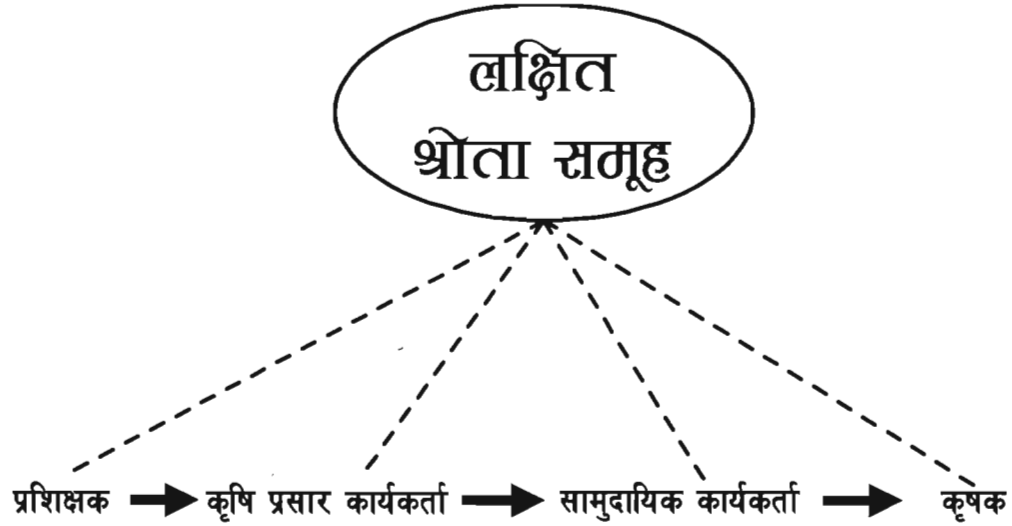
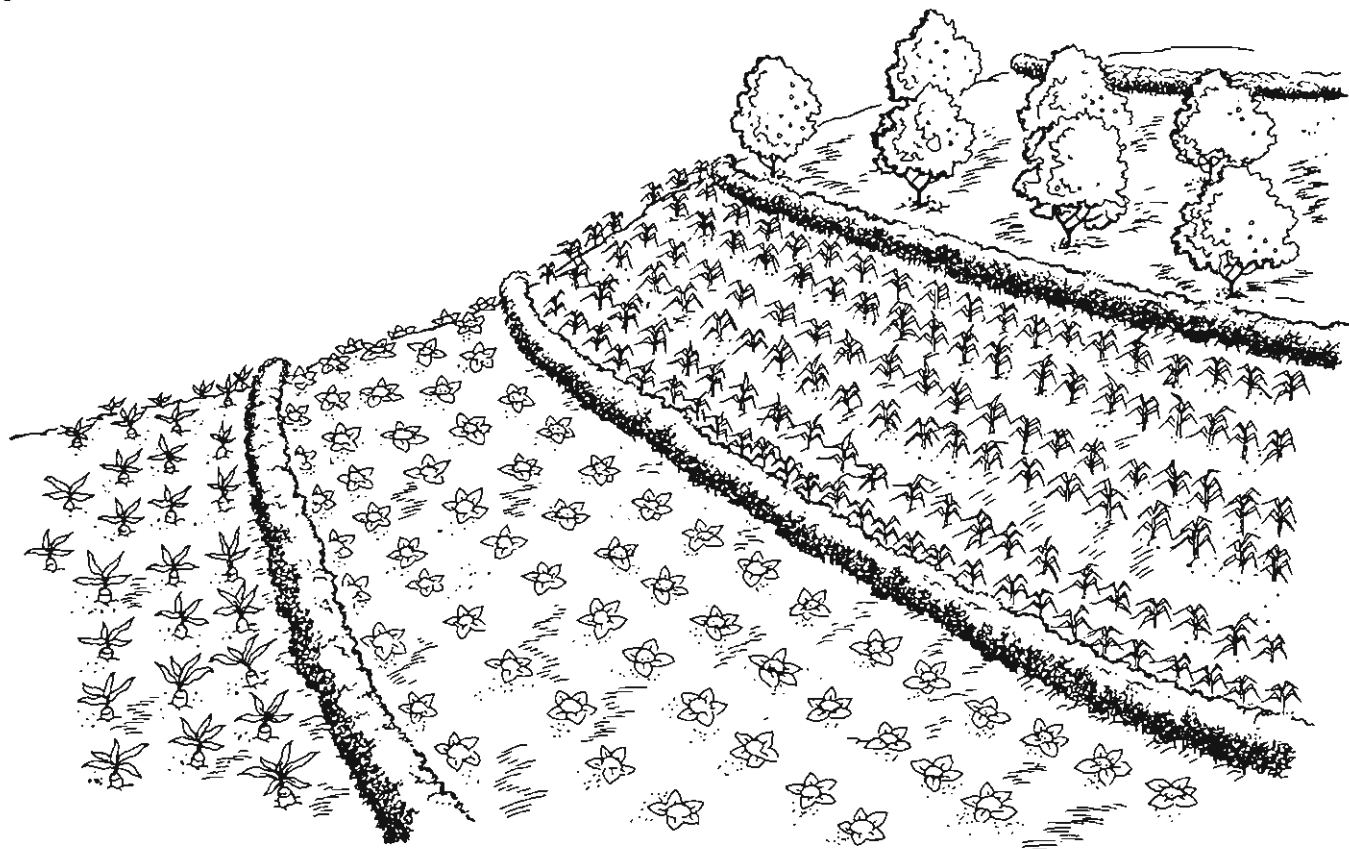


