प्रकाशक

सेभ द चिल्ड्रेन नेपाल

कन्ट्री अफिस

एअरपोर्ट गेट एरीया, सम्भु मार्ग

जि पि ओ बक्स : ३३९४

सम्पर्क : ९७७-१-४४६८१३०/४४६४८०३

फ्याक्स : ९७७-१-४४६८१३२

ईमेल : post.nepal@savethechildren.org

वेबसाईट : www.nepal.savethechildren.net

© Save the Children, 2023

संस्करण : प्रथम संस्करण, २०८०

लेखन

दुर्गा आचार्य

रत्न राज ओझा

ऋषिकेश ढकाल

फूलकुमारी चौधरी

मतिलाल ढकाल

प्रेम पुन

राज कुमार परियार

दुर्गा प्रसाद तिवारी

प्रकाशन व्यवस्थापन सहयोग

समाज जागरण केन्द्र(स्याक) नेपाल

Save the Children

विषय सूची

तालीम निर्देशिकाको परिचय १

१. जलवायू परिवर्तनः अवधारणा, शब्दावली, कारण तथा असरहरू ३

१.१ जलवायू परिवर्तन अवधारण एवं शब्दावली ३

सहजकर्ताका लागि निर्देशन ४

१.२ जलवायु परिवर्तनका कारणहरू तथा असरहरू ६

सहजकर्ताका लागि निर्देशन ७

२. मानव क्रियाकलापहरू एवम् वातावरणबीचको सम्बन्ध ९

सहजकर्ताका लागि निर्देशन १०

३. हरित मानसिकता, हरित सीप र हरित रोजगारीको अवधारणा १३

सहजकर्ताका लागि निर्देशन १४

४. हरित सीप तथा हरित रोजगारीको महत्व १७

सहजकर्ताका लागि निर्देशन १८

५. हरित रोजगारी तथा हरित सीपहरूको नक्साङ्कन, मष्तिस्क मन्थन तथा प्राथमिकीकरण १९

सहजकर्ताका लागि निर्देशन २०

६. जलवायु मैत्री उपभोक्ता २३

सहजकर्ताका लागि निर्देशन २४

७. स्वच्छ वातावरणीय कदम, केहि तरिका २८

सहजकर्ताका लागि निर्देशन २९

८. मेरो वातावरण मेरो जिम्मेवारी ३१

सहजकर्ताका लागि निर्देशन ३३

९. वातावरणमैत्री समुदायको लागी हाम्रो प्रतिवद्धता ३४

सहजकर्ताका लागि निर्देशन ३५

तालीम निर्देशिकाको परिचय

हरित मानसिकता दैनिक जीवनको अपरिहार्य आवश्यकता हो । हरित सीप तथा हरित रोजगारी मार्फत हरित अर्थतन्त्र निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउन सकिन्छ । हरित सीप तथा हरित रोजगारीको एकल परिभाषा छैन । विभिन्न संघ संस्थाहरूले हरित सीप तथा हरित रोजगारीलाई संस्थाको अवधारणा, दृष्टिकोण, कार्य क्षेत्र, रुचिगत क्षेत्र, आदि अनुसार फरक-फरक रूपमा परिभाषित गरेको पाइन्छ । त्यसैगरी, रोजगारी (व्यवसाय) हरित हो या होईन भन्ने छुट्याउने पनि निश्चित सिमारेखा वा मापदण्ड छैन । आय-आर्जनका लागि गरिने विभिन्न क्रियाकलापहरू, उत्पादन प्रक्रियाहरू, उत्पादन वा सेवाहरूले वातावरणमा फरक-फरक असर पारेको हुन्छ । तिनीहरूको वातावरणीय असरलाई प्रत्यक्ष रूपमा वा सिधै मापन गर्न र कति असर गऱ्यो भनी तुलना गर्न पनि गाह्रो हुन्छ । हरित सीप वा हरित रोजगारीले वातावरणलाई कम असर गर्ने तथा वातावरणमा सकारात्मक सुधार ल्याउन सहयोग गर्दछ ।

यस पाठ्य सामग्रीले किशोरकिशोरी एवं यूवाहरूका लागि संस्थागत रूपमा हरित मानसिकता, हरित सीप तथा हरित रोजगारी सम्बन्धी परिभाषा, हरित रोजगारीका सिद्धान्त सम्बन्धी धारणाहरू प्रष्ट पार्दछ । यसबाट असमानता तथा विभेदीकरणका कारण अवसरहरूबाट बञ्चित बालबालिकाहरूको अधिकार तथा दीगो विकास लक्ष्यहरू (SDG) ८, १२ र १३ को प्राप्तिका लागि योगदान गर्दछ ।

दीगो विकास लक्ष्य १२, “दिगो उत्पादन तथा उपभोग”, हासिलका लागि बालबालिका तथा युवाहरूको सशक्तीकरण, विशेष गरी युवती तथा किशोरीहरूलाई दिगो तवरले उत्पादन प्रक्रियाहरू, उत्पादनहरू र/वा सेवामा सशक्त गरी अर्थतन्त्र सुधार गर्न सकिन्छ । यसबाट दिगो तवरले वस्तु उत्पादन तथा उपभोगमा अधिक सजग समाज निर्माण हुने र वातावरण मैत्री वस्तु उपभोग तथा सोही अनुसारको जीवनशैली छनोट गर्नेछन् ।

दीगो विकास लक्ष्य १३, “जलवायु परिवर्तन र यसका असरहरू विरुद्ध लड्न तत्काल कदम चाल्ने”, हासिल गर्न हरित रोजगारीले जलवायु परिवर्तनजन्य असरहरू न्यूनीकरण र समुदायहरूलाई जलवायु परिवर्तन अनुकूलित हुन मद्दत पुग्दछ । हरित सीप तथा हरित रोजगारीले लैङ्गिक बाधाअड्चनहरू न्यूनीकरण तथा अवसर र स्रोत साधनहरूमा समान पहुँच प्रवर्द्धन गर्ने अवसर समेत प्रदान गर्नेछ ।

यी सबै अवस्थालाई मनन् गरी १३ देखि २४ वर्ष उमेर समूहका जोखिम परिस्थितिका विद्यालय बाहिर र विद्यालयमा रहेका बालबालिका, किशोर-किशोरीहरू एवम् युवाहरूका लागि जीवन उपयोगी सीप, वित्तीय शिक्षा, यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य, खानेपानी तथा सरसफाई, लैङ्गिक समता, जलवायु परिवर्तन, हरित मानसिकता, अपाङ्गता सम्बन्धी ज्ञान, सीप र धारणा अभिवृद्धि गर्न यो तालिम निर्देशिका तयार गरिएको हो र ती विषय वस्तुहरूमा सहज बुझाइका लागि विभिन्न क्रियाकलाप र खेल सामग्री विकास

गरिएको छ । यो निर्देशिका विद्यालय तथा समुदाय स्तरमा किशोर-किशोरी तथा युवाहरूका लागि तालिम संचालन गर्ने सहजकर्ताहरूका निम्ति उपयोगी हुनेछ । तालिमको माध्यमबाट सहभागीहरूले आफ्नो सहज जीवनयापनका लागि आवश्यक विविध सीपहरूको उपयोगबाट व्यक्ति, परिवार र समाज परिवर्तनमा सहयोगी भूमिका खेल्न सक्नेछन् ।

यो सामग्री खास गरी सहजकर्ताहरूका लागि हो । यसका लागि सहजकर्ताहरूको २ दिने प्रशिक्षण सम्बन्धी तालिम सञ्चालन हुन्छ । उक्त तालिममा यस तालिम निर्देशिकामा भएका सबै विषय वस्तु र क्रियाकलापहरूमा अभ्यास गराइन्छ । यो तालिम निर्देशिकाको प्रयोग गरी सहजकर्ताहरूले १३ देखि १५ वर्ष उमेर समूहका विद्यालय गइरहेका किशोरकिशोरी तथा १६ देखि २४ बर्ष उमेर समूहका विद्यालय जादै नगएका वा विद्यालय गएर बीचैमा छाडेका किशोरकिशोरीहरू तथा युवाहरूलाई र सरोकारवाला निकायहरूलाई तालीम सञ्चालन गर्नका लागि पनि हो । यो निर्देशिका जीवन उपयोगी सीप सम्बन्धी किशोर-किशोरी तथा युवाहरूको क्षेत्रमा काम गर्ने व्यक्ति, संस्था, विद्यालय, समुदाय र अन्य निकायका लागि समेत उपयोगी हुने विश्वास राखिएको छ । यस तालिमको योजना यस प्रकार रहनेछ ।

हरित मानसिकता, हरित सीप, हरित रोजगारी तालिम योजना (दुई दिने)

मितिः २०८..../......./.......   स्थानः .... पालिका/स्थान, ...

दिन/समय	९:००–९:३०	९:३०–११:००	११:००–१२:३०	१२:३०–१:३०	१:३०–३:००	३:००–४:३०	४:३०–५:३०
पहिलो	परिचय, स्वागत, अपेक्षा संकलन, समूह गठन (व्यवस्थापन, प्रतिवेदन, मनोरञ्जन) तालिम नियम	१. जलवायू परिवर्तनः अवधारण, शब्दावली, कारण तथा असरहरू	२. मानवीय क्रियाकलापहरू एवं वातावरण बीचको सम्बन्ध	खाना	३. हरित मानसिकता, हरित सीप तथा हरित रोजगारीः अवधारणा र सिद्धान्त	४. हरित सीप तथा हरित रोजगारीको महत्व	५. हरित सीप तथा हरित रोजगारी र हरित सीपहरू को नक्साङ्कन, मस्तिष्क मन्थन तथा प्राथमिकीकरण
दोस्रो	अघिल्लो दिनको पुनरावलोकन	६. जलवायु मैत्री उपभोक्ता	७. स्वच्छ वातावरणीय कदम, केहि तरिका		८. मेरो वातावरण, मेरो जिम्मेवारी	९. वतावरण मैत्री समुदायको लागी हाम्रो प्रतिवद्धता (कार्ययोजना सहित)	कार्ययोजना तयारी, पुनरावलोकन एवं समापन

१. जलवायू परिवर्तनः अवधारणा, शब्दावली, कारण तथा असरहरू

१.१ जलवायू परिवर्तन अवधारण एवम् शब्दावली

परिचय	जलवायु परिवर्तन र मौसम परिवर्तन फरक फरक कुरा हुन् । दैनिक रूपमा पृथ्वीको वायुमण्डलमा आउने परिवर्तनलाई मौसम भनिन्छ । जस्तै घाम लाग्दा लाग्दै बादल लागेर शितल हुने, एकै छिनमा पानी पर्ने, हावा चल्ने इत्यादि । त्यही मौसमको लामो अवधिको (लगभग ३० वर्ष औसत) अवस्थालाई जलवायु भनिन्छ । जस्तैः हिउँद याममा जाडो हुनु, वर्षात याममा बढी वा कम पानी पर्नु, गर्मी याममा बढी गर्मी हुनु आदि । जलवायु संकटका कारण हरेक क्षेत्रमा मानिसहरूले विभिन्न असरहरू भोग्नु परिरहेको छ ।
उद्देश्य	✓ मौसम र जलवायुको फरक छुट्याउन सक्नुहुनेछ । ✓ जलवायु परिवर्तनको अवधारण बुझ्नुहुनेछ ।
सीप	आत्मजागरण सीप
सामग्री	हरितगृह ग्यासका कारण पृथ्वी तातेको अवस्था प्रष्ट्याउने चित्र (कार्यपाना १), न्यूजप्रीन्ट, कलम ।
समय	४५ मिनेट
प्रक्रिया	**जलवायु परिवर्तनको अवधारण** (१) सहभागीलाई आजको मौसम कस्तो छ भनी शुरुवात् गर्नुहोस् । सहभागीहरूबाट आएका उत्तरहरूलाई टिपोट गर्दै जानुहोस् । (२) मौसम र जलवायुमा फरक के छ भनी सोध्नुहोस्, छलफल गर्न समय दिनुहोस् । (३) सहभागीहरूबाट आएका तर्कहरूलाई समेट्दै जलवायु र मौसमको फरक बताउनु होस् । (४) जलवायु परिवर्तनको Act now Save Later भिडियो देखाउने र छलफल गर्ने । (यो भिडियो हेर्नलाई गुगल खोल्ने । Youtube मा थिच्ने । Search मा गएर Act now save later टाइप गरी खोल्ने । यसलाई मोबाइलबाट पनि माथिको तरिका अपनाएर खोल्ने र डाउनलोड गरेर राख्ने । डाटाकेबलको सहायताबाट स्मार्ट टिभीमा जोडेर पनि देखाउन सकिन्छ ।) (५) भिडियोमा के के देखियो भन्न लगाउनुहोस् ।

	(६) जलवायु परिवर्तन कसरी भइरहेछ भनी प्रश्न गर्नुहोस्, छलफल गर्नुहोस् । (७) सहभागीहरूलाई के उहाँहरू जाडो मौसममा कहिल्यै प्लाष्टिक घरभित्र छिर्नुभएको छ ? भनी सोध्नुहोस् र अनुभव भन्न लगाउनुहोस् । प्लाष्टिक घरभित्र तातो हुनुको कारण पहिल्याउन लगाउनुहोस् । (८) पृथ्वी तात्दै गइरहेको बुझाउन हरित गृह ग्यास र ताप परावर्तन प्रक्रियाबारे बुझाउन **कार्यपाना १** को चित्र देखाउँदै बताउनुहोस् । आवश्यक भएमा परावर्तन देखाउन न्यूजपेपरमा चित्राङ्कन गर्दै देखाउनुहोस् । (९) जलवायु परिवर्तनका केही शब्दावलीहरू र तिनीहरूको अर्थ टुक्रा बनाएर ल्याउनुहोस् र सदस्यहरूलाई ती टुक्रा छनौट गर्न लगाउनुहोस् । शब्दको अर्थ मिल्ने जोडी बनाउन लगाउनुहोस् । ती जोडीलाई शब्दावलीको अर्थ बताउन लगाउनुहोस् । आवश्यकतानुसार जलवायु सम्बन्धी शब्दावलीहरू बारे प्रष्ट पार्नुहोस् ।
मुख्य सन्देश	पृथ्वीको तापक्रम दिनानुदिन बढिरहेको छ । हावामा पानीको बाफ, कार्बन-डाइअक्साइड ग्यास, मिथेन र अन्य ग्यासहरूको उपस्थितिले गर्दा पृथ्वीको सतहको तापक्रम बृद्धि भइरहेको छ र यसलाई हरितगृह प्रभाव भनिन्छ । हरितगृह प्रभावले गर्दा पृथ्वीको औसत तापमानमा दीर्घकालीन रूपमा परिवर्तन भएको छ, जसलाई हामी जलवायु परिवर्तन भन्दछौं । पृथ्वीको सतहमा बस्ने सबै जीवित प्राणीहरूको दैनिक जीवनमा जलवायु परिवर्तनले प्रभाव पारेको छ । अनपेक्षित वर्षा, आँधीबेहरी, लू, शीतलहर आदि जलवायु परिवर्तनले निम्त्याएका परिणाम हुन् ।

