www.koshishnepal.org

sfljzz

-k|sfzg g+!!!_ >fjOf-cflZjg, @)&@ JULY–SEPTEMBER-2015

गीत

रचना : मातृकाप्रसाद देवकोटा

शरीरको घाउमा मल्हम-पट्टी लगाऔं,
मनको घाउमा मनोपरामर्श गराऔं,
मनोपरामर्श गराऔं ।

हामी सवै नेपालीलाई के बज्र पऱ्यो नि,
सपनामा पनि नसोचेको यो के भयो नि ।

शरीरको घाउमा मल्हम-पट्टी लगाऔं,
मनको घाउमा मनोपरामर्श गराऔं,
मनोपरामर्श गराऔं ।

विनाशकारी भूकम्पले हजारौंको ज्यान लियो,
पटक-पटकको धक्काले घरवासै उठायो,

शरीरको घाउमा मल्हम-पट्टी लगाऔं,
मनको घाउमा मनोपरामर्श गराऔं,
मनोपरामर्श गराऔं ।।।

गायक/संगीतकार केशर देवकोटाले संगीतबद्ध गरेको उपरोक्त गीत युट्युबमा हेर्न र सुन्न सकिन्छ ।

https://www.youtube.com/koshishnepal

सामाजिक सेवाको क्षेत्रकै सवैभन्दा ठूलो पुरस्कार कोशिश-अध्यक्षलाई

यस वर्षको रामबाबु-ज्ञानु सामाजिक सेवा पुरस्कार कोशिशका अध्यक्ष मातृकाप्रसाद देवकोटालाई दिइने भएको छ । मानसिक स्वास्थ्य समस्याका कारण घरपरिवारबाट लखेटिएका, थुनिएका, बाँधिएका र सडकमा अलपत्र आश्रयविहीन मनोरोगी महिला तथा बालिकाहरूको उद्धार, उपचार एवं पुनर्स्थापनामा योगदान पुऱ्याएबापत उहाँलाई सो पुरस्कारबाट सम्मानित गरिने निर्णय गरेको रामबाबु-ज्ञानु स्मृति पुरस्कार कोषले बताएको छ । पुरस्कारको राशि २ लाख रुपैंया रहेको छ, जुन सामाजिक क्षेत्रमा योगदान पुऱ्याएबापत दिइने सवै भन्दा ठूलो राशिको पुरस्कार हो ।

सडकमै गर्भवती भएकी पूजालक्ष्मी बनिन् आमा

"तपाईहरूले सहयोग नगरेको भए मेरो के हालत हुन्थ्यो होला..." भखँरै सुत्केरी भएकी पूजालक्ष्मी (नाम परिवर्तन) अस्पतालको बेडमा बसेर आफ्नो नवजात शिशु काखमा लिँदै भावुक भइन् ।

कोशिशको आपतकालिन सहयोगमा गत भदौ १७ गते स्वस्थ छोरा जन्माएकी पूजालक्ष्मी स्कीजोफ्रेनिया नामक मानसिक समस्याबाट प्रभावित भएकी थिइन् । उनलाई गत जेठ ९ गते काठमाडौंको कोटेश्वरबाट कोशिशले उद्धार गरी उपचारका लागि "आशाको घर" ल्याएको थियो । मानसिक समस्याका कारण विगत चार वर्षदेखि अलपत्र भौंतारिँदै आएकी उनीमाथि यौनदुर्व्यवहार भएको हुनसक्ने स्थानीयहरू बताउँछन् । उनलाई पाँच महिनाको गर्भावस्थामा विक्षिप्त भई रुँदै कराउँदै हिँडिरहेको अवस्थामा फेला पारिएको थियो ।

तीन महिनाको उपचार एवं स्याहारबाट पूजालक्ष्मीको मानसिक स्वास्थ्यमा निकै सुधार आइसकेको छ । स्वस्थ छोरा पाएकोमा उनी दङ्ग छिन् यद्यपि त्यसको जिम्मेवार पिताका बारेमा भने उनी अनभिज्ञ छिन् । लामो समयदेखि कोटेश्वरको सडकमा रहेकी पूजालक्ष्मीले त्यस स्थान बाहेक अन्य स्थान सम्झन सकेकी छैनन् । यसअघि आफन्तजनको खोजी गर्न उनी समेतलाई लिएर उनले भनेका सवैजसो स्थानहरूमा लगिएको थियो । स्थानीयवासीहरू सँग सोधखोज गरिएता पनि केही पत्ता लाग्न सकेको छैन । उनको पुनर्स्थापना कहाँ र कसरी गर्ने भन्ने विषयमा कोशिशले सक्दो प्रयास गरिरहेको छ ।

