

इसिमोड स्रोत पुस्तिका २०१७

सामुदायिक प्रशिक्षण पुस्तिका



अल्लोको मूल्य श्रृंखला अभिवृद्धि

ICIMOD

FOR MOUNTAINS AND PEOPLE



इसिमोडको बारेमा

अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र (इसिमोड) एक स्वतन्त्र पर्वतीय अध्ययन तथा ज्ञानको केन्द्र हो । यस संस्थाले हिन्दूकुश हिमालय क्षेत्रका आठ राष्ट्रहरू (अफगानिस्तान, बङ्गलादेश, भुटान, चीन, भारत, म्यानमार, नेपाल, र पाकिस्तान) र विश्वभरीको पर्वतीय समुदायलाई सेवा प्रदान गरिरहेको छ । वि.सं. २०३९ (सन् १९८३) मा स्थापना भएको इसिमोडको प्रधान कार्यालय नेपालको काठमाण्डौंमा अवस्थित छ । यस संस्थाले आफ्ना क्षेत्रीय सदस्य राष्ट्रहरू, साभेदार संस्थाहरू र दाता राष्ट्रहरूलाई विकास क्रियाकलापहरूका लागि प्रतिबद्ध भई हिन्दूकुश हिमालय क्षेत्रको भविष्य सुरक्षित राख्न एउटै साभ्ना कार्यथलोमा ल्याउने गर्दछ । यस केन्द्रलाई विशेष गरी अष्ट्रेलिया, अष्ट्रिया, नर्वे, स्विडेन, स्वीजरल्याण्ड, र क्षेत्रीय सदस्य राष्ट्रहरूका साथै अन्य तीसभन्दा बढी दातृ संस्थाहरूले सहयोग प्रदान गरेका छन् । यस केन्द्रको प्रमुख उद्देश्य आर्थिक तथा वातावरणीय हिसाबले सुदृढ पर्वतीय वातावरणीय प्रणालीको प्रवर्द्धन गर्नु र पर्वतीय जनसमुदायको जीवनस्तरमा सुधार गर्नु रहेको छ ।



ICIMOD gratefully acknowledges the support of its core donors:

The Governments of Afghanistan, Australia, Austria, Bangladesh, Bhutan, China, India, Myanmar, Nepal, Norway, Pakistan, Sweden, and Switzerland.

इसिमोड स्रोत पुस्तिका २०१७

सामुदायिक प्रशिक्षण पुस्तिका



अल्लोको मूल्य श्रृंखला अभिवृद्धि

अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र, भाद्र २०७४

प्रतिलिपि © २०१७

सर्वाधिकार अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्रमा निहित

प्रकाशक

अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र, पोष्ट बक्स नं. ३२२६, काठमाण्डौ, नेपाल

ISBN 978 92 9115 523 1 (printed)
978 92 9115 525 5 (electronic)

LCCN 2017-322008

चित्रहरू: आशाकाजी थकू

सम्पादकीय समूह

आशाकाजी थकू (नेपाली सम्पादक)

धर्मरत्न महर्जन (प्राविधिक सहयोग तथा साजसज्जा)

मुद्रण

सेवा प्रिण्टिङ्ग प्रेस, काठमाण्डौ, नेपाल

पुनरुत्पादन

शैक्षिक वा गैर-नाफामुखी प्रयोजनका लागि प्रकाशकको विशेष अनुमति विना नै यो पुस्तकको सम्पूर्ण वा केही भाग पुनरुत्पादन गर्न सकिनेछ । यसो गर्दा स्रोतको भने उल्लेख गर्नु पर्नेछ । यस पुस्तकलाई स्रोत सामग्रीको रूपमा प्रयोग गरिएका प्रकाशनहरूको एक प्रति इसिमोडलाई प्राप्त भएमा इसिमोड आभारी हुनेछ ।

इसिमोडको पूर्व लिखित स्वीकृति विना यस प्रकाशनको बिक्री वितरण वा अन्य कुनै व्यावसायिक रूपमा प्रयोग गर्न पाइने छैन ।

This publication is available in electronic form at www.icimod.org/himaldoc

Citation: ICIMOD (2017) *Community training manual: Greening of the allo product value chain in Nepali language*. ICIMOD Manual 2017. Kathmandu, ICIMOD

हिन्दूकुश हिमाली क्षेत्रमा अन्तरदेशीय भू-परिधि पहलहरू

हिन्दूकुश हिमाली क्षेत्र विविधतापूर्ण छ । यहाँका जैविक विविधता र बासस्थानबीच एक आपसमा समन्वय हुनुका साथै उपल्लो तटीय, तल्लो तटीय पारिस्थितिकीय सेवाहरूको प्रावधान सम्बन्धी बलियो अन्तरसम्बन्ध रही आएको छ । यस क्षेत्रमा विद्यमान जैविक विविधताको व्यवस्थापनार्थ क्षेत्रीय सहयोगको अपेक्षा बढेकोले जैविक विविधता महासन्धी अनुसार भू-परिधिको उपयोग र पारिस्थितिकीय प्रणालीबीच समन्वय गरीएको छ । अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र र यसका साझेदार संस्थाहरूले उक्त कार्यक्रममा समन्वय गरी सात वटा अन्तरदेशीय भू-परिधिको पहिचान गरेका छन् । जसमा, हिन्दूकुश पामीर, काराकोरम पामीर, कैलाश, सगरमाथा, कञ्चनजङ्घा, सुदूरपूर्वी हिमाल, चेरापुञ्जी र चट्गाउँहरू पश्चिमबाट पूर्वसम्म विस्तार भएका छन् । अन्तरदेशीय भू-परिधिको अवधारणा अनुसार प्राकृतिक स्रोतहरू (जैविक विविधता, चरिचरण, कृषि प्रणाली, वनजङ्गल, सिमसार तथा जलाधार) को संरक्षण तथा दीगो उपभोगका सम्भावनालाई बिचार गर्दा प्रशासनिक सीमाहरूका अतिरिक्त पारिस्थितिकीय प्रणाली अनुसार परिभाषित गर्नुपर्ने स्थिति देखिन्छ । यस दृष्टिकोणमा साँस्कृतिक संरक्षणका साथै जनसरोकारका कुराहरूलाई पनि समावेश गरिएको छ, जसबाट यस क्षेत्रमा विद्यमान स्रोत संरक्षण गर्नु पहिलो आवश्यक कदम हुन्छ, जसले यस क्षेत्रको साझेदारी, समुचित र दीगो विकास गर्न सकिनेछ ।



