



नेपाल सरकार  
शिक्षा मन्त्रालय  
शिक्षा विभाग

# वार्षिक विद्यालय सुधार योजना अद्यावधिकका लागि सहयोगी तालिम पुस्तिका तथा विद्यालयमा विपद् पूर्वतयारीसम्बन्धी सन्दर्भ सामग्री



पुस, २०७२ (जनवरी, २०१६)

प्रकाशक

नेपाल सरकार  
शिक्षा मन्त्रालय  
शिक्षा विभाग  
सानोठिमी, भक्तपुर

© सर्वाधिकार

शिक्षा विभाग

मुद्रण

मकालु प्रकाशन गृह  
फोन: ०१-४४३५१४८

पुस, २०७२ (जनवरी, २०१६)

३२,००० प्रति

(नेपालका सबै सामुदायिक विद्यालयहरूलाई वितरण गरिएको)

## प्राक्कथन

नेपालको वर्तमान संविधान, नीति तथा कार्यक्रमहरूले शिक्षालाई अधिकारका रूपमा सुनिश्चित गरेको परिवेशमा स्थानीय सरोकारवालाहरूलाई शैक्षिक विकासका हरेक क्रियाकलापमा प्रत्यक्ष रूपमा परिचालन गराई शैक्षिक योजना तर्जुमा र कार्यान्वयन गर्ने, आवश्यक साधन स्रोतको खोजी एवम् परिचालन गर्ने, अनुगमन मूल्याङ्कन गर्ने र प्राप्त लाभहरूको समुचित वितरण गर्ने जस्ता कार्यहरू गर्न स्थानीय सरोकारवालाहरूको अर्थपूर्ण सहभागिता र जवाफदेहिता अभिवृद्धि गर्नु आजको आवश्यकता हो ।

लोकतान्त्रिक शासन व्यवस्थामा विकेन्द्रीकरणका माध्यमबाट स्थानीय तहका आवश्यकता र समस्या स्थानीय स्तरबाटै परिपूर्ति र समाधान गर्ने गराउने पद्धति अपनाइएको हुन्छ । यसका लागि स्थानीय तहका जनतालाई सशक्तीकरण गरी हरेक प्रकारका विकासात्मक कार्यमा बढी भन्दा बढी सहभागी गराउने वातावरण आवश्यक ठानिन्छ । यसै अभिप्रायले स्थानीय तहमा शैक्षिक योजना निर्माण, परिमार्जन, कार्यान्वयन र अनुगमन गर्ने सीप र क्षमताको विकास गर्नका लागि शिक्षा मन्त्रालयले विभिन्न प्रयास गर्दै आएको छ । यस्तै कडीको एक अंशका रूपमा विद्यालय सुधार योजना निर्माण र कार्यान्वयनको प्रयास पनि एक हो ।

विद्यालय सुधार योजना शिक्षामा हाल देखिएका गुणस्तरको कमी, अभिभावकहरूमा व्याप्त निष्क्रियता तथा अन्य विसङ्गतिहरू हटाउन सहयोग गर्ने तथा स्थानीय तहको समस्या समाधानमा अभिभावक तथा स्थानीयतहकै चासो र सहभागिता वृद्धि गर्ने अवधारणाबाट प्रेरित भई सुरु गरिएको हो । यसलाई अभिभावक, शिक्षक, विद्यालय व्यवस्थापन समिति, तथा स्थानीय सचेत वर्गबिच पारस्परिक सहयोग बढाउने र सँगै बसी समस्याको पहिचान र निराकरण गर्ने प्रक्रियाको एक अग्रगामी प्रयासका रूपमा लिइएको छ । त्यसैले यस मर्म र अवधारणालाई कार्य व्यवहारमा उतार्नका लागि शिक्षा मन्त्रालय तथा शिक्षा विभागबाट भएका विभिन्न प्रयासमध्ये विद्यालय सुधार योजना निर्माण र कार्यान्वयन गर्ने व्यवस्था पनि एक हो । उक्त योजना व्यवहारमा प्रयोगमा ल्याइएको एक दशकभन्दा बढी भइसकेको छ । यसले योजनाबद्ध शैक्षिक विकासका लागि क्षमता विकास गर्दै स्थानीय साधन स्रोतको पहिचान तथा परिचालनमा महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दै आएको छ । यसमा जापान अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग नियोगको प्राविधिक सहयोगमा शिक्षा विभागद्वारा सञ्चालित विद्यालय व्यवस्थापनमा सुधार सहयोग (JICA/SISM2) परियोजनाले महत्त्वपूर्ण सहयोग गर्दै आएको छ । यसकै निरन्तर प्रयासको एक अंशका रूपमा विद्यालय सुधार योजना अद्यावधिक गर्नका लागि क्षमता विकास गर्न एवम् नेपालको समसामयिक परिवेशमा विपद् व्यवस्थापनसम्बन्धी ज्ञान, सीप प्रदान गर्ने अभिप्रायले विकास गरिएको यो सामग्री सम्बन्धित सबै सरोकारवालाहरूलाई व्यवहारिक र उपयोगी हुने विश्वास लिएको छ ।

यस सामग्री सम्बद्ध तालिम कार्यक्रमले विद्यालयहरूलाई वार्षिक विद्यालय सुधार योजना अद्यावधिक गर्न र उक्त योजनामा विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी कार्यकलापहरू सञ्चालन गर्न आवश्यक क्षमता विकास गर्न सहयोग पुर्याउने अपेक्षा गर्दै यसको प्रभावकारी उपयोग हुने आशा एवम् विश्वास लिदै कार्यक्रमको सफलताको समेत कामना गर्दछु ।

यस पुस्तिका तयारीको क्रममा सञ्चालन गरिएका कार्यशाला, स्थलगत भ्रमण तथा छपाइ लगायतका कार्यहरूका लागि प्राविधिक सहायता प्रदान गर्ने जापान अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग नियोग र सिसम२ लाई धन्यवाद ज्ञापन गर्न चाहन्छु । पुस्तिका तयार गर्न सल्लाह एवम् मार्गदर्शन प्रदान गर्ने शिक्षा विभागका निर्देशक द्वय श्री देव कुमारी गुरागाई र श्री वैकुण्ठप्रसाद अर्याललाई धन्यवाद दिन चाहन्छु । सरल, सहज भाषा शैलीमा शैक्षिक पेसाकर्मी र सम्बन्धित आम सरोकारवालालाई सहयोगी सिद्ध हुनेगरी पुस्तिका लेखन र परिमार्जन कार्यमा योगदान दिनुहुने शिक्षा विभागका उपनिर्देशक श्री नारायणकृष्ण श्रेष्ठ, श्री शिवप्रसाद उप्रेती, श्री रामराज खकुरेल, श्री योगेन्द्र प्रसाद बराल, श्री विष्णुप्रसाद अधिकारी तथा शाखा अधिकृतहरू श्री मेघनाथ शर्मा, श्री अर्जुन ढकाल, श्री विष्णुप्रसाद

आचार्य, शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्रका उपनिर्देशक द्वय श्री दिनेश खनाल, श्री यमनारायण घिमिरे एवम् पाठ्यक्रम विकास केन्द्रका उपनिर्देशक श्री डम्बर आङ्देम्बे र पाठ्यक्रम अधिकृत श्री हेमराज खतिवडाबाट भएको प्रयासको सराहना गर्दछु ।

यस पुस्तिकालाई यस रूपमा ल्याउन विभिन्न सरकारी र संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय निकायहरू तथा अन्तर्राष्ट्रिय/राष्ट्रिय गैसस एवम् सरोकारवालाहरूको महत्त्वपूर्ण योगदान रहेको छ । यस सामग्रीमा विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी कार्यमा सहयोग पुर्याउने विपद् क्षेत्रमा काम गर्ने विकास साभेदारहरू/सङ्घ संस्थाहरूप्रति आभार प्रकट गर्दछु । यस सामग्रीको परीक्षण कार्यमा सहयोग पुर्याउने श्री यपी भैरव निम्न माध्यमिक विद्यालय चाँगुनारायण, भक्तपुर, परामर्श बैठकमा सहभागी भई गहन सुझाव दिनुहुने भक्तपुर जिल्लाका ७ ओटा विद्यालयका प्रधानअध्यापक, विद्यालय व्यवस्थापन समिति, स्रोत व्यक्ति, विद्यालय निरिक्षक तथा जिल्ला शिक्षा कार्यालय प्रतिनिधिहरूलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु । अन्त्यमा नेपालको विद्यालय तहको शैक्षिक व्यवस्थापनसम्बन्धी क्षमता विकास तथा विकासात्मक कार्यमा निरन्तर रूपमा प्राविधिक सहयोग पुर्याउने जापान अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग नियोग र सिसमर लाई विशेष आभार व्यक्त गर्दै यो सामग्रीको उद्देश्य र लक्ष्य पुरा गर्न परियोजना सफल होओस् भन्ने कामना समेत व्यक्त गर्दछु । साथै यस कार्यमा सम्पूर्ण सरोकारवालाबाट सकारात्मक सहयोग पुर्याउन हुन समेत अनुरोध गर्न चाहन्छु ।

अन्त्यमा, यस पुस्तिकालाई थप प्रभावकारी, उपयोगी तुल्याउन सम्बन्धित सबै सरोकारवालाहरूबाट रचनात्मक सुझाव र पृष्ठपोषणको अपेक्षा गर्दछु ।

खगराज बराल  
महानिर्देशक  
शिक्षा विभाग

## सङ्क्षेपीकरणहरू

आव	-	आर्थिक वर्ष
गाविस	-	गाउँ विकास समिति
गैसस	-	गैरसरकारी संस्था
जिशिका	-	जिल्ला शिक्षा कार्यालय
जिविस	-	जिल्ला विकास समिति
नपा	-	नगरपालिका
प्रअ	-	प्रधानअध्यापक
पाविके	-	पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
विस	-	विक्रम सम्वत्
विसुयो	-	विद्यालय सुधार योजना
विव्यस	-	विद्यालय व्यवस्थापन समिति
विनि	-	विद्यालय निरीक्षक
शैताके	-	शैक्षिक तालिम केन्द्र
शैजविके	-	शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र
शिअस	-	शिक्षक अभिभावक सङ्घ
क्षेशिनि	-	क्षेत्रीय शिक्षा निर्देशनालय



## विषयसूची

पृष्ठ नं

प्राक्कथन

सङ्क्षेपीकरण

पृष्ठभूमि

१

परिचय

१

**खण्ड एक : वार्षिक विद्यालय सुधार योजना अद्यावधिक**

४

१. वार्षिक विसुयो (Annual SIP) को ढाँचा/विषयवस्तुहरू

४

२. वार्षिक विसुयो अद्यावधिकका चरणहरू

५

३. वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गर्नका लागि विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको खाका

६

४. विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको विस्तृत सत्र योजना

८

**खण्ड दुई : विद्यालयमा विपद् पूर्वतयारीसम्बन्धी सन्दर्भ सामग्रीहरू**

२१-५८

## पृष्ठभूमि

शिक्षा विभागद्वारा गत वर्ष (आव ०७१/०७२) मा “विद्यालय सुधार योजना निर्माण सहयोगी पुस्तिका”, “विद्यालयस्तरीय कार्यशाला सहयोगी पुस्तिका” र “विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची” गरी तीन प्रकारका तालिम सामग्रीहरू नेपाल भरिका प्रत्येक सामुदायिक विद्यालयलाई वितरण गरिएको थियो । तत्पश्चात क्षेत्रीयदेखि विद्यालयस्तरसम्म तहगत (Cascade) ढाँचामा अभियानका रूपमा तालिम सम्पन्न भएका थिए । प्रत्येक सामुदायिक विद्यालयका प्रधानाध्यापक (प्रअ) वा शिक्षकमध्ये एकजना र विद्यालय व्यवस्थापन समिति (विव्यस) को प्रतिनिधि एक गरी दुईजना प्रतिनिधिहरूले विद्यालय सुधार योजना (विसुयो) निर्माण र अद्यावधिक तथा विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको सहजीकरण कसरी गर्ने भन्ने विषयमा तालिम प्राप्त गरिसकेका छन् । विद्यालयस्तरीय कार्यशालामा विद्यालयस्तरका सरोकारवालाहरूको प्रतिनिधिहरूले भाग लिएका थिए । उक्त राष्ट्रव्यापी तालिम/अभियानले प्रत्येक विद्यालयहरूलाई विसुयो अद्यावधिक गर्न सक्षम बनाएको र उक्त अभियानपश्चात् सबै विद्यालयहरूले पाँच वसे विसुयो निर्माण तथा शैक्षिक सत्र २०७२ को वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गरी पेस गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

गत आवमा सञ्चालित राष्ट्रव्यापी तालिम/अभियानको समीक्षा र पृष्ठपोषणका लागि शिक्षा विभाग, शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्र (शैजविके) तथा पाठ्यक्रम विकास केन्द्र (पाविके) द्वारा जापान अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग नियोग (जाइका) को प्राविधिक सहयोगमा सञ्चालित विद्यालय व्यवस्थापनमा सुधार सहयोग परियोजना, दोस्रो चरण (सिसम२) मार्फत यस वर्ष (२०७२) नेपालका सबै विद्यालयहरूलाई वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गर्न सहयोगका लागि पुनर्ताजगी कार्यशाला/अभिमुखीकरण सञ्चालन गर्ने योजना रहेको छ ।

यस वर्ष सञ्चालन गरिने पुनर्ताजगी कार्यशाला/अभिमुखीकरणले विद्यालयहरूलाई विपद्सम्बन्धी पूर्वतयारी (जसलाई पहिलेको तालिममा पर्याप्त मात्रामा ध्यान दिन सकिएको थिएन) समेतका कार्यक्रमहरू तर्जुमा गरी वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गर्नका लागि समेत अवसर प्रदान गरेको छ । विस २०७२ को विनाशकारी भूकम्पबाट सामना गर्नु परेको क्षतिबाट विद्यालयहरूले सरोकारवालाहरूको सहभागितामा विद्यालयमा आधारित विपद् जोखिम न्यूनीकरणका कार्यक्रमहरू तर्जुमा गरी नियमित रूपमा सञ्चालन गर्नुपर्ने पाठ सिकाएको छ । यसका लागि सबैभन्दा प्रभावकारी तथा उपयुक्त तरिका भनेको विद्यालयले आफ्नो विसुयोमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी कार्यकलापहरू समावेश गर्नु नै हो । यही उद्देश्य पुरा गर्नका लागि यो सहयोगी पुस्तिका तयार पारिएको हो । यो पुस्तिका क्षेत्रीय, जिल्ला, स्रोतकेन्द्र र विद्यालयस्तरीय कार्यशाला/अभिमुखीकरण मार्फत सबै जिल्ला शिक्षा कार्यालय (जिश्का), स्रोत केन्द्र तथा सामुदायिक विद्यालयहरूमा वितरण गरिनेछ । क्षेत्रीय, जिल्ला, स्रोतकेन्द्र र विद्यालयस्तरीय कार्यशाला/अभिमुखीकरण २०७२ साल पुसदेखि २०७३ साल वैशाख महिनाभित्र सञ्चालन गरिनेछ ।

## परिचय

प्रस्तुत पुस्तिका तथा सन्दर्भ सामग्रीहरू शिक्षा विभाग, शैजविके, पाविके तथा सिसम२ परियोजनाको संयुक्त प्रयासमा तयार पारिएको हो । यसबाहेक यो पुस्तिका तयार गर्दा विभिन्न सरकारी र संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय निकायहरू तथा अन्तर्राष्ट्रिय/राष्ट्रिय गैससका साथसाथै पेसागत विज्ञहरूबाट प्रकाशीत रचनाहरूलाई समेत सन्दर्भ सामग्रीका रूपमा प्रयोग गरिएको छ ।

प्रस्तुत पुस्तिका वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गर्न **स्वअध्ययन सामग्रीका रूपमा तयार पारिएको हो । खण्ड एक यस पुस्तिकाको मुख्य भाग हो ।** यस पुस्तिकाको खण्ड दुईमा शिक्षकहरूलाई विपद् पूर्वतयारीका विषयमा आधारभूत ज्ञान हासिल होस् भन्नाका लागि विभिन्न स्रोतबाट सङ्कलित विपद् पूर्वतयारीसम्बन्धी विभिन्न विषयवस्तुहरू सन्दर्भ सामग्री र नमुनाका रूपमा समावेश गरिएका छन् । **यस पुस्तिकाको मर्म विपद् पूर्वतयारी योजनाका लागि विस्तृत मोडल दिने वा विद्यालयलाई यो गर्ने यो नगर्ने भनेर निर्देशन दिने नभई यहाँ दिइएको जानकारीहरूको प्रयोग गरेर स्थानीय परिवेशमा आधारित भई बहस/छलफलको सुरूआत गर्ने हो ।**



**पुस्तिकाको उद्देश्यहरू:** मुख्यतया यस सहयोगी पुस्तिकाको दुई ओटा उद्देश्यहरू रहेका छन्:

- विद्यालयहरूलाई वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गर्न सहयोग गर्नु र
- वार्षिक विसुयोमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी कार्यकलापहरू समावेश गराउन विद्यालयहरूलाई सहयोग गर्नु ।

**पुस्तिकाको प्रयोगकर्ताहरू:** यस पुस्तिकाका प्रयोगकर्ताहरू यस प्रकार रहेका छन् :

- प्रअ, शिक्षकहरू, विव्यस र शिअसका सदस्यहरू यस पुस्तिकाका प्रयोगकर्ताहरू हुन् जसले विद्यालयका सरोकारवालाहरूको सहभागितामा विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको सहजीकरण गर्दछन् र विसुयो अद्यावधिक गर्दछन् ।
- वार्षिक विसुयो अद्यावधिकका लागि तहगत रूपमा सञ्चालन गरिने कार्यशाला/अभिमुखीकरणमा सहभागी हुने प्रशिक्षक प्रशिक्षणका सहभागीहरू ।

**पुस्तिकामा समावेश गरिएका मुख्य विषयवस्तुहरू:** यस पुस्तिकामा खण्ड एक र दुई गरी दुई भाग समेटिएको छ:

- खण्ड एकमा वार्षिक विसुयो तयारी प्रक्रियाका लागि आवश्यक विषयवस्तुहरू पुनर्ताजगीका रूपमा समावेश गरिएको छ । यसले विद्यालयस्तरीय कार्यशाला कसरी सञ्चालन गर्ने भन्ने विषयमा मार्गनिर्देशन गर्दछ ।
- खण्ड दुईमा विद्यालयमा आधारित विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी विषयहरू समावेश गरिएको छ । यो भागमा समावेश गरिएका सन्दर्भ सामग्रीहरूले यस पुस्तिका प्रयोगकर्ताहरूलाई विपद् पूर्वतयारीका बारेमा आधारभूत जानकारी प्रदान गर्न सहयोग पुर्याउनुका साथै विद्यालयमा आधारित विपद् पूर्वतयारी योजना तर्जुमाका बारेमा मनन तथा छलफल गर्नका लागि सङ्केत गर्दछ ।

## प्रबोधीकरण विधि

यो पुस्तिका क्यासकेड ढाँचा (Cascade Approach) बाट सञ्चालन गरिने कार्यशाला/अभिमुखीकरण मार्फत नेपालका प्रत्येक सामुदायिक विद्यालयहरूलाई उपलब्ध गराइने छ ।

### आव ०७२/०७३ मा सञ्चालन गरिने कार्यशाला/अभिमुखीकरणको तहगत प्रक्रिया

	क्षेत्रीयस्तरीय प्रशिक्षक प्रशिक्षण पुनर्ताजगी	जिल्लास्तरीय अभिमुखीकरण	स्रोत केन्द्रस्तरीय अभिमुखीकरण	विद्यालयस्तरीय कार्यशाला
<b>उद्देश्य</b>	जिल्लास्तरीय अभिमुखीकरणको तयारी	स्रोतकेन्द्रस्तरीय अभिमुखीकरण तयारी	विद्यालयस्तरीय कार्यशाला तयारी	वार्षिक विसुयो अद्यावधिक
<b>सहजकर्ता</b>	शिक्षा मन्त्रालय, शिक्षा विभाग, शैजविके तथा पाविकेका प्रशिक्षकहरू	क्षेत्रीय प्रशिक्षक प्रशिक्षण पुनर्ताजगीका सहभागीहरू	जिल्लास्तरीय अभिमुखीकरणका सहभागीहरू	स्रोत केन्द्रस्तरीय अभिमुखीकरणका सहभागीहरू
<b>सहभागीहरू</b>	प्रत्येक जिल्लाबाट दुईजना प्रतिनिधिहरू तथा क्षेत्रीय प्रतिनिधि	सहायक जिशिअ, विनि, स्रोत व्यक्ति र अन्य आवश्यकता अनुसार	प्रत्येक विद्यालयका प्रअ	विव्यस, शिअस, शिक्षक, अभिभावक, विद्यार्थीहरू तथा अन्य प्रतिनिधिहरू
<b>तालिम अवधि</b>	दुई दिन	२-३ घण्टा	२-३ घण्टा	१ दिन
<b>कार्य सञ्चालन मार्गदर्शन (OG)</b>	कार्य सञ्चालन मार्गदर्शन-१ (OG-1)	कार्य सञ्चालन मार्गदर्शन-२ (OG-2)	कार्य सञ्चालन मार्गदर्शन-३ (OG-3)	विद्यालयस्तरीय कार्यशाला सहयोगी पुस्तिका र प्रस्तुत पुस्तिका

### पुस्तिकामा विशेष जोड दिइएका विषयहरू:

विसुयो विद्यालयको एउटा महत्त्वपूर्ण दस्तावेज हो, जसले विद्यालयको समग्र व्यवस्थापनमा सुधार ल्याई शिक्षण सिकाइमा सहयोग पुर्याउँछ। यसले विद्यालयको समग्र व्यवस्थापकीय पक्षलाई नै समेट्ने काम गर्दछ। विसुयो अद्यावधिक गर्नका लागि सञ्चालन गरिने विद्यालयस्तरीय कार्यशालामा सरोकारवालाहरूको सहभागितामा विद्यालयको वर्तमान अवस्था, सबाल, आवश्यकता र प्राथमिकताका विषयहरूमा छलफल गर्नुपर्दछ। यस पुस्तिकामा विपद् पूर्वतयारीका कार्यकलापहरूलाई मुख्य जोड दिइएको छ। आगामी शैक्षिक सत्रका लागि वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गर्दा विपद् पूर्वतयारीका विषयमा गहन छलफल गर्नु आवश्यक छ र यसलाई हरेक वर्ष वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गर्दा निरन्तरता दिनुपर्दछ। विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिका तथा विद्यालयस्तरीय कार्यशाला सहयोगी पुस्तिकामा उल्लिखित विषयवस्तुहरूको आधारमा विद्यालयहरूले आफ्नो परिवेश र आवश्यकताअनुसार विषयवस्तुहरूमा थपघट गरी प्रयोगमा ल्याउन सक्नेछन्।

### थप सामग्रीहरू:

प्रस्तुत पुस्तिका विद्यालयहरूले प्रत्येक शैक्षिक सत्रका लागि तयार गर्ने वार्षिक विसुयो अद्यावधिकका लागि थप पूरक सामग्री हो। विद्यालयले यस पुस्तिकालाई देहायअनुसारका सामग्रीहरूसँगै प्रयोग गर्नुपर्छ:

- विद्यालय सुधार योजना निर्माण सहयोगी पुस्तिका
- विद्यालयस्तरीय कार्यशाला सहयोगी पुस्तिका
- विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची\*

\*गतवर्ष (२०७१ सालमा) सबै विद्यालयहरूलाई वितरण गरिएको A0 आकारको विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची। पहिलाको रूजुसूचीमा गतवर्ष लेखिएको भाग मेटेर अथवा रूजुसूचीमा भएका पुरानो तथ्याङ्कमाथि न्युजप्रिन्ट टाँसेर रूजुसूचीलाई पुनःप्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ।

## खण्ड एक : वार्षिक विसुयो अद्यावधिक (Updating the Annual SIP)

विद्यालय सुधार योजना निर्माण सहयोगी पुस्तिकामा प्रत्येक सामुदायिक विद्यालयहरूले योजना निर्माणका बखत पाँच बर्से योजना तर्जुमा गर्ने र बाँकी चार वर्षको हकमा प्रत्येक शैक्षिक सत्रको प्रारम्भमा चालु वर्षको विस्तृत वार्षिक कार्यान्वयन योजना तर्जुमा/अद्यावधिक गर्ने नीतिगत व्यवस्था गरेको छ । सबै विद्यालयहरूले चालु वर्षको विस्तृत वार्षिक कार्यान्वयन योजनाको एक एकप्रति सम्बन्धित गाउँ विकास समिति (गाविस)/नगरपालिका (नपा), स्रोत केन्द्र, जिशिका र अन्य निकायहरूमा पेस गर्नुपर्दछ ।

### १. वार्षिक विसुयोको ढाँचा/विषयवस्तुहरू

विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची ८ मा निम्नअनुसारको वार्षिक कार्यान्वयन योजनाको खाका उल्लिखित गरिएको छ :

२०..... सालका लागि विस्तृत वार्षिक कार्यक्रम तथा बजेट तालिका

क्र.स.	सुधार कार्यकलाप सूचक	लक्ष्य	विस्तृत कार्यकलाप	अनुमानित लागत	सम्भाव्य स्रोत
१.					
२.					
३.					