લક્ષિત શ્રોતા સમૂહ



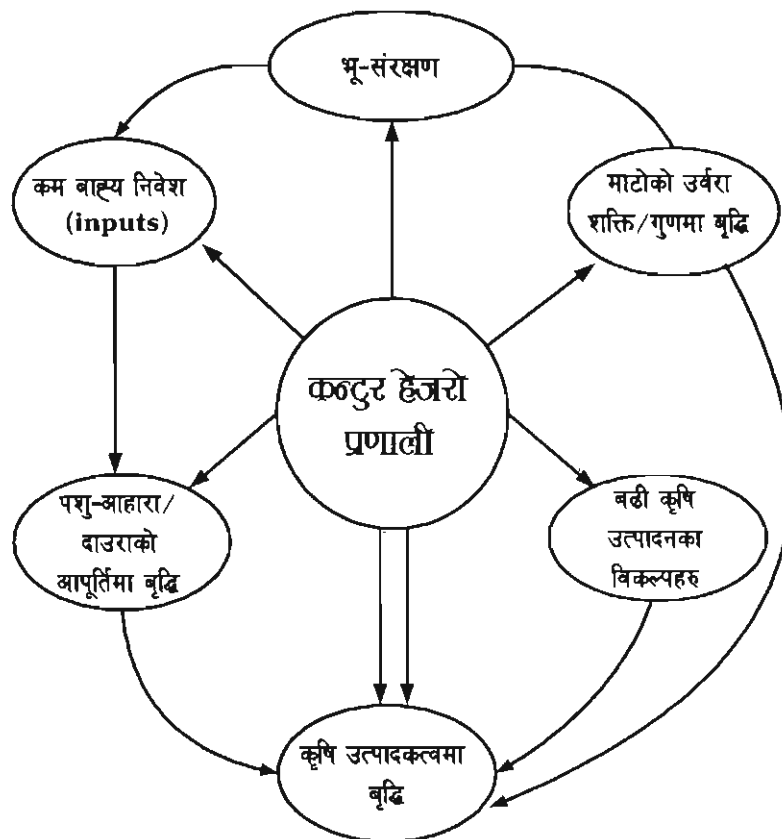
- ▲ લક્ષિત શ્રોતા સમૂહહરુ ત્રીન તહમા હુન્હન. શીઘ્ર પ્રયોગકર્તાહરુ પ્રસાર કાર્યક્રમહરુ લિંકા પ્રશિક્ષક તથા સંસ્થાહરુ હુન્. અન્તરિમ પ્રયોગકર્તાહરુ, કૃષિ પ્રસાર કાર્યકર્તા તથા સામુદાયિક કાર્યકર્તા હુન્ બને અન્તિમ પ્રયોગકર્તાહરુ તથા લાભ ઉપભોક્તાહરુ કૃષકહરુ આફૈ હુન્.

कन्दुर हेजरो अन्तरबाली प्रणाली



- ▲ कन्दुर हेजरो अन्तरबाली प्रणाली अन्तर्गत ४ देखि ६ मिटरको भिरालो जग्गाको दूरीमा नाइट्रोजन स्थिरीकरण गर्ने खालका बिरुवाहरुलाई दोहोरो लहरमा कन्दुर लाइनमा लगाउनु हो । यसो गर्दा कन्दुर लाइनमा लगाइएका बिरुवाहरु जसलाई हेजरो भनिन्छ, ती हेजरोहरुका बीचमा रहेको पाटोलाई अन्य कृषि वा नगदेबाली लगाउनका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

