विद्यालयका किशोर-किशोरीहरुलाई बालबिवाह न्यूनीकरण,प्रजनन् स्वास्थ्य,पूर्ण सरसफाई र पोषण सम्बन्धि अभिमुखीकरण प्रतिवेदन

२०७६

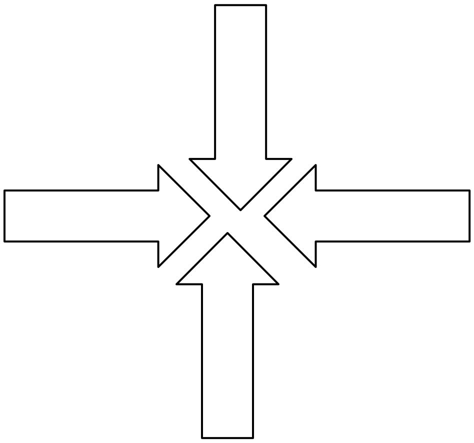
भूमे गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

शिक्षा,युवा तथा खेलकुद शाखा

खावाङबगर,रुकुम(पूर्व)

विद्यालयका किशोर-किशोरीहरुलाई बालबिवाह न्यूनीकरण,प्रजनन् स्वास्थ्य,पूर्ण सरसफाई र पोषण सम्बन्धि अभिमुखीकरण प्रतिवेदन
२०७६



प्रतिवेदक

डायमण पुन(शाखा प्रमुख)

शिक्षा,युवा तथा खेलकुद शाखा

विषय सूची

क.स.	विषयवस्तु	पेज नं.
१.	परिचय	१
२.	अभिमुखीकरण कार्यक्रमको उद्देश्य	२
३.	कार्यक्रम सञ्चालन भएका स्थानहरु	३
४.	कार्यक्रम सञ्चालन मिति र सहभागीहरुको बिवरण	४
५.	अभिमुखीकरण कार्यक्रममा प्रस्तुत भएका विषयहरु	५
६.	प्रतिवेदनको तयारी	१४
७.	सुझावहरु	१४
८.	कार्यक्रमका फोटोहरु	१६
९.	कार्यक्रममा सहभागीहरुको उपस्थिति	२९

विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बाल विवाह न्यूनीकरण,प्रजनन् स्वास्थ्य,सरसफाई र पोषण सम्बन्धी अभिमुखीकरण

१.परिचय

बालबालिकालाई सानै उमेरमा बिवाह गर्नु गराउनु बालअधिकार बिरोधी काम हो ।यसले बालबालिकाको जीवनमा धेरै खतराहरु निम्त्याउछ । बालविवाह गर्न गराउन कानूनले पनि रोकेको छ । यो बावालिका बिरुद्धको एउटा अपराध पनि हो ।बालविवाह र यसले पुर्यानउने हानीका बारेमा बालबालिका, किशोर किशोरी, अभिभावक सबै सचेत रहनु पर्छ र समाजमा रहेको यस कुप्रथालाई हटाउनु पर्छ ।२० वर्ष उमेर नपुगेका बालक र बालिका बीच गरिने बिबाह वा उमेर पुगेका व्यक्तिले त्यस्ता उमेर नपुगेका बालक वा बालिकासँग गर्ने बिवाह बालबिवाह हो ।उमेर नपुगेकासँग विवाह गर्ने गराउनेलाई कानून अनुसार सजाय समेत हुन्छ ।

किशोरा अवस्थामा केटा तथा केटीहरुले विवाह गर्ने र शारीरिक तथा मानसिक रुपमा परिपक्व नहुदै गर्भवती भई बच्चा जन्माउनु पर्दा प्रसूती सम्बन्धी बिभिन्न समस्याहरु आउने सम्भावना धेरै हुन्छ । सानै उमेरमा बच्चा जन्माउनु पर्दा बच्चा र आमा दुबैको ज्यानै समेत जाने खतरा पनि हुन्छ ।त्यसैले विद्यालयमा अध्ययनरत किशोर किशोरीहरुलाई बालविवाह र प्रजनन स्वास्थ्यको बारेमा अभिमुखीकरण गरी चेतना फैलाउन सकेमा केही हद सम्म बालबिबाह रकिन्छ कि भन्ने उद्देश्यले यो कार्यक्रमको आयोजना गरिएको हो।

नेपालमा करिब ४१ प्रतिशत बालबालिका दिर्घ कुपोषणबाट ग्रस्त रहेको पाइएको छ। गर्भधारणदेखि दुई वर्षको उमेरको बिचमै बालबालिकामा पुड्कोपनको बिजारोपण हुन्छ। यसका साथै नेपालको ठूलो जनसंख्या, विशेषगरी जोखिममा रहेका महिला तथा बालबालिकाहरु विभिन्न सुक्ष्म पोषक तत्वहरुको अभावबाट ग्रसित छन। कुपोषणको विकाराल समस्याले गर्दा बाल्यकालमै मृत्यु हुने जोखिम बढेको छ। नेपालमा दिर्घ कुपोषणका कारणहरुमा अपर्याप्त आहार तथा हेरचाह, अपर्याप्त पोषण, उच्च दरको संक्रमण लगायत किशोरावस्थामा गर्भधारण रहेका छन। दिर्घ कुपोषणको समस्यालाई समाधान गर्ने कार्यलाई सामाजिक र आर्थिक विकासको आधारशीलाका रुपमा मानिएको छ। कुपोषित बालबालिकाहरु रोगबाट बढि संक्रमित हुने र न्यून संज्ञानात्मक क्षमताका हुन्छन, जसको फलस्वरुप उनीहरुको शैक्षिक विकासमा प्रतिकुल असर पर्छ। गर्भधारण अघि, पछि र स्तनपान गराउने अवधिमा आमाहरुमा हुने कुपोषण र जन्मेको पहिलो दुई वर्षको

उमेरसम्म बालबालिकामा हुने कुपोषण पुड्कोपनका कारणहरु हुन। त्यसैकारणले गर्दा किशोरीहरु, गर्भवती र स्तनपान गराउने आमाहरु तथा ० देखि २४ महिनासम्मका बालबालिकालाई लक्षित गरी कुपोषण न्यूनीकरण गर्नका लागि बहुक्षत्रीय पोषण योजना आएको हो। बहुक्षेत्रीय पोषण योजना र भूमे गाउँपालिकाको संयुक्त लगानीमा भूमे गाउँपालिका भित्र सञ्चालित विद्यालयमा कार्यरत बालविकास केन्द्रका सहयोगी कार्यकर्ता र विद्यालयका बाल क्लवका पदाधिकारीहरुलाई पोषणको महत्वका बारेमा अभिमुखीकरण गर्ने उद्देश्यले भूमे गाउँकार्यपालिकाको कार्यालय अन्तर्गत शिक्षा,युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा उक्त कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको हो।

हाम्रो शरीरको चौतर्फी विकासको लागि पोषणयुक्त खानाको आवश्यकता पर्दछ। पोषणयुक्त खानामा शरीरलाई आवश्यक पर्ने सबै पौष्टिक तत्वहरुसमावेश भएको हुन्छ। पौष्टिक तत्वहरु भनेका भिटामिन, खनिज, प्रोटिन, कार्बोहाइड्रेट, चिल्लो पदार्थ आदि हुन। यी तत्वहरुले शरीरको विकास, वृद्धि र रोगबाट सुरक्षित तथा हाम्रा कोषहरुको मर्मत कार्य गर्छन। त्यसकारण हामी सबै अभिभावक, किशोरकिशोरी, बालबालिकाहरुले खानाको पहिचान गरेर पोषणयुक्त खाना प्रयोग गर्नुपर्छ। खानामा भएका पोषक तत्वहरु शरीरले शोषण गरेर शरीरका विभिन्न भागमा पुग्नुपर्छ र शरीरले शक्ति प्राप्त गरेर शरीरका सम्पूर्ण दैनिक क्रियाकलापहरु सञ्चालन भइरहेको हुन्छ। यसरी शरीर एउटा मेसिनका रुपमा सञ्चालन हुन स्वस्थ र पोषणयुक्त खाना खानुपर्छ।
हामीले हाम्रो गाँउघर छरछिमेकमा उमेरअनुसार उचाइ कम भएका, उचाइ अनुसार तौल कम भएका, पुड्कोपन, ख्याउटेपन भएका व्यक्तिहरु देखेकै छौ। उमेर अनुसार मानसिक विकास नभएका असाधारण मानिसहरु खानामा पोषणकै कमीले गर्दा भएको हो। कुनै पनि मानिसको स्वास्थ्य राम्रो हुनका लागि गर्भावस्था देखि नै ध्यान दिनुपर्छ। यसका लागि गर्भवति महिलाहरुले आफ्नो गर्भमा रहेको बच्चाको लागि खानामा विशेष ध्यान दिनुपर्छ। यसका साथै किशोरीहरुले पनि पोषण सम्वन्धि ज्ञान हासिल गर्नु नितान्त जरुरी छ।
पोषण भन्नाले कुनै पनि प्राणीले खानेकुरा खाने र त्यसको समुचित प्रयोग गर्ने हो। पोषण अन्तर्गत पर्याप्त खाना खाने,खानामा भएका पोषक तत्वहरु शरीरले पर्याप्त मात्रामा सोस्ने,ती पोषक तत्वहरु आवश्यक अंगहरुमा पुग्ने र तिनको उचित उपयोग भई विभिन्न अंगहरुले आवश्यक कार्य गर्ने प्रक्रिया हो। पोषणले बालबालिकाको शारिरिक,मानसिक, बौद्दिक विकासमा सहयोग गर्दछ।

२. अभिमुखीकरण कार्यक्रमको उद्देश्य

यस भूमे गाउँपालिका भित्र सञ्चालित कक्षा १-८, कक्षा १-१० र कक्षा १-१२ सञ्चालित १३ वटा सामुदायिक विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बालबिबाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, पूर्ण सरसफाई र पोषण सम्बन्धी अभिमुखीकरण गरी प्रभावकारिता र जवाफदेहिता बढाउनुका साथै निम्न उद्देश्यहरु रहेका छन।

- किशोर किशोरीहरुको माध्ययमबाट बालबिबाहको बारेमा घर घरमा जानकारी गराउने
- किशोर किशोरीहरुलाई बालबिवाहको बेफाईदाको बारेमा जानकारी गराउने ।
- किशोर किशोरीहरुलाई प्रजनन प्रक्रिया र स्वास्थ्यको बारेमा जानकारी गराउने ।
- किशोर किशोरीहरुलाई सरसफाई र महिनावारी सरसफाईका बारेमा जानकारि गराउने
- किशोर किशोरिहरुलाई पोषणको बारेमा जानकारी गराउने ।

३.१.कार्यक्रम सञ्चालन भएका स्थानहरु

सामुदायिक विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बालबिबाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, पूर्ण सरसफाई र पोषण सम्बन्धी अभिमुखीकरण सञ्चालन भूमे गाउँपालिका भित्रका १३ वटा विद्यालयमा प्रत्येक विद्यालयका ४०/४० जना केटा केटीको सहभागितामा भएको थियो। कार्यक्रम सञ्चालन भएका विद्यालयहरु निम्नानुसार रहेका छन।