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

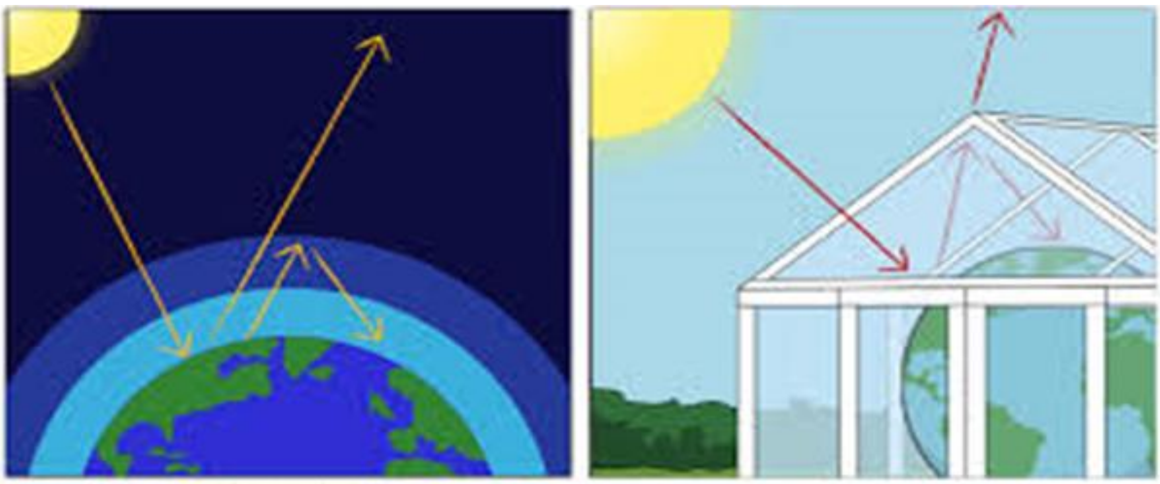
सत्र सञ्चालनका लागि आवश्यक सन्दर्भ सामग्री तयार गर्नुहोस् एवं तालिम सञ्चालन पूर्व सन्दर्भ सामग्री अध्ययन गर्नुहोस् ।

सहजकर्ताका लागि सन्दर्भ सामग्री

शब्दावली	अर्थ
मौसम (Weather)	कुनै सानो भू-भाग वा स्थानको वायुमण्डलमा छिनछिन वा दैनिक रूपमा रहेको परिवर्तनशील वातावरणीय अवस्थालाई मौसम भनिन्छ । मौसमको अवयव रूपमा दैनिक तापक्रम, सूर्योदय, वायु (हावा) को गति, वर्षातलाई लिने गरिन्छ । सानो भूगोलको मौसममा छिनछिनमा वा दैनिक रूपमा हुने परिवर्तनलाई मौसम परिवर्तन भनिन्छ ।
जलवायु (Climate)	जलवायुलाई सामान्यतया मौसमको औसत अवस्थाको रूपमा लिने गरिन्छ । गहन रूपमा भन्नु पर्दा केही वर्ष (कम्तिमा ३० वर्षको तापक्रम, वर्षा, हावाको गति आदि जस्ता मौसमी तथ्याङ्क विवरणको आधारमा निकालिएको औसत तथा भिन्नता (Variability) को परिमाण नै जलवायु हो । जस्तै नेपालगञ्जको हावापानी उष्ण र सुख्खा छ ।

शब्दावली	अर्थ
	हावापानीको दीर्घकालीन अवस्था वा चरित्रलाई जलवायु भन्ने गरिन्छ । जलवायुको अवस्था प्राय: स्थिर रहन्छ । जस्तै अघिल्लो वर्षको पुष महिना र यस वर्षको पुष महिनामा जाडो वा तापक्रम उस्तै रहन्छ । त्यसैगरी अघिल्लो वर्षको वर्षात र यस वर्षको वर्षातको मात्रा प्राय: उस्तै रहन्छ । कुनै पनि क्षेत्रमा हुने मौसमको औषत अवस्थालाई जलवायु भनिन्छ ।
जलवायु परिवर्तन (Climate Change)	कुनै पनि ठाउँमा लामो समयसम्म औसत वर्षा र तापक्रममा आएको परिवर्तनलाई जलवायु परिवर्तन भनिन्छ तर यस्तो परिवर्तन दशकौं वा सय वर्षभन्दा बढीको अवधिमा भएको हुनु पर्दछ । जाडो, गर्मी, वर्षा आदि अनुभव गराउने ऋतु तथा महिनाको चरित्र र विशेषता उस्तै रहन्छ । यस्तो विशेषता सयौं हजारौं वर्ष देखि उस्तै रहदै आएको हुन्छ । उस्तै नरहेर फरक भएमा जलवायु परिवर्तन भन्दछौ ।
हरित गृह ग्याँस (Green House Gas)	जुन ग्याँस गएर पृथ्वीको माथिल्लो तहमा बसी हरितगृह प्रभाव पार्दछन्, ती नै हरित गृह ग्याँस हुन् । जस्तै: कार्बनडाइअक्साईड, मिथेन, नाइट्रस अक्साइड, आदि ।
विश्व उष्वीकरण (Global Warming)	वायुमण्डलमा हरितगृह ग्याँसको मात्रा बढ्दै जाँदा पृथ्वीको तापक्रम बढिरहेको छ र यसले दिन प्रतिदिन गर्मी बढ्दै गइरहेको छ । यसै प्रक्रियालाई विश्व उष्णीकरण भनिन्छ ।
अनुकूलन (Adaptation)	परिवर्तित जलवायुमा आफ्नो र समुदायको जीवनयापन सहज र सुलभ बनाउन त्यही अनुसार गरिने विभिन्न क्रियाकलाप तथा कार्यक्रम नै अनुकूलन हो ।
अल्पीकरण (Mitigation)	वायुमण्डलमा रहेको हरितगृह ग्यासको मात्रा वा अनुपातमा कमी ल्याउने र हरितगृह ग्यास सोस्ने प्रक्रिया अथवा प्रविधिलाई न्यूनीकरण भनिन्छ ।

कार्यपाना: १ (हरितगृह ग्यासका कारण पृथ्वी तातेको अवस्था प्रष्ट्याउने चित्र)



१.२ जलवायु परिवर्तनका कारणहरू तथा असरहरू

परिचय	सहभागीहरूलाई जलवायु परिवर्तनका प्रमुख कारणहरू पहिचान गर्न तथा यसको असरहरू बुझाउने उद्देश्यले यो सेसन राखिएको हो । यस सत्र पश्चात सहभागीहरूलाई जलवायु परिवर्तनका कारणहरूलाई महसूस गर्दै यसले आफू तथा समुदायमा परेका असरहरू जान्न सहयेग पुग्नेछ ।
उद्देश्य	✓ किशोर-किशोरी एवं युवाहरूले जलवायु परिवर्तनका कारणहरू जान्नु हुनेछ । ✓ जलवायु परिवर्तनका कारण हुने प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष प्रभावहरूका बारेमा बुझ्नुहुनेछ ।
सीप	सृजनात्मक सोचाई सीप
सामग्री	मेटाकार्ड, मार्कर, न्यूजप्रीन्ट, **कार्यपाना २**
समय	४५ मिनेट
प्रक्रिया	✍ समूह कार्यका लागि सहभागीहरूलाई सात समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । लेखपढ गर्न सक्ने व्यक्तिहरूसहितको समावेशी समूह बनाउन प्रेरित गर्नुहोस् । ✍ जलवायु परिवर्तनका मानवीय कारण, प्राकृतिक कारण, कृषि क्षेत्रमा पारेको असर, स्वास्थ्यमा परेको असर, विपद्का असर, जलस्रोतमा असर, जैविक विविधमा असरहरूबारे छलफल गर्ने कुरा प्रष्ट गर्दै सहभागीहरूलाई आवश्यक मेटाकार्ड एवं मार्करहरू प्रदान गर्नुहोस् । ✍ जलवायु परिवर्तनले विश्वमा पारेका असरहरू र नेपालमा पारेका असरहरू पहिचान गर्न लगाउनुहोस् । ✍ समूहकार्य तथा प्रस्तुतीकरणका लागि १५ मिनेट समय दिनुहोस् । ✍ सहभागीहरूले समूहकार्यबाट ल्याएका जलवायु परिवर्तनका कारण एवं असरहरूलाई समेट्दै सहजकर्ताका लागि प्रदान गरिएको **कार्यपाना २** प्रयोग गर्दै प्रष्ट पार्नुहोस् । सहभागीहरूलाई बुँदा पढ्ने र सहजकर्ताले त्यसलाई स्पष्ट गर्दै जानुहोस् ।

Save the Children

	✍ The Dinosaur Film with Neer Shah यो भिडियो देखाउनुहोस् । (यो भिडियो हेर्नलाई गुगल खोल्ने । Youtube मा थिच्ने । Seach मा गएर The Dinosaur Film with Neer Shah टाइप गरी खोल्ने । यसलाई मोबाइलबाट पनि माथिको तरिका अपनाएर खोल्ने र डाउनलोड गरेर राख्ने । यो भिडियोले के सन्देश दिन खोजेको हो ? भनी छलफल गर्ने । यो वृत्तचित्र हेरेर हामीले के-के कुरामा ध्यान दिनु पर्ला ? भनी सहभागीबाट विचार लिनुहोस् र यसको भाव सुनाउनुहोस् । ✍ कोही सहभागीबाट नयाँ विचारहरू रहेमा सोध्नुहोस् र प्रष्ट पार्नुहोस् ।
मुख्य सन्देश	जलवायु परिवर्तन धेरै कारणहरूले हुन्छन् र यसले हाम्रो जीवन र जीविकोपार्जनमा प्रत्यक्ष र अप्रत्यक्ष प्रभाव पर्दछ । जलवायु परिवर्तनका कारणहरू पहिचान गरी सोको समाधानमा लागेमा जलवायु परिवर्तनका कारण हुने असरबाट जोगिन सक्छौं ।

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

सत्र सञ्चालनका लागि आवश्यक सन्दर्भ सामग्री तयार गर्नुहोस् एवं तालिम सञ्चालन पूर्व सन्दर्भ सामग्री अध्ययन गर्नुहोस् ।

कार्यपाना २ : जलवायु परिवर्तनका कारण एवम् असरहरू

(क) जलवायु परिवर्तनका कारणहरू

प्राकृतिक कारण	मानवीय कारण
• जलवायुमा प्रभाव पार्ने तत्व • सूर्यबाट उत्पन्न ताप तथा प्रकाश • ताराबाट उत्पन्न धूलोका कण • वायुमण्डलमा हुने रासायनिक प्रतिक्रिया • वायुमण्डलमा हुने परावर्तन • भू तथा जलसतहबाट हुने परावर्तन • समुन्द्र र वायुमण्डलबीच तापीय अन्तरक्रिया • चलायमान रहेका द्वीप तथा महादेशमा बिचलन • पर्वतको उत्पत्ति तथा उचाईमा वृद्धि • ज्वालामुखीबाट उत्पन्न प्रदूषण	• वन विनाश तथा मानवीय क्रियाकलापबाट उत्पन्न प्रदूषित ग्याँस • उद्योग कलकारखानाबाट उत्सर्जित ग्याँस • सवारी साधनबाट उत्सर्जित ग्याँस • काठ, दाउरा तथा जैविक पिण्डको जलनबाट उत्सर्जित ग्याँस • विकास निर्माण • औद्योगिक विकासका कारण कार्बनडाइअक्साइड,नाइट्रस अक्साइड, हाइड्रोफ्लोरो कार्वन, मिथेन, • डढेलो, खडेरी • गलत उपयोग वा प्रयोग: रासायनिक मल, कीटनाशक औषधिको प्रयोग, गोबरको गुँइठा बाल्नु • विलासिताका सामग्री : टीभी, पङ्खा, फ्रीज..

(ख) जलवायु परिवर्तनका असरहरू

- हिमालको हिउँ छिटो-छिटो पग्लिदै जानु ।
- पानी पर्ने समय, मात्रा र अन्तरालमा भइरहेको परिवर्तन ।
- तापक्रममा भइरहेको वृद्धिले अतिवृष्टि र अनावृष्टि ।
- पहाड र हिमाली क्षेत्रमा समेत लामखुट्टेको प्रकोप देखिने ।
- जलवायु परिवर्तन भइरहेको बारेमा हामीले विभिन्न घटनाक्रमहरूबाट ठम्याउन सक्दछौं: जस्तैः पहिले-पहिले लगाइने गरेका बाली आजकल लगाउँदा उत्पादन नहुने या कम हुने, उच्च पहाडी र हिमाली क्षेत्रमा रहेका घाँसे मैदान मरुभूमीकरण हुँदै जानु ।

नेपालमा भोगिएका असरहरू

कृषि क्षेत्रमा पर्ने असर	विपद्का असर
• पानी पर्ने समयमा फेरबदल र मौसममा गडबडी हुँदा खेती लगाउन समस्या । • भू-क्षय र बाढी पहिरोका घटना बढ्नाले माटोको उर्बरा शक्ति एवम् कृषि उत्पादनमा ह्रास । • नयाँ खालका किटाणु तथा रोगव्याधि निस्किएर बाली नालीलाई क्षति । • खडेरी एवम् पानीको मुहान सुकेर सिचाइँको कमी हुनु ।	• पहाडमा भेल आएर पहिरो खस्नु, नदी तट बगाएर भूक्षय । • तराईमा खेत बस्ती डुबान, नदीको धार बदलिएर हुने बाढी, नदी तटीय क्षेत्रमा कटान र खडेरी जस्ता विपद्मा वृद्धि । • हिमालमा हिउँ पग्लिने क्रममा वृद्धि, यसले गर्दा हिमताल विष्फोट हुने र तल्लो भेगमा व्यापक जनधनको क्षति । • असामान्य खडेरीजस्ता प्रकोपहरूमा वृद्धि ।
जनस्वास्थ्यमा पर्ने असर	**जलस्रोतमा असर**
• बढ्दो तातोपनाको कारण झाडापखाला, लामखुट्टेबाट सर्ने रोग लगायत अन्य रोगहरूमा वृद्धि । • बाढीपहिरोका घटनाहरूको बेला शुद्ध पिउने पानीको अभावले पानीजन्य रोगको प्रकोप । • किशोरीहरूमा चाँडो महिनावारी हुने तथा महिनावारीमा चाँडो फेरवदल । • श्वासप्रश्वास सम्बन्धी रोगव्याधीमा वृद्धि ।	• हिमाली भेगमा तीव्र गतिमा हिउँ पग्लिदा हिमालबाट शुरु हुने नदीहरूमा बाढी । जस्तैः वर्षे नदी बन्ने सम्भावना छ । • खानेपानीको आपूर्ति तथा सिंचाईका लागि पानीको अभाव । • जलविद्युत उत्पादनमा कमी र यसले देशको ऊर्जामा सङ्कट अझ बढाउने ।
जैविक विविधतामा असर • परिवर्तित जलवायुअनुसार आफूलाई ढाल्न नसक्दा रुखबिरुवा तथा जीवजन्तु लोप हुने गरेको । • वनको विनाश बढ्दा वन्यजन्तु तथा वनस्पतिको प्राकृतिक बासस्थानमा असर ।	