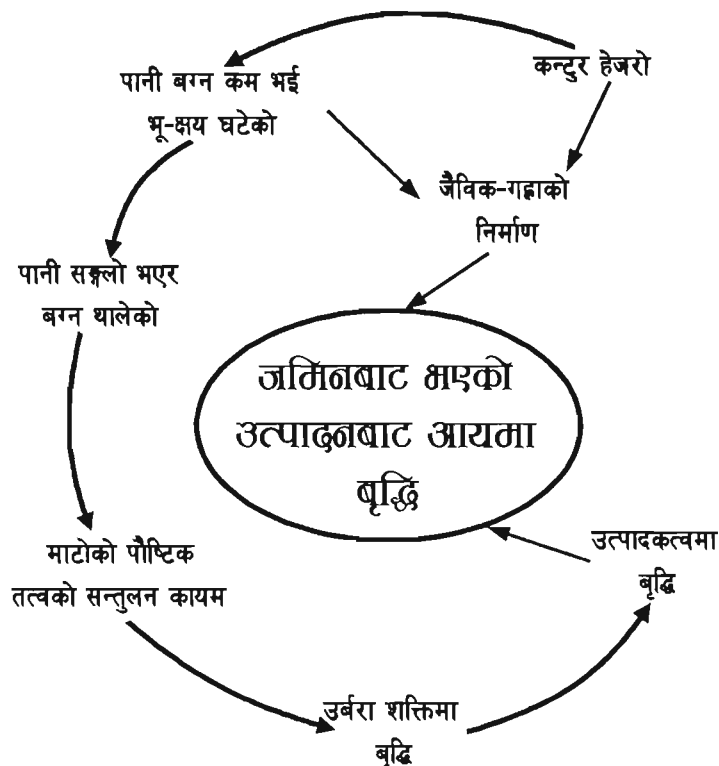
लक्ष्यहरू



कन्दुर हेजरो अन्तरवाली प्रणालीको कार्य

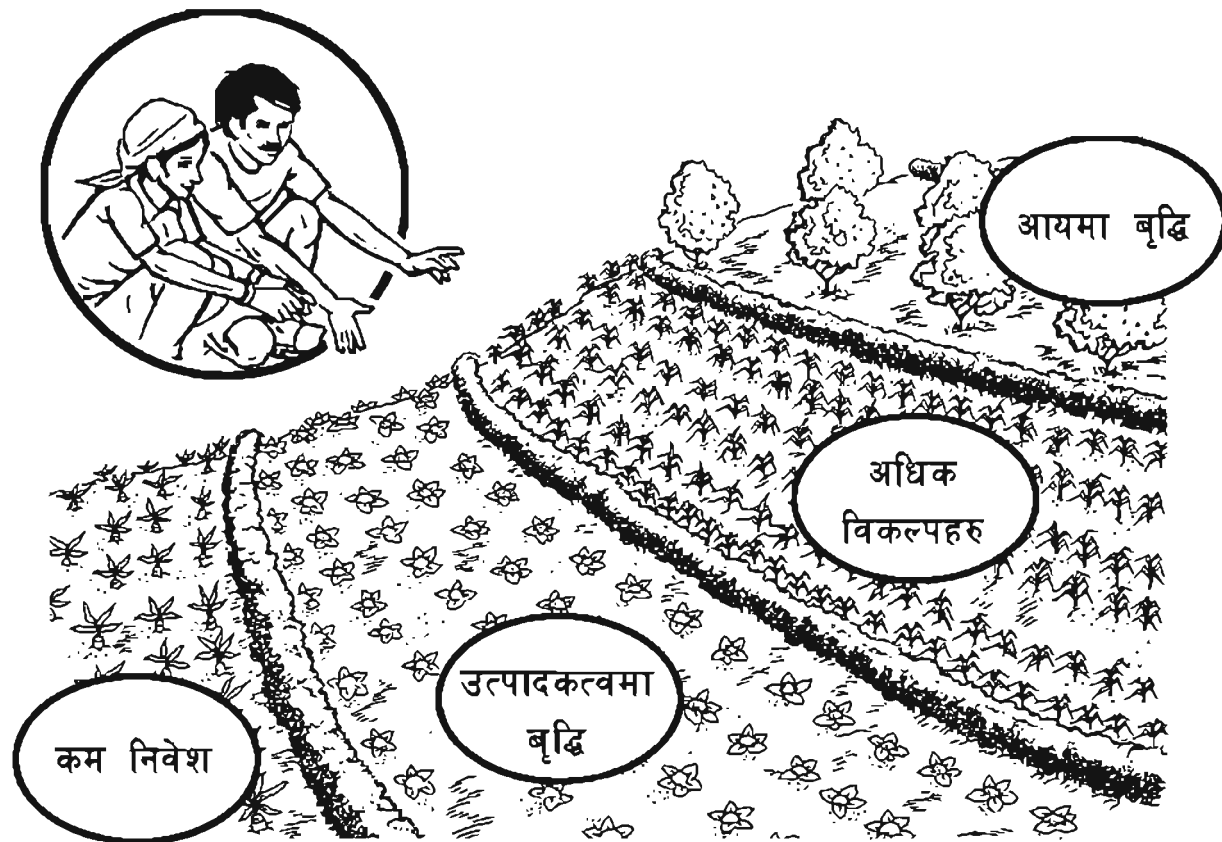
- ▲ कन्दुर हेजरो प्रणाली एक पटक अपनाए पछि यसले एउटा कृषकको परिवारको लागि थुप्रै प्रत्यक्ष लाभहरू दिन्छ। यसमा अप्रत्यक्ष लाभहरू पनि छन्। त्यो लाभ हो, भिरालो जग्गाको भू-संरक्षण तथा मौलिकस्तर गुमाई सकेका माटोको पुनर्स्थापन।

भिरालो / भूमिका लागि लाभ



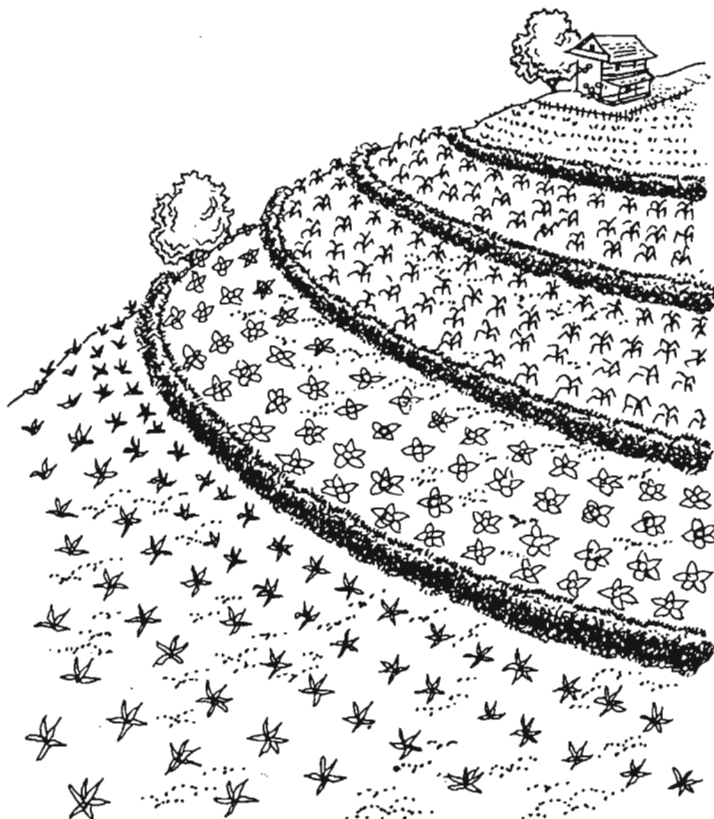
- ▲ हेजरो लगाउन तथा त्यसलाई कायम राख्नको निमित्त थप कार्यको आवश्यकता पर्दछ ।
- ▲ तर एक पटक लगाई सकेपछि त्यस हेजरोले धेरै फाईदाहरु प्रदान गर्दछ, जस्तै कृषि उत्पादनमा बृद्धि, माटोको उर्वराशक्तिमा बृद्धि, माटोमा पानीको आद्रता (moisture) मा बृद्धि तथा भू-संरक्षण ।

