

इसिमोड स्रोत पुस्तिका २०१८/२ (नेपाली)

सामुदायिक प्रशिक्षण पुस्तिका



वातावरण मैत्री मह र चिउरी उत्पादन मूल्य श्रृंखला

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 काठमाण्डौमा 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 साझा 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 ।



इसिमोड यसका मुख्य दाताहरूको सहयोगको लागि कृतज्ञता व्यक्त गर्दछ
अफगानिस्तान, अस्ट्रेलिया, अस्ट्रिया, बङ्गलादेश, भुटान, चीन, भारत, म्यानमार, नेपाल,
नर्वे, पाकिस्तान, स्विडेन, र स्विजरल्याण्ड ।

इसिमोड स्रोत पुस्तिका २०१८/२ (नेपाली)

सामुदायिक प्रशिक्षण पुस्तिका



वातावरण मैत्री मह र चिउरी उत्पादन मूल्य श्रृंखला

अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र, फागुण २०७४

प्रतिलिपि सर्वाधिकार © २०१८

अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्रमा निहित

प्रकाशक

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

ISBN 978 92 9115 589 7 (printed)
978 92 9115 590 3 (electronic)

LCCN 2018-305030

लेखकहरू

उमा प्रताप^१, इस्माइल मुहम्मद^१, ताशी दोर्जी^१,
कोरिना वाल्न्याप^२, हेकी जुङ्गर-शर्मा^३, आइलिन लेम्की^३

पुनरावलोकन

सागर रिमाल, यादव उप्रेती
लक्ष्मी दत्त भट्ट, जनिता गुरुङ्ग, सुदास शर्मा

चित्रहरू: पिटर लेप्चा^३

सम्पादकीय समूह

भव थामी (अनुवादक),
धर्मरत्न महर्जन (प्राविधिक सहयोग तथा साजसज्जा)

१. अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र

२. Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ)

३. स्वतन्त्र चित्रकार

विशेष धन्यवाद

केन्द्रीय हिमाली पर्यावरण संघ (CHEA), पंकज तिवारी र चिउरी मह
मूल्य श्रृंखलाको प्रबर्धनको लागि कार्यरत फिल्ड (स्थलगत) कर्मचारी, र
पाकिस्तान आगाखान ग्रामीण सहायता कार्यक्रमको टोली; सागर कु.
रिमाल, वन तथा भू-संरक्षण मन्त्रालय, नेपाल सरकार ।

मुद्रण तथा वाइण्डिङ

क्वालिटी प्रिन्टिङ्ग प्रेश (प्रा.) लि., 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 प्रयोग गर्न पाइने छैन

यस पुस्तिकामा प्रस्तुत विचार र विश्लेषण यसका लेखकहरूका निजी हुन् । यी
विचार र विश्लेषण इसिमोडसंग सम्बन्धित छैनन् र कुनै पनि देश, क्षेत्र, शहर
वा यसको मातहतमा रहेको कुनै पनि क्षेत्रको कानूनी हैसियतसंग सम्बन्धित, वा
यसको सीमाको हदबन्दी, अथवा कुनै पनि उत्पादनको अनुमोदनसंग सम्बन्धित
अभिव्यक्तिको अर्थमा प्रस्तुत गरिएको छैन । यो प्रकाशन निम्न लिङ्कमा विद्युतीय
ढाँचामा पनि उपलब्ध छ । www.icimod.org/himaldoc

उद्धरण: इसिमोड (२०१८) वातावरण मैत्री मह र चिउरी उत्पादन मूल्य श्रृंखला:
सामुदायिक प्रशिक्षण पुस्तिका । इसिमोड स्रोत पुस्तिका २०१८/२ (नेपाली),
काठमाण्डौ: इसिमोड ।



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 गरेको 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 चटगाउँहरू 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

चीनको स्वशासित क्षेत्र तिब्बतको दुर्गम् दक्षिण-पश्चिमी क्षेत्र, त्यस सँगै जोडिएका नेपालका सुदूरपश्चिमी जिल्लाहरू र उत्तरी भारतको उत्तराखण्ड राज्यको उत्तरपूर्वी किनारमा अवस्थित कैलाश पवित्र भूपरिधि (KSL) लगभग ३९,००० वर्ग कि.मी. क्षेत्रमा फैलिएको छ । यसले एक विविधतायुक्त, बहु-सांस्कृतिक र कमजोर भू-परिधिको प्रतिनिधित्व गर्दछ । कैलाश पवित्र भू-परिधि संरक्षण तथा विकास पहल (KSLCDI) चीन, भारत र नेपालबीचको एक अन्तरदेशीय सहकार्यमूलक कार्यक्रम हो, जुन यी देशहरूका विभिन्न स्थानीय तथा राष्ट्रिय अनुसन्धान र विकास संस्थाहरूको सहभागिता मूलक, अन्तर्क्रियात्मक प्रक्रियाबाट निर्माण गरिएको छ । यस कार्यक्रमको उद्देश्य दीगो विकासलाई बढावा दिने, भू-परिधिमा समुदायको रेसिलियन्स वृद्धि गर्ने र स्थानीय जनमानस बीचको सांस्कृतिक सम्बन्धलाई सुरक्षित राख्दै पर्यावरणीय प्रणाली, बासस्थान र जैविक विविधताको दीर्घकालीन संरक्षण गर्नु हो ।

चिउरीको बारेमा

“इन्डियन बटर ट्री” को नामले चिनिने चिउरी कैलाश पवित्र भूपरिधिमा अवस्थित भारतको उत्तराखण्डको पिथौरागढ जिल्लाका गाउँहरू र नेपालका सुदूरपश्चिम, मध्यपश्चिम र मध्यमाञ्चल क्षेत्रका जिल्लाहरूमा अवस्थित गाउँहरूमा प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ । चिउरी बहुउपयोगी रूख हो र यी जिल्लाहरूको ग्रामीण अर्थतन्त्रमा यसले महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ । यसका पातहरू गाईवस्तुका लागि घाँसको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ, यसको फूल मह उत्पादनको लागि मौरीपालनमा प्रयोग गर्न सकिन्छ र यसका बीउबाट उत्पादन गरिएको ‘नौनीघ्यू’ खाना पकाउन, रक्तचाप, अल्सर र चिलाउने रोगको उपचारका लागि औषधिको रूपमा साथसाथै कीटनाशक र किरा भगाउने (रिपेलन्ट) को रूपमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।



चित्र शृंखला: समावेशी प्रौढ शिक्षाको लागि कार्यवधि

चित्र शृंखला विकासका कार्यक्रमहरूमा समुदाय र स्थानीय तहका अन्य सरोकारवालाहरूको लागि एक सहभागितामूलक, समावेशी प्रौढ शिक्षा तालिम विधि हो ।