२०..... सालको कार्ययोजना तालिका

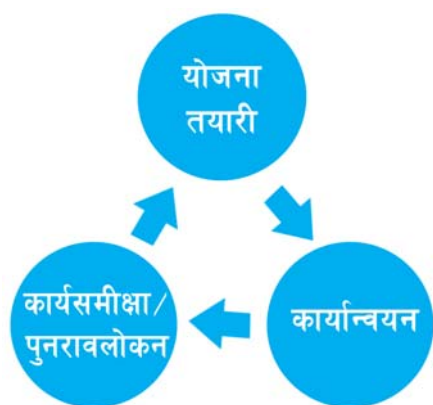
क्र.स.	विस्तृत कार्यकलाप	जिम्मेवार व्यक्ति	त्रैमासिक समय सीमा*			
			वैशाखदेखि असार	श्रावणदेखि असोज	कार्तिकदेखि पुस	माघदेखि चैत्र

(\*विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकामा व्यवस्था गरिएको चौमासिकलाई त्रैमासिकमा परिवर्तन गरिएको ।)

## २. वार्षिक विसुयो अद्यावधिकका चरणहरू

यस भागमा वार्षिक विसुयो अद्यावधिकका पाँच ओटा चरणहरू बारेमा सारांशमा प्रस्तुत गरिएको छ ।

### चरण १: गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको समीक्षा



योजना तर्जुमा एकपटकमा सकिने विषय होइन, यो त एउटा नियमित प्रक्रिया वा चक्र हो । विगतको अनुभव र सिकाइको समीक्षा र वर्तमान अवस्था विश्लेषणबाट योजना तयारी सुरुआत हुन्छ । विव्यसले गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको प्रभावकारी कार्यान्वयन भएनभएको समीक्षा गर्नु आवश्यक हुन्छ । विव्यसले गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको कार्यान्वयन अवस्थाको समीक्षा गरी सोको निष्कर्ष र निचोड विद्यालयस्तरीय कार्यशालाका सहभागीहरूलाई प्रस्तुत गर्नका लागि तयारी गर्नुपर्दछ ।

### चरण २: विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको तयारी

प्रअ र विव्यसले अन्य शिक्षकहरूको सहयोगमा विद्यालयस्तरीय कार्यशाला सञ्चालनका लागि निम्नअनुसारका तयारी कार्यहरू गर्नुपर्दछ :

- (१) यस पुस्तिकामा समावेश गरिएका विषयवस्तुहरूको गहन अध्ययन/बुझाइ र विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको तयारी
- (२) विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको मिति तोक्ने र कार्यशालाका सहभागीहरूलाई आमन्त्रण गर्ने
- (३) कार्यशाला सञ्चालनका लागि आवश्यक निम्नानुसारका दस्तावेजहरू तयार गर्ने :



- चालु शैक्षिक सत्रको “विस्तृत वार्षिक कार्यक्रम तथा बजेट तालिका” (विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची ८ मा उल्लिखित गरिएअनुसार) ।
- विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची र न्युजप्रिन्टहरू (यस पुस्तिकाको पृष्ठ १५ देखि २० सम्ममा उल्लिखित विस्तृत सत्र योजना अनुसार)
- विद्यालयको अद्यावधिक तथ्याङ्क (विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकामा उल्लिखित तालिकाहरूमध्ये कम्तीमा पाँच ओटा)

(विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची एकमा विभिन्न नौ ओटा तालिकाहरू नमुनाका लागि उल्लिखित छन् र सबै तालिकाहरू प्रयोग गर्न सिफारिस गरिन्छ । कार्यशालाको अवधी एक दिन मात्र भएको र वार्षिक योजना तर्जुमा गर्दा सबै तालिकाहरू आवश्यक भएतापनि तल उल्लिखित कम्तीमा पाँच ओटा तालिकाहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ)

- क) “आन्तरिक सक्षमताको अवस्था” (विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची १ मा उल्लिखित तालिका-२)
- ख) “विद्यार्थीहरूको सिकाइ उपलब्धि विवरण” (विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची १ मा उल्लिखित तालिका-३)
- ग) “विद्यालय सञ्चालन व्यवस्था” (विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची १ मा उल्लिखित तालिका-५)

- घ) “भौतिक सुविधा व्यवस्था” (विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची १ मा उल्लिखित तालिका-६)
- ड) “विद्यालयको व्यवस्थापकीय प्रबन्ध”, “१५ विपद् पूर्वतयारी” बुँदा थप गरी (विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची १ मा उल्लिखित तालिका-७)
- (४) सामाजिक परीक्षण गर्दा पाइएका मुख्य नतिजा/सवालहरू
- (५) कार्यशाला स्थल र स्टेसनरीको तयारी (थप जानकारीका लागि कृपया गत वर्ष उपलब्ध गराइएको विद्यालयस्तरीय कार्यशाला सहयोगी पुस्तिकाको १० देखि १२ पृष्ठ हेर्नुहोला) ।

### चरण ३: विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको व्यवस्थापन र सहजीकरण

वार्षिक कार्यान्वयन योजना तर्जुमा/अद्यावधिकका लागि विद्यालयले विद्यालयका मुख्य सरोकारवालाहरूको प्रतिनिधित्व सुनिश्चित गराई कम्तीमा एक दिने कार्यशाला सञ्चालन गर्नुपर्दछ । कार्यशालाको विस्तृत विषयवस्तु यस पुस्तिकाको पृष्ठ ७ मा समावेश गरिएको छ ।

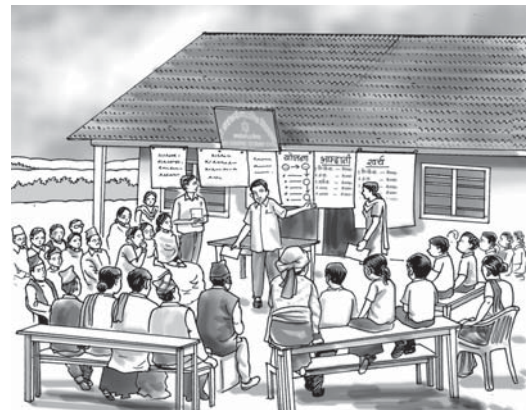
### चरण ४ र ५: वार्षिक विसुयो अद्यावधिक र सम्बन्धित निकायमा पेश

विसुयो निर्माण कार्यटोली (विसुयो लेखन समिति) ले वार्षिक योजना तर्जुमा/अद्यावधिक गर्ने र विव्यसबाट स्वीकृत गराउनुपर्दछ । यसरी स्वीकृत योजनाको एक एकप्रति जेठ मसान्त भित्र सम्बन्धित गाविस/नपा, स्रोत केन्द्र, जिशिका र अन्य निकायहरूमा पेश गर्नुपर्दछ ।

## ३. वार्षिक विसुयो अद्यावधिक गर्नका लागि विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको खाका

विद्यालय स्तरमा सञ्चालन गरिने कार्यशालाको खाका यसप्रकार रहेको छ :

- (१) **कार्यशालाको नाम:** वार्षिक विसुयो अद्यावधिकसम्बन्धी विद्यालयस्तरीय कार्यशाला
- (२) **स्थान:** विद्यालय प्राङ्गण, बैठक कक्ष वा कक्षा कोठा
- (३) **अवधि:** १ दिन (खाजा, ब्रेक समयसहित करिब ५ घण्टा ३० मिनेट)
- (४) **सहभागी (अपेक्षित):** (करिब २५ देखि ३० जना सरोकारवालाहरू मध्येबाट) [स्थानीय स्तरमा उल्लिखितभन्दा अन्य क्षेत्रबाट पनि सहभागी हुन सक्छन्] ।



- विसुयो लेखन समिति (५ जना)  
[विसुयो लेखन समितिका सदस्यहरू विव्यस, शिअस, शिक्षक, विद्यार्थी र शिक्षा प्रेमीहरूमध्येबाट हुनेछन् । विस्तृत जानकारीका लागि विद्यालय सुधार योजना निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको पृष्ठ ५ हेर्नुहोला]
- विव्यस तथा शिअसका सदस्य (१० जना) [यदि कारणवश शिअस नभएको अवस्थामा थप अभिभावकहरू सहभागी हुन सक्छन्] ।
- शिक्षक प्रतिनिधि (२ देखि ३ जना)
- विद्यार्थी प्रतिनिधिहरू (५ जना) [बाल क्लब, जुनियर रेडक्रस सर्कल वा अन्य बाल बालिका समूहका प्रतिनिधिहरूलाई समावेश गराउने । विद्यार्थी छनोट गर्दा जातीय, लैङ्गिक र कक्षागत सहित समावेशी प्रतिनिधित्व सुनिश्चित गर्ने]
- अभिभावक प्रतिनिधिहरू (६ जना)
- समुदायका अगुवा/शिक्षाप्रेमीहरू (२ जना)

## (५) कार्यशालाका उद्देश्यहरू

- विद्यालयको गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजना कार्यान्वयनको अवस्था सामूहिक रूपमा समीक्षा गर्न
- राम्रो विद्यालय तथा राम्रो सिकाइका लागि सम्बन्धित सबै सरोकारवालाहरूको बिचमा भूमिका र जिम्मेवारी बोध गर्न
- आगामी वर्षको वार्षिक कार्यान्वयन योजना तथा बजेट तयारीका लागि तयार हुन र विद्यालयको अवस्था सुधारका लागि प्राथमिकीकरणका कार्यकलापहरू तय गर्न
- सरोकारवालाहरूको सहभागितामा विसुयो निर्माण र प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्न गराउन प्रोत्साहन गर्न ।

## (६) कार्यशाला समय तालिका (सिफारिस गरिएको)

[नोट]

- १) प्रत्येक सत्रका लागि छुट्याइएको यो समय न्यूनतम हो र कार्यशालाका विषयवस्तुहरूमा छलफलका लागि पाँच घण्टा (३०० मिनेट) को समय सिफारिस गरिएको छ ।
- २) विद्यालयहरूले एक दिनमा कार्यशाला सञ्चालन गर्न सक्छन् वा स्थानीय परिवेशअनुसार अभिभावकहरूलाई पायक पर्ने समय (बिहान वा बेलुकी) मा दुई दिन पनि कार्यशाला सञ्चालन गर्न सक्छन् ।
- ३) केही विद्यालयहरूले कार्यशालामा अनुकूलता अनुसार तोकिएको भन्दा बढी समय पनि छलफल गर्न सक्छन् ।

सत्र र समय	विषय	कार्यशाला सामग्री
सत्र १ (३० मिनेट)	शुभारम्भ एवम् परिचय १. उद्घाटन २. परिचय ३. उद्देश्यहरू र विषयवस्तु बारेमा जानकारी	- ब्यानर (न्युजप्रिन्टमा)
सत्र २ (४० मिनेट)	गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजना कार्यान्वयनको अवस्था समीक्षा १. विसुयो बारे छोटो प्रस्तुति २. गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको कार्यान्वयन अवस्थाको समीक्षा तथा मुख्य सिकाइ र निचोड प्रस्तुति तथा छलफल	- चालु विसुयो - गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको कार्यान्वयन अवस्थाको समीक्षा लेखिएको न्युजप्रिन्ट
सत्र ३ (४० मिनेट)	विद्यालयको मुख्य तथ्याङ्क र सामाजिक परीक्षण गर्दा पाइएका मुख्य नतिजा/सबालहरू प्रस्तुति १. प्रअबाट विद्यालयको मुख्य तथ्याङ्क तथा सूचनाको प्रस्तुतीकरण २. शिअस अध्यक्षबाट सामाजिक परीक्षण गर्दा पाइएका मुख्य नतिजा/सबालहरू प्रस्तुति	- विद्यालयको आधारभूत तथ्याङ्कको तालिका - सामाजिक परीक्षण गर्दा पाइएका मुख्य नतिजा/सबालहरू लेखिएको न्युजप्रिन्ट
सत्र ४ (८० मिनेट)	विद्यालयमा विपद् पूर्वतयारी १. विगतमा स्थानीयस्तरमा घटेका मुख्य प्रकोपहरूको सूची तयारी २. विद्यालयको हाता/परिसर वरिपरि भ्रमण ३. सुरक्षित र असुरक्षित स्थान/संरचनाहरूको सूची तयारी ४. तत्काल गर्नु पर्ने पूर्वतयारी कार्यहरू बारे छलफल	- मुख्य प्रकोप/विपद्हरूको सूची तयारीका लागि न्युजप्रिन्ट - सुरक्षित र असुरक्षित स्थान/संरचनाहरूको सूची तयारीका लागि न्युजप्रिन्ट - विद्यालयले तत्काल र दीर्घकालीन रूपमा गर्नु पर्ने सात ओटा पूर्वतयारी कार्यहरू लेखिएका मेटाकार्ड

सत्र र समय	विषय	कार्यशाला सामग्री
सत्र ५ (१० मिनेट)	विद्यालय स्वमूल्याङ्कन अभ्यास र प्राथमिकताका क्षेत्र निर्धारण १. विद्यालय स्वमूल्याङ्कन अभ्यास २. स्वमूल्याङ्कनको सारांश ३. आगामी वर्षको वार्षिक कार्यान्वयन योजना तथा बजेटको मस्यौदा तयारी “२०..... सालको लागि विस्तृत वार्षिक कार्यक्रम तथा बजेट”	- २०७१ मा उपलब्ध गराइएको स्वमूल्याङ्कन चार्ट (A0 size) वा न्युजप्रिन्टमा तयार गरिएको स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची - स्वमूल्याङ्कनको सारांश सूची तयारीका लागि न्युजप्रिन्ट - “२०..... सालको लागि विस्तृत वार्षिक कार्यक्रम तथा बजेट” लेखिएको न्युजप्रिन्ट
समापन (२० मिनेट)	कार्यशालाको समीक्षा र समापन १. आगामी कार्यहरू बारे जानकारी र सारांश २. समापन	

## ४. विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको विस्तृत सत्र योजना

### सत्र १: शुभारम्भ एवम् परिचय

३० मिनेट

#### १. यस सत्रका उद्देश्यहरू

- गोष्ठीलाई औपचारिकता प्रदान गर्नु
- सहभागी तथा सहजकर्ताहरू बिचमा आपसी परिचय गराउनु
- कार्यशालाका उद्देश्य र कार्यशालामा गरिने क्रियाकलापहरूका बारेमा जानकारी गराउनु ।

#### २. विस्तृत क्रियाकलाप

##### २.१ शुभारम्भ/उद्घाटन

- एकजना शिक्षकले कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने, विव्यस अध्यक्षलाई उद्घाटन मन्तव्य दिन अनुरोध गर्ने
- कार्यक्रम सञ्चालकले अन्य व्यक्तित्वहरूलाई पनि मन्तव्यका लागि आमन्त्रण गर्न सक्दछन् (विव्यस अध्यक्ष तथा मन्तव्य दिने महानुभावहरूलाई सहभागीसँगै बस्न लगाउने) ।

##### २.२ सहभागी र उपस्थित सबैको परिचय

- सहभागी परिचयका विभिन्न तरिकाहरू छन् । सहजकर्ताले स्थानीय परिवेशअनुसार परिचयको तौरतरिका निर्धारण गर्नुपर्छ ।

##### २.३ कार्यशालाको उद्देश्य र कार्यशालामा गरिने क्रियाकलापहरू बारेमा जानकारी

- सहजकर्ताले कार्यशालाका निम्नलिखित उद्देश्यहरूबारे बताउने:
  - ♦ हाम्रो विद्यालयको अवस्थाका बारेमा छलफल गर्न
  - ♦ हाम्रो विद्यालयलाई असल विद्यालय कसरी बनाउन सकिन्छ भन्ने बारेमा छलफल गर्न
  - ♦ हाम्रो विद्यालयको सुधारका लागि के गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा छलफल गर्न
  - ♦ गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको कार्यान्वयन अवस्थाको समीक्षा गर्न
  - ♦ विद्यालयमा आधारित विपद् पूर्वतयारी बारेमा छलफल गर्न
  - ♦ आगामी वर्षको वार्षिक कार्यक्रम तथा बजेट तयारी गर्न ।

#### ३. सामग्री

- ♦ कार्यशालाको ब्यानर

## सत्र २ : गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजना कार्यान्वयन अवस्थाको समीक्षा

४० मिनेट

### १. यस सत्रको उद्देश्य

- गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजना कार्यान्वयनको अवस्था समीक्षा गर्ने ।

### २. विस्तृत क्रियाकलाप

#### २.१ विद्यालय सुधार योजनाबारे छोटो प्रस्तुति

- सहजकर्ताले पछिल्लो विसुयो देखाउँदै सरल रूपमा विद्यार्थीले समेत बुझ्ने गरी विसुयोको जानकारीका बारेमा सहभागीहरू माझ छलफल गर्ने (गत वर्ष उपलब्ध गराइएको विद्यालयस्तरीय कार्यशाला सहयोगी पुस्तिकाको पृष्ठ १५ मा उल्लिखित “सहजकर्ताका लागि जानकारी (१)” विसुयोका मुख्य बुँदाहरू हेर्नुहोला) ।

#### २.२ गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको कार्यान्वयन अवस्थाको समीक्षा तथा मुख्य सिकाइ र निचोड प्रस्तुति तथा छलफल

- सहजकर्ताले गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाअनुसार विद्यालयले हासिल गरेको प्रगतिको समीक्षा (प्रगति समीक्षाका लागि तल उल्लिखित नमुना तालिका अनुसार) गर्ने

गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको प्रगति समीक्षाका लागि नमुना तालिका

क्र.स.	योजना गरिएको कार्यकलाप	लक्ष्य	सम्पन्न हुनुपर्ने समय सीमा	प्रगति अवस्था (सम्पन्न भए नभएको, यदि सम्पन्न भएको भए के र कति)	यदि लक्ष्यअनुसार प्रगति नभएको भए सोको कारण	कैफियत

- सहजकर्ताले विषयसको बैठकबाट गत शैक्षिक सत्रको वार्षिक योजनाको कार्यान्वयन अवस्थाको समीक्षा गरी निकालिएको निष्कर्ष र निचोड सहभागीहरूलाई जानकारी गराउने ।

### ३. सामग्री

- चालु विसुयो
- वार्षिक योजना (गत शैक्षिक सत्र) को प्रगति समीक्षाका लागि तालिका



### सत्र ३ : विद्यालयको तथ्याङ्क र सामाजिक परीक्षण गर्दा पाइएका मुख्य नतिजाको प्रस्तुति

४० मिनेट

#### १. यस सत्रको उद्देश्य

- आगामी वर्षको वार्षिक कार्यान्वयन योजना तयारीका लागि छलफल गर्ने ।

#### २. विस्तृत क्रियाकलाप

##### २.१ प्रअबाट विद्यालय सुधार योजनाबाट लिइएको महत्वपूर्ण जानकारी प्रस्तुति

- प्रअले न्युजप्रिन्टमा लेखिएका विद्यालयको तथ्याङ्क तालिकाहरू टाँस गरी छलफल गर्ने (विद्यालय सुधार योजना निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची १ मा उल्लिखित १-९ सम्मको तालिकाहरू मध्ये कम्तीमा निम्नानुसारका पाँचओटा तालिकाको सारांश सहभागीहरूबिच प्रस्तुत गर्न अनुरोध गरिन्छ) ।
  - १) “आन्तरिक सक्षमताको अवस्था”
  - २) “विद्यार्थीहरूको सिकाइ उपलब्धि विवरण”
  - ३) “विद्यालय सञ्चालन व्यवस्था”
  - ४) “भौतिक सुविधा व्यवस्था”
  - ५) “विद्यालयको व्यवस्थापकीय प्रबन्ध”, “१५ विपद् पूर्वतयारी” बुँदा थप गरी
- उपरोक्त सबै तालिकाहरू कार्यशाला कक्षको भित्तामा टाँस गर्ने र सत्र पाँच सञ्चालनका बेलामा प्रयोगमा ल्याउने ।

##### २.२ शिअस अध्यक्षबाट सामाजिक परीक्षण गर्दा पाइएका मुख्य नतिजा/सबालहरू प्रस्तुति

- सहजकर्ताले शिअस अध्यक्षलाई आमन्त्रण गरी विद्यालयले सञ्चालन गरेको पछिल्लो सामाजिक परीक्षण गर्दा पाइएका मुख्य नतिजा/सबालहरू मौखिक वा न्युजप्रिन्टमा प्रस्तुति गर्न अनुरोध गर्ने ।

#### ३. सामग्री

- ♦ विद्यालय सुधार योजना निर्माण सहयोगी पुस्तिका २०७१ को अनुसूची १ मा उल्लिखित तालिकाहरू मध्ये तालिका २, ३, ५, ६ र ७ सम्मका विद्यालयको तथ्याङ्क लेखिएका न्युजप्रिन्टहरू
- ♦ सामाजिक परीक्षण गर्दा पाइएका मुख्य नतिजा/सबालहरू लेखिएको न्युजप्रिन्ट ।

### सत्र ४ : विद्यालयमा विपद् पूर्वतयारी

८० मिनेट

#### १. सत्रको उद्देश्यहरू

- विपद् पूर्वतयारी अति आवश्यक छ भन्ने विषयमा साझा बुझाइ कायम गर्ने तथा सचेतीकरण गर्न
- विद्यालयस्तरमा विपद् पूर्वतयारी योजना सुरुआत गर्न
- “विद्यालय सुरक्षा” (School Safety) बारे परिचित गराउन ।

#### २. विस्तृत क्रियाकलापहरू

##### २.१ स्थानीय स्तरमा घटेका मुख्य प्रकोपहरूको सूची तयारी

- सहजकर्ताले स्थानीयस्तरमा घटेको पछिल्लो प्रकोप जस्तै भूकम्प, बाढी, शीतलहर, आगलागी,

महामारीको घटना स्मरण गराउने । प्रकोप कुनै पनि समय घट्न सक्ने भएकाले यसको सामना गर्न हामी सधैं तत्पर रहनुपर्छ । आज हामी स्थानीयस्तरमा प्रकोपहरूले निम्त्याउने सम्भावित विपद्को पूर्वतयारीका सन्दर्भमा छलफल गर्नेछौं ।

- हामीले विपद् पूर्वतयारी कार्यकलापहरूका बारेमा छलफल गर्नु अगाडि, कुन महिनामा कुन प्रकोपका घटना भएका छन् सोको सूची तयार गर्नुपर्दछ (कृपया पृष्ठ २४ मा उल्लेख गरिएका प्रकोपका सूचीहरू हेर्नुहोस्/पढ्नुहुन अनुरोध गरिन्छ) ।

महिना प्रकोपहरू	वै	जे	अ	सा	भ	अ	का	मं	पु	मा	फा	चै

- सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई विगतको अनुभव स्मरण गर्न अनुरोध गर्ने । विगतमा घटेका कुनै तीन मुख्य विपद्हरू स्मरण गर्ने र विगतका अनुभवहरूबाट हामी के गर्न सक्छौं भनी प्रश्न गर्ने ।
- सहजकर्तालाई निर्देशन: गलत सन्देश नजाओस् भन्नको निमित्त कृपया यस पुस्तिकाको खण्ड दुई पृष्ठ २१ देखि ५४ मा उल्लिखित सामग्री स्वअध्ययन गरी मुख्य प्रकोपहरूको बारेमा जानकारी लिने ।
- सहजकर्ताले जोखिम न्यूनीकरणका लागि अपनाउनुपर्ने तीन प्रकारका सहायताहरूबारे व्याख्या गर्ने । ती सहायताहरूमा “स्वयम् सहयोग (Self-help)”, “आपसी सहयोग (Mutual-help)” एक अर्कामध्ये साथीभाइ, छरछिमेक र समुदाय आदिमा सहयोग साथै सार्वजनिक (Public-help), सरकार तथा अन्य सङ्घ संस्थाहरूबाट लिइने सहयोग ।
- सहजकर्ताले छलफलमा सहभागीहरू माझ निम्नलिखित तालिका प्रस्तुत गर्दै विगतमा घटेका स्थानीय विपद्का घटनाहरूको सूची र विवरण तयार पार्ने ।

### विगतका मुख्य प्रकोपहरूको तालिका

विगतका मुख्य विपद्का घटनाहरू	साल	प्रभावहरू (संरचनात्मक, क्षति, घाइते, मृत्यु)	प्रतिकार्य (कसले के, कहिले र कसरी गर्‍यो) (तिनै प्रकारको सहायताहरू ख्याल गर्ने)

### २.२ विद्यालयको हाता/परिसर वरपरको भ्रमण/अवलोकन

- विद्यालयमा विभिन्न प्रकारका प्रकोपहरूको जोखिम भएतापनि, पूर्वतयारी योजना स्वरूप आज हामी भूकम्पीय जोखिमको बारेमा छलफल गर्छौं भन्दै सहजकर्ताले छलफल अगाडि बढाउने (यदि सहभागीहरूबाट अन्य प्रकोपहरूका बारेमा छलफल गर्न अनुरोध भएमा सहजकर्ताले समय समायोजन तथा परिवर्तन गर्न सक्नेछन्) ।
- जोखिम न्यूनीकरण गर्न पूर्वतयारी “अत्यन्त आवश्यक” छ भन्ने बुँदालाई सहजकर्ताले दोहोर्‍याउने । भविष्यमा भूकम्प अथवा अन्य प्रकोपहरू कहिले र कुन समयमा (exact timing) आउँछ भन्ने कुरा नत विज्ञ यात वैज्ञानिकले नै एकिकन गर्न सक्दछन् । त्यसैले जोखिम न्यूनीकरण गर्न हामीले आफ्नो स्तरबाट पूर्वतयारी अभियान सुरुआत गर्नु आवश्यक छ । यसको सुरुआत आजबाटै गरौं । हामी सबै योजना आजै निर्माण गर्न सक्दैनौ तर यसको सुरुआत हामी विद्यालयको भौतिक सुविधाहरू र परिसर अवलोकन गर्दै सम्भावित सुरक्षित र असुरक्षित/जोखिमयुक्त स्थानहरूको पहिचानबाट गर्दछौं ।

- हामीलाई स्पष्ट नै छ कि भूकम्प प्रतिरोधात्मक भवन निर्माण गर्दा जोखिम कम गर्न सकिन्छ । तथापि यसका लागि लामो समय र धेरै खर्च लाग्ने हुँदा यो काम हामी आफैं गर्न सक्दैनौं । हामीलाई सरकार र अन्य निकायहरूको सहयोग आवश्यक पर्दछ । तर त्यसो भन्दैमा हामी त्यसै पर्खिरहन सक्दैनौं । हामी आफैंले (स्वयम् सहयोग र आपसी सहयोगमा आजैबाट सुरुआत गर्न सकिन्छ) धेरै पूर्वतयारीका उपायहरू अवलम्बन गर्न सक्दछौं ।
- यसका लागि सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई चार समूहहरू १) शिक्षक समूह, २) विद्यार्थी समूह, ३) महिला अभिभावक समूह र ४) पुरुष अभिभावक समूहमा बस्न निर्देशन दिने र समूहगत रूपमा विद्यालयका सबै भौतिक सुविधाहरू, कक्षा कोठा, विद्यालय प्राङ्गण लगायत शौचालय सहितको अवलोकन गर्ने र भूकम्पीय जोखिमको हिसाबले सम्भावित सुरक्षित र असुरक्षित स्थानको पहिचान गर्ने अनुरोध गर्ने (अवस्था हेरेर विद्यालयहरूले अन्य प्रकोपहरू पनि छान्न सक्नेछन् जस्तै बाढी र पहिरो आदि जसबाट विद्यालयलाई बढी खतरा छ) ।
- सहजकर्ताले निम्नअनुसारको तालिका देखाउँदै विद्यालय भ्रमणका बेलामा के के हेर्ने र के टिपोट गर्ने भनी व्याख्या गर्ने । विद्यालय अवलोकनको सुरुआतपूर्व सहजकर्ताले अभ्यासका रूपमा कार्यशाला कक्षा सम्भावित खतराका अवस्थाहरूबारे छलफल गर्ने । उदाहरणका लागि भूकम्पका बेला :
  - के कार्यशाला कक्षमा खस्ने वा ढल्ने सामानहरू छन जुन खतरनाक छन् ?
  - आफू बच्चे पहिलो र सबै भन्दा सुरक्षित उपाय कुन हुन सक्दछ ?
  - सुरक्षित आपत्कालीन निकास मार्ग कुन हुन सक्दछ ?
  - आपत्कालीन निकासका लागि अवरोध पुर्याउने कुनै वस्तुहरू छन् ?

### विद्यालयको अवलोकनबाट आएका परिणामहरूको तालिका

के/कहाँ (स्थान)	सम्भावित खतराका अवस्थाहरू र अवरोधहरू के के छन् ?	अवस्था सुधार गर्नको लागि क-कसले के के गर्न सक्छन् ?