२. मानव क्रियाकलापहरू एवम् वातावरणबीचको सम्बन्ध

<table>
<tr><td>परिचय</td><td>यो क्रियाकलापले हामीलाई प्राकृतिक वातावरण र मानव क्रियाकलापहरूको सम्बन्धमा जानकारी प्रदान गर्दछ । यस पृथ्वीमा जीवनको तब मात्र सम्भव छ, जब हामीसँग प्राकृतिक वातावरण हुनेछ । तर अहिले प्राकृतिक वातावरण उच्च जोखिममा रहेको छ । हरित सीप र हरित रोजगारीले वातावरणमैत्री समाज निर्माण गर्न ज्ञान, सीप प्रदान गरी व्यवहारमा परिवर्तन गर्न सक्षम बनाउँदछ ।
<table>
<tr><th>प्राकृतिक वातावरणको योगदान</th><th>मानवको प्राकृतिक वातावरणमा प्रभाव</th></tr>
<tr><td>स्वच्छ जलवायु</td><td>शहर वा बस्ती निर्माण</td></tr>
<tr><td>पानीको उपलब्धत</td><td>इन्धनको लागि वन फडानी</td></tr>
<tr><td>बासस्थान</td><td>जलाशय प्रदुषण</td></tr>
<tr><td>वनस्पतिको लागि माटो</td><td>पेट्रोलियम पदार्थको प्रयोग</td></tr>
<tr><td>खानाको उपलब्धता</td><td>जनसंख्या बृद्धि</td></tr>
</table>
</td></tr>
<tr><td>उद्देश्य</td><td>✓ प्राकृतिक वातावरण र मानव क्रियाकलापहरूको अन्तरनिहित सम्बन्धको बारेमा जानकारी प्रदान गर्नेछ ।</td></tr>
<tr><td>सीप</td><td>• समस्या समाधान गर्ने सीप</td></tr>
<tr><td>सामग्री</td><td>कार्यपाना: ३, मेटाकार्ड, मार्कर, टेप, न्युजप्रीन्ट</td></tr>
<tr><td>समय</td><td>६० मीनेट</td></tr>
<tr><td>प्रक्रिया</td><td>✍ सहभागीहरूलाई प्राकृतिक वातावरण र मानव क्रियाकलापहरूको सम्बन्धमा के कस्ता जानकारी रहेको छ भनेर सोध्नुहोस् ।
✍ हामीलाई प्राकृतिक वातावरण र मानव क्रियाकलापहरूको सम्बन्ध किन आवश्यक छन् भनेर सोध्नुहोस् । सहभागीले भनेका बुँदाहरूलाई न्यूजप्रीन्टमा टिप्दै जानुहोस् ।
✍ सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई धनीरामको लघुकथा प्रीन्ट गरेर दिनुहोस् र प्रत्येक समूहलाई पालैपालो कथा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।
✍ कथामा रहेको विषयवस्तुमा छलफल गरे पश्चात प्राकृतिक वातावरण र मानव क्रियाकलापहरूको अन्तरसम्बन्ध र महत्व साथै असरहरूको बारेमा प्रष्ट पार्नुहोस् ।</td></tr>
</table>

	✍ सहभागीहरूलाई धनीरामको लघुकथाको मूल सन्देश भन्न लगाउनुहोस् । ✍ समूहमा रहेका सहभागीहरूलाई **कार्यपाना ३** मा रहेको हरित रोजगारी र हरित सीपहरू सम्बन्धी हाजिरी जवाफका प्रश्नहरू सोधर, छलफल गराउदै प्रष्ट पार्नुहोस् ।
मुख्य सन्देश	प्राकृतिक वातावरण र मानव क्रियाकलापहरूका अन्तरनिहित सम्बन्धका बारेमा बोध हुनेछ साथै रोजगारी र हरित सीपहरूको प्रयोग गर्न सहज हुनेछ ।

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

यो क्रियाकलाप/सत्र सञ्चालन गर्नुभन्दा पहिले सहजकर्ताले पाठ्य सामग्री तथा सत्र सञ्चालनका लागि आवश्यक कार्यपानाहरू अध्ययन गर्नुपर्नेछ । लेखपढ गर्न नसक्ने सहभागीहरूलाई मेटाकार्डमा लेखिएको बुँदाहरू पढेर सुनाउनुहोस् ।

धनीरामको कथा

कार्यपाना ३

एउटा गाउँमा धनीराम नाम गरेका धनी व्यक्ति बस्दथे । उनीसँग ठूलो आँपको बगैंचा थियो साथै उनी आँपको जाम बनाएर बिक्री गरी पैंसा कमाउने गर्दथे । आँपको जाम बनाउन दाउराको चुल्हो प्रयोग गर्दथे । धनीराम यातायातको लागि व्यक्तिगत कार प्रयोग गर्दथे, जसले धेरै धुवाँ निकाल्दथ्यो । दाउराको चुल्हो र कारबाट निस्कने धुवाँले वातावरणलाई निकै प्रदुषण वा नोक्सान गरिरहेको थियो ।

समुदायका मानिसहरू बिजुलीको चुल्हो प्रयोग गर्न र कार मर्मत गरी कम धुवाँ फाल्ने बनाउन सल्लाह दिने गर्दथे तर उनी कसैको कुरा सुन्दैनथे ।

एक दिन चन्दनले धनीरामलाई सम्झाउने उद्देश्यले रुखहरू नकाट्न सल्लाह दिए तर धनीरामले म एक जनाले रुख काटेर वातावरणमा फरक पर्दैन भनेर कुरै सुनेनन् । चन्दनलाई धनीरामको बानी परिवर्तनको लागि सोच्न बाध्य बनायो । भोलिपल्टदेखि प्रत्येक दिन घरमा निस्कने फोहर धनीरामको बगैंचामा थुपार्न थाले, दुई महिनापछि बगैचामा फोहरको ठूलो थुप्रो जम्मा भइसकेको थियो । बगैचामा फोहोरको मात्रा देखेपछि धनीराम अलमल परे साथै चन्दनले फोहर जम्मा गरेको देखे, अनि मेरो बगैंचामा किन फोहर राखेको भनि प्रश्न गरे, चन्दनले भने, यो फोहरले बगैंचालाई केही फरक पर्दैन, रुखहरू राम्रो छन् । तर धनीराम सहमत भएनन् र यसले माटो नोक्सान हुन्छ अनि फल लाग्दैन भनेर जिकिर गरे ।

चन्दनले धनीरामलाई सम्झाउँदै भने, जसरी दाउराको चुल्हो र कारको धुवाँले वातावरण प्रदुषण गरी समुदायमा बिमारी फैलिनेछ, नोक्सान हुनेछ, त्यस्तै आँपको बगैचालाई पनि नोक्सान हुनेछ ।

धनीरामको आँखा खुल्यो, दाउराको चुल्होको ठाउँमा बिजुली चुल्लो आयो साथै कार मर्मत गरी धुवाँ कम भयो । चन्दनले पनि फोहर फाल्न बन्द गर्नुभयो ।

हरित रोजगारी र हरित सीपहरू सम्बन्धी हाजिरी जवाफ

कार्यपाना ४

१.	पृथ्वीमा पानीले ढाकेको क्षेत्र कति प्रतिशत रहेको छ ?	७१%
२.	हावामा कति प्रतिशत अक्सिजन रहेको छ ?	२१%
३.	कति प्रतिशत मोवाइल फोन पुनः प्रयोग गर्न सकिन्छ ?	९०%
४.	सिसाको बोत्तल जन्य पदार्थ तथा पलास्टिक जन्य पदार्थ कुहिन कति-कति समय लाग्दछ ?	४००० बर्ष र १००० बर्ष
५.	१०० केजी कागजको पुनः प्रयोग गर्नाले कति रुखहरू बचाउन सकिन्छ ?	१७ रुखहरू
६.	पहिरो जानाको मुख्य कारण के हो ?	बन फडानी वा रुख काटने
७.	संसारमा जमिन रहेको क्षेत्रको कति प्रतिशत जंगलले ढाकेको छ ?	३०%
८.	एक व्यक्तिको अक्सिजनको लागि कति रुखहरूले अक्सिजन दिनु पर्दछ ?	४ रुखहरू
९.	संसारमा सबै भन्दा धेरै हरित गृह ग्यास उत्पादन गर्ने देश कुन हो ?	चाइना
१०.	सबैभन्दा धेरै ध्वनि प्रदुषण हुने माध्यम के हो तथा यातायात वा सवारी साधनले कति प्रतिशत वायु प्रदुषण गर्दछ ?	जेट जहाज र १४%

श्रोतः गुगल सर्च

तालिम संचालनका निमित्त सहयोगी पाठ्य सामग्रीहरू

हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको महत्व तथा फाइदाहरू

- ✓ हरित सीप वा हरित रोजगारीले वातावरणलाई कम असर गर्ने तथा वातावरणमा सकारात्मक सुधार ल्याउन सहयोग गर्नेछ ।
- ✓ हरित रोजगारी र हरित सीपहरूले "दिगो उत्पादन तथा उपभोग" हासिलका लागि दिगो तवरले वस्तु उत्पादन तथा उपभोगमा वातावरण मैत्री वस्तु उपभोग तथा सोही अनुसारको जीवनशैली छनोट गर्न सहयोग गर्नेछ ।
- ✓ हरित रोजगारी र हरित सीपहरूले जलवायु परिवर्तन जन्य असरहरू न्यूनीकरण र समुदायहरूलाई जलवायु परिवर्तन अनुकूलित हुन सहयोग गर्नेछ ।
- ✓ हरित रोजगारी र हरित सीपहरूले हरित गृह ग्यास उत्सर्जनमा कमि गर्ने क्षमताको विकास गर्नेछ ।
- ✓ हरित रोजगारी र हरित सीपहरूले कार्बनरहित अर्थतन्त्रमा सहयोग गर्नेछ ।

- ✓ हरित रोजगारी र हरित सीपहरूले उत्थानशील क्षमता विकास तथा आर्थिक अवसरहरूको निर्माणमा सहयोग गर्नेछ ।
- ✓ प्रदुषण तथा फोहर उत्पादन कम गराउने व्यवहारहरू सिकाउनेछ । कार्बन फुटप्रीन्टमा कमि ल्याउन सहयोग गर्नेछ ।
- ✓ नवीकरणीय ऊर्जा प्रयोगबाट हुने फाइदाहरूको बारेमा जानकारी प्रदान गर्नेछ ।

मानव क्रियाकलापहरू र प्राकृतिक वातावरणबीचको अन्तरसम्बन्ध

यो क्रियाकलापले हामीलाई प्राकृतिक वातावरण र मानव क्रियाकलापहरूको सम्बन्धमा जानकारी प्रदान गर्दछ । यस पृथ्वीमा जीवनको तब मात्र सम्भव छ, जब हामीसँग प्राकृतिक वातावरण हुनेछ । तर अहिले प्राकृतिक वातावरण उच्च जोखिममा रहेको छ । हरित सीप र हरित रोजगारीले वातावरणमैत्री समाज निर्माण गर्न ज्ञान, सीप प्रदान गरी व्यवहारमा परिवर्तन गर्न सक्षम बनाउँदछ ।

प्राकृतिक वातावरणको योगदान

- स्वच्छ जलवायु
- पानीको उपलब्धता
- बासस्थान
- वनस्पतिको लागि माटो
- खानाको उपलब्धता

मानवको प्राकृतिक वातावरणमा प्रभाव

- शहर वा बस्ति निर्माण्
- इन्धनको लागि वन फडानी
- जलाशय प्रदुषण
- पेट्रोलियम पदार्थको प्रयोग
- जनसंख्या बृद्धि

वातावरण प्रदुषणका केही तस्बिरहरू

Save the Children

३. हरित मानसिकता, हरित सीप र हरित रोजगारीको अवधारणा

परिचय	हरित मासिकता, हरित सीप वा हरित रोजगारी दिगो विकास लक्ष्य (लक्ष्य ८: मर्यादित रोजगार, लक्ष्य १२: दिगो उत्पादन तथा उपभोग, र लक्ष्य १३: दिगो उत्पादन तथा उपभोग) हरू प्राप्तिका अत्यन्त निकट विकल्पहरू हुन् । विभिन्न संघ संस्थाहरूले हरित सीप तथा हरित रोजगारीलाई संस्थाको अवधारणा, दृष्टिकोण, कार्य क्षेत्र, रुचिगत क्षेत्र आदि अनुसार फरक-फरक रूपमा परिभाषित गरेको पाइन्छ । त्यसैगरी, रोजगारी (व्यवसाय) हरित हो या होइन भन्ने छुट्याउने पनि निश्चित सिमारेखा वा मापदण्ड छैन । आय-आर्जनका लागि गरिने विभिन्न क्रियाकलापहरू, उत्पादन प्रक्रियाहरू, उत्पादन वा सेवाहरूले वातावरणमा फरक-फरक असर पारेको हुन्छ । रोजगारीका लागि विभिन्न किसिमका हस्तान्तरणीय वा प्राविधिक सीपहरू आवश्यक हुन्छ । आफू, सम्बन्धित व्यवसाय, उद्यम, तथा सार्वजनिक संघ संस्थाहरूले वातावरण तथा जलवायु केन्द्रित गरी गरिने व्यवहार, नीति नियम तथा जीवनशैली हरित मानसिकता हो ।
उद्देश्य	✓ सहभागीहरू हरित सीप तथा हरित रोजगारीको बारेमा जानकार हुनेछन् । ✓ किशोर-किशोरीहरूले बृद्धिमतापूर्वक हरित सीप तथा हरित रोजगारीहरू छनौट गर्न सक्नेछन् । ✓ किशोर-किशोरी एवं यूवाहरूले हरित मानसिकतालाई व्यक्तिगत, सम्बन्धित संघ संस्थामा लागू गर्नेछन्, साथै सार्वजनिक निकायमा सोही अनुसार गर्न पैरवी गर्नेछन् ।
सीप	आत्मजागरण सीप, निर्णय गर्ने सीप, सृजनात्मक सोचाई सीप
सामग्री	न्युजप्रिन्ट पेपर, ग्लुस्टिक, कैची, मार्कर, मेटाकार्ड, कार्यपाना ४, ५, ६, ७
समय	६० मिनेट
प्रक्रिया	✍ सहभागीहरूलाई आवश्यकता अनुसारको समूह विभाजन गर्ने । ✍ सहभागीहरूलाई हरित मानसिकता, हरित सीप र हरित रोजगारी केलाई भनिन्छ भनि सोध्नुहोस् र मेटाकार्डमा लेख्न लगाई छलफल गराउनुहोस् । ✍ छलफलबाट आएको निष्कर्षलाई सबै सहभागीहरूबीच प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । ✍ **कार्यपाना ...,** न्यूज प्रीन्टमा लेखि हरित मानसिकता सम्बन्धी अवधारणाहरू सहभागीहरूलाई पढ्न लगाउनुहोस् । उदाहरण दिएर स्पष्ट गर्नुहोस् ।