यस विधिले

- कठिन प्राविधिक विषयवस्तुलाई स्थानीय समुदाय, गैर सरकारी संस्थाका कर्मचारी, र त्यस क्षेत्रका अन्य सरोकारवालाहरूले बुझ्ने भाषा र सन्देशहरूमा सरलीकृत गर्दछ ।
- सहभागीहरूलाई छलफलमा सक्रिय रूपमा संलग्न हुने अवसर दिन्छ ।
- सहभागीहरूलाई सोचन बाध्य बनाउँछ र प्रोत्साहन प्रदान गर्दछ ।
- यो सहभागीहरूको साथसाथै प्रशिक्षकका लागि पनि एक गहन प्रक्रिया हो जसले प्रशिक्षणको विषयमा नयाँ अन्तर्दृष्टि प्रदान गर्दछ ।

यो पुस्तिका सम्बन्धित विषयमा कार्यरत स्थानीय अधिकारी, सरकारी, गैर-सरकारी संस्थाका स्थलगत कर्मचारीहरू र यस विषयमा पर्याप्त ज्ञान भएकाहरूले प्रयोग गर्न सक्छन् ।



यो पुस्तिका कसरी प्रयोग गर्ने ?

लक्षित समूह: मह वा चिउरी उत्पादनमा काम गर्ने समुदायका सदस्य, स्थानीय अधिकारी र सहकारी संस्थाहरू । सहभागीको उपयुक्त संख्या २० देखि ३० जनासम्म हुनसक्छ । यदि उपलब्ध समय दोब्बर बनाउने हो भने ६० जनासम्म सहभागीहरूलाई समेट्न सकिन्छ ।

उद्देश्य: सहभागीहरूले एक स्वस्थ र दिगो पर्यावरणीय प्रणाली र मह र चिउरीको बृहत्तर उत्पादन प्रक्रियाका साथसाथै तिनको बजार व्यवस्थापन बीचको सम्बन्धलाई बुझ्नेछन् । सहभागीहरूले मह र चिउरी उत्पादनमा जलवायु परिवर्तनको असरको बारेमा पनि बुझ्न सक्नेछन् ।

अवधि: १.५ घण्टा देखि २ घण्टा

द्रष्टव्य: एक व्यवस्थित प्रशिक्षण सत्रको दौरानमा सम्पूर्ण चित्र शृंखलालाई प्रयोग गर्नुको अतिरिक्त प्रशिक्षकहरूले छोटो, लचिलो, विशेष जनचेतनामूलक गतिविधिहरू सञ्चालन गर्न कुनै तस्बिरलाई अलग्गै पनि प्रयोग गर्न सक्छन् ।

प्रशिक्षणका लागि साधारण नियमहरू

१. सबैलाई स्वतन्त्र रूपमा र कुनै अवरोध बिना आफ्नो विचार व्यक्त गर्ने मौका दिनुहोस् ।
२. छलफलमा महिला तथा शान्त प्रकृतिका सहभागीलाई सक्रिय रूपमा सहभागी गराउनुहोस् किनभने उनीहरू चुप लागेर बसिरहन सक्छन् भने अर्कोतर्फ सक्रिय सहभागीहरूले भने आफ्ना विचार दृढतापूर्वक व्यक्त गर्दछन् ।
३. प्रत्येक सहभागीलाई ध्यानपूर्वक सुन्नुहोस् र उनीहरूलाई प्रत्येक जवाफ उत्तिकै महत्वपूर्ण छ भन्ने महसुस गराउनुहोस् ।
४. कुनै उत्तर गलत हुँदैनन् ।

मह र चिउरी उत्पादन मूल्य शृंखलालाई वातावरण मैत्री बनाउने सम्बन्धी प्रभावकारी र सफल प्रशिक्षणका तीन भाग हुन्छन्:

- तयारी
- प्रशिक्षण सञ्चालन
- मूल्याङ्कन

प्रशिक्षणलाई सफल बनाउनु भनेको एक कठिन काम हो र तपाईंले प्रशिक्षकको रूपमा समुदायका सदस्यलाई कसरी सम्बोधन गर्नुहुन्छ, त्यसमा निर्भर गर्दछ ।



तयारी

प्रशिक्षणको लागि ठाउँको छनोट गर्नुहोस् । सहभागीलाई प्रशिक्षणको स्थान, मिति र समयबारे अग्रिम रूपमा जानकारी गराउनुहोस् । सबै सामाग्रीहरू संलग्न गर्नुहोस् र तिनीहरूसँग आफूलाई परिचित बनाउनुहोस् । चित्रहरूलाई क्रमबद्ध रूपमा मिलाउनुहोस् । कुर्चीहरू अर्धवृत्त (आधा गोला) आकारमा मिलाइएको हुनुपर्छ । प्रशिक्षणको समयमा चित्रहरू हेर्नको लागि पर्याप्त उज्यालो हुने कुरा सुनिश्चित गर्नुहोस् । महिलाहरूलाई सहभागी हुन प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

प्रशिक्षण सत्र सञ्चालन

पहिलो चरण: स्थानीय नेता वा सहभक्तकर्ताद्वारा आ-आफ्नो परिचय गराउनुहोस् । आफ्नो बारेमा, विषयवस्तुको बारेमा, क्षेत्रको बारेमा र आफ्नो भ्रमणको बारेमा कुनै कथा भनेर आत्मीय र सकारात्मक वातावरण सिर्जना गर्नुहोस् ।

दोस्रो चरण: एक जना स्वयंसेवक चयन गर्नुहोस् र उनलाई अगाडि बोलाउनुहोस् । उनलाई पहिलो चित्र लिएर दर्शकहरूलाई देखाउन भन्नुहोस् । सबैले ठीकसँग चित्र देख्नु भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्न उनले यताउता हिँडेर देखाउन सक्छन् । सबैले चित्र राम्ररी नदेख्नुजेल पर्याप्त समय लिनुहोस् । हतार नगर्नुहोस् ।

याद गर्नुहोस्: तपाईं आफैँले नै चित्र देखाउँदा सबैभन्दा उपयुक्त हुन्छ किनभने यसो गर्दा तपाईंले छलफलको दिशा, गति र तह निर्देशित गर्न सक्नुहुन्छ, उदाहरणको लागि, तपाईंले सहभागीहरूलाई पहिले चित्र हेर्ने अनि मात्र बोल्न लगाउन सक्नुहुन्छ ।