भक्तपुरको एक विद्यालयमा भूकम्पीय जोखिमका स्थानहरू पहिचानको लागि अवलोकन गर्दै



विद्यार्थीहरू फर्निचरहरू निरीक्षण गर्दै ।  
दराज माथि राखिएको रसायनिक पदार्थ  
रहेको बोतल ज्यादै खतरनाक छ । तसर्थ  
यसलाई दराजभित्र राख्नु पर्दछ ।



कक्षा कोठाको कुनामा  
राखिएका डेस्क बेच्चमा बसेका  
विद्यार्थीहरू सुरक्षित हुने गरी बसाई  
व्यवस्थापन कसरी गर्ने भन्नेबारे छलफल  
गर्दै । विपद्को समयमा विद्यार्थीहरूको  
सुरक्षित निकासको लागि जोडिएका डेस्क  
बेच्च र भित्ता विचमा खुला ठाउँ छोड्नु  
पर्दछ ।



कक्षा कोठामा दुईवटा ढोकाहरू छन्  
जसमध्ये पछिल्लो ढोकामा ताला  
लगाइएको छ । छलफलबाट यो  
निष्कर्षमा पुगे कि कक्षा सञ्चालन  
भैरहेका समयमा दुवै ढोकाहरूमा ताला  
नलगाई खुला छोड्नु पर्दछ ।

### २.३ सुरक्षित र असुरक्षित स्थान/संरचनाहरूको सूची तयारी

- अवलोकन पश्चात् (हलमा फर्केपछि), सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूलाई आफूले अवलोकन गर्दा देखेको तथ्यहरूलाई तालिकामा सूचीकृत गर्न लगाउने ।
- यदि विद्यालयको नक्सा छ भने त्यसमा सुरक्षित र असुरक्षित स्थान/सुविधाहरूको स्पष्टसँग चिना लगाउने । यदि विद्यालयसँग नक्सा छैन भने कि त कार्यशाला सुरु हुनु अघि तयार गर्ने अथवा माथि उल्लिखित गरिएको तालिका मात्रै प्रयोग गर्ने ।

### २.४ तत्काल गर्नु पर्ने विपद् पूर्वतयारी कार्यहरूबारे छलफल

- सहजकर्ताले प्रकोप कुनै पनि बेला आउन सक्छ, त्यसैले हाम्रा बाल बालिका र जोखिम न्यूनीकरणका लागि हामी आफैँ जिम्मेवार छौं भन्ने सन्देश पुनस्मरण गराउने ।
- स्थानीय अवस्था वा परिस्थितिमा उचित विकल्प के हुन सक्छ भनेर हामी सबैले सोच्नु पर्छ । हामी सबैलाई थाहानै छ कि वैशाख १२, २०७२ को भूकम्पमा केही बाल बालिकाहरूको दुखद् निधन भयो । विकल्प खोज्नुको सट्टा उनिहरूलाई विगतमा निर्देशन दिएअनुसार/सिकाइअनुसार नै निर्धक्कसँग घर/कोठाभित्र गएर लुके । त्यसैले भूकम्प जानु अघि प्राय सबै दिनहरूमा, भूकम्पबाट बच्ने उचित कदम के हुनसक्छ हामीले निकै गम्भीरतापूर्वक सोच्नु र आफूले आफूलाई तयार गर्नुपर्छ ।
- सहजकर्ताले सबै सहभागीहरूको भनाइ, छलफल, सहभागिता, अवलोकन, प्रतिक्रियाका लागि धन्यवाद ज्ञापन गर्दै विव्यस, प्रअ, शिक्षक तथा बाल बालिकाहरूले विपद् पूर्वतयारी योजना निर्माण प्रक्रिया जारी राख्ने प्रतिबद्धता जाहेर गर्दै, सबैको सहयोगका लागि आग्रह गर्ने ।
- त्यसपछि सहजकर्ताले मेटाकार्डको प्रयोग गर्दै, विपद् पूर्वतयारीको निम्ति विद्यालयले गर्नुपर्ने न्यूनतम कार्यहरू व्याख्या गर्ने ।

पाँच मुख्य कार्यहरू	विवरण
१. विपद् व्यवस्थापन समूह/समिति गठन	सबै शिक्षक र कर्मचारीहरू विपद् पूर्वतयारीको निम्ति जिम्मेवार हुन्छन् । यसका लागि प्रअ मुख्य व्यक्ति हुन् । त्यस पश्चात् हाम्रो विद्यालयमा “विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी सम्पर्क शिक्षक (फोकल शिक्षक)” हुनुपर्दछ । उक्त शिक्षकले विपद् पूर्वतयारी विषयक तालिममा भाग लिनेछन् र उ/उनी विपद् व्यवस्थापनसँग सम्बन्धित सम्पूर्ण क्रियाकलापहरूको जिम्मेवार पनि हुनेछन् । उ/उनीले विपद् पूर्वतयारी योजनाको लागि विद्यालयको सम्पूर्ण शिक्षक तथा कर्मचारी तथा जुनियर रेडक्रस सर्कल, बाल क्लब (यदि छ भने) आदिलाई परिचालन गर्न सक्छन् । यसका लागि विद्यालय स्तरमा विभिन्न उपसमूह जस्तै प्राथमिक उपचार टोली, खोज तथा उद्धार टोली आदि पनि गठन गर्न सक्नेछन् । प्रत्येक सदस्यहरूलाई निश्चित भूमिका वा कार्यहरू तोकिएको हुन्छ ।
२. स्वमूल्याङ्कन	हामीले विद्यालयको हालको अवस्था अध्ययन गरी सुरक्षित र असुरक्षित क्षेत्र/स्थान पहिचान गरेका छौं । सो अवस्थालाई नक्साङ्कन र/वा परिस्थिति दस्तावेजीकरणद्वारा मूल्याङ्कन गरिन्छ । सङ्कलन भएका सूचना/सल्लाह सुझावहरू हामी यस कार्यशालामा प्रयोग गर्छौं । यस अन्तर्गत सुरक्षित, असुरक्षित, खुल्ला स्थान र आपत्कालीन निकास मार्ग समावेश छन् । यो सबै शिक्षक/कर्मचारी, विद्यार्थी प्रतिनिधिहरू र विव्यसको सहभागितामा सञ्चालन गरिनेछ । यसरी तयार पारिएको आपत्कालीन निकास मार्ग बारेमा सबै सम्बन्धित सरोकारवाला निकायहरूलाई सूचित गरिने छ र यसलाई सबैले देख्ने गरी भित्तामा टाँस गरिनेछ ।

पाँच मुख्य कार्यहरू	विवरण
३. सुरक्षाका लागि योजना तर्जुमा	<p>स्वमूल्याङ्कन पश्चात् हामीले जोखिम न्यूनीकरणका लागि निम्नानुसारको योजना तर्जुमा गर्नु पर्दछः</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ विद्यालयको अवस्था सुधारका लागि विद्यालयका प्रत्येक कोठाको आपत्कालीन निकास मार्ग नक्साङ्कन गर्ने</li> <li>➤ विपद् पश्चात गरिने कार्यहरूको योजना</li> <li>➤ तत्काल, मध्य र दीर्घकालीन कार्यकलापहरूका लागि बजेट र समय तालिका निर्धारण</li> <li>➤ विद्यालयले आफैँले कम बजेट र लगानीमा गर्न सक्ने विभिन्न पूर्वतयारीका कार्यकलापहरू छन् जस्तै: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ बढी तौल भएका फर्निचर र भित्तामा भुन्ड्याइएका वस्तुहरूलाई नसर्ने वा नखस्ने गरी थप किला, एङ्गल, सिक्री आदिले बाँधेर राख्ने</li> <li>○ विद्यालय भवन, खानेपानीका संरचना, फर्निचर र अस्थायी सिकाइ केन्द्रहरू समेतको नियमित रूपमा मर्मत सम्भार गर्ने</li> <li>○ आकस्मिक उपकरण, प्राथमिक उपचार/सहायता बाक्स, फटपट भोला आदि तयार गर्ने</li> </ul> </li> <li>➤ विद्यार्थीहरूसँग विपद्सम्बन्धी पूर्वतयारी अभ्यास आयोजना गर्ने</li> <li>➤ विपद् पछि सञ्चालन गर्नुपर्ने कार्यकलापहरूको योजना तर्जुमा ।</li> </ul>
४. प्रतिकार्य (Response) का लागि तयारी	<p>हामी विशेषत विद्यालयले आफैँले कम बजेट र लगानीमा गर्न सक्ने विभिन्न पूर्वतयारीका कार्यकलापहरूको कार्यान्वयन गर्दछौं ।</p> <p>(आपत्कालीन निकास सम्बन्धी वास्तविक अभ्यास (Evacuation drill) पनि निकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ तर यसका लागि केही समय लाग्छ, सुरक्षाका लागि यसको तयारी राम्रोसँग गर्नुपर्दछ ।)</p>
५. सूचना आदान प्रदान, सम्पर्क तथा समन्वय	<p>विद्यालयले बाह्य निकायहरूसँग समन्वय गर्नु पनि अति आवश्यक छ :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ पारिवारिक स्तरको विपद् पूर्वतयारी गर्नु आवश्यक छ । यसका लागि विद्यार्थीहरूले सहयोग गर्न सक्दछन् ।</li> <li>➤ विद्यालयले अन्य निकायहरू जस्तै अस्पताल, स्वास्थ्य चौकी, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, प्रहरी, गाविस तथा अन्य निकायहरूसँग समन्वय गर्नुपर्छ ।</li> <li>➤ विपद् पूर्वतयारीका लागि समुदायसँग समन्वय गर्नु पनि निकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।</li> </ul>

- त्यसपछि, दीर्घकालीन रूपमा विद्यालयले गर्नुपर्ने योजना तयारी तथा कार्यकलापहरूका बारेमा सहजकर्ताले व्याख्या गर्ने ।

मध्य तथा दीर्घकालीन कार्यहरू	विवरण
१. भौतिक पूर्वाधार सुधार	<p>भूकम्पीय प्रतिरोधक भवन निर्माण वा भवन प्रवलीकरण (Retrofit) गर्न निकै खर्च र समय लाग्छ । यसका लागि विद्यालयलाई सरकार र/वा अन्य निकायहरूको आर्थिक सहायताको आवश्यकता पर्नुका साथै बढी समय लाग्छ । त्यसकारण यो दीर्घकालीन योजनामा समावेश गरिएको छ ।</p>
२. विपद्सम्बन्धी शिक्षा	<p>हामीले विपद्सम्बन्धी शिक्षालाई स्थानीय पाठ्यक्रममा पनि समावेश गराउनुपर्छ ।</p>

### ३. सामग्री

- मुख्य प्रकोपहरूको सूची तयारीका लागि न्युजप्रिन्ट
- विद्यालयको अवलोकनबाट आएका परिणामहरूको तालिका तयारीका लागि न्युजप्रिन्ट
- विद्यालयले तत्काल गर्नुपर्ने (पाँच ओटा) र दीर्घकालीन रूपमा गर्नु पर्ने (दुई ओटा) कार्यहरू लेखिएका मेटाकार्ड (जम्मा सात ओटा मेटाकार्डहरू)

## सत्र ५: विद्यालय स्वमूल्याङ्कन अभ्यास र कार्यक्रम प्राथमिकीकरण

९० मिनेट

### १. यस सत्रको उद्देश्य

- विद्यालयको वर्तमान अवस्थाको स्वमूल्याङ्कन गरी विद्यालय सुधारका लागि तत्काल गर्नुपर्ने कार्यहरूका बारेमा साझा धारणा बनाउने ।

### २. विस्तृत क्रियाकलाप

#### २.१ विद्यालय स्वमूल्याङ्कन अभ्यास

(विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूचीको परिचय)

- सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई “हामीले किन ऐना हेर्दछौं ?” भनी प्रश्न गर्ने । सहभागीहरूबाट प्राप्त केही उत्तरलाई विषयवस्तुसँग सम्बन्धित गर्ने र सहजकर्ताले ऐना वास्तविक अनुहार हेर्ने एक औजार हो भनी व्याख्या गर्ने ।
- हामीले पनि विद्यालयको यथार्थ अवस्था पत्ता लगाउन औजारको प्रयोग गर्न सक्छौं, त्यो हो विद्यालयको तथ्याङ्क र त्यसबाट विद्यालयको वास्तविक अवस्था हेर्न सक्छौं ।
- सहजकर्ताले अधिल्लो भित्तामा विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची<sup>१</sup> टाँस गर्ने र यो विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची हो भनी सहभागीहरू माझ परिचित गराउने ।
- हामी विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूचीमा भएको सबै सूचकहरूको जाँच गर्दैछौं, सहजकर्ताले व्याख्या गर्ने र के गर्न सक्छौं/गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल गर्ने ।

(स्वमूल्याङ्कन अभ्यास)

- सहजकर्ताले पहिले सूचक पढ्दै विद्यालयको वर्तमान अवस्थाको तथ्याङ्क भर्नका लागि सत्र तिनमा प्रअद्वारा प्रस्तुत गरिएको न्युजप्रिन्टमा लेखिएका विद्यालयको तथ्याङ्कका पाँच ओटा तालिकाहरू टाँस गर्ने ।
- सहजकर्ताले सहभागीहरूका लागि एक एक सूचक पढ्दै विद्यालयको वर्तमान अवस्था (“अति राम्रो”, “राम्रो” र “तत्कालै सुधार गर्नुपर्ने”) मा स्तरीकरण/प्राथमिकीकरण गर्न लगाउने ।
- विद्यालयको अवस्था “अति राम्रो” भए सबै सहभागीहरूलाई ताली बजाएर सोका लागि गर्व गर्न उत्साहित गर्ने ।
- कृपया ध्यान दिनुहोस्, विपद् जोखिम न्यूनीकरण सम्बन्धित सूचकहरू विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची को सूचक “३०” देखि “३४” अङ्कका बुँदाहरूमा थप गरिएका छन् ।

<sup>१</sup> कृपया २०७१ मा वितरित विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची प्रयोग गर्नुहोस् । तपाईंहरूले कि त पहिलो वर्षको तथ्याङ्क छोप्टा न्युजप्रिन्टको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ र त्यसै माथि नयाँ तथ्याङ्क अद्यावधिक गर्न सक्नुहुन्छ वा नयाँ न्युजप्रिन्टलाई संगै राखी पहिले र हाल दुई वर्षको तथ्याङ्क/मूल्याङ्कन तुलना गर्न सक्नुहुन्छ ।

### विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची

विद्यालयको नाम: ..... मिति: .....

- (\*१) “अति राम्रो” भन्नाले विद्यालयले “अपेक्षित” राष्ट्रिय मापदण्ड पुरा गरेका  
 (\*२) “राम्रो” भन्नाले विद्यालयले “न्यूनतम” राष्ट्रिय मापदण्ड पुरा गरेका  
 (\*३) “तत्काल सुधार गर्नुपर्ने” भन्नाले विद्यालयले “न्यूनतम” राष्ट्रिय मापदण्ड पुरा नगरेका

सूचक समूह	सूचक वा छलफलका विषयहरू <sup>२</sup> (गत वर्षको तथ्याङ्कलाई प्रयोग गर्ने)	राष्ट्रिय मापदण्ड		विद्यालयको हालको अवस्था	समुदायद्वारा विद्यालय अवस्थाको स्वमूल्याङ्कन		
		न्यूनतम	अपेक्षित		अति राम्रो (*१)	राम्रो (*२)	सुधार गर्नुपर्ने (*३)
आन्तरिक सक्षमताको अवस्था (सहयोगी पुस्तिका तालिका २)	१. कक्षा १ दोहोर्याउने विद्यार्थी दर	१% भन्दा कम	○				
	२. कक्षा ३ दोहोर्याउने विद्यार्थी दर	१% भन्दा कम	○				
	३. कक्षा ५ दोहोर्याउने विद्यार्थी दर	१% भन्दा कम	○				
विद्यार्थीको सिकाइ उपलब्धि (तालिका ३)	४. कक्षा ३ को औसत प्राप्ताङ्क	५०%	१००%				
	नेपाली						
	गणित						
	अङ्ग्रेजी						
	सामाजिक						
	विज्ञान						
	५. कक्षा ५ को औसत प्राप्ताङ्क	५०%	१००%				
	नेपाली						
	गणित						
	अङ्ग्रेजी						
	सामाजिक						
	विज्ञान						

<sup>२</sup> यी नयाँ र थप सूचकहरू होइनन् । विद्यालय क्षेत्र सुधार कार्यक्रम (SSRP), न्यूनतम सिकाइ वातावरण (Minimum Enabling Condition-MEC), बालमैत्री विद्यालय राष्ट्रिय प्रारूप (CFS National Framework), विद्यालय स्तरीकरण (School Accreditation) फारम र बालमैत्री विद्यालय स्वमूल्याङ्कन स्रोत पुस्तिका (Child Friendly School Self Assessment) मा उल्लिखित सूचकहरू मध्येबाट विद्यालय सुधार योजना निर्माणका लागि अभिभावकहरूसँगको छलफलमा समावेश गर्नुपर्ने महत्त्वपूर्ण सूचकहरूलाई समावेश गरिएको हो ।

सूचक समूह	सूचक वा छलफलका विषयहरू <sup>२</sup> (गत वर्षको तथ्याङ्कलाई प्रयोग गर्ने)	राष्ट्रिय मापदण्ड		विद्यालयको हालको अवस्था	समुदायद्वारा विद्यालय अवस्थाको स्वमूल्याङ्कन		
		न्यूनतम	अपेक्षित		अति राम्रो (*१)	राम्रो (*२)	सुधार गर्नुपर्ने (*३)
विद्यालय सञ्चालन भएको दिन र हाजिरी व्यवस्था (तालिका ५)	6. गत शैक्षिक सत्रमा जम्मा कक्षा सञ्चालन भएको दिन	२१० दिन	२२० दिन भन्दा बढी				
	7. गत शैक्षिक सत्रमा कक्षा १, ३ र ५ मा विद्यार्थीको औसत उपस्थित दिन (वार्षिक)	२१० दिन	२२० दिन भन्दा बढी				
	8. गत शैक्षिक सत्रमा शिक्षकको औसत उपस्थिति दिन (वार्षिक)	विद्यालय खुलेको दिन मध्ये ९२%	विद्यालय खुलेको सबै दिन (१००%)				
	9. कक्षा कोठामा शिक्षकको उपस्थिति	१००% समय	१००% समय र बढी				
भौतिक सुविधा व्यवस्था (तालिका ६)	10. कक्षा कोठा व्यवस्थापन	राम्रो र सरसफाइ भएको					
	11. सुरक्षित विद्यालय भवन तथा कक्षा कोठा	पर्याप्त, सुरक्षित र व्यवस्थित, प्रकाशयुक्त भेन्टिलेसनयुक्त					
	12. खानेपानीको अवस्था	सफा, स्वच्छ र पर्याप्त पानीको व्यवस्था भएको					
	13. पर्याप्त पानी सहितको शौचालय	राम्रा, सफा र पर्याप्त, छात्र र छात्राका लागि छुट्टा छुट्टै शौचालयको व्यवस्था भएको					
	14. खेल मैदान र घेराबार	पर्याप्त, सुरक्षित र सफा मैदानका साथै केही खेल सामग्रीको व्यवस्था भएको					
	15. पुस्तकालय/बुक कर्नर	विद्यालयमा एउटा पुस्तकालय वा कक्षा कोठामा बुक कर्नर भएको					



सूचक समूह	सूचक वा छलफलका विषयहरू <sup>२</sup> (गत वर्षको तथ्याङ्कलाई प्रयोग गर्ने)	राष्ट्रिय मापदण्ड		विद्यालयको हालको अवस्था	समुदायद्वारा विद्यालय अवस्थाको स्वमूल्याङ्कन		
		न्यूनतम	अपेक्षित		अति राम्रो (*१)	राम्रो (*२)	सुधार गर्नुपर्ने (*३)
विद्यालय व्यवस्थापकीय प्रबन्ध (तालिका ७)	16. विव्यस र शिअसको नियमित बैठक	विव्यस-न्यूनतम वार्षिक ६ पटक र शिअस-न्यूनतम वार्षिक ४ पटक					
	17. विव्यस, शिअस र अभिभावकद्वारा विद्यालयको अनुगमन	विव्यस, शिअस र अभिभावकहरूद्वारा नियमित रूपमा अनुगमन (सुविधा, कक्षा कोठा र कार्यकलापहरू)					
	18. अभिभावक भेला	वर्षमा कम्तीमा दुई पटक					
	19. बाल बालिकाको सहभागिता	बाल क्लबको गठन र नियमित कार्यक्रम सञ्चालन । बाल केन्द्रित कार्यक्रम सञ्चालन विसुयो निर्माण, सामाजिक परीक्षण र विपद् जोखिम न्यूनीकरणमा सहभागिता					
	20. विद्यालय सुधार योजना निर्माण र कार्यान्वयन	विद्यार्थी र समुदायको सहभागितामा विद्यालय सुधार योजना निर्माण, कार्यान्वयन र स्वअनुगमन					
	21. अभिभावकहरू र कक्षागत शिक्षकसँग बैठक	नियमित सम्पर्क तथा वर्षमा पटक पटक बैठक सञ्चालन					
	22. सेवाक्षेत्र भित्र विद्यालय बाहिर रहेका बाल बालिकाको सङ्ख्या	०					
शैक्षिक सामग्रीको उपलब्धता र शिक्षण (तालिका ८)	23. शिक्षकको पाठ तयारीको अवस्था	प्रत्येक कक्षामा विषयगत पाठ योजनाअनुसार कक्षा सञ्चालन भएको					
	24. बाल केन्द्रित शिक्षण र सिकाइ	सक्रिय शिक्षणका साथ बाल केन्द्रित शिक्षण/सिकाइ विधि					
	25. शैक्षिक तथा खेल सामग्रीहरूको प्रयोग	शिक्षक तथा समुदायको सहयोगमा निर्मित सामग्रीको प्रयोग					

सूचक समूह	सूचक वा छलफलका विषयहरू <sup>१</sup> (गत वर्षको तथ्याङ्कलाई प्रयोग गर्ने)	राष्ट्रिय मापदण्ड		विद्यालयको हालको अवस्था	समुदायद्वारा विद्यालय अवस्थाको स्वमूल्याङ्कन		
		न्यूनतम	अपेक्षित		अति राम्रो (*१)	राम्रो (*२)	सुधार गर्नुपर्ने (*३)
(तालिका ९)	26. छात्रवृत्ति वितरण	वर्तमान नियम र निर्देशन अनुसार					
	27. सामाजिक परीक्षण र सार्वजनिक सुनुवाई	निर्देशिका अनुसार वार्षिक रूपमा सञ्चालन					
	28. स्रोत व्यवस्थापन	बहुस्रोतहरूबाट (जिविस, गाविस, गैसस) स्रोतहरू सङ्कलन					
स्वास्थ्य	29. स्वास्थ्य र सरसफाइ व्यवस्थापन	प्राथमिक उपचार सामग्री, व्यक्तिगत सरसफाइ र स्वास्थ्य जाँचको व्यवस्था					
विपद् जोखिम न्यूनीकरण	30. विपद् व्यवस्थापन समूह/समिती गठन	नेपाल सरकारका विभिन्न दस्तावेजहरूमा विद्यालयले विपद् जोखिम न्यूनीकरणका कार्यकलाप गर्नु पर्ने नीतिगत व्यवस्था गरेको छ ।					
	31. स्वमूल्याङ्कन						
	32. सुरक्षा योजना तर्जुमा						
	33. प्रतिकार्यका लागि तयारी						
	34. समुदाय, परिवार र सार्वजनिक निकायहरू विच सूचना आदान प्रदान, सम्पर्क तथा समन्वय						

नोट: विद्यालयले स्थानीय परिवेशअनुसार सूचकहरू थप गर्न सक्ने छ । विद्यालयले विद्यालय स्वमूल्याङ्कन फारम मूल्याङ्कनपश्चात् सबैले देख्ने गरी टाँस गर्नुपर्ने छ ।

## २.२ विद्यालय स्वमूल्याङ्कनको सारांश

- सहजकर्ताले विद्यालय स्वमूल्याङ्कनबाट प्राप्त नतिजाका आधारमा अति राम्रो अवस्था, राम्रो अवस्था र तत्कालै सुधार गर्नुपर्ने अवस्थामा परेका सूचकहरूलाई तल उल्लिखित तालिकामा टिपोट गर्ने ।

### विद्यालय स्वमूल्याङ्कनको सारांश

विद्यालयको अवस्था	स्वमूल्याङ्कनका आधारमा सूचकहरूको सूची
अति राम्रो अवस्था (निरन्तरता दिनुपर्ने)	
राम्रो अवस्था (सुधार गर्नुपर्ने)	
तत्काल सुधार गर्नुपर्ने अवस्था (पहिलो प्राथमिकता)	

२.३ “२०..... सालको लागि विस्तृत वार्षिक कार्यक्रम तथा बजेट” को मस्यौदा तयारी

- सहजकर्ताले विसुयो निर्माण सहयोगी पुस्तिकाको अनुसूची ८ मा उल्लिखित तालिकाअनुसार आगामी वर्षको वार्षिक कार्यान्वयन योजना तथा बजेटको मस्यौदा तयारीका लागि छलफल गर्ने

३. सामग्रीहरू

- २०७१ मा वितरित A0 आकारको विद्यालय स्वमूल्याङ्कन रूजुसूची वा नयाँ तयार गरिएको न्युजप्रिन्ट
- स्वमूल्याङ्कनको सारांश सूची (प्राथमिकताको क्षेत्रअनुसार)
- “२०..... सालको लागि विस्तृत वार्षिक कार्यक्रम तथा बजेट” लेखिएको न्युजप्रिन्ट

कार्यशालाको समीक्षा र समापन

२० मिनेट

१. यस सत्रका उद्देश्यहरू

- कार्यशालाको सारांश र आगामी कार्यहरूबारे जानकारी गर्न
- कार्यशालाको सफलताका लागि सबैलाई धन्यवाद दिन ।

२. विस्तृत क्रियाकलाप

२.१ कार्यशालाको सारांश र आगामी कार्यहरू

- सहजकर्ताले कार्यशालामा गरेका क्रियाकलापहरू र सहमती भएका विषयहरूको सारांश प्रस्तुत गर्ने
- सहजकर्ताले वार्षिक कार्यान्वयन योजना गरी अन्तिम रूप दिनका लागि आगामी योजना जस्तै विव्यस, शिअसको बैठक, ... आदि बारे जानकारी दिने

२.२ समापन

- प्रअले कार्यशाला सफलतापूर्वक सम्पन्न भएकोमा सबैलाई धन्यवाद दिने र विव्यसको अध्यक्षलाई आफ्ना भनाइसहित कार्यशाला समाप्त भएको घोषणा गर्न लगाउने ।

## खण्ड-दुई

### विद्यालयमा विपद् पूर्वतयारीसम्बन्धी केही सन्दर्भ सामग्री

१. नेपालको शैक्षिक क्षेत्रमा विपद् जोखिमको न्यूनीकरणसम्बन्धी नीति, रणनीति तथा गतिविधिहरू	२१
२. प्रकोप र जोखिम न्यूनीकरणका केही नमुना	२४
२.१ भूकम्प	२४
२.२ बाढी	२७
२.३ पहिरो	२९
२.४ आगलागी/डढेलो	३१
२.५ शीतलहर	३३
२.६ महामारी	३४
३. भूकम्पीय पूर्वतयारी नमुनाहरू	३६
४. भूकम्पीय पूर्वअभ्यास छलफलको नमुना	४५
५. नेपाल र जापानका केही घटनाका कथाहरू	५०
६. केही प्राविधिक शब्दावलीहरू	५३
७. विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी सन्दर्भ सामग्रीहरूको सूची	५५

## खण्ड दुई: विद्यालयमा विपद् पूर्वतयारीसम्बन्धी केही सन्दर्भ सामग्री

### १. नेपालको शैक्षिक क्षेत्रमा विपद् जोखिमको न्यूनीकरणसम्बन्धी नीति, रणनीति तथा गतिविधिहरू

यस भागमा नेपालको विपद् जोखिम न्यूनीकरण र पूर्वतयारीका राष्ट्रिय नीति, रणनीति र कार्यक्रमहरू सूचीकृत गरिएको छ। यसमा उल्लेख गरिएका सूची तथा उद्गारहरू जाइकाको सहयोगमा विद्यालय क्षेत्र विकास योजना (SSDP) को विपद् जोखिम न्यूनीकरण र पूर्वतयारीको प्रारम्भिक अध्ययनको मस्यौदा प्रतिवेदन (जुन नेपाल सरकारलाई असोज २०७२ मा तयार गरी पेश गरिएको थियो) बाट साभार गरिएका हुन।

#### १.१ राष्ट्रिय तहमा

##### नीतिगत तथा कानुनी व्यवस्था

- (१) दैवीप्रकोप उद्धार ऐन (२०३९)<sup>३</sup>
- (२) नयाँ विपद् व्यवस्थापन ऐन (स्वीकृत हुन बाँकी, असोज २०७२)<sup>४</sup>
- (३) विपद् जोखिम व्यवस्थापनका राष्ट्रिय रणनीति (२०६६)<sup>५</sup>
- (४) तेराँ योजना (०७०/०७१-०७२/०७३)<sup>६</sup>

#### १.२ शिक्षा क्षेत्र

- (१) **राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप २०६३ (परिमार्जन २०७१):** यस प्रारूपले विपद् पूर्वतयारीलाई पाठ्यक्रमको राष्ट्रिय उद्देश्यमा समावेश गरेको छ। जसअनुसार उद्देश्य न. १२ (ठ) मा “प्राकृतिक एवम् दैवी प्रकोपप्रति सचेत रही सम्भावित जोखिम न्यूनीकरण गर्न सक्षम नागरिक तयार गर्ने” तय गरेको छ। यसै गरी यस प्रारूपले विद्यालयहरूले स्थानीय पाठ्यक्रमका रूपमा २० प्रतिशत पाठ्यक्रम तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गर्ने नीतिगत व्यवस्था गरेको छ। स्थानीय मागको आधारमा पनि थप विषयहरू जस्तै विपद् जोखिम न्यूनीकरण समावेश गर्न सकिने व्यवस्था पनि गरेको छ।
- (२) **विद्यालय क्षेत्र सुधार योजना:** विद्यालय क्षेत्र सुधार योजना (आव ०६६/०६७ देखि ०७०/०७१) मा विपद् जोखिम न्यूनीकरणलाई राम्ररी नसमेटिएको भए तापनि यस योजनाको विस्तारित कार्यक्रम (२०७१/०७२ देखि २०७२/०७३) मा सुरक्षित विद्यालय र विपद् जोखिम न्यूनीकरणका सबालहरूलाई समावेश गरिएको छ। यस दस्तावेजमा “सुरक्षित विद्यालय र विपद् जोखिम न्यूनीकरणलाई मूलधारमा समाहित गरिने र यसलाई सुरक्षित विद्यालय कार्ययोजना कार्यान्वयन गर्दा जलवायु परिवर्तनका सूचकहरूलाई समेत अन्तरसम्बन्धित गरी थप सशक्तीकरण गर्ने व्यवस्था उल्लेख” छ। (SSRP Extended Documents पृष्ठ नं. १९)
- (३) **राष्ट्रिय जोखिम न्यूनीकरण समूह/कन्सोर्टियम (National Risk Reduction Consortium-NRRC) :** यस कन्सोर्टियमले दिगो विपद् जोखिम व्यवस्थापनका पाँच ओटा अति आवश्यक प्राथमिकता प्राप्त क्षेत्रहरू (Flagship Priorities) तय गरेको छ जुन निम्नअनुसारका छन् :

Flagship Priority-1: “विद्यालय र स्वास्थ्य चौकीको सुरक्षा” भूकम्पीय आधारमा संस्थाको संरचनात्मक र गैरसंरचनात्मक निर्माण।

Flagship Priority-2: आपत्कालीन पूर्वतयारी।

<sup>३</sup> नेपाल सरकार (२०३९) दैवीप्रकोप उद्धार ऐन (२०३९), यो नेपालको पहिलो विपद् व्यवस्थापन ऐन हो। यो “यो विपद् व्यवस्थापनसँग सम्बन्धित पहिलो ऐन हो”

<sup>४</sup> दैवीप्रकोप उद्धार ऐन (२०३९) को सट्टा यो नयाँ विपद् व्यवस्थापन ऐन तयार गरिएको हो। “यो ऐन नेपाल सरकारले विपद् जोखिम व्यवस्थापनका राष्ट्रिय रणनीतिका आधारमा तयार पारि संसदमा पेश गरेको हो”

<sup>५</sup> विपद् जोखिम व्यवस्थापनका राष्ट्रिय नीति गृह मन्त्रालयद्वारा ह्युगो कार्य ढाँचा २००५-२०१५ का आधारमा तयार गरिएको हो।