	✍ **कार्यपाना** ... न्यूज प्रीन्टमा लेखी हरित सीपसम्बन्धी अवधारणाहरू सहभागीहरूलाई पढ्न लगाउनुहोस् । ✍ सोही न्यूज प्रीन्टमा लेखिएको विविध हरित सीपहरू सहभागीहरूलाई पढ्न लगाउनुहोस् । सदोहारण प्रष्ट गर्नुहोस् । ✍ **कार्यपाना** ..., न्यूज प्रीन्टमा लेखि हरित रोजगार सम्बन्धी अवधारणाहरू सहभागीहरूलाई पढ्न लगाउनुहोस् । ✍ सोही न्यूज प्रीन्टमा लेखिएका हरित रोजगारीका सिद्धान्तहरू एक एक गर्दै सहभागीहरूलाई उदाहरण दिदै प्रष्ट गर्नुहोस् । ✍ **कार्यपाना** ... मा दिइएका हरित र गैरहरित रोजगारीहरू सोध्दै सहभागीहरूलाई कुन रोजगारी कुन वर्गमा पर्दछ सोध्नुहोस् । मिलाएमा श्याबासी दिनुहोस् । ✍ सहजकर्ताले माथि दिइएका सम्पूर्ण सीप तथा हरित रोजगारीहरू के कारणले गर्दा हरित रोजगारी हुन र के कारणले गैर हरित रोजगारी हुन् प्रष्ट पार्नुहोस् ✍ विभिन्न किसमका हरित सीपहरू एवं हरित रोजगारीको दिगोपनाका तीन आयामहरू बुँदागत रूपमा प्रष्ट गर्नुहोस् । ✍ स्थानीय स्तरमा सम्भावित हरित सीप तथा रोजगारीहरूको सूची बनाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । ✍ हरित सीप तथा हरित रोजगारीबाट दिगो विकास लक्ष्य ८, दिगो विकास लक्ष्य १२ तथा दिगो विकास लक्ष्य १३ हासिल गर्न मद्दत पुग्दछ भन्ने सन्देश सहित संक्षेपिकरण गर्नुहोस् ।
मुख्य सन्देश	सहभागीहरूले वातावरणमा सकारात्मक प्रभाव पार्ने वा नकारात्मक असर हुन नदिने र जलवायु परिवर्तन अनुकूलनमा मद्दत गर्ने सीप तथा अवसरहरूको पहिचान गरी व्यवहारमा लागु गर्ने सन्देश यस सत्रबाट प्रदान हुन्छ । त्यसैगरि हरित मानसिकताबाट वातावतरण तथा जलवायु सम्बन्धी ज्ञान, यसका असरहरू पहिचान एवं विश्लेषण र व्यक्ति, व्यवसाय, एवं सार्वजनिक संस्थाबाट गरिने प्रयासका कार्यहरू सिक्नेछन् । हरित व्यवसायको महत्व जान्नेछन् ।

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

यो क्रियाकलाप सञ्चालन गर्दा सहजकर्ताले पूर्व तयारी गरी शेसन सञ्चालन गनुपर्नेछ । लेखपढ गर्न नसक्ने सहभागीहरूलाई बुझ्ने तरिकाले चित्र, वा मौखिक विधिबाट सहजीकरण गनुपर्नेछ । हरित रोजगारी, हरित सीपहरू एवं दिगो हरित रोजगारीका तीन आयामहरू (वातावरणीय- जलवायु समेत, आर्थिक एवं सामाजिक) न्यूजप्रीन्टमा लेखेर लैजानुहोस् र प्रष्ट पार्नका लागि तयारी गर्नुहोस् ।

कार्यपाना ४: हरित मानसिकता

- यूवा तथा किशोर-किशोरीहरूले जलावायु परिवर्तन तथा वातावरण संरक्षणका बारेमा ज्ञान तथा सीप हासिल गर्नु, समस्याहरू पहिचान गर्नु, ती समस्याहरूको निराकरणका लागि व्यक्ति

स्वयं, संलग्न व्यवसाय, तथा सार्वजनिक सेवा प्रदायकहरूबाट गरिने कार्यहरू सबै हरित मानसिकता हो ।

- यसबाट उनीहरूले आफ्नौ देनिक जीनमा साना कार्यहरू सुरुवात गरी वातावरणमा हुने ठूलो असर न्यून गर्दछन् । हरित मानसिकता भएका सबैले यस पुस्ताका लागि समृद्ध, स्वस्थ, विविधतायुक्त र उत्थानसिल समुदाय निर्माणमा सहयोग पुग्दछ ।
- यूवा एवं किशोर-किशोरीहरूले आफ्नो भविष्य र आफ्नो समुदायको भविष्यका लागि दिगो विश्व सिर्जना गर्न उत्प्रेरित हुन्छन् ।
- हरित मानसिकताले यूवाहरूलाई उनीहरूको दैनिक जीवनमा दिगो उपभोगको अभ्यास गर्न र वातावरणीय स्थिरतामा योगदान नगर्ने रोजगारीका सट्टा हरित रोजगारीमा संलग्न हुन प्रेरित गर्दछ
- यसका अतिरिक्त युवाहरू दिगो परिवर्तनका लागि पैरवी गर्न आफ्नो समुदायभित्र हरित वातावरण स्थापनमा सक्रिय हुन्छन् ।
- समग्रमा यस किसिमको मानसिकताले किशोर-किशोरी र यूवाहरूलाई हरित अर्थ व्यवस्थामा परिवर्तन गर्न योगदान गर्न मद्दत गर्दछ ।

कार्यपाना ४ः हरित सीप तथा प्रकारहरू

हरित सीप

किशोरा-किशोरी तथा यूवाहरूले हरित रोजगारी प्राप्ती वा स्वरोजगार हुनका लागि आवश्यक दक्षता (ज्ञान, सीप, अवधारण, मनोवृत्ती, तथा व्यवहार), आफ्ना हक अधिकार प्राप्तीको अनुभूति, मर्यादित एवं उत्पादमूलक काम पाउने अवसर, साथै संस्थागत रूपमा उनीहरूको जीवनका अवसरहरू, आशा एवं आकांक्षाहरूको आपूर्तीको मार्ग प्रशस्त गर्न सहज गर्नु नै हरित सीप हो, हरित सीपले किशोर-किशोरी एवं यूवाहरूलाई दैनिक रूपमा दिगो उपभोग र जीवनशैलीको छनौट एवं अनुसरण गर्न मद्दत गर्दछ ।

हरित सीपका प्रकार

- हस्तान्तरणीय सीपहरू: जीवन उपयोगी सीपहरू
- इन्जिनियरिङ् र प्राविधिक सीपहरू
- प्राविधिक तथा व्यावसायिक शिक्षा र तालिम (TEVT)
- हरित उद्यमशिलता सीप
- सिर्जना गर्ने नवप्रबर्द्धनात्मक सीप
- वातावरणीय मुद्दाहरू, असरहरू र समुदायहरूलाई असर गर्ने वा असर गर्न सक्ने जोखिमहरू बारे सचेतना र ज्ञान
- वातावरणीय अधिकारको ज्ञान
- हरित उत्पादन र सेवाहरू प्रबर्द्धन गर्न बजारीकरण सीप
- वकालत र पैरवी सीप ।

- अनुकूलता र स्थानान्तरण सीप, आदि ।

कार्यपाना ६: हरित रोजगार तथा सिद्धान्तहरू

हरित रोजगार

हरित सीपहरू प्रयोग गर्दै वातावरणमा सकारात्मक प्रभाव पार्ने वा थप नकारात्मक असर हुनबाट बचाउने र जलवायु परिवर्तन अनुकूलनमा मद्दत गर्ने रोजगारीहरू हरित रोजगारी हुन् । हरित रोजगारीको दिगोपनाका लागि गरिबी न्यूनीकरण गर्न सक्ने (आर्थिक आयाम), मर्यादित रोजगारी र स्थानीय समुदायलाई फाइदा पुग्न सक्ने (सामाजिक आयाम), र वातावरणमा सकारात्मक प्रभाव हुने (वातावरणीय आयाम) विशेषता रहेका हुन्छन् ।

हरित रोजगारका सिद्धान्तहरू

१. हरित रोजगारहरू मर्यादित पेशा, व्यवसायहरू हुन् ।
२. हरित रोजगारी अर्न्तगत रोजगार एवं स्व-रोजगार समावेश हुन्छ ।
३. असमानता र भेदभावले सबैभन्दा बढी बञ्चितमा परेका किशोर-किशोरी एवं यूवाहरूलाई हरित रोजगारी पहुँचयोग्य हुन्छ ।
४. हरित रोजगारले किशोर-किशोरी तथा यूवाको अधिकार प्राप्तिमा योगदान पुऱ्याउँदछ ।
५. हरित रोजगारीले लैङ्गिक समानतालाई बढावा दिन्छ ।
६. हरित रोजगारीले वातावरण (जलवायु समेत) को संरक्षण वा पुनर्स्थापना गर्न मद्दत गर्दछ ।
७. हरित रोजगारीले जलवायु परिवर्तनको असरहरूलाई अनुकूलन गर्न मद्दत गर्दछ ।

कार्यपाना ६: हरित सीप तथा रोजगारीहरूको वर्गीकरण

हरित सीप तथा रोजगारी	गैरहरित सीप तथा रोजगारी
पातको तथा कागजको दुनाटपरी बनाउने	प्लाष्टिक गिलास, प्लेट, चम्चा, झोला उत्पादन
खेर गएको कागजको सिसाकलम बनाउने	रासायनिक मल तथा विषादीको प्रयोग
गड्यौली मल	डिजलबाट चल्ने, सवारी साधन, जेनेरेटर आदि मर्मत
फलफूल, तरकारी तथा फूलको बेर्ना उत्पादन	इट्टा भट्टा
सोलार प्यानल फिटिङ्ग तालिम	ग्यास तथा दाउराको चुलो
खेर गएको कागजको मिठाइ बट्टा बनाउने	फ्लेक्स प्रिन्ट
साना पशुपंछी पालन (बाखा, कुखुरा, बंगुर)	प्लाइउड उत्पादन
CFL – LED मर्मत तथा फिटिङ्ग	जथाभावी जडिबुटी संकलन
इन्टरलक सिमेन्ट ब्लक, सिमेन्ट टाइल	सडक डिजाइन तथा निर्माण गर्ने इन्जिनियर
गुन्द्रुक, मस्यौरा बनाउने	फर्निचर तथा दाउरा व्यवसाय

४. हरित सीप तथा हरित रोजगारीको महत्व

परिचय	यो क्रियाकलापले हामीलाई हरित रोजगारी र हरित सीप किन आवश्यक छ ? यसले हामीलाई कसरी फाइदा पुऱ्याउँछ ? हाम्रो जीवनमा कसरी हरित रोजगारी र हरित सीपहरू प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ ? यी सबै जिज्ञासाहरूको उत्तर पाउनका लागि हरित रोजगारी र हरित सीप चाहिन्छ भन्ने कुरा प्रष्ट पार्दछ ।
उद्देश्य	✓ हरित रोजगारी र हरित सीपको महत्व बारेमा जानकार हुनेछन । ✓ हरित रोजगारी र हरित सीपहरू हाम्रो जीवनमा किन चाहिने रहेछ भन्ने कुरामा प्रष्ट हुनेछन् ।
सीप	✓ हरित सीप ✓ आत्मजागरण सीप ✓ सिर्जनात्मक सोचाई सीप
सामग्री	कार्यपाना, मेटाकार्ड, मार्कर, टेप, न्युजप्रिन्ट
समय	९० मिनेट
प्रक्रिया	✍ सहभागीहरूलाई हरित रोजगारी र हरित सीपहरू के के रहेछन् भनेर सोध्नुहोस् । ✍ हामीलाई हरित रोजगारी र हरित सीपहरू किन आवश्यक छन् भनेर सोध्नुहोस् । सहभागीले भनेका बुँदाहरूलाई न्यूजप्रीन्टमा टिप्दै जानुहोस् । ✍ सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी तल रहेका विभिन्न चार प्रकारका क्षेत्रमा छलफल गराउनुहोस् । ३० मिनेट समय तयारीको लागि प्रदान गर्नुहोस् । क. हरित रोजगारी तथा हरित सीपको महत्व, ख. हरित रोजगारी तथा हरित सीपको सम्भाव्यता, ग. अर्थतन्त्रमा योगदान र घ. हरित रोजगारीको दिगोपनामा योगदान ✍ प्रत्येक समूहलाई समूह विभाजन बमोजिम प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् साथै प्रस्तुतीकरण बमोजिम बोनस अंकहरू प्रदान गर्नुहोस् । बोनस अंक प्रदान गर्दा अति उत्तमलाई ५० अंक, उत्तमलाई ४० अंक, मध्यमलाई ३० अंक तथा साधारणलाई २० अंक प्रदान गरिनेछ । उत्तीर्णाङ्क ३० अंकलाई मानिनेछ ।