कृषकहरुलाई लाभ



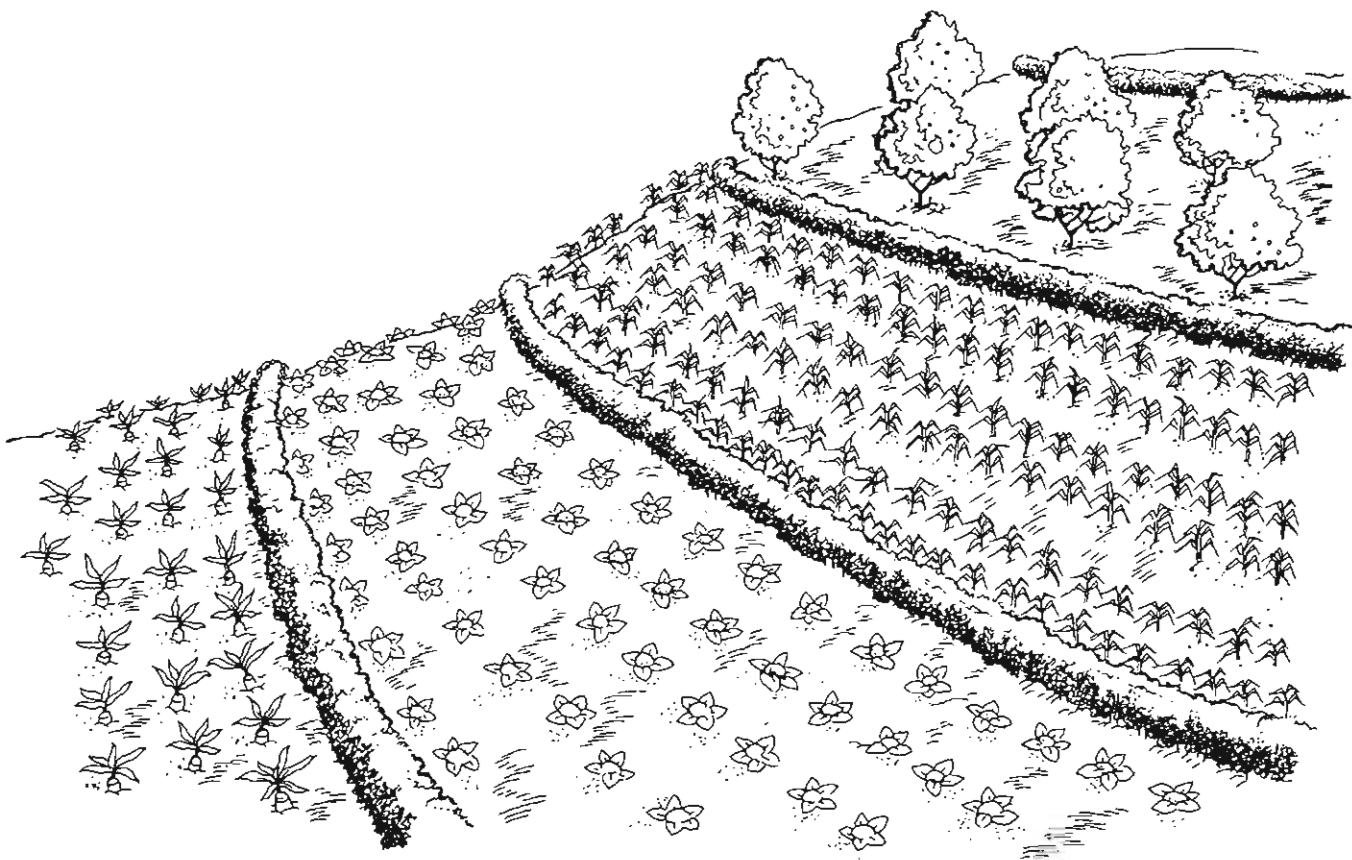
- ▲ कृषकहरुलाई अधिक लाभहरु भन्ने कुरा कन्टुर हेजरो प्रणाली प्रयोग गरी प्राप्त प्राकृतिक प्रतिफल हुन् । एक पटक हेजरो स्थापना गरेपछि कृषि योग्य पाटोहरुका निमित्त रासायनिक मलहरुको आवश्यकता कम पर्दछ । कृषि उत्पादनमा बृद्धि हुनाले आर्थिक बृद्धि हुन्छ फलस्वरूप अर्थोपार्जनका विकल्पहरुको बृद्धि हुन्छ ।

हेजरो प्रणालीका लाभहरू



- ▲ हेजरो प्रणालीले कृषि योग्य भूमिको निरन्तरता तथा दीगो उपयोगका लागि मद्दत गर्दछ ।
- ▲ परम्परादेखि गर्दै आएको कृषि प्रणालीले गर्दा एकातिर बालीको उत्पादन घट्दछ, भने अर्कोतिर निरन्तर रूपले माटो बग्नुका साथै उर्वराशक्तिको ह्रास हुन्छ, फलस्वरूप माटोले आफ्नो ठाउँ छाड्दछ, तथा ठाउँ-ठाउँमा माटो पैहो गए जस्तै गरी खस्कन्छ ।

कृषि पाटोहरूमा (Alleyways) बढी खेतीका विकल्पहरू



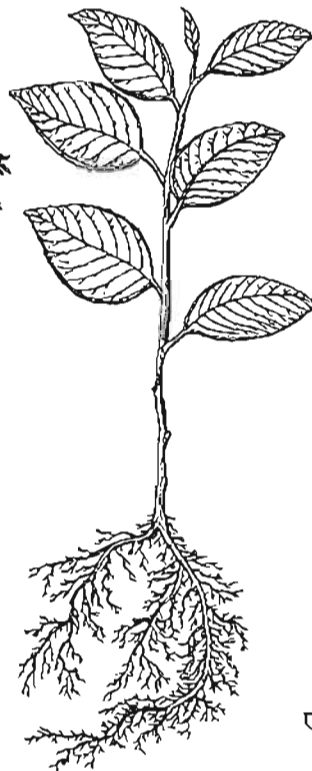
▲ माटोको उर्वराशक्तिमा बृद्धि हुनाले अन्य बालीहरू लगाउनका लागि यसले अवसरहरू प्रदान गर्दछ ।

▲ हेजरोहरूका बीचका पाटोहरू (alleyways) खाद्यान्न उत्पादन, फलफूलका बोटहरू तथा अन्य नगदे बिरुवाहरूको निमित्त प्रयोग गरिन्छ ।

