्वरूप नमस्कार गर्नुहोस । आफ्नो परिचय दिनुहोस र उहाँको हालचाल सोध्नुहोस् ।

२. अभिलेखनको उद्देश्य र प्रक्रियाको बिस्तृतमा व्याख्या गर्नुहोस र मञ्जुरीनामा पत्रको बारेमा भनेर मन्जुरी स्वरूप हस्ताक्षर गर्न लगाउनुहोस् ।

३. एक पटकमा एउटा मात्रै स्पष्टताका साथ प्रश्न सोध्नुहोस । एकै पटक धेरै प्रश्न नसोध्नुहोस ।

४. शारीरिक हाउभाउमा पनि ध्यान दिनुहोस र तथ्यको स्पष्टताको लागि पुनः बिशेष बिशेष बुँदा सोध्नुहोस र निजको उत्तरको संक्षेपीकरण गरेर फेरि भन्न सकिन्छ ।

संक्षेपमा

१.क्षयरोगमा आधारित प्रतिकार्यको लागि क्षयरोग सम्बन्धि गरिने मानव अधिकारको अभिलेखीकरण प्रारम्भिक कार्य हो ।

२.समुदाय नै यस कार्यको लागि उत्तम स्थान हो ।

३.क्षयरोग सम्बन्धी गरिने मानव अधिकारको अभिलेखीकरण अधिकारमा आधारित र नैतिक सिद्दान्तबाट निर्देशित हुनुपर्छ ।

स्मार्टफोन प्रयोगकर्ताहरुले *https:// stoptbpartnershiponeimpact.org/* बाट OneImpact App डाउनलोड गर्न सक्नुहुनेछ र यस मार्फत कम्बोडिया, इन्डोनेसियामा मानव अधिकारको सवालमा गरिएका अनुगमन, सूचना संकलनको उदाहरण भेट्न सकिन्छ ।

७. पैरवी सीपको बिकास

उद्देश्य
सहभागीको मानव अधिकार पैरवीको लागि क्षमता बिकास गर्ने

सामाग्री
१. ल्यापटप र प्रोजेक्टर
२. फ्लिप चार्ट पेपर
३. मार्कर पेन
४. कार्ड पेपर
५. टेप

क्रियाकलाप

१.स्लाईड प्रस्तुति
२.समूह कार्य
३.छलफल

समय
५ घण्टा ३० मिनेट

बिधि
अनुभव आदान प्रदान र मस्तिष्क मन्थन (१५ मिनेट)

१. सम्पूर्ण सहभागीलाई रंगिन कार्ड पेपर वितरण गर्नुहोस ।

२. सहभागीलाई पहिला आफूले गरेका वा सहभागी भएको पैरवीको बारेमा लेख्न लगाउनुहोस र कुनै सहभागी पैरवी गरेको छैन या अनिश्चित छ भने पनि मनमा लागेको भावना व्यक्त गर्न लगाउनुहोस् ।

३. सहभागीलाई कार्ड पेपर बोर्डमा टास्न लगाउनु होस् ।

४. पैरवी क्रियाकलाप भए / नभएको आधारमा समूह विभाजन गर्नुहोस् । उदाहरणको लागि सूचना आदान प्रदान, शिक्षामूलक, क्षमता बिकाश र नीतिको पैरवी जस्ता क्रियाकलापपनि समेट्न सक्छ ।

५. सहभागीलाई कुन पैरवीको क्रियाकलाप हो, कुन चाहि पैरवी अन्तर्गत पर्दैन सिकाउनुहोस । समुदायमा क्रियाशील सदस्यलाई आफूले गरेका सबै क्रियाकलाप पैरवी लाग्न सक्दछ तथापि उनीहरु परामर्शदाता वा संगी शिक्षकको भूमिकामा पनि हुन सक्छन । पैरवीको थप छलफलको लागि न्यूनतम स्तरीय जानकारी पानाको प्रयोग गर्नु होस् ।

छलफल (१५ मिनेट)

१. पैरवीको बारेमा सहभागीसँग छलफल गर्नुहोस । आबश्यक परेको खण्डमा स्लाईड पनि देखाउन सकिनेछ । यसको लागि पैरवीको न्यूनतम स्तरीय जानकारीको प्रयोग गर्नुहोस ।

२. केही समय लिएर सहभागीलाई पैरवी अन्तर्गत के कस्ता क्रियाकलाप पर्दछन र के कस्ता क्रियाकलाप पर्दैनन् सोध्नुहोस ।

३. सहभागीको केही प्रश्न भएमा स्पष्टसँग उत्तर दिनुहोस र उनीहरुलाई निम्न बमोजिमका प्रश्न सोध्नुहोस् ।

- तपाई पैरवीमा संलग्न हुनुको महत्व के छ ?
- पैरवीको क्रममा आइपर्ने मुख्य चुनौती के के छन् ?
- अहिलेको अवस्थामा क्षयरोगको प्रतिकार्यमा गरिएका पैरवीसँग के तपाई सन्तुष्ट हुनुहुन्छ ?