क.सं.	कार्यक्रम सञ्चालन भएको विद्यालयको नाम र ठेगाना
१	श्री सिद्धचौर माद्यमिक विद्यालय लुकुम भूमे १
२	श्री त्रिवेणी माद्यमिक विद्यालय काँक्री भूमे २
३	श्री शहिद शुक्र माद्यमिक विद्यालय सिमा भूमे ३
४	श्री शहिद वासु स्मृती नमूना आधारभूत विद्यालय क्याङ्सी भूमे ३
५	श्री टक्सार आधारभूत विद्यालय झुम्लावाङ भूमे ३
६	श्री जनशक्ति माद्यमिक विद्यालय काँडा भूमे ४
७	श्री जनजागृति माद्यमिक विद्यालय महत भूमे ६
८	श्री बालजनजागरण आधारभूत विद्यालय रिसालचौर भूमे ६
९	श्री जनज्योती आधारभूत विद्यालय धर्मशाला भूमे ७
१०	श्री सरस्वती आधारभूत विद्यालय सिमखोला भूमे ८
११	श्री नेपाल राष्ट्रिय आधारभूत विद्यालय कोर्जा भूमे ८
१२	श्री माद्यमिक विद्यालय कुचिवाङ भूमे ८
१३	श्री नेपाल राष्ट्रिय माद्यमिक विद्यालय चुनवाङ भूमे ९

३.२. कार्यक्रम सञ्चालन मिति र सहभागीहरुको बिवरण

भूमे गाउँपालिका स्थित विभिन्न १३ वटा विद्यालयहरुमा ४० जना किशोर किशोरी लगायत निम्ना नुसारको उपस्थितिमा निम्नानुसारको मितिमा अभिमुखीकरण कार्यक्रम सञ्चालन भएको थियो ।

क्र.सं.	कार्यक्रम सञ्चालन भएको विद्यालयको नाम र ठेगाना	कार्यक्रम सञ्चालन मिति	सहभागी संख्या
१	श्री सिद्धचौर माध्यमिक विद्यालय लुकुम भूमे १	२०७६/०२/३०	५१ जना
२	श्री त्रिवेणी माध्यमिक विद्यालय काँक्री भूमे २	२०७६/०३/१५	५१ जना
३	श्री शहिद शुक्र माध्यमिक विद्यालय सिमा भूमे ३	२०७६/०३/०६	५२ जना
४	श्री शहिद वासु स्मृती नमूना आधारभूत विद्यालय क्याङ्सी भूमे ३	२०७६/०३/१९	४७ जना
५	श्री टक्सार आधारभूत विद्यालय झुम्लावाङ भूमे ३	२०७६/०३/२३	४३ जना
६	श्री जनशक्ति माध्यमिक विद्यालय काँडा भूमे ४	२०७६/०३/२६	४५ जना
७	श्री जनजागृति माध्यमिक विद्यालय महत भूमे ६	२०७६/०३/२०	४९ जना
८	श्री बालजनजागरण आधारभूत विद्यालय रिसालचौर भूमे ६	२०७६/०३/२४	४६ जना
९	श्री जनज्योती आधारभूत विद्यालय धर्मशाला भूमे ७	२०७६/०३/२५	५५ जना
१०	श्री सरस्वती आधारभूत विद्यालय सिमखोला भूमे ८	२०७६/०३/१०	५५ जना
११	श्री नेपाल राष्ट्रिय आधारभूत विद्यालय कोर्जा भूमे ८	२०७६/०३/११	४५ जना
१२	श्री माध्यमिक विद्यालय कुचिवाङ भूमे ८	२०७६/०३/१२	५३ जना
१३	श्री नेपाल राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालय चुनवाङ भूमे ९	२०७६/०३/०८	५८ जना

४. अभिमुखीकरण कार्यक्रममा प्रस्तुत भएका विषयहरु

कार्यक्रममा विद्यालयमा अध्ययनरत किशोर किशोरीहरुलाई बाल बिवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, पूर्ण सरसफाई र पोषण सम्बन्धी निम्न विषयहरुमा अभिमुखीकरण गरिएको थियो ।

४.१.बाल बिबाह भनेको के हो?

- कानुनले विवाहका लागि योग्य भनी तोकेको उमेर भन्दा चाँडो भएको विवाहलाई बाल विवाह भनिन्छ
- केटा र केटीको उमेर २० वर्ष भन्दा कम भएमा त्यस्तो विवाहलाई बाल विवाह भनिन्छ ।
- बाल विवाह लैङ्गिक हिंसाको एक रुप हो ।
- बाल विवाह एक प्रकारको यौन दुर्व्यवहार हो
- नेपाल लगायत अन्य केही विकासोन्मुख देशहरुमा बाल विवाहलाई कानुनले बन्देज लगाएको हुँदाहुदै पनि सामाजिक रुपमा प्रचलनमा रहेको पाईन्छ ।
- नेपाल सरकारले वि.सं. २०६४ मा गरेको एक अध्ययन अनुसार नेपालमा करीब ३४ प्रतिशत विवाह १५ वर्ष नपुगेका बालवालिकाको हुन्छ ।

४.२.बाल विवाह गरे गराएमा के सजाय हुन्छ?

- १० वर्ष नपुगेकी बालिकाको विवाह गरे गराएमा ६ महिना देखि ३ वर्ष सम्म कैद र १ हजार रुपैया देखि १० हजार रुपैया सम्म जरिमाना।
- १० वर्ष भन्दा माथि र १४ वर्ष नपुगेकी बालिकाको विवाह गराएमा ३ महिना देखि १ वर्ष सम्म कैद र ५ हजार रुपैया सम्म जरिमाना ।
- १४ वर्ष भन्दा माथि १८ वर्ष नपुगेकी किशोरीको विवाह गरे गराएमा ६ महिना सम्म कैद वा १० हजार रुपैयाँसम्म जरिमाना वा दुबै सजाय ।
- संरक्षकको मञ्जुरी बिना २० वर्ष उमेर नपुगेका पुरुष वा महिलाको विवाह गरे गराएमा ६ महिनासम्म कैद वा १० हजार रुपैयाँसम्म जरिमाना वा दुबै सजाय ।
- बाल विवाह गर्न गराउन नहुने जानी जानी विवाहको काम गर्ने पुरोहित लमी र अरु मद्दत गर्नेहरुमध्ये उमेर पुगेकालाई एक महिनासम्म कैद वा एक हजारसम्म जरिमाना ।

४.३.बाल विवाहका वेफाईदाहरु

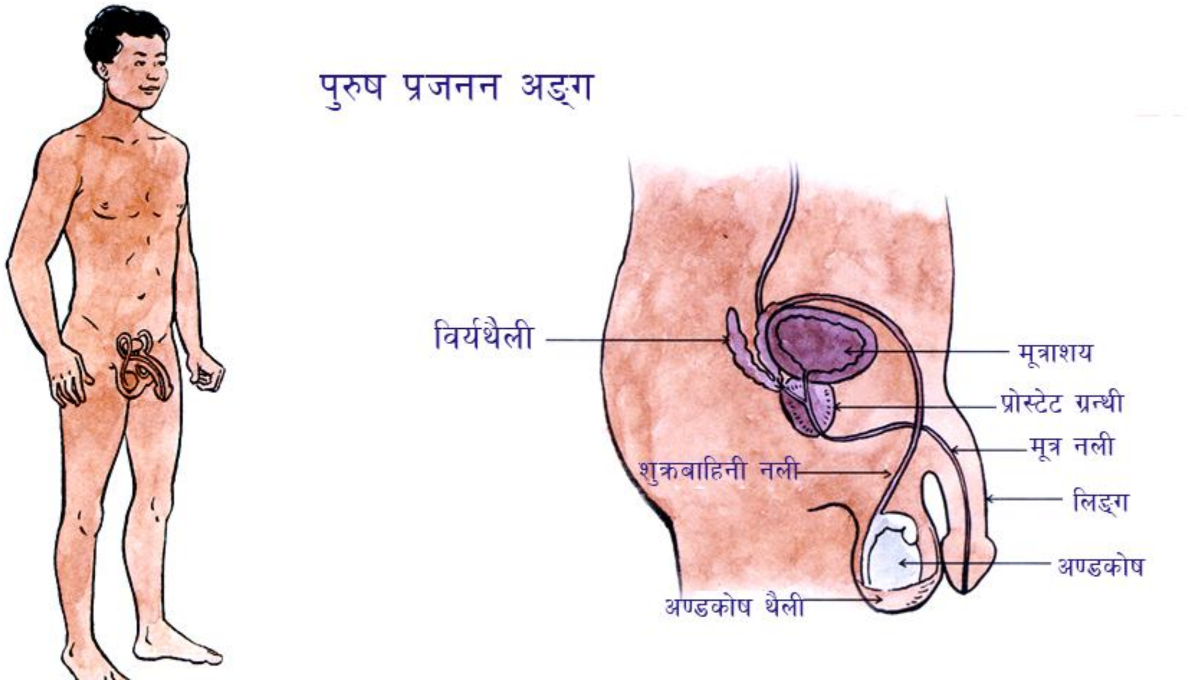
- विवाह पछि अधिकांश वालिकाहरुको शिक्षामा असर पर्दछ ।

- विवाह पछि लोग्नेको घरमा बस्नुपर्ने हुँदा साधै अरुको खटनमा बस्नुपर्ने हुन्छ। जसबाट वालिकाको मानसिक शारीरिक विकासका साथै सामाजिकीकरणमा ठूलो बाधा सिर्जना हुन्छ ।
- सानै उमेरमा अर्काको घरमा गएर बस्नु पर्ने सबैको सेवा सुसार गर्नुपर्ने धेरै काम गर्नुपर्ने घर परिवारको हेला दुर्व्यवहार सहनुपर्ने हुन्छ ।
- सानै उमेरमा शारीरिक मानसिक रुपमा परिपक्व नहुदै बच्चा जन्माउनुपर्ने दवाव हुदा शारीरिक मानसिक हिंसा सहनुपर्छ ।
- परिपक्व नहुदै गर्भवती हुँदा तथा बच्चा जन्माउनु पर्दा आमा तथा बच्चा दुबैको मृत्यु दर धेरै हुन्छ ।
- २० वर्ष भन्दा कम उमेरका महिलाले जन्माएका बच्चाहरुको मृत्यु दर उमेर पुगेका महिलाले जन्माएको भन्दा ७५ प्रतिशतले बढी हुन्छ ।
- सानै उमेरमा यौन सम्पर्क राख्नु पर्दा र बच्चा जन्माउनु पर्दा आमालाई प्रसुती सम्बन्धी धेरै समस्याहरु आई पर्दछन ।

४.४. बाल विवाह न्यूनीकरणका उपायहरु

- परिवार भित्र छोरा र छोरीबीचमा भेदभाव नगर्ने।
- बालबालिका प्रति बेवास्ता,हेलचक्रयाई, भेदभाव नगर्ने ।
- बालबालिकालाई शिक्षाको अवसर दिने ।
- नियमित विद्यालय पठाउने ।
- समुदाय स्तरमा जीवन उपयोगी ज्ञान तथा सीप सम्बन्धी दौतरी शिक्षाको व्यवस्था गर्ने ।
- बालक्लव तथा किशोरकिशोरीहरुको क्लव गठन , सञ्चालन तथा व्यवस्थापनका लागि सहयोग र सहजीकरण गर्ने ।
- बालबालिकाको समस्या तथा मुद्दाहरु सुनुवाई गर्ने प्रभावकारी संयन्त्र तयार गर्ने ।
- विद्यालयमा बालबालिकाको समस्या वा उजुरी सुनुवाईको लागि संयन्त्र तयार र सञ्चालन गर्ने
- बालविबाह विरुद्धको अभियान सञ्चालन गर्ने ।