तेस्रो चरण: प्रश्न सोध्नुहोस्: तपाईंले चित्रमा के देख्नुहुन्छ ? सहभागीहरूलाई चित्रमा देखिने कुराहरू व्याख्या र छलफल गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस्, तर ती चित्रले दर्शाउने अर्थ र कथाहरूको व्याख्या होइन । सहभागीहरूले चित्रको व्याख्या गरिरहेका हुनाले कुनै जवाफ बेठीक हुँदैनन् । सहभागीलाई उनीहरूले केही गल्ती भनेको छु कि भन्ने महसुस गर्न नदिनुहोस् । यदि उनीहरूले अपेक्षित उत्तर दिइरहेका छैनन् भने छलफललाई अघि बढाउन र सहभागीलाई अलग दृष्टिकोणबाट सोच्नको लागि प्रोत्साहित गर्न अरु प्रश्नहरू सोध्नुहोस् । कहिल्यै पनि सहभागीहरूलाई आफैँले चित्रको व्याख्या वा वर्णन नगरीदिनुहोस् ।

चौथो चरण: यदि सहभागी (र तपाईं) चित्रको बारेमा गरिएको वर्णनसँग सन्तुष्ट हुनुहुन्छ भने पुस्तिकामा सुझाव दिइएको क्रम अनुसार अर्को चित्र लिनुहोस् ।

पाचौं चरण: पहिलो शीर्षक अन्तर्गतका सबै वा केही सम्बन्धित चित्रहरू देखाइसकेपछि सहभागीहरूलाई ती चित्रहरू प्रयोग गरी कथा सिर्जना गर्न लगाउनुहोस् । सबैले शीर्षकको उद्देश्य र सन्देशहरू बुझिरहेका छन् भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्नुहोस् । त्यसपछि मात्र अर्को शीर्षकमा प्रवेश गर्नुहोस् । सम्पूर्ण प्रक्रियालाई खलल नपुऱ्याउन छलफलका लागि सान्दर्भिक चित्रहरू मात्र देखिने गरी राख्नुहोस् ।

ठैठौ चरण: तपाईं चित्रहरूको क्रमको सन्दर्भमा लचिलो बन्न सक्नुहुन्छ । तपाईं जहिले पनि पहिले नै प्रयोग गरिसकेका चित्रहरूलाई पुनः प्रयोग गर्न, सहभागीहरूलाई चित्रहरूको श्रृंखलाको सही क्रम बनाउन वा उनीहरूलाई प्राथमिकता निर्धारण गर्नको लागि अनुरोध गर्न सक्नु हुन्छ । आफूलाई परिस्थिति अनुकूल बनाउनुहोस् । चित्रहरूसँग खेलनुहोस्, र अरुलाई पनि ती चित्रहरूसँग खेलन दिनुहोस् । उदाहरणको लागि, चित्रका श्रृंखला परिवर्तन हुन दिनुहोस् स्वयंसेवकहरूलाई चित्रका साथ विभिन्न श्रृंखलामा अभिन भन्नुहोस्, नयाँ वा अझ उपयुक्त चित्र सुझाउन अनुरोध गर्नुहोस् ।

गूढ्यांकन

सत्रको अन्त्यमा सहभागीले विषय बुझे कि बुझेनन् भनी थाहा पाउनको लागि प्रश्न सोध्नुहोस् । प्रशिक्षणमा प्रयोग गरिएका सामग्री र प्रशिक्षण सत्रको बारेमा प्रतिक्रिया लिनुहोस् । प्रशिक्षण सत्रपछि सङ्कलित प्रतिक्रियाको टिपोट गर्नुहोस् र अर्को प्रशिक्षण सत्रमा ती प्रतिक्रियाहरूलाई समावेश गर्ने प्रयास गर्नुहोस् ।



विषय सूची

भाग १: महको मूल्य श्रृंखला

१

१. मौरी, जलवायू परिवर्तन र पर्यावरणीय प्रणाली बीचको सम्बन्ध

२

२. महको मूल्य श्रृंखला: परम्परागत अनुक्रम र अभ्यास

४

३. संरक्षणसंग सम्बन्धित सरोकारहरू र सम्भावित मूल्य अभिवृद्धि

६

भाग २: चिउरी उत्पादनहरूको मूल्य श्रृंखला

९

४. चिउरी रुखको उपयोगिता, पर्यावरण र जलवायु परिवर्तनमा यसको महत्व

१०

५. चिउरी उत्पादनहरूको बृहत्तर मूल्य श्रृंखला: चिउरी नौनी (बटर) निकाल्ने परम्परागत चरणहरू