समुहकार्य (९० मिनेट)

१. सहभागीलाई ४ समूहमा विभाजन गर्नुहोस ।

२. सहभागीलाई फ्लिप पेपर, कार्ड पेपर र मार्कर वितरण गर्नुहोस ।

३. पैरवी ढाँचाको बारेमा बताउनुहोस र आबश्यक परेको खण्डमा पैरवी तथा छलफलको लागि न्यूनतम स्तरीय जानकारी प्रयोग गर्नुहोस ।

४. पैरवी ढाँचा अनुरुप अघिल्लो क्रियाकलापमा छुटेका क्रियाकलाप थप गर्न लगाउनुहोस ।

- कार्ड बोर्ड पेपरमा भएको भेदभाव,मानव अधिकार हननको अभिलेखीकरण जुन पनि रोज्न सक्छन ।
- यस सेसनमा सहभागीले आफ्नो अनुभव, भेदभावको कार्य, हननको बिषयबस्तुलाई थप विश्लेषण गरेर लेख्न सक्छन ।
- यस समूह कार्यमा सहभागीले सरकारी संयन्त्रका कर्तब्यपालक नीति नियम कानून लागू गराउने दायित्वबाहक हुन् भनेर पहिचान गर्न सक्षम हुन्छन ।
- पैरवीलाई निरन्तरताको लागि सहभागीले श्रोतको आवश्यकता महसुस गर्न सक्छन । श्रोत भन्नाले आर्थिक श्रोत मात्र नभई आबश्यक सामाग्री, कार्यालय, कार्य कक्ष, सहयोगी संघ संस्था पनि हुन सक्छ ।

५. सहभागी तयार भईसकेपछि, प्रत्येक समुहलाई आफुले तयार पारेको समूह कार्य भन्न लगाउनुहोस र अन्य सहभागीबाट थप टीका टिप्पणी भएमा भन्न लगाउनुहोस । सहजकर्तालेपनि आफ्नो तर्फबाट पैरवीको ढांचा अनुरूप भए/नभएको सुनिश्चिता गर्दै पृष्ठपोषण दिनुहोस ।

मन्तव्य (९० मिनेट)

सहभागीले सिकेका जानेका ज्ञान र सीपलाई नियमसंगत तरिकाले कार्य योजना अनुरुप अभ्यास गर्दै गएमा पैरवी सीपमा सुधार हुन्छ । मन्तव्य अभ्यासले पनि छोटो समयमा सरोकारवालासँग के कसरी प्रस्तुत हुने भनेर अवसर प्रदान गर्दछ ।

१. नमूना मन्तब्यको लागि सहभागीको पुरानो समुहलाई ६० मिनेटको समय दिनुहोस ।

२. एउटा कुनै परिवेश / घटना रोज्न लगाएर चरण ४ अनुसार बैठक गर्ने, चरण २ अनुसार मुख्य सवाल वा समस्याको उजागर, चरण ३ अनुसार समाधानको उपाय, चरण ६ र ७ अनुसार लक्षित समूहलाई सहयोग गर्ने र आगामी कार्ययोजना तयार गर्न लगाउनु होस् ।

३. नमूना मन्तव्य तयारीको लागि केही समय दिनुहोस ।

४. तयारी पश्चात प्रत्येक समूहलाई पालैपालो मन्तव्यको समय दिनुहोस ।

५. सहभागीलाई कुनै प्रश्न, टीका टिप्पणी भएमा सोध्न लगाउनुहोस र साथसाथै सहजकर्ताले नमूना मन्तव्यको प्रभावकारिताको पृष्ठपोषण दिनुहोस ।

६. सहभागीलाई नमूना मन्तव्य गर्दा कस्तो अनुभव भयो र थप सुधारको लागि के गर्नुपर्ला सोध्नुहोस ।

पैरवी कार्य योजना (९० मिनेट)

१. सहभागीलाई आ-आफ्नो समूहमा बस्न लगाउनुहोस ।

२. सहभागीलाई फ्लिप चार्ट पेपर, मार्कर, टेप वितरण गर्नुहोस ।

३. परिच्छेद ४ अनुसारको पैरवी कार्य योजनाको नमूना सबै समूहलाई वितरण गर्नुहोस र तत् अनुरुप एक बर्षको कार्यान्वयनको ठोस योजना बनाउन लगाउनुहोस ।

४. कार्य योजनाको नमूना एक बर्षमा गरिने क्रियाकलाप र लक्ष्यलाई स्पष्ट तरिकाले भर्न लगाउनुहोस ।

५. कार्य योजनाको नमूना तयार भएपश्चात एक अर्को समूह छलफल र पृष्ठपोषणको लागि भन्नुहोस ।

समूह छलफल (३० मिनेट)

१. सबै सहभागीलाई यथास्थानमा बस्न लगाउनुहोस र तपसिलका प्रश्नबाट मोड्युलको संक्षेपमा चर्चा गर्नुहोस ।

- आजको कक्षाकोठाको कार्य कस्तो लाग्यो ?
- तपाईलाई कुन कुन क्रियाकलाप मन पर्यो ?
- तपाईलाई सबैभन्दा कठिन के लाग्यो ?
- चुनौतीलाई कसरी समाधान गर्न सकिन्छ ?
- के तपाई आफूलाई सक्षम पैरवीकर्ताको रुपमा हेर्नुहुन्छ ? हो / होईन, किन ?
- तपाईलाई सक्षम पैरवीकर्ता हुनको लागि के सहयोगको अपेक्षा गर्नुहुन्छ ?