Save the Children

	✍ यस सत्रले सहभागीहरूलाई निम्न बमोजिम उपलब्धिहरू प्रदान गर्दछ । ✓ हरित रोजगारी तथा हरित सीपको महत्वको बारेमा जानकारी प्रदान गर्दछ । ✓ सहभागीहरू ज्ञान तथा सीप प्राप्त गरी हरित रोजगारी गर्न सक्षम हुनेछन् । ✓ सीप तथा तालिम प्राप्त गरी हरित अर्थतन्त्रमा योगदान गर्नेछन् ।
मुख्य सन्देश	सहभागीहरू हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको महत्व तथा हाम्रो जीवनमा हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको प्रयोग बारेमा प्रष्ट हुनेछन ।

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

यो क्रियाकलाप/सत्र सञ्चालन गर्नुभन्दा पहिले सहजकर्ताले पाठ्य सामग्री तथा अन्य सेसन सम्बन्धी कार्यपानाहरू अध्ययन गर्नुपर्नेछ । लेखपढ गर्न नसक्ने सहभागीहरूलाई मेटाकार्डमा लेखिएको बुँदाहरू पढेर सुनाउनुहोस् ।

कार्यपाना ८: हरित रोजगारी तथा हरित सीपको महत्व सम्बन्धी खेल

परिचय: हरित रोजगारी तथा हरित सीपको महत्व

उद्देश्य: सहभागीहरूले हरित रोजगारी तथा हरित सीपको महत्व बारेमा जानकारी प्राप्त गरी, हरित रोजगारी तथा हरित सीपमा आधारित उद्यमशिलता अवलम्बन गरी अर्थतन्त्रमा टेवा पुऱ्याउन सक्नेछन् ।

प्रक्रिया

१. सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी तल रहेका विभिन्न चार प्रकारका क्षेत्रमा छलफल गराउनुहोस् । ३० मिनेट समय तयारीको लागि प्रदान गर्नुहोस् ।

   क. हरित रोजगारी तथा हरित सीपको महत्व,

   ख. हरित रोजगारी तथा हरित सीपको सम्भाव्यता,

   ग. अर्थतन्त्रमा योगदान र

   घ. हरित रोजगारीको दिगोपनामा योगदान

२. प्रत्येक समूहलाई समूह विभाजन बमोजिम प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् साथै प्रस्तुतीकरण बमोजिम बोनस अंकहरू प्रदान गर्नुहोस् । बोनस अंक प्रदान गर्दा अति उत्तमलाई ५० अंक, उत्तमलाई ४० अंक, मध्यमलाई ३० अंक तथा साधारणलाई २० अंक प्रदान गरिनेछ । उत्तीर्णाङ्क ३० अंकलाई मानिनेछ ।

यस अभ्यासले सहभागीहरूलाई निम्न बमोजिम उपलब्धिहरू प्रदान गर्नेछ ।

- ✓ हरित रोजगारी तथा हरित सीपको महत्वको बारेमा जानकारी प्रदान गर्नेछ ।
- ✓ सहभागीहरू ज्ञान तथा सीप प्राप्त गरी भविष्यमा हरित रोजगारी गर्न सक्षम हुनेछन् ।
- ✓ सहभागीहरूले हरित रोजगारी बारेमा सीप तथा तालिम प्राप्त गरी वातावरण तथा अर्थतन्त्रमा योगदान प्रदान गर्नेछन् ।

५. हरित रोजगारी तथा हरित सीपहरूको नक्साङ्कन, मष्तिस्क मन्थन तथा प्राथमिकीकरण

परिचय	सहभागीहरूले सम्भावित हरित रोजगारी र हरित सीपहरू बारे जानकारी प्राप्त गर्नेछन् साथै तालिम पश्चात हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको नक्साङ्कन एवम् प्राथमिकीकरण गर्न सक्षम हुनेछन् ।
उद्देश्य	✓ संभावित हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको बारेमा जानकार हुनेछन् । ✓ संभावित हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको नक्साङ्कन गर्न सक्षम हुनेछन् । ✓ आफ्नो क्षेत्रमा उपयुक्त हरित रोजगारी प्राथमिकीकरण गर्न सक्षम हुनेछन् ।
सीप	➢ हरित सीप ➢ निर्णय गर्ने क्षमता सीप ➢ सिर्जनात्मक सोचाई सीप ➢ समालोचनात्मक सोचाई सीप
सामग्री	कार्यपाना, मेटाकार्ड, मार्कर, टेप, न्युजप्रिन्ट
समय	१२० मिनेट
प्रक्रिया	✍ सहभागीहरूलाई संभावित हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको बारेमा जानकारी प्रदान गरिनेछ । ✍ सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी स्काभेन्जर हन्ट खेलको माध्यमबाट सम्भावित हरित रोजगारीहरू र हरित सीपहरूको नक्साङ्कन, मस्तिष्क मन्थन र योजना निर्माण बारे जानकारी प्रदान गरिनेछ । ✍ स्काभेन्जर हन्ट खेलले सहभागीहरूलाई विभिन्न प्रकारका हरित रोजगारीहरू तथा हरित सीपहरूको बारेमा परिचित गराई स्थानीय स्तरमा संभावित रोजगारीहरूको श्रृजना गर्न प्रोत्साहन गर्नेछ । ✍ प्रस्तुतीकरण पछि छनोट गरिएका हरित रोजगारी र हरित सीपहरूमध्येबाट बढी संभावना रहेको रोजगारी तथा सीपलाई छनौट गर्न लगाउनुहोस् ।

	✍ छनौट गर्नाका कारणहरू र संभाव्यताहरू सहभागीहरूलाई स्पष्ट रूपमा बुझाउनुहोस् । ✍ तालीममा छनौट गरिएका हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको तालिका निर्माण गर्न लगाउनुहोस् । ✍ स्काभेन्जर हन्ट खेलको सम्पूर्ण प्रक्रिया तथा विवरण **कार्यपाना ९** मा उल्लेख गरिएको छ । ✍ प्रत्येक समूहमा सिँजा गाउँको हरित रोजगारीको कथा प्रीन्ट गरेर दिनुहोस् । ✍ समूहमा सिँजा गाउँको हरित रोजगारीको कथा छलफल गराउनुहोस् । ✍ सिँजा गाउँको हरित रोजगारीको कथा छलफल पश्चात **कार्यपाना १०** (सिँजा गाउँको हरित रोजगारीको कथा) मा उल्लेखित बिषय बस्तुहरूमा छलफल गराउनुहोस । ✍ सिँजा गाउँको हरित रोजगारीको कथाको सम्पूर्ण विवरण **कार्यपाना १०** मा उल्लेख गरिएको छ ।
मुख्य सन्देश	संभावित हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको बारेमा जानकारी प्रदान गरि हरित रोजगारी र हरित सीपहरू बारेमा नक्साङ्कन गर्न, मस्तिक मन्थन तथा प्राथमिकीकरण गर्न सहभागीहरू सक्षम हुनेछन ।

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

यो क्रियाकलाप/सत्र सञ्चालन गर्नु भन्दा पहिले सहजकर्ताले पाठ्य सामग्री तथा अन्य सेसन सम्बन्धी कार्यपानाहरू अध्ययन गर्नुपर्नेछ । लेखपढ गर्न नसक्ने सहभागीहरूलाई मेटाकार्डमा लेखिएको बुँदाहरू पढेर सुनाउनुहोस् ।

कार्यपाना ११: स्काभेन्जर हन्ट खेल

परिचय

सम्भावित हरित रोजगारीहरू र हरित सीपहरूको नक्साङ्कन, मस्तिक मन्थन र प्राथमिकीकरणमा सहयोगी खेल ।

उद्देश्य

सहभागीहरूलाई विभिन्न प्रकारका हरित रोजगारीहरू तथा हरित सीपहरूको बारेमा परिचित गराई स्थानीय स्तरमा संभावित रोजगारीहरूको श्रृजना गर्न प्रोत्साहन प्रदान गर्ने ।

प्रक्रिया

१. सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई हरित रोजगारीहरूको तालिका तयार गर्न लगाउनुहोस् । धेरैभन्दा धेरै हरित रोजगारीहरूको नामावली ३० मिनेटको समयमा समावेश गर्न लगाउनुहोस् ।

२. स्काभेन्जर हन्ट कार्यपछि प्रत्येक समूहलाई हरित रोजगारीहरूको तालिका पढ्न तथा वर्णन गर्न लगाउनुहोस् ।

३. प्रस्तुतीकरण तथा समूह छलफलमा वातावरणमैत्री तथा हरित रोजगारीहरूको दिगोपनाको बारेमा जानकारी दिनुहोस् ।

४. खेलको माध्यमबाट सहभागीहरूले विभिन्न किसिमका हरित रोजगारीहरू तथा हरित सीपहरूको बारेमा ज्ञान तथा सीपहरू आर्जन गरी समुदाय स्तरमा हरित रोजगारी श्रृजना गर्न तथा अर्थतन्त्रमा योगदान दिनेछन् ।

कार्यपाना १२: सिंजा गाउँको हरित रोजगारीको कथा

कर्णाली प्रदेशको सिँजा नाम गरेको गाउँमा युवाहरू आय-आर्जन गर्न धेरै संर्घष गरिरहेका थिए । धेरैजसो मानिसहरू दैनिक ज्याला मजदुरी गर्न भारत जाने गर्दथे । एक दिन गाउँमा युवाहरू जम्मा भएर संभावित हरित रोजगारी तथा हरित सीपहरूको बारेमा छलफल तथा अवसरहरूको बारेमा चर्चा चलाए । हरित रोजगारी संचालन गर्दा आइपर्ने चुनौतीहरू, संभावनाहरू तथा वातावरणमा पार्ने असरहरूबारे व्यापक रूपमा छलफल चलाए । छलफल पश्चात, हरित रोजगारीले समुदायको आवश्यकता पूरा गर्नुको साथै वातावरण संरक्षणमा योगदान पुराउने कुराले युवाहरू निक्कै खुसी भई हरित रोजगारीलाई निरन्तरता दिने कुरामा बचनबद्ध भए । नजिकैको गाउँमा संचालनमा रहेको हरित रोजगारीको अवलोकन गर्ने, ज्ञान हासिल गरेर सिँजामा पनि हरित रोजगारी स्वयम् गर्ने अठोट गरे । गाउँमा सिंचाई सुबिधा भएकोले प्राङ्गारिक तरकारी खेती गरेर नजिकैको बजार क्षेत्र तथा सुर्खेत बजारमा पनि पठाउने विचार गरे । बजारीकरणको लागि सहकारीसँग सहकार्य गरेर अगाडि बढ्ने निर्णय भयो ।

अन्ततः समूहका सदस्यहरूले हरित उद्यमका रूपमा प्राङ्गारिक तरकारी खेती विस्तार गर्नुभयो । जलवायुमैत्री, वातावरण संरक्षण हुने, मर्यादित पेशा, उपलब्ध श्रोत साधन प्रयोग हुने, सकारात्मक सामाजिक प्रभाव, आर्थिक दृष्टिकोणले उपयुक्त तथा स्थानीय सन्दर्भमा सुहाउदो प्राङ्गारिक तरकारी खेती उत्तम विकल्पको रूपमा अँगाल्नुभयो । समूहले समुदायका मानिसहरू तथा वडा कार्यालय एवं स्थानीय तहसँग सहकार्य गरी अगाडि बढ्नुभयो । समुदायको सहयोग तथा सहकार्यमा, समूहले व्यावसायिक योजना निर्माण गरी वडा तथा पालिकाको बजेटसहित प्राङ्गारिक तरकारी खेतीको योजना अगाडि बढाउनुभयो । समूहले दिगो खेती प्रणालीका क्रियाकलापहरू अवलम्बन गरी उच्च गुणस्तरीय प्राङ्गारिक तरकारी उत्पादन गरी स्थानीय बजार तथा प्रदेश बजारमा बिक्री गर्नुभयो । यसरी, प्राङ्गारिक तरकारी खेतीले गाउँमा हरित रोजगारी श्रृजना भई स्थानीय अर्थतन्त्रमा ठूलो योगदान पुग्यो । स्थानीय बजार, प्रदेश स्तरीय बजार, उपभोक्ताहरू तथा उत्पादनकर्ताहरूबीचको समन्वयमा बृद्धि भई एकअर्का बीचको सम्बन्धमा योगदान पुग्यो । अहिले प्राङ्गारिक तरकारी खेती बृद्धि भई रोजगारीको श्रृजना गरी समुदाय स्तरको आम्दानी बृद्धि भएको छ । यी सम्पूर्ण क्रियाकलापले वातावरणमा सुधार, दिगो क्रियाकलापहरूको अभ्यास साथै प्राकृतिक सुन्दरतामा थप योगदान पुगेको छ ।

सिँजा गाउँको प्राङ्गारिक तरकारी खेतीको सफलताको कथाले अन्य समुदायको लागि उदाहरणीय नमूनाको रूपमा काम गरी गरिबी निवारण, वातावरण सुधार तथा सामाजिक प्रभावमा योगदान पुऱ्याएको छ ।

छलफलका लागि बिषयवस्तुहरू

१. यस सिँजा गाउँको कथाबाट के के बिषयवस्तुहरूको ज्ञान सिक्नुभयो ?

२. यस सिँजा गाउँको कथाले कसरी हरित रोजगारी तथा हरित सीप छनौटमा सहयोग गर्दछ ?

३. यस सिँजा गाउँको कथाबाट कसरी प्राङ्गारिक तरकारी खेतीले वातावरण संरक्षणमा सहयोग गर्दछ ?