पूजालक्ष्मीलाई जीवनको अल्पकालिन सहारा त मिलेको छ तर यो नवजात शिशु र उनको बाँकी जीवनलाई सहारा कस्ले देला ? यो प्रश्न सङ्गीन बनेर उभिएको छ हाम्रो अघि, यो समाज र राज्यको अघि ।

(उद्धार एवं पुनर्स्थापनासम्बन्धी थप समाचार अन्तिम पृष्ठमा)

छात्राहरूमा देखिएको मनोवैज्ञानिक समस्याको व्यवस्थापन

एकैसाथ काम्ने, चिच्याउने, जीउ बटार्ने, बेहोस हुने जस्ता लक्षणहरू देखिन थालेपछि तनहूँ जिल्लाको रुपाकोट-२, मानेचौकास्थित त्रिभुवन उच्च मावि पूर्णतया प्रभावित बन्न गयो । कक्षा ७, ८ र ९ मा पढ्ने छात्राहरूमा देखिएको यस किसिमको मनोवैज्ञानिक समस्या गत २०७१ चैत्र महिनाबाटै शुरु भएको एक शिक्षकले बताए । वैशाखमा गएको महाभूकम्प पछि समस्याले झनै ठूलो रुप लिएपछि विद्यालयले जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय तनहूँमा अनुरोध गरेको थियो । सोही जिल्लामा सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेको कोशिशलाई सहयोगका लागि जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयले सम्पर्क गरेपछि गत साउन १७ गते जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय तनहूँको मेडिकल समूह सहित कोशिशका मनोविज्ञ र मनोसामाजिक मनोविमर्शदाता उक्त विद्यालय पुगेका थिए ।

मनोविज्ञानमा सामुहिक रुपान्तरित विकृति (मास कन्भर्सन डिस्अर्डर) भनेर चिनिने यस समस्याबाट प्रभावित विद्यार्थीहरूको शारीरिक चेकजाँचबाट कुनै गम्भीर रोगको संकेत नपाइएपछि उनीहरूलाई मनोसामाजिक सहायताको लागि रिफर गरिएको थियो । कोशिशका विज्ञ टोलीबाट मनोसामाजिक मनोविमर्श, व्यायाम, श्वासप्रश्वास विधि मार्फत शिथिलिकरणको अभ्यास लगायतका थेरापीहरूबाट समस्यामा अपेक्षित सुधार आएको थियो ।

प्रभावित विद्यालयका शिक्षक तथा समस्यामा परेका विद्यार्थीका अभिभावकहरूलाई रुपान्तरित विकृति, यसका कारण, समस्याप्रति गर्नुपर्ने व्यवहार, परम्परागत उपचार पद्धतिहरूको उपयोगिता आदि विषयमा मनोशिक्षा प्रदान गरिएको थियो । मनोशिक्षाको मुख्य उद्देश्य रुपान्तरित विकृतिको व्यवस्थापन पक्षमा सहयोग पुऱ्याउनु थियो ।

मनोसामाजिक सेवा लिनेको संख्यामा बृद्धि

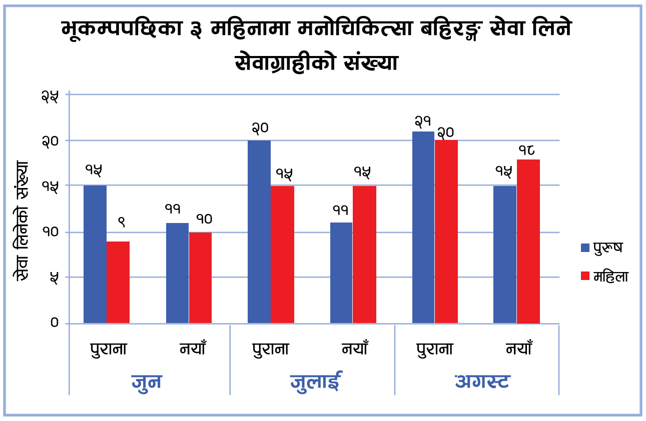
गत वैशाखमा गएको महाभूकम्पबाट प्रभावित व्यक्तिहरूलाई आपतकालिन मनोसामाजिक सहायताका साथै मनोसामाजिक समस्याको न्यूनीकरणमा सहयोग पुऱ्याउन कोशिशले गत वैशाख महिनाबाट भक्तपुर जिल्लाका विभिन्न ४ नगरपालिकाहरूमा मनोसामाजिक कार्यक्रमहरू प्रभावकारीरुपमा सञ्चालन गरिरहेको छ ।