२. सहजकर्ताले सदैव सहभागीको बिचार, पृष्ठपोषणलाई गम्भीरताका साथ् मनन गर्नुहोस र आगामी समयमा सञ्चालन गरिने पैरवी एवं क्षमता बिकासका तालीममा उपयोगमा सहयोग सिद्ध हुनेछन ।

पैरवी के हो ?
नियामक निकायमा रहेका व्यक्ति वा संस्थालाई कानुन तथा नीतिमा परिवर्तन, परिमार्जन गरि यथास्थितिमा परिवर्तन ल्याउने प्रक्रिया हो । यो खास गरेर समान उद्देश्य भएका व्यक्तिबाट गरिन्छ ।

पैरवीको उद्देश्य के हो ?
शिक्षा प्रदान, जनचेतनामूलक क्रियाकलाप पैरवीसंग उस्ताउस्तै लाग्छन तर ती क्रियाकलापले मानिसको ज्ञानको स्तर र धारणामा बिकाश गर्दछन तर पैरवीले निश्चित सवालमा भएका विद्यमान नीति, नियममा परिवर्तन परिमार्जन गरि सहजताको मार्ग प्रशस्त गर्दछ । उदाहरणको लागि राष्ट्रिय क्षयरोग कार्यक्रम मात्र सञ्चालन गर्नु पैरवी होइन तर यसमा पैरवीको अंश पनि समेट्नु र आगामी कार्यक्रममा क्षयरोग लक्षित पैरवी गरिनु पर्दछ ।

पैरवीको लक्षित वर्ग कुन कुन हुन् ?
यदि यो क्रियाकलाप पैरवी अन्तर्गत पर्दछ भने बिशेषत : पैरवी शक्ति र सत्तासीन व्यक्ति जसले विद्यमान कानुन, नीति, नियम, निर्माण गर्न, परिबर्तन र परिमार्जन गर्ने क्षमता राख्दछन जस्तो कि न्यायपालिका, सर्वोच्च अदालतका न्यायाधीश, स्थानीय सरकार प्रमुख, मन्त्रालयका कर्मचारी जसले कार्यक्रम सञ्चालनतथा आर्थिक पाटो हेर्दछन ।

पैरवी कार्यान्वयनका लागि चरणहरू छन् जुन पैरवी योजना फ्रेमवर्कमा विस्तृत रूपमा छन् ।

पैरवी योजनाको ढाँचा

चरण ८ - कार्यान्वयन, अनुगमन एवं मूल्यांकन
चरण ७ - कार्य योजनाको निर्माण
चरण ६ - श्रोतको पहिचान तथा संकलन
चरण ५ - सहयोगी सरोकारवालाको पहिचान एवं सम्बन्ध बिस्तार
चरण ४ - लक्ष्यको पहिचान
चरण ३ - पैरवीको निश्चित उद्देश्यको बिकास
चरण २- समस्याको अध्ययन तथा विश्लेषण

चरण १- समस्या वा सवालको छनोट

चरण १- समस्या वा सवालको छनोट
पैरवीको लागि बास्तविक सवाल वा समस्याको छनोट गर्नु सबैभन्दा महत्वपूर्ण पाटो हो । समूहका सबैको ईच्छालाई मध्यनजर गरेर शीर्ष समस्याको छनोट गर्नुपर्दछ र यसमा सबैको चासो रहिरहनुको साथै समुदायमा दीर्घकालीन सकारात्मक प्रभाव पर्दछ । स्मरण रहोस, पैरवी केही बढी समय व्यतीत हुने क्रियाकलाप हो ।

चरण २ - समस्याको अध्ययन तथा विश्लेषण
पैरवीको निमित्त उठान गरिएको विषयबस्तुको यावत तवरबाट अध्ययन अनुसन्धान गर्न जरुरी छ । यसमा ज्ञानको कमी भएको खण्डमा सफल पैरवी अभियानमा धक्का पुग्दछ । यो चरण सबैभन्दा लामो चरण हो किनकि यसमा विभिन्न श्रोतबाट सूचना सङ्कलन गरिनुको साथै उपयोगिताको लागि विश्लेषण गरिन्छ ।

चरण ३ - पैरवीको निश्चित उद्देश्यको बिकास
पैरवीको उद्देश्यको बिकासको क्रममा सदैव S M A R T सम्फनु पर्दछ र यसलाई S M A R T ले निर्देशित गर्दछ ।

- **Specific (विशिष्ट)** - पैरवीको उद्देश्य निश्चित मुद्दामा केन्द्रित भएको हुनुपर्छ र बीचमा भैपरी आउने अनेक बाधा ब्यबधानले असर गर्नु हुदैन ।
- **Measurable (मापनयोग्य)** - उद्देश्य सदैव भौतिक रुपमा गणना गर्न मिल्ने खालको हुनुपर्दछ जस्तो कि यतिपटक बैठक बसियो, यतिवटा सम्फौता गरिए भनेर प्रष्ट हुनुपर्दछ । हाँसिल गरिएको परिणाम सानो होस् या ठुलो तर यकिनका साथ गणना गर्ने हुनुपर्दछ ।
- **Appropriate (उचित)** - उद्देश्य गहनताकासाथ अधिक परिणाम उन्मुख हुनु पर्दछ र यसमा सबै क्रियाकलाप समान ढंगले कार्यान्यवन गरेमा हामीले अपेक्षित नतिजा हाँसिल गर्न सक्षम हुनेछौ ।
- **Realistic (वास्तविक)** - उद्देश्य हासिल गर्न सकिने गरि निश्चित गरिएको हुनुपर्दछ । क्षयरोगको प्रतिकार्यमा परिबर्तन ल्याउने जस्तो लामो भद्दा उद्देश्य राखेमा लक्ष्य हाँसिल गर्न कठीन हुन्छ ।
- **Time bound (निर्धारित समय सीमा)** - उद्देश्य हासिलको लागि निश्चित समय सीमा तोकिनु पर्दछ । मानौ कि कुनै कुनै उद्देश्य प्राप्तिको लागि केही वर्षदेखि दशकसम्म पनि लाग्न सक्दछ र पनि पैरवीको उद्देश्य र क्रियाकलापको शुरुमा नै समय सीमा निर्धारण गर्नुपर्दछ ।