४.५. पुरुषका प्रमुख यौन तथा प्रजनन अङ्गहरू



अण्डकोषहरू (Testes)

- अण्डकोषहरू पुरुषका प्रजनन ग्रन्थिहरू हुन् ।
- प्रत्येक अण्डकोषमा दुई सयदेखि तीन सयओटा सानासाना खण्डहरू (Lobules) हुन्छन ।
- प्रत्येक खण्डमा सेमिनिफेरस नलीहरू (Seminiferous Tubules) रहेका हुन्छन् जसले शुक्रकीट (Sperm) उत्पादन गर्दछन् ।

अण्डकोष थैली (Scrotum): अण्डकोषलाई ढाकेर राख्ने छालाको पातलो खोललाई अण्डकोष थैली भनिन्छ । यसले अण्डकोषको तापक्रम मिलाउनका साथै सुरक्षा गर्ने काम पनि गर्दछ । अण्डकोष र अण्डकोष थैलीको तापक्रम हाम्रो शरीरको तापक्रम भन्दा करिव १.५ देखि २ डिग्री

वीर्यथैलीहरू (Seminal Vesicles):

- यिनीहरू दुवै दायाँ र बायाँ गरी मूत्रथैली (Urinary Bladder) का पछाडिपट्टि हुन्छन् ।
- वीर्यथैलीहरूबाट एक प्रकारको बाक्लो चिप्लो द्रवपदार्थ बाहिर निस्कन्छ जसलाई वीर्यरस (Seminal Fluid) भनिन्छ ।
- वीर्यरसले शुक्रकीटहरूलाई पोषण तथा अन्य आवश्यक तत्व प्रदान गर्ने कार्य गर्दछ ।

सेल्सीयससम्म कम हुन्छ ।

शुक्रवाहिनी नली (Vas Deferens):

- ✓ पुरुषहरूको अण्डकोषमा उत्पन्न भएका शुक्रकीटहरू ९क्उभचकक० वीर्य थैलीसम्म पुऱ्याउने दुईवटा नली ।
- ✓ लम्बाइ सरदर ४५ सेन्टिमिटर हुन्छ ।
- ✓ यी नलीहरू इपिडिडाइमिसदेखि सुरु भई वीर्यथैली (क्भ्ष्लबि ख्भकष्अभि० बाट निस्केको नलीमा गई अन्त्य हुन्छ ।
- ✓ गर्भधारणको लागि परिपक्व भएका शुक्रकीटहरू यही शुक्रबाहिनी नली हुँदै आएर मूत्रनली हुँदै महिलाको योनिभित्रसम्म पुग्दछन ।

प्रोस्टेट ग्रन्थी (Prostate glands)

- मूत्रथैलीबाट मूत्र नली सुरु हुने ठाउँमा मूत्र नलीलाई चारैतिरबाट घेर्ने ग्रन्थीलाई पौरुष ग्रन्थी (Prostate Gland) भनिन्छ ।
- यी ग्रन्थीहरु मूत्र नली र स्खलन नली जोडिएको नलीलाई ढाकेर बसेका हुन्छन् । यी ग्रन्थीले प्रोस्टेट रस (Prostate fluid) निकाल्छन् । यसले उत्पादन गर्ने रसले वीर्य र शुक्रकीटसँग मिसिएर शुक्रकीटलाई महिलाको योनि मार्गमा हुने क्षारीय ९ब्अष्मष्अ० वातावरणबाट जोगाउने काम गर्दछ ।

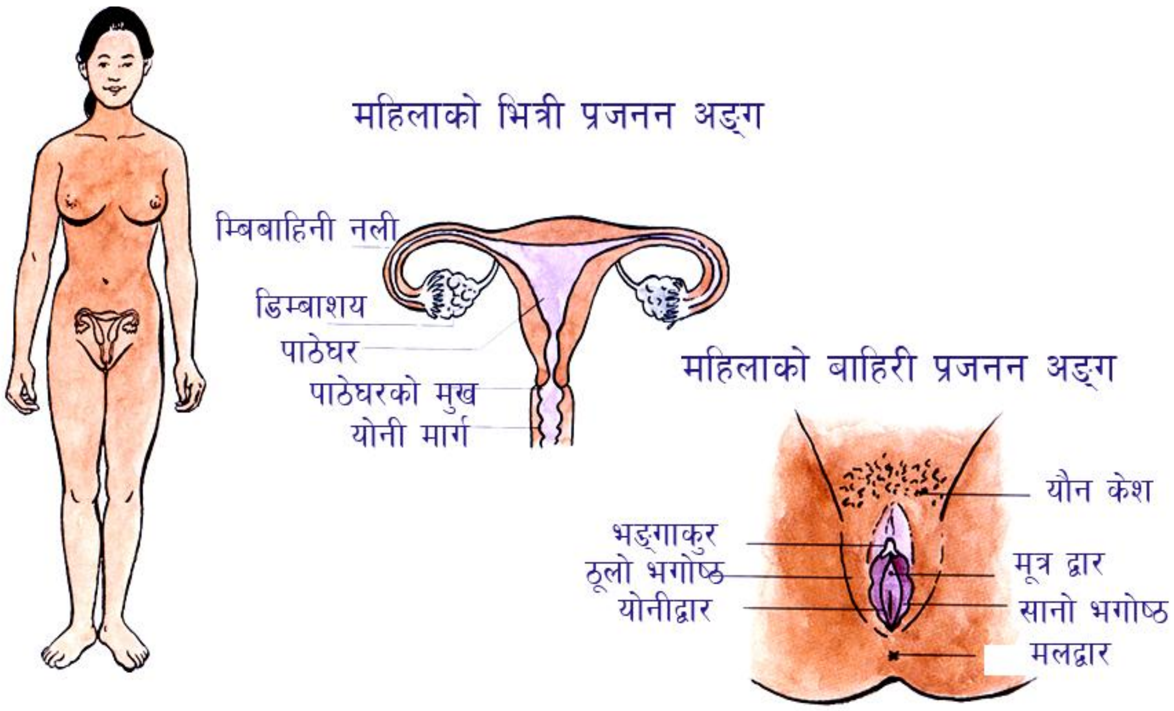
मूत्र नली (Urethra)

- यो सङ्ख्यामा एउटा हुन्छ जुन करिब १८–२० से. मि. लामो हुन्छ ।
- यसको मुख्य कार्य पिसाबलाई बाहिर उत्सर्जन गर्नुका साथै यौनक्रिया (Intercourse) का बेला शुक्रकीटसहितको वीर्यलाई योनीमा पुऱ्याउनु हो ।

लिङ्ग (Penis)

यो करिब १० से. मि. लामो विशेष प्रकारको तन्किने तन्तु (Erectile Tissue) बाट बनेको अङ्ग हो ।

४.६. महिलाका प्रमुख यौन तथा प्रजनन अङ्गहरू



✓ **डिम्बाशय (Ovaries):** पाठेघरका दुवैतिर दायाँ र बायाँ गरी दुईवटा हुन्छन् ।

✓ **डिम्बवाहिनी नली (Fallopian Tube):** पाठेघरको माथिल्लो भागबाट दुईवटा नलीहरू निस्केका हुन्छन् जसलाई डिम्बवाहिनी नली भनिन्छ ।

✓ **पाठेघर (Uterus):** पाठेघर मुलायम मांसपेशीद्वारा निर्मित अङ्ग हो ।

✓ **पाठेघरको मुख (Cervix):** यो पाठेघरको तल्लो भाग हो । यो साँघुरो हुन्छ र योनिको माथिल्लो भागमा खुल्दछ । यो प्रायः जसो बन्द रहन्छ । सम्भोगको बेलामा पुरुषबाट योनिमा स्खलन भएको वीर्यमा भएका शुक्रकीटहरू पाठेघरको मुख हुँदै पाठेघरभित्र प्रवेश गर्छ ।

✓ **ठुलो भगोष्ठ (Labia Majora):** महिलाको योनिको बाहिरी भाग तथा यौन तथा प्रजनन अङ्ग, योनि तथा मूत्रनली समेतका अङ्गहरूलाई छोप्ने छालाको बाहिरी पत्र (ओठ) लाई ठुलो भगोष्ठ भनिन्छ । यसलाई योनिको ठुलो ओठ पनि भनिन्छ । यो बाहिरी ओठ भित्री भन्दा मोटो र बाक्लो पनि हुन्छ । योनिको बाहिरी भाग (ओठ) ले प्रजनन अङ्गहरू मध्यको एक प्रमुख अङ्ग योनिको सुरक्षाको काम गर्दछ । यसले योनिभित्र फोहरहरू जानबाट पनि रोक्दछ ।

✓ **सानो भगोष्ठ (Labia Minora):** ठुलो भगोष्ठ भन्दा भित्र पट्टीको पत्रलाई सानो भगोष्ठ (ओठ) भनिन्छ । यो छालाको पत्र हो । यसले योनि तथा मूत्रद्वारलाई छोप्ने काम गर्दछ । यसले पनि योनिभित्र फोहरहरू जानबाट रोक्दछ ।

✓ **भगाङ्कुर (Clitoris):** भगाङ्कुर योनिभित्र मूत्रद्वारभन्दा माथि अलि उठेको, ठुलो भगोष्ठ र सानो भगोष्ठको बिचको भागमा योनिको अगाडिपट्टि (अग्र भागमा) भएको चुच्चो जस्तो वा टुसा जस्तो आकारको अङ्ग हो । भगाङ्कुरलाई योनी गुटिका पनि भनिन्छ । यौनिक कार्य वा भावनाका लागि यो प्रमुख सम्वेदनशील (Sensitive) अङ्ग हो । यसलाई यौनिक भावनाले छुँदा वा चलाउँदा यौन उत्तेजना बढ्छ । यौन सम्पर्कका बेलामा यसमा हुने घर्षणले महिलालाई यौन सन्तुष्टि बढाउँदछ ।

✓ **योनी (Vagina) :** यो एउटा रेसादार मांसपेशीय नली हो । यसले बाह्य जननेन्द्रिय अङ्गहरूलाई पाठेघर (Uterus) सँग जोडेको हुन्छ । यसमा प्रशस्त मात्रामा रक्तनली तथा स्नायु रेसाहरू रहेका हुन्छन् ।

✓ **योनीद्वार (Vaginal Opening):** यो योनिको बाहिर पट्टिको भाग हो । योनिद्वार (योनीको मुख) मा केही गुजमुज परेको पातलो छालाको पत्र हुन्छ जसलाई योनिच्छेद (Hymen) भनिन्छ ।

४.७. महिनावारी (Menstruation)

- साधारणतया महिनामा एकपटक महिलाको पाठेघरबाट योनिमार्ग हुदै रगत बग्छ , जसलाई महिनावारी हुनु भनिन्छ ।
- सामान्य अवस्थामा स्वस्थ किशोरीको रजस्वला ११–१६ वर्षको उमेरमा सुरु हुन्छ र प्राय ४५ देखि ५० बर्षको उमेरमा बन्द हुन्छ ।
- किशोरावस्था शुरु भएदेखि समान्यतया ४५ देखि ५० वर्षको उमेर सम्म हरेक महिना महिलाहरुको योनीबाट रगत आउँछ ।
- महिना महिनामा हुने र उक्त रक्तस्रावलाई नै रजस्वला वा महिनावारी भनिन्छ ।
- रजस्वला हुने उमेर व्यक्ति अनुसार फरक हुन सक्छ ।

महिनावारी हुनुले किशोरीहरूको प्रजनन अङ्गहरूको विकास राम्ररी भइरहेको छ भन्ने कुरा थाहा हुन्छ ।