कैलाश पवित्र भू-परिधिका बारेमा

कैलाश पवित्र भू-परिधि संरक्षण तथा विकास पहल चीन, भारत र नेपालको सीमावर्ती क्षेत्रहरूमा कार्यान्वित एक सहकार्यमूलक कार्यक्रम हो । कैलाश पहल भौगोलिक सीमा नाघ्नुका साथै सहभागितामूलक प्रक्रिया मार्फत् अन्तरदेशीय पहलका रूपमा विकास भइरहेको छ । यो कार्यक्रममा तीनै देशका विभिन्न स्थानीय तथा राष्ट्रिय अनुसन्धान तथा विकास सम्बन्धी संस्थाहरू दीगो विकासलाई प्रोत्साहन गर्दै क्षमता तथा क्षेत्रको विकासमा कार्यरत रहेका छन् । यस कार्यक्रमका मुख्य लक्ष्यहरूमा पारिस्थितिकीय प्रणालीको दीर्घकालिन विकास तथा संरक्षणमा प्रोत्साहन गर्ने, बासस्थान र जैविक विविधताको दीर्घकालिन संरक्षण गर्ने, स्थानीय समुदायबीच साँस्कृतिक सम्बन्ध अभिवृद्धि गर्ने र प्राकृतिक स्रोतको दीगो संरक्षणमा गर्ने रहेका छन् ।

अल्लोको विषयमा केही जानकारी

अल्लोको (वानस्पतिक नाम: *Girardinia diversifolia*) (Link) Friis; अंग्रेजी नाम (Himalayan giant nettle) हो । अल्लो नेपालको पूर्वदिशि पश्चिम क्षेत्रहरूमा समुद्र सतह भन्दा १,२०० देखि ३,००० मिटरसम्म पाइने वनस्पति हो । यो वनस्पति *Urticaceae* परिवार भित्र पर्दछ । अल्लोको बोट्राबाट प्राकृतिक रेशा निकाल्न सकिन्छ र यसको रेशामा अद्वितीय बल, मिहिनता र रेशमजस्तो चमक हुन्छ । अल्लो नेपालका पहाडी क्षेत्रहरूका वनजङ्गल लगायत खेर गएका जमिनमा प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ । यो वनस्पति नेपाल बाहेक भारत, चीन, भुटानमा पनि पाइएको छ (Friis, 1981; Shrestha and Hoshion, 1998) । अल्लोको मूल्य श्रृंखला अधिकांश आर्थिक रूपमा कमजोर तथा विपन्न महिलाहरूको लागि मुख्यतया जो वनसंग निर्भर छ र थोरै जमिन भएका व्यक्तिहरूका लागि उपयोगी छ । ग्रामीण महिला तथा आर्थिक रूपमा कमजोर भएका व्यक्तिहरूले अल्लो को बोट्राबाट धागो निकाली ऊन, धागो, कपडा उत्पादन गरी स्थानीय, राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय बजारहरूमा बेच्ने गर्दछन् ।



योगदान कर्ता

अनु जोशी श्रेष्ठ^१, लिपि अधिकारी^१, आइलिन लिम्के^२, टाशी दोर्जी^१, हाइके जुन्गर-शर्मा^१, कोरिन्ना वालराय्ण^३, विजय राज सुवेदी^३, रबिन अमात्य^४, सागर रिमाल^५

विशेष आभार

रिकाष्ट टीम, वन विभागको टीम, र सभा टीम उहाँहरूको महत्वपूर्ण सुझावको लागि

उत्पादन टोली

विजय राज सुवेदी (अनुवादक)

आशाकाजी थकू^१ (सम्पादन)

धर्मरत्न महर्जन^१ (साज-सज्जा)

चित्र (Illustration)

आशाकाजी थकू^१

^१ अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र, श्रावण २०७४

^२ जर्मन सहयोग नियोग

^३ रिकाष्ट

^४ सभा

^५ वन तथा भू-संरक्षण मन्त्रालय, नेपाल सरकार



प्राक्कथन

प्राकृतिक विविधताले भरिपूर्ण कैलाश भू-परिधि क्षेत्रको जैविक विविधता र स्थानीय बासिन्दाहरूको जीविकोपार्जनमा सुधार ल्याउने उद्देश्य राखी नेपाल सरकार वन तथा भू-संरक्षण मन्त्रालय, इसिमोड, रिकाष्ट र साभेदार संस्थाहरूले स्थानीय उत्पादनहरूको पुनर्स्थापनालाई जोड दिई आएका छन् । स्थानीय सामग्री उत्पादन गर्दा प्राकृतिक स्रोतको दीगो, सरल, सहज र पारिस्थितिकीय प्रणालीलाई ध्यान दिनु आवश्यक ठानिएको छ । त्यसका निमित्त कैलाश पवित्र भूपरिधि संरक्षण तथा विकास पहलले नेपालका चार जिल्ला दार्चुला, बैतडी, हुम्ला, र बझाङ्का बासिन्दाको सीप, परिश्रम र स्थानीय स्रोत साधनको उपयोग गरी स्थानीय बासिन्दालाई नै लाभ पुऱ्याउने द्येय राखी प्राकृतिक स्रोतको संरक्षण र उपयोग गर्दै वैकल्पिक र थप आयआर्जनमा टेवा पुऱ्याउने प्रयत्न गरेको छ ।

नेपालका विभिन्न ठाउँमा पाइने अल्लो दार्चुला जिल्लाको नौगाढ गाउँपालिकामा पनि पाइन्छ । गाउँका पुरुष तथा महिलाहरूले आय-उद्यम कुनै नरहेको अवस्थामा अल्लोको बोक्रा फिक्की ऊन, धागो, कपडा उत्पादन गरी स्थानीय बजारमा बेचेर आयआर्जन गर्दै आएकोमा त्यस उद्योगलाई अझ परिष्कृत र उन्नत प्रविधि प्रयोग गरी स्तरोन्नति गराई आयआर्जनमा वृद्धि गर्ने र त्यहाँको उत्पादन अन्तर्राष्ट्रिय बजारहरूमा पुऱ्याउने यस परियोजनाको लक्ष्य रहेको छ । यस परियोजनाले अल्लो उत्पादन प्रक्रिया परिष्कृत गरी बजारको आवश्यकता परिपूर्ति गर्न गुणस्तर सामान बेच्न र उपभोक्ता तथा उत्पादकको आयवृद्धि गर्न साझा सुविधा केन्द्र स्थापना गरी सामग्रीहरूको दीगो आपूर्ति सुनिश्चित गर्ने लक्ष्य लिएको छ । यीनै विषय-बस्तुसँग सम्बन्धित विविध सामग्री समेटिएको प्रस्तुत पुस्तिका अल्लो उत्पादन, प्रशोधन एवं बजारीकरणमा संलग्न हुन चाहने सबैको लागि उपयोगी हुने विश्वास लिएको छु । प्रस्तुत पुस्तिका तयारीमा प्रत्यक्ष एवं परोक्ष योगदान दिने सबै व्यक्ति तथा संघ-संस्थालाई धन्यवाद दिदै, पुस्तिकालाई समयानुकूल परिमार्जन गर्न समेत आग्रह गर्दछु ।