चरण ४ - पैरवीको लक्ष्यको पहिचान - हामीले अपेक्षा गरेका लक्ष्यलाई पूर्ति गरिदिने व्यक्ति / संस्था जसको प्रभावमा चाहे अनुसार परिवर्तन गर्न सकिन्छ । प्रत्यक्ष लक्षित समूह भन्नाले नीति नियम कानुन निर्माण गर्ने समूह पर्दछ भने अप्रत्यक्ष लक्षित समूह भन्नाले जसको सामञ्जस्यतामा नीति नियम कानुन परिवर्तन परिमार्जनमा सघाउ पुग्दछ ।

चरण ५ - सहयोगी सरोकारवाला , प्रतिस्पर्धीको पहिचान एवं सम्बन्ध बिस्तार - सामान्यता धेरैजसो पैरवी एक व्यक्ति वा संस्थाले मात्र नभई समान उद्देश्य भएका व्यक्ति वा संस्थाहरुको साफा प्रयत्न हो । तसर्थ साफा उद्देश्य रहेका समूहलाई एकीकृत गरि प्रतिस्पर्धी समूहलाई निस्तेज गर्नु यसको उद्देश्य हो ।

चरण ६ - श्रोतको पहिचान तथा संकलन - पैरवी अभियानको लागि श्रोतको आबश्यकता पर्दछ । यसमा समय र प्रयासको आबश्यकता छ । यहाँ आबश्यक पर्ने विभिन्न रुपका श्रोतको चर्चा गरिएको छ ।

- आर्थिक श्रोत
- मानव संशाधन श्रोत

- ज्ञान र सीप
- तथ्यांक तथा सूचना
- भौतिक तथा अन्य श्रोत

योजना बनाउदै गर्दा आफूसँग भएका र थप आबश्यक पर्ने श्रोतको परिचालनको पहिचानको सुनिश्चितता गर्नु पर्दछ ।

चरण ७ - कार्य योजनाको निर्माण - पैरवी योजनाले पैरवी कार्यान्वयनलाई निर्देशित गर्दछ । यसमा पैरवीको नमूना कार्ययोजना प्रयोग गर्न सकिन्छ र मुख्य आशयलाई नमूना योजनामा स्पष्ट गरिएको हुनुपर्दछ ।

- पैरवीको सम्बन्धमा गरिने सबै क्रियाकलाप समावेश गरिएको हुनुपर्दछ ।
- यी क्रियाकलाप कसरी सम्पन्न गर्ने ?
- यी क्रियाकलाप किन सञ्चालन गर्नु पर्दछ ?
- क्रियाकलापले कसरी लक्ष्य हाँसिल गर्न सघाउदछन ?
- यी प्रत्येक क्रियाकलापको जिम्मेवार व्यक्ति को हो ?
- यसको लागि कति समय बिनियोजन गरिएको छ ?

नमूना कार्य योजनाको लागि परिच्छेद ४ हेर्नुहोस ।

चरण ८ - कार्यान्वयन, अनुगमन एवं मुल्यांकन

माथि उल्लेखित सम्पूर्ण क्रियाकलाप/चरण पुरा गरिसकेपछि तपाई पैरवी योजनाकोको कार्यान्वयनको चरणमा हुनुहुन्छ र पनि पैरवी सही तरिकाले आशातित तवरमा भए/नभएको नियमितजाँच गर्नु पर्दछ यसले सही मार्गदर्शन प्रदान गर्दछ । भैपरी आउने कठिनाई, चुनौतीको पहिचानपनि गर्न सघाउनुको साथै समस्या समाधानको उपाय पनि सुझाउदछ र सबै क्रियाकलापको अन्तमा अनुगमन र मूल्यांकन सञ्चालन गर्नु सबैभन्दा कठिन काम हो र यसले हामीले लक्ष्य हाँसिल गरे/नगरेको जानकारी दिनुको साथै लक्ष्य हाँसिलमा रहेका बाधा अड्चन पत्ता लगाउनुको साथै आगामी क्रियाकलापमा थप सहजताका साथ सम्पन्न गर्न सहजीकरण गर्दछ ।

अनुच्छेद ३ : समापन क्रियाकलाप

यस भागमा तालीम समापनको बिस्तृत जानकारी प्रदान गर्दछ । बिशेषत आयोजकलाई औपचारिक ढंगले तालीम कार्यक्रम समापन गर्नको लागि र सहभागीसँग केहि हदसम्म छलफल गर्नको लागि यस भागको मुख्य भूमिका रहन्छ ।

हामीले पहिला भनेजस्तै क्षयरोग आफैमा बृहद कार्यक्रम हो र पैरवी तथा क्षयरोग सम्बन्धि अधिकारको बिषय छुट्टै अलगरुपमा सञ्चालन गर्न असम्भव नै छ त्यसैले सहभागीलाई यो आजको सेशन अन्तिम भएतापनि हाम्रो सक्रियता बल्ल शुरु भएको छ नकि हाम्रो कार्यक्रम सकियो ।