नाइट्रोजन स्थिरीकरण गर्ने बिरुवाहरू तथा तिनीको भूमिका



लिउसेना
लिउकोसेफेला



इन्डिगोफेरा डोसुवा

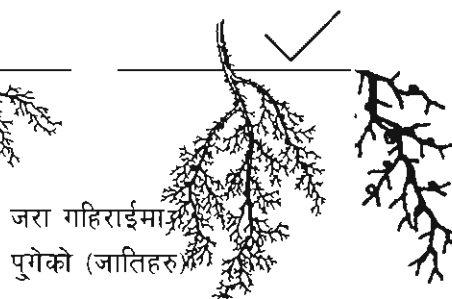
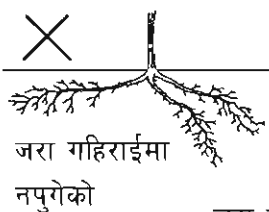
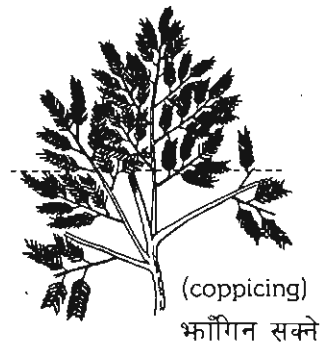
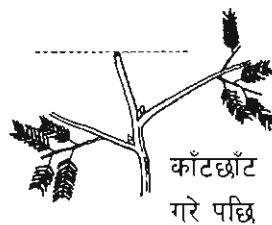
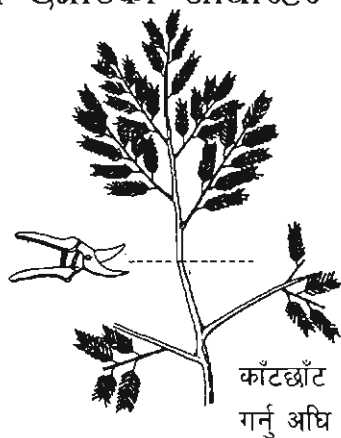
डेस्मोडियम
फ्लोरिबन्डम



एल्स नेपालेन्सिस

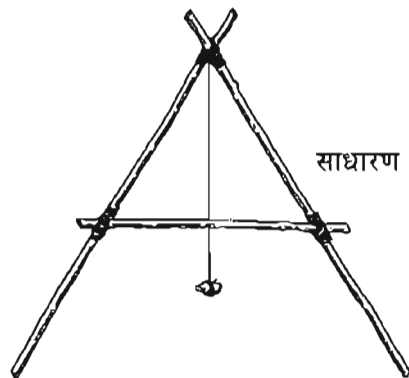
- ▲ धेरै दलहन जातका बिरुवा तथा केही दलहन रहित जातका बिरुवाहरूले वायुमण्डलबाट नाइट्रोजन लिएर त्यसलाई माटोमा स्थिरीकरण गर्न सक्छन् ।
- ▲ यी बिरुवाहरूलाई कृषि योग्य भूमिको उर्वराशक्ति सुधार गर्न प्रयोगमा ल्याउन सकिन्छ ।

हेजरो जातिका छनौटका आधारहरू

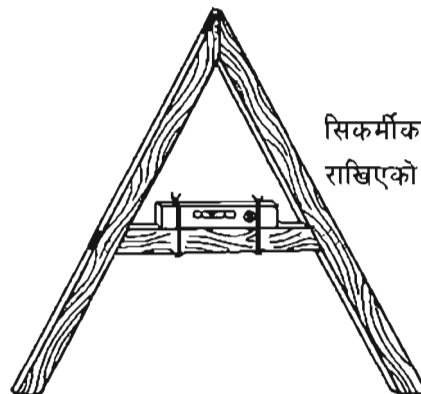


- ▲ हेजरो जातिहरूका बिरुवा नाइट्रोजन स्थिरीकरण गर्न सक्ने, छिटो बृद्धि हुन सक्ने तथा जरा गहिराईमा जानसक्ने खालका हुनु पर्दछ ।
- ▲ काँटछाँट पछि ती छनौट गरिएका जातिका बिरुवा छिटै भाँगिन सक्नु पर्छ तथा दोहऱ्याई, तेहऱ्याई काँटछाँट गर्दा पनि बिरुवालाई कुनै असर नपर्ने खालका हुनु पर्दछ । ती बिरुवाका जातिहरूका मिश्रणले सवै स्थानीय आवश्यकताहरूलाई परिपूर्ति गरी कृषि पर्यावरणको दृष्टिकोणले पनि राम्ररी सामन्जस्य कायम भएको हुनु पर्दछ ।
- ▲ तिनीहरू बहुउद्देशीय हुनु पर्दछ, जसले पशु-आहारा, दाउरा तथा हरियो मलको आपूर्ति गर्न सकोस् ।