जिल्लाका मध्यपुरठिमी, सूर्यविनायक, अनन्तलिंगेश्वर र भक्तपुर नगरपालिकामा मनोविद्, मनोविमर्शकर्ता र सामाजिक कार्यकर्ताहरूको टोलीले मनोसाजिक समस्यामा परेका व्यक्तिहरू पहिचान गरी व्यक्तिगत एवं सामुहिकरुपमा मनोविमर्श सेवा प्रदान गरिरहेका छन् भने मानसिक स्वास्थ्यको बहिरङ्ग सेवा पनि सञ्चालन भइहेको छ । यस सेवाबाट भाद्र महिनासम्ममा ९१३ व्यक्तिहरू लाभान्वित भएका छन् ।

मनोसामाजिक समस्याले ठूलो रुप लिन नपाउँदै शुरुवातमै लक्षणहरू पहिचान गर्न एवं समस्यामा परेका व्यक्तिलाई सेवाका लागि रिफर गर्न समाजका सरोकार वालाहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले जिल्लाका उल्लेखित नगरपालिकाहरूमा कोशिशले मनोवैज्ञानिक प्राथमिक सहयो गसम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम सञ्चालन गरेको थियो । गत आषाढदेखि भाद्र मसान्तसम्म विभिन्न मितिमा छुट्टाछुट्टै सम्पन्न ती कार्यक्रमहरूमा जिल्ला प्रहरी कार्यालयका ६३ जना प्रहरीहरू, माध्यमिकस्तरका ६५ जना शिक्षक-शिक्षिकाहरू सहभागी भएका थिए भने १५० जना महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूले पनि मनोवैज्ञानिक प्राथमिक सहयोगसम्बन्धी अभिमुखिकरण प्राप्त गरेका थिए ।

यसैगरी भूकम्प, अन्य दैविप्रकोप एवं अनपेक्षित घटना-परिघटनाका कारण व्यक्तिमा पर्नसक्ने मनोसामाजिक समस्या, मनोवैज्ञानिक आघात तथा त्यसका दीर्घकालिन असरहरूबारे सचेत तुल्याउने उद्देश्यले कोशिशले स्व-हेरचाहसम्बन्धी तालिम सञ्चालन गरेको थियो । भक्तपुर जिल्लाका आमा समूह, महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका, स्थानीय क्लबहरू तथा शिक्षक-विद्यार्थीहरूलाई छुट्टाछुट्टै कार्यक्रम मार्फत उक्त तालिम प्रदान गरिएको थियो । मनोसामाजिक सहायतासम्बन्धी सञ्चालित विविध तालिमहरूबाट कूल १८१० जना लाभान्वित भएका छन् ।

जनस्तरमा मनोसामाजिक सहायतासम्बन्धी गरिएका विभिन्न तालिम एवं कार्यक्रमहरूबाट कोशिशद्वारा भक्तपुरमा सञ्चालित मनोचिकित्सा बहिरङ्ग सेवा लिन आउने व्यक्तिहरूको संख्यामा उल्लेख्य बृद्धि भएको छ । गत जुन, जुलाई र अगस्त तीन महिनामा मनोसामाजिक समस्याबाट प्रभावित ३७ जना पुरुष र ४३ जना महिला गरी जम्मा ८० जना नयाँ बिरामी दर्ता भएका छन् । नयाँ र पुनःजाँच गर्न आउने सबैले विशेषज्ञ न्यूरोसाइक्याट्रिस्टबाट मनोसामाजिक सेवा लिएका छन् । मध्यपुर ठिमी, अनन्तलिङ्गेश्वर, सूर्यविनायक र भक्तपुर नगरपालिकामा छुट्टाछुट्टै महिनाको एकपटक सो सेवा सञ्चालित छ ।