उद्देश्य
औपचारिक रुपमा कार्यक्रम समापन गर्ने

सामाग्रीहरु

१. पोष्ट-टेस्ट प्रश्नावली
२. तालीम मूल्यांकन फारम
३. कलम
४. प्रमाणपत्र

गतिविधिहरू
१.सश्लेषण
२.पोष्ट-टेस्ट
३.तालीमको मूल्यांकन
४.प्रमाणपत्र वितरण

समय
१ घण्टा १५ मिनेट

बिधि

सश्लेषण
सम्पूर्ण तालीमको विभिन्न तरिकाले संश्लेषण गर्न सकिन्छ। समापनको क्रममा सबै सहभागीबाट सञ्चालन गरिएका सबै सेसन र मोड्युलका मुख्य मुख्य सन्देशको पृष्ठपोषण लिनुपर्दछ । छलफल र समूहकार्यका क्रममा आएका महत्वपूर्ण बुँदाको अन्तरसम्बन्ध र समग्रमा तालीमले प्रदान गर्ने अवसरको बारेमा छलफल गर्नुहोस। सम्पूर्ण सेसनको मुख्य मुख्य बुँदा र अन्तरसम्बन्धलाई संक्षेपीकरण गर्दै अझ सम्भव भएसम्म स्लाईड प्रस्तुत गर्दा प्रभावकारी हुन सक्छ ।

पोष्ट-टेस्ट सञ्चालन
तालीम समापनको मुख्य अभिन्न अंग पोष्ट-टेस्ट सञ्चालन पनि हो र यसले तालीम पश्चात सहभागीको सिकाई उपलब्धिको सजिलै मापन गर्न सकिन्छ ।

१.प्रश्नावली वितरण गर्नुहोस ।

२.सहभागीलाई १५ मिनेटको समय दिनुहोस ।

३.सहभागीले आफूले जानेका सही उत्तरमा रेजा लगाउन भन्नुहोस ।

४.१५ मिनेट पश्चात सबै सहभागीको प्रश्नपत्र संकलन गर्नुहोस ।

५.सबै प्रश्नपत्र अलिक पछि जाँच गर्नुहोस र प्राप्त नतिजाको आधारमा तालीमको प्रभावकारिताको मूल्यांकन आफ्नो सहजकर्ताको समूहमा पनि गर्नुहोस ।

तालीम मूल्यांकन

पोष्ट-टेस्ट परीक्षा बाहेक पनि सहभागीको अनुभव, सिकाई र पृष्ठपोषणको आधारमा तालीमको मूल्यांकन गर्न सकिन्छ । यस्तो मूल्यांकनले भविष्यमा सहजीकरण गरिने तालीममा सहजकर्ताको समूहलाई स्व-मूल्यांकन गरि सुधार गर्न सघाउ मिल्दछ ।

१.सम्पूर्ण सहभागीलाई तालीम मूल्यांकन फारम वितरण गर्नुहोस ।

२.सबै बिवरण भर्नको लागि सहभागीलाई १५ मिनेटको समय दिनुहोस र सबैले सकिसकेपछि संकलन गर्नुहोस ।

३.सबै फारम अलिक समय पश्चात अध्ययन गर्नुहोस र प्राप्त नतिजाको आधारमा तालीमको प्रभावकारिताको मुल्यांकन आन्तरिक रुपमा आफ्नो सहजकर्ताको समूहमा गर्नुहोस ।

प्रमाणपत्र वितरण तथा समापन

औपचारिक रुपमा प्रमाणपत्र वितरण समारोह आयोजना गर्न सकिन्छ र यसको अर्को मुख्य अभिप्राय सहभागीले आफूले तालीम प्राप्त गरेकोमा गर्व महसुस पनि गरुन भन्ने हो ।

समापन समारोहमा तालीम आयोजक संस्थाले समापन मन्तब्य व्यक्त गर्न सक्छन भने राष्ट्रिय क्षयरोग कार्यक्रम, विश्व स्वास्थ्य संगठन, Stop TB Partnership, स्थानीय सरकार प्रमुखको साथै राष्ट्रिय वा स्थानीय सरोकारवाला संस्थाको प्रतिनिधिलाई पनि आमन्त्रण गर्न सकिन्छ ।

अनुच्छेद ४ : तालीम मूल्यांकन

सामान्यतया प्रशिक्षकले तालीम सञ्चालनपश्चात तालीमको स्व-मूल्यांकनलाई उपेक्षा गरेको पाईन्छ । तालीम मूल्यांकन प्रक्रियाले अपेक्षित उद्देश्य हाँसिल गर्न सकियो वा सकिएन सघाउदछ । तालीममा समावेश गरिएका बिषयबस्तु, बिधि, सहजकर्ता समूह (सहजकर्ता,प्रशिक्षक,अभिलेखकर्ता,सहयोगी) तथा श्रोत व्यक्तिमा आबश्यकता अनुरुप पूर्ण थियो या थिएन भनेर निर्क्यौल गर्न सकिन्छ । यसैगरि भविष्यमा सञ्चालन गरिने तालीमको योजना र सुधार गर्नको लागि पनि टेवा पुग्दछ ।

तालीम मूल्यांकन प्रक्रियालाई दुई चरणमा पुरा गर्न सकिन्छ । तालीम प्रदायकको आन्तरिक समूहमा र सहभागी मार्फत तालीमको मूल्यांकन पनि विभिन्न तरिकाले सम्पन्न गर्न सकिन्छ ।

दैनिक आन्तरिक मूल्यांकन

प्रत्येक दिनको तालीम सञ्चालन पश्चात सम्पूर्ण प्रशिक्षक एकापसमा समीक्षा गर्नुपर्दछ । सम्पूर्ण सदस्य सँगै बसेर एक अर्काको सामान्य पृष्ठपोषण दिन सकिन्छ र आबश्यकतानुसार अभिलेख राख्न सकिन्छ र दैनिक आन्तरिक मूल्यांकनलाई तपसिलका प्रश्नले निर्देशित गर्दछन ।

१.आजको सत्रको सवल पक्ष के थियो ?