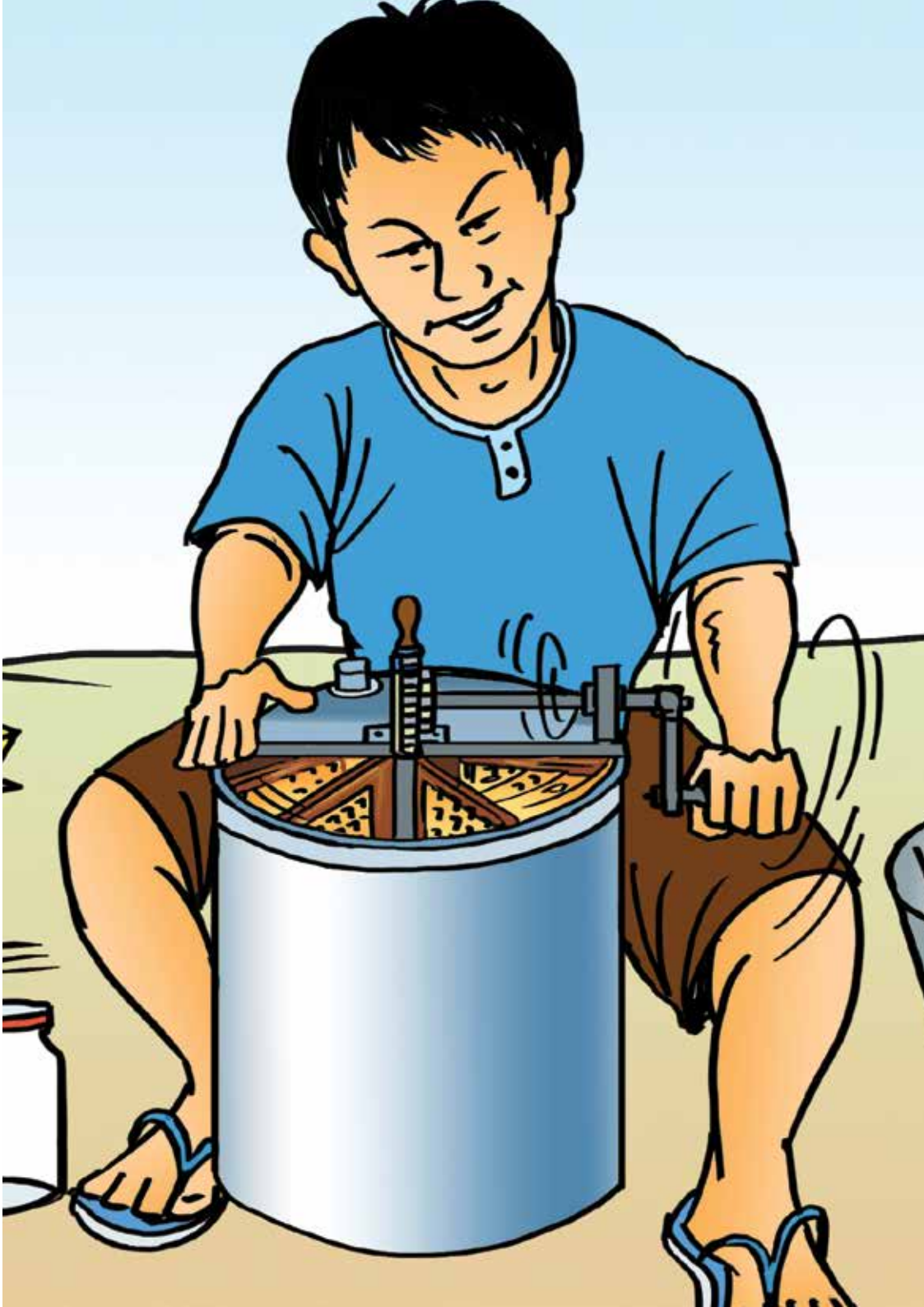
१२

६. चिउरी उत्पादनहरूकालागि सुधारीएको मूल्य श्रृंखला - स्वसहायता समूहको गठन

१४

७. चिउरी उत्पादन मूल्य श्रृंखलामा सुधार - दिगो उपायहरू

१६



भाग १

महको मूल्य श्रृंखला



१. मौरी, जलवायू परिवर्तन र पर्यावरणीय प्रणाली बीचको सम्बन्ध

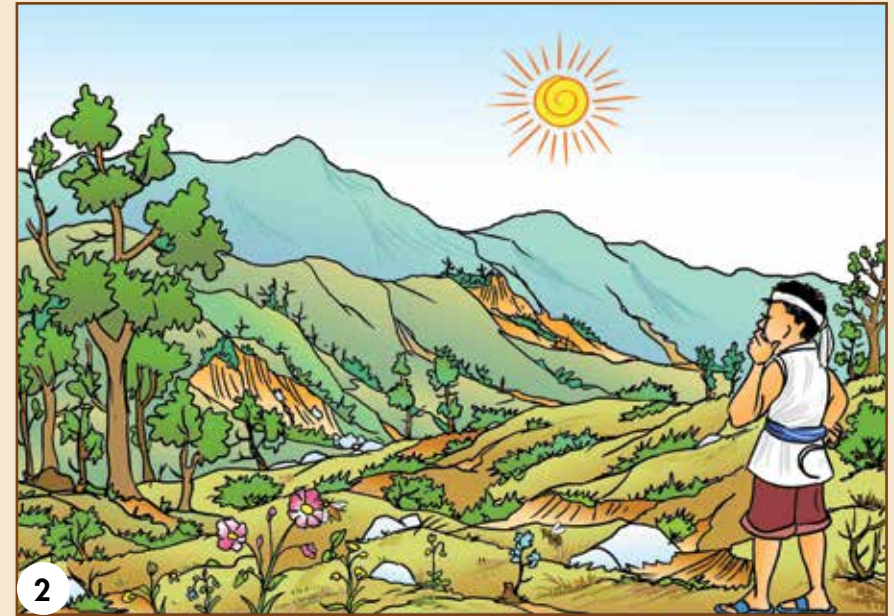
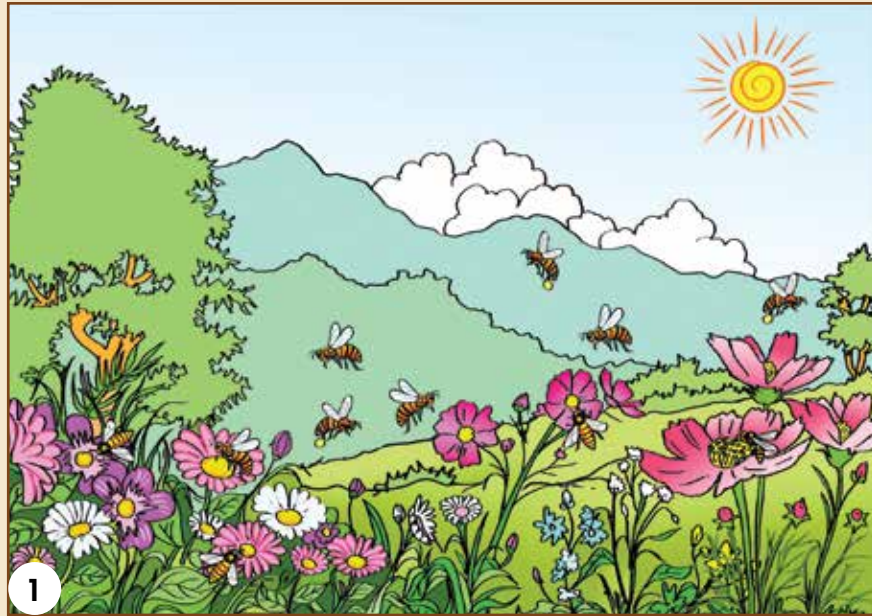
शीर्षकको उद्देश्य

सहभागीहरूले मह उत्पादनमा विद्यमान विभिन्न चरणहरू पत्ता लगाउन र मूल्य शृंखलाको अवधारणा बुझ्नुको साथसाथै त्यसलाई पर्यावरणीय प्रणालीसंग जोड्न सक्नेछन् ।

सम्झनु पर्ने

सन्देशहरू

- मौरीले बालीको उत्पादन र गुणस्तर बढाउन र जैविक विविधता कायम राख्न मद्दत गर्दछ ।
- मौरीको संख्या धेरै हुनु भनेको बृहत्तर उत्पादन र स्वस्थ पर्यावरणीय प्रणाली हुनु हो ।
- मौसममा आउने परिवर्तनहरूले मौरी पालनलाई असर गर्न सक्छ, त्यसैले समयमै आफूलाई अनुकूल बनाउनुपर्छ ।
 - तपाइको घर क्षेत्रमा पाइने मौरीको बारेमा जानकारी लिनुहोस् ।
 - मौरी पालनको लागि आवश्यक पर्ने वोट विरुवाहरू (चिउरी र अरु) तपाईंको क्षेत्रमा उपलब्ध भए नभएको हेर्नुहोस् ।
 - मौरी साविक ठाउँ छोडेर अरु ठाउँमा वस्न गयो की भनेर हेर्नुहोस् ।
 - माथि उल्लेखित कुराहरू अवलोकन गरिएको आधारमा आवश्यकता अनुसार (विरुवा रोप्ने, मह दिगो हुनेगरी काड्ने र मौरीपालनको स्थान परिवर्तन गर्ने) लगाएतका कदमहरू चाल्नुहोस् ।