४.८.महिनावारी पूर्वका लक्षणहरू

➢ प्रत्येक महिनावारी हुनु अघि बिभिन्न भावनात्मक, मनोबैज्ञानिक र शारीरिक लक्षणहरु देखा पर्दछन

➢ यी लक्षणहरु प्राय: सबै महिलाहरुमा देखिने गर्दछन

चार बिभिन्न समयमा

➢ क. लक्षणहरु महिनावारी हुनु भन्दा ५ देखि ७ दिन पहिले देखि देखिन्छन र महिनावारी भए पछि रक्तश्राव भए सँगै कम हुँदै जान्छन ।

➢ ख. लक्षणहरु डिम्ब निस्काशनको समय अर्थात महिनावारी भएको करिव १४ दिनको समयमा र करिव दुइ हप्ता सम्म देखिई रहने ।

➢ ग. डिम्ब निष्काशन हुने बेलामा शुरु भएर अर्को महिनावारी भई रगत बग्दा सम्म देखिई रहने ।

➢ घ. डिम्ब निष्काशन भएको बेलामा केहि दिन सम्म देखिएर केहि समयका लागि नदेखिने र त्यस पछि महिनावारी हुनुभन्दा केहि अगाडिबाट फेरी देखिने ।

महिनावारी पूर्वका लक्षणहरू

- तल्लो पेट दुख्नु
- डन्डीफोर आउने
- टाउको दुख्ने
- ढाड दुख्नु, मासंपेशी दुख्ने
- तनाव महशुस हुने, भावुक हुने वा दिक्क लाग्ने, निद्रा नपर्ने
- कुनै कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्न नसक्ने (poor concentration),
- स्तन कडा हुने वा केहि बढ्ने, दुख्ने
- शरीरको तौल हल्का बढ्ने
- धेरै खाना रुच्ने (Compulsive eating) वा कसैलाई नरुच्ने
- थकाइ लाग्ने (fatigue),
- नैरास्यता (Depression)
- आलस्य हुने (Lethargy)

- झर्को लाग्ने (Irritability)
- भित्रभित्र रिस उठने (unexplained anger)
- अनियन्त्रित जस्तो हुने (sense of being out of control)
- जिउ फुल्ने (edema)
- गुलियो वा नुनिलो खानेकुरा खान मन लाग्ने (Craving for sweet or salty food)
- जोर्नि दुख्ने (joint pain)
- ढाड कम्मर दुख्ने (back pain)
- वजन बढने (weight gain)
- दिसा गर्ने समय गडबडि (Bowel disorders)
- रुन मन लाग्न] (crying)

महिनावरी हुँदाको दुखाइको व्यवस्थापन

- समान्य पेट दुखेमा, ढाड दुखेमा पेट र ढाडमा तातो पानीको ब्याग वा बोतलले सेक्ने
- तातो पानीले नुहाउने
- हल्का व्यायाम गर्ने
- मन तातो पेय पदार्थ पिउने र पोषिलो खाना, सागपात र फलफूल सहितको खाना खानु पर्दछ ।

यति गरे पनि दुख्ने कम नभएमा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह अनुसार औषधीको सेवन गर्ने

४.९. पोषणका लागि खाना

उचित पोषण प्राप्त गर्नका लागि खानाका ७ समूहरु मध्येबाट खानाको प्रयोग गर्नु पर्छ। खानाका ७ समूहहरु तपशिल बमोजिम उल्लेख गरिएको छ।

१.अन्न,जरा र कन्दमुल

२.गेडागुडीहरु र दलहन
३.दूधजन्य पदार्थहरु
४.पर्याप्त मात्रामा भिडामिन ए पाइने फलफूल तथा सागसब्जी
५.अण्डा
६.मासुजन्य(माछा,मासु आदि)
७.अन्य फलफूल र तरकारी

नोटः हामीले अन्न तथा कन्दमुलहरु पर्याप्त मात्रामा खानुपर्छ। दाल तथा गेडागुडीहरु प्रत्येक खानामा खानुपर्छ। फलफूल तथा तरकारीहरु प्रत्येक दिन खानुपर्छ। माछा,मासु तथा अणडा नियमित रुपमा खानुपर्छ। गुलियो तथा चिल्लो पदार्थ सावधानीपुर्वक खानुपर्छ।

हरेक बार खाना चारः

७ खानाको समूहमध्येबाट सकेसम्म हरेक दिन केही न केही खानेकुरा खानु पर्दछ।प्रत्येक दिनमा कम्तिमा पनि ४ समूहबाट खानेकुरा खानु पर्छ।

सुनौला हजार दिन र यसमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु

सुनौला हजार दिन : सुनौला हजार दिन भनेको गर्भावस्था देखि २ वर्ष सम्मको समय अवधि हो। सुनौला हजार दिनमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु
निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छः

- ✓ खानाका ७ समूह(जस्तैः १.अन्न,जरा र कन्दमुल २.गेडागुडीहरु र दलहन ३.दूधजन्य पदार्थहरु(दूध,दही,चिज) ४.पर्याप्त मात्रामा भिटामिन ए पाइने फलफुल तथा सागसव्जी ५.अण्डा ६.मासुजन्य(माछा, मासु आदि) ७.अन्य फलफुल र तरकारी तथा सागसव्जी) मध्येबाट हरेक दिन कम्तिमा ४ समूहबाट केही न केही खानेकुरा खानुपर्छ।
- ✓ खाद्य सुरक्षा,वृहत पोषण,सन्तुलित खाना तथा सुक्ष्म पोषणयुक्त खानामा विशेष जोड दिनुपर्छ।
- ✓ गर्भवती अवस्थामा पर्याप्त मात्रामा पोषणयुक्त खाना खानुपर्छ।
- ✓ बच्चाको उचाई र तौलको मापन गर्ने
- ✓ उमेर अनुसार उचाइ र तौल नभएमा पोषणबारे जानकारी गराउने
- ✓ जन्मेको ६ महिनासम्म आमाको दुधमात्र चुसाउने र त्यसपछी पुरक आहारको व्यवस्था गर्ने
- ✓ दुध चुसाउने आमाले पौष्टिक आहार पर्याप्त मात्रामा खाने
- ✓ दुध चुसाउने आमालाई शारीरिक र मानसिक कार्यबोझ नदिने साथै दुध चुसाउदा १ वटा दुधलाई १२ देखि १५ मिनेट सम्म चुसाउने।

सुनौला हजार दिनमा विशेष ध्यान दिइयो भनेः

आमा र बच्चाको स्वास्थ्य अवस्था राम्रो हुन्छ, बच्चाको शारीरिक,मानसिक र बौद्दिक विकास हुन्छ, मातृ तथा शिशु मृत्युदर न्युनीकरण हुन्छ, पुड्कोपन, ख्याउटेपन घट्छ, सक्षम जनशक्तिको उत्पादनमा वृद्धि हुन्छ, आमा र बच्चाको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतामा वृद्धि हुन्छ।

५.प्रतिवेदन तयारी

बहुक्षेत्रीय पोषण योजना अन्तर्गत शिक्षा क्षेत्रको कार्यक्रम विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बालबिवाह न्यूनीकरण, प्रजनन् स्वास्थ्य, पूर्ण सरसफाई र पोषण सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम भूमे गाउँपालिका भित्रका १३ वटा विद्यालयमा सञ्चालन गरे पश्चात प्रतिवेदन तयार गरिएको हो ।उक्त प्रतिवेदन शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाका शाखा प्रमुख श्री डायमण पुनद्वारा तयार पारिएको हो ।

६. सुझावहरु

बहुक्षेत्रीय पोषण योजना अन्तर्गतको विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बालविवाह न्यूनीकरण, प्रजनन् स्वास्थ्य, पूर्ण सरसफाई र पोषण सम्बन्धि अभिमुखीकरण कार्यक्रम सञ्चालन पश्चात यस कार्यक्रमसँग सम्बन्धित केही सुझावहरु देहायबमोजिम उल्लेख गरिएको छ।

- यस प्रकारका कार्यक्रमहरुमा आगामी दिनहरुमा सहभागिता बढाउनु पर्ने ।
- आगामी दिनहरुमा कार्यक्रम सञ्चालनको लागि बजेटको बृद्धि गर्नु पर्ने ।
- योजना निर्माण तथा त्यसको कार्यान्वयनमा सरोकारवालाहरु सबैलाई सहभागी गराउनुपर्ने
- कार्यक्रमको कार्यान्वयन पश्चात उक्त कार्यक्रमको प्रभावकारीता मूल्याङकन गर्नुपर्ने ।
- यस प्रकृतिको कार्यक्रमलाई भविष्यमा पनि निरन्तरता दिनुपर्ने।

१. श्री सिद्धचौर मावि लुकुममा भएको कार्यक्रमको झलकहरु

२. श्री शहिद शुक्र मावि सिमामा भएको कार्यक्रमहरुको झलक

३. नेपाल राष्ट्रिय मावि चुनवाङमा भएको कार्यक्रमको झलक

४. सरस्वती आधारभूत विद्यालय सिमखोलामा भएको कार्यक्रमको झलक

५. श्री नेपाल राष्ट्रिय आवि कोर्जामा भएको कार्यक्रमको झलक

६. श्री माध्यमिक विद्यालय कुचिवाङमा भएको कार्यक्रमको झलक

७. श्री त्रिवेणी माध्यमिक विद्यालय काँक्रीमा भएको कार्यक्रमको झलक

८. श्री शहिद वासु स्मृती नमूना आवि क्याङ्सीमा भएका कार्यक्रमका झलकहरु

९. श्री जनजागृती मावि महतमा भएको कार्यक्रमको झलक

१०. श्री टक्सार आधारभूत विद्यालय झुम्लावाङमा भएको कार्यक्रमको झलक

११. श्री बालजनजागरण आवि रिसालचौरमा भएको कार्यक्रमको झलक

१२. श्री जनज्योती आवि धर्मशालामा भएको कार्यक्रमको झलक

१३. श्री जनशक्ति मावि काँडामा भएको कार्यक्रमको झलक

DATE: ....