धनञ्जय पौडेल

प्रमुख

वैदेशिक सहयोग समन्वय महाशाखा
नेपाल सरकार



प्राक्कथन

हिन्दुकुश हिमाली क्षेत्र अत्यन्तै विविधतापूर्ण छ । उचाईहरुमा विविधता र भिन्न जलवायुले गर्दा यो क्षेत्र जैविक विविधताले सबैभन्दा धनी क्षेत्रमध्ये पर्दछ । यस हिन्दुकुश हिमाली क्षेत्रमा जैविक स्रोतहरुको व्यवस्थापन गर्न अत्यन्त महत्वपूर्ण छ, त्यसैले इसिमोड र यसका साभेदार संस्थाहरुले पहाडी समुदायको भलाईका लागि भू-परिधि र पारिस्थितिकीय प्रणाली अंगाली यस क्षेत्रका जैविक विविधताको व्यवस्थापन गर्न कार्यक्रमहरुको साभेदारी गरेका छन् । कैलाश पवित्र भू-परिधि संरक्षण तथा विकास पहल तिन देशहरुद्वारा संयुक्त रुपमा लागू गरिएको अन्तर्राष्ट्रिय कार्यक्रम हो । जसमा, चीनको स्वशासित क्षेत्र तिब्बत, भारतको उत्तराखण्डको उत्तरपूर्वी भाग र नेपालका सुदूर पश्चिमका जिल्लाहरु पर्दछन् । यस पहलको उद्देश्य प्राकृतिक स्रोतको दीगो उपयोग र Resilience मार्फत पहाडी जनताको जीविकोपार्जनमा सुधार ल्याउनु हो । यसै सन्दर्भमा कैलाश पवित्र भू-परिधि संरक्षण तथा विकास पहल अन्तर्गत पहाडका स्थानीय Niche उत्पादनहरुको मूल्य श्रृंखलाको विकास प्रमुख गतिविधिका रुपमा पहिचान गरिएको छ ।

सुदूर पश्चिम नेपालको दार्चुला जिल्लामा पर्ने नौगाढ दुर्गम पहाडी गाउँ हो । नौगाढका समुदाय सीमित आर्थिक गतिविधिहरुसंग संघर्षरत छन् । सन् २०१४ मा कैलाश पवित्र भू-परिधि संरक्षण तथा विकास पहलले अल्लोका मूल्य श्रृंखलालाई वैकल्पिक आयआर्जनको स्रोतको रुपमा अगाडि ल्याउन खोजेको थियो । अल्लो यस क्षेत्रको Niche स्रोत भएको हुँदा समुदायको आर्थिक विकासको लागि यसको दीगो प्रयोग गर्न प्रोत्साहित गरिएको छ । अल्लो मूल्य श्रृंखला एक गरीबकेन्द्रित मूल्य श्रृंखला हो, जसले महिला र सीमान्तकृत समूहलाई मुख्य ध्यान दिएको छ ।

यो चित्र श्रृंखला समुदाय र स्थानीयस्तरका सरोकारवाला संस्थाहरुलाई अल्लोको दीगो आयआर्जनका रुपमा प्रयोग गर्ने शिक्षा दिनका लागि प्रशिक्षण सामग्रीका रुपमा प्रयोग गरिने छ । यो चित्र श्रृंखला न्यूनतम औपचारिक शिक्षा हासिल गरेका व्यक्तिहरुले समेत सजिलै प्रयोग गर्न सक्नेछन् । यो विधिबाट मानिसहरुमा जागरुकता फैलाउन, ज्ञान अभिवृद्धि गर्न प्रोत्साहन मिल्ने छ र सम्भावित मुद्दाहरुमा सक्रिय भई छलफल गर्न र सुल्झाउन उपयोगी हुनेछ भन्ने नैले विश्वास लिएको छु ।


 हेमिड मोल्लेन
 महानिर्देशक
 इसिमोड



चित्र श्रृंखला: वयस्क शिक्षाका लागि समावेशी पद्धति

चित्र श्रृंखला एक समावेशी वयस्क शिक्षा प्रशिक्षण विकास कार्यक्रममा समुदाय र अन्य स्थानीय-स्तरका सम्बन्धित संघ-संस्था तथा व्यक्तिहरूका लागि सहभागितामूलक विधि हो । यस विधिमा निम्न लिखित कुराहरू उल्लेखित छन् :

- कठिन प्राविधिक विषय र सन्देशहरूलाई स्थानीय समुदाय, गैर-सरकारी कर्मचारी, सम्बन्धित संस्थाका व्यक्तिहरू कार्यक्षेत्रमा रहँदा सरल रूपमा बुझाउन मद्दत गर्दछ ।
- सहभागीहरूलाई सक्रिय छलफलमा व्यस्त रहन सहयोग गर्दछ ।
- सहभागीहरूको बिचार प्रक्रियालाई उजागर गरी निर्देश गर्दछ ।
- यो सहभागी तथा प्रशिक्षकका लागि एउटा सघन प्रक्रिया हो, जसले तालीमको विषयमा नयाँ अन्तर्दृष्टि प्रदान गर्दछ ।
- यो सामग्री स्थानीय अधिकारी या सरकारी या गैर-सरकारी संस्थाका पर्याप्त ज्ञान भएका क्षेत्रगत कर्मचारीहरूले उपयोग गर्न सक्दछन्, जो सरकारी वा गैर-सरकारी संस्थामा सेवा गर्दछन् साथै आफ्नो विषयमा पर्याप्त ज्ञान हाँसिल गरेका छन् ।



यो पुस्तिका कसरी प्रयोग गर्ने?