चित्रका सूचकहरू

१. फूलवारीमा मौरी
२. थोरै फूल र मौरी भएको ठाउँ अवलोकन गर्दै एक कृषक
३. नयाँ ठाउँमा बृक्षारोपण गरिदै



२. महको मूल्य श्रृंखला: परम्परागत अनुक्रम र अभ्यास

शीर्षकको उद्देश्य

सहभागीहरूले मह उत्पादनका भिन्न भिन्न चरणहरूको बारेमा पत्ता लगाउनेछन् र महको मूल्य श्रृंखला को अवधारणा बुझ्ने छन् ।

सन्देशहरू

- परम्परागत मौरी पालनमा मुडा र भित्ते घरहरू प्रयोग गर्ने, महकाड्ने तरिकाहरू, प्याकेजिङ्ग र बिक्री गर्ने तरिका पनि पर्दछन् ।
- मूल्य श्रृंखला भनेको कुनै पनि वस्तुलाई स्रोतबाट उत्पादन गरी त्यसको खपत गर्दा सम्मको प्रक्रिया हो ।
- प्रत्येक उत्पादनलाई अन्तिम उपभोक्तासम्म नपुग्नुजेल मूल्य अभिवृद्धि गर्ने विभिन्न उत्पादन सामग्री (इन्पुट) वा कार्यहरूको श्रृंखला आवश्यकता पर्दछ ।
- मूल्य श्रृंखलामा प्राकृतिक स्रोत, कृषिजन्य सामग्री र श्रम पर्दछन् ।
- श्रम भनेको बाली उठाउने, प्रशोधन, ढुवानी, प्याकेजिङ्ग, बजार व्यवस्थापन र बिक्री हुन सक्छन् ।

सम्झनु पर्ने

चित्रको ब्याख्या गरी सन्देश दिनुहोस्



चित्रका सूचकहरू

४. मौरीका परम्परागत मुढे घर
५. मौरीका परम्परागत खोपे घर
६. मह निकाल्ने (निचोर्ने) परम्परागत विधि
७. महलाई प्याकिङ्ग गर्ने परम्परागत तरिका
८. व्यक्तिगत रूपमा महलाई बजारमा बिक्री र किनबेच गर्दै
९. गाउँमै महको खपत गर्दै



३. संरक्षणसंग सम्बन्धित सरोकारहरू र सम्भावित मूल्य अभिवृद्धि

विषय उद्देश्यः

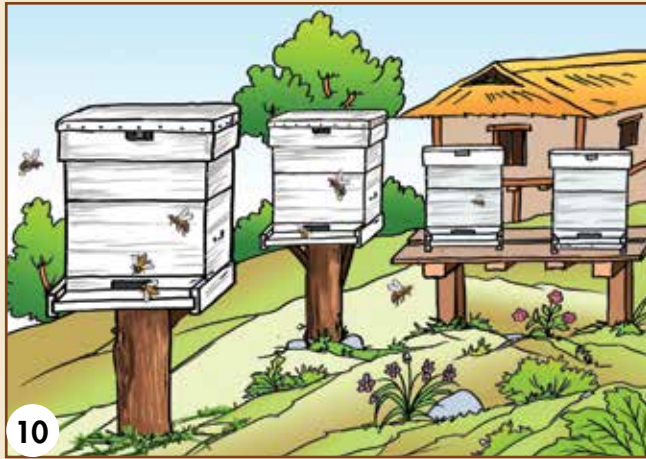
सहभागीहरूले महको उत्पादन, गुणस्तर र बिक्री बढाउनको लागि विभिन्न तरिकाहरू पहिचान गरी छलफल गर्न सक्नेछन् ।

सन्देशः

निम्नानुसार तरिकाहरूले मौरीपालनमा सुधार गर्न सकिन्छ ।

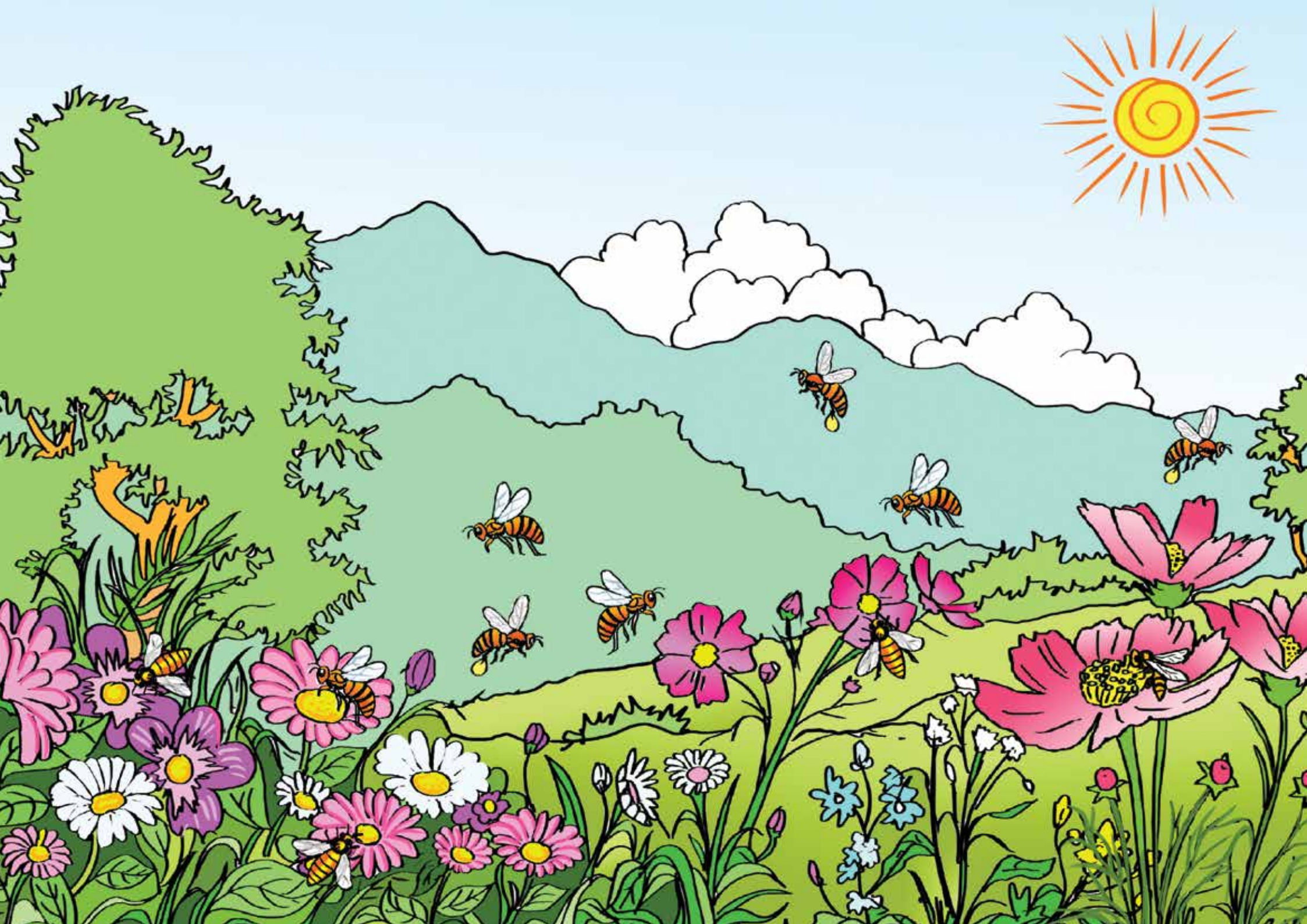
- पर्याप्त र गुणस्तरीय मह उत्पादनको लागि सुधारीएको घरहरू प्रयोग गर्ने ।
- महको शुद्धता र गुणस्तरको लागि उन्नत तरिकाले मह निकाल्ने मसिन (extractor) प्रयोग गर्ने ।
- आकर्षक प्याकेजिङ्ग गर्ने ।
- उत्पादनको ब्रान्डींग गर्ने र बजारमा सम्पर्क स्थापित गर्ने ।
- समूहको बैंक र लघुवित्तमा पहुँचको लागि सहजीकरण गर्ने ।
- महलाई बजारमा बिक्री गर्ने ।