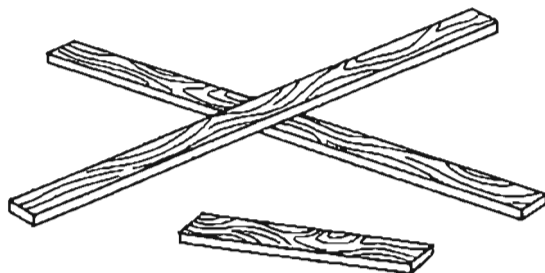
विभिन्न प्रकारका A फ्रेमहरू



साधारण A फ्रेम



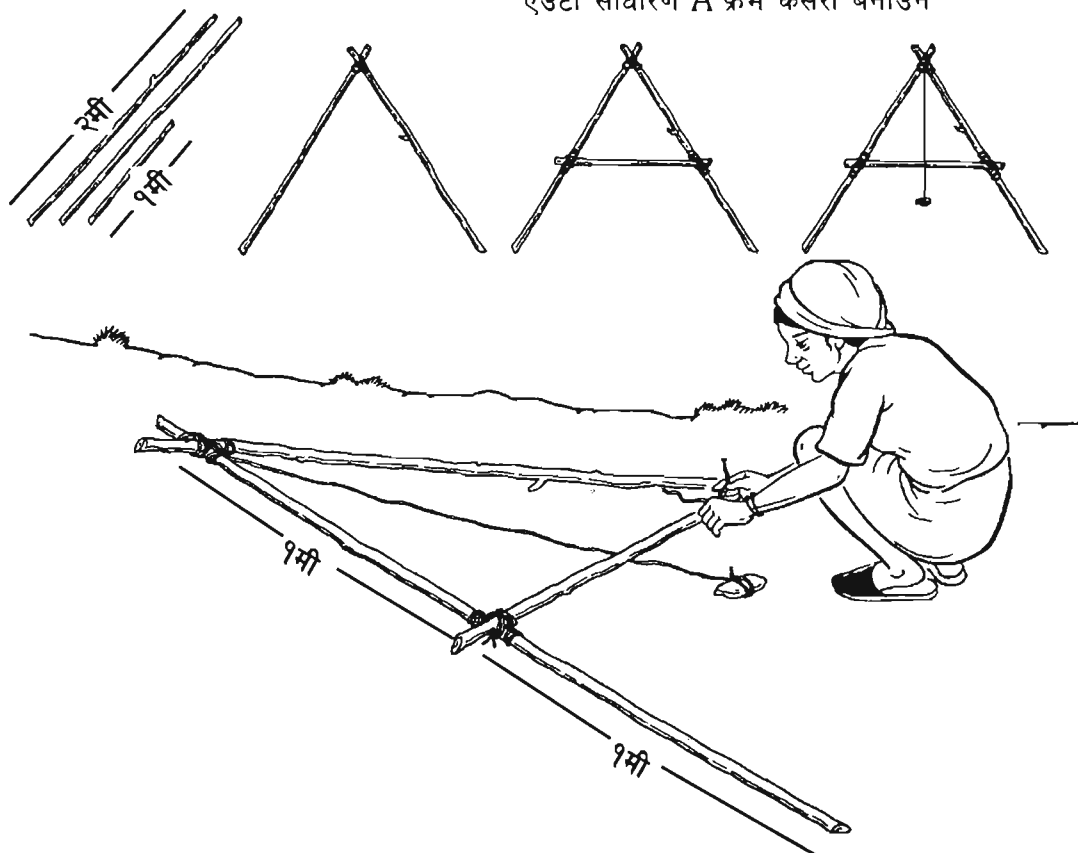
सिकर्मीका लेभलर
राखिएको A फ्रेम



▲ कन्दुर लाइन निर्धारण गर्नको लागि A फ्रेमको प्रयोग हुन्छ । सजिलै प्रयोग गर्न सक्ने लेभलर इत्यादि औजारको पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

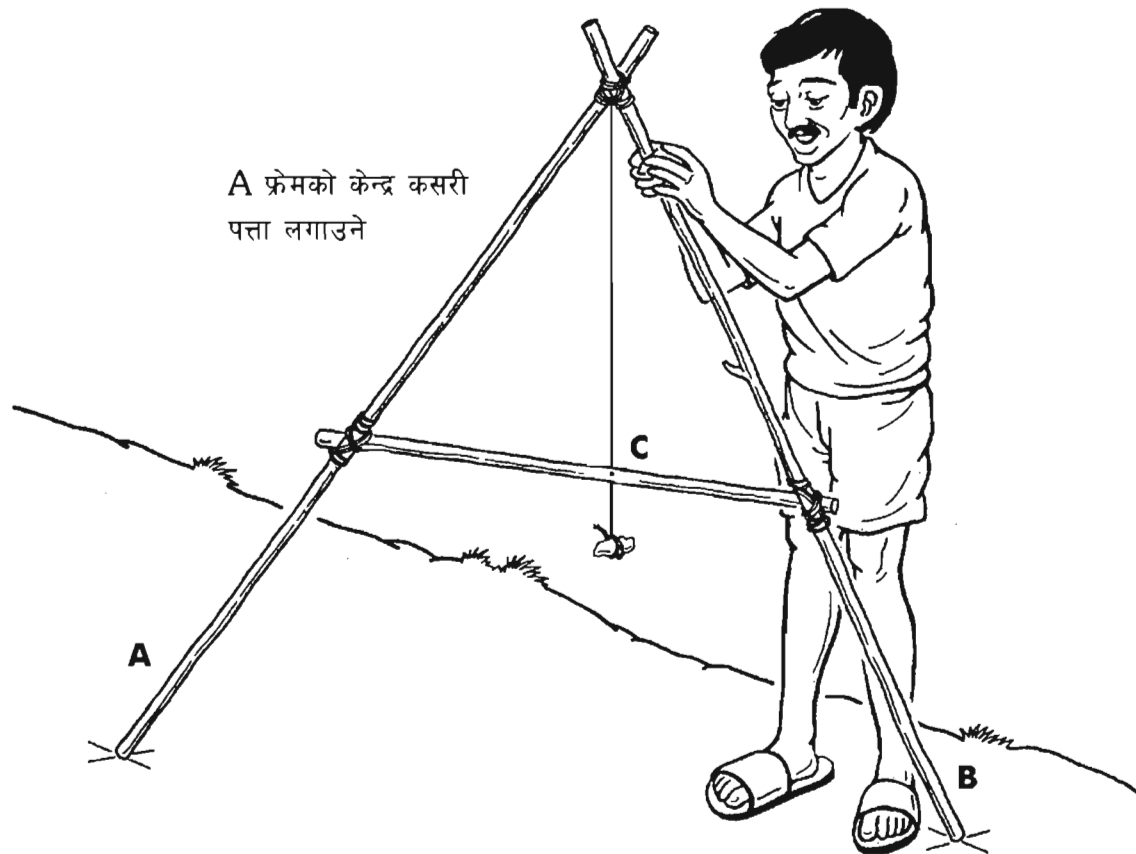
A फ्रेमको निर्माण

एउटा साधारण A फ्रेम कसरी बनाउने



- ▲ एउटा साधारण A फ्रेम तीन वटा लठीलाई जोडेर चित्रमा देखाए जस्तै गरी एक छेउमा ढुङ्गा बाँधेको डोरी बीचमा पर्ने गरी भुण्ड्याएर (लम्ब रेखा) बनाउन सकिन्छ ।