<sup>६</sup> राष्ट्रिय योजना आयोग (२०७०), तेराँ योजना (०७०/०७१-०७२/०७३)

- Flagship Priority-3: कोसी नदीमा बाढी व्यवस्थापन ।  
 Flagship Priority-4: एकीकृत सामुदायिक विपद् न्यूनीकरण व्यवस्थापन कार्यक्रम ।  
 Flagship Priority-5: विपद् न्यूनीकरण व्यवस्थापनका लागि नीतिगत र संस्थागत सहयोग ।

- (४) **राष्ट्रिय योजना आयोगले गरेको विपद् पश्चात् आवश्यकता पहिचान<sup>९</sup>:** (Post Disaster Need Assessment-PDNA) यस प्रतिवेदनले शिक्षालाई भवन र मानव बस्ती, स्वास्थ्य र जनसङ्ख्या तथा पोषण र संस्कृतीका सबालहरूलाई सामाजिक सम्पदाको एउटा हिस्साको रूपमा समेटेको छ ।
- (५) **बालमैत्री विद्यालय स्वमूल्याङ्कन स्रोत पुस्तिका २०७०**  
 यस पुस्तिकामा विपद् विषयसँग सम्बन्धित निम्न सूचकहरू समावेश गरिएको छ :

वर्गीकरण/समूह	न्यूनतम/कम्तीमा पनि	आशातीत/अपेक्षित
स्वास्थ्य परीक्षण	- विद्यालयमा प्राथमिक उपचार बाकस उपलब्ध हुन्छ जसमा परजीवि र रोग निरोधक औषधिका साथै प्राथमिक उपचारका औषधिहरू राखिएको हुन्छ ।	- विद्यालयले प्राथमिक उपचार बाकसको व्यवस्था गरेको हुनेछ । प्राथमिक उपचारको विषयमा शिक्षक र किशोर किशोरीलाई समय समयमा नियमित तालिम सञ्चालन गरिने छ ।
बचावटोको अनुभूति	- भूकम्प आउँदा कसरी बच्न सकिन्छ भन्ने कुराको जानकारी बाल बालिकालाई दिने	- भूकम्प आएमा बाल बालिकाहरूलाई र शिक्षकहरूलाई समय समयमा भूकम्पीय जोखिमका विषयमा प्रबोधीकरण कार्यक्रम सञ्चालन गरिने छ ।
	- बाल बालिकाहरूलाई समुदायको नक्साङ्कनका बारेमा जानकारी दिने	- विद्यालयद्वारा समुदायको नक्साङ्कन तयार गरिएको हुनेछ जसमा सेवाप्रदायक निकायहरू जस्तै प्रहरी चौकी, स्वास्थ्यचौकी, दमकल लगायत अन्य कार्यालयहरू इङ्कित गरिएको हुनेछ ।
भवन तथा कक्षा कोठा निर्माण	- भूकम्प प्रतिरोधक विद्यालय भवन	- ईटा तथा सिमेन्टद्वारा निर्मित भूकम्प प्रतिरोधक विद्यालय भवन निर्माण हुनेछ ।

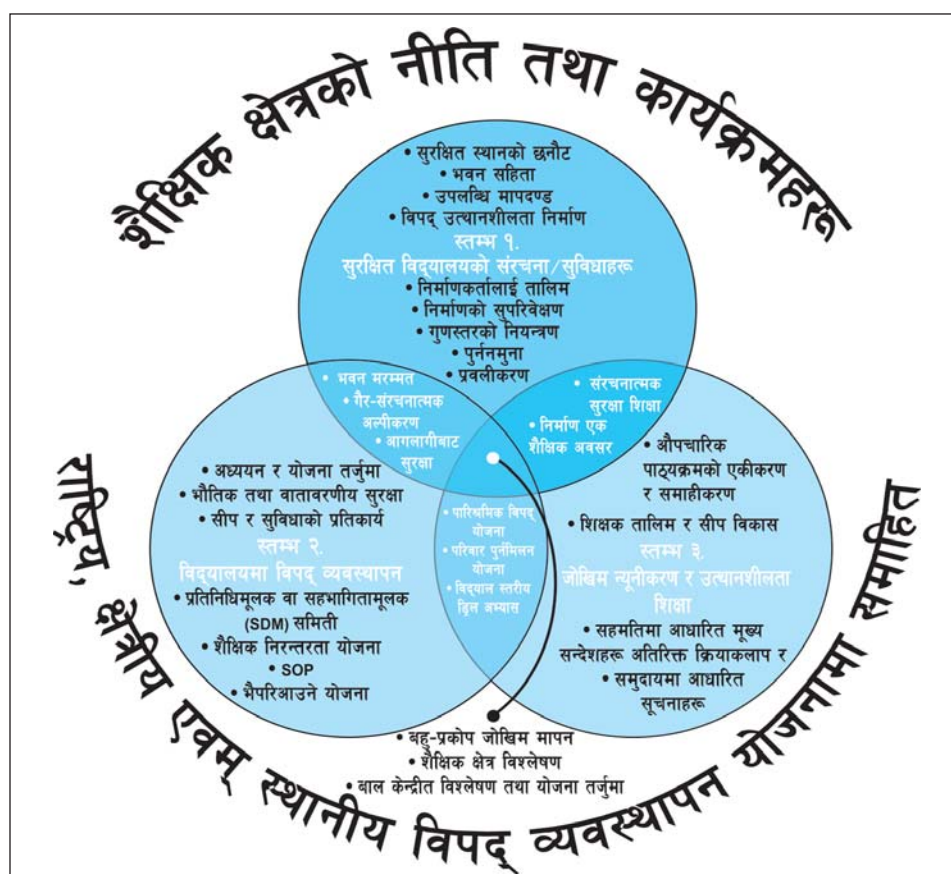
- (६) **नेपालको विद्यालयस्तरीय विपद् उत्थानशीलताका दूरदृष्टीय रणनीति, २०७१:** यो दस्तावेज एसियाली विकास बैंकको प्राविधिक सहयोगमा शिक्षा विभागले विद्यालयस्तरीय विपद् उत्थानशीलताका गतिविधिहरूको परिमार्जनका रणनीतिक खाका र कार्यान्वयन योजनाको समग्रमा जानकारी गराउने उद्देश्य लिई तयार पारेको हो ।
- (७) **नेपालमा शिक्षाको क्षेत्रमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणको लागि मार्गचित्र: २०६८** पुष महिनामा सम्पन्न नेपालको शिक्षामा विपद् जोखिम न्यूनीकरण विषयक राष्ट्रिय कार्यशालामा शिक्षा मन्त्रालय, अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संस्था र संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय निकायहरू १० बुँदे कार्यहरूमा सहमत भएका थिए । यस मार्गचित्रले चार मुख्य क्षेत्रहरू समावेश गरेको छ जसअनुसार १) विपद् जोखिम न्यूनीकरणलाई शैक्षिक नीति र योजनाहरूमा मूलप्रवाहीकरण गर्ने २) पठनपाठन र सिकाइमा विपद् जोखिम न्यूनीकरण ३) विद्यालय सुरक्षा ४) सुरक्षित विद्यालय र विपद् जोखिम व्यवस्थापनको प्रवर्धन ।
- (८) **विद्यालय क्षेत्र विकास योजना (School Sector Development Plan-SSDP):** आव ०७३/०७४ देखि विद्यालय क्षेत्र विकास योजना कार्यान्वयन हुन गइरहेको छ । शिक्षा मन्त्रालयले २०७२ मंसिरमा

<sup>९</sup> २०७२ वैशाख १२ गतेको विनासकारी भूकम्प पश्चात् राष्ट्रिय योजना आयोगको अगुवाइमा विपद् पश्चात् आवश्यकता पहिचान (PDNA) प्रतिवेदन तयार पारिएको थियो ।

तयार गरेको मस्यौदा कार्यपत्रमा सन् २०१५ मा जापानको सेन्डाईमा सम्पन्न संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय विश्व सम्मेलनमा पारित विपद् जोखिम न्यूनीकरणको खाका अनुशरण गरी विपद् पश्चात् आवश्यकता पहिचानबाट पुर्ननिर्माण र पुर्नलाभ कार्यको प्राथमिकीकरण गर्ने उल्लेख छ ।

### १.३. अन्य

- (१) **बृहत् विद्यालय सुरक्षा खाका (Comprehensive School Safety Framework):** विपद् जोखिम न्यूनीकरण एक बहुआयामिक विषय हो र यसमा प्रयोग भएका शब्दावलीहरूमा एकरूपता नभएको सन्दर्भमा ह्युगो सम्मेलनले विद्यालय सुरक्षाका लागी बृहत् विद्यालय सुरक्षाको अवधारणा<sup>५</sup> अवलम्बन गर्न सिफारिस गरेको थियो । बृहत् विद्यालय सुरक्षाका तीन स्तम्भहरू छन् :



(चार्टको स्रोत: UNISDR, Global Alliance for DRR and Resilience in the Education Sector, 2014).

स्तम्भ १: “सुरक्षित विद्यालयका संरचना”: यसले विद्यालयका संरचनात्मक सुरक्षाका सबालहरूलाई समेटेको छ ।

स्तम्भ २: “विद्यालयमा विपद् व्यवस्थापन”: यसले जोखिमहरूको अध्ययन, योजना तर्जुमा र अन्य व्यवस्थापकीय पक्षहरूलाई समेटेको छ ।

स्तम्भ ३: “जोखिम न्यूनीकरण र उत्थानशीलता शिक्षा”: यसले विपद् न्यूनीकरण व्यवस्थापन शिक्षालाई औपचारिक शिक्षासँग समाहित वा एकीकृत गर्ने पक्षहरूलाई समेटेको छ ।

<sup>५</sup> शिक्षा क्षेत्रमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि विश्व निकाय/मञ्चद्वारा यस बृहत् विद्यालय सुरक्षाखाकाको अनुमोदन गरेको छ जसमा UNISDR, एसियाली विपद् पूर्वतयारी केन्द्र, एसियाली विपद् न्यूनीकरण तथा पुर्नलाभ मञ्च, बालकोष, विपद् न्यूनीकरण तथा पुर्नलाभका लागि विश्व निकाय, रेडकस तथा रेडकसेन्टको अन्तर्राष्ट्रिय महासङ्घ, आपतकालीन शिक्षाका लागि अर्न्तसंस्था/निकाय मञ्च, प्लान इन्टरनेसनल, अन्तर्राष्ट्रिय बाल कोष, युनेस्को तथा वर्ल्ड भिजन अन्तर्राष्ट्रिय रहेका छन् ।

## २. प्रकोप र जोखिम न्यूनीकरणका केही नमुना

आफ्नै मौलिक भूभौतिक वातावरण र सामाजिक तथा आर्थिक अवस्थाका कारणले नेपाल विपद्को दृष्टिकोणले अत्यन्तै सङ्कटासन्न अवस्थामा छ। प्रत्येक वर्ष नेपालका धेरै विद्यालयहरू भूकम्प, बाढी, पहिरो, आगलागी, शीतलहर र महामारी जस्ता विभिन्न प्रकोपहरूको जोखिमको सम्मुखमा रहेका छन्। जसको कारण विद्यार्थीहरूको गुणस्तरीय शिक्षाको पहुँचमा बाधा पुर्याइरहेको छ। प्रकोपका केही रूपहरू यस प्रकार रहेका छन् :

भूकम्प (Earthquake)	हुरी बतास, आँधी, बेरी (Windstorm)
बाढी (Flood)	असिना (Hail storm)
आगलागी (Fire)	खडेरी, अनावृष्टि (Drought)
पहिरो (Landslide/debris flow)	लु / तातो हावा (Loo/Heat wave)
शीतलहर (Cold Wave)	महामारी (Epidemic/illness)
खानामा विषाक्तता (Food Poisoning)	खाद्यान्नको कमी (Food Shortage)
चट्याङ (Lightning)	आतङ्कवाद (Terrorism)
द्वन्द्व (Conflict)	जङ्गी जनावरको आक्रमण

यसका अतिरिक्त विद्यालयले आफ्नो क्षेत्रमा घट्ने अन्य प्रकोपहरू पनि थप गरी सोको अध्ययन गर्ने।

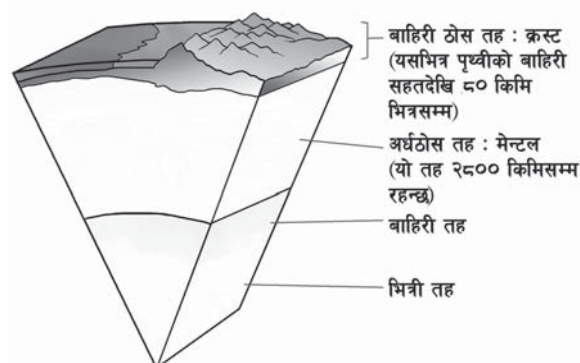
यस भागमा शिक्षकले बुझ्न सक्ने गरी मुख्य मुख्य प्रकोपहरू बारे सङ्क्षिप्त जानकारी प्रस्तुत गरिएको छ। यो भागमा केही सम्भावित रोकथाम तथा जोखिम न्यूनीकरणका उपायहरूको बारेमा पनि व्याख्या गरिएको छ। यद्यपि स्थानीय अवस्था, परिवेश, ठाउँअनुसार फरक फरक हुने भएकोले यसमा उल्लेख गरिएका सुझावहरूलाई सन्दर्भ सामग्रीको रूपमा मात्र लिन अनुरोध गरिन्छ (न कि निर्देशनका रूपमा)। तल उल्लिखित मुख्य स्रोतहरूबाट प्राप्त जानकारीहरू यस भागमा समावेश गरिएको छ:

- CDC 2014: Disaster Mitigation Resource Materials.
- DoE/NSET/UNICEF, 2012: Training manual for Earthquake Preparedness in schools.
- GoN/Mercy Corps/NDRC Nepal, 2012: Guideline to safe-school standards for the Tarai Region of Nepal.
- Actionaid 2010: School Based Disaster preparedness; Facilitators Reference Book for conducting model session/class.

### २.१ भूकम्प

#### २.१.१ भूकम्प जानुका कारणहरू

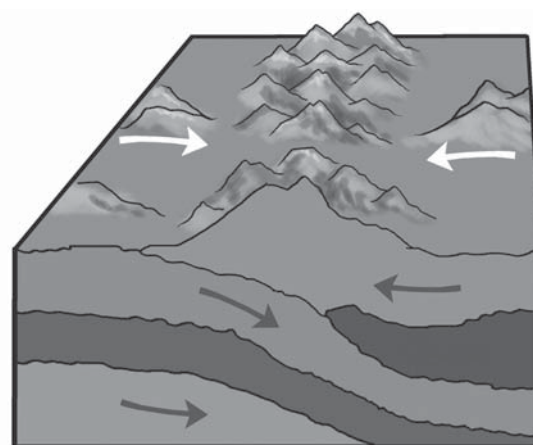
पृथ्वी चार ओटा मुख्य तहहरू (layer) मिलेर बनेको छ: बाहिरी ठोस तह क्रस्ट (Crust), अर्ध ठोस अवस्थामा रहेको मेन्टल (Mantle), बाहिरी तह (Outer core) तथा भित्री तह (Inner core)। क्रस्ट अर्न्तगत पृथ्वीको सतह, पनडुब्बी सतह तथा महासागरको तल्लो सतहसम्म पर्दछ। पृथ्वीको भित्री भागमा ठूलो मात्रामा शक्ति सञ्चय भइरहेको हुन्छ। तीमध्ये केही सञ्चित शक्तिहरू चिरा/दरार र अन्य ज्वालामुखीय क्रियाकलापको माध्यमबाट बाहिर निस्कने गर्दछ भने धेरै मात्रामा शक्तिहरू पृथ्वीको भित्री तहमै सञ्चित हुन्छ। पृथ्वीको बाहिरी क्रस्ट एउटै चाक्लामा रहेको छैन। यो धेरै खण्डहरू आराको जस्तै बाङ्गेटिङ्गे धार र रेखाहरू मिलेर बनेको हुन्छ। त्यती मात्र होइन ती चाक्लाहरू विस्तारै एक आपसमा टाढिने, खिप्ने वा घर्षण हुने हुन्छ। ती चाक्लाहरूलाई हामी भौगर्भिक चाक्ला (Tectonic Plate)





भन्दाछौं र ती चाक्लाहरूको किनारालाई चाक्लाको सीमारेखा (Plate boundaries) भन्दछौं ।

केही समयको अन्तरालमा पृथ्वीभित्र बनेका शक्ति र यसको चलायमानका कारणले गर्दा चाक्लामा ठूलो तनाव उत्पन्न हुन्छ र चिरा रेखाहरूमा उच्च चाप पर्न जान्छ । पृथ्वीभित्र बनेका शक्तिबाट उत्पन्न तीव्र चापका कारणले गर्दा चिरा रेखाहरू टाँडिन पुग्छ र चाक्लाहरू एक आपसमा टाढिने, खिप्तिने वा घर्षण हुने हुन्छ । त्यतिखेर त्यहाँ भूकम्प जान्छ । चाक्लाको सीमारेखाहरू धेरै चिराहरू मिलेर बनेका हुन्छन् र विश्वमा हुने धेरैजसो भूकम्पहरू यही चिराहरू भएका स्थानमा जाने गर्दछ ।



भारतीय भूखण्ड

युरेसियन भूखण्ड

(स्रोत: <http://earthquake.usgs.gov/learn/kids/eqscience.php>,  
<http://eschooltoday.com/natural-disasters/earthquakes/how-do-earthquakes-occur.html>)

#### नेपालमा भूकम्प गइरहने मुख्य चार ओटा कारणहरू

१. नेपाल तिब्बतीय/युरेसियन भूखण्ड र भारतीय भूखण्ड जोडिएको सिमाना (Plate Boundary) मा पर्छ ।
२. भारतीय भूखण्ड तिब्बतीय भूखण्ड मुनि वार्षिक औसत २.५ से.मी. का दरले निरन्तर घुम्दै छ ।
३. यसरी निरन्तर घुम्निने प्रक्रियाले उत्पन्न गराउने उच्च चापले भौगर्भिक चाक्लाका माथिल्लो सतहहरूमा रहेका चिराहरू फुट्न थाल्छन् ।
४. नेपालमा ९२ ओटा सक्रिय चिरा (Active Fault) हरू छन् जहाँ कुनै पनि समयमा भूकम्प जान सक्ने सम्भावना धेरै हुन्छ ।

(स्रोत: भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल, २०६८/२०६९: विद्यालय भूकम्पीय पूर्वतयारी प्रशिक्षक प्रशिक्षण सहयोगी पुस्तिका)

#### २.१.२ परिणाम /असरहरू

भूकम्पले गर्दा भौतिक संरचना जस्तै भवन, पुल र सडकहरूमा व्यापक क्षति हुन सक्दछ । भूकम्पले गर्दा पहिरो जाने र आगलागी हुने सम्भावना पनि हुन्छ । भवनहरू ढल्दा वा ठूलूला वस्तुहरू जस्तै पर्खाल वा विजुलीका खम्बाहरू मानिसहरू माथि खसेर घाइते र मानवीय क्षति हुन सक्छ । यी बाहेक मानिसहरू प्राय क्षतिग्रस्त भवनका भग्नावशेषमा फस्न सक्छन् । ७५९ वर्षको अन्तरालमा नेपालमा १० ओटा ठूला विनाशकारी भूकम्पहरू गएको छ । तीमध्ये पछिल्ला मुख्य चार ओटा शक्तिशाली भूकम्पका बारेमा तल तालिकामा उल्लेख गरिएको छ:

#### नेपालमा विगतमा गएका मुख्य भूकम्पहरूको विवरण (१९९० देखि २०७२ सम्म)

साल	भूकम्प केन्द्र	म्याग्नेच्युड	मुख्य असरहरू
१९९० माघ	चैनपुर, सङ्खुवासभा (सगरमाथाको दक्षिण)	८.३ रेक्टर स्केल	८,५१९ जनाको मृत्यु (काठमाडौँमा मात्र ४,२९६), उपत्यकाको तीन ओटै सहरहरूका प्राय जसो सबै भवन, घरहरू ध्वस्त, ऐतिहासिक स्थानहरू जस्तै काठमाडौँ दरवार, भिमसेन स्तम्भ (धरहरा) पनि ध्वस्त ।

साल	भूकम्प केन्द्र	म्याग्नेच्युड	मुख्य असरहरू
२०४५ भदौ ५	उदयपुर	६.६ रेक्टर स्केल	७२१ जनाको मृत्यु, करिब ६०,००० घरहरू ध्वस्त, २२ जिल्लाहरू प्रभावित, धेरै जसो विद्यालयहरूले नौ महिनासम्म कक्षा सञ्चालन गर्न सकेनन् ।
२०६८ असोज १	नेपाल र भारत- सिक्किमको सिमाना	६.९ रेक्टर स्केल	९ जनाको मृत्यु, पूर्वी नेपालमा धेरै विद्यालयहरू प्रभावित
२०७२ वैशाख १२	वारपाक, गोरखा	७.६ रेक्टर स्केल	८,९२२ जनाको मृत्यु, २३,००० भन्दा बढी घाइते <b>शिक्षा क्षेत्रमा भएको क्षतिको अवस्था</b> राष्ट्रिय योजना आयोगले गरेको विपद् पश्चात् आवश्यकता पहिचान अनुसार शिक्षा क्षेत्रको मात्र क्षति र घाटा रु. ३१,३१७.९ मिलियन आँकलन गरिएको छ भने यसको पुर्ननिर्माण तथा पुर्नस्थापनाका लागि रु. ४१,४७७.६ मिलियन लाग्ने अनुमान गरिएको छ । <b>विद्यालयहरूको भौतिक क्षतिको विवरण</b> जम्मा प्रभावित विद्यालय ८,२४२ पूर्ण रूपमा क्षतिग्रस्त कक्षा कोठाहरू २५,१३४ आंशिक रूपमा क्षति कक्षा कोठाहरू २२,०९७ शौचालय र खानेपानीमा क्षति ४,४१६ विद्यालयको पर्खालमा क्षति १,७९१ <b>विद्यालय बन्द:</b> प्रभावित १४ ओटा जिल्लाहरूमा पहिलो पटक जेष्ठ १ गतेसम्म र त्यस पछि जेष्ठ १७ गतेसम्मका लागि सम्पूर्ण विद्यालयहरू बन्द भएको थियो ।

स्रोत: १) नेपाल विपद् प्रतिवेदन २०६६ २) गृह मन्त्रालय, प्रकोप अल्पीकरण शाखा अर्न्तगतको राष्ट्रिय आपत्कालीन कार्यान्वयन केन्द्रद्वारा जारी गरिएको प्रतिवेदन ३) राष्ट्रिय योजना आयोग, विपद् पश्चात् आवश्यकता पहिचान २०७२ ।

### २.१.३ जोखिम न्यूनीकरण उपायहरू (नमुनाका लागि)

प्रत्येक विद्यालयहरूको आआफ्नै सन्दर्भ/अवस्था र परिवेश/परिदृश्य हुन्छ र सोहीअनुसार पूर्वतयारीका उपयुक्त कदमहरू चाल्नुपर्ने हुन्छ ।

नमुनाका लागि यसै खण्डको पृष्ठ नं. ३६ देखि ४९ सम्म हेर्नुहुन अनुरोध छ ।

#### थप सन्दर्भ सामग्रीहरू

- GoN, June 2015: Post Disaster Needs Assessment Report
- <http://earthquakecountry.org/prepare>
- <http://earthquakecountry.org/recover/>
- <http://earthquakecountry.org/survive/>
- <http://earthquake.usgs.gov/learn/kids/eqscience.php>
- IDEP Foundation, 2011: Community Based Disaster Management Manual

## २.२ बाढी

## २.२.१ बाढी आउनुका कारणहरू

हाल विश्वव्यापी रूपमा तापक्रमको वृद्धि (Global Warming) को कारणले गर्दा अतिवृष्टि र उच्च पहाडी भूभागको हिमतालको गतिशीलताले गर्दा विनाशकारी बाढीको सम्भावनामा पनि वृद्धि हुँदै गएको छ । नेपालका ४५,००० कि.मी. लम्बाइ भएको ६,००० भन्दा बढी नदी तथा खोलाहरूले कृषिको सिँचाइ र अन्य आय आर्जनमा सघाएको छ भने अर्कोतर्फ उपत्यका र तराईका विभिन्न भागहरूमा वर्षेनी बाढीले विनाश गर्ने गरेको छ । नेपालको तराई क्षेत्रलाई विश्वकै बाढीका दृष्टिकोण अत्यन्त संवेदनशील क्षेत्रका रूपमा लिइएको छ । बाढी प्राकृतिक वा मानवीय दुवै कारणले आउने गर्दछ । नेपाल विपद् प्रतिवेदन २०६६ को अनुसार नेपालमा बाढी निम्न कारणले आउने गर्दछ :

- क) मनसुन वर्षामा विभिन्नता
- ख) धरातलीय अवस्था
- ग) वन विनाश/वनस्पतिको छत्रमा ह्रास हुनु ।

## २.२.२ परिणाम/असरहरू

नेपालमा बाढीको कारणले गर्दा वर्षेनी सयौँ मानिसहरूले ज्यान गुमाउने तथा घरबार विहीन हुनुपर्ने अवस्था सिर्जना हुने गरेको छ । नेपालमा २०५० देखि २०७१ सम्म गएको मुख्य मुख्य बाढीहरू र यसले पारेको प्रभावहरू तलको तालिकामा उल्लिखित गरिएको छ :

## नेपालमा गएका मुख्य बाढीहरूको विवरण (२०५० देखि २०७१ सम्म)

साल	स्थान	घटना	मुख्य असरहरू
२०५०	रौतहट, सर्लाही	बागमती नदीको बाढी	१,१७० जनाको मृत्यु, ३२,७६५ घरधुरीहरूको क्षति, सयौँ विघा खेतीयोग्य जग्गा कटान
२०५९	नेपाल/भारत-बिहार	भिषण मनसुनी वर्षा	४२९ जनाको मृत्यु, सयौँ विघा खेतीयोग्य जग्गा कटान
२०६५	नेपाल/भारत-बिहार	कोसी नदीको भेल	६५,००० घर नष्ट, ४२,७६५ जना प्रभावित, बिहारमा २,००० जनाको मृत्यु
२०६५ भदौ	पश्चिम नेपाल	महाकाली नदीको बाढी	४० जनाको ज्यान गएको, सयौँ विघा खेतीयोग्य जग्गा कटान
२०६८ चैत्र	पोखरा, कास्की	सेती नदीको बाढी	७२ जनाको मृत्यु, ५ जना घाइते, १४ घर नष्ट, २१ घरधुरी अन्यत्र सारिएको
२०७० अषाढ	दार्चुला	महाकाली नदीको बाढी	१०६ घर र २१ कार्यालय नष्ट, २,५०० जना स्थानान्तरण
२०७० भाद्र	बर्दिया	कर्णाली/बबई नदीको बाढी	३२ जनाको मृत्यु, १३ जना बेपता, ९३,१८७ जना अति प्रभावित र ७१,८११ जना आंशिक प्रभावित
२०७१ श्रावण	मध्य/सुदुर पश्चिम नेपाल	कैलाली/बर्दिया/सुर्खेत/दाङ	२२२ जनाको मृत्यु, ८४ जना घाइते, ५,१६७ घरधुरी पूर्ण रूपमा क्षति, १४,९१३ घरधुरी आंशिक रूपमा क्षति, ६,८५९ घरधुरी अन्यत्र सारिएको, ११७,५८० जना प्रभावित, सयौँ विघा खेतीयोग्य जग्गा कटान ।

स्रोत: १) नेपाल विपद् प्रतिवेदन २०६६ २) गृह मन्त्रालय, प्रकोप अल्पीकरण शाखा अर्न्तगतको राष्ट्रिय आपत्कालीन कार्यान्वयन सेन्टरद्वारा जारी गरिएको प्रतिवेदन ।

विद्यार्थीहरू विद्यालय जाँदा र विद्यालयबाट घर फर्कदा बाढीको कारणबाट प्रभावित हुन सक्दछन् । विद्यालय पनि बाढीबाट विभिन्न तरिकाले प्रभावित हुन सक्दछ :