चित्रको ब्याख्या गरी सन्देश दिनुहोस्



चित्रका सूचकहरू

१०. सुधारिएको घर
११. मौरी पालन तालिम
१२. मह निकाल्नको लागि मसिनको प्रयोग
१३. कन्टेनर, लेबल र स्वच्छ प्याकेजिङ्ग सहित मह स्वसहायता समूह वा सहकारी
१४. बजारमा बिक्री
१५. समूहको बैंक र लघुवित्तमा पहुँच





भाग २

**चिउरी उत्पादनहरूको
मूल्य श्रृंखला**



४. चिउरी रुखको उपयोगिता, पर्यावरण र जलवायु परिवर्तनमा यसको महत्व

विषय उद्देश्य

सहभागीहरूले उनीहरूको जिविकोपार्जनमा चिउरी रुखको महत्व, पर्यावरणमा यसको भूमिका, र जलवायु परिवर्तनको कारणले चिउरीमा आएको परिवर्तनको बारेमा बुझ्ने मौका पाउने छन् ।

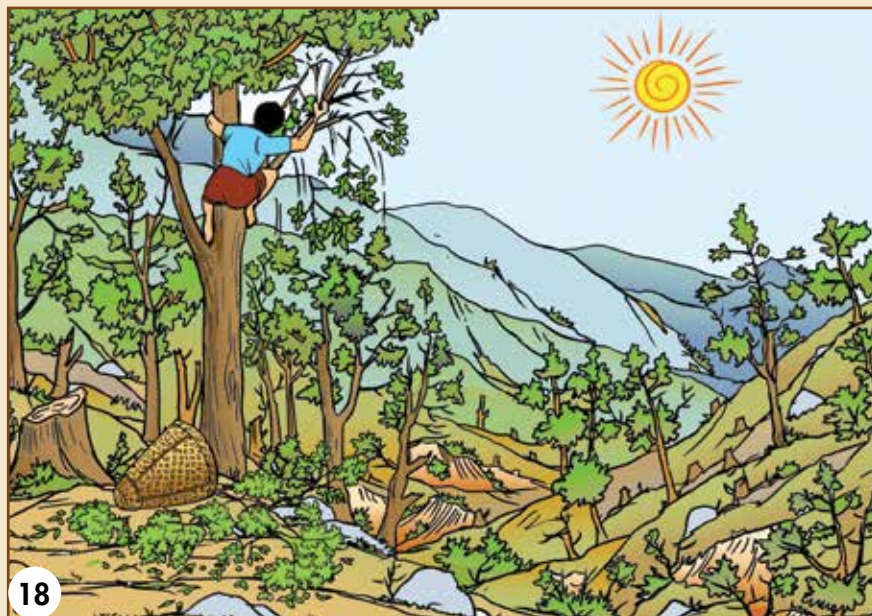
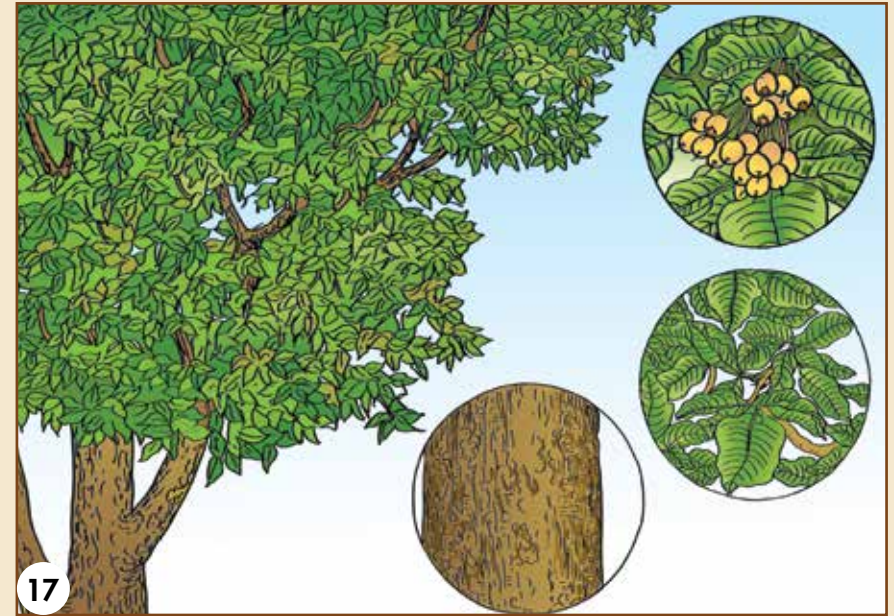
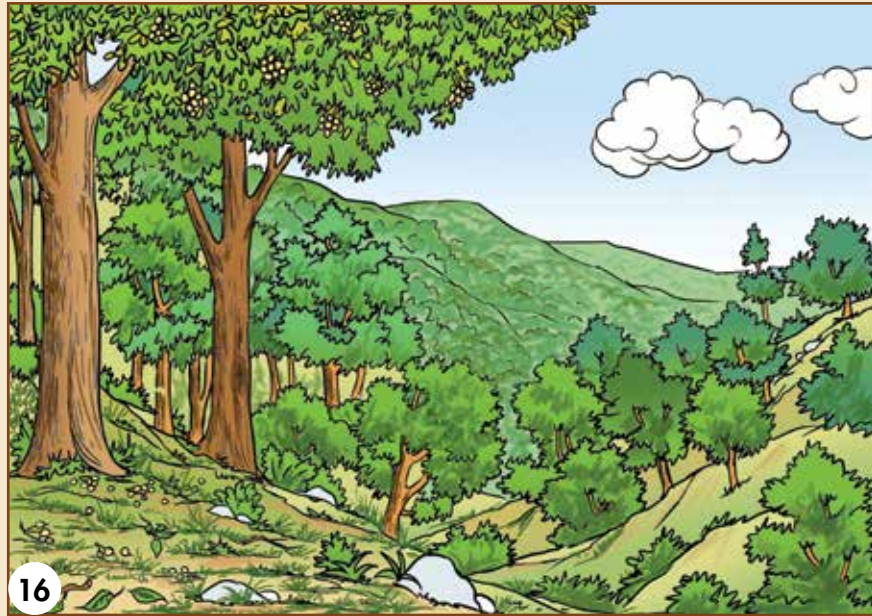
सम्झनु पर्ने