लक्षित समूह: समुदायका सदस्यहरु, स्थानीय निकाय तथा अल्लो सामग्रीमा काम गरिरहेका सहकारीहरु । सहभागीहरुको आदर्श संख्या २० देखि ३०, यदि समय दुई गुणा बढाउन सकेमा ६० जनासम्म सहभागी समायोजित हुन सक्छन् ।

उद्देश्य: यो पुस्तिकाको उद्देश्य स्वस्थ वातावरण र सुधारिएको उत्पादन बीचको सम्बन्ध र अल्लोका सामग्रीहरुको बजारबारे सहभागीहरुलाई बुझ्न मद्दत गर्नु हो ।

अवधि: १.५ घण्टादेखि २ घण्टासम्म

प्रशिक्षण सफल बनाउनु कठिन कार्य हो, यसको सफलता तपाईंले प्रशिक्षकको रूपमा कसरी समुदायका सदस्यहरुलाई सम्बोधन गर्नुहुन्छ भन्ने कुरामा निर्भर गर्छ र यो प्रशिक्षक, प्रशिक्षार्थी, समुदायका सदस्यको सक्रियतामा निर्भर गर्दछ ।

प्रशिक्षणका लागि सामान्य नियम

१. विना अवरोध खुलेर आफ्ना दृष्टिकोणहरु व्यक्त गर्न मौका दिनुहोस् ।
२. महिला र कम बोल्ने स्वभावका सहभागीहरु निस्क्रिय रहन सक्छन् । त्यस्ता व्यक्तिहरुको दृष्टिकोणलाई प्राथमिकता दिनुपर्दछ ।
३. प्रत्येक सहभागीका कुराहरुलाई ध्यानपूर्वक सुन्नुहोस् र उनीहरुका हरेक जवाफहरु महत्वपूर्ण छन् भन्ने भावना प्रदान गर्नुहोस् ।
४. कुनै जवाफ गलत हुँदैन ।

अल्लोको मूल्य श्रृंखला अभिवृद्धि गराउने सम्बन्धी प्रभावकारी तथा सफल प्रशिक्षण सत्रका तीन भाग निम्न अनुसार छन् :

१. तयारी
२. प्रशिक्षण सञ्चालन
३. मूल्याङ्कन



सत्र योजना

तयारी

प्रशिक्षणका लागि उचित स्थान चयन गर्नुहोस् । अर्धगोलाकार बस्ने कुरीको प्रबन्ध गर्नुहोस् । सहभागीहरूलाई स्थान, मिति, समयकाबारेमा राम्रोसँग अग्रिम जानकारी दिनुहोस् । प्रशिक्षण समयमा चित्र हेर्न पर्याप्त उज्यालोको सुनिश्चितता गर्नुहोस् । महिला सहभागीहरूलाई हौसला दिनुहोस् । सबै प्रशिक्षणका लागि चाहिने सामग्रीहरू जम्मा गरी आफ्नो परिचय दिनुहोस्, चित्रहरू क्रमवद्ध रूपमा मिलाउनुहोस् ।

प्रशिक्षण सत्र सञ्चालन

प्रथम चरण: स्थानीय नेता/वा साभेदार व्यक्तिहरूद्वारा शुरुवात गर्नुहोस् । व्यक्तिगत परिचय, विशेष क्षेत्र र आफ्नो भ्रमणकोबारेमा एक रोचक कहानी बताएर न्यानो र सकारात्मक वातावरणको सिर्जना गर्नुहोस् ।

दोस्रो चरण: एक स्वयम्सेवकको चयन गर्नुहोस् र अगाडि आउन अनुरोध गर्नुहोस् । स्वयम्सेवकलाई पहिलो चित्र लिई सहभागीहरूलाई प्रदर्शन गर्न आग्रह गर्नुहोस् । देखाइएको चित्र सबै सहभागीले देख्ने सुनिश्चित गर्न आवश्यक परे, वरपर घुम्दै प्रदर्शन गर्न आग्रह गर्नुहोस् । सबै सहभागीहरूले राम्रोसँग चित्र देखेका छन् भन्ने सुनिश्चितताका लागि समय दिनुहोस् । हतार नगर्नुहोस् ।

सम्भन्नाका लागि

तपाईंले नै चित्र देखाएमा उत्तम मानिने छ । किनकी तपाईंलाई यस प्रशिक्षण पुस्तिकाको मार्गदर्शन, प्रशिक्षणको गति र छलफलका विषयमा धेरै निर्देशन दिन सक्नुहुन्छ । प्रशिक्षार्थीलाई तपाईंले चित्र देखाइसकेपछि बोल्ने मौका दिनुहोस् ।



तेस्रो चरण: प्रश्न सोध्नुहोस् : तपाईं चित्रमा के देख्नुहुन्छ ?

सहभागीहरुलाई चित्रमा रहेको विषय-बस्तुको बारेमा छलफल र व्याख्या गर्नका लागि प्रोत्साहन गर्नुहोस् तर चित्रसंग सम्बन्धित अर्थ र कथाहरु नभन्नुहोस् । सहभागीहरुले चित्रको व्याख्या गर्दै जाँदा त्यहाँ कुनै गलत जवाफ हुँदैनन् । सहभागीहरुलाई चित्रको व्याख्या गर्दा गलति गर्दै हुनुहुन्छ भन्ने महसुस हुन नदिनुहोस् । यदि सहभागीले उचित उत्तर नदिइमा अन्य प्रश्न सोधेर छलफललाई अगाडि बढाउनुहोस् । सहभागीहरुलाई आफ्नो दृष्टिकोण राख्न प्रोत्साहन गर्नुहोस् । कुनै समयमा पनि चित्रको वर्णन वा व्याख्या सहभागीहरुसंग नगर्नुहोस् ।

चौथो चरण: यदि सहभागीहरु र तपाईं चित्रहरुको विवरणसंग सन्तुष्ट हुनुहुन्छ भने निर्देशन पुस्तिकाको मार्गदर्शन र सुझाव अनुसार अर्को चित्र लिनुहोस् ।

पाँचौ चरण: पहिलो विषयका सबै चित्रहरु देखाइसकेपछि सहभागीहरुलाई चित्रहरुको आधारमा कथा बनाउन आग्रह गर्नुहोस् । सबै सहभागीले सम्बन्धित विषयका उद्देश्य र सन्देशहरु बुझ्नु भएको सुनिश्चितता गर्नुहोस् । त्यसपछि मात्र अर्को विषयमा जान सकिने छ ।

छैठौ चरण: कृपया यो याद गर्नुहोस् कि तपाईं चित्र क्रमसन्दर्भमा लचिलो हुन सक्नुहुन्छ । तपाईं कुनै पनि समयमा पहिले प्रदर्शन गरे को चित्रमा जान सक्नुहुन्छ, सहभागीहरुलाई चित्रको क्रम मिलाउन लगाउन सक्नुहुन्छ वा प्राथमिकता क्रम मिलाउन अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ । परिस्थिति अनुसार अनुकूलता मिलाउनुहोस् । चित्रहरु र्खेलाउनुहोस् र अरु सहभागीहरुलाई पनि चित्रसँग घुलमिल हुन दिनुहोस् ।