- **विद्यालय परिसरमा क्षति:** विद्यालयको खेल मैदान, विद्यालयलाई जोड्ने सडक वा किनाराको कटान भई माटो क्षति हुन सक्दछ । ठूलो मात्रामा मलवाहरू, कुडाकर्कटहरू (हिलो, बालुवा, गिट्टी, ढुङ्गा आदि) विद्यालय प्राङ्गणमा जम्मा हुन सक्दछ ।
- **भवनको संरचनामा क्षति:** जग कमजोर हुन सक्दछ, भित्ताहरू कमजोर वा खस्न सक्दछन भने तलाहरू माथि उठ्न वा दब्न सक्दछ ।
- **उपयोगिता प्रणालीमा क्षति:** विद्युतीय तारहरू तथा उपकरणहरूमा खराबी आउन सक्नुको साथै त्यसका धातुका भागहरू नष्ट हुन सक्दछन ।
- **सामग्रीहरू/उपकरणहरूमा क्षति:** विद्यालयका फर्निचरहरू, कम्प्युटर, फाइल, किताबहरू, प्रयोगशालामा प्रयोग हुने सामग्री तथा उपकरणहरू र खाजाघर (Canteen) मा प्रयोग हुने सामग्रीहरू क्षतिग्रस्त वा दुषित हुन सक्दछ ।
- **स्वास्थ्यमा जोखिम:** बाढीको कारणले गर्दा जमेको फोहोर पानीबाट उत्पन्न हुन सक्ने विभिन्न रोगहरू जस्तै भुइँपखाला, मलेरिया र अन्य भाइरल रोगहरू फैलिन गई महामारीको रूप लिई मानवीय क्षति विशेष गरी ससाना बाल बालिका, अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू (Person with disabilities) र महिलाहरूको मृत्यु हुन सक्दछ । गहिरो र तेज पानीको बहावले गर्दा मानिसहरू डुब्न सक्ने तथा पानीमा बगिरहेको कुडाकर्कटले गर्दा मानिसहरू घाइते हुन सक्दछन् । बाढी ग्रस्त विद्यालयमा हुसीको सङ्क्रमण र दुषित वातावरणले गर्दा विद्यार्थी र अभिभावकको स्वास्थ्यमा नराम्रो असर पार्न सक्दछ ।
- **विद्यालय बन्द:** बाढीको कारणले गर्दा सरसफाइ र मर्मत सम्भार गर्ने उद्देश्यका लागि विद्यालय बन्द हुन सक्दछ । विद्यालय खुल्ने समयको एकीन बाढीले पुर्याएको क्षति र स्वास्थ्यमा परेको असरले निर्धारण गर्दछ ।



तस्वीर: ज्ञानोदय प्राथमिक विद्यालय, लुम्ले गाविस, कास्की, नेपाल

(स्रोत: <http://www.ncef.org/pubs/flooding.pdf>)

### २.२.३ जोखिम न्यूनीकरण उपायहरू (नमुनाका लागि)

प्रत्येक विद्यालयको विशेष आवश्यकता स्थानीय परिवेश/सन्दर्भ र अवस्थाअनुसार फरक फरक हुन सक्दछ । यद्यपि साधारणतया बाढीको जोखिमलाई न्यूनीकरण गर्न तल उल्लिखित उपायहरू अवलम्बन गर्नुपर्ने हुन्छ:

#### क) बाढी आउनु अघि

- विद्यालय भवन निर्माणका लागि उच्चतम बाढीको तह भन्दा माथिको उचाइमा रहेको सुरक्षित स्थान छनोट गर्ने । यसका लागि ५० वर्षसम्मको बाढीको प्रकृति र इतिहासको जानकारी लिने ।
- पानी जम्न सक्ने क्षेत्रमा विद्यालय, पानी तथा सरसफाइसम्बन्धी पूर्वाधार निर्माण गर्नुपर्ने अवस्था भएमा जमिनको उचाइ भन्दा माथिको स्थान छनोट गर्ने वा जमिनलाई माटो ढुङ्गा वा अन्यले पुरी उच्च पार्ने र पानीको राम्रो निकासको व्यवस्थापन गर्ने ।
- नदी तथा खोला खोल्सीको किनारमा वृक्षरोपण गर्ने ।
- खोलाले कटान गरेको क्षेत्र/क्षतिग्रस्त किनारामा बोरामा बालुवा भर्ने तथा बाँस वा अन्य वनस्पति

- प्रयोग गरी जैविक तटबन्ध बनाउने ।
- तारको जालीमा ढुङ्गा भरी नदीको किनारामा चेक ड्याम बनाउने ।
- बाढीग्रस्त क्षेत्रका विद्यालयहरूले जोखिमबाट सुरक्षित रहने राहत तथा उद्धारसम्बन्धी वास्तविक अभ्यासहरू (relief and rescue drills) नियमित रूपमा गराउने ।
- पर्याप्त मात्रामा खाद्यान्न र खानेपानी सहितको आपत्कालीन सामग्रीहरूको जोहो गर्ने ।

#### ख) बाढी आइरहेको बेला र बाढी पश्चात्

- स्थानीय एफएम रेडियो तथा टेलिभिजनको माध्यमबाट मौसम तथा बाढीसम्बन्धी सूचना तथा पूर्वजानकारी समय समयमा लिने ।
- बाढीको पूर्वजानकारी भइसकेपछि सुरक्षित स्थानमा जाने । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई सुरक्षित स्थानमा जान सहयोग गर्ने ।
- बाढीको कारणले गर्दा दुषित भएको खाना र पानीको प्रयोग नगर्ने ।
- बाढी पश्चात् विद्यालयको सरसफाइ र मर्मत गरी कक्षाहरू पुनसञ्चालन गर्ने ।

थप सहयोगको लागि तल उल्लिखित सरकारी कार्यालयहरूमा सम्पर्क र समन्वयन गर्ने :

- सिँचाई मन्त्रालय, जल उत्पन्न प्रकोप व्यवस्थापन विभाग अन्तर्गत फिल्ड तथा क्षेत्रीय कार्यालयहरू (विराटनगर, जनकपुर, परवानीपुर, भक्तपुर, भैरहवा, नेपालगञ्ज र धनगढी) (web page: <http://www.dwidp.gov.np/>)
- जिल्ला भू-संरक्षण कार्यालय
- जिल्ला वन कार्यालय (विरूवा प्राप्त गर्नका लागि)

#### थप सन्दर्भ सामग्रीहरू

- Government of Nepal (GoN) 2011: Disaster Review, Annual Report.
- GoN and Nepal Disaster Preparedness Network- Nepal 2009: Nepal Disaster Report.
- Ministry of Irrigation, Department of Water Induced Disaster Prevention (DWIDP), Kathmandu.

## २.३ पहिरो

### २.३.१ पहिरो आउनुका कारणहरू

गुरुत्वाकर्षणका कारणले गर्दा माटो, चट्टान या वनस्पतिहरू भासिने, धसिने, खस्ने वा बग्ने प्रक्रियालाई पहिरो भनिन्छ । पहिरो जानुको आधारभूत कारण दुई प्रकारका हुन्छन् :

#### प्राकृतिक कारणहरू:

- **गुरुत्वाकर्षण:** भिरालो जमिनमा बढी प्रभाव पर्छ ।
- **भौगोलिक तत्वहरू:** भू-सतह स्थिर नहुनु, कमजोर भूबनोट, संवेदनशील वा मौसमबाट प्रभावित हुने सामग्रीहरू, चट्टानको संरचना र भूमिगत पानीको अवस्थाले प्रभाव पार्दछ ।
- **अत्याधिक र मुसलधारे वर्षा:** पानीको सतहमा तिब्र वृद्धि र संतृप्तीका कारणले गर्दा पनि पहिरो जान सक्दछ ।
- **भूकम्प:** भूकम्पको कम्पनले गर्दा माटोको ढिस्को वा चट्टानहरू खस्ने वा भर्ने सम्भावना बढी हुन्छ ।
- **वनमा आगलागी:** आगलागीको कारणले भू-क्षय भइ बाढी तथा पहिरो जान सहयोग पुर्याउँदछ ।
- **हिमाली क्षेत्रमा तिब्र रूपमा हिउँ पगलनु:** तिब्र रूपमा हिउँ पगलन गई भिरालो ठाउँको माटोमा पानीको मात्रामा वृद्धि हुँदा पनि पहिरो जान सक्दछ ।

**मानवीय कारणहरू:**

- वन जङ्गल विनास/वन फडानी
- अव्यवस्थित/अनुपयुक्त तरिकाले गरिने भू-उपयोग: धेरै भिरालो जमिनमा खेती गर्नु, खोरिया फडानी
- अव्यवस्थित विकास निर्माण

**२.३.२ परिणाम/असरहरू**

ठूलाठूला ढुङ्गा, माटोको ढिस्को, बालुवा आदि भर्दा बग्दा पहिरो गएको क्षेत्रमा पर्ने सबै सरसमान तथा सम्पतिहरू नष्ट गर्नुको साथै मानवीय क्षति समेत हुन सक्दछ ।

**प्रत्यक्ष असरहरू:**

- भौतिक क्षति: पहिरोमा वा पहिरोको बाटोमा पर्ने जेसुकैको क्षति हुन सक्दछ
- हिलो/लेदो/ढुङ्गा/मलवा (debris) को कारणले सडक, आपूर्ति सेवाहरू (दूरसञ्चार, विद्युत्, खानेपानी) तथा जलमार्ग अवरुद्ध हुन सक्दछ ।
- मृत्यु: मानिस तथा पशुपक्षीहरूको मृत्यु वा घाइते हुन सक्दछ ।

**अप्रत्यक्ष असरहरू:**

- बाँधको सुरक्षामा असर
- पहिरो र बाढी
- पहिरो र भूकम्पीय क्रियाकलापहरू

**नेपालमा गएको मुख्य पहिरोहरूको विवरण (२०६९ देखि २०७२)**

साल	स्थान	घटना	मुख्य असरहरू
२०६९ भाद्र	कोलबुङ, इलाम	मनसुनी वर्षा र पहिरो	१० जनाको ज्यान गएको
२०७१ श्रावण	जुरे, सिन्धुपाल्चोक	पहिरो, नदी थुनिएको	<ul style="list-style-type: none"> <li>• १५६ जनाको ज्यान गएको, १४० जना हराइरहेको, २७ जना घाइते, ४३६ जना अन्यत्र सारिएको, २,००० भन्दा बढी घरहरूको क्षति, अरनिको राजमार्गको ५ कि.मी. सडक क्षतिग्रस्त भएको</li> <li>• एउटा माध्यमिक र दुई ओटा प्राथमिक विद्यालयहरू यस पहिरोबाट भत्केको थियो ।</li> </ul>
२०७२ जेष्ठ	ताप्लेजुङ	मनसुनी वर्षा र पहिरो	३९ जनाको मृत्यु, १० जना हराइरहेको, ८ जना घाइते
२०७२ अषाढ	पोखरा	मनसुनी वर्षा	छोरेपाटनको भूतपूर्व सैनिक माध्यमिक आवासिय विद्यालय पहिरोले पुरिएर एक विद्यार्थीको मृत्यु भएको थियो भने १३ जना घाइते भएका थिए, घाइते मध्ये ४ जना शिक्षक र ९ जना विद्यार्थीहरू रहेका थिए ।

स्रोत: १) बाढीको स्रोतमा उल्लेख गरिए अनुसार ।

२) <http://www.dpnep.org.np/index.php?pageName=newsdetail&nid=161>

**२.३.३ जोखिम न्यूनीकरणका उपायहरू (नमुनाका रूपमा)**

**क) पहिरो जानु अघि**

- जोखिम नक्साङ्कन गरेर पहिरो सम्भावित क्षेत्रहरूको पहिचान गर्ने ।
- पहिरो सम्भावित क्षेत्रहरूमा विद्यालय भवन वा संरचनाहरू नबनाउने ।



- गहिरो नाला/ढलको व्यवस्थापन गरी बिना अवरोध बढी भएको पानीको निकासको व्यवस्था मिलाउने ।
- जैविक तटबन्धन (Bio-engineering) को प्रयोग गर्ने जस्तै बोट विरूवा र घाँसको वृक्षरोपण, बोरामा बालुवा भर्ने, तारको जालीमा ढुङ्गा भरी पहिरो सम्भावित क्षेत्रको रोकथामको प्रयास गर्ने ।
- जग्गाको राम्ररी तथा वैज्ञानिक प्रयोग गर्ने ।
- स्थानीय जनता तथा विद्यार्थीहरूमा जनचेतना जगाउने ।

#### ख) पहिरो गइरहेको अवस्थामा

- प्रभावित हुन सक्ने छिमेकीहरूलाई जानकारी गराउने ।
- पहिरो गइरहेको स्थानबाट मानिसहरूलाई सुरक्षित निकास/स्थानान्तरणका लागि सहयोग गर्ने, यो एकदमै राम्रो बचाउ गर्ने तरिका हुन सक्छ ।
- पहिरो पश्चात् जान सक्ने बाढी वा मलवालाई होसियारीपूर्वक निरीक्षण गरी राख्ने ।

#### ग) पहिरो गइसके पछिको अवस्थामा

- छरछिमेकमा रहेका सडकटासन्न समूह/व्यक्तिहरूलाई आपत्कालीन सहायता (खोज तथा उद्धार) गर्ने ।
- बाटोमा भएको पहिरो वा मलवाहरूलाई हटाउने ।
- बाध्य सहयोगको लागि सम्बन्धित सङ्घ संस्थाहरूलाई जानकारी गराउने तथा समन्वय गर्ने ।

## २.४ आगलागी/डढेलो

### २.४.१ आगलागी हुनुको कारणहरू

नेपालमा सामान्यतया गर्मीको समय चैत्र देखि जेष्ठ महिनासम्मको सुख्खायाममा आगलागी हुने गर्दछ । आगलागी गाँउ बस्ती र वन क्षेत्रबाट सुरू हुन सक्दछ । नेपाल वन स्रोतमा धनी छ, कहिलेकाँही वनजङ्गलमा लाग्ने डढेलो विद्यालय र गाँउ बस्तीमा फैलिन गई प्रकोपको रूप लिने गरेका पाइन्छ । यो र धेरै जसो आगलागीहरूलाई रोक्न सकिन्छ । आगलागीका मुख्य दुइओटा कारणहरू (प्राकृतिक र मानवीय) बारेमा तल उल्लेख गरिएको छः

#### क) प्राकृतिक कारणहरू

- रूखका सुकेका हाँगाविँगाहरू एक आपसमा घर्षण भई आगोको भित्को निस्किएर
- चट्टयाङ्ग परेर
- सूर्यको प्रकाश चम्किलो वस्तुहरूमा पर्दा प्रतिबिम्बित भई तापक्रम उत्पन्न भएर
- शक्तिशाली र विनाशकारी भूकम्प

#### ख) मानवीय कारणहरू

- विभिन्न खेतीका अभ्यासहरू जस्तै खेती गर्न भाडी तथा वनमा आगो लगाउनु ।
- जथाभावी र असुरक्षित भण्डारण : वनबाट सङ्कलित पैदावारहरू जस्तै सुकेका पात, बाँस, कलिला काठहरू, अति प्रज्वलनशील पदार्थहरू जस्तै तेल, मट्टीतेल, पेट्रोल ।
- विद्युतीय सामग्रीहरू राम्ररी नजोडिएको, तारहरूको जडान राम्ररी नगरिएको, विद्युतीय प्रणालीमा क्षमता भन्दा बढी विद्युत्को प्रयोग ।
- मानवीय लापरवाही जस्तै धुम्रपान गरी चुरोटको ठुटो जथाभावी फाल्नु, वनभोज पछि राम्ररी आगो ननिभाउनु, फोहरमैला बाल्ने आदि ।



तस्वीर: वनमा लागेको आगो

### २.४.२ परिणाम/असरहरू

नेपालमा साधारणतया विद्यालयहरू गाँउबस्तीभन्दा अलि टाढा जस्तै जङ्गलको नजीक वा बस्ती नजिकै निर्माण गर्ने गरिन्छ। त्यस्ता विद्यालयहरू आगलागीको दृष्टिकोणले सङ्कटासन्न हुन्छन्। नेपालमा घटेका केही आगलागीका घटनाहरू तलको तालिकामा दिइएको छ :

#### नेपालमा घटेका आगलागीको केही विवरण

साल	स्थान	घटना	मुख्य असरहरू
२०६० मंसिर	म्याङलुङ, फुङलिङ	मानव वस्तीमा आगलागी भएको	म्याङलुङमा ३०० परिवार तथा फुङलिङमा ५९ परिवार घरबार विहीन भएको
२०६८ वैशाख	औराही, सिरहा	मानव वस्तीमा आगलागी भएको	१ बच्चाको मृत्यु, ४६१ परिवार प्रभावित भएको
२०६८ वैशाख	होलिया, बाँके	मानव वस्तीमा आगलागी भएको	१ जनाको मृत्यु, ४५ परिवार प्रभावित भएको

स्रोत: बाढीको स्रोतमा उल्लेख गरिएअनुसार

### २.३.३ जोखिम न्यूनीकरणका उपायहरू (नमुनाका लागि)

#### क) आगलागी हुनु अघि

- सामुदायिक वन उपभोक्ता समूह, बाल क्लब, आमा समूह, स्काउट आदिलाई आगलागीको परिणाम/प्रभाव बारे सचेत गराउने।
- आगलागी निवारण/नियन्त्रक समूहको निर्माण गर्ने।
- आगो निभाउनेका लागि आवश्यक पर्ने उपकरण तथा औजारहरू जस्तै बेल्टा, डोरी, पानी जार, पञ्जा, कम्बल, ज्याकेट, प्राथमिक उपचारका सामग्रीहरू आदि व्यवस्थापन गर्ने।
- घरहरू एक अर्कासँग नजिक वा जोडेर नबनाउने।
- विद्यालय/घरमा आगो निभाउने (अग्नी नियन्त्रक) को व्यवस्थापन गर्ने वा बाल्टीनमा बालुवा भरेर राख्ने तथा प्लास्टिकको पानी ट्याङ्कीको व्यवस्था गर्ने।

#### ख) आगलागी भैइरहेको/भैइसकेपछि

- आगलागी भएको देखेपछि "आगो आगो" भनी ठूलो स्वरले कराउने र सबै जनतालाई सचेत गराउने।
- आगलागी भएको क्षेत्रबाट सकेसम्म चाडो बाहिर निस्कन प्रयास गर्ने (मुखलाई भिजेको कपडाले छोप्दा राम्रो हुन्छ)।
- यदि कुनै व्यक्तिले लगाएको कपडामा आगो लागेमा भिजेको कपडाले बेरी दिने वा भुइमा सुत्त लगाएर लडीबुडी गर्न लगाइ आगो निभाउने वा अन्य उपायहरू अपनाउने।
- आगो फैलिनबाट रोक्न पानी, माटो र बालुवा, भिजेको विरूबालाई लहरै बसी एकले अर्कालाई दिदै आगलागी भएको स्थानमा पुर्याउने।
- आगलागी भएको क्षेत्रको वरपरीबाट सुकेको पात, हाँगाबिँगा, दाउरा, काठहरू तथा अत्यधिक प्रज्वलनशील पदार्थहरूलाई हटाउने।
- उद्धार गरिएका व्यक्तिहरूलाई आगलागी भएको स्थान तथा धुँवाबाट टाढा राख्ने।
- विद्युत्को मुख्य लाइन बन्द गर्ने, ग्यास सिलिन्डर र अन्य विद्युतीय सामनहरू बन्द गर्ने।
- आगो निभाउने कार्यमा सम्लग्न हुँदा उद्धारकर्मीको मृत्यु भएका घटनाहरू पनि हुने भएकाले विशेष सावधानी अपनाउने।



- विद्यार्थी सङ्ख्या, परिवार वा समुदायका सदस्यहरूको सङ्ख्या गनी उद्धार भएको छ वा छैन निश्चित गर्ने ।
- आपत्कालीन सेवाहरूका लागि आगलागीको घटनाबारे सम्बन्धित निकायहरू जस्तै प्रहरीचौकी, अग्नि नियन्त्रक (दमकल), स्वास्थ्य चौकी, खोज तथा उद्धार समूहलाई जानकारी गराउने ।
- घाइतेहरूका लागि प्राथमिक उपचारको व्यवस्था गर्ने र थप उपचारका लागि अन्यत्र पठाउने ।

## २.५ शीतलहर/लु (तातो हावा)

### २.५.१ शीतलहर आउनुका कारणहरू

शीतलहर एउटा मौसमीय घटनाक्रम हो जसमा तापक्रम एक्कासी घट्न जान्छ वा एकदमै चिसो हावा ठूलो भूभागमा एकत्रीत भई ढाक्ने गर्दछ । नेपालको तराई क्षेत्रमा जाडो याममा शीतलहर आउने गर्दछ र एक हप्ता, महिना वा सो भन्दा बढी समयसम्म रहीरहन्छ ।

हालका वर्षहरूमा तराई क्षेत्रमा शीतलहर बढ्दै गएको पाइन्छ जसका मुख्य कारणहरू भौगोलिक अवस्था, हावाको चाप, हावाको बहाव, जलवायु परिवर्तन र हिउँदै वर्षा हो । साधारणतया हिउँदमा साइबेरियन मरुभूमिबाट चिसो हावा पाकिस्तान, बङ्गलादेश, भारतको उत्तरी भाग र नेपालतिर बहने गर्दछ । उक्त चिसो हावा हिमालसँग ठोक्किएर समतल भूभाग जस्तै तराई क्षेत्र जुन कम चाप भएको क्षेत्र हो तिर फर्किन्छ र बाक्लो कम्बलको कुहिरो जस्तो भएर सम्पूर्ण भूभाग ढाकिने गरी बस्छ ।

### २.५.२ परिणाम/असरहरू

शीतलहरले गर्दा मानिसको दैनिक जीवन नै प्रभावित हुनुको साथै मानिस तथा जनावरहरूको मृत्यु भई आर्थिक क्षति समेत हुनेगर्दछ । यसले बाल बालिकाको पढाइ, मानिसको स्वास्थ्य, कृषि अर्थतन्त्र तथा जनावरहरू माथि नकारात्मक असर पार्ने गर्दछ । शीतलहरका मुख्य मुख्य असरहरू तल उल्लेख गरिएको छ :

- मानिसको मृत्यु विशेष गरी बाल बालिका तथा जेष्ठ नागरिक, गरिबहरू । पूर्वतयारीको कमीले गर्दा गरिब जनताहरूमा यसको जोखिमसँग लड्न सक्ने क्षमता कम हुन्छ जसले गर्दा उनीहरू नै यसबाट बढी प्रभावित हुन्छन् ।
- धेरै चिसो हुनाले विद्यालयहरू प्राय बन्द हुन जान्छ जसको कारणले विद्यार्थीहरूको पठनपाठनमा अवरोध हुने गर्दछ ।
- मानिसहरू विशेष गरी बाल बालिका तथा जेष्ठ नागरिकहरूको स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पर्दछ । तिनीहरू निमोनिया, पखाला (Cold diarrhea), दम र चिसोबाट हुने अन्य रोगहरूबाट चाडै नै सङ्क्रमित हुने सम्भावना बढी हुन्छ ।
- कृषिजन्य बालीहरू तथा घरपालुवा जनावरहरूको क्षति वा मृत्यु हुन सक्छ जसले गरिबी तथा आर्थिक वृद्धिदरमा असर पुर्याउँछ ।



तस्वीर: शीतलहरबाट बच्न आगो ताप्दै गरेको स्थानीय व्यक्तिहरू

"Disaster Management Institution and System" ले गरेको अनुसन्धान प्रतिवेदन अनुसार विस २०२७ देखि २०६८ सम्ममा शीतलहरका कारणले गर्दा नेपालमा जम्मा ५९५ जनाको मृत्यु र ९५ जना घाइते भएको भएको उल्लेख गरेको छ । एउटा

अर्को स्रोत अनुसार विस २०७१ मा शीतलहरले गर्दा ४९ जनाको मृत्यु भएको थियो जसमा २१ जना महिला, २४ जना पुरुष र ४ जना बाल बालिकाहरू थिए ।

### २.५.३ जोखिम न्यूनीकरणका उपायहरू (नमुनाका लागि)

#### क) शीतलहर जानु अघि

- आफू जानकारी हुने र यसको असर तथा पूर्वतयारीका बारेमा छरछिमेक तथा स्थानीय व्यक्तिहरूलाई सचेत गराउने ।
- धेरै चिसोबाट बच्न तातो लुगा, कपडा, कम्बल आदिको व्यवस्थापन गर्ने ।
- कोठा तातो पार्नका लागि इन्धनका स्रोतहरूको व्यवस्थापन गर्ने ।
- प्रोटीनयुक्त खाद्य सामग्री तथा गेडागुडीहरूको व्यवस्थापन गर्ने ।

#### ख) शीतलहर गइरहेको समयमा र गइसकेपछि

- बाल बालिका, बिरामी, विद्यार्थीहरू तथा जेष्ठ नागरीकहरूलाई विशेष ध्यान दिने । उनीहरूमा चिसोको कारणले गर्दा हुने विभिन्न रोगहरूको सङ्क्रमण छिट्टै हुने सम्भावना बढी भएकोले उनीहरूलाई शीतलहरको बेला सकेसम्म घर बाहिर जान नदिने ।
- शरीरको तापक्रम कायम राख्न कम तौल भएका तातो कपडाहरू तह तह (several layers) गरी लगाउने ।
- बाल बालिकाहरूले लगाएको लुगाहरू सुकेको छ वा छैन भनी समय समयमा जाँच गर्ने । शरीरको तापक्रम कम हुनबाट बचाउनको लागि भिजेको कपडाहरू तुरुन्तै परिवर्तन गर्नुपर्दछ र सकेसम्म लगाएको लुगाहरू सुक्खा राख्ने प्रयास गर्ने ।
- शरीरमा तापक्रम प्रदान गर्नको लागि पोसिलो खानाहरू, तातो पानी, भोलयुक्त खाना, तरकारी तथा गेडागुडीहरू खाने ।
- कोठा तातो पार्न इन्धनका स्रोतहरू जस्तै हिटर, दाउरा, मट्टितेल वा कोइला आदिको प्रयोग गर्ने । यी स्रोतहरू प्रयोग गर्दा हावाको आवतजावत/भेन्टिलेसन सुचारुरूपमा भैरहेको छ वा छैन सो को ध्यान दिने ।

### २.५.४ लु/तातो हावा

हालका वर्षहरूमा गर्मी याममा नेपालको तराई क्षेत्रमा लु वा तातो हावाका केही घटनाहरूमा वृद्धि भएको पाइन्छ । यसका लागि विद्यालयहरूले अनुकुलनको प्रयासहरू जस्तै बिहानको समयमा कक्षाहरू सञ्चालन गर्ने, दिउसोको समयमा बाहिर नजाने तथा बढी मात्रामा पानी पिउने आदि गर्नुपर्दछ ।

#### थप सन्दर्भ सामग्रीहरू

- Eco-Nepal July 2007: Ways to safe from Cold wave (Prakop – Gyanmala-13)
- National Institute of Disaster Management: Do's and Don'ts for Common Disaster. ([www.nidm.gov.in/journal.asp](http://www.nidm.gov.in/journal.asp))

## २.६ महामारी

### २.६.१ महामारी आउनुका कारणहरू

कम समयको अन्तरालमा खास क्षेत्र र जनसङ्ख्यामा धेरै मानिसहरूमा चाडै सङ्क्रमित हुने रोगलाई महामारी भनिन्छ । महामारीका मुख्य कारणहरूमा दुषित खानेपानीको प्रयोग, असुरक्षित तथा कम पोसिलो खानाको प्रयोग, सरसफाइको कमी तथा जथाभावी खुला ठाउँमा चर्पीको प्रयोग आदि पर्दछन् ।

## २.६.२ परिणाम/असरहरू

जनधनको क्षतिको दृष्टिकोणले महामारीलाई नेपालको एउटा प्रमुख प्रकोपको रूपमा लिइन्छ । विपद् जोखिम न्यूनीकरण राष्ट्रिय रणनीतिको प्रतिवेदन अनुसार विस २०२७ साल देखि २०६३ सम्ममा नेपालमा जम्मा १५,५२९ जनाको मृत्यु, ३७,७७३ जना घाइते तथा ३२३,८९६ जना प्रत्यक्ष रूपमा प्रभावित भएका थिए । Centre for Excellence in Disaster Management and Humanitarian Assistance को अर्को प्रतिवेदन अनुसार विस २०६२ देखि २०७१ सम्म नेपालमा जम्मा ३८७ जनाको मृत्यु तथा ६४,२४६ जना प्रत्यक्ष रूपमा प्रभावित भएका थिए । नेपालको केही महामारीका घटनाहरू उदाहरणका रूपमा तल उल्लेख गरिएको छः

- २०६६ सालमा जाजरकोटमा भूडानपखालाको महामारीमा १५० जनाको मृत्यु भएको ।
- एक प्रतिवेदनअनुसार महामारीका कारणले २०५६ सालमा देशको विभिन्न भागहरूमा १,२०७ जनाको मृत्यु तथा ६,११९ परिवार प्रभावित भएका छन् ।
- २०५५ सालमा देशको विभिन्न भागहरूमा ८४० जनाको मृत्यु तथा १,८९६ परिवार प्रभावित भएका छन् । जुम्लामा मात्र सो महामारीका कारणले गर्दा ३५० जनाको मृत्यु भएको थियो ।



## २.६.३ जोखिम न्यूनीकरणका उपायहरू (नमुनाका लागि)

- विद्यालय तथा घर वरीपरीको वातावरणलाई स्वच्छ तथा सफासुगन्ध राख्ने ।
- जहिले पनि चर्पीको प्रयोग गर्ने जथाभावी खुला ठाँउमा दिसा पिसाप नगर्ने । चर्पीको प्रयोग गरिसकेपछि साबुन पानीले राम्ररी हात धुने ।
- सफा र स्वच्छ पानी वा उमालेको पानी वा फिल्टर गरिएको पानीको प्रयोग गर्ने ।
- स्वच्छ, ताजा र राम्ररी पकाएको पोसिलो खानेकुरा मात्र खाने, सडेगलेको वा काँचो खानेकुरा नखाने ।
- रोगसम्बन्धी केही लक्षणहरू देखिएमा तुरुन्त अस्पतालमा गएर जाँच गराउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने ।
- सङ्क्रमित व्यक्तिले प्रयोग गरेको लुगा कपडा तथा अन्य सामग्रीहरूको प्रयोग नगर्ने । यदि पुनःप्रयोग गर्नु परेमा साबुन पानीले राम्रोसँग सफा गरेर मात्रै प्रयोग गर्ने ।
- सङ्क्रमित व्यक्तिको दिसा पिसाप, थुक, खकार वा अन्य फोहोरजन्य कुराहरू जथाभावी खुला ठाँउमा नफाल्ने ।
- आफ्नो क्षेत्रमा अज्ञात रोगको कुनै लक्षण देखिएमा तुरुन्त सम्बन्धित निकायलाई खबर गर्ने तथा सोको नियन्त्रणका लागि समन्वय गर्ने ।

तस्वीर : जाजरकोटमा पखालाको महामारीबाट भएका बिरामीहरू

## थप सन्दर्भ सामग्रीहरू

- Centre for Excellence in Disaster Management and Humanitarian Assistance (2015): Nepal Disaster Management Reference Handbook.
- MoHA (1999): Nepal Country Report.
- NSET (2008): National Strategy for Disaster Risk Management (NSDRM).