सन्देश

- चिउरीको रुख माटो र पानी संरक्षणको लागि एक उत्कृष्ट बिरुवा हो ।
- यो रुख ती क्षेत्रहरूको स्थानीय वनस्पति हो र त्यहाँको मौसमसँग एकदम अनुकूल छ ।
- चिउरीको रुख माटो र पानी संरक्षणको लागि धेरै राम्रो छ ।

चिउरीका धेरै प्रयोगहरू हुन्छन् ।

- बीउबाट नौनी (बटर) बनाउन सकिन्छ ।
- पात गाईवस्तुलाई घाँसको रूपमा दिन सकिन्छ ।
- काठ खाना पकाउने दाउरा र फर्निचरको लागि प्रयोग हुन्छ ।
- यसको बोक्राबाट औषधि र किटनाशक विषादी बनाउन सकिन्छ ।
- तेलको पिना लामखुट्टे र किराहरू मार्ने विषको रूपमा प्रयोग हुन्छ ।



चित्रका सूचकहरू

- १६. चिउरीका रुखहरू भएको क्षेत्र
- १७. चिउरीको बोक्रा, पात र विउहरू
- १८. घांसको लागि चिउरी रुखको हांगा खसाल्दै एक कृषक



५. चिउरी उत्पादनहरूको बृहत्तर मूल्य श्रृंखला: चिउरी नौनी (बटर) निकाल्ने परम्परागत चरणहरू

विषय उद्देश्य

सहभागीहरूले चिउरीको घिउ, नौनी उत्पादनका विभिन्न तरिकाहरूका बारेमा पत्ता लगाउने छन् । सुधारका लागि सम्भावनाहरू पहिचान गर्न र छलफल गर्न सक्छन् र दिगो चिउरी उत्पादन मूल्य श्रृंखला सुनिश्चित गर्न सक्छन् ।

सन्देश

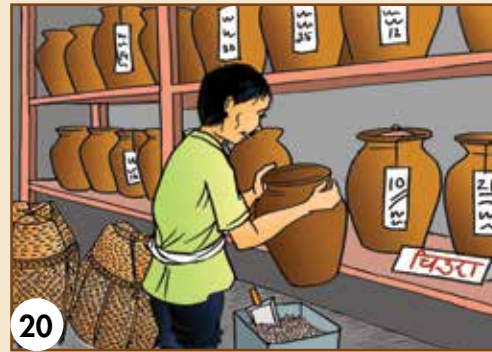
चिउरीको घिउ उत्पादनका परम्परागत तरिका र चलनहरू ।

- वर्षायाममा बीउ संकलन गर्ने ।
- केही बीउ रोप्नको लागि भण्डार गर्ने ।
- बीउलाई उसिन्ने ।
- बीउका दानाहरू घाममा सुकाउने ।
- दानालाई भुट्ने ।
- तेल निकाल्नको लागि तेल मसिन प्रयोग गर्ने ।
- नौनी (बटर) लाई निर्मल पार्न तेल लाई मही संग तताउने ।
- घरमा प्रयोग (खपत) ।
 - घरेलू खपत ।

चित्रको ब्याख्या गरी सन्देश दिनुहोस्



19



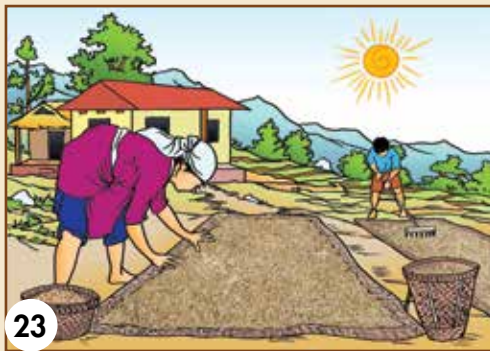
20



21



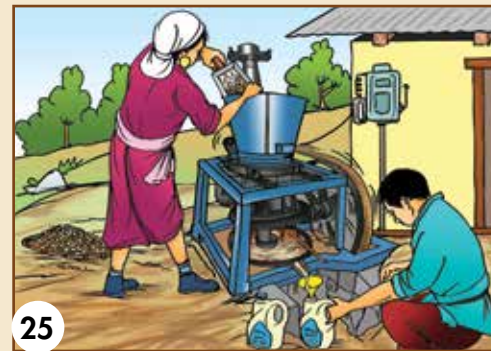
22



23



24



25



26



27

चित्रका सूचकहरू

१९. बीउ संकलन

२०. बीउको भण्डारण

२१. बीउलाई उसिन्दै

२२. बीउका बोक्रा निकाल्दै

२३. बीउका दानालाई घाममा सुकाउँदै

२४. बीउका दानालाई आगोमा भुट्दै

२५. तेल निकाल्ने मसिनबाट तेल निकाल्दै

२६. नौनी (बटर) लाई महीसंग उमालेर निर्मल पाउँदै

२७. चिउरीको नौनी (बटर) घरमा प्रयोग गर्दै



६. चिउरी उत्पादनकोलागि सुधारीएको मूल्य श्रृंखला – स्वसहायता समूहको गठन

विषय उद्देश्य

सहभागीहरूले स्वसहायता समूह निर्माणको माध्यमबाट समुहगत मोलतोलको फाइदा र नियमहरूको बारेमा थाहा पाउने छन् ।