जस्तै: उदाहरणका लागि चित्रका क्रमहरु भंग गर्न दिनुहोस् । नयाँ र राम्रा चित्रहरु बनाउन लगाउनुहोस् । जसमा स्वयम्सेवकहरुबाट सहयोग लिनुहोस् ।

मूल्याङ्कन: सत्रको अन्त्यमा सहभागीहरुले सम्बन्धित विषय बुझेका छन् कि छैनन भन्ने पता लगाउन प्रश्नहरु सोध्नुहोस् । तालीम सामग्री तथा तालीम सत्रबारेको रायसुझाव संकलन गर्नुहोस् । संकलित राय सुझावको नोट तयार गर्नुहोस् र आगामी सत्रमा ती पृष्ठपोषणलाई समावेश गर्ने प्रयास गर्नुहोस् ।



विषय-सूची

प्राक्कथन	ड
प्राक्कथन (इसिमोड)	च
चित्र श्रृंखला	छ
यो पुस्तिका कसरी प्रयोग गर्ने?	ज
सत्र योजना	झ
१. परिचय	१
२. अल्लो बोक्राको प्रशोधन	३
३. अल्लोबाट बनेको ऊनको प्रशोधन	५
४. अल्लोबाट उत्पादित सामग्रीहरूको बजारीकरण	७
५. सामुदायिक समूह मार्फत सुधारिष्ठको अल्लो मूल्य श्रृंखला	९
६. दीगो कटाई	११
७. अल्लो मूल्य श्रृंखला	१३
चित्रहरूको सारांश	१५





सम्झनु पर्ने

भाग १: परिचय

उद्देश्य

सहभागीहरूलाई अल्लोको विषयमा जानकारी प्रदान गर्ने ।

सन्देशहरू

- अल्लो यस्तो वनस्पति हो, जसका बोक्राबाट प्राकृतिक रेशा निस्कन्छ ।
- यो वनस्पति नेपालका पहाडी क्षेत्रमा समुद्र सतहबाट १,००० मिटरदेखि ३,००० मिटरसम्मको उचाईमा पाइन्छ ।
- अल्लोका बोक्राबाट निकालिएको धागोबाट विभिन्न सामग्रीहरू बनाउन सकिन्छ, जस्तै: भरियाले सामान बोक्न प्रयोग गरिने नाठलो, माछा मार्ने जालो, भोला, कपडा आदि ।
- अल्लोको रेशाबाट बनेका विभिन्न सामग्रीहरू बजारमा बेचिन्छ ।

चित्रहरू



!



@



#



\$



%

चित्रहरूको सूचक

१. अल्लोको बोट ।
२. अल्लो उत्पादन हुने पहाडी भू-परिधि ।
३. महिलाहरूले अल्लोको डाँठबाट बोक्रा निकाल्दै ।
४. काठमाडौंको हस्तकला पसल ।
५. गाउँको स्थानीय बजार ।



सम्झनु पर्ने

भाग २: अल्लो बोक्राको प्रशोधन:

उद्देश्य

सहभागीहरुलाई अल्लोको बोक्राको प्रशोधनका विभिन्न चरणहरुबारे बुझाउनु ।

सन्देशहरु

- अल्लोको बोक्राको प्रशोधनका विभिन्न चरणहरु हुन्छन् ।
- उच्चस्तरको अल्लोको धागो उत्पादन गर्न प्रत्येक चरणहरु महत्वपूर्ण छन् । ती चरणहरु निम्नानुसार छन्:
 - अल्लो वनस्पतिको कटाइ तथा संकलन ।
 - अल्लोको डाँठबाट बोक्रा निकाल्ने ।
 - चिसो पानीमा २४ घण्टा भिजाउने । पानी उमाल्नु भन्दा पहिला अल्लो पकाएको भाँडोमा खरानी राख्ने ।
 - अल्लो बोक्रालाई ३ घण्टासम्म उमाल्ने ।
 - बोक्रा पानीमा धुने र सेतो कमेरो माटोमा भिजाउने ।
 - कमेरो माटोमा भिजेको बोक्रा घाममा सुकाउने ।
- सुधारिएकोचुल्हो प्रयोग गर्नुहोस्, जसमा दाउराको खपत कम हुन्छ । अल्लोको रेशा सजिलोसँग निकाल्न कास्टिक सोडाको सट्टा खरानीको प्रयोग गर्नुहोस्, जसले गर्दा पानी प्रदूषण हुँदैन ।
- प्रशोधन नगरेको बोक्रा स्थानीय बजारमा मात्र बेच्न सकिने हुँदा राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा बेच्न राम्रो प्रशोधनको आवश्यकता पर्दछ ।

चित्रहरू



^



*



!!



!@



#



(



!!s



&



!)

चित्रहरूको सूचक

६. अल्लोको डाँठ मंसिरदेखि माघसम्म काट्न सकिन्छ ।
३. महिलाहरूले अल्लोको डाँठबाट बोक्रा निकाल्दै ।
७. अल्लोको बोक्रा चिसो पानीमा भिजाउँदै ।
८. महिलाले पानीमा खरानी मिसाउँदै ।
९. काष्ठिक सोडाको प्रयोग नगर्ने ।
१०. सुधारिष्ठको चुल्होमा अल्लोको बोक्रा उमाल्दै ।
११. महिलाहरूले पाकेको अल्लोको बोक्रा नदीमा धुँदै
- ११क. सेतो कमेरो माटोमा भिजाउँदै ।
१२. अल्लोका बोक्रा घाममा सुकाउँदै ।



सम्झनु पर्ने

भाग ३: अल्लोबाट बनेको ऊनको प्रशोधन

उद्देश्य

सहभागीहरूले धागोको गुणस्तर र स्तर सुनिश्चित गर्नका लागि विभिन्न प्रक्रियाहरूको महत्व बुझ्नु ।