विपद्का लागि पूर्वतयारी एवं मनोशिक्षामार्फत सचेतना

कोशिशको "आशाको घर" मा मानसिक स्वास्थ्यको उपचार गराई आफ्नो घरपरिवार, समुदायमा पुनर्स्थापित भएका महिलाहरूको अवस्थालाई ध्यान दिँदै प्रकृतिक विपद्का कारण मनोसामाजिक स्वास्थ्यमा परेका असरलाई न्यूनीकरण गर्न विभिन्न जिल्लाहरूमा मनोशिक्षा कार्यक्रम गरिएको छ ।

आफ्नै घरदैलोमा मनोविमर्श सेवा पाएपछि उत्साहित पुनर्स्थापित महिला (बायाँ)

कोशिशका मनोविमर्शकर्ता एवं सामाजिक कार्यकर्ताद्वारा भूकम्प प्रभावित जिल्लामा रहेका पुनर्स्थापित महिलाहरूको मनोसामाजिक स्वास्थ्य अवस्था अनुरुप मनोसामाजिक मनोविमर्श सेवा प्रदान गरिएको थियो भने छरछिमेक एवं समुदायका मानिसहरू भेला गरी विपद्का लागि पूर्वतयारीसम्बन्धी विशेष जानकारी प्रदान गरिएको थियो । गत आषाढदेखि भाद्र मसान्तसम्म गरिएका सो कार्यक्रमहरूमा २६० जना विभिन्न गाउँ, समुदायका व्यक्तिहरू सहभागी बनेका थिए । सहभागीहरूलाई

मनोवैज्ञानिक आघातबाट कसरी बाहिर आउने भन्ने सम्बन्धमा तयार गरिएको जानकारी पुस्तिकाका साथै विपद्का लागि पूर्वतयारीसम्बन्धी पोष्टर पनि वितरण गरिएको थियो ।

गत भाद्र १२ देखि १५ गतेसम्म चितवनको सौराहा र पोखराका विभिन्न पर्यटकीय स्थलहरूमा रमाइलो घुमघामपछि पुनर्ताजगी एवं स्फूर्ती महशुस गर्दै मनोसामाजिक स्वास्थ्यमा कार्यरत कोशिशका कर्मचारीहरू ।

संवेदनशीलता बढाउने कार्यमा गति लिँदै कोशिश

भूकम्पको सन्दर्भलाई जोड्दै कोशिशले गत आषाढ ३ गते नागरिक समाजका प्रतिनिधिहरूसँग प्रथम पटक अनुभव आदान प्रदान कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ । मानसिक स्वास्थ्यका सवालहरूमा नागरिक समाजले निर्वाह गर्नुपर्ने भूमिकामाथि विशेष छलफल भएको थियो ।

सहभागीहरूलाई स्वागत गर्दै कोशिशका सञ्चार अधिकृत युवराज चन्दले कार्यक्रमको विषयमा प्रकाश पार्नुभएको थियो । महासचिव एवं युवाकवि अक्कल लामाले आफ्ना जीवनका तीतामीठा क्षण सुनाउँदा सहभागीहरू स्तब्ध बनेका थिए । अध्यक्ष मातृका देवकोटाले मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका महिलाहरूका लागि कोशिशले हालसम्म गर्दै आएका उद्धार, पुनर्स्थापना एवं वकालतसम्बन्धी कार्यहरूबारे संक्षिप्त जानकारी दिनु भएको थियो भने मानसिक समस्याबाट प्रभावित व्यक्तिहरूको जीवन रुपान्तरणसम्बन्धी वृत्तचित्र देखाइएको थियो । नेपाल चिकित्सक संघका पूर्वअध्यक्ष डा. केदार नरसिंह केसी, पूर्व मुख्यसचिव भोजराज पोखरेल, कविन्द्र राम शरण, डा. वीरेन्द्र मिश्र लगायतले कोशिशले गर्दै आएको कार्यको सराहना गर्नुभएको थियो । अधिवक्ता शर्मिला पराजुलीले मानसिक स्वास्थ्य समस्याबाट प्रभावित व्यक्तिहरूलाई समस्याका आधारमा भेदभाव गर्ने जस्ता नकारात्मक पक्षलाई निरुत्साहित गरी समाजमा प्रतिष्ठित जीवन बिताउन सकारात्मक कानुनहरूको तर्जुमा गरिनुपर्ने बताउनु भयो ।