२.आजको सत्रको सुधार गर्नुपर्ने दुर्वल पक्ष के थियो ?

३.कुनै सवाल अझै बाँकी छन् कि ताकि भोलिको सेसन मार्फत सम्बोधन गर्न सकिन्छ ?

४.भोलिको सामान्य कार्य योजना तयार गर्नुहोस ।

तालीम मूल्यांकनको आन्तरिक समाप्ति

तालीम समापन पश्चात, तालीम प्रदायक समूह आफ्नो टिममा बसेर सम्पूर्ण तालीम प्रक्रियाको समीक्षा गर्न जरुरी छ यस अन्तर्गत तालीमको पूर्व तयारी, लजिष्टिक र बास्तविक तालीमको सम्पूर्ण तवरले समीक्षा गर्नु पर्दछ र तपसिलका प्रश्नले तालीमको आन्तरिक मूल्यांकनको लागि निर्देशन गर्दछन ।

१.पूर्व तयारी

- हाम्रो सबैभन्दा सबल पक्ष के हो ?
- हामीलाई चुनौती के थियो ?
- भविष्यमा गरिने तालीमको सुधारको लागि हामी के गर्न सक्छौ ?

२.तालीम अवधिको मूल्यांकन

- के हामीले तालीमको उद्देश्य हाँसिल गर्यौ ? यदि हाँसिल गरेको छैनौ भने भविष्यमा के के सुधार गर्नुपर्ला ?

- हामीले प्रयोग गरेका बिधि प्रभावकारी थियो / थिएन ?
- तालीम सहजीकरण प्रक्रिया प्रभावकारी थियो / थिएन ?
- श्रोत व्यक्ति / बक्ताको कार्यसम्पादन कस्तो थियो ?
- तालीमका सहभागीको क्षमता र स्तर कस्तो थियो ?
- तालीममा हाम्रो सबैभन्दा सबैभन्दा ठूलो चुनौती के थियो ?
- आगामी दिनमा तालीममा थप सुधार गर्न चुनौतीलाई कसरी समाधान गर्न सकिन्छ ?

३.लजिस्टिक / बन्दोबस्ती

- तालीम स्थान, बसाई र खाना कस्तो थियो ?
- बन्दोबस्तीको चुनौती के थियो ?
- बन्दोबस्तीको सम्बन्धमा कसरी सुधार गर्न सकिन्छ ?

तालीममा सहभागीको मूल्यांकन

तालीममा प्रशिक्षक आन्तरिक मूल्यांकनको समान पक्षहरुमा सहभागीहरुबाट पनि पृष्ठपोषण र प्रतिक्रिया लिनु उत्तिकै महत्वपूर्ण अर्थ राख्दछ ।

१.तालीमको बिषयबस्तु
२.प्रयोगमा आएका बिधि
३.सहजकर्ता र श्रोत व्यक्ति / बक्ता
४.बन्दोबस्ती

सहभागीले व्यक्त गरेका पृष्ठपोषण /प्रतिक्रियाले आगामी दिनमा सञ्चालन गरिने तालीममा अझ सुधार गरेर कसरी तालीम सञ्चालन गर्न सघाउ पुर्याउछन ।

परिच्छेद

परिच्छेद १ . प्रि-टेष्ट/पोष्ट-टेष्ट प्रश्नावली
स्वच्छ श्वासको अधिकार

स्वच्छ श्वासको अधिकार
क्षयरोग प्रभावी समुदायको लागि मानव अधिकार तालीम
प्रि -टेस्ट/पोष्ट - टेस्ट प्रास्नावली

१. क्षयरोग कसरी सर्दछ ?

- भाँडाकुँडा प्रयोग गर्दा
- संक्रमित खकारको थुक निल्दा
- क्षयरोगीसँग हात मिलाउँदा
- यौन सम्पर्कबाट

२. क्षयरोगको जोखिम समुदायमा को पर्दछ?

- धुम्रपान गर्ने व्यक्ति
- खानीमा काम गर्ने मजदुर
- एच आइभी संक्रमित व्यक्ति

३. क्षयरोग निको हुने संक्रमण हो? ठिक /बेठिक

४. क्षयरोग रोकथाम सम्भब छ? ठिक /बेठिक

५. क्षयरोगबाट सुरक्षाको लागि नयाँ रोकथाम उपचार पद्दतिको बिकास भएको छ ? के यो क्षयरोग प्रभावी समुदायका सबैलाई अनिवार्य गरिएको छ ? ठिक /बेठिक

६. क्षयरोग हावाबाट सर्दछ तसर्थ यसको रोकथाम गर्न सकिंदैन। ठिक/ बेठिक

७. निम्नलिखित मध्ये कुन चाहिं मानव अधिकारमा पर्दछ ?

- धुम्रपान गर्ने अधिकार
- स्वास्थ्यमा अधिकार
- आघात गर्नेलाई आघात गर्ने अधिकार

८. मलाई क्षयरोग निदान भएमा मलाइ जागिरबाट बर्खास्त / निकाला गर्न सकिन्छ ? ठिक /बेठिक

९. पैरवीले तपसिलका के मा परिवर्तन गर्न सक्दछ ?