मिति: २०७७/०२/३०
स्थान: - श्री सिद्धबार मा० वि० कुकुय

भूमे गाउँपालिका तथा बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग र शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बाल-विवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, एवं सरसफाई तथा पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम विद्यालयका प्र.अ. श्री रामबहादुर पुनको अध्यक्षतामा निम्नानुसारका व्यक्तिहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न गरियो।

तपशिल

(हस्ताक्षर)	१	श्री रामबहादुर पुन
(हस्ताक्षर)	२	श्री रुपेन्द्र कुमार रावत
(हस्ताक्षर) अ. यादव	३	श्री अरुण कुमार यादव
(हस्ताक्षर)	४	श्री धर्मेन्द्र यादव
(हस्ताक्षर)	५	श्री विशाल गौतम
(हस्ताक्षर)	६	श्री डायमणा पुन
(हस्ताक्षर)	७	श्री एलिसा सुनार
(हस्ताक्षर)	८	श्री शारदा विसी (आ.ही)
(हस्ताक्षर)	९	श्री मानबहादुर वालिया
(हस्ताक्षर)	१०	श्री गणेशमान खड्का
(हस्ताक्षर)	११	श्री वीरबहादुर रोका
(हस्ताक्षर)	१२	श्री विरम बुढाथोकी
(हस्ताक्षर)	१३	श्री जयमान घर्ती
(हस्ताक्षर)	१४	श्री तेजबहादुर वि.क.
(हस्ताक्षर)	१५	श्री निकान पुन मगर — कक्षा १०
(हस्ताक्षर)	१६	श्री सप्तपति गुरुङ कक्षा ९
(हस्ताक्षर)	१७	श्री विजय बुढा कक्षा १०
(हस्ताक्षर)	१८	श्री विरेन्द्र घर्ती कक्षा १०
प्रवेश	१९	श्री प्रवेश घर्ती कक्षा १०

२४ मि	हित कुमारी घर्ति		कक्षा (१०)	[signature]
(२५)	सुनिता	पुन	कक्षा (10)	[signature]
(२६)	निशाता	पुन	कक्षा (10)	[signature]
(२७)	मिना	पुन	कक्षा (१०)	[signature]
(२८)	निराता	पुन	कक्षा (१०)	[signature]
(२९)	सुशता	पुन	कक्षा (६)	[signature]
(३०)	मायाँ	बुढा	कक्षा (६)	[signature]
३१	राजकुमारी	पुन	कक्षा (६)	Ray
(३२)	कल्पना	रोका	कक्षा (१०)	[signature]
(३३)	बरमाया	बुढा	कक्षा (६)	[signature]
(३४)	पुलिसा	घर्ति	कक्षा (६)	[signature]
(३५)	बिमला	वि.क..	कक्षा (६)	Binal
(३६)	राजेमायाँ	नेपाली	कक्षा (६)	[signature]
(३७)	सुन कुमारी	गुरुङ	कक्षा (६)	[signature]
३८	कमजानी	बुढा मगर	कक्षा (१०)	[signature]
(३९)	हितकुमारी	गुरुङ	कक्षा (१०)	[signature]
(४०)	सबिना	बुढा मगर	कक्षा (१०)	Sa
(४१)	जयपुरा	रोका मगर	कक्षा (६)	Jay
(४२)	धर्मबिर	घर्ति	कक्षा (१०)	[signature]
(४३)	दिपलप	बुढा	कक्षा (१०)	Diplop
(४४)	जितटसाट	घर्ति	कक्षा (८)	[signature]
(४५)	बजनर	घर्ति	कक्षा (८)	[signature]
(४६)	बिकास	पुन	कक्षा (८)	B
(४७)	रमेश	पुन	कक्षा (६)	Rame
(४८)	बिजय	घर्ति	कक्षा (६)	[signature]
४९	बिशाल	पुन	कक्षा (६)	Bish
(५०)	ज्ञानप्रकाश	बुढा	कक्षा (१०)	[signature]
५१	निस्पत	घर्ति	कक्षा (१०)	[signature]

मिति:- २०७६।०३।०६

स्थान: श्री शहिद स्मृति मा.वि. सिमा

भूमे गाउँपालिका तथा बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग र शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर किशोरीहरूलाई बालविवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण विद्यालयका प्र.अ. श्री कुलप्रसाद गुरुङको अध्यक्षतामा निम्न सहभागीहरूको सहभागितामा सम्पन्न भयो।

१.	कुलप्रसाद गुरुङ	प्र.अ.
२.	डायमना पुन	शाखा प्रमुख (शिक्षा)
३.	रलिसा सुनार	पोषण स्वयंसेवक
४.	अनिल आचार्य	शिक्षक
५.	गणेश ब० वि०सी०	,,
६.	पवित्रा उपाध्याय	,,
७.	लक्ष्मी घर्ती (वडा)	,,
८.	हिरा घर्ती मगर	,,
९.	रजन पुन	लेखापाल
१०.	शान्ति राना	परिचालिका
११.	हुन बहादुर पुन	बी. सि.
१२.	आस्तीका सुनार	कक्षा ८
१३.	मोनिका पुन	कक्षा ९
१४	स्मिता पुन	कक्षा ९
१५	Manju G. Magar	class 10
१६	प्रतिक्षा पुन	,, ,,
१७	सामना विक	,, ,,
१८	सपना सुनार	,, ,,
१९	हिरा रोका	,, ,,
20	पार्वती ~~[illegible]~~	,, ९
२१	मेलिना गुरुङ	,, १०
२२	अञ्जना मल्ल	,, ९
२३)	मञ्जु थापा मगर	,, १०

24) पविता पुन मगर — कक्षा 10
25) असमी पुन — ” 9
26) हर्षा कुंवर — ” 9
(26) मन्जु सुनार — ” 8
(28) ललिता सुनार — ” 8
(29) चित्रा डांगी — ” 8
30 युना कुमाई — ” 8
(31) अस्मिता बिक — ” 7
32 नविता पुन — ” 7
33 निशा पुन — ” 7
34 स्मिता पुन — ” 7
35 सिला पुन — ” 7
36 सबिना सुनार — ” 7
37 यामिनी पुन — ” 7
38 विजय पुन — ” 7
39 विकास पुन — ” 7
40 विशाल सुनार — ” 8
41 अर्जुन सुनार — ” 7
(42) मनोज सुनार — ” 9
43) विशाल सुनार — ” 9
(44) अनिल रोका मगर — ” 9
(45) सन्त पुन मगर — ” 8
(46) भरत पुन मगर — कक्षा 9
(47) भागीमान पुन मगर — ” 9
(48) डिम्बिजन सुनार — ” 8
(49) विराज पुन मगर — ” 10
(50) राज कुमार पुन मगर — ” 10
(51) ~~(40)~~ प्रकाश सुनार — कक्षा 10
(52) ~~(41)~~ आकाश सुनार — कक्षा 9

मिति : २०७६/०३/०८

स्थान :- नेपाल राष्ट्रिय मा॰वि॰ चुनवाङ

भूमे गाउँपालिका तथा बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोगमा ~~तथा~~ र भूमे गाउँपालिकाको शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर - किशोरीहरूलाई बाल विवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्री मानसिंह डाँगी ज्यू को अध्यक्षतामा निम्नानुसारका सहभागीहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न गरियो ।

उपस्थिति :

क्र.सं.	नाम	पद / कक्षा		हस्ताक्षर
१.	मानसिंह डाँगी	प्र.अ. ने.रा.मा.वि. चुनवाङ		[signature]
२.	प्रकाश पुन	३ नं. वडा अध्यक्ष		[signature]
३.	डायमण्ड पुन	शाखा प्रमुख (शिक्षा) भूमे गा.पा.		[signature]
४.	गोपलाल ओली	शिक्षक मा.वि. चुनवाङ		[signature]
५.	विस्मवना विवश पुन मगर	कक्षा	१०	[signature]
६.	वृष्टा खड्का	"	१०	[signature]
७.	चन्द्रिका बुढामगर	"	१०	[signature]
८.	शान्ति वि.क	"	८	[signature]
९.	अश्मि गौतम	"	८	Ashmi
१०.	नमूना परियार	"	"	[signature]
११.	यमुना के.सी	८		[signature]
१२	रचना बिष्ट	१०		[signature]
१३	करुणा के.सी	१०		[signature]
१४.	लक्ष्मी वि.क	कक्षा	६	[signature]
१५	अर्जुनमाया रोका मगर	कक्षा	६	[signature]
१६.	तिर्सना वि.क.	६		[signature]
१७	रिमा बुढामगर	५		Rima
१८.	हिसिला खड्का	६		[signature]
(१९)	निशा खड्का	६		[signature]
(२०)	राधिका बुढा	७		[signature]
(२१)	कोपिला श्रेष्ठ	७		[signature]
(२२)	पुजा पुन	८		[signature]

		कक्षा ९	हस्ताक्षर
२४	मनमाया पुन मगर	कक्षा ९	[signature]
२५	शिशिर चौधरी	कक्षा ८	[signature]
२६	विशाल पुन मगर	कक्षा १०	[signature]
२७	मंगल नेपाली	कक्षा ६	[signature]
२८	सुदिप पुन मगर	कक्षा ९	[signature]
२९	सम्राट खड्का	कक्षा ९	[signature]
३०	तिलक ओली	कक्षा १०	[signature]
३१	विजय खड्का	कक्षा १०	[signature]
३२	खुमराज ओली	कक्षा १०	[signature]
३३	सुशिल खड्का	कक्षा ८	[signature]
३४	गुञ्जन पुन	कक्षा ८	[signature]
३५	सलमान पुन	कक्षा ९	[signature]
३६	भरत वि.क.	कक्षा १०	[signature]
३७	सँकल्प बुढा मगर	कक्षा १०	[signature]
३८	अनमोल विष्ट	,,	[signature]
३९	कैलाश पुन मगर	कक्षा १०	[signature]
४०	शरद बुढा मगर	कक्षा १०	[signature]
४१	पंकज पुन मगर	कक्षा ८	[signature]
४२	लव कुश पुन मगर	कक्षा ९	[signature]
४३	सलिम बुढा मगर	कक्षा ९	[signature]
४४	[illegible] बुढा मगर	कक्षा ९	[signature]
४५	कमानसिंह विष्ट	शिक्षक ने.रा.मा.वि. पुनवाङ	[signature]
४६	गणेश थापा विष्ट	,, ,, ,,	
४७	लक्ष्मीराम बुढा	,, ,, ,,	[signature]
४८	तुल बहादुर टोमटा	कार्यालय सहयोगी ने.रा.मा.वि.	[signature]
४९	मनिषा वि.क.	शिक्षक ने.रा.मा.वि.	[signature]
५०	देविका घर्ती खड्का	,, ,, ,, ,, ,, ,, ,,	[signature]
५१	गणेश थापा (विष्ट)	शिक्षक	[signature]
५२	राजु थापा (डंगी)	,,	[signature]
५३	हीरा देवी विष्ट	,,	[signature]
५४	धन बहादुर पुन	,,	[signature]
५५	[illegible]	,,	[signature]
५६	कमल सिंह पुन	,,	[signature]
५७	वसन्त पुन	अभिभावक	[signature]
५८	[illegible]	[illegible]	

मिति: २०८१।०३।१०

स्थान: सरस्वती आ॰ वि॰ सिमखोला थुमे-८

थुमे गा.पा. तथा बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग र थुमे गाउँपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा बालविवाह र प्रजनन स्वास्थ्य, एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण सरस्वती आ.वि. का प्र.अ. श्री किरण शर्माको अध्यक्षतामा निम्नानुसारका विद्यार्थीहरु र शिक्षकहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न भयो।

उपस्थिति

१. किरण शर्मा प्र.अ. सरस्वती आ.वि. सिमखोला
२. डायमन्ड पुन शाखा प्रमुख (शिक्षा) थुमे गा.पा.
३. आनन्द बस्नेत युवा थुमे-८ सिमखोला
४) दुर्गा बस्नेत शिक्षक सरस्वती आ.वि. सिमखोला
५) डम्बर ब. बुढाथोकि " " " "
६) बीर बहादुर नेपाली " " " "
७) चन्द्रशेखर वि.क. " " " "
८) तुलसा खड्का " " " "
९) कल्पना बुढा " " " "
१०) आसकुमारी बुढा " " " "
११) बुद्धिमान बस्नेत युवा थुमे-८ सिमखोला
१२) उर्मिला खड्का विद्यार्थी कक्षा:१० श्री सरस्वती आ.वि. सिमखोला
१३) पार्वती खड्का " " " " "
१४) भावना खड्का " " " " "
१५) निर्मला खड्का " " " " "
१६) दिलमाया खड्का " " " " "
१७) कल्पना ओली " " " " "
१८) कल्पना ओली " " " " "
१९) अमृता खड्का " " " " "
२०) दिपा रोका " " " " "
२१) सिता खड्का " कक्षा:९ " " "
२२) सरिता रोकामगर " " " " "