तालिम संचालनका निमित्त सहयोगी पाठ्य सामग्रीहरू

हरित रोजगारीका केही नमूनाहरू

क.सं.	हरित रोजगारी र हरित सीपहरूको
१	गडौली मल उत्पादन
२	फूल, फलफूल तथा तरकारी नर्सरी
३	माछा पालन
४	प्राङ्गारिक तरकारी खेती
५	सोलर प्यानेल फिटिङ तालिम
६	लोकल कुखुरा पालन
७	बाख्रा पालन
८	बंङ्गुर पालन
९	दुनाटपरी उद्योग
१०	अम्रिसो खेती
११	अदुवा खेती
१२	अदुवा केन्डी उद्योग
१३	बेसार खेती तथा बेसार पाउडर उत्पादन
१४	बट्टाई पालन
१५	अचार उद्योग

हरित रोजगारी प्राथमिकीकरणका प्रमुख आधारहरू

१. वातावरण संरक्षण गर्ने रोजगारी
२. जलवायु परिवर्तनका असर न्यूनीकरण गर्ने वा अनुकुलन गर्ने रोजगारी
३. सामाजिक रूपमा स्विकार्य रोजगारी
४. मर्यादित रोजगारी तथा आर्थिक लाभ दिने रोजगारी
५. स्थानीय स्रोत साधनमा आधारित रोजगारी आदि ।

Save the Children

६. जलवायुमैत्री उपभोक्ता

परिचय	यो तालिम सत्रले दिगो वातावरण संरक्षण तथा प्रवर्धनमा जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूको भूमिकाको सम्बन्धमा जानकारी प्रदान गर्दछ । जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूले के खरिद गर्ने तथा उत्पादनहरू/सेवाहरू वतावरणमैत्री छन् वा छैनन् भन्नेमा सचेतनापूर्वक छनौट गर्न सहयोग गर्दछ । जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूलाई वातावरण प्रदुषण घटाउन सहयोग तथा व्यावसायमा दिगोपनाका क्रियाकलापहरूको अवलम्बन गर्न प्रोत्साहन गर्दछ ।
उद्देश्य	✓ जलवायुमैत्री उपभोक्ताको महत्व बारेमा जानकार हुनेछन् । ✓ कार्बन फुट प्रिन्ट घटाउने तथा वातावरण संरक्षण सम्बन्धित ज्ञान हासिल गर्नेछन् ।
सीप	• हरित सीप • सिर्जनात्मक सोचाई सीप • समालोचनात्मक सोचाई सीप
सामग्री	कार्यपाना, मेटाकार्ड, मार्कर, टेप, न्युजप्रिन्ट
समय	९० मिनेट
प्रक्रिया	✍ सहभागीहरूलाई कार्बन फूटप्रीन्ट बारेमा जानकारी प्रदान गर्नुहोस । ✍ सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई उपभोग्य वस्तुहरूको तालिका तयार गर्न लगाउनुहोस् । समूह १ लाई लुगा कपडा, समूह २ लाई खाद्य पदार्थ, समूह ३ लाई इलेक्ट्रोनिक्स सामग्री र समूह ४ लाई घरायसी सामग्रीहरूको नामावली तालिका तयार गर्न लगाउनुहोस् । ✍ तालिकामा रहेका उपभोग्य वस्तुहरूको कार्बन फुट प्रिन्टको अनुमानित भार निकाल्न लगाउनुहोस् (कार्बन फुटप्रीन्ट क्याल्कुलेटरको सहयोगमा) । ✍ सहभागीहरूलाई थप श्रोत साधनहरू, सूचनाहरू तथा विकल्पहरू प्रदान गर्नुहोस् र कसरी दिगो रूपमा उपभोक्ताहरूको रोजाईमा परिबर्तन गरि कार्बन फुटप्रीन्टमा कमि ल्याउन सकिन्छ भनेर समूहमा छलफल गराउनुहोस् । व्यक्तिगत रूपमा पनि वातावरण संरक्षणमा योगदान दिन सकिने कुराको जानकारी प्रदान गर्नुहोस् । ✍ जलवायुमैत्री उपभोक्ता खेलको माध्यमले उपभोग्य सामग्रीहरूको प्रयोगमा उपभोक्ताहरूलाई कार्बन फुटप्रीन्टको बारेमा रचनात्मक सोचाइको विकास गरि दिगो रोजाईमा सहयोग गर्नेछ । साथै वस्तुहरूको उपभोग गर्ने बानीमा परिवर्तन गरी कार्बन उत्पादनमा कमि ल्याउन सहयोग गर्नेछ । ✍ जलवायुमैत्री उपभोक्ता खेलको सम्पूर्ण प्रक्रिया तथा विवरण **कार्यपाना १३** मा उल्लेख गरिएको छ ।

	✍ प्रत्येक समूहमा सुन्दर नगरी गाउँको कथा प्रिन्ट गरेर दिनुहोस् र समूहमा कथा छलफल गराउनुहोस् । ✍ कथामा रहेको बिषयवस्तुमा छलफल पश्चात प्रश्नोत्तरहरूमा अन्तरक्रिया तथा छलफल गराउनुहोस् । ✍ सुन्दर नगरी गाउँको कथाको सम्पूर्ण विवरण **कार्यपाना १३** मा उल्लेख गरिएको छ ।
मुख्य सन्देश	दिगो वातावरण संरक्षण तथा प्रवर्धनमा जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूले के खरिद गर्ने तथा उत्पादनहरू/सेवाहरू वतावरणमैत्री छन् वा छैनन् भन्नेमा सचेतपूर्वक छनौट गर्नुपर्दछ । आफूलाई आवश्यक पर्ने खाद्यपदार्थ मात्र खरिद गर्ने तथा भण्डारण गरी खाद्यपदार्थ खेर जानमा कमि ल्याउन सकिन्छ । खाद्यपदार्थको बोक्रा तथा अन्य अनावश्यक पदार्थलाई कम्पोष्ट बनाउन प्रयोग गर्न सकिन्छ । वातावरणमैत्री उत्पादन/सेवाहरूमा सहयोग गर्ने जस्तै नवीकरणीय ऊर्जा, फोहर व्यवस्थापन, पुनः प्रयोग गर्न सकिने वस्तुहरूको प्रयोग गरी उत्पादन गरिएका वस्तुहरूलाई प्रोत्साहन प्रदान गर्ने साथै कार्बन फुटप्रीन्ट घटाउनका लागि सार्वजनिक यातायात प्रयोग गर्ने जानकारी प्रदान गर्नु यो शत्रको मुख्य सन्देश रहेको छ ।

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

यो क्रियाकलाप/सत्र सञ्चालन गर्नुभन्दा पहिले सहजकर्ताले पाठ्य सामग्री तथा अन्य सत्र सञ्चालन सम्बन्धी कार्यपानाहरू अध्ययन गर्नुपर्नेछ । लेखपढ गर्न नसक्ने सहभागीहरूलाई मेटाकार्डमा लेखिएको बुँदाहरू पढेर सुनाउनुहोस् ।

उद्देश्य

यो खेलको माध्यमबाट तालिमका सहभागीहरूलाई कार्बन फुटप्रीन्ट थोरै मात्रामा उत्सर्जन हुने खालका उपभोग्य वस्तुहरूको प्रयोग गर्ने बानीको विकास गर्नु साथै दिगो रूपमा कार्बन फुटप्रीन्टको उत्सर्जनमा कमि ल्याउनु रहेको छ । साथै वस्तु उत्पादन प्रक्रियामा दिगो तथा वातावरणमैत्री क्रियाकलापहरूलाई प्रोत्साहन गर्नु रहेको छ । उपभोक्ताहरूलाई वातावरणमैत्री उत्पादनहरूको खरिद तथा रोजाइ प्रक्रियामा रचनात्मक सोचाइको विकास गर्न सहयोग गर्नेछ ।

प्रक्रिया

१. सहभागीहरूलाई ४ समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई उपभोग्य वस्तुहरूको तालिका तयार गर्न लगाउनुहोस् । समूह १ लाई लुगा कपडा, समूह २ लाई खाद्य पदार्थ, समूह ३ लाई इलेक्ट्रोनिक्स सामग्री र समूह ४ लाई घरायसी सामग्रीहरूको नामावली तालिका तयार गर्न लगाउनुहोस् ।
२. तालिकामा रहेका उपभोग्य वस्तुहरूको कार्बन फुट प्रिन्टको अनुमानित भार निकाल्न लगाउनुहोस् (कार्बन क्याल्कुलेटरको सहयोगमा) ।

३. सहभागीहरूलाई थप श्रोत साधनहरू, सूचनाहरू तथा विकल्पहरू प्रदान गर्नुहोस् र कसरी दिगो रूपमा उपभोक्ताहरूको रोजाईमा परिवर्तन गरी कार्बन फुटप्रीन्टमा कमि ल्याउन सकिन्छ भनेर समूहमा छलफल गराउनुहोस् । व्यक्तिगत रूपमा पनि वातावरण संरक्षणमा योगदान दिन सकिने कुराको जानकारी प्रदान गर्नुहोस् ।
४. वातावरणमैत्री उपभोक्ता खेलको माध्यमले उपभोग्य सामग्रीहरूको प्रयोगमा उपभोक्ताहरूलाई कार्बन फुटप्रीन्टको बारेमा रचनात्मक सोचाइको विकास गरी दिगो रोजाईमा सहयोग गर्नेछ । साथै वस्तुहरूको उपभोग गर्ने बानीमा परिवर्तन गरी कार्बन फुटप्रीन्टमा कमि ल्याउन सहयोग गर्नेछ ।

कार्यपाना १३: सुन्दर नगरी गाउँको लघुकथा

एका देशमा सुन्दर नगरी नामको एउटा गाउँ थियो, त्यस गाउँका मानिसहरू वातावरण संरक्षण, हरित रोजगारी तथा कार्बन फुटप्रीन्ट घटाउने विषयमा सचेत एवं क्रियाशील रहेका थिए ।

एक दिन सुन्दर नगरीका वडा अध्यक्षले जनताहरूलाई जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूको महत्व सम्बन्धमा तालिम प्रदान गर्ने निर्णय गर्नुभयो । तालिममा नवीकरणीय ऊर्जा, वातावरणमैत्री यातायात, फोहर व्यवस्थापन तथा पानीको मुहान संरक्षण सम्बन्धित ज्ञान तथा सीप प्रदान गर्ने जानकारी दिनुभयो ।

पहिलो सत्रमा, नवीकरणीय ऊर्जा तथा वायु ऊर्जाको महत्व साथै नवीकरणीय ऊर्जाको प्रयोगले कसरी पेट्रोलियम पदार्थमाथिको निर्भरतामा कमि ल्याउन सकिन्छ भन्ने बारेमा जानकारी प्रदान गरियो, नवीकरणीय ऊर्जाहरू जस्तै : सौर्य ऊर्जा र वायु ऊर्जा । दाश्रो सत्रमा, हवाइ यातायात र निजी यातायातको प्रयोगको विकल्पको रूपमा सार्वजनिक यातायातको प्रयोग तथा पैदल यात्रा गरी कार्बन उत्सर्जनमा फुटप्रीन्ट निष्कासनमा कमि ल्याउन सकिन्छ भन्ने जानकारी प्रदान गरियो । तेश्रो सत्रमा, घरधुरीस्तर तथा समुदायस्तरमा निस्कने फोहरहरूमध्ये कुहिने फोहरको कम्पोष्ट बनाउने साथै पुनः प्रयोग गर्न सकिने फोहरलाई प्रयोग गरी पुनः प्रयोग गर्ने बारेमा जानकारी प्रदान गरियो । कम्पोष्ट मल घरबगैचामा प्रयोग गरी प्राङ्गारिक उत्पादन बृद्धि गर्न सकिन्छ भन्ने ज्ञान प्रदान गरियो । चौथो सत्रमा, पानीको मुहान संरक्षण किन गर्ने, कसरी गर्ने साथै जलश्रोतको सही सदुपयोग गर्ने तरिकाहरूको बारेमा जानकारी प्रदान गरियो । मुहानको नजिकको क्षेत्रमा वृक्षारोपण तथा सुख्खा सहन गर्ने वालीको जातहरू लगाउने बारे जानकारी प्रदान गरियो ।

यसरी सुन्दर नगरीका मानिसहरू वातावरणमैत्री उपभोक्ताहरूको महत्व सम्बन्धित तालिममा सहभागी भई कसरी दैनिक जीवनका क्रियाकलापहरूमा परिवर्तन गरी वातावरण संरक्षण गर्नुको साथै दिर्घकालीन रूपमा हरित रोजगारी तथा हरित सीपमा वृद्धि गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा जानकारी प्राप्त गर्नुभयो ।

लघु कथामा आधारित प्रश्नोत्तर

१. जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूको महत्व सम्बन्धमा लघुकथामा गाउँको नाम के हो ?
२. वडा अध्यक्षले के को बारेमा जनताहरूलाई तालिम प्रदान गर्ने निर्णय गर्नुभयो ?
३. तालिममा कुन कुन विषय सम्बन्धी ज्ञान तथा सीप प्रदान गरियो ?
४. नवीकरणीय ऊर्जाहरू जस्तै : सौर्य ऊर्जा र वायु ऊर्जाबाट हुने फाइदाहरू लेख्नुहोस् ?

५. हवाइ यातायात र निजी साधनको विकल्पको रूपमा वातावारणमैत्री साधनको नाम लेख्नुहोस् ?

६. कुहिने फोहर साथै पुनः प्रयोग हुने फोहरबाट के के फाइदाहरू हुन्छन् ?

७. पानीको मुहान संरक्षण गर्ने तरिकाहरूको बारेमा जानकारी प्रदान गर्नुहोस् ?

८. सुन्दर नगरीका मानिसहरूले तालिम पश्चात कस्तो अनुभव गर्नुभयो ?

९. सुन्दर नगरीका मानिसहरू कसरी दैनिक जिबनका क्रियाकलापहरूमा परिवर्तन गरी वातावरण संरक्षणमा योगदान गर्नेछन् ?

१०. सुन्दर नगरी लघुकथाबाट के सन्देश सिक्नुभयो ?