- कार्यक्रम
- कानुन
- माथिका दुवै
- दुवै होइन

१०. मानव अधिकार प्रयोग गर्नको लागि १८ बर्ष उमेर पुरा भएको हुनुपर्दछ। ठिक/ बेठीक
११. क्षयरोगीले मानब अधिकार हनन भएको उजुर गर्न पाउँछन्। ठिक/ बेठिक
१२. मेरो राज्यले क्षयरोग विरुद्धका नयाँ औषधिलाई प्राथमिकतामा राख्दैन र यस्मा बिरामीको सहज पहुँच हुँदैन भने के सरकारले मेरो अधिकार हनन गरेको हुन्छ ? ठिक / बेठिक
१३. क्षयरोगी विरामी हुन्छन तसर्थ निजलाई स्कुल जान निषेध गर्न पर्दछ। ठिक/ बेठिक
१४. क्षयरोगीलाई क्षयरोग बिरुद्धको कार्यक्रममा समावेश गर्नु पर्दछ। ठिक/ बेठिक
१५. क्षयरोगीलाई आफ्नो कार्यलय सञ्चालनगर्न दिनुपर्दछ। ठिक/ बेठिक

परिच्छेद २ - नमूना अभिलेख फारम

क्षयरोग सम्बन्धी मानव अधिकार हननको अभिलेखीकरण फारम

<table>
<tr><td colspan="2">नामः</td><td>उमेरः</td></tr>
<tr><td colspan="3">बसोवासः</td></tr>
<tr><td>लैंगिक पहिचानः</td><td colspan="2">बैवाहिक स्थितिः</td></tr>
<tr><td colspan="3">आश्रित परिवार संख्याः</td></tr>
<tr><td colspan="3">शैक्षिक योग्यताः</td></tr>
<tr><td>आम्दानीको श्रोतः</td><td colspan="2">औसत मासिक आम्दानीः</td></tr>
</table>

घटनाको बिवरण

मिति र समय : ____

घटना स्थल : ____

दुष्कर्मी /पीडक :____

घटनाको बिवरण :

अन्तर्वार्ता लिने व्यक्तिको नाम :

अन्तर्वार्ताको मितिः

अन्तर्वार्ता लिईएको स्थानः

परिच्छेद ३ : मञ्जुरीनामाको ढाँचा

आदरणीय
नमस्कार

म / हामी (संस्थाको नाम) बाट तपाईको कानुनी उपचार, सहयोगको लागि अन्तर्वार्ता लिदैछौ । यस अन्तर्वार्ताको मुख्य उद्देश्य (उद्देश्य प्रकाश पार्नुहोस) तपाईले भोग्नु भएको समस्या/घटनाको बिस्तृत बिवरणबाट हामी तपाईलाई आवश्यक सहयोग र कानुनी सेवा प्रदान गर्नेछौ ।
यो अन्तर्वार्ता तपाईको मञ्जुरीमा लिनेछौ र तपाई स्वतःस्फूर्त रुपमा यो अन्तर्वार्ता दिनुहुनेछ । तपाईलाई कुनै प्रश्न अप्ठ्यारो लागेको खण्डमा उत्तर नदिन पनि सक्नु हुनेछ र जुनसुकै बेला पनि अन्तर्वार्ता रोक्न सक्नुहुनेछ ।

तपाईले दिनुभएको सूचना पूर्ण रुपमा गोप्य रहनेछ र हामी दुई पक्षको समझदारीमा मात्र प्रयोग गरिनेछ । कुनै पनि रुपमा प्रकाशन गरिने छैन र आवश्यक परेको खण्डमा हामी तपाईसँग थप मौजुदा प्रमाण माग्नेछौ र यस वार्तालापलाई हामी अडियो रेकर्ड गर्नेछौ । तसर्थ तपाईको मञ्जुरीनामा आवश्यक परेको हो । यदि तपाई मञ्जुर हुनुहुन्छ भने हस्ताक्षर गर्नु होस ।

सहयोगको लागि धन्यवाद

अन्तर्वार्ता लिनेको नाम

....

संस्थाको नाम (भएको खण्डमा)

....

सहमति जनाउनेको नाम अन्तर्वार्ता दिनेको
हस्ताक्षर

....
....

मिति र समय

....

असहमति जनाएमा कारण

....
....
....

परिच्छेद ४ : पैरवी योजनाको नमूना ढाँचा

लक्ष्य	क्रियाकलाप	सहयोगी संस्था / सरोकारवाला	आवश्यक श्रोत	समयावधि

परिच्छेद ५ : तालीमको रुपरेखा

समय	शिर्षक	क्रियाकलाप	सहभागी / कर्ता
८:३०-९:००	सहभागी दर्ता		आयोजक
९:०० -९:४०	उद्घाटन समारोह	स्वागत मन्तव्य	
		सहभागीको परिचय	
		अपेक्षा संकलन	
		नियम संकलन	

९:४०-९:५०	प्रि-टेष्ट		सहभागी
९:५०-१०:१५	क्षयरोगको अवस्था	स्लाईड प्रस्तुति	तालीम सहजकर्ता
१०:१५-१०:३०	बिहानी बिश्राम		
१०:३०-११:३०	क्षयरोग १०१	समूह कार्य	तालीम सहजकर्ता
११:३०-१२:००	समुदायमा क्षयरोग सम्बन्धी सवाल	मस्तिष्क मन्थन	तालीम सहजकर्ता सहभागी
१२:००-१३:००	बिहानी खाना		
१३:००-१४:००	क्षयरोग र मानव अधिकार	पत्र लेखन विधि	सहभागी
१४:००-१५:००		अनुभव आदान प्रदान	सहभागी
१५:००-१५:१५		ध्यान मुद्रा अभ्यास	सहभागी
१५:१५-१५:३०	दिवा बिश्राम		
१५:३०- १७:००	क्षयरोग र मानव अधिकार	समूह कार्य प्रस्तुति	सहभागी