२३) रचना रोका	(विद्यार्थी)	कक्षा : ९	श्री सरस्वती आ.वि. सिम्खोला	
२४) सपना रोका	,,	,,	,, ,,	,,
२५) शुशिला वि.क.	,,	,,	,, ,,	,,
२६) ललीता ओली	,,	कक्षा : १०	,, ,,	,,
२७) समिक्षा ओली	,,	,,	,, ,,	,,
२८) रोशन बुढा	,,	कक्षा : ९	,, ,,	,,
२९) तिलक ओली	,,	,,	,, ,,	,,
३०) मदनकुमार खड्का	,,	,,	,, ,,	,,
३१) लोकबहादुर ओली	,,	,,	,, ,,	,,
३२) सुनमाया रोका	,,	,,	,, ,,	,,
३३) कविता ओली	,,	कक्षा : १०	,, ,,	,,
३४) ~~[illegible]~~ सपना रोका	,,	,,	,, ,,	,,
३५) सुस्मिता बुढामगर	,,	,,	,, ,,	,,
३६) समिता वि.क.	,,	,,	,, ,,	,,
३७) रवीला डिनाल	,,	,,	,, ,,	,,
३८) सरिता वि.क.	,,	,,	,, ,,	,,
३९) प्रिया वि.क.	,,	कक्षा : ९	,, ,,	,,
४०) कल्पना खड्का	,,	,,	,, ,,	,,
४१) करिष्मा खड्का	,,	,,	,, ,,	,,
४२) दिपता पुन	,,	,,	,, ,,	,,
४३) असिमता पुन	,,	,,	,, ,,	,,
४४) विजय रोकामगर 'A'	,,	कक्षा : १०	,, ,,	,,
४५) हस्तबहादुर ओली	,,	कक्षा : ९	,, ,,	,,
४६) विजय रोकामगर 'B'	,,	कक्षा : १०	,, ,,	,,
४७) मोतिराम खड्का	,,	,,	,, ,,	,,
४८) अजय ओली	,,	,,	,, ,,	,,
४९) शिवकुमार पुन	,,	,,	,, ,,	,,
५०) सन्तोष वि.क.	,,	,,	,, ,,	,,
५१) विकास रोकामगर	,,	कक्षा : १०	,, ,,	,,
५२) सितल रोकामगर	,,	कक्षा : ९	,, ,,	,,
५३) महेन्द्र ओली	,, कक्षा ७ ,,		,, ,,	,,
५४) सपना रोका मगर	शिक्षक		,, ,,	,,
५५) मनसरी पुन	डी.वि. कुके गा.पा.			

मिति : २०७६/०३/१९

स्थान : नेपाल राष्ट्रिय आ.वि. कोर्जा

भूमे गाउँपालिका तथा बहुक्षेत्रीय पोषण योजना को आर्थिक सहयोग तथा भूमे गाउँपालिका अन्तर्गत शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बालविवाह न्यूनीकरण प्रजनन स्वास्थ्य, एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम विद्यालयमा निमित्त प्र.अ. श्री कुमारी केसी ... ज्यूको अध्यक्षतामा निम्नानुसारका सहभागीहरु को सहभागितामा सम्पन्न गरियो।

उपस्थिति

हस्ताक्षर			
[signature]	१. कुमारी केसी मगर	नि. प्र.अ.	ने. रा. आ. वि. कोर्जा
[signature]	२. डायमण्ड पुन	शाखा प्रमुख (शिक्षा)	भूमे गा.पा.
[signature]	३. लालबहादुर बुढाथोकी	(शिक्षक)	नेरा आ. वि. कोर्जा
[signature]	४. अञ्जना विष्ट ...	(शिक्षक)	,,
जगत रोका	५. जगत रोका	(पडियर)	,,
Sabina	६. सबिना बुढा (विद्यार्थी)	कक्षा ८	,,
Kumari	७. कुमारी रोका ,,	कक्षा ८	,,
सुशीला	८. सुशीला बुढा	कक्षा ८	,,
[signature]	९. कमला रोका	कक्षा ८	,,
Bipana	१०. विपना बुढा	कक्षा ८	,,
Bipana	११. विपना बुढा	कक्षा ८	,,
सपना	१२. सपना विक	कक्षा ८	,,
अम्रिता	१३. अमृता विक	कक्षा ८	,,
गणेश	१४. गणेश विक	कक्षा ८	,,
[signature]	१५. सन्तोष बुढा	कक्षा ८	,,
सुशिला	१६. सुशिला बुढा	कक्षा ८	,,
[signature]	१७. मनोज रोका	कक्षा ८	,,
विशाल	१८. विशाल बुढा	कक्षा ८	,,
नरेश	१९. नरेश बुढा	कक्षा ८	,,
[signature]	२०. प्रकाश रोका	कक्षा ८	,,
आशिषा	२१. आशिषा बुढा	कक्षा ८	,,

DATE:

Sanmaya	२२. सुनमाया बुढा	कक्षा ८	"	"
SITA	२३. सिता ओली	कक्षा ८	"	"
	२४. दिप रोका	कक्षा ७	"	"
	२५. सन्देश विक	कक्षा ७	"	"
	२६. अविशेक बुढा	कक्षा ७	"	"
	२७. नविना विक	कक्षा ७	"	"
	२८. दिपनारायन पुन	कक्षा ७	"	"
Sanita	२९. सनिता बुढा		"	"
	३०. प्रदिप रोका	कक्षा ६	"	"
P.	३१. प्रदिप बुढा	कक्षा ६	"	"
A.	३२. अनिस बुढा	कक्षा ६	"	"
Jalasa	३३. जलशा रोका	कक्षा ६	"	"
SIRJANA	३४. सिर्जना बुढा	कक्षा ६	"	"
Pratiksha	३५. प्रतिक्षा बुढा	कक्षा ८	"	"
	३६. विशाल बुढा	कक्षा ६	"	"
	३७. सौगात रोका	कक्षा ६	"	"
	३८. जुनप्रसाद रोका	कक्षा ६	"	"
	३९. गोविन्द पुन	कक्षा ६	"	"
	४०. सपना पुन	कक्षा ६	"	"
सन्तोष	४१. सन्तोष नेपाली	कक्षा ७	"	"
	४२. दिनेश रोका	कक्षा ६	"	"
	४३. अनिल बुढा	कक्षा ६	"	"
	४४ किसान वि.क.	कक्षा	"	"
मनसरी	४५. मनसरी पुन	डी.ए. मुगे गा.पा.		

मिति : २०६३।०३।१२

स्थान : माध्यमिक विद्यालय कुचिवाङ

मुसे गाउँपालिकाको तथा बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग र शिक्षा युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा बालविवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, सर्ना सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्री दिलबहादुर बुढाथोकीको अध्यक्षतामा निम्नानुसार सहभागीहरुको सहभागितामा सम्पन्न भयो।

उपस्थिति

[signature]	१.	दिलबहादुर बुढाथोकी प्र.अ. मा.वि.कुचिवाङ
[signature]	२.	डायमण्ड पुन शाखा प्रमुख (शिक्षा) मुसे गा.पा.
[signature]	३.	विनोद रोका कक्षा - ८
Ram	४.	रमन बुढा ,, ८
[signature]	५.	पृथ्वीराज पाण्डे ,, ८
[signature]	६.	सञ्जय विष्ट ,, ८
Bharat	७.	भरत बुढा ,, ८
[signature]	८	मिथुन विष्ट ,, ९
Manoj	९.	मनोज बुढा ,, ७
[signature]	१०.	संकेत रोका ,, ६
[signature]	११.	तपस्या पुन ,, ७
[signature]	१२.	हितकुमार विष्ट ,, ६
[signature]	१३.	मोहन बुढा ,, ९
[signature]	१४	सुनिता थापा ,, १०
[signature]	१५.	मर्दन बुढा ,, १०
BMB	१६.	विपन रोका ,, १०
Suru	१७.	सुरु बुढा ,, १०
[signature]	१८.	बल बहादुर बुढा ,, १०
[signature]	१९	सुन्दर पुन ,, १०
Ram	२०	राम बुढा ,, ८
[signature]	२१.	सृष्टिका वि.क. ८
[signature]	२२.	सुमित्रा पुन ८
[signature]	२३.	कमला रोका ८

[signature]	२४.	सम्झना पुन	कक्षा –	८
[signature]	२५	शर्मिला रोका	,,	८
Sumita	२६.	सुस्मिता बुढा	,,	१०
Sushma	२७.	सुषमा बुढा	,,	१०
Mani	२८.	मनपुरी बुढा	,,	१०
Punam	२९.	पुनम रोका	,,	१०
Sapana	३०.	सपना विष्ट	,,	१०
Sam	३१.	सम्झना बुढा	,,	९
Sarita	३२.	सरिता रोका	,,	१०
Laxmi	३३.	लाक्ष्मी पुन	,,	१०
[signature]	३४.	कविता विष्ट	,,	९
Bipana	३५.	विपना रोका	,,	९
[signature]	३६	स्वास्ति बुढा	,,	९
[signature]	३७	दिलकुमारी बुढा	,,	६
[signature]	३८	सुविता विष्ट	,,	६
[signature]	३९.	सुलोचना विष्ट	,,	६
Manita	४०.	मनिता रोका	,,	७
Ramita	४१.	रमिता रोका	,,	६
Kalpana	४२.	कल्पना बुढा	,,	६
	४३.	मन बहादुर थापा	नि० प्र०अ०	
[signature]	४४.	लोक बहादुर क्षेत्री	शिक्षक	
[signature]	४५.	पार्वती बुढा	शिक्षिका	
Lali	४६.	ललिता पुन	,,	
Shanti	४७.	शान्ता पुन	,,	
[signature]	४८.	सुशिला विष्ट	,,	
[signature]	४९.	कृष्णा थापा	,,	
[signature]	५०.	वसन्त विष्ट	शिक्षक	
लिलु	५१.	लिलु बुढा	(का. सहयोगी)	
[signature]	५२	डिल्ली बः विष्ट	(विद्यालय सहायक)	
मनस्व	५३	मनसरी पुन	अ. सि. सू. मे. ना. पा.	