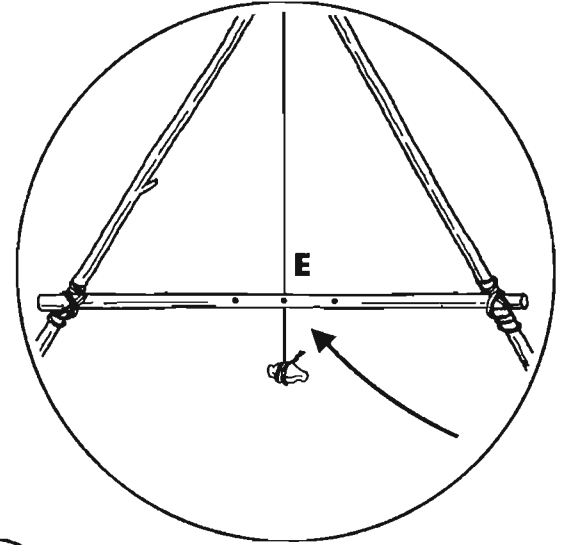
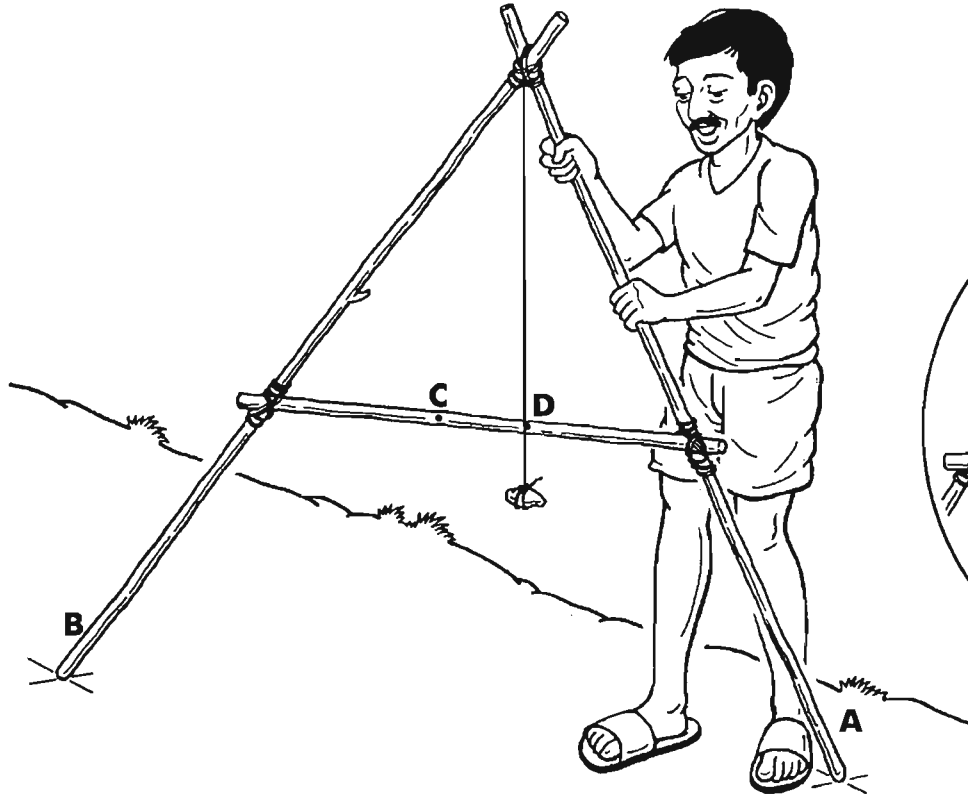
A फ्रेमको केन्द्र पत्ता लगाई चिन्ह लगाउनु होस्



▲ बीचको बिन्दू थाहा पाएपछि चिन्ह लगाउनु पर्दछ ।

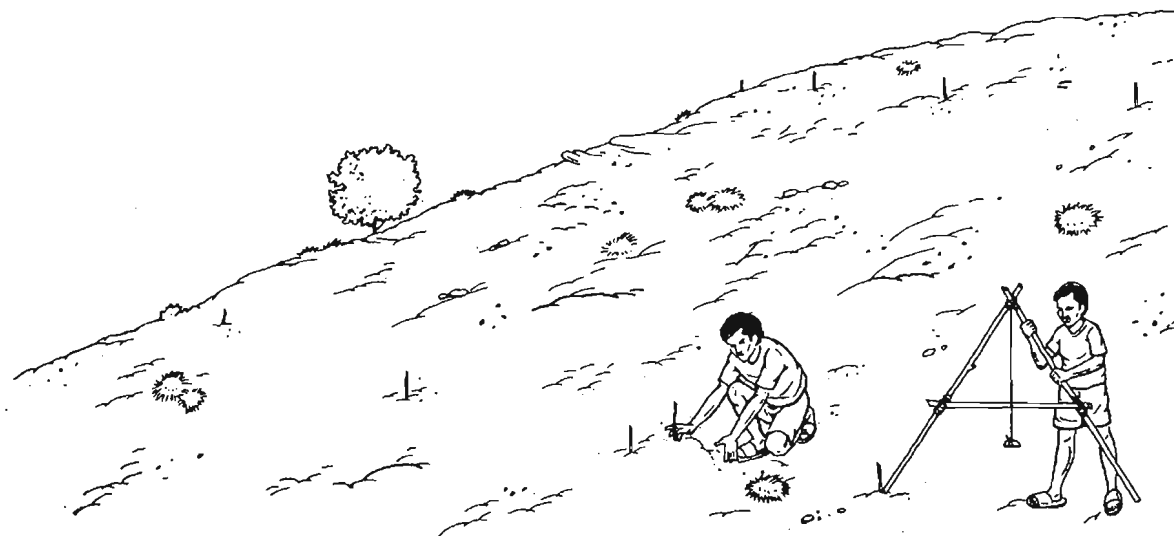
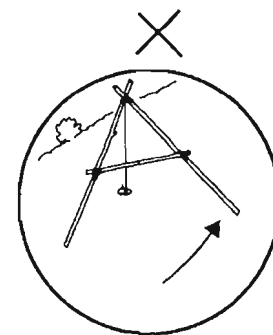
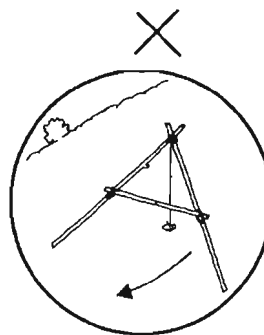
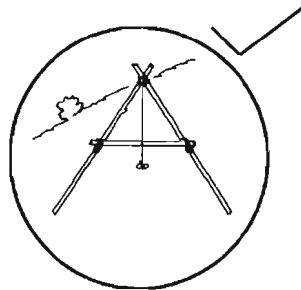
▲ फ्रेमलाई भिरालोमा राख्नुहोस् । A र B लट्टीका खुट्टा राखिएको ठाउँमा चिन्ह लगाउनुहोस् । समतल लट्टीमा C चिन्ह लगाउनु होस् ।