कार्यक्रमको सहजिकरण गर्नुभएका कानुन अध्ययन केन्द्रका अध्यक्ष वीरेन्द्रप्रसाद थपलियाले नागरिक र राजनीतिक अधिकार मात्र नभई आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक अधिकारको उल्लङ्घन हुन नदिन कानून, संस्थापन व्यवस्थापन, संस्थागत सुधार र संरचना सुनिश्चित गर्नुपर्छ भन्ने तर्क अघि सार्नु भएको थियो ।

मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएका व्यक्तिहरूको मानवअधिकारको प्रवर्द्धन र संरक्षणका लागि विभिन्न सुझावहरू अघि सार्दै नागरिक समाजका प्रतिनिधिहरूले भविष्यमा मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा कार्य गर्नका लागि कोशिशलाई सक्दो साथ दिने मौखिक प्रतिबद्धता जाहेर गर्नु भएको थियो ।

सामाजिक कार्यकर्ताहरूसँग कोशिश

कोशिश र सोसियल वर्कर्स एशोसिएसन अफ नेपाल (स्वान) को संयुक्त आयोजनमा गत श्रावण ९ गते कादम्बरी मेमोरियल कलेजमा “राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य नीतिमा सामाजिक कार्यकर्ताको भूमिका” विषयमा छलफल कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ ।

कार्यक्रममा कोशिशका अध्यक्ष मातृका देवकोटाले “मानसिक स्वास्थ्य सेवामा सामाजिक कार्यकर्ताको भूमिका” र स्वानका अध्यक्ष डा.डिल्लीराम अधिकारीले “राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य नीति” विषयमा छुट्टा-छुट्टै प्रस्तुति गर्नु भएको थियो । समाजकार्य विषयका विभिन्न कलेजका प्रतिनिधिहरूको उपस्थिति रहेको उक्त कार्यक्रममा सहभागीहरूबाट मानसिक स्वास्थ्य नीति तर्जुमाका साथै त्यसको कार्यान्वयनका लागि सम्बन्धित निकायलाई दबाब दिन संयुक्तरुपमा वकालत गर्ने प्रतिबद्धता जाहेर गरिएको थियो ।

दस्तावेजहरू प्रकाशित

मानसिक स्वास्थ्य उपचार तथा संरक्षण गर्ने सम्बन्धमा व्यवस्था गर्न बनेको विधेयक मस्यौदा, २०६८ र नेपाल स्वास्थ्य ऐनमा समावेश हुनुपर्ने मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी व्यवस्थाको सम्बन्धमा लाभान्वित वर्गको बृहत छलफलबाट छुट्टाछुट्टै दस्तावेजहरू कोशिशले पुस्तिकाको रुपमा हाले प्रकाशित गरेको छ ।

उल्लेखित मस्यौदा विधेयक र प्रस्तावित नेपाल स्वास्थ्य ऐनमा बुँदाबद्ध गरिएका दफाहरूमध्ये मानसिक स्वास्थ्य समस्या/मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू (लाभान्वित वर्ग) का लागि हितकारी एवं अहितकारी दफाहरूलाई कारण सहित तीन महले तालिकामा तयार पारिएको छ । कानुन तर्जूमा र कार्यान्वयन गर्ने सरोकारवालाहरूलाई जानकारी उपलब्ध गराउन एवं प्रस्तावित नेपाल स्वास्थ्य ऐनमा मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी समावेश भएका व्यवस्थाहरूका सम्बन्धमा व्यापक जनचेतना अभिवृद्धि गर्नमा दुवै सामाग्रीहरू उपयोगी हुने विश्वास लिइएको छ ।