मिति : २०७६।०३।१८

स्थान :- त्रिवेनी माध्यमिक विद्यालय ढाँडी

भूमे गाउँपालिकाबाट बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग र भूमे गाउँपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर - किशोरीहरुलाई बाल विवाह न्यूनीकरण प्रजनन् स्वास्थ्य, एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम विद्यालयमा नि.प्र.अ. श्री लक्ष्मी बुढाथोकीको अध्यक्षतामा निम्नानुसारका सहभागीहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न भयो।

उपस्थिती

१. लक्ष्मी बुढाथोकी नि.प्र.अ. त्रिवेनी मा.वि. ढाँडी
२. डायमण्ड पुन शाखा प्रमुख भूमे गा.पा.
३. एलिसा सुनार पोषण स्वयंसेवक ''
४. रूपक विक कक्षा ९
(५) विरप्रताप बुढा कक्षा : ९
(६) रामशाहि बुढा मगर कक्षा : १०
(७) सरिता पुन मगर कक्षा :- ९
(८) मन्जु सुनार कक्षा ५
(९) अमृता सुनार कक्षा :- ७
(१०) सिर कुमारी कक्षा : ६
(११) सुवित बुढा कक्षा = ८
(१२) गोबिल बुढा मगर कक्षा = ८
(१३) सरिता बुढा मगर कक्षा = ८
(१४) सेरिना पुन मगर कक्षा = 10
(१५) स्वाती बुढा मगर कक्षा = 10
(१६) रोजिना रोका मगर कक्षा = ९
(१७) ~~मनिषा [illegible]~~ कक्षा = ६
(१८) [illegible] बुढा मगर कक्षा = ६
(१९) बिनिता बुढा मगर कक्षा = ६
(२०) लक्ष्मीण बुढा मगर कक्षा = ६
(२१) विपना बुढा मगर कक्षा = ६
(२२) धनकुमारी रोका मगर कक्षा ९

[illegible] (२३) अनपुरा बुढा कक्षा - ९

[illegible] (२४) निशाना बुढा कक्षा ११

[illegible] (२५) कल्पना बुढा कक्षा ८

[illegible] (२६) चिरनो बुढा कक्षा ८

[illegible] (२७) सुमभनो परिवार कक्षा ६

[illegible] (२८) ठेलमाया बुढा कक्षा ६

[illegible] (२९) छविना बुढा कक्षा १०

mama (३०) मनजाती पुन कक्षा १०

[illegible] (३१) राजिमाया वि.क कक्षा ९

Rajimaya (३२) सपना वि.क कक्षा - ९

[illegible] (३३) मिरना घर्ति कक्षा - ९

[illegible] (३४) दिलन बुढा कक्षा - ९

आस्था (३५) आस्था वि.क कक्षा - ७

[illegible] (३६) ज्ञानकुमारी वि.क कक्षा - ९

[illegible] (३७) छविना बुढा कक्षा १०

[illegible] (३८) देविरोका कक्षा १०

[illegible] (३९) हिकमत बुढा कक्षा ९

[illegible] (४०) भुपेन्द्र बुढा कक्षा - ८

[illegible] (४१) हिरु बुढा कक्षा - १०

Bharat (४२) भरत बुढा कक्षा - १०

Roshan (४३) रोशन बुढा कक्षा - ९

[illegible] (४४) करुणा बुढा कक्षा - ८

[illegible] (४५) शान्ति सोढि कक्षा - ८

[illegible] (४६) दिल कुमार रोका कक्षा - १०

[illegible] (४७) कल्पना कुमारी शर्मा शिक्षक रिमेनी मा.वि. कांडी

[illegible] (४८) जुना पुन " " " "

[illegible] (४९) लोचन बुढा मगर " " " "

[illegible] (५०) गोविन्द पुन " " " "

[illegible] (५१) प्रेम नेपाली कार्यालय सहयोगी " " "

मिति : २०७६।०३।१९

स्थान : शहिद वायुस्मृति नमूना आ.वि. क्यासङ्सी

भूमे गाउँपालिकाको र बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग तथा भूमे गाउँपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बालविवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्री डम्बरकुमार नेपालीको अध्यक्षतामा निम्न सहभागीहरुको सहभागितामा सम्पन्न गरियो।

उपस्थितिहरु

१. डम्बर कुमार नेपाली प्र.अ. आ.वि. क्यासङ्सी
२. डायमण्ड पुन शाखा प्रमुख (शिक्षा) भूमे गा.पा.
३. जीवन रोका शिक्षक आ.वि. क्यासङ्सी
४. रमेश वि.क. ,, ,, ,,
५. रामकुमारी रोका ,, ,, ,,
६. राधा दाहाल ,, ,, ,,
७. नविन रोका वि.स. ,, ,,
८ अमर रोका कक्षा – ७
९) रेशम रोका कक्षा – ६
१०) शुनिल रोका ,, ८
११) संगिता सुनार ,, ७
१२) अनिता सुनार ,, ७
१३) विरमति सुनार ,, ७
१४) धनकुमारी सुनार ,, ६
१५) कुशुम रोका ,, ६
१६) विसनकान्ति बुढा ,, ८
१७) लहरपुरा रोका ,, ५
१८) लक्ष्मीमाया ,, ७
१९) रोशन रोका ,, ८
२०) सूर्जे रोका ,, ८
२१) मस्तबहादुर रोका ,, ७
२२) राकेश सुनार ,, ७

माया रोका	२३)	माया रोका	कक्षा - ८
जीवन रोका	२४)	जीवनी रोका	कक्षा - ५
बिरजङ रोका	२५)	बीरजङ रोका	कक्षा - ६
बिमला रोका	२६)	बिमला रोका	कक्षा - ५
गंगा रोका	२७)	गंगा रोका	कक्षा - ६
लहरी रोका	२८)	लहरी रोका	कक्षा - ५
अन्जु रोका	२९)	अन्जु रोका	कक्षा - ६
आशा बुढा	३०)	आशा बुढा	कक्षा - ६
लक्ष्मी परियार	३१)	लक्ष्मी परियार	कक्षा - ४
फर्किमाया रोका	३२)	फर्किमाया रोका	कक्षा - ५
भुनमाया रोका	३३)	भुनमाया रोका	कक्षा - ५
बिनकुमारी पुन	३४)	बिनकुमारी पुन	कक्षा - ५
बिरमति सुनार	३५)	बिरमति सुनार	कक्षा - ७
दिलशान्ति	३६)	दिलशान्ति सुनार	कक्षा - ५
महान रोका	३७)	महान रोका	कक्षा - ६
अनमोल	३८)	अनमोल रोका	कक्षा - ६
गणेश	३९)	गणेश सुनार	कक्षा - २
सुरेश पुन	४०)	सुरेश पुन	कक्षा - २
दिलमाया	४१)	दिलमाया सुनार	कक्षा - ४
भागी रोका	४२)	भागि रोका	कक्षा - ५
बरवत	४३)	बरवत रोका	कक्षा - ४
धुर्व रोका	४४)	धुर्व रोका	कक्षा - ४
गंगा	४५)	गंगा सुनार	कक्षा - ४
	४६)	जोसेफ रोका	कक्षा - ६
सुनमाया सुनार	४७)	सुनमाया सुनार	कक्षा - ४
	४८)		

मिति : २०७६/०३/२०

स्थान : जनजागृती मा.वि. महत

भूमे गा.पा. र बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग तथा भूमे गाउँपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बालविवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम विद्यालयका प्र.अ. श्री चन्द्रबहादुर बुढाको अध्यक्षतामा निम्नानुसारका सहभागीहरुको सहभागितामा सम्पन्न भयो।

उपस्थिति

१. चन्द्रबहादुर बुढा प्र.अ. मा.वि. महत
२. डायमण्ड पुन शाखा प्रमुख भूमे गा.पा.
३. बल बहादुर बुढा शिक्षक मा.वि. महत
४. केशरमान खड्का " " "
५. नर ब० बस्नेत " " "
६. मोहन बुढा " " "
७. गंगा बुढाथोकी क्षेत्री " " "
८. जुन कुमारी बुढा " " "
९. देव नारायण साह " " "
१० दर्शना के.सी. विद्यार्थी कक्षा - १०
११ रविना ओली " - १०
१२ जय कुमारी पुन " - १०
१३ अञ्जली वली " " ९
१४ भावना बुढा " " १०
१५ यमुना सुनार " " १०
१६ अनिता सुनार " " १०
१७ आशिम पुन " " ९
१८ दिल कुमारी बुढा " " १०
१९ सविना [illegible] " " ९
२० आस्मिता ओली " " १०
२१ करिस्मा के सी " " १०
२२ माईकुमारी बुढा " " ९

	२३	मन्जिता बुढा	”	”	९
	२४	सपना बुढा	”	”	९
	२५	बलराम पुन	”	”	10
	२६	निशान रोका	”	”	१०
	२७	सन्तोष बुढा	”	”	९
	२८	मिलन रोका	”	”	९
	२९	ललमान रोका	”	”	९
	३०	नविन बुढा	”	”	९
	३१	सुर्यप्रकाश ओली	”	”	९
	३२	आरजु परियार	”	”	९
	३३	गणेश पुन	”	”	९
	३४	विरस के सी	”	”	९
	३५	शमिला बुढा मगर	”	”	
	३६	भरत बुढा मगर	”	”	
Bikas	३७	बिकास बुढामगर	”	”	९
	३८	गोपाल बुढा मगर	”	”	10
	३९	धरम बुढा मगर	”	”	10
	४०	राजेश ” ”	”	”	10
	४१	दिलबहादुर ” ”	”	”	९
	४२	रमलाल ” ”	”	”	10
	४३	किस्मत पुनार	”	”	९
	४४	बिकास बुढा मगर	”	”	10
	४५	आकाश बुढा क्षेत्री	”	”	10
२०७६/१०	४६	सञ्जु कुमार बुढा मगर	”	”	10
	४७	मनोज रोका मगर	”	”	10
Chandra	४८	चन्द्रप्रकाश रोका मगर	”	”	10
	४९	सुवास रोकुम मगर	”	”	१०

मिति : २०७६/०३/२३

स्थान : एकसार आधारभूत विद्यालय झुम्लावाङ

भूमे गाउँपालिका र बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग तथा भूमे गाउँपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर-किशोरीहरुलाई बालविवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम विद्यालयका प्र.अ. श्री कमला बुढा मगरको अध्यक्षतामा निम्नानुसारका सहभागीहरुको सहभागितामा सम्पन्न गरियो।

उपस्थिति

१. कमला बुढा मगर प्र.अ. आ.वि. झुम्लावाङ

२. डायमणा पुन शाखा प्रमुख (शिक्षा) भूमे गा.पा.

हिमकुमारी	१.	हिमकुमारी रोका	६
निर्माण	२.	निर्माण सुनार	7
धनकुमारी	३.	धनकुमारी सुनार	7
जुनतारा	४.	जुनतारा रामाजाली	7
संगिता	५.	संगिता सुनार	7
यमुना	(६)	यमुना थापामगर	7
सुनिता	(७)	सुनिता खेवड	६
सपना	(८)	सपना गुरुङ	8
प्रतिक्षा	(९)	प्रतिक्षा गुरुङ	7
सुनरुपी	(१०)	सुनरुपी वि.क	8
यमुना	(११)	यमुना थापा मगर	(६)
रेखा	12	रेखा सुनार	7
[illegible]	13	[illegible] खेवड	7
कल्पना	14	कल्पना थापा	8
सिमता	15	सिमता रोपेली	7
प्रतीक्षा	16	प्रतीक्षा थापा	7
सुनिता	18	सुनिता खेवड	8
सुमी	19	सुनमी सोरीय	7
सिमाना	20	सिमाना गुरुङ	8

[illegible]	२१	कुमार शेर्पाली	८
[illegible]	२२	बालाराम ॥	८
[illegible]	२३	प्याराम शेर्पाली	८
[illegible]	२४	जोगन श्रेष्ठ	६
[illegible]	२५	सन्तोष थापा मगर	८
[illegible]	२६	कुशाल राना मगर	8
विकास	26	विकास बुढा मगर	8
[illegible]	27	प्रविन वि.क	7
[illegible]	28	इन्द्रमान शेर्पाली	7
A.S	२९	आकास बुढा मगर	६
[illegible]	30	कमला थापा	7
[illegible]	31	शान्ति थापा	7
अनि	32	अनिता श्रेष्ठ	8
[illegible]	33	जोतिस्मा श्रेष्ठ	7
जानकी	34	जानकी श्रेष्ठ	7
[illegible]	35	हेमराज श्रेष्ठ	7
बालाराम	36	बालाराम बुढा	7
[illegible]	37	दिलिप बुढा	6
[illegible]	38	रमेस सुनार	6
Tue	39	तेजन वि.क.	6
[illegible]	40	चित्रमान वि.क	7
[illegible]	४१.	विमला श्रेष्ठ	शिक्षक
[illegible]	४२.	चाँदनी राना	सि.डी.
गङ्गाप्रसाद	४३.	गंगाप्रसाद शर्मा	सहयोजी