तालिम सञ्चालनका निमित्त सहयोगी पाठ्यसामग्रीहरू

जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूको भूमिका

दिगो वातावरण संरक्षण तथा प्रवर्धनमा जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछन् । जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूले के खरिद गर्ने तथा उत्पादनहरू/सेवाहरू वतावरणमैत्री छन् वा छैनन् भन्नेमा सचेतनापूर्वक छनौट गर्दछन् । जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूले वातावरण प्रदुषण घटाउन सहयोग गर्ने तथा व्यवसायमा दिगोपनाका क्रियाकलापहरूको अवलम्वन गर्न प्रोत्साहन गर्दछन् । जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूले निम्न बमोजिम तरिकाले वातावरण संरक्षणमा सहयोग पुराउनेछन् ।

१. खाद्यपदार्थ खेर फाल्नु तथा नोक्सान हुनुमा कमि ल्याउनुः उपभोक्ताहरूले आफूलाई आवश्यक पर्ने मात्र खाद्यपदार्थ खरिद गर्ने तथा भण्डारण गरि खाद्यपदार्थ खेर जानमा कमी ल्याउन सकिन्छ । खाद्यपदार्थको बोक्रा तथा अन्य अनावश्यक पदार्थलाई कम्पोष्टमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

२. हरित उत्पादन तथा सेवाहरूको उत्पादन एवम् प्रयोगः उपभोक्ताहरूले वातावरणमैत्री उत्पादनमा सहयोग गर्ने जस्तै नवीकरणीय ऊर्जा, फोहर व्यवस्थापन, पुनः प्रयोग गर्न सकिने वस्तुहरूको प्रयोग गरी उत्पादन गर्दछन् ।

३. वातावरणमैत्री यातायात साधनहरूको प्रयोगः वातावरण तथा जलवायुमैत्री उपभोक्ताहरूले कार्बन फुटप्रीन्ट घटाउनका लागि सार्वजनिक यातायात प्रयोग गर्ने तथा पैदल यात्राको प्रयोग गरी योगदान गर्दछन् । हवाइ यातायातको प्रयोगमा कमि गर्दछन् ।

४. हरित उत्पादन तथा वातावरणमैत्री उत्पादनको छनौटः उपभोक्ताहरूले उत्पादनहरू/सेवाहरूको उत्पादनमा न्यूनतम प्याकेजिङ, नवीकरणीय ऊर्जाको प्रयोग गरिएका उत्पादनहरूलाई छनौट गर्नेछन् ।

५. ऊर्जा खपतमा कमि ल्याउनु : वातावरणमैत्री उपभोक्ताहरूले न्यूनतम ऊर्जा खपत गरी उत्पादन तथा सेवा निर्माण गर्नेछन् । अनावश्यक समयमा बत्ती निभाउनेछन् भने थौरै ऊर्जा खपत गर्ने विद्युतीय सामग्रीहरूको प्रयोग गर्नेछन् ।

६. वातावरण संरक्षण तथा प्रवर्धनमा जानकारी प्रदान गर्नु : वातावरणमैत्री उपभोक्ताहरूले न्यूनतम ऊर्जा खपत गरी उत्पादन तथा सेवा निर्माण गर्नेछन् । अनावश्यक समयमा बत्ती निभाउने छन् भने थौरै ऊर्जा खपत गर्ने विद्युतीय सामग्रीहरूको प्रयोग गर्नेछन् ।

कार्बन फुटप्रीन्ट सम्बन्धी पाठय सामग्रीहरू

कार्बन फुटप्रीन्ट भन्नाले हरित ग्याँसको मात्रालाई बुझाउदछ, जस्तैः कार्बन डाइअक्साइड, मिथेन, नाइट्रस अक्साइड तथा अन्य ग्याँसहरू ।

- अधिकतम रुपमा वनस्पतिमा आधारित खाद्य पदार्थको सेवन गर्ने (माछा मासुजन्य खाद्य पदार्थले धेरै मात्रामा हरित ग्यास उत्पादन गर्दछ ।)
- प्राङ्गारिक तथा मौसम अनुसार उत्पादित खाद्य पदार्थको सेवन गर्ने (ढुवानी गर्दा हुने प्रदुषण तथा ढुवानीको समयमा हुने पोष्ट हार्भेष्ट नोक्सान कमि भई कार्बन उत्सर्जनमा कमि आउँदछ ।
- खाद्य पदार्थ खरिद गरी भण्डारण गर्दा पुनः प्रयोग गर्न सकिने झोलाहरू तथा सामग्रीहरूको प्रयोग गर्ने ।
- खेर जान सक्ने खाद्य पदार्थलाई सदुपयोग गरी कार्बन उत्सर्जनमा कमि गर्ने ।
- खेर गएको खाद्य पदार्थ तथा अन्य पदार्थलाई संभव भएसम्म कम्पोष्ट मल बनाउन प्रयोग गरी कार्बन उत्सर्जनमा कमि गर्ने ।
- गुणस्तरीय तथा धेरै समयसम्म प्रयोग हुने खालका कपडा खरिद तथा प्रयोग गर्ने (सस्तो तथा चाडै डम्पिङमा जाने कपडाहरू खरिद नगर्ने) ।
- पुनःप्रयोग गर्न सकिने कपडाहरू खरिद तथा प्रयोग गर्ने ।
- कपडाहरू धुन तथा सफा गर्न चिसो पानीको प्रयोग गर्ने ।
- धेरै मात्रामा प्याकेजिङ गरिएको सामग्रीहरूको खरिद नगर्ने वा न्युनतम प्याकेजिङ गरिएको सामग्रीहरू खरिद तथा प्रयोग गर्ने ।
- थोरै इन्धन खर्च हुने विद्युतीय सामग्रीहरूको खरिद तथा प्रयोग गर्ने ।
- घरमा सिएफएल बल्बहरूको प्रयोग गर्ने (साधारण बल्बको सट्टामा) ।
- अति आवश्यक समय बाहेक अन्य समयमा विद्युतीय सामग्रीहरू स्विच अफ गर्ने ।
- संभव भए पैदल यात्रा तथा सार्वजनीक यातायातको प्रयोग गर्ने ।
- विद्युतीय सवारी साधनको खरिद गर्ने तथा यात्रा गर्दा विद्युतीय सवारी साधनको उपयोग गर्ने ।
- हवाई यातायातको प्रयोगमा कमि गर्ने वा प्रयोग नगर्ने ।

७. स्वच्छ वातावरणीय कदम, केहि तरिका

परिचय	हामीले दैनिक जीवनमा धेरै किसिमका सरसामानहरू प्रयोग गर्दछौं । धेरैजसो सामानहरू एक पटक प्रयोग गरेपछि काम लाग्दैन भनेर जथाभावी फाल्ने गर्दछौं । यसो गर्दा वातावरण प्रदुषित हुन्छ । स्रोत र साधनको दुरूपयोग हुन्छ । त्यस्ता वस्तुहरूलाई पुनः प्रयोग गरेर स्रोत दोहनबाट बचत गर्ने बानीको विकास गर्न आवश्यक हुन्छ । यो क्रियाकलापले हामीहरूमा आफ्ना वरिपरि भएका वस्तुहरूको बहुप्रयोगको सीप विकास गराउँछ ।
उद्देश्य	✓ दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने सामग्रीबाट खेर फालिने सामग्रीहरूको सूची बनाउन सक्नेछन् । ✓ त्यसरी खेर जाने सामग्रीहरूलाई पुनः प्रयोग गर्दै बचत गर्ने बानीको विकास गर्नेछन् ।
सीप	हरित सीप
सामग्री	कार्यपाना, सादा पाना, स्केल, पेन्सिल, साइनपेन, न्युजप्रिन्ट, ग्लुस्टिक, गम, मसिनो डोरी, पत्रपत्रिका
समय	६० मिनेट
प्रक्रिया	✍ सहभागीहरूलाई समावेशी तरिकाले समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । ✍ हामीले दैनिक जीवनमा प्रयोग गरिने सामानहरूबाट खेर जाने जस्तै अन्नबाट निस्कने बोक्रा, खोस्टा, खोया, पात, बजारबाट सामान किन्दा ल्याइएका प्लास्टिकका झोला, सामान राखेका बट्टा, सामान प्याकिङ गर्दाका कागज, पानीका बोतल आदि के के हुन सक्छन् छलफल गर्दै सूची तयार गर्न लगाउनुहोस् । ✍ सूची तयार गरेपछि समूहलाई न्युजप्रिन्ट, साइनपेन र स्केल दिनुहोस् । ✍ तपाईंले न्युजप्रिन्टमा तयार गरेको तालिका देखाउनुहोस् र त्यस्तै तालिका बनाउन लगाउनुहोस् । खेर जाने वस्तुबाट तपाईंले बनाएको नमुना सामग्री देखाउनुहोस् । ✍ तालिकामा अघि सूचीमा लेखेका वस्तुहरूको नाम लेख्दै विश्लेषण गर्न लगाउनुहोस । ✍ समूहले विश्लेषण गरेको तालिका पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

	✍ अर्को दिन आउँदा खेर जाने सामग्रीहरूबाट बनाएको कुनै एउटा सामग्री लिएर आउनका लागि निर्देशन दिनुहोस् । ✍ सहभागीले त्यसरी बनाएर ल्याएको सामग्रीहरूलाई प्रदर्शन गर्ने व्यवस्था मिलाउनुहोस ।
मुख्य सन्देश	हामी सबैले खेर जाने सामग्रीहरूको व्यवस्थापन गर्न आवश्यक छ । त्यस्ता सामग्रीहरूलाई व्यवस्थापन गर्ने 6-R विधि उपयुक्त हुन्छ । यस विधिले स्वभाविक रूपमा मितव्ययी हुने, बचत गर्ने, प्रयोगै कम गर्ने, प्रयोग पूर्व सोच्ने, प्रयोगलाई घटाउने, मर्मत गरेर चलाउन सक्ने भए सो गर्ने जस्ता व्यवहारहरूको विकास हुन्छ । यसले स्रोत र साधनको बहुप्रयोग तथा बचत गर्ने सीप विकास हुन्छ । यस्तै खेर जाने सामग्रीहरूबाट सामाजिक उद्यम सञ्चालन गरी व्यवसायिक सीपको विकास गर्न सकिन्छ ।

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

यो क्रियाकलाप सञ्चालन गर्दा यसरी नै गराउनुहोस् । लेखपढ गर्न नसक्ने सहभागीहरूलाई खेर जाने सामग्रीबाट प्रयोग गर्न मिल्ने सामग्री बनाउन लगाउनुहोस् ।

कार्यपाना १४: स्वच्छ वातावरणीय कदम

क्र. सं.	खेर गइरहेका सामग्रीहरूको नाम	प्रयोग कम गर्न सकिने (Reduce)	मर्मत गर्न सकिने (Repair)	पुनः प्रयोग गर्न सकिने (Reuse)	प्रशोधन गर्न सकिने (Recycle)	इन्कार गर्न सकिने (Refuse)	पुनः विचार गर्न सकिने (Rethink)

6- R

Reduce (**कम प्रयोग गर**) : सकेसम्म त्यस्ता सामग्री कम मात्र प्रयोग गर्ने, जसबाट पैसा, स्रोत, साधनाको बचत र वातावरण संरक्षणमा मद्दत पुग्दछ ।

Repair (**मर्मत**) : सामग्री टुटे फुटेको भए मर्मत गरी पुनः प्रयोगमा ल्याउने ।

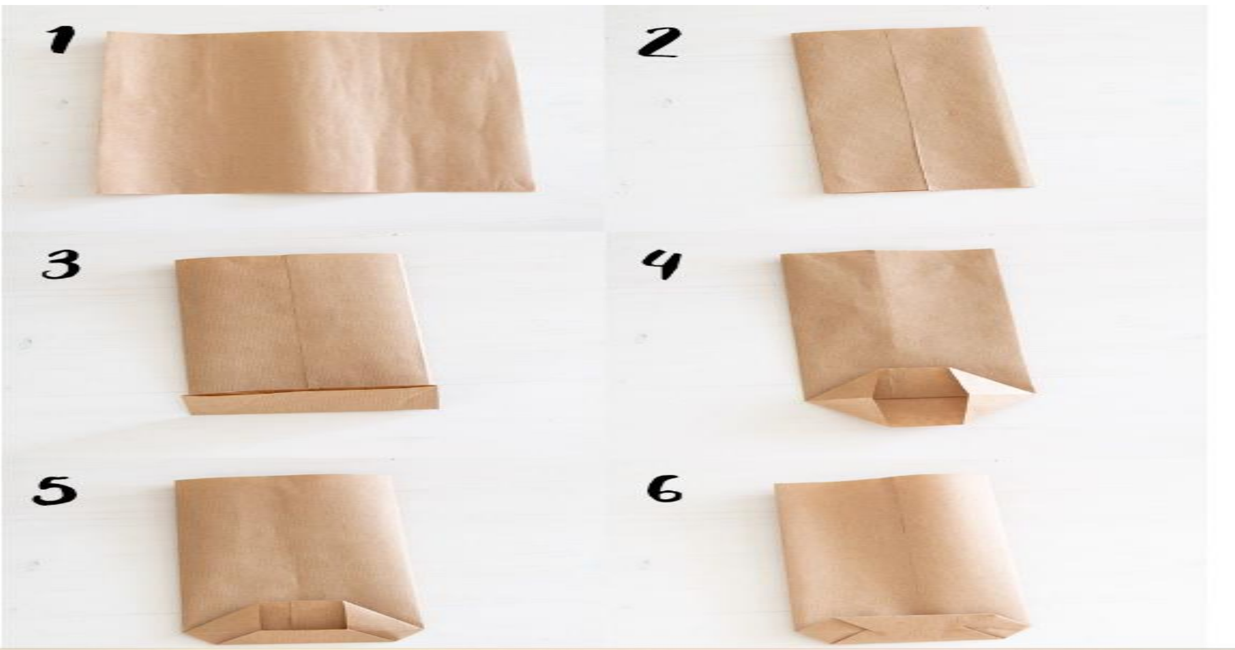
Reuse (**पुनः प्रयोग**) : प्रयोग गरेको सामानलाई पटक पटक प्रयोगमा ल्याइरहने । जस्तै एक पटक प्रयोगमा ल्याएको प्लाष्टिकका व्यागहरू खेर नफाली पुनः प्रयोग गरिरहने ।

Recycle (**प्रशोधन**) : खेर जाने/फाल्ने वस्तुलाई प्रशोधन गरेर त्यही वा नयाँ वस्तु वा सामान बनाउने ।

Refuse (**इन्कार**) : यदि त्यस्ता सामानहरू आफूलाई आवश्यक छैन र वातावरण तथा मानव जीवनलाई हानि पुग्छ भने 'इन्कार' गरौं । त्यस्ता सामग्री प्रयोग नगरौं ।

Rethink (**पुनः विचार**) : कुनै सामान प्रयोग गर्दा पुनः एक पटक सोचौं कि यस्ता सामानको प्रयोग नगरे नि हुन्छ कि ? त्यसको सट्टा अरु कुनै कम ऊर्जा, शक्ति, स्रोत र साधनको प्रयोग गर्न सकिन्छ कि ?