सन्देशहरू

- अल्लोको प्रशोधनमा धेरै चरणहरू छन् ।
- उच्चस्तरको धागो उत्पादन गर्न हरेक चरणहरू महत्वपूर्ण छन् ।
- प्रशोधन चरणहरू यस प्रकारका छन् :
 - पकाएको अल्लोको बोक्राबाट अल्लो ऊन छुट्याउनु
 - अल्लो ऊनबाट धागो काट्नु ।
 - धागोबाट कपडा बुन्नु ।
 - अल्लोको धागोबाट बुनाई तथा सिलाई गरी विभिन्न सामग्री उत्पादन गर्नु ।
- अल्लोको धागोमा सुधार गर्न आधुनिक खुट्टे चर्खाको प्रयोग गर्नु ।
- अल्लोको उच्चस्तरीय सामग्री बनाउन कताई, बुनाई, सिलाई राम्रो प्रविधि प्रयोग गरेर गर्नुपर्दछ ।
- सबै उत्पादन एकै प्रकारको देखिनु पर्दछ ।
- सबै सामग्रीहरू लामो समयसम्म उत्पादन हुनुपर्दछ र डिजाइनमा पनि राम्रो हुनुपर्दछ ।
- राम्रोसँग बनेको अल्लोको सामग्री स्थानीय बजारभन्दा राष्ट्रिय बजारमा धेरै मूल्यमा बिक्री हुन्छन् ।
- मूल्य श्रृंखलाले प्राकृतिक स्रोतदेखि उत्पादन र बजारीकरणको विकाससम्म आइपुग्दा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ ।

चित्रहरू



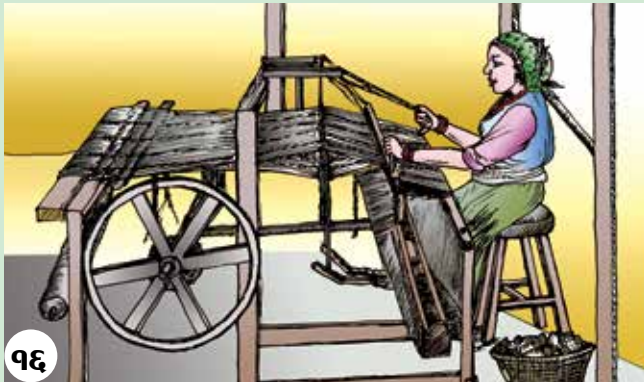
१३



१८



१५



१६



१७



१८



८



१२

चित्रहरूको सूचक

- १३. अल्लोको बोक्रा पकाएपछि महिलाहरुले बोक्राबाट ऊन निकाल्दै ।
- १४. महिलाहरुले अल्लोको धागोको कताई गर्दै ।
- १५. आधुनिक खुट्टेचर्खाबाट महिलाले धागो काट्दै ।
- १६. महिलाले तानमा कपडा बुन्दै ।
- १७. महिलाहरुले अल्लोको धागोबाट कुरुषको सहयोगले सामग्री बुन्दै ।
- १८. महिलाहरुले अल्लोका विभिन्न सामग्री बनाउन लुगा सिउने मेसिन प्रयोग गर्दै ।
- ८. काठमाडौंको हस्तकला पसल ।
- १२. अल्लो तयारी तथा प्रशोधन श्रृंखला ।



सम्झनु पर्ने

भाग ४: अल्लोबाट उत्पादित सामग्रीहरूको बजारीकरण

उद्देश्य

सहभागीहरूले अल्लोको बजार, माग र उच्च गुणस्तरका सामग्रीको महत्व बुझ्नु ।

सन्देशहरू

- विशिष्ट उत्पादन सामग्रीका लागि विभिन्न प्रकारका बजारको आवश्यकता पर्दछ ।
- उत्पादित सामग्रीको उचित प्याकेजिङ्ग र ब्राण्डिङ्गले पसलको साहु र उपभोक्ताहरूलाई उत्पादित सामग्री र यसको गुणस्तरको बारेमा थाहा दिन्छ ।
- उच्च गुणस्तरका ब्राण्डका सामान बेच्ने पसले र उपभोक्ताहरूले उच्च मूल्य तिर्न पनि तयार हुन्छन् ।
- उत्पादनहरू उच्च मूल्यमा बिक्री हुँदा उत्पादकहरूको आयमा पनि बृद्धि हुन्छ ।
- साभा सुविधा केन्द्रले अल्लोका सामग्रीहरूको दीगो आपूर्ति सुनिश्चित गर्न सक्छ ।

चित्रहरू



चित्रहरूको सूचक

- ५. महिलाले गाउँमा अल्लोको सामग्री बिक्री गर्दै ।
- २०. विभिन्न किसिमका सामानहरु राखिएको पसल ।
- ८. काठमाडौंको हस्तकला पसल ।
- २१. अल्लोको सामग्रीहरुको प्याकेजिङ्ग ।
- २२. “Kaliash-Truly Sacred” ब्राण्ड ।
- २३. मानिसहरु बैंकमा पैसा जठ्ठा गर्दै ।



सठभनु पर्ने

भाग ५: सामुदायिक समूह मार्फत् सुधारिएको अल्लो मूल्य श्रृंखला

उद्देश्य

सहभागीहरूले स्वयम् सहायता समूहको गठन गरी मूल्य श्रृंखला विश्लेषण र सामूहिक मोलतोलका नियम र फाइदा बुझ्न सक्षम हुनु ।

सन्देशहरू

- अल्लो सामुदायिकले समूहले समुदायका सदस्यको काम अझ राम्रो गर्न र धेरै सामग्री उत्पादन गर्न मद्दत मिल्छ ।
- सामुदायिक सुविधा केन्द्र यस्तो ठाउँ हो, जहाँ सबै सदस्यहरू एकै समूहमा र एकै ठाउँमा काम गर्न सक्दछन् ।
- अल्लो सामुदायिक समूहको प्रशिक्षणले सामग्रीहरूको गुणस्तरमा सुधार ल्याउनेछ ।
- समूहमा सदस्यहरूको विभिन्न कौशल, जिम्मेवारी र भूमिका रहन्छ ।
- सदस्यहरू एकआपसमा आदर भरोसा गरी राम्रो व्यवस्थापन गर्न सकेमा द्वन्द्व कम हुन्छ ।
- समूहका सबै सदस्यहरूले एउटै उद्देश्यका साथ समान नियमको सुनिश्चतता गर्दछन् ।
- समूह र सहकारीको गठनले वित्तीय संस्थाहरूमा राम्रो पहुँच प्रदान गर्दछ ।

चित्रहरू



२८



२९



३०



३१



३२



३३



३०

चित्रहरूको सूचक

२८. अल्लो सामुदायिक समूहका सदस्यहरूबीच भरोसा ।
२९. अल्लो सामुदायिक सदस्यहरूले विभिन्न कार्यहरू सफलदै ।
२६. अल्लो सामुदायिक समूहबीच नियम निर्माण र छलफल ।
३०. अल्लोका सामुदायिक समूहबीच द्वन्द ।
३१. सामुदायिक सुविधा केन्द्र ।
३२. अल्लो सामुदायिक समूहले बैंकबाट ऋण लिँदै ।
३३. प्रशिक्षकले अल्लो सामुदायिक समूहलाई प्रशिक्षण दिँदै ।