‘साथीसङ्गी’को बढ्दो रौनक

स्वस्फूर्त रुपमा प्रेरित भई एक अर्कासँग अनुभव साटासाट गर्दै गह्रौंगो मन हलुका बनाउन सहयोग पुगोस् भन्ने मान्यताका साथ कोशिशले शुरु गरेको ‘पियर सपोर्ट’ (साथी-सङ्गी सहयोग) कार्यक्रमले निरन्तरता पाएको छ । यस कार्यक्रममा मनोसामाजिक समस्या भएका व्यक्तिहरू हप्ताको एक पटक भेला भई जीवनका तीता-मीठा अनुभवहरू आदानप्रदान गर्ने गर्दछन् । यसका साथै अनुभवी म्यूजिक थेरापिस्टबाट आनन्दमय मधुर संगीत प्रस्तुति, मनोयोग, व्यायाम एवं शिथिलिकरणको अभ्यासका माध्यमबाट समस्याग्रस्त व्यक्तिमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन सफल हुँदै आएको छ । कार्यक्रममा गीतसंगीतको रमाइलो वातावरणमा समय समयमा सहभागीहरूको मनोबल बढाउने खालका चलचित्र एवं वृत्तचित्रहरू पनि देखाइने गरिन्छ । “शुरुमा यहाँ आउन कत्ति मन लाग्थेन, तर बिस्तारै अहिले रमाइलो लाग्न थालेको छ, बेलुका निद्रा पनि राम्रोसित लाग्न थालेको छ” -नियमित सहभागी भइरहेका एक सदस्यले बताए । मानसिक स्वास्थ्यको अवस्था हेरी आवश्यक व्यक्तिलाई विज्ञ मनोविमर्शकर्ताद्वारा मनोसामाजिक सहायता प्रदान गरिनुका साथै महिनामा एक पटक मनोचिकित्सा बहिरङ्ग सेवा पनि उपलब्ध गराइँदै आएको छ ।

बलात्कारको चपेटामा मानसिक समस्याबाट प्रभावित महिलाहरू

भर्खर जन्मिएको आफ्नो छोरा काखमा लिएकी सुमी (नाम परिवर्तन) आफ्नो छोरालाई अचम्मसित हेर्छिन्, अनि यसका जिम्मेवार पिता को होलान् भन्ने सोच्दै टोलाउँछिन् ।

गत भदौ २८ गते शिशु जन्माएकी करिब ३५ वर्षे यी महिलालाई २०७२ भदौ ११ गते कोशिशले महिला तथा बालबालिका कार्यालय दोलखाको समन्वयमा ९ महिनाको गर्भावस्थामा उद्धार थियो । स्थानीयहरूका अनुसार मानसिक स्वास्थ्य समस्याका कारण उनी विगत ४ वर्षदेखि दोलखाको जिरी-चरिकोट सडक खण्डमा भौंतारिरहेकी थिइन् । सडकमा छँदा यौन दुर्व्यवहारको शिकार भई गर्भवती बनेको हुनसक्ने स्थानीय प्रहरीहरू बताउँछन् । अहिले उनको मानसिक स्वास्थ्यमा क्रमिक सुधार आइरहेको छ भने कोशिशले उनको घरपरिवार एवं आफन्तजनको पनि खोजी गरिरहेको छ ।

सुमी यस्ता सयौं घटनाका मात्र एक प्रतिनिधि पात्र हुन् । उनी जस्ता अन्य थुप्रै महिलाहरू यौन दुर्व्यवहारको उच्च जोखिमका बीच सडकमा जीवन गुजार्न बाध्य छन् । कोशिशले "आशाको घर" मार्फत २०७२ भाद्र मसान्तसम्म मनोसामाजिक सहायता प्रदान गरेका कूल २१५ मध्ये मानसिक समस्याका कारण सडकमै यौन दुर्व्यवहारबाट अनिच्छित गर्भधारण गरेका, सडकमै शिशु जन्माएका एवं नाबालक लिएर सडकमै भौंतारिएका मात्र १९ जना महिलाहरूलाई सहायता पुऱ्याएको छ । हाल अन्य महिलाहरू लगायत सुत्केरी अवस्थाका सहितका ५ जना महिलाहरू कोशिशको "आशाको घर" मा मानसिक स्वास्थ्यको उपचार सेवा लिइरहेका छन् ।

युवतीको उद्धार

२०७२ जेठ १८ गते अन्दाजी १८ वर्षकी युवती निरमाया ब्लोन (नाम परिवर्तन) लाई कोशिशले उद्धार गरी "आशाको घर" ल्यायो । करिब १ महिनादेखि लगनखेल बसपार्क आसपासको सडकमा अर्धनग्न अवस्थामा अलपत्र घुमिरहने उनलाई मानसिक समस्या भएको आशंकामा स्थानीयहरूले नजिकैको मानसिक अस्पतालमा लगिदिएका थिए तर कुरुवा नभएपछि उनको उपचार हुन सकेको थिएन ।

निरमायाको मानसिक स्वास्थ्यमा क्रमिक सुधार आइरहेको छ ।

यी तिनै नमिता हुन् ?