### ३. भूकम्पीय पूर्वतयारी नमुना (Samples of Preparedness for the Earthquake)

यस भागमा पूर्वतयारीका नमुनाहरू र यसका मूलमर्म र सीमाहरू उल्लेख गरिएका छन् :

- यसले समग्र विपद् जोखिम न्यूनीकरण योजनालाई समेट्न सक्दैन ।
- यस भागमा **भूकम्पसँग सम्बन्धित सबाललाई मात्र** प्रस्तुत गरिएको छ । यहाँ दिइएका उदाहरणहरू केही नमुना मात्र हुन् ।
- यस पुस्तिकाको खण्ड एक (पृष्ठ १०) मा दिइएको सत्र ४ को चरणहरूको वर्णन समावेश गरिएको छ ।
- यसमा दिइएको नमुना विभिन्न विपद्हरू जस्तै बाढी, पहिरो, शीतलहर, आगलागी तथा महामारी आदिको पूर्वतयारी गर्नको लागि समेत उपयोगी हुन सक्दछ ।
- यहाँ प्रस्तुत गरिएका नमुनाहरूले पूर्वतयारीका सबै पक्षहरूलाई समेटेको छैन ।
- विद्यालयले कम बजेट वा समयमा गर्न सक्ने कार्यकलापहरूलाई नमुनाका रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ ।
- प्राविधिक शब्दावलीहरू भन्दा व्यवहारिक शब्दावलीहरू प्रयोग गरिएका छन् ।
- यसले **विपद् पूर्वतयारीका चरणहरूको सुरुआत गर्न विद्यालयहरूलाई सहयोग गर्ने** अभिप्राय राख्दछ ।
- तल उल्लिखित आधारभूत र साभा बुझाइहरूका आधारमा यो सामग्री तयार गरिएको छ :
  - स्थान, समय, परिस्थिति तथा प्रकोपअनुसार अवस्थाहरू फरक हुने गर्दछ । त्यसैले अवस्थाअनुसार जोखिम न्यूनीकरणको विधि पनि फरक हुने गर्दछ ।
  - त्यसैले हामी प्रत्येकले र हामी सबैले विपद् आइलागनुभन्दा पहिले नै कसरी आफ्नो सुरक्षा गर्ने र कसरी अरूलाई सहयोग गर्ने तथा तयारी हुने भन्नेबारे सोच विचार गर्नु अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।
  - यसलाई अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा **स्थानीय स्तरमा पूर्वतयारी गर्नेपर्ने हुन्छ ।**

#### ३.१ विपद् व्यवस्थापन टोली/समिति गठन

केही विद्यालयहरूले “विपद् व्यवस्थापन समिति” गठन गरी सकेका छन् जसमा विव्यस, शिअस, समुदायका प्रतिनिधिहरू, विद्यार्थीहरू (बाल क्लब, जुनियर रेडक्रस सोसाइटी भए त्यसको सदस्य तथा अन्य समूह भए त्यसको सदस्य) को प्रतिनिधित्व रहन्छ । समुदायको सहभागिता तथा जिम्मेवारी बाँडफाँड अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । विपद् व्यवस्थापन समिति गठन भई नसकेका विद्यालयहरूले समेत विपद् व्यवस्थापन टोली/समिति गठन गर्न सक्नेछन् । विद्यालयमा विपद् पूर्वतयारीको प्रकृयामा शिक्षक/कर्मचारी तथा विद्यार्थीहरूको मुख्य भूमिका रहने गर्दछ । विद्यालयले गर्ने पूर्वतयारीका कार्यकलापहरूको जानकारी सम्पूर्ण विद्यार्थी, शिक्षक, अभिभावक, समुदाय र सार्वजनिक सङ्घ संस्थाहरूलाई गराउनु पर्दछ ।

विपद् पूर्वतयारी योजनाको समग्र व्यवस्थापनको जिम्मेवारी प्रअको हुन्छ । यसका साथै प्रअले विद्यालयमा एकजना शिक्षकलाई विपद् व्यवस्थापनका लागि सम्पर्क शिक्षकको रूपमा तोक्न प्रोत्साहित गरिन्छ जसले विपद् व्यवस्थापनसम्बन्धी सम्पूर्ण गतिविधिमा प्रअलाई सहयोग गर्नेछ ताकि विद्यालयका सम्पूर्ण शिक्षक तथा कर्मचारीहरू विपद् पूर्वतयारीमा सहभागी हुनुका साथै सबैले यसका लागि आफ्नो जिम्मेवारी बहन गर्नुपर्दछ ।

## तालिका: विद्यालयमा विपद् व्यवस्थापन समूह/समितिको भूमिका तथा जिम्मेवारीहरू

कसले	भूमिका तथा जिम्मेवारीहरू
प्रअ	- प्रमुख व्यक्तिको रूपमा कार्य गर्ने
सम्पर्क शिक्षक	<ul style="list-style-type: none"> <li>- विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी सम्पूर्ण कार्यमा प्रअलाई सहयोग गर्ने</li> <li>- विपद्सम्बन्धी तालिममा सहभागी हुने र तालिमबाट फर्केपछि त्यस सम्बन्धी विद्यालयमा सबै शिक्षक, कर्मचारीहरूलाई प्रशिक्षण दिने</li> <li>- विपद् पूर्वतयारी योजना निर्माण तथा कार्यान्वयनका लागि विद्यालयमा टोलीको नेतृत्व तथा सहजीकरण गर्ने</li> <li>- विपद्को पूर्वअभ्यास छलफल तथा वास्तविक अभ्यासको नेतृत्व तथा सहजीकरण गर्ने</li> <li>- विव्यस/शिअस तथा अन्य सङ्घ संस्थाहरूसँग समन्वय गर्ने ।</li> </ul>
सम्पूर्ण शिक्षक तथा कर्मचारीहरू	<ul style="list-style-type: none"> <li>- विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी सम्पर्क शिक्षकले विद्यालयमा आयोजना भएको विपद् पूर्वतयारी अभ्यास तथा तालिममा सहभागी हुने</li> <li>- बाल बालिकाका अभिभावकहरूलाई सम्पर्क गर्ने</li> <li>- पूर्वतयारी योजना निर्माण कार्यमा सहभागी हुने</li> <li>- विपद्सम्बन्धी कक्षागत शैक्षिक कार्यकलाप तथा पूर्वअभ्यास छलफल सञ्चालन गर्ने</li> <li>- आपत्कालीन निकास कार्यमा भूमिका निर्वाह गर्ने</li> <li>- एक अर्कामा सहयोग गर्दै तोकिएको भूमिका तथा जिम्मेवारी निर्वाह गर्ने</li> <li>- सङ्कटासन्न अवस्थाका बाल बालिकाहरूको विशेष हेरचाह गर्ने ।</li> </ul>
विद्यार्थी प्रतिनिधिहरू, विव्यस तथा अन्य	- पूर्वतयारीका सम्पूर्ण प्रक्रिया जस्तै स्वमूल्याङ्कन तथा लेखाजोखा, योजना निर्माण, समन्वय र कार्यान्वयन आदिमा जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्ने ।

## ३.२ स्वमूल्याङ्कन

विसुयो अद्यावधिक गर्दा जस्तै अन्य योजना अद्यावधिक गर्दा हालको अवस्था विश्लेषण गर्न जरूरी हुन्छ । स्वमूल्याङ्कन विद्यालयस्तरीय कार्यशालाको एउटा प्रक्रिया हो यद्यपी विद्यालयस्तरीय कार्यशालामा समय पर्याप्त नभएकाले, सहभागीहरूको सुझाव तथा टिप्पणी आत्मसाथ गर्दै विद्यालयले थप कार्य गर्नुपर्ने हुन्छ । शिक्षक/कर्मचारी तथा विद्यार्थीहरूले प्रअको सहयोगमा विद्यालय परिसर तथा वरपर वस्तुस्थिति अवलोकन गरी स्वमूल्याङ्कन गर्नुपर्दछ र सुधारका लागि के गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा छलफल गर्नुपर्दछ ।

विद्यालय भवनको अवस्था मूल्याङ्कनको लागि नयाँ भवन निर्माण संहिताका बारेमा शिक्षकलाई जानकारी हुनु आवश्यक छ । कृपया नयाँ भवन निर्माण संहिताका लागि शिक्षा विभाग तथा जिशिकासँग सम्पर्क गर्नुहुन अनुरोध छ ।

## ३.२.१ विद्यालय परिसर तथा वरपरका सुरक्षित/असुरक्षित स्थानको मूल्याङ्कन

## तालिका : मूल्याङ्कन रूजुसूचीको नमुना

क्र.स.	स्थान	सोध्नुपर्ने प्रश्न	अवस्था
१	विद्यालय परिसर/खुल्ला स्थान	के विद्यालय परिसर/खुला स्थान सुरक्षित छ ? के पर्याप्त खाली ठाउँ छ ? के खुला स्थान कक्षा कोठाबाट नजिकै छ ?	

२	हरेक कक्षा कोठामा, शौचालय तथा अन्य कोठाहरू (एक तले वा एकभन्दा बढी तला भएका भवनका लागि साभा प्रश्न)	सुरूको कम्पन भएको क्षणमा	के छाना तथा दलिन सुरक्षित छन् ?	
			के भित्ता/पर्खालहरू सुरक्षित छन् ?	
			के त्यहाँ खस्न वा भर्न सक्ने कुनै वस्तुहरू छन् ?	
			के कक्षा कोठामा कुनै सुरक्षित तथा असुरक्षित स्थान छन् ?	
			के डेस्कहरू त्यसमुनि लुक्न उपयुक्त छन् ? के त्यहाँ अझ राम्रो विकल्प छ ?	
			जोडदार कम्पन (Tremor) सुरू हुने वित्तिकै तत्काल के गर्नुपर्दछ ?	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- तुरुन्तै कोठाबाट बाहिर निस्कने? वा</li> <li>- डेस्कमुनि लुक्ने वा अन्य सुरक्षित स्थानमा बस्ने ? वा</li> <li>- घुँडा टेक्ने, गुँडुल्किने र ओत लागेर समात्ने कार्यका लागि अन्य सुरक्षित स्थान छ त ?</li> </ul>	
		सुरूको कम्पन रोकिए पछि	के विद्यार्थीहरू तुरुन्तै बाहिर निस्कनका लागि पर्याप्त ठूला खालका ढोका छन् त ?	
			निस्कनको लागि ढोकामा जाने बाटोमा कुनै अवरोध छ ?	
			कक्षा कोठामा कुन कुन विद्यार्थीहरू सड्कटासन्न अवस्थामा छन्, जसलाई विशेष सहयोगको आवश्यकता छ ?	
३	भुईँतलाको कक्षा कोठादेखि प्रार्थना क्षेत्रसम्मको आपत्कालीन निकास मार्ग	कोठाबाट आपत्कालीन निकास गर्ने मार्ग कस्तो हुनुपर्छ ?		
		आपत्कालीन निकास गर्ने मार्गमा कुनै अवरोध छ ?		
४	माथिल्लो तलाको कक्षा कोठादेखि प्रार्थना गर्ने स्थान सम्मको आपत्कालीन निकास मार्ग	के भर्याडहरू सुरक्षित छन् ?		
		के भर्याडहरू विद्यार्थीहरू एकै पटक दौडनका लागि पर्याप्त चौडा छन् ?		
		भर्याडहरू प्रयोग गरी आपत्कालीन निकास गर्न कस्तो नियम बनाउनु पर्दछ ?		
		सड्कटासन्न अवस्थाका बाल बालिकाहरू (अपाङ्गता भएका, बाल विकास र कक्षा १ का विद्यार्थी) लाई हामीले कसरी सहयोग गर्न सक्छौं ?		
५	विद्यालय परिसर भित्र आपत्कालीन निकास मार्ग	के हरेक कक्षा कोठादेखि प्रार्थना गर्ने स्थानसम्मको आपत्कालीन निकास मार्ग पर्याप्त चौडा, चिप्लो नभएको, भिरालो नभएको, अफ्ठ्यारो नभएको, धेरै टाढा नभएको अवस्थामा छ ?		
६	अन्य केही भएमा थप गर्नुहोस् ।	(कृपया सम्बन्धित विषयमा विद्यालयको परिवेशमा आधारित थप भएमा उल्लेख गर्नु होला ।)		

यदि विद्यालयसँग पहिले नै बनाएको विद्यालयको नक्सा भएमा सुरक्षित तथा असुरक्षित स्थानहरू त्यही नक्सामा प्रस्तुत गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

## ३.२.२ प्रत्येक स्थान तथा आपत्कालीन निकास मार्गमा गर्नुपर्ने कार्यहरूको सारांश

स्वमूल्याङ्कन भ्रमण पछि सहभागीहरू पुन एकै ठाउँमा जम्मा भई हरेक स्थानका बारेमा विस्तृत छलफल गर्ने । यो योजना कक्षा कोठामा भूकम्पीय अभ्यासका साथै आपत्कालीन निकास मार्गको नक्साङ्कन गर्नका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

तालिका : सुरक्षित तथा असुरक्षित स्थानको नमुना

स्थान		सुरक्षित स्थान	असुरक्षित स्थान
विद्यालय परिसर		१	१
		२	२
		३	३
		४	४
विद्यालय वरपरको क्षेत्र		१	१
		२	२
		३	३
		४	४
भवन क	भूईँतलाको कक्षा कोठाहरू १ र २	१	१
		२	२
	माथिल्लो तलाको कक्षा कोठाहरू ३ र ४	१	१
		२	२
भवन ख	भूईँतलाको कक्षा कोठाहरू	१	१
		२	२
	माथिल्लो तलाको कक्षा कोठाहरू	१	१
		२	२
शौचालय			
पुस्तकालय			
शिक्षक कक्ष			
अन्य			

### ३.३ सुरक्षाका लागि योजना तर्जुमा

#### ३.३.१ आपत्कालीन निकास मार्गको लागि योजना तर्जुमा

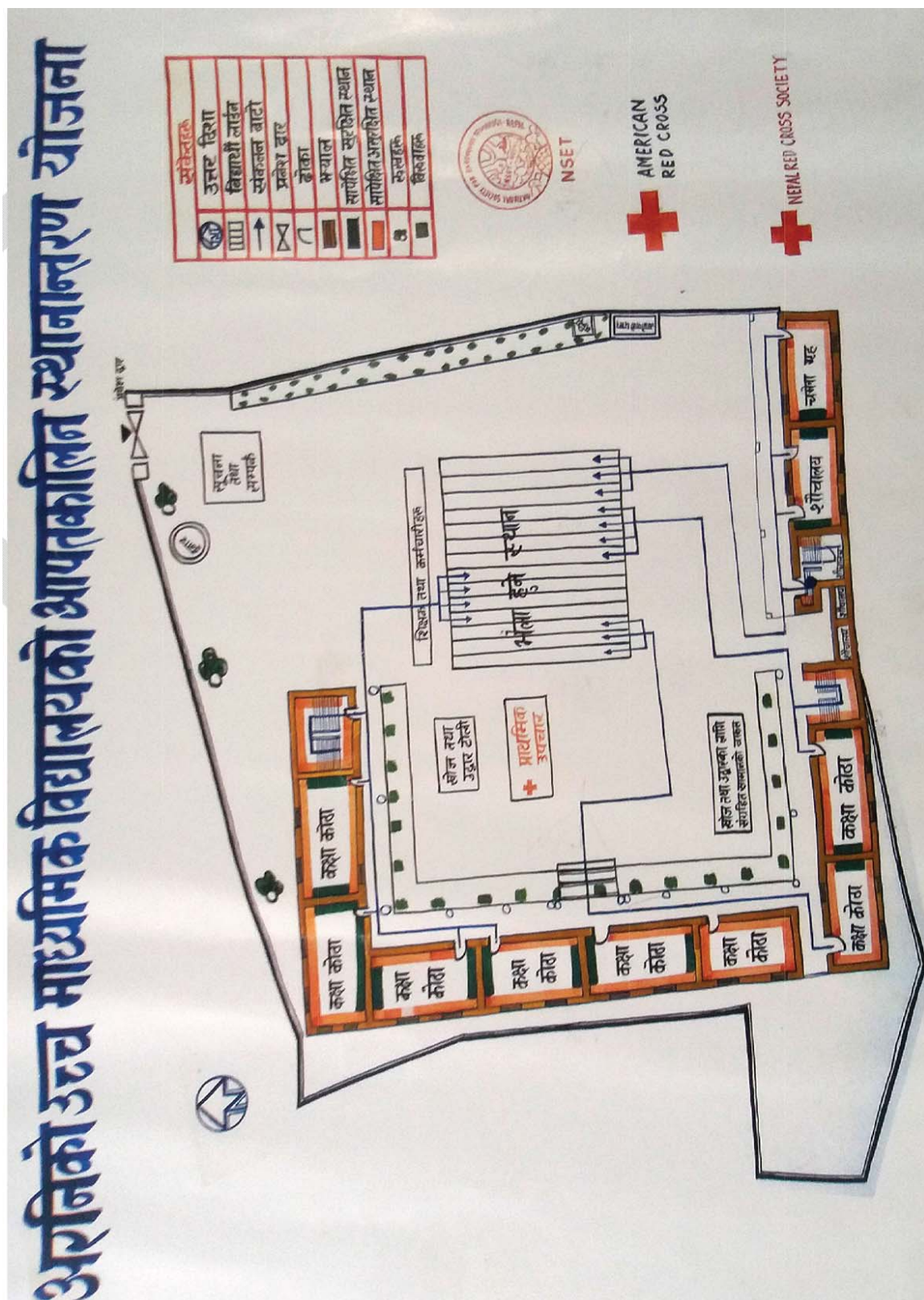
तलको तालिकामा आपत्कालीन निकास मार्गको नमुना दिइएको छ । प्रत्येक कक्षा कोठाको अवस्था फरक हुनसक्ने भएकाले कृपया शिक्षक, विद्यार्थी तथा अन्य सम्बन्धित निकायहरूले स्थानीय अवस्थाको विश्लेषण गरी कक्षागत वा भवनगत आपत्कालीन निकास मार्ग तय गर्नु होला ।

तालिका : आपत्कालीन निकास मार्गको उदाहरण

भवन	कक्षा कोठा	कक्षा	आपत्कालीन निकास मार्गको उदाहरण
विद्यालय भवन क	भुइँतलाका कक्षा कोठाहरू १ र २	५ र ६	उदाहरण: भूकम्प प्रतिरोधी भवन भए तापनि जोडिएका डेस्क बेच्चहरू भएकाले उक्त डेस्क बेच्चहरूको मुनि सबै विद्यार्थी लुक्न उपयुक्त नहुन सक्दछ ।  १. जब कम्पनको महसुस हुन्छ, तब विद्यार्थीहरू शान्त रहने, भ्यालदेखि टाढा सुरक्षित स्थानमा बस्ने र पालैपालो कक्षा कोठाबाट बाहिर तोकिएको खुला तथा सुरक्षित स्थानमा निस्कने ।  २. शिक्षक र तोकिएको विद्यार्थीले सङ्कटासन्न अवस्थाका विद्यार्थीहरूलाई सहयोग गर्ने ।  ३. आपत्कालीन निकास मार्ग जस्तै: कक्षा कोठाहरू १ र २ ➡ दायाँ तिर जाने ➡ प्रार्थना क्षेत्र क
	माथिल्लो तलाका कक्षा कोठाहरू ३ र ४	७ र ८	उदाहरण: भूकम्प प्रतिरोधी भवन भए तापनि जोडिएका डेस्क बेच्चहरू भएकाले, उक्त डेस्क बेच्चहरूको मुनि सबै विद्यार्थी लुक्न उपयुक्त नहुन सक्दछ ।  १. जब ठूलो कम्पनको महसुस हुन्छ तब विद्यार्थीहरू .....  २. जब सुरूको धक्का रोकिन्छ तब शिक्षकको निर्देशन अनुसार विद्यार्थीहरू शान्त भएर एकपछि अर्को गर्दै सुरक्षित प्रार्थना क्षेत्रमा जाने ।  ३. शिक्षक र तोकिएको विद्यार्थीले सङ्कटासन्न अवस्थाका विद्यार्थीहरूलाई सहयोग गर्ने ।  ४. आपत्कालीन निकास मार्गजस्तै कक्षा कोठाहरू ३ ➡ दायाँ तिर जाने ➡ बिचको भर्गाड तिर जाने ➡ भुइँतलाको देब्रेतिर जाने ➡ प्रार्थना क्षेत्र क
भवन ख	कक्षा कोठाहरू ५ र ६	३ र ४	उदाहरण: भूकम्प प्रतिरोधी भवन छ र.....

(उपरोक्त तालिकामा उल्लिखित आपत्कालीन निकास मार्गको विवरणलाई नक्साङ्कन पनि गर्न सकिन्छ ।)





### ३.३.२ फर्निचर तथा अन्य गैरसंरचनात्मक कार्यहरूको सुधार

थोरै सावधानी र सुधारले पनि जीवन रक्षा गर्न सक्दछ । त्यसैले तत्काल गर्न सकिने कार्यहरूको योजना बनाई कार्यान्वयन गर्नुपर्दछ ।

तालिका: भौतिक सुविधाहरूको सुधार योजना नमुना (तत्कालै गर्नुपर्ने कार्य)

स्थान	अवस्था	सुधारका लागि तत्कालै गर्नुपर्ने कार्यहरू
विद्यालय परिसर	- उदाहरण: कक्षा कोठा, भवनहरू तथा विद्यालय परिसर साँघुरो भिरालो छ, जसले गर्दा आपत्कालीन निकासमा अवरोध आउन सक्दछ ।	- उदाहरण: साँघुरो स्थान चौडा बनाउने तथा भिरालो स्थानहरू सम्याउने वा ढुङ्गा बिच्छ्याएर चिप्लो कम गर्ने ।
आपत्कालीन निकास मार्ग		
विद्यालय वरपर		
भवनहरू		
फर्निचर/ढोकाहरू	-उदाहरण: जोडिएका डेस्क बेञ्चहरूको प्रयोग भइरहेको -उदाहरण: र्याक/घर्राहरू (Shelves) खतरनाक अवस्थामा रहेको ।	- उदाहरण: विद्यार्थीहरूको भोलाहरू कक्षा कोठाको एकापट्टी वा पछाडि राख्ने जसले गर्दा तुरुन्तै बाहिर निस्कनका लागि सजिलो होस् । - उदाहरण: डेस्क, बेञ्च तथा कुर्सीहरू असुरक्षित पर्खाल वा भित्तादेखि टाढा राख्ने । - उदाहरण: र्याक/घर्राहरू (Shelves) भित्तामा बलियोसँग कसेर/बाँधेर राख्ने । - उदाहरण: तल्लो खानामा वढी तौल भएका सामानहरू र माथिल्लो खानामा हलुका सामानहरू राख्ने ।



भूकम्पका बेला र्याक नहल्लुन र नढलुन भन्नाका लागि किला ठोकी बलियो गरिदै ।



प्रत्येक कक्षा कोठाहरूको अवस्था र स्थान सुरक्षित छ छैन लेखाजोखा गर्दै ।

## ३.३.३ आपत्कालीन सामग्री, उपकरणहरू तथा महत्त्वपूर्ण कागजातहरू

विद्यालयले सधैं एक सेट आपत्कालीन औजार तथा सामग्रीहरू किनेर व्यवस्थित रूपमा राख्नुपर्दछ। यसको व्यवस्थापनका लागि एकजना शिक्षकलाई जिम्मेवारी तोक्नु राम्रो हुन्छ।

तालिका: आपत्कालीन सामग्री तथा महत्त्वपूर्ण कागजातहरूको व्यवस्थापन योजना नमुना

आवश्यक कुराहरू	सामग्रीहरू	तयार गर्न, भण्डारण तथा नियमित अद्यावधिकको लागि जिम्मेवार व्यक्ति
१. प्राथमिक उपचार बाक्स	विभिन्न साइजका ब्यान्डेज, कैंची, टाँसिने पट्टी, तिखा टुप्पा भएको चिम्टी (फोरसेप), निर्मलीकृत गजप्याड, कपासको रोल, पञ्जा, मास्कहरू, सिटामोल, जीवन जल, थर्मोमिटर आदि।	
२. जीवन रक्षा सामग्री (survival kit)	चम्किलो उज्यालो दिने टर्चलाइट, पानी, डोरी, ब्याट्रीबाट चल्ने रेडियो, मैनबत्ती, सलाई, पाल, राडीपाखी आदि।	
३. महत्त्वपूर्ण कागजातहरू	विद्यार्थीहरूको कक्षागत अभिलेख, सम्पर्क व्यक्तिको नाम, ठेगाना, फोन नं. ....आदि।	
४. अन्य		

## ३.३.४ भूकम्पीय पूर्वअभ्यास छलफल (Simulations) तथा वास्तविक अभ्यास (Drills)

विद्यालयमा भूकम्पीय पूर्वअभ्यास छलफल तथा वास्तविक अभ्यास सञ्चालन गर्नका लागि विपद् व्यवस्थापन सम्पर्क शिक्षकले तत्सम्बन्धी विषयमा तालिम लिएको र सोका लागि सावधानीपूर्वक योजना निर्माण गरेको हुनुपर्दछ। भूकम्पीय पूर्वअभ्यास छलफल तथा वास्तविक अभ्यास सञ्चालन गर्नुको मुख्य अवधारणा विद्यार्थीहरूले सुझबुझका साथ शिक्षकको निर्देशन विना वा कम सहयोगमा पनि भूकम्पीय सुरक्षा अपनाउनका लागि तयारी हुनु नै हो।

तालिका: पूर्वअभ्यास छलफल तथा वास्तविक अभ्यासको लागि योजना

क्रियाकलाप	जिम्मेवार व्यक्तिहरू	कहिले/पटक	सामग्री
विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी तालिममा भाग लिने			
विद्यालयमा कार्यरत शिक्षक/कर्मचारी/विव्यस/विद्यार्थीका लागि विपद् जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी तालिम/अभिमुखीकरण आयोजना			
जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी कक्षा ५ तथा त्यस भन्दा माथिका विद्यार्थीहरूसँग कक्षागत रूपमा छलफल			
विव्यस, शिअस, समुदायका प्रतिनिधिहरू तथा सम्भव भएसम्म स्रोत व्यक्ति, गाविसका प्रतिनिधि तथा अन्य सरोकारवालाहरूको सहयोग तथा सम्पूर्ण विद्यार्थीहरू, शिक्षक तथा कर्मचारीहरूको सहभागितामा वास्तविक अभ्यास सञ्चालन*			

(\*यदि विद्यालयले पहिलो पटक वास्तविक अभ्यास सञ्चालन गर्न लागेको भएमा सम्पूर्ण प्रक्रियाको सहजीकरण गर्न त्यस सम्बन्धी विज्ञ प्राविधिक ल्याउनुपर्ने हुन सक्छ। विद्यालयले वर्षमा कम्तीमा दुई पटक यस्ता कार्यकलाप शुक्रवार सञ्चालन गरिने अतिरिक्त क्रियाकलापका रूपमा समावेश गर्नु पर्दछ।)

### ३.३.५ भूकम्प पछि गर्नुपर्ने कार्यहरूको तयारी

कक्षा कोठाका सबै विद्यार्थीहरू विद्यालय भवन बाहिरको सुरक्षित स्थानमा पुगीसके पश्चात् के गर्ने भन्ने बारे विद्यालयले रूजुसूची तयार गर्नुपर्दछ । उक्त रूजुसूचीमा समावेश गर्नुपर्ने विषय देहाय अनुसारका हुन सक्दछन् :