सम्झनु पर्ने

भाग ६: दीगो कटाई

उद्देश्य

अल्लोको दीर्घकालिन उपलब्धता सुनिश्चित गर्नका लागि दीगो कटाईको महत्व र आवश्यकता बुझ्नु ।

सन्देशहरू

- यस वनस्पतिको दोहन लामो अवधिसम्म रहेमा यसको उपलब्धतामा असर पर्नेछ र समूहका सदस्यहरूको आयमा रोकावट आउन सक्नेछ ।
- दीगो कटाईको सुनिश्चितता गर्ने उपायहरू:
 - अल्लो कटाई मंसीरदेखि माघसम्म मात्र गर्ने ।
 - अल्लोको विरुवामा धेरै डाँठहरू पलाएका छन् र राम्रो धागो निस्कन सक्ने छैन भने बीऊ उत्पादनको लागि छोड्नुहोस् ।
 - सजिलोसँग डाँठ काट्ने धारिलो औजारको प्रयोग गरी जमिनबाट ३-४ इन्च माथि छोडी छड्के गरी काट्ने ।
 - अल्लो विरुवा कहिल्यै पनि जराबाट नउस्केल्नुहोस् ।
 - अल्लो जंगलमा वृक्षारोपण गरी गाईबस्तु, भेडाबाख्राहरूलाई चरिचरनका लागि छोडेमा अल्लो उत्पादन राम्रो हुने देखिन्छ ।
 - अल्लोको सामुदायिक समूह बनाई, यसले बनाएका नियमहरूको पालना गर्नुहोस् ।

चित्रहरू



६



३९



३२



३३



३८



३५



२६

चित्रहरूको सूचक

- ६. अल्लो कटाई मंसिरदेखि माघसम्म
- ३९. पातला डाँठ भएका र धेरै हाँगा भएका अल्लो नकाट्नुहोस् ।
- ३२. मोटो डाँठ र थोरै हाँगा भएका अल्लोको बोट मात्र काट्नुहोस् ।
- ३३. परिपक्व अल्लोको डाँठ धारिलो चक्कूले जमिनभन्दा ३-४ इञ्चमाथि पञ्जाको प्रयोग गरी काट्नुहोस् ।
- ३८. अल्लोको जरा नउखेल्नुहोस् ।
- ३५. अल्लो विरुवाका वरिपरि अल्लोका पातहरू गाडिदिनुहोस् ।
- २६. अल्लो सामुदायिक समूहबीच नियम निर्माण र छलफल ।