सडकमा छँदा नमिता

उपचारपछि विभिन्न क्रियाकलापमा सहभागी हुँदै

वर्ष ३५ की नमिता (नाम परिवर्तन) कोशिशको "आशाको घर" मा घरायसी कामकाजमा सघाउन पाउँदा औधि खुशी छिन् । उनी उपचार गराइरहेका अरु साथीहरूलाई विभिन्न क्रियाकलापहरूमा संलग्न हुन सहयोग पनि पुऱ्याउँछिन् । माध्यमिक तहसम्म पढेकी उनी आफ्नो डायरीमा मनका बह पोख्ने गर्छिन् ।

नमिता आज जति खुशी देखिन्छिन्, त्यतिनै दुःखका दिनहरू उनले झम्सिखेल, ललितपुरको सडक किनारामा बिताइन् । झुत्रा प्लास्टिक र कपडा भेला गरी छाप्रो टाँगेर बाटामा फ्याँकिएका जे भेट्यो त्यसैले भोक टार्न बाध्य थिइन् । एक्लै रुने, बर्बराउने नमिताको त्यस अवस्था देखेर स्थानीयवासीले कोशिशलाई खबर गरेका थिए । उनलाई कोशिशले गत आषाढ ८ गते उद्धार गरेको थियो । नमिताको मानसिक स्वास्थ्यमा उल्लेख्य परिवर्तन आइसकेको छ । उनको पारिवारिक विवरण प्राप्त भइसकेको हुँदा उनी पुनर्स्थापनाको प्रक्रियामा रहेकी छिन् ।

मर्यादा सामाग्री वितरण

भूकम्पीय संकटपश्चात् प्रभावित महिलाहरूको आत्मसम्मान रक्षार्थ महिलाहरूले प्रयोग गर्ने अत्यावश्यक सामानहरू सहितको 'मर्यादा सामाग्री' गत आश्विन ११ गते कोशिशले भक्तपुरमा एक कार्यक्रम आयोजना गरी वितरण गरेको छ । कार्यक्रममा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका ६४ जना महिलाहरूलाई सो सामाग्री वितरण गरिएको थियो भने कोशिशको 'आशाको घर' मा उपचार गराइरहेका एवं पुनर्स्थापित ६४ महिलाहरू गरी कूल १२८ जनालाई मर्यादा सामाग्रीहरू सहितको झोला वितरण गरिएको थियो ।

संयुक्त राष्ट्रसंघीय जनसंख्या कोष (यूएनएफपीए) को सहयोगमा उपलब्ध भएका प्रत्येक झोलाभित्र सेनिटरी न्याप्किन, साबुन, दाँत माझ्ने ब्रस, मञ्जन, अन्डरवेयर, पेटीकोट, म्याक्सी, ब्लाउज, सारी/धोती, स्वेटर, सल, गम्छा, काँइयो, नङ्काट्ने कटरदे खि लिएर सिट्टी र टर्च लाइटलगायतका सामाग्रीहरू राखिएका छन् ।

- ;fdflhs ;xofu kbfg u/]
- pkrf/fy{JolQmx¿nfO{vfgf÷sk8f kbfg u/]
- pkrf/fy{JolQmx¿sf]cf}flwdf ;xofu u/]
- :jo+]ssf ?kdf ;do kbfg u/]
- cfly{s ;xfotf kbfg u/] .

sf]zzsf] ;Tkbf ;df
tkfO{klg ;xofuL aGg ;SgxG5===

आर्थिक सहयोगका लागिः
बैंक खाता नम्बरः 03901017500074
नबिल बैंक लिमिटेड, सातदोबाटो, ललितपुर ।

sf]zz
cflwsfl/s dvkq
www.koshishnepal.org

kbfzs
कोशिश, राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य स्वावलम्बन संगठन
पो.ब.नं. ८९७५, इपीसी २७०६, ललितपुर, नेपाल
फोनः ०१-२२२११४६, ५२०१८३०, ईमेलः info@koshishnepal.org