उदाहरणको लागि कागजको पेपरबाट पनि झोला बनाउन सकिन्छ ।



८. मेरो वातावरण मेरो जिम्मेवारी

परिचय	हाम्रो वरपरको वातावरण दिनपरदिन बिग्रदो अवस्थामा छ । यो कृयाकलापका माध्यमले सहभागीहरूले वातावरण भनेको के हो ? वातावरणीय अवस्था कसरी बिग्रिरहेको छ ? वातावरण संरक्षणका लागि हामी प्रत्येक व्यक्तिको जिम्मेवारी के के रहन्छ ? वातावरणीय सरसफाईको स्थिति पहिचान गर्न र वातावरणीय स्वच्छता व्यवस्थापनको लागि आफ्नो जिम्मेवारी महशुस गर्न प्रोत्साहित गर्ने उद्देश्य राख्दछ । यसमा सहभागीहरूले फोहोरका प्रकारहरू र फोहोर व्यवस्थापनका लागि व्यक्ति, समुदाय र उनीहरूका भूमिका पहिचान गर्नेछन् ।
उद्देश्य	✓ वातावरणीय सरसफाईको स्थिति पहिचान गर्न सक्षम हुनेछन् । ✓ वातावरणीय स्वछता व्यवस्थापनका अवधारणाहरू: फोहर उत्पादन कम गर्ने (Reduce), पुन: प्रयोग गर्ने (Reuse) र पुन: प्रयोग गर्न मिल्नेलाई नयाँ बनाएर प्रयोग गर्ने (Recycle) बिधिहरूको प्रयोग गरि वातावरणीय सरसफाइ गर्न सिक्नेछन् । ✓ वातावरण कसरी बिग्रदै गइरहेको छ भन्ने कुराको बारेमा जानकारी पाउनेछन् । ✓ वातावरण संरक्षणका लागि हरेक मानिसका जिम्मेवारीहरू के के हुन्छ भन्ने कुरा सिक्नेछन् ।
सीप	संज्ञानात्मक सीप, आत्मजागरण सीप, सिर्जनात्मक सोचाई सीप
सामग्री	बोर्ड, मार्कर, चार्ट पेपर, कार्यपाना
समय	९० मिनेट
प्रक्रिया	✍ बोर्डमा वातावरण र सरसफाई शब्द लेख्नुहोस् र सहभागीहरूलाई आफ्ना विचार राख्न लगाउनुहोस् । ✍ वातावरणीय सरसफाइको अवधारणाहरू प्रस्तुत गर्नुहोस् । ✍ उनीहरूलाई फोहरका प्रकार र फोहर व्यवस्थापनका अवधारणाहरू-फोहर उत्पादन कम गर्ने (Reduce) पुन: प्रयोग गर्ने (Reuse) र पुन: प्रयोग गर्न मिल्ने लाई नयाँ बनाएर प्रयोग गर्ने (Recycle) बारे सचित्र व्याख्या गर्नुहोस् । ✍ सहभागीहरूलाई ५/५ जनाको समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । ✍ प्रत्येक समूहलाई २/२ प्रति न्यूजप्रिन्ट, २ थरिका मार्कर (रातो र हरियो) र केही थान मेटाकार्ड उपलब्ध गराउनुहोस् । ✍ एउटा न्यूजप्रिन्टमा रातो मार्करले वातावरणमा नकारात्मक प्रभाव पार्ने तत्वहरू लेख्न लगाउनुहोस् र अर्को न्यूजप्रिन्टमा हरियो मार्करले वातावरण जोगाउन हाम्रो भूमिका के हुन्छ लेख्न लगाउनुहोस् । ✍ सबै समूहलाई आफ्नो समूह कार्य प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् र केही प्रश्न भए

<table>
<tr>
<td></td>
<td>
छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
✍ सहजकर्ताले वातावरणमा नकारात्मक प्रभाव पार्ने तत्वहरू र वातावरण जोगाउन हाम्रो भूमिका के हुन्छ भन्ने कुराहरू प्रष्ट गर्नुहोस् ।
✍ अन्त्यमा मेरो वातावरण, मेरो जिम्मेवारीसँग सम्बन्धित तलको लिङ्कबाट यूटुब श्रव्यदृश्य सामाग्री देखाउनुहोस । सहजकर्ताहरूका लागि यी भिडियोहरू पेनड्राइभमा समेत दिन सकिन्छ ।
➢ https://www.youtube.com/watch?v=KQrrPjZ-Dw4&pp=ygVCV29ybGQgRW52aXJvbm1lbnQgRGF5IDIwMTkgX0p1bmUgNSBfQW5pbWF0ZWQgdmlkZW8gYnkgVllgQW5pbWF0b3Jz
➢ https://www.youtube.com/watch?v=XyjTwZq7mnM&pp=ygUmUmVzcG9uc2liaWxpdHkgdG8gY29uc2VydmUgZW52aXJvbm1lbnQ%3D
➢ https://www.youtube.com/watch?v=2mypUP0yny4&pp=ygUUYWRkIGZvciBmdWVsIHNhdmluZyA%3D
➢ https://www.youtube.com/watch?v=0JGk-xsTaZQ
➢ https://www.youtube.com/watch?v=JaSe85Mcwp0&t=2s
</td>
</tr>
<tr>
<td>मुख्य सन्देश</td>
<td>
वातावरण भन्नाले हाम्रो वरिपरिको परिवेश भन्ने बुझिन्छ । वातावरण सम्पूर्ण प्राणीहरूको बासस्थान हो । वातावरणमा भएका सजीव तथा निर्जीव प्रकृतिका स्रोतहरूको उपभोग एवं उपयोगबाट नै जीवन प्रक्रिया चलेको हुन्छ, जसले प्राणीहरूलाई चाहिने हरेक आवश्यकता पूरा गर्दछ । वातावरणको अवस्था दिनानुदिन बिग्रिरहेको छ र यसले हामी मानव जगतमा चुनौती थपिएको छ । जसरी वातावरणलाई बिगार्नुमा हामी सबैको भूमिका छ त्यसरी नै यसलाई सुन्दर बनाउने जिम्मेवारी पनि हाम्रौ नै रहन्छ । फोहोर भनेको कुनै पनि अनावश्यक वा बेकार सामग्री हो । प्रदुषित वातावारणको कारणले विभिन्न रोगहरू लाग्नुका साथै जैविक प्राणीको अस्तित्वमा समेत खतरा उत्पन्न हुन्छ ।
फोहर सड्ने र नसड्ने गरी दुई किसिमका हुन्छन् फोहोर व्यवस्थापनका लागि उपयुक्त विधिहरू: उत्पादन कम गर्ने (Reduce), पुनः प्रयोग गर्ने (Reuse) र पुनःप्रयोग गर्न मिल्नेलाई नयाँ बनाएर प्रयोग गर्ने (Recycle) आदि हाल प्रचलित छन् । वातावरण जोगाउनका लागि हामी प्रत्येक मानिसले एकसाथ काम गर्न आवश्यक छ ।
<table>
<tr><th>वातावरणलाई प्रभाव पार्ने तत्वहरू</th><th>वातावरण जोगाउन मेरो जिम्मेवारी</th></tr>
<tr>
<td>➢ वायू प्रदूषण
➢ माटो प्रदूषण
➢ ध्वनी प्रदूषण
➢ पानी प्रदूषण
➢ विकिरण प्रदूषण, आदि</td>
<td>➢ म धेरैभन्दा धेरै रुख बिरुवाहरू रोप्नेछु ।
➢ म पानीको सही सदुपयोग गर्नेछु ।
➢ म प्लाष्टिकको प्रयोग कम गर्नेछु, जथाभावि फाल्ने र जलाउने छैन ।
➢ म कागजहरू खेर फाल्ने छैन ।
➢ नजिकै भए पैदलै जाऔं सिद्धान्त अपनाउनेछु ।
➢ म खेर जाने वस्तुको पुनः प्रयोग गर्नेछु ।
➢ म जथाभावी आगो बाल्ने छैन ।</td>
</tr>
</table>
</td>
</tr>
</table>

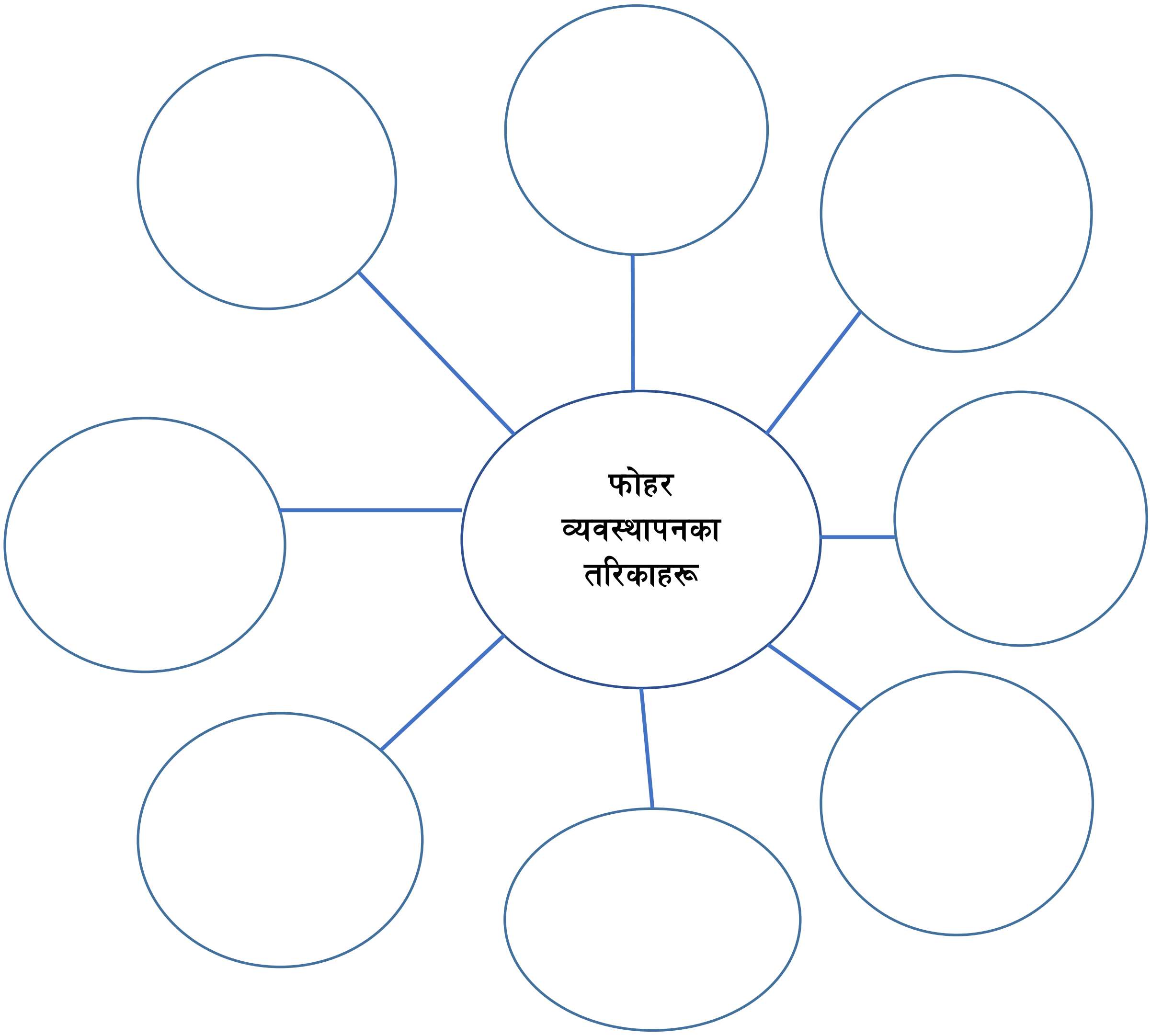
Save the Children

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

सत्र संचालनका लागि आवश्यक सन्दर्भ सामग्री तयार गर्नुहोस । वातावरणीय सरसफाईसँग सम्बन्धित अवधारणाहरू व्याख्या गर्नुहोस् । सहभागीहरूलाई उत्पादन कम गर्ने (Reduce), पुनः प्रयोग गर्ने (Reuse) र पुनः प्रयोग गर्न मिल्नेलाई नयाँ बनाएर प्रयोग गर्ने (Recycle) विधिहरू प्रयोग गरेर फोहोर व्यवस्थापन गर्न सिकाउनुहोस् ।

कार्यपाना १५: फोहर व्यवस्थापन

नोटः मस्तिष्क मन्थन गरी वातावरण संरक्षणका तरिकाहरू लेख्नुहोस् ।



Save the Children

९. वातावरणमैत्री समुदायको लागि हाम्रो प्रतिवद्धता

परिचय	समुदायमा हाम्रो हो हामीले यसको संरक्षण र प्रर्वद्धन गर्नुपर्छ । यसको बचाउ गर्न हामी आ-आफ्नो ठाउँबाट मिलीजुली लाग्नु पर्छ । हामीले गर्ने हरेक क्रियाकलापहरू वातावरणमैत्री हुने खालका हुनुपर्छ । साथै हाम्रा सेवा, उत्पादन, व्यापार व्यवसाय पनि वातावरणलाई असर नहुने खालको हुनुपर्छ ।
उद्देश्य	✓ वातावरणमैत्री हुने किसिमका क्रियाकलापहरू रोज्नुपर्छ भन्ने कुराको जानकारी पाउनेछन् । ✓ म, मेरो संस्था/व्यवसाय र मेरो समुदायका हरेक परिवारले कम्तिमा ५ वटा वातावरण जोगाउने खालका क्रियाकलापहरू तय गर्नेछन् ।
सीप	हरित सीप
सामग्री	कार्यपाना, सादा पाना, स्केल, सीसाकलम, साइनपेन, न्युजप्रिन्ट, ग्लुस्टिक वा गम
समय	६० मिनेट
प्रक्रिया	✍ सहभागीहरूलाई समावेशी तरिकाले पाँच समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । ✍ हरेक समूहलाई वातावरणमैत्री हुने खालको क्रियाकलापहरू सादा पानामा टिपोट गर्न लगाउनुहोस् । ✍ समूहकार्यबाट आएको क्रियाकलापहरूलाई प्रस्तुत गर्न लगाउँदै क्रमश: अर्को समूहबाट पृष्ठपोषण लिनुहोस् । ✍ सहभागीहरूलाई वातावरणमैत्री बनाउनको लागि प्रत्येकलाई कम्तिमा ५ वटा प्रतिबद्धता लिनुहोस् ।
मुख्य सन्देश	हरेक सहभागीहरूले आफू, संलग्न संस्था वा व्यवसायमा वातावरणमैत्री क्रियाकलापहरू सुरुवाट गर्नुपर्छ र त्यस्तो खालको क्रियाकलापहरू गर्न सम्भव नभएको अवस्थामा त्यसको उचित व्यवस्थापन गर्नुपर्दछ ।

Save the Children

सहजकर्ताका लागि निर्देशन

यो सत्र सञ्चालन गर्दा वातावरणमैत्री हुने खालका क्रियाकलापहरू पहिचान गर्नुहोस् । लेखपढ गर्न नसक्ने सहभागीहरूलाई मौखिक तवरले प्रष्ट गर्नुहोस् । अपाङ्गता भएका व्यक्ति मैत्री सिक्ने वातावरण श्रृजना गर्नुहोस् ।

कार्यपाना १६: म, मेरो व्यवसाय वा हाम्रो संस्थाको प्रतिवद्धता

क्रियाकलापहरू	समय अवधि	जिम्मेवारी

Save the Children