सम्झनु पर्ने

भाग ७: अल्लो मूल्य श्रृंखला

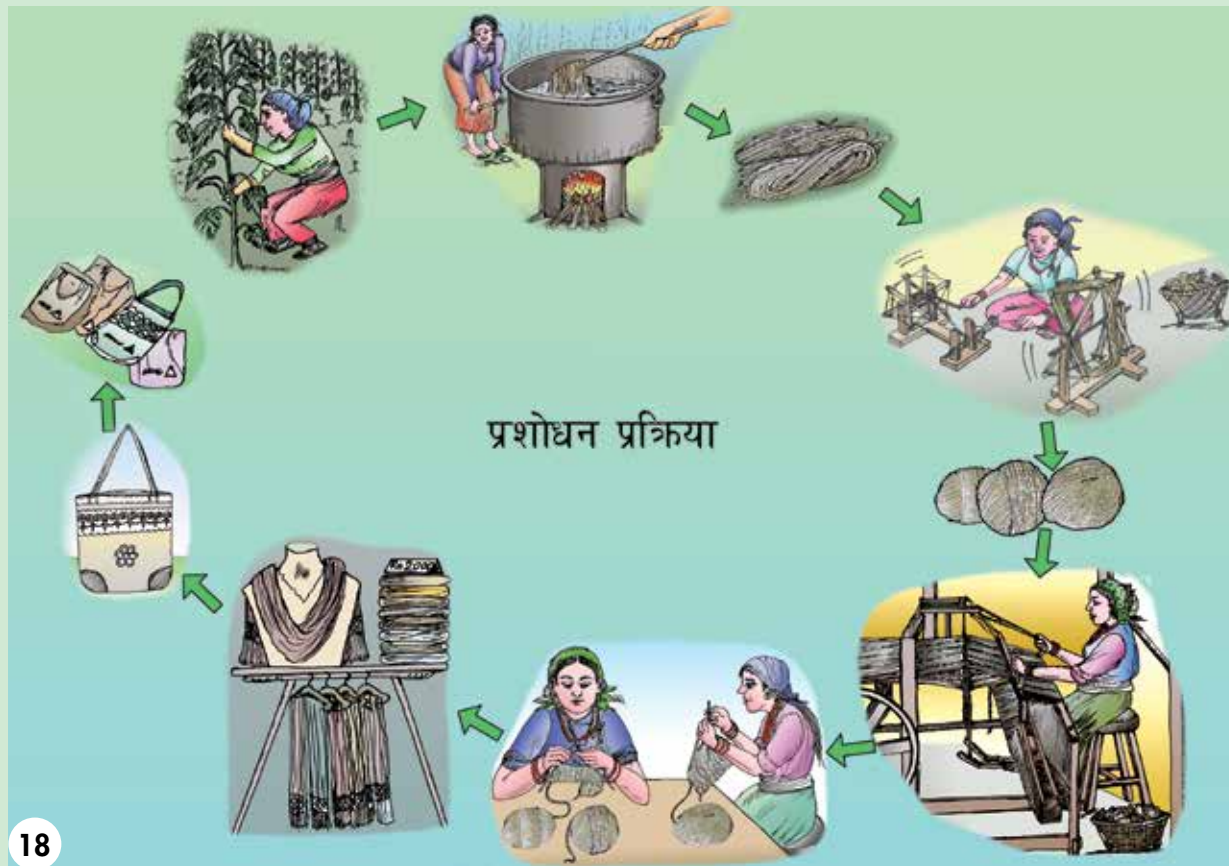
उद्देश्य

सहभागीहरूले अल्लो मूल्य श्रृंखलाको लाभ बुझ्नु ।

सन्देशहरू

- अल्लो मूल्य श्रृंखलाले यसको प्राकृतिक स्रोतदेखि प्रशोधन, सामान उत्पादन र स्वपत प्रक्रियासम्मको बाटो निर्देश गर्दछ ।
- हरेक सामग्रीहरू एक श्रृंखला मार्फत् मूल्य अभिवृद्धि हुँदै जान्छन् र उपभोक्ता माथ पुग्दछन् ।
- उपभोक्ता माथ पुग्नु अघि नै हरेक उत्पादित सामग्रीहरू एक श्रृंखला मार्फत् मूल्य अभिवृद्धि हुँदै जान्छन् ।
- मूल्य श्रृंखलाका लगानीहरूले विभिन्न स्रोत व्यक्ति र श्रम समावेश गर्दछ ।
- समुदाय समूह गठन प्रक्रियाले गुणस्तरमा सुधार गर्न मद्दत गर्दछ ।
- मूल्य श्रृंखलामा आवद्ध भएका सबै सरोकारवाला व्यक्तिहरूलाई परिभाषित गर्दछ र सबैको कार्य सुनिश्चित गर्दछ ।
- सबै सरोकारवाला व्यक्तिहरूले एकै उद्देश्य र नियमको पालना गर्नुपर्दछ ।
- नियमित रूपमा परिवर्तन निरीक्षण गर्नुहोस् ।

चित्रहरू

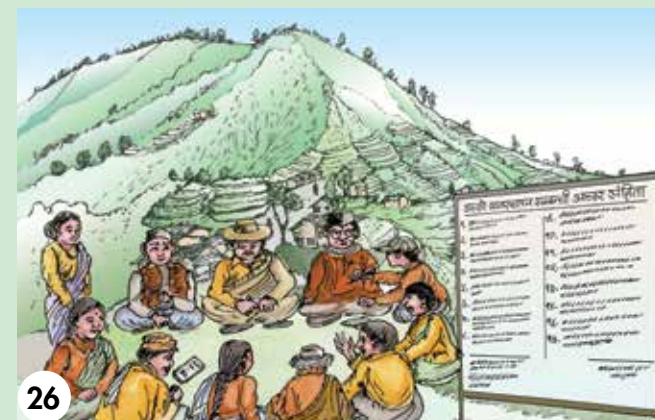


18



चित्रहरूको सूचक




- १८. अल्लोको तयारी र प्रशोधन श्रृंखला ।
- २८. सामुदायिक सुविधा केन्द्र ।
- २४. अल्लो सामुदायिक समूहकाबीच विश्वास ।
- २६. अल्लो सामुदायिक समूहबीच नियम निर्माण र छलफल ।





चित्रहरूको सारांश

नं.	चित्रहरू	चित्रहरूको सूचक
१		अल्लोको बोट ।
२		अल्लो उत्पादन हुने पहाडी भू-परिधि ।
३		महिलाहरूले अल्लोको डाँठबाट बोक्रा निकाल्दै ।
४		काठमाडौंको हस्तकला पसल ।
५		गाउँको स्थानीय बजार ।

नं.	चित्रहरू	चित्रहरूको सूचक
६		अल्लोको डाँठ मंसिरदेखि माघसम्म काट्न सकिन्छ ।
७		अल्लोको बोक्रा चिसो पानीमा भिजाउँदै ।
८		महिलाले पानीमा खरानी मिसाउँदै ।
९		काष्ठिक सोडाको प्रयोग नगर्ने ।
१०		सुधारिएको चुल्होमा अल्लोको बोक्रा उमाल्दै ।



चित्रहरूको सारांश






नं.	चित्रहरू	चित्रहरूको सूचक
११		महिलाहरूले पाकेको अल्लोको बोक्रा नदीमा धुँदै ।
११क		सेतो कमेरो माटोमा भिजाउँदै ।
१२		अल्लोका बोक्रा घाममा सुकाउँदै ।
१३		अल्लोको बोक्रा पकारपछि महिलाहरूले बोक्राबाट ऊन निकाल्दै ।
१४		महिलाहरूले अल्लोको धागो को कताई गर्दै ।

नं.	चित्रहरू	चित्रहरूको सूचक
१५		आधुनिक खुट्टे चर्खाबाट महिलाले धागो काल्दै ।
१६		महिलाले तानमा कपडा बुन्दै ।
१७		महिलाहरूले अल्लोको धागोबाट कुरुषको सहयो गले सामग्री बुन्दै ।
१८		महिलाहरूले अल्लोका विभिन्न सामग्री बनाउन लुगा सिउने मेसिन प्रयोग गर्दै ।
१९		अल्लो तयारी तथा प्रशोधन श्रृंखला ।



चित्रहरूको सारांश

नं.	चित्रहरू	चित्रहरूको सूचक
२०		विभिन्न किसिमका सामानहरू राखिएको पसल ।
२१		अल्लोको सामग्रीहरूको प्याकेजिङ्ग ।
२२		“Kaliash- Truly Sacred ” ब्राण्ड ।
२३		मानिसहरू बैंकमा पैसा जम्मा गर्दै ।
२४		अल्लो सामुदायिक समूहका सदस्यहरूबीच भरोसा ।

नं.	चित्रहरू	चित्रहरूको सूचक
२५		अल्लो सामुदायिक सदस्यहरूले विभिन्न कार्यहरू सफल गर्दै ।
२६		अल्लो सामुदायिक समूहबीच नियम निर्माण र छलफल ।
२७		अल्लोका सामुदायिक समूहबीच द्वन्द ।
२८		सामुदायिक सुविधा केन्द्र ।
२९		अल्लो सामुदायिक समूहले बैंकबाट ऋण लिँदै ।



चित्रहरूको सारांश

नं.	चित्रहरू	चित्रहरूको सूचक
३०		प्रशिक्षकले अल्लो सामुदायिक समूहलाई प्रशिक्षण दिँदै ।
३१		पातला डाँठ भएका र धेरै हाँगा भएका अल्लो नकाट्नुहोस् ।
३२		मोठो डाँठ र थोरै हाँगा भएका अल्लोको बोट मात्र काट्नुहोस् ।
३३		परिपक्व अल्लोको डाँठ धारिलो चक्कूले जमिनभन्दा ३-४ इन्चमाथि पञ्जाको प्रयोग गरी काट्नुहोस् ।
३४		अल्लोको जरा नउखेल्नु होस् ।

नं.	चित्रहरू	चित्रहरूको सूचक
३५		अल्लो विरुवाका वरिपरि अल्लोका पातहरू गाडिदिनुहोस् ।



© ICIMOD 2017

International Centre for Integrated Mountain Development

GPO Box 3226, Kathmandu, Nepal

Tel +977 1 5003222 **Fax** +977 1 5003299

Email info@icimod.org **Web** www.icimod.org

ISBN 978 92 9115 523 1