सन्देश

साना उत्पादकहरूको दिगो तथा सुधारिएको मूल्य श्रृंखलाको मापन का उपायहरू ।

- स्वसहायता समूह र संयुक्त दायित्व समूहहरू, वा सहकारी संस्थाको गठन ।
- मूल्य श्रृंखलामा संलग्न सबै सरोकारवालाहरूको व्याख्या गर्ने ।
- सबै सरोकारवाला र साभेदारहरूले सहकार्य गरी काम गर्ने कुराको सुनिश्चित गर्ने ।
- मूल्य श्रृंखलाका सबै सरोकारवाला र साभेदारहरूले साभा नियम र साभा उद्देश्यको पालन गर्ने कुराको सुनिश्चित गर्ने ।
- एक मजबुत मूल्य श्रृंखला सुधारको विकास गर्ने ।
 - सम्बन्धित सबै सरोकारवालाहरूसँग योजना बनाउने ।
 - सबैका लागि साभा लक्ष्य निर्धारण गर्ने ।
 - सबैले सहमति गरेका नियमहरू पालना गर्ने ।
- नियमित रूपमा परिवर्तनको अनुगमन गर्ने ।



चित्रका सूचकहरु

- २८. स्वसहायता समूह गठन वारे छलफल गर्न कृषकहरुको बैठक बस्दै
- २४. बीउका दानालाई आगोमा भुट्दै
- २५. तेल निकाल्ने मसिनबाट तेल निकाल्दै
- २९. नियमहरुमा सहमति जुटाउन स्वसहायता समूहको बैठक बस्दै



७. चिउरी उत्पादन मूल्य श्रृंखलामा सुधार – दिगो उपायहरू

विषय उद्देश्य

सहभागीहरूले चिउरी उत्पादनको मूल्य श्रृंखलाको वारेमा छलफल गरि सुधार र दिगो उपायहरू पत्ता लगाउने छन् ।

सन्देश

चिउरी मूल्य श्रृंखलामा सुधार ल्याउने उपायहरू ।

- चिउरीको वृक्षारोपण र नर्सरीलाई सहायता प्रदान ।
- बैकबाट लघुबित्तमा पहुँच प्राप्त गर्ने ।
- बीउको बोक्रा निकाल्नको लागि मेसीन प्रयोग गर्ने ।
- तेल पेलनको लागि उन्नत र प्रभावकारी प्रविधि प्रयोग गर्ने ।
- साबुन बनाउन र चिउरीको अरु वस्तुहरू उत्पादनको तालिम दिने ।
- ब्रान्डिङ र सुधारिएको प्याकेजिङ गर्ने ।
- पसलहरूमा बिक्री गर्ने ।

सम्झनु पर्ने

चित्रको ब्याख्या गरी सन्देश दिनुहोस्



चित्रका सूचकहरू

- २८. स्वसहायता समूह गठन वारे छलफल गर्न कृषकहरुको बैठक बस्दै
- ३. नयाँ ठाउँमा बृक्षारोपण गरिदै
- ३०. बीउको बोक्रा छोडाउनको लागि मसिनको प्रयोग
- ३१. साबुन बनाउने तालिम
- ३२. ब्रान्डिङ र प्याकेजिङ
- ३३. ठूला शहरमा चिउरी उत्पादनहरू बिक्री वितरण गर्दै
- ३४. बैंक खातामा पहुँच



चित्रहरूका सारांश

क्र.सं.	चित्र	चित्रका सूचकहरू
१		फूलवारीमा मौरी
२		थोरै फूल र मौरी भएको ठाउँ अवलोकन गर्दै एक कृषक
३		नयाँ ठाउँमा वृक्षारोपण गरिदै
४		मौरीका परम्परागत मुढे घर
५		मौरीका परम्परागत खोपे घर

क्र.सं.	चित्र	चित्रका सूचकहरू
६		मह निकाल्ने (निचोर्ने) परम्परागत विधि
७		महलाई प्याकिङ्ग गर्ने परम्परागत तरिका
८		व्यक्तिगत रूपमा महलाई बजारमा बिक्री र किनबेच गर्दै
९		गाउँमै महको खपत गर्दै
१०		सुधारिएको घर



चित्रहरूका सारांश

क्र.सं.	चित्र	चित्रका सूचकहरू
११		मौरी पालन तालिम
१२		मह निकालनको लागि मसिनको प्रयोग
१३		कन्टेनर, लेबल र स्वच्छ प्याकेजिङ सहित मह स्वसहायता समूह वा सहकारी
१४		बजारमा बिक्री
१५		समूहको बैंक र लघुवित्तमा पहुँच

क्र.सं.	चित्र	चित्रका सूचकहरू
१६		चिउरीका रुखहरू भएको क्षेत्र
१७		चिउरीको बोक्रा, पात र विउहरू
१८		घांसको लागि चिउरी रुखको हांगा खसाल्दै एक कृषक
१९		बीउ संकलन
२०		बीउको भण्डारण



चित्रहरूका सारांश

क्र.सं.	चित्र	चित्रका सूचकहरू
२१		बीउलाई उसिन्दै
२२		बीउका बोक्रा निकाल्दै
२३		बीउका दानालाई घाममा सुकाउँदै
२४		बीउका दानालाई आगोमा भुट्दै
२५		तेल निकाल्ने मसिनबाट तेल निकाल्दै

क्र.सं.	चित्र	चित्रका सूचकहरू
२६		नौनी (बटर) लाई महीसंग उमालेर निर्मल पाउँदै
२७		चिउरीको नौनी (बटर) घरमा प्रयोग गर्दै
२८		स्वसहायता समूह गठन वारे छलफल गर्न कृषकहरूको बैठक बस्दै
२९		नियमहरूमा सहमति जुटाउन स्वसहायता समूहको बैठक बस्दै
३०		बीउको बोक्रा छोडाउनको लागि मसिनको प्रयोग



चित्रहरूका सारांश

क.सं.	चित्र	चित्रका सूचकहरू
३१		साबुन बनाउने तालिम
३२		ब्रान्डिङ र प्याकेजिङ्ग
३३		ठूला शहरमा चिउरी उत्पादनहरू बिक्री र वितरण गर्दै
३४		बैंक खातामा पहुँच

નોટ:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



© ICIMOD 2018

International Centre for Integrated Mountain Development

GPO Box 3226, Kathmandu, Nepal

Tel +977 1 5275222 **Fax** +977 1 5275238

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

ISBN 978 92 9115 589 7