मिति: २०७६।०३।२४
स्थान: बालजनजागरण आ.वि. रिसालचौर

भूमे गाउँपालिका र बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग तथा शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर, किशोरीलाई बालविवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण विद्यालयका नि.प्र.अ. श्री सजन बुढाको अध्यक्षतामा निम्नानुसार का सहभागीहरुको उपस्थितिमा सम्पन्न भयो।

उपस्थिति

१. सजन बुढा नि.प्र.अ. बा.ज. आ.वि. रिसालचौर
२. उपेन्द्र पुन शाखा प्रमुख भूमे गा.पा.
३. ललिता सुनार पोषण स्वयंसेवक भूमे गा.पा.
४, दिलकुमार रोका - शिक्षक
५, सुरेन्द्र रोका - ,,
६, हिरा वली - बालशिक्षा
७, दिपा वि.सी. - कार्यालय सहयोगी
८, नवित बुढा कक्षा - ८
९, सुमेश वली कक्षा - ७
१०, अनिल रोका कक्षा - ८
११, अविनाश ,, ,, ८
१२, कुमार ,, ,, ८
१३, उमेश विक - ,, ८
१४, वरमान रोका - ,, ८
१५, रेशम बुढा - कक्षा - ७
१६, नन्दप्रसाद वली - कक्षा - ६
१७, धनप्रसाद बुढा - कक्षा - ६
१८ सुन्दर पुन - कक्षा - ६
१९, विकास रोका - कक्षा - ६
२० विकास ,, - कक्षा - ८
२१, अनिल वली कक्षा - ८
२२, प्रकाश घर्ति कक्षा - ७
२३, रमेश वली कक्षा - ७

Tekmat 23, तेकमात डाँगी - कक्षा - ७

BK 24, विशाल के०सी० " ९

BK 25, विजय के०सी० " ९

Bhuwan 26, भुवन " " कक्षा-८

P 27, पवन वली कक्षा - ९

Vinay 28, भिमप्रकाश वली कक्षा - ७

Cm 29, चेतना बुढा कक्षा - ७

Mn 30, मनिषा वली " ८

S 31, स्वरस्वती " " ९

Khamita 32, खामेता बुढा " ८

R 33, रेखा के०सी० " ७

Mo 34, मोलेता बुढा " ७

Phul 35, फूलमाया बर्ति कक्षा ९

Sujeta 36, सुजेता वली कक्षा - ८

G 37, गायत्री " कक्षा - ८

S 38, साबेना रोका कक्षा - ७

R 39, राष्ट्रिय " कक्षा - ७

B 40, बिनेता " कक्षा - ७

S 41, सिरमाला " कक्षा - ९

P 42, प्रामेला के०सी० कक्षा - ९

B 43, भिमकुमारी " - कक्षा - ९

D 44, दिलसरी वली कक्षा - ९

M 45, मनकुमारी " कक्षा - ९

S 46, सारेता के०सी० कक्षा - ९

मिति : २०७८।०३।२८

स्थान : जनज्योति आधारभूत विद्यालय धर्मशाला

भूमे गाउँपालिका र बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग र शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयका किशोर किशोरीहरूलाई बालविवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण विद्यालयका प्र.अ. श्री नारायण बुढा को अध्यक्षता तथा ६ नं. वडा अध्यक्ष धनमान रोकाको प्रमुख आतिथ्यतामा निम्न अनुसारका सहभागीहरूको सहभागितामा सम्पन्न भयो।

उपस्थिति

१. नारायण बुढा प्र.अ. जनज्योति आ.वि. धर्मशाला
२. धनमान रोका ६ नं. वडा अध्यक्ष
३. अनिल कुमार रोका वि.व्य.स. अध्यक्ष आ.वि. धर्मशाला
४. डायमण्ड पुन शाखा प्रमुख (शिक्षा) भूमे गा.पा.
५. एलिसा सुनार पोषण स्वयंसेवक भूमे गा.पा.
६. जलसरी बुढा शिक्षक आ.वि. धर्मशाला
७. गणेश बुढा मगर शिक्षक आ.वि. धर्मशाला
८. आशिष बुढा मगर शिक्षक आ.वि. धर्मशाला
९. राहुल रोका कक्षा - ६ धर्मशाला
१०. रतन बुढा कक्षा - ६ धर्मशाला
११. चन्द्रकान्ता पुन कक्षा - ७ धर्मशाला
१२. सुकन्या पुन कक्षा - ७ धर्मशाला
१३. नविन रोका कक्षा - ७ धर्मशाला
१४. राहुल रोका कक्षा - ७ धर्मशाला
१५. समन रोका कक्षा - ७ धर्मशाला
१६. सूर्यप्रकाश पुन कक्षा - ७ धर्मशाला
१७. शान्ति रोका कक्षा - ७ धर्मशाला
१८. धर्मेन्द्र रोका कक्षा - ७ धर्मशाला
१९. अविरल रोका कक्षा - ७ धर्मशाला
२०. किरण रोका कक्षा - ६ धर्मशाला
२१. शिवभक्त रोका कक्षा - ७ धर्मशाला

Aarati	२३.	आरति	रोका	कक्षा - ८	धर्मशाला
Lanka	२४.	लङ्का	श्रेष्ठ	कक्षा - ७	धर्मशाला
Bijuli	२५.	दिव्यज्योति	पुन	कक्षा - ७	धर्मशाला
[illegible]	२६.	मानिक	रोका	कक्षा - ६	धर्मशाला
[illegible]	२७.	स्वतन्त्रोवि	रोका	कक्षा - ७	धर्मशाला
प्रतिभा	२८.	प्रतिभा	रोका	कक्षा - ८	धर्मशाला
मनपुरा	२९.	मनपुरा	रोका	कक्षा - ८	धर्मशाला
Maya	३०.	माया	नेपाली	कक्षा - ८	धर्मशाला
मनथामि	३१.	मनथामि	वि.क.	कक्षा - ८	धर्मशाला
दिविना	३२.	दिविना	रोका	कक्षा - ८	धर्मशाला
Smriti	३३.	स्मृति	रोका	कक्षा - ८	धर्मशाला
[illegible]	३४.	मेलिना	बुढा	कक्षा - ७	धर्मशाला
[illegible]	३५.	धनिमाम	घर्ति	कक्षा - ६	धर्मशाला
[illegible]	३६.	ओमा	सुनार	कक्षा - ८	धर्मशाला
[illegible]	३७.	विपना	रोका	कक्षा - ८	धर्मशाला
[illegible]	३८.	अन्जलि	नेपाली	कक्षा - ८	धर्मशाला
[illegible]	३९.	अलक्षा	सुनार	कक्षा - ७	धर्मशाला
[illegible]	४०.	राजिमाया	बुढा	कक्षा - ६	धर्मशाला
[illegible]	४१.	दिक्षिना	बुढा	कक्षा - ६	धर्मशाला
Arcs	४४.	अर्चना	बुढा	कक्षा - ६	धर्मशाला
[illegible]	४५.	समित	रोका	कक्षा - ६	धर्मशाला
[illegible]	४६.	स्वारिक्षा	बुढा	कक्षा - ७	धर्मशाला
[illegible]	४७.	शारिल	रोका	कक्षा - ७	धर्मशाला
Sachin	४८.	सचिन	श्रेष्ठ	कक्षा - ६	धर्मशाला
Bipana	४९.	विपना	सुनार	कक्षा - ६	धर्मशाला
Dalpura	५०.	दलपुरा	बुढा	कक्षा - ५	धर्मशाला
Rabika	५१.	रविका	रोका	कक्षा - ५	धर्मशाला
kiran	५२	किरण	,,	,, - ३	
[illegible]	५३.	सगम	रोका	शिक्षक	
[illegible]	५४.	सुरेन्द्र	रोका	,,	
काले	५५.	काले	रोका	सहयोगी	

मिति : २०७६।०३।२६
स्थान : जनशक्ति मा. वि. कोंडा

भूमे गाउँपालिका र बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाको आर्थिक सहयोग तथा शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा आयोजनामा विद्यालयका किशोर किशोरीहरुलाई बाल विवाह न्यूनीकरण, प्रजनन स्वास्थ्य, एवं सरसफाई र पोषण सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम विद्यालयका नि.प्र.अ. श्री कमलजंग बुढाको अध्यक्षतामा तथा भूमे गा.पा. वडा नं. ४ का वडा अध्यक्ष श्री चंखबहादुर बुढाको प्रमुख आतिथ्यतामा निम्नानुसारका सहभागीहरुको सहभागितामा कार्यक्रम सम्पन्न भयो।

उपस्थिति

1. कमलजंग बुढा नि. प्र. अ. जनशक्ति मा. वि. कोंडा
2. चंखबहादुर बुढा वडा अध्यक्ष वडा नं. ४
3. डायमनी पुन शाखा प्रमुख (शिक्षा) भूमे गा.पा.
4. एलिशा सुनार पोषण स्वयंसेवक ,, ,,
5. शोभा थापा शिक्षक जनशक्ति मा. वि. कोंडा
6. सृजिता सुनार कक्षा १०
7. प्रतिमा बुढा कक्षा १०
8. सुस्मिता बुढा कक्षा १०
9. अन्जु नेपाली कक्षा १०
10. स्मिता बुढा मगर कक्षा १०
11. सुनकुमारी बुढा मगर कक्षा १०
12. सुदिप नेपाली कक्षा ९
13. आस्मिता वि. क. कक्षा ९
14. रमिता छिताल कक्षा ९
15. पुनिता गुरुङ कक्षा - ९
16. सबिना बुढा मगर कक्षा - १०
17. पुर्णिमा बुढा मगर कक्षा - ८
18. सरस्वती बुढा मगर कक्षा - ८
19. जानिका बुढा मगर कक्षा - ९
20. मिथाना बुढा मगर कक्षा - १०
21. आशा बुढा मगर कक्षा - ९

२२.
२३. हिमा पुन मगर कक्षा - ५
२४. नमिता बुढा मगर कक्षा - ९
२५. मनिषा बुढा मगर कक्षा - ८
२६. मिरा बुढा मगर कक्षा - ८
२७. मिलन वि.क. कक्षा ९
२८. सुर्यप्रसाद बुढा मगर कक्षा ९
२९. अनुपम बुढा मगर कक्षा ९
३०. राम बुढा मगर कक्षा ९
३१. विकाश बुढा मगर कक्षा ५
३२. हरि बुढा मगर कक्षा ८
३३. शक्तिमान वि.क. कक्षा ९
३४. मनोज बुढा मगर कक्षा ९
३५. विजय बुढा मगर कक्षा ९
३६. विक्रम बुढा मगर कक्षा ८
३७. दिपेन्द्र बुढा मगर कक्षा ८
३८. निर्माण विश्वकर्मा कक्षा १
३९. भिमसेन बुढा मगर कक्षा ! ८
४०. बलमान वि.क. कक्षा : ९
४१. अर्जुन नेपाली कक्षा : ८
४२. सुवास छिलाल कक्षा : ८
२०/०३/२४ ४३. कामना बुढा मगर कक्षा : ८
४४. आशिस नेपाली कक्षा : ८
४५. निविन विश्वकर्मा कक्षा :- १०