१. सबै जना सुरक्षित भए नभएको सुनिश्चित गर्ने ।
२. भवनमा च्यापिएका वा हराइरहेका व्यक्तिहरू भएमा उनीहरूको उद्धार गर्न आवश्यक पहल गर्ने ।
३. घाइते भएका भए उनीहरूलाई विशेष हेरचाह गर्ने ।
४. अभिभावकहरूलाई सम्पर्क गर्ने ।
५. आपत्कालीन अवस्थामा सहयोग गर्ने सङ्घ संस्थाहरूसँग समन्वय गर्ने ।

### ३.४ प्रतिकार्य (Response) को तयारी

विद्यालयले सबै सरोकारवालाहरूको सहभागितामा तयार गरेको बुँदा ३.३ मा उल्लिखित नमुना बमोजिम तयार गरेको विद्यालय सुरक्षा योजनाको कार्यान्वयन गर्नुपर्दछ ।

### ३.५ अन्य निकायहरूसँगको सम्पर्क, समन्वय र सूचना आदानप्रदान (Share, reachout and coordinate with others)

आपत्कालीन अवस्थामा स्थानीय जनसमुदाय, स्वास्थ्य संस्था, प्रहरी, स्थानीय निकाय तथा अन्य सङ्घ संस्थाहरूसँगको समन्वय तथा सूचना आदानप्रदान अत्यावश्यक हुन्छ । विपद् पूर्वतयारीको रूपमा यस्ता सङ्घ संस्थाहरूको सूची तयार गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

तालिका: समन्वयका लागि सम्पर्क सूची

कार्यालय	सम्पर्क व्यक्ति/पद	सम्पर्क न.	स्थान/कसरी पुग्ने	कैफियत
विद्यार्थी शिक्षकको परिवार				
संस्थाहरू	प्रहरी			
	स्वास्थ्य संस्था			
	गाविस			
	अग्नि नियन्त्रण विभाग			
	रेडक्रस			

### ३.६ भौतिक सुविधाहरूको सुधार (मध्यकालीन तथा दीर्घकालीन)

हालको सन्दर्भमा भूकम्प प्रतिरोधी वा भवनहरूको भूकम्पीय प्रवलीकरण गर्नु राष्ट्रिय आवश्यकता हो र यसका लागि ठूलो धनराशी तथा धेरै समय लाग्दछ । तुलनात्मक रूपमा फर्निचरहरूको सुधार गर्न कम खर्च लाग्ने र छोटो समयमा कार्यान्वयन गर्न सकिन्छ ।



## ३.६.१ विद्यालय भवन

तालिका: भौतिक सुविधाहरूको सुधार (मध्यकालीन तथा दीर्घकालीन) को नमुना

पूर्वाधार	हालको अवस्था	मध्य तथा दीर्घकालीन उपाय
भवन क	उदाहरण: भवन प्रयोगमा छैन र यसलाई हटाउनु (Dismantling) आवश्यक ।	उदाहरण: नयाँ भवन आवश्यक भएको । जिशिका तथा अन्य सहयोगी निकायलाई अनुरोध गर्ने ।
भवन ख	उदाहरण: भर्याङहरूको प्रवलीकरण गर्न आवश्यक ।	
	उदाहरण: प्रत्येक कक्षा कोठामा ठूला वा दुई ओटा ढोकाहरू राख्नुपर्ने ।	

## ३.६.२ फर्निचर

तालिका: फर्निचर सुधारको योजना (नमुना)

फर्निचर	हालको अवस्था	मध्य तथा दीर्घकालीन उपाय
डेस्क बेञ्च तथा कुर्सीहरू	जोडिएका डेस्क बेञ्च, जुन भूकम्पको समयमा लुक्नका लागि उपयुक्त छैनन् ।	केही वर्षभित्र सबै बेञ्चहरू क्रमशः परिवर्तन गर्न आवश्यक छ ।
अन्य फर्निचरहरू		

## ३.७ विपदसम्बन्धी शिक्षा (स्थानीय पाठ्यक्रममा)

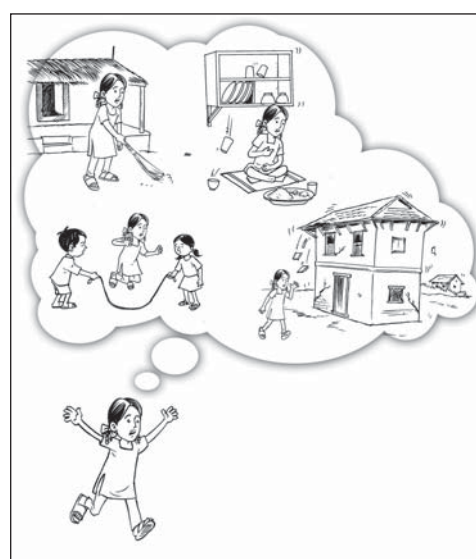
नेपालमा शिक्षा क्षेत्रका मुख्य सरोकारवालाहरूले योजना गरेका मुख्य कार्यकलापहरू मध्ये “शिक्षा क्षेत्रमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणको लागि मार्गचित्र”, “शिक्षण सिकाइमा विपद् जोखिम न्यूनीकरण” आदि मुख्य हुन् । नेपाल सरकारले निकट भविष्यमा विपदसम्बन्धी शिक्षालाई सबलीकरण गर्नेछ । केही कक्षाका पाठ्यपुस्तकहरूमा विपदसम्बन्धी शिक्षा दिने पाठ समावेश गरी प्रयोग भइरहेको हुँदा त्यसैलाई प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

## ४. भूकम्पीय पूर्वअभ्यास छलफलको नमुना (Examples of Simulation)

तल दिइएका पूर्वअभ्यास छलफलका नमुनाहरू कक्षा ५ भन्दा माथिका विद्यार्थीहरूका लागि उपयोगी हुन सक्दछन् । पूर्वअभ्याससम्बन्धी यस छलफलले विद्यार्थीहरूलाई विपद्का समयमा कस्ता कार्यकलापहरू सुरक्षित हुन्छन् भन्ने बारे मनन र छलफल गर्न सघाउँदछ । यदि विद्यार्थीहरू आफैले विपद्का बेला के गर्ने भनी सोच्ने र विश्लेषण गर्ने प्रक्रियाको सुरुआत गरेमा उनीहरूले यस्ता अभ्यासबाट आफूले जाने बुझेका ज्ञान कक्षा कोठाको परिवेश भन्दा अन्य परिस्थितिमा पनि अवलम्बन गर्न सक्ने छन् ।

## ४.१ उदाहरण १ : कक्षागत भूकम्पीय पूर्वअभ्यास छलफल (Simulation)

भूकम्पीय पूर्वअभ्यास गर्नु अगाडि शिक्षकले भूकम्पीय संयन्त्र, भूकम्पीय व्यवहार तथा आफ्नो अनुभवलाई विस्तृत रूपमा व्याख्या



गर्नुपर्दछ । भूकम्प के हो र यो किन आउँछ (यस पुस्तिकाको पृष्ठ २४ मा हेर्नु होला) भन्ने कुरा विद्यार्थीहरूले बुझ्नु नै महत्त्वपूर्ण कुरा हो ।

**पूर्वअभ्यास छलफल:** कक्षा ५ वा त्यसभन्दा माथिका हरेक कक्षामा शिक्षकले सहजीकरण गर्दै भूकम्पको बेला के गछौं र के के गर्नुपर्छ भनी सोच्न तथा कल्पना गर्न लगाउने । यो एउटा मस्तिष्क मन्थनको साथै भूकम्पीय अभ्यासको अर्को चरणको तयारी पनि हो । शिक्षकले कुनै निश्चित उपाय खोज्नु अर्थात् कुनै विशेष निर्देशन दिनुपर्छ भन्ने छैन । बरू प्रत्येक विद्यार्थीले आफ्नो विवेक प्रयोग गरी अन्य विद्यार्थीहरूसँग छलफल गर्नु अति महत्त्वपूर्ण हुन्छ । कृपया सँगै दिइएको चित्र हेर्नुहोस् ।

**समूह कार्य:** यहाँ उल्लिखित उदाहरणले विश्रामको समय (Break Time) मा आएको भूकम्प, जसको कुनै “सही उत्तर” नभएको, सन्दर्भलाई चित्रण गर्न खोजिएको छ । किन भने विद्यालयका प्रत्येक भवन र कक्षा कोठाको संरचना, अवस्था तथा परिवेश फरक हुन सक्दछ । शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूले मिलेर समाधानको उपयुक्त बाटो खोज्ने प्रयास गर्नुपर्दछ ।

### विद्यालयमा खाजा समयमा भूकम्पीय पूर्वअभ्यास छलफलको एउटा उदाहरण

के गर्ने	विद्यार्थीहरूको क्रियाकलाप	शिक्षकको सतर्कता
परिचय	विद्यार्थीहरूले भूकम्पीय अभ्यासका मुख्य बुँदाहरू बुझ्ने छन् ।	१. भूकम्प आउँदा हरेक विद्यार्थीले सोचेर के के कार्य गर्ने भन्ने बारे शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई भन्ने छन् । २. मानौं कि विश्रामको समयमा भूकम्प आउँछ भनी शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई भन्ने छन् ।
पहिलो समूह कार्य	१. विद्यार्थीहरू तीन ओटा समूहमा बाँडिने । २. प्रत्येक समूहका विद्यार्थीहरू आफू रहेको स्थानको परिस्थिति तथा आफ्नो स्थितिबारे स्पष्ट हुने । ३. प्रत्येक समूहले भूकम्पको बेला के के गर्नु पर्छ भनी छलफल गर्ने ।	१. शिक्षक-विद्यार्थीहरू तीन ओटा समूहमा बाँडिने: ▪ समूह ‘क’ विद्यालय भवन बाहिर रहेको छ । ▪ समूह ‘ख’ विद्यालय नजिकै दौडिरहेको, साथीहरूसँग गफ गरिरहेको र खेलिरहेको छ । ▪ समूह ‘ग’ कक्षा कोठा भित्र खाजा खाइरहेको र कोही पठिरहेको छ । २. शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई यी तीन ओटा अवस्थाबारे प्रस्ट पारिदिने ।
दोस्रो समूह कार्य	१. हरेक विद्यार्थीहरू आआफ्नो कक्षा कोठामा जाने २. हरेक समूहले सुरक्षित वा असुरक्षित स्थानहरू, सामानहरू तथा भवनका कमजोर भागहरू पत्ता लगाई चिन्ह लगाउने । ३. हरेक समूहले भूकम्पको बेला कसरी आपत्कालीन निकास गर्ने भन्नेबारे छलफल गर्ने ।	१. हरेक समूहका विद्यार्थीहरूलाई आआफ्नो कक्षा कोठामा सुरक्षित वा असुरक्षित स्थानहरू, सामानहरू तथा भवनका कमजोर भागहरू पत्ता लगाई चिन्ह लगाउन निर्देशन दिने । २. शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई भूकम्पको बेला कसरी सुरक्षित रहन सकिन्छ भनी प्रश्न गर्ने ।
कक्षा कोठामा छलफल	१. हरेक समूहले कसरी सुरक्षित रहन सकिन्छ भन्ने बारे प्रस्तुतीकरण गर्ने । त्यसपछि विद्यार्थीहरू बिच सम्बन्धित विषयमा केन्द्रित भई प्रश्नोत्तर सत्र चलाउने । २. हरेक समूहले सुरक्षित स्थानान्तरण अर्थात् आपत्कालीन निकास योजनालाई अन्तिम रूप दिने ।	शिक्षकले थप पुष्टि/व्याख्या गर्ने ।

सारांश	<p>शिक्षकले सबै विद्यार्थीहरूलाई भूकम्प जुनसुकै बेला आउन सक्ने कुरा पुनस्मरण गराउनुपर्दछ ।</p> <p>हरेक विद्यार्थीले नियमित रूपमा खतराजन्य वा असुरक्षित स्थानहरू, तथा सामानहरू पहिचान गर्नु धेरै महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।</p> <p>भूकम्प आउने वित्तिकै खतराजन्य सामान वा स्थानबाट सुरक्षित स्थानतर्फ जानुपर्दछ ।</p>
--------	--

(Reference: <https://edupendia.jp/a/UyM/jwWbaC1YW2F3>)

### शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूका लागि सोचाइको विजारोपण (Seeds of thoughts for Students and Teacher):

- १) भूकम्प आएको बेलामा विद्यार्थीहरूले निहुरिएर (Duck Down) डेस्क मुनि जान आवश्यक छ कि छैन भन्ने कुरा विद्यालयको कक्षा कोठाको संरचानामा निर्भर हुन्छ । छलफल र मन्थनका लागि केही बुँदाहरू तल उल्लिखित गरिएका छन् :
  - विद्यालय भवन भूकम्प प्रतिरोधी छ वा छैन ।
  - कक्षा कोठाभित्र अन्य कुनै सुरक्षित स्थान छ वा छैन ।
  - डेस्कहरू बलियो र सुरक्षित छन् वा छैनन् (सामान्यतया जोडिएका डेस्क बेच्च सुरक्षित हुँदैनन्) ।
  - डेस्क, बेच्च र कक्षा कोठाको पर्खाल/भित्ताका बिच प्रसस्तै खाली ठाउँ छ वा छैन ताकि विद्यार्थीहरू आपत्कालीन अवस्थामा तुरुन्तै सुरक्षित भई कक्षा कोठाबाट बाहिर जानु सक्नु ।
  - कक्षा कोठा भुईँ तला वा माथिल्लो तल्लामा छ ।
  - धेरै ठूलो भूकम्पको कम्पन हुदाँ कक्षा कोठा भित्र खस्न वा चिप्लिन सक्ने कुनै वढी तौल भएका खतरनाक वस्तु छ वा छैन ।
  - कक्षा सञ्चालन भैरहेको बेलामा सबै ढोकाहरू खुला गरिन्छ वा गरिदैन ।
  - अन्य ।
- २) सामान्यतया भवनका भर्याडहरू अन्य भागको तुलनामा कमजोर हुन्छन् । दुई ओटा भर्याडहरू हुनु उपयुक्त हुन्छ ताकि सबै विद्यार्थी तथा शिक्षकहरू एक आपसमा नठोकी सुरक्षित निकास गर्न सक्नु । यदि एउटामात्र भर्याड छ भने कसरी सबैजना सुरक्षित एवम् व्यवस्थित तरिकाले सुरक्षित निकास गर्न सक्दछन् भन्ने कुरा चुनौतीपूर्ण छ ।
- ३) यदि तपाईंको विद्यालय भवन धेरै पुरानो छ र पर्खालहरू ढुङ्गा र माटो तथा पुराना ईटाले निर्माण गरिएको छ भने भूकम्पको ठूलो कम्पनका बेला सो पर्खाल लड्न वा भत्कन सक्दछ । यस्तो अवस्थामा :-
  - कोठाबाट सकेसम्म छिटो होसियारीका साथ बाहिर निस्कनु राम्रो हुन्छ । यसरी बाहिर निस्कदा धैर्यता र सावधानी अपनाउनु आवश्यक हुन्छ । कृपया यस बुँदालाई राम्ररी ख्याल गर्नु होला ।
  - तथापि यदि कोठा बाहिर निस्कँदा त्यहाँ अन्य प्रकारका खतराहरू छन् भने सो अवस्था र परिवेशलाई समेत ख्याल गरी उपयुक्त विकल्प छनोट गर्नुपर्दछ ।

### ४.१ उदाहरण २ : भूकम्पीय वास्तविक अभ्यास (Drill) का चरणहरू (कक्षा र भवन अनुसार)

यो भूकम्पीय वास्तविक अभ्यासको उदाहरण जापानको विद्यालयहरूको अनुभवको आधारमा तयार पारिएको हो । राम्रो र सुरक्षित वास्तविक अभ्यास पहिलो पटक सञ्चालनका लागि सम्बन्धित क्षेत्रको विज्ञ वा स्रोत व्यक्तिको सहयोग लिनु राम्रो हुन्छ ।

## १) उद्देश्य

विद्यार्थी तथा शिक्षकहरूलाई उनीहरू रहेको कक्षा कोठा तथा भवनहरूबाट सुरक्षित स्थानान्तरण अर्थात आपत्कालीन निकासको शारीरिक अभ्यास गर्नु नै यसको मुख्य उद्देश्य हो ।

## २) भूकम्पीय वास्तविक अभ्यास गर्नु भन्दा अगाडिको आवश्यकता

भूकम्पीय वास्तविक अभ्यासलाई प्रभावकारी बनाउन अभ्यास गर्नु भन्दा अगाडि निम्न कुराहरू आवश्यक हुन्छन्:

- विद्यालय भवन/हरू भूकम्प प्रतिरोधी छन् कि छैनन् भनि पहिचान गरी सकेको हुनुपर्दछ ।
- विद्यालयमा विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी सम्पर्क शिक्षक तोकिएको हुनुपर्दछ । उक्त सम्पर्क शिक्षकले विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी तालिम लिइसकेको र अन्य शिक्षकलाई समेत तालिम वा अभिमुखीकरण गरिसकेको हुनुपर्दछ ।
- प्रअ र विपद् व्यवस्थापन सम्पर्क शिक्षकको नेतृत्वमा सहभागितामूलक ढङ्गबाट विद्यालयले आपत्कालीन निकास योजना बनाएको हुनुपर्दछ ।
- कक्षागत रूपमा भूकम्पीय पूर्वअभ्यास छलफल (Simulation) सञ्चालन गरिसकेको हुनुपर्दछ ।
- शिक्षकले निर्देशन दिनु अगाडि नै शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूले आफू कसरी निस्कने भन्ने थाहा पाइसक्नु पर्दछ ।

## ३) आवृत्ति (दोहोर्याउने)

जापानमा विद्यालयहरूलाई यस खालको अभ्यास (Drill) कम्तीमा पनि हरेक चार महिनामा एकपटक गर्नको लागि सिफारिस गरिन्छ ।

## ४) मुख्य बुँदा

भूकम्प सुरु हुने वित्तिकै सुरक्षित स्थानतर्फ जानुपर्दछ । “सुरक्षित स्थान” भन्नाले कुनै पनि सामग्री नखस्ने वा भरेर नलाग्ने र आफू भएतर्फ नआउने स्थान बुझाउँछ ।

## ५) भूकम्प आइरहेका बेला गर्नुपर्ने कार्यहरूको नमुना

भूकम्प प्रतिरोधक भवन/हरू भएका विद्यालयका लागि तत्काल गर्नुपर्ने कार्यहरू (This is a case for Earthquake-proof building)

क्र.स.	विद्यार्थीहरूले गर्नुपर्ने कार्यहरूको नमुना	शिक्षक*ले गर्नुपर्ने कार्यहरूको नमुना
१	<ul style="list-style-type: none"> <li>- सबै विद्यार्थीहरूले भूकम्पको बोध अनुभूति गर्ने</li> <li>- नअत्तालिई शान्त रहने</li> <li>- कुनै वस्तु भर्नसक्ने वा चिप्लेर तल आफू भएतिर आउन सक्ने अवस्था रहे नरहेकोबारे सचेत भएर बाहिर हेर्ने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- शिक्षकले पनि भूकम्पको बोध/अनुभूति गर्ने</li> <li>- नअत्तालिई शान्त रहने र तुरुन्तै विद्यार्थीहरूको स्थिति अवलोकन गर्ने</li> <li>- कुनै वस्तु भर्नसक्ने वा चिप्लेर तल आफू भएतिर आउन सक्ने अवस्था रहे नरहेको बारे सचेत भएर बाहिर हेर्ने ।</li> </ul>
२	<ul style="list-style-type: none"> <li>- यदि विद्यार्थीहरू सड्कटासन्न भित्ता/पर्खाल वा कुनै वस्तु खस्न सक्ने ठाउँमा उभिएको भए त्यस्तो स्थानदेखि टाढा सुरक्षित स्थानतिर जान लगाउने</li> <li>- प्रत्येक विद्यार्थीले आफ्नो टाउको छोप्ने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- कम्पन सुरुहुने वित्तिकै शिक्षकले ढोका खोली दिने</li> <li>- शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई सुरक्षित स्थानमा जान स्पष्ट निर्देशन दिने</li> <li>- डेस्कको मुनि वा कक्षा कोठाको बिचमार्ग सुरक्षित स्थान हुन सक्दछ । यो विद्यालय भवनको अवस्थामा निर्भर हुन्छ ।</li> </ul>



३	<ul style="list-style-type: none"> <li>- भूकम्प रोकिएपछि विद्यार्थीहरूलाई भवनभन्दा बाहिरको सुरक्षित स्थानमा आपत्कालीन निकास गर्ने</li> <li>- आपत्कालीन निकासको समयमा “ठेलमठेल गर्ने वा “धकेल्ने”, “दौडने”, “एक-अर्कामा गफ गर्ने”, “पछाडि फर्कने” आदि कार्यकलाप नगर्ने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- शिक्षकले सङ्कटासन्न अवस्थाका विद्यार्थीहरूलाई पनि सहयोग गर्ने</li> <li>- शिक्षकले कुनै विद्यार्थी कक्षा कोठाभित्र बाँकी छ कि भनि जाँच गर्ने</li> <li>- कक्षा कोठा जाँच गरिसकेपछि शिक्षक पनि सुरक्षित स्थानान्तरण अर्थात आपत्कालीन निकास गर्ने ।</li> </ul>
४	<ul style="list-style-type: none"> <li>- भवन बाहिरको सुरक्षित स्थानमा पुगेपछि सबै विद्यार्थीहरू रहे नरहेको सुनिश्चित गर्ने</li> <li>- यदि कुनै विद्यार्थी हराएको भए यथार्थ विवरण तुरुन्तै कुनै शिक्षकलाई जानकारी गर्ने गराउने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- शिक्षकले एक एक गरी सबै विद्यार्थीहरूको गणना गर्ने</li> <li>- त्यसैगरी एकजना शिक्षकले शिक्षकहरूको पनि गणना गर्ने</li> <li>- शिक्षकले हराई रहेका विद्यार्थी तथा शिक्षकहरूको तथ्याङ्क सङ्कलन गर्ने</li> <li>- शिक्षकले घाइते तथा मृतक विद्यार्थी तथा शिक्षकहरूको तथ्याङ्क सङ्कलन गर्ने ।</li> </ul>
५	<ul style="list-style-type: none"> <li>- घाइते शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूको प्राथमिक उपचार तथा अस्पतालसम्म लैजाने कार्यमा विद्यार्थीहरूले शिक्षकहरूलाई सहयोग गर्ने ।</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- शिक्षकले घाइते शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूको प्राथमिक उपचार तथा अस्पताल लैजानको लागि सम्बन्धित टोली परिचालन गर्ने ।</li> </ul>

(\*“शिक्षक” भन्नाले सम्बन्धित कक्षाको लागि तोकिएको शिक्षकलाई जनाउँछ) ।

(स्रोत: <https://edupendia.jp/a/UyM/jwWbaC1YW2F3>)



यदि भवन भूकम्प प्रतिरोधक, दलान तथा भित्ता/पर्खाल नखस्ने खालको र ठूलो कम्पनको कारण बाहिर जान नसक्ने अवस्था भएमा ठूलो कम्पन नरोकिएसम्म शान्त भई सम्भावित खस्न सक्ने वस्तुबाट सुरक्षित रहन टेवल भित्र लुक्नु राम्रो हुन्छ ।

## ५. नेपाल र जापानका केही घटनाका कथाहरू

### ५.१ २०७२ वैशाख १२ गतेको गोरखा भूकम्प

#### घटना कथा १

नेपालमा गत वैशाखमा गएका दुई भूकम्पमा बाँच्न सफल दुई चेलीले भूकम्पीय पिडाबाट आफूलाई सामान्य अवस्थामा फर्काउन प्रयासरत छन् । २०७२ वैशाखमा आएको पहिलो भूकम्पको बेला जमुना आफ्नै घरमा आमा र परिवारका अन्य सदस्यहरूसँग थिइन र यस्तो अवस्थाबाट उनी आफूलाई सम्हाली भूकम्पबाट अरूलाई पनि संयमित भई कम्पन रोकिएपछि घरबाट छिटै बाहिर निस्कीनु भन्दै थिइन् । त्यस घटनादेखि अहिलेसम्म गङ्गा जमुना पालमा बस्दै युनिसेफको सहयोगमा सञ्चालित बालमैत्री स्थानका गतिविधिहरूमा भाग लिँदै आइरहेका छन् ।



स्रोत: युनिसेफ नेपाल वेबसाइट ।

साभार/कैफियत/सन्दर्भ/अन्य: भूकम्पका अनुभवहरूबाट विकसित बाल बालिकाहरूको नेतृत्व ।

#### घटना कथा २

टुँडिखेलको राहत शिविरमा आफ्नै परिवारसँग बस्दै आइरहेकी कक्षा ४ की रिता उप्रेती काठमाडौँमा हालैको महाभूकम्प आउनु अघिको अवस्थाको सम्झना गरी चित्र कोर्दै साथी भाइहरूसँग खेल्दै “महाभूकम्पको पहिलो भट्का आउँदा म टिभी हेरिरहेकी थिएँ” उनी सम्झन्छिन् । उनीले फेरि भनिन् “भुइँचालोको कम्पन नरोकिइन्जेल म खाटमुनि लुकेर बसिरहेँ, जब हल्लिन छाड्यो तब मात्र म बाहिर भागें” । विद्यालय जान पाएकोमा ज्यादै उत्साहित भए तापनि क्षतिग्रस्त भवनबाट भयभित हुँदै “कक्षा कोठाहरूको मरमत विनानै कसरी त्रैमासिक परीक्षा दिने भन्दै थिइन्” उनी अगाडि भन्छिन् “यदि फेरी अर्को भूकम्प आयो भने विद्यालयबाट बाहिर निस्कने ठाउँनै छैन” । युनिसेफले स्थानीय एवम् अन्तर्राष्ट्रिय दातृ निकायको सहयोगमा काठमाडौँको टुँडिखेलमा पाल टाँगेर अस्थायी घर टहरामा परामर्श सेवा सञ्चालन गर्दै आइरहेको थियो ।

स्रोत: युनिसेफ नेपाल, वेब साइट ।

साभार/कैफियत/सन्दर्भ/अन्य: भूकम्प पश्चात्का राहत प्राप्त बाल बालिकाहरूको घटना कथा ।

#### घटना कथा ३

१२० घण्टा पछि भग्नावशेषबाट उद्धार गरिएका पेम्बाको अभिव्यक्ति

म गङ्गबुस्थित हिल्टन गेस्टहाउसमा भाँडा माफ्दै थिएँ अकस्मात टेबल हल्लिन थाले र मेरा दुइ साथी भुइँचालो आयो भन्दै भाग्न थाले । म उभिरहेको भुइँ तल खस्न थाल्यो मानौँकि म भर्थाडबाट तल झरिरहेको छु । म अँध्यारो ठाउँमा (सायद भान्सा कोठामा होला) पुगें । होटलको छत म माथि खसेको थियो । एकातिरबाट हावा आइरहेको थियो । मेरो छेवैमा घिउको टिन पनि थियो मानौँ म घर भित्र बसेभैं लागिरहेको थियो । म यही घिउ र भिजेको कपडाको पानी खाँदै बाँचेको थिएँ र लाग्दथ्यो कि म जिउँदो छु र ? त्यतिनै खेर फेरि म मरेजस्तो पनि लाग्दथ्यो । म बारबार अचेत हुन्थेँ र म जब होसमा आउँथेँ म मददका लागि चिच्याउँथे र कोही मान्छेहरू हिँड्दै गरिरहेका छन् कि भनी ध्यान दिएर सुन्थेँ । आज बिहान अकस्मात मैले उज्यालो देखें र थुप्रै मान्छेहरू मलाई वचाउन आइरहेका रहेछन् । एकजना प्रहरी दाइले मलाई भग्नावशेषबाट उठाई बाहिर निकाले । त्यसपछि मात्रै म बाँचे भनेर महसुस गरें ।



स्रोत: कान्तिपुर राष्ट्रिय दैनिक, १७ वैशाख २०७२ ।

साभार/कैफियत/सन्दर्भ/अन्य : भूकम्पको भग्नावशेषबाट बाच्न सफल एक किशोरको कथा ।

## घटना कथा ४

वैशाख २०७२ को विनाशकारी भुइँचालो गएको बेला एक नौ वर्षीया बालिका चार महिने नानीसँग खेलै थिइन् । उनका आमाबुबा घर बाहिर थिए । ती बालिका भूकम्पबाट आफू बाँच्न सकिन तर चारमहिने बालक भत्किएको घरको थाम मुन्तिर फँसे । उक्त थामले भत्किएको घरको भग्नावशेषबाट बालकलाई पुरिनबाट जोगाई राखेको थियो । उद्धार कार्यमा संलग्न नेपाली सेनाले उक्त बालकलाई सकुशल उद्धार गरे ।



स्रोत: कान्तिपुर राष्ट्रिय दैनिक, १८ वैशाख २०७२ ।

साभार/कैफियत/सन्दर्भ/अन्य: चारमहिने बच्चाको सकुशल उद्धार कथा ।

## ५.२ जापानी घटना कथा

### घटना कथा १: कामाइसीको अद्भुतकथा

सन २०११ मा आएको भिषण सुनामीमा शिक्षकहरूको अथक प्रयासले जापानको कामाइसीका ३,००० विद्यार्थीहरूको ज्यान जोगिएको थियो । ९.० रेक्टर स्केलको शक्तिशाली भूकम्प पश्चात् कामाइसी इस्ट जुनियर माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरू उच्च स्थानतिर दौडे । उनीहरूको शीघ्र प्रतिकार्यले छिमेकको अनसुमाई प्राथमिक विद्यालयका विद्यार्थी, शिक्षक एवम् स्थानीय बासिन्दाहरूलाई समेत यसको अनुसरण गर्न प्रेरित गर्‍यो ।

यसरी सुरक्षित स्थानमा दौडिदै गर्दा पनि माथिल्लो कक्षाका विद्यार्थीहरूले तल्लो कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई सघाउँदै सुरक्षित स्थानमा पुर्याएका थिए । उनीहरू सुरक्षित स्थानमा पुगी सक्दा विनाशकारी सुनामीले तिनीहरूको विद्यालय र सहरलाई पूर्ण रूपमा डुबाइसकेको थियो । यस विनाशकारी सुनामीले १,००० भन्दा बढी व्यक्तिहरूको ज्यान लिएको थियो । यसरी ज्यान गुमाउने मध्ये पाँचजना विद्यार्थीहरूसमेत रहेका थिए जो सो दिन विद्यालयमा थिएनन् ।

विद्यालयले विपद् सम्बन्धी राम्रो पूर्वतयारी गरेको थियो यसका लागि सम्बन्धित विज्ञको परामर्शमा विगतमा घटेका प्रमुख विपद्हरूलाई दृष्टिगत गर्दै, सम्भावित विपद्को पूर्वतयारी गरेको थियो । उक्त विपद् विज्ञले विद्यालयका शिक्षकहरूसँग हातमा हात मिलाई विद्यार्थीहरूलाई यस्ता खालका सम्भावित विपद्बाट बच्ने तयारी गराइएको थियो । उनीहरूले सँगै मिलेर सुनामी र आपत्कालीन निकासको आवश्यकताका बारेमा विभिन्न कक्षागत योजना र कार्यकलाप/अभ्यास गराएका थिए । यसको एउटा महत्त्वपूर्ण चरण विद्यार्थीहरूलाई आफैँले सबैभन्दा पहिले आपत्कालीन निकासको सुरुआत गर्न र अरूलाई पनि आपत्कालीन निकासका जिम्मेवारी लिन सिकाइएको थियो । सोको अनुसरण अरूले पनि गर्नेछन् । यसबाट अन्य व्यक्तिहरूको जीवनसमेत सुरक्षित भयो जसले विद्यालयको उक्त सुरक्षित आपत्कालीन निकासको अनुसरण गरे ।



आपत्कालीन निकासको समयमा प्राथमिक विद्यालयका बाल बालिकाहरूको हात समात्दै माथिल्लो कक्षाका विद्यार्थीहरू !