<table>
<tr><th colspan="4">दोश्रो दिन</th></tr>
<tr><td>९:००-९:३०</td><td rowspan="3">क्षयरोग र मानव अधिकार</td><td>पुनरावलोकन</td><td>तालीम सहजकर्ता</td></tr>
<tr><td>९:३०-११:३०</td><td>भूमिका प्रदर्शन
(बिहानी बिश्राम)</td><td rowspan="2">सहभागी</td></tr>
<tr><td>११:३०-१२:३०</td><td>समूह कार्य : मानव अधिकार हननको सूचीकरण
प्रस्तुति,संश्लेषण</td></tr>
<tr><td>१२:३०-१३:३०</td><td>बिहानी खाना</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>१३:३० - १४:३०</td><td>मानव अधिकार अभिलेखीकरणको लागि</td><td>नमूना अन्तर्वार्ता</td><td>तालीम सहजकर्ता सहभागी</td></tr>
</table>

१४:३०-१५:३०	सामुदायिक परिचालन		सहभागी
१५:३०-१५:४५	दिवा बिश्राम		
१५:४५-१६:४५	मानव अधिकार अभिलेखीकरणको लागि सामुदायिक परिचालन	समूह कार्य : सेवा प्रदायकको सूचीकरण	सहभागी
१६:४५- १७:००		मानव अधिकार अभिलेखीकरण र अन्तर्वार्ता टिप्स	तालीम सहजकर्ता
तेश्रो दिन			
९:००-९:३०	मानव अधिकार अभिलेखीकरणको लागि सामुदायिक परिचालन	पुनरावलोकन	तालीम सहजकर्ता
९:३०-१०:१५	पैरवी	स्लाईड प्रस्तुति	तालीम सहजकर्ता
१०:१५-१०:३०	बिहानी बिश्राम		
१०:३०-१२:३०	पैरवी सीप बिकाश	समूह कार्य : समस्याको प्रतिकार्य	सहभागी
१२:३०-१३:३०	बिहानी खाना		
१३:३०-१५:३०	पैरवी सीप बिकाश	समूह कार्य : पैरवी योजना	सहभागी
१५:३०-१५:४५	दिवा बिश्राम		
१५:४५-१६:००	तालीम सश्लेषण		तालीम सहजकर्ता
१६:००-१६:१५	पोष्ट टेष्ट		सहभागी
१६:१५-१६:३०	तालीम मूल्यांकन		
१६:३०-१७:००	तालीम समापन र प्रमाणपत्र वितरण		
समाप्त			

परिच्छेद ६ : तालीमको मूल्यांकन

मूल्यांकन फारम

क. बिषयबस्तु, प्रशिक्षण विधि, सहजकर्ता, श्रोत व्यक्ति र सहभागी

१. तपसिलका सेसन अनुसार मूल्यांकन गर्नुहोस ।

सेसन	सर्वोत्कृष्ट	उत्तम	सन्तोषजनक	मध्यम	निम्न
क्षयरोगको परिचय					
क्षयरोग र मानव अधिकार					
पत्र लेखन अभ्यास					
अनुभव आदान प्रदान					
समूह कार्य : अधिकार हननको पहिचान र यसका असर भूमिका प्रदर्शन - अभ्यास					
मानव अधिकार- इन्पुट्स					
मानव अधिकार हननको अभिलेखीकरण					
पैरवी सीप बिकाश					

२.कुन चाही सेसन सबैभन्दा सान्दर्भिक / उत्कृष्ट थियो ? र किन ?

३.कुन चाही सेसन असान्दर्भिक / अनावश्यक थियो ? र किन ?

४.तालीममा प्रयोग गरिएका बिधि र प्रक्रियाको बारेमा तपाईको राय के छ ?

५.तालीम प्रशिक्षक र श्रोत बक्ताको बारेमा के भन्न चाहनुहुन्छ ?

ख. बन्दोवस्तीको पक्ष

	सर्वोत्कृष्ट	उत्तम	सन्तोषजनक	सामान्य	निम्न
तालीम कोठा					
होटेलको कोठा					
खाना					
ह्यान्ड्स आउट					
श्रव्य दृश्य सामाग्री					

ग. आगामी तालीम संचालनमा थप सुधारको लागि तपाईको सल्लाह सुझाव केही छ ?

यस तालीम मोड्युल बिशेषत क्षयरोग प्रभावी समुदाय र क्षयरोगको क्षेत्रमा क्रियाशील अधिकारकर्मीद्वारा क्षयरोगी तथा क्षयरोग प्रभावी समुदायका व्यक्तिहरुलाई क्षयरोग सम्बन्धी मानव अधिकारका सवालमा ज्ञान अभिवृद्धि गर्दै समान रुपले बुझ्न र उनीहरुले सामना गरेका समस्या र भेदभावलाई रचनात्मक ढंगले समाधान गर्ने हेतुले तयार पारिएको हो ।

प्रमुख रुपमा क्षयरोग प्रभावी समुदायका सदस्य, क्षयरोग बिजेता र संजालका सदस्यहरु, सहयोगी संघ संस्थाको साथै नागरिक समाजले क्षयरोग प्रभावी समुदायको निमित्त क्षमता बिकास र पैरवी क्रियाकलाप सञ्चालन गर्नको लागि तयार पारिएको हो ।