### घटना कथा २: विपद् व्यवस्थापन शिक्षाका प्रतिस्पर्धात्मक चुनौतीपूर्ण योजना

विपद् जोखिम न्यूनीकरण शिक्षाको अभिवृद्धि गर्न स्थानीयदेखि राष्ट्रियस्तरमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणलाई अभियान वा प्रतिस्पर्धाको माध्यमबाट विभिन्न गतिविधिहरू सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । यस कार्यक्रम अर्न्तगत स्थानीय समूह सङ्घ संस्था, विद्यालय वा व्यक्तिसँग तिनीहरूका आसपास क्षेत्रमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणका कार्ययोजना प्रस्ताव आह्वान गरिन्छ । उत्कृष्ट ठहरिएका कार्ययोजनाका प्रस्तावकलाई योजना कार्यान्वयन गर्न आर्थिक सहयोग उपलब्ध गराई त्यसका राम्रा परिणाम र सिकाइका अन्य क्षेत्रमा पनि यस्ता कार्य अवलम्बन गर्न सकुन भन्नाका खातिर विभिन्न सञ्चारका (वेबसाइट) माध्यमबाट व्यापक रूपमा प्रचार प्रसार गर्दै आइरहेको छ ।



### घटना कथा ३: “परालको आगो” एक कथा

यो घटना कथा सन् १८५४ को “परालमा आगोको” हो । ठूलो भूकम्पबाट उत्पन्न सुनामीबाट बच्न हिरो गाउँका प्रमुख हामागुच्ची गेहियेको नेतृत्वमा सञ्चालित उद्धार कार्यमा आधारित छ ।

उनले समुन्द्रतटमा पानीको अस्वाभाविक बहाव देखे जव उनले डाँडाको माथिबाट तल गाउँ बस्तीमा हेर्दै थिए । यसलाई सुनामी आउन सक्ने एक लक्षण हो भनी सम्झे । साँझको समय भएकोले भिसमिसे अँध्यारो हुँदै थियो । त्यसैले उनले परालका बिटामा आगो सल्काई डाँडाबाट हल्लाउँदै तल बेंसीका मान्छेहरूको ध्यानार्कषण गराउँन थाले ।

बेंसीका मान्छेहरू अचम्म मान्दै माथि डाँडामा आगो लागेछ निभाउनु पर्यो भन्दै डाँडातिर कुद्न थाले । तर डाँडामा पुगेका ती गाउँलेहरूलाई हामागुच्चीले यथार्थ बताई अरू पनि थुप्रै परालका बिटाहरू सल्काई हल्लाउन भनी लगाए । जसले गर्दा बेंसीका अरू मान्छेहरू पनि डाँडामा आउन र **सम्भावित सुनामीबाट बाँचुन भन्ने थियो ।** यसरी बेंसीका सबै मान्छेहरूले माथि डाँडाबाट तल बेंसीमा हेर्दा त आफ्ना घरखेत त समुन्द्रको पानीले डुबाइसकेको थियो ।

यसरी हामागुच्चीले बेंसीमा मानव क्षती हुनबाट बचाई ठूलो उद्धार गरेको हुँदा राज्यले उनलाई त्यस गाउँको उद्धार कार्यको जिम्मेवारी दियो । सरकारले गाउँको पुनर्निर्माण, समुद्रीतटमा सुनामीको छाल रोक्ने तटबन्धन निर्माण, समुद्री छालको पानीले घरबार विहीनहरूको जीविकोपार्जनमा सघाउँन र उद्धारमा लगाउने जस्ता कार्यका लागि आवश्यक रकम परिचालन गर्‍यो ।

यो घटना कथा सन् १९४७ सम्ममा पनि राष्ट्रिय प्राथमिक विद्यालयको पाठ्य पुस्तकमा प्रकाशित भएको हुँदा यसको व्यापक रूपमा प्रचार भएकोले जापानका प्रायजसो सबै नागरिकहरूलाई यो कथा राम्ररी थाहा छ ।

## ६. केही प्राविधिक शब्दावलीहरू

शब्दहरू	व्याख्या
विपद् (Disaster)	विपद् भन्नाले अचानक कुनै अप्रत्यासित घटना (भूकम्प, बाढी वा अन्य) हुँदा जनधनको व्यापक क्षति भई प्रभावित समुदाय आफ्नै मात्र प्रयासले त्यसबाट पार पाउन नसकिने अवस्था हो ।
प्रकोप (Hazard)	त्यस्ता डरलाग्दा परिघटना, तत्व, मानव क्रियाकलाप वा परिस्थिति जसले जनधनको नोक्सानी, घाइते हुने सम्भावना वा अन्य स्वास्थ्यसम्बन्धी असरहरू, जीविकोपार्जन तथा सेवाहरूमा हानी र व्यवधान, सामाजिक तथा आर्थिक गतिरोध वा वातावरणीय ह्रास समेत निम्त्याउँछ ।
सङ्कटासन्नता (Vulnerability)	कुनै समुदाय, कार्यप्रणाली वा जायजैथामाथि प्रकोपका असरहरू प्रत्यक्ष पर्न सक्ने अवस्था वा परिवेश ।
विपद् जोखिम न्यूनीकरण (Disaster Risk Reduction)	प्रकोप सम्मुखता र जनधनको सङ्कटासन्नता न्यूनीकरण, भूमि तथा वातावरणको बुद्धिमतापूर्ण व्यवस्थापन, प्रतिकूल अवस्थाका लागि पूर्वतयारी लगायतका व्यवस्थित प्रयत्नद्वारा विपद् जोखिम न्यून गर्ने अवधारणा एवम् अभ्यास ।
पूर्वतयारी (Preparedness)	सम्भावित सन्निकट वा हालको प्रकोप घटना अथवा प्रकोप अवस्थाका असरहरूको प्रभावकारी ढङ्गले पूर्वानुमान गर्न सक्ने, प्रतिकार्य गर्नसक्ने र त्यसबाट पुर्नलाभ लिन सक्ने सरकारी निकाय, पेसागत/व्यवसायिक प्रतिकार्य तथा पुर्नलाभ संस्था, समुदाय र स्वयम् व्यक्तिहरूद्वारा विकसित ज्ञान तथा क्षमता ।
आपत्कालीन निकास (Evacuation)	जोखिम वा जोखिमयुक्त क्षेत्रहरूबाट व्यक्तिहरूलाई सुरक्षित स्थानान्तरणको लागि गरिने सुरक्षानात्मक कार्य ।
पूर्वअभ्यास छलफल (Simulation)	कोठाभित्र वा टेबलमा काल्पनिक विपद्को परिदृश्य सिर्जना गरी गरिने अभ्यास हो जहाँ सहभागीहरू (शिक्षक/सहजकर्ता/विद्यार्थी) अभ्यासका लागि दिइएको निर्देशन अनुसार छलफल गरी निर्णय लिने गर्दछ । प्रत्येक सहभागीहरूलाई अभ्यासमा भूमिका दिइएको हुन्छ जुन उनीहरूको वास्तविक पेसासँग मिल्दोजुल्दो हुन्छ । यो अभिनय समय समयमा (दिन वा हप्ता वा महिना) गरिन्छ जहाँ अभिनयकर्ताहरूले अवस्थाका बारेमा जानकारीहरू प्राप्त गर्दछन् जुन अवस्था आपत्कालीन वा विपद्को क्रममा निर्माण हुने गर्दछन् ।
वास्तविक अभ्यास (Drill)	काल्पनिक आकस्मिक अवस्थामा क्षति र घाइतेहरूको क्रियाकलापलाई व्यवस्थापन गर्न गरिने व्यावहारिक अभ्यास हो । सहभागीहरूले कौशल र प्रविधिहरूको प्रयोग गरी वास्तविक अवस्थामा लागु गर्न सकिने अवस्थाको नक्कल गर्दछन् । यसमा व्यक्तिगत तथा वस्तुगत स्रोतहरूको प्रयोग हुन्छ र वास्तविक परिचालनको आवश्यकता पर्दछ । ड्रिल निश्चित समयमा गरिन्छ र प्रत्येक सहभागीले सुझबुझका साथ आ-आफ्नो तोकिएको भूमिका निर्वाह गर्दछन् ।
उत्थानशीलता (Resilience)	प्रकोप सम्मुखतामा रहेका प्रणाली, समुदाय वा समाजमा अन्तर्निहित क्षमता जसले प्रकोपका असरहरूलाई समयमा नै प्रभावकारी ढङ्गले प्रतिरोध, शमन वा समायोजन गर्नुका साथै पूर्व अवस्थामा फर्कन सामर्थ्य गराउँछ । यसअन्तर्गत आधारभूत संरचना वा सेवा प्रणालीको संरक्षण एवम् पुनर्स्थापना लगायत पर्दछन् ।

अनुकुलन (Adaptation)	वास्तविक वा अपेक्षित जलवायु अदलबदल वा त्यसको प्रत्यक्ष प्रभावका कारण प्राकृतिक वा मानव प्रणालीमा हुने समायोजन । यस्तो अदलबदल वा समायोजनले हानी नोक्सानी कम गर्न र प्राप्त अवसरहरूलाई आफ्नो हितमा प्रयोग गर्न मद्दत पुर्याउँछ ।
अल्पीकरण (Mitigation)	प्रकोप तथा तद्जन्य विपद्को प्रतिकूल असरलाई कम गर्ने वा सीमित तुल्याउने कार्यविधि ।
प्रबलीकरण (Retrofitting)	विद्यमान संरचनालाई प्रकोपका घातक असरहरू प्रतिरोध गर्न सक्ने वा ती प्रति उत्थानशील रहन सक्ने ध्येयले अवलम्बन गरिने सबलीकरण वा गुणस्तरोन्नति पद्धति ।
संरचनात्मक उपायहरू (Structural measures)	प्रकोपका सम्भावित असरहरूलाई न्यून पार्न, टार्न वा छल्नका लागि गरिने कुनै पनि भौतिक निर्माण कार्य अर्थात् संरचना प्रणालीहरूमा वा प्रकोप प्रतिरोधी क्षमता र उत्थानशीलता हासिल गर्न प्रयोग गरिने इन्जिनियरिङ प्रविधि ।
गैरसंरचनात्मक उपायहरू (Non-structural measures)	जोखिम र तिनका असरहरू न्यून पार्नका लागि अवलम्बन गरिने भौतिक संरचना निर्माण बाहेकका उपायहरू । यसअन्तर्गत उन्नत नीति नियम तथा कानुनी प्रावधान, जनचेतना अभिवृद्धि, प्रशिक्षण एवम् शिक्षा कार्यक्रममार्फत ज्ञान, अभ्यास र समझदारी प्रवर्धन र प्रयोग आदि पर्दछन् ।

(Source: UNISDR Terminology on Disaster Risk Reduction (Nepali edition developed and published by Government of Nepal, Ministry of Home Affairs, 2015 and Guidelines for Developing Emergency Simulations and Drills, Pan American Health organization, Regional Office of the World Health Organization, December 2011)



### ७. विपद् जोखिम न्यूनीकरण सम्बन्धी सन्दर्भ सामग्रीहरूको सूची

यहाँ प्रस्तुत सूची तथा सामग्रीहरू निम्न अनुसारका मापदण्डहरूका आधारमा प्राथमिकता क्रम तोकी समावेश गरिएका हुन : १) नेपाल सरकारद्वारा प्रकाशीत २) वेबसाइटमा उपलब्ध प्रकाशनहरू ३) व्यवहारिक विधि/मार्गदर्शन ४) नेपाली भाषा वा नेपाली अवस्था सुहाउँदो

क्र.स	सामग्रीहरूको नाम	प्रकाशक	मुख्य सन्देश/विषयसूची	उपलब्धता (वेबसाइट)
१.	विपद् व्यवस्थापन स्रोत सामग्री	पाविके २०७१	जम्मा ७९ पृष्ठ रहेको यस स्रोत सामग्रीमा माध्यमिक तहका शिक्षक र विद्यार्थीहरूलाई सामाजिक शिक्षा, विज्ञान तथा स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या र वातावरण विषयहरूको पूरक सामग्रीका रूपमा विपद् र जोखिम न्यूनीकरण सम्बन्धी केहि ज्ञान दिने उद्देश्यका साथ तयार गरिएको हो ।	<a href="http://www.moecdc.gov.np/">http://www.moecdc.gov.np/</a>
२.	विपद् व्यवस्थापन र आपत्कालीन शिक्षा: विद्यार्थी स्रोत सामग्री	पाविके २०६९	जम्मा ३६ पृष्ठ रहेको यस सूचनामूलक सहयोगी सामग्रीले विद्यार्थीमार्फत आम समुदायहरूमा देशमा घटिरहने विभिन्न प्रकोपबाट हुने जोखिम न्यूनीकरण गर्न तथा त्यसबाट उत्पन्न हुने समस्याहरू समाधान गर्न, खासगरी विद्यालयस्तरीय बाल बालिकाहरूलाई लक्षित गरी तयार गरिएको हो ।	<a href="http://www.moecdc.gov.np/">http://www.moecdc.gov.np/</a>
३.	विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन विषयक स्रोत सामग्री	पाविके २०७२	यस प्याकेजमा ३ प्रकारका स्रोत सामग्रीहरू समावेश गरिएका छन् । १) नीति निर्माताहरूका लागि विपद् जोखिम न्यूनीकरण सहयोग सामग्री, २) शिक्षकहरूका लागि विपद् जोखिम न्यूनीकरण सहयोग सामग्री, र ३) विद्यार्थीहरूका लागि विपद् जोखिम न्यूनीकरण सहयोग सामग्री (दुई ओटा पुस्तकहरू: एउटा प्राथमिक तह र अर्को निम्नमाध्यमिक तहका विद्यार्थीहरूका लागि) । प्रत्येक स्रोत सामग्रीहरूमा २०-४० पृष्ठ रहेका छन् ।	<a href="http://www.moecdc.gov.np/">http://www.moecdc.gov.np/</a>
४.	विपद् र सुरक्षा	शिक्षा विभाग	यो खास गरी जनचेतनाको लागि तयार गरिएको ४ पृष्ठको बुलेटिन हो, यसले विगतमा घटेका विपद्का केहि भ्रलकहरू सहित विपद् र सुरक्षासँग सम्बन्धित विषयसूचीहरू समेटेको छ ।	<a href="http://www.doe.gov.np/">http://www.doe.gov.np/</a>

५.	विनाशकारी भूकम्प तथा पराकम्पनबाट क्षतिग्रस्त शैक्षिक निकाय एवम् जनशक्तिको व्यवस्थापनमा सरोकारवालाहरूको लागि सहजिकरण स्रोत सामग्री, “विद्यालय पुनःसञ्चालन सम्बन्धी सञ्चार सामग्री”	शिक्षा विभाग २०७२	यो ७ ओटा सन्देशमूलक रङ्गीन सञ्चार सामग्रीहरू वैशाख १२, २०७२ को भूकम्प पश्चात् विद्यालय पुनःसञ्चालनसम्बन्धी विषयमा आधारित रहेर खास गरी शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक तथा विव्यसहरूका लागि तयार गरिएको हो ।	<a href="http://www.doe.gov.np/allcontent/Detail/262">http://www.doe.gov.np/allcontent/Detail/262</a>
६.	आपत्कालीन अवस्थामा शिक्षा	शिक्षा समूह नेपाल असोज २०६९	यो २८ पृष्ठको जानकारीमूलक पुस्तक असहज समयमा पनि शिक्षालाई निरन्तरता दिनुपर्ने कुरालाई विशेष जोड दिने र सोसँग सरोकार राख्नेहरूलाई लक्षित गरी प्रकाशन गरिएको हो ।	<a href="http://www.doe.gov.np/">http://www.doe.gov.np/</a>
७.	भूकम्प पछिको आपत्कालीन अवस्थामा शिक्षालयहरूको व्यवस्थापन	शैजविके २०७२	यो ९२ पृष्ठको शिक्षकहरूको लागि स्वअध्ययन सामग्री हो । विनाशकारी भूकम्पले सिर्जना गरेको आपत्कालीन अवस्थामा परेको मानसिक पिडालाई कम गर्दै विद्यालय सञ्चालन गर्न सक्नु भन्ने उद्देश्यले यस पुस्तक तयार गरिएको छ ।	<a href="http://www.nced.gov.np">http://www.nced.gov.np</a>
८.	विपद् पश्चातको लागि शिक्षण सामग्री, भाग-१	शैजविके २०७२	यो पुस्तक विपद् पश्चात विद्यालय खुलेको पहिलो तथा दोस्रो हप्तामा मनोसामाजिक सहयोग र सिकाइ विषयसँग सम्बन्धित क्रियाकलापहरू शिक्षकहरूले सञ्चालन गर्ने एक शिक्षण सहयोगी सामग्री हो । यसले विपद्बाट उत्पन्न आपत्कालीन अवस्थामा शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूमा परेको मानसिक पिडा कम गर्नमा यस सामग्रीले सहयोग पुर्याउने छ ।	<a href="http://www.nced.gov.np">http://www.nced.gov.np</a>
९.	विपद् पश्चातको लागि शिक्षण सामग्री, भाग-२	शैजविके २०७२	यो १७९ पृष्ठको शिक्षण सहयोगी सामग्री बालविकास देखि कक्षा १० सम्मका विद्यार्थीहरूलाई लक्षित गरी तयार पारिएको हो । यस सामग्रीले आपत्कालीन अवस्थामा विद्यालयमा विपद् पश्चात शिक्षण सिकाइका क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्ने शिक्षकहरूको क्षमता र पेशागत विकासमा सघाउने छ ।	<a href="http://www.nced.gov.np">http://www.nced.gov.np</a>



१०.	शिक्षक र सहजकर्ताका लागि विद्यालयमा विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी सहयोगी पुस्तिका	शैजविके	शैजविकेद्वारा हाल तयारी क्रममा रहेको: यसका लागि CC-DRR Consortium बाट सहयोग प्राप्त छ । यो पुस्तिकाले शिक्षकहरूको पेशागत तालिम मोडुलमा प्रकोप, संकटासन्नता र क्षमता मापन प्रक्रिया, विपद् पूर्व अभ्यास परिवार-स्तरको पूर्वतयारी योजना तर्जुमा र विद्यालयको क्यालेण्डर विसुयोमा विपद् पूर्वतयारी समावेश कसरी गर्ने भन्ने विषयवस्तुहरू समावेश गरिनेछ ।	<a href="http://www.nced.gov.np">http://www.nced.gov.np</a>
११.	के गरे बन्छ त भूकम्प थेग्ने घर?	भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल पौष २०६८	यो १४ पृष्ठको पुस्तिका विशेष गरी डकर्मीहरू, घर मालिकहरू लगायत सम्बन्धीत सरोकारवालाहरूका निम्ति तयार गरिएको हो । यो पुस्तिकामा तीन भाग छन् : १) घरको आकार प्रकार २) पिलरवाला घर ३) गारोवाला घर	<a href="http://www.nset.org.np/nset2012/index.php/publication/publicationdetail/pubfile-id-71/pubid-1/type-Re-cent">http://www.nset.org.np/nset2012/index.php/publication/publicationdetail/pubfile-id-71/pubid-1/type-Re-cent</a>
१२.	भूकम्प (भुईँचालो) को समयमा के गर्ने ?	भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल पौष २०७१	यो विशेषगरी जनचेतना अभिवृद्धी गर्ने उद्देश्यले, “भूकम्प (भुईँचालो) को समयमा के गर्ने ?” भन्ने प्रश्नमा आधारित चित्र सहितको १० व्यवहारिक सुझाव भएको १४ पृष्ठको सन्देशमूलक पुस्तिका हो ।	<a href="http://www.nset.org.np/nset2012/index.php/publication/publicationdetail/pubfile-id-80/pubid-1/type-Re-cent">http://www.nset.org.np/nset2012/index.php/publication/publicationdetail/pubfile-id-80/pubid-1/type-Re-cent</a>
१३.	भूकम्पबाट सुरक्षित रहन गर्नुपर्ने पूर्व-तयारी भूकम्पीय पूर्व-तयारी	भूकम्प प्रविधि राष्ट्रिय समाज-नेपाल पौष २०७१	यस पुस्तिकाले विशेषतः भूकम्प आउनु अघि के गर्ने ?, भूकम्प आइरहेको समयमा, भूकम्प रोकिएपछिको अवस्थाहरूमा के गर्ने ? के नगर्ने भन्ने विषयमा चित्र सहित निर्देशन र भूकम्पीय सुरक्षा सम्बन्धी पारिवारिक योजना समावेश छ ।	<a href="http://www.nset.org.np/nset2012/index.php/publication/publicationdetail/pubfile-id-76/pubid-1/type-Re-cent">http://www.nset.org.np/nset2012/index.php/publication/publicationdetail/pubfile-id-76/pubid-1/type-Re-cent</a>
१४.	भिल्को	युनिसेफ	पढ्न सक्ने बाल बालिकाहरूको लागि आगलागी विषयक चित्रकथा, यसमा आगलागीको समयमा गर्नु पर्ने पूर्वतयारीका लागि जानकारी दिइएको छ ।	To be uploaded at <a href="http://www.unicef.org.np/">http://www.unicef.org.np/</a>
१५.	आमा बाबुलाई भेटेको दिन	युनिसेफ	पढ्न सक्ने बाल बालिकाहरूको लागि बाढी विषयक चित्रकथा, यसमा बाढीको समयमा गर्नु पर्ने पूर्वतयारीका बारेमा जानकारी दिइएको छ ।	To be uploaded at <a href="http://www.unicef.org.np/">http://www.unicef.org.np/</a>
१६.	डोल्माको दशा	युनिसेफ	पढ्न सक्ने बाल बालिकाहरूको लागि पहिरो विषयक चित्रकथा, यसमा पहिरोको समयमा गर्नु पर्ने पूर्वतयारीका जानकारी दिइएको छ ।	To be uploaded at <a href="http://www.unicef.org.np/">http://www.unicef.org.np/</a>
१७.	एकै दिनमा सबै सकियो	युनिसेफ	पढ्न सक्ने बाल बालिकाहरूको लागि पहिरो विषयक चित्रकथा, यसमा पहिरोको समयमा गर्नु पर्ने पूर्वतयारीका जानकारी दिइएको छ ।	To be uploaded at <a href="http://www.unicef.org.np/">http://www.unicef.org.np/</a>

१८.	Guiding Notes: Disaster Preparedness and Response Planning 2011 Conceptual Framework for Disaster Preparedness Planning	Ministry of Home Affairs, Disaster Management Section, 2011	"The Guidance Note 2011 is aimed at assisting Government officials, the Red Cross movement, I/NGOs and UN agencies who will be engaged in the disaster preparedness and response process at the district level. The document is an important resource material for all DDRC members to manage disaster preparedness planning initiatives in the districts annually.	<a href="http://www.moha.gov.np/en/publications/">http://www.moha.gov.np/en/publications/</a>
१९.	Comprehensive School Safety: A global framework in support of the Global Alliance for Disaster Risk Reduction and Resilience in the Education Sector and The Worldwide	UNISDR and Global Alliance for Disaster Risk Reduction and Resilience in the Education Sector. 2014	This is a 6-page brochure describing the three pillars of comprehensive school safety-integrating the Hyogo Framework for Action 2000-2015 for the Education Sector.	<a href="http://gadrrres.net/resources/comprehensive-school-safety-framework">http://gadrrres.net/resources/comprehensive-school-safety-framework</a>
२०.	Guidance Notes on Safer School Construction: Global Facility for Disaster Reduction and Recovery	ISDR, INFE, WB, FGDRR 2009 (138 pages)	This Guidance presents "a framework of guiding principles and general steps to develop a context-specific plan to address this critical gap to reaching EFA and MDGs through the disaster resilience construction and retrofitting of school buildings. It includes four components: 1.General information and advocacy points; 2. A series of suggested steps; 3. A compilation of basic design principles; 4. A broad list of references to resources.	<a href="http://www.wcdrr.org/wcdrr-data/uploads/885/Guidance%20notes%20on%20safer%20school%20construction.pdf">http://www.wcdrr.org/wcdrr-data/uploads/885/Guidance%20notes%20on%20safer%20school%20construction.pdf</a>
२१.	Climate Change Adaptation DRR in the Education Sector (Resource Manual)	UNICEF. May 2013, 270 pages	UNICEF has developed this resource manual to assist governments and education practitioners in scaling up and mainstreaming climate change adaptation and disaster risk reduction in education sector. The manual identifies key entry points at the policy, planning and advocacy levels, and it also makes the case of a process based on country specific evidence and social-economic analysis	<a href="http://www.unicef.org/publications/index_68843.html">http://www.unicef.org/publications/index_68843.html</a>
२२.	Nepal Red Cross Society	NRCS	NRCS has a various publications, both Nepali and English in:	<a href="http://www.nrcc.org/resource/publication">http://www.nrcc.org/resource/publication</a>
२३.	NSET Publications	NSET	NSET has a various publications and vidual tools, available in NSET Publication page on the WEB:	<a href="http://nset.org.np">http://nset.org.np</a>
२४.	Disaster Risk Reduction Toolkit (DRR and CCA Integration into ADP)	World Vision International. March 2012	"This DRR toolkit is designed to assist field staff (of World Vision) in undertaking the integration of DRR and Climate Change Adaptation (CCA) into field programmes more effectively. In addition the toolkit also serves as a step-by-step guide to help strengthen work in building community resilience.	<a href="http://www.wvi.org/disaster-risk-reduction-and-community-resilience/publication/disaster-risk-reduction-toolkit">http://www.wvi.org/disaster-risk-reduction-and-community-resilience/publication/disaster-risk-reduction-toolkit</a>
२५.	यसका साथै अन्य सङ्घसंस्थाहरूले पनि थुप्रै विपद् सम्बन्धी सामग्री तयार गरेका छन् । ति प्रकाशनहरू वेबसाइटमा उपलब्ध नभएकोले यस तालिकामा समावेश (उल्लिखित) गर्न नसकिएको हो ।			