चिन्ह लगाउने काम क्रमशः.....



- ▲ A र B लट्टीका खुट्टाहरुलाई हेरफेर गरेर समतल लट्टीमा D चिन्ह लगाउनु होस् ।
- ▲ C र D को बीचको दूरी नापेर बीचमा E चिन्ह लगाउनु होस् ।
- ▲ जबसम्म डोरीले समतल लट्टीको E चिन्ह छुँदैन, त्यतिखेरसम्म कन्टुरमा समानान्तर रूपले फ्रेमलाई राख्नु पर्दछ ।

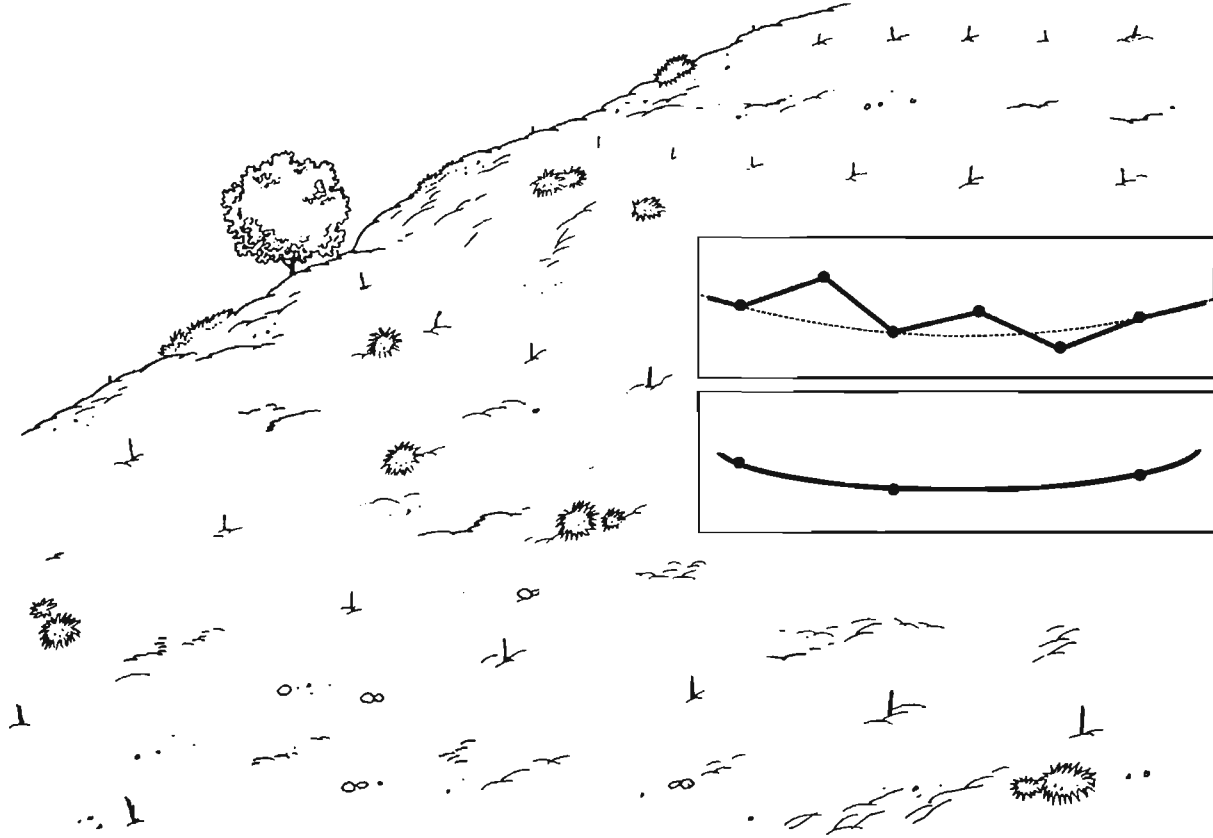
समीत रेखाहरू निर्धारण गर्नु होस्



- ▲ डोरीलाई A फ्रेमको बीचमा पार्न (विन्दू E) A फ्रेमलाई भिरालो जग्गामा संयोजन गर्नु होस् । भिरालो जग्गामा चिन्ह लगाउँदै जानु होस् । यही चिन्हहरूबाट पछि कन्टुर लाइन (contour line) बन्दछ ।
- ▲ कन्टुर हेजरोहरूको आपसि दूरी लगभग ४ देखि ६ मीटरको हुनु पर्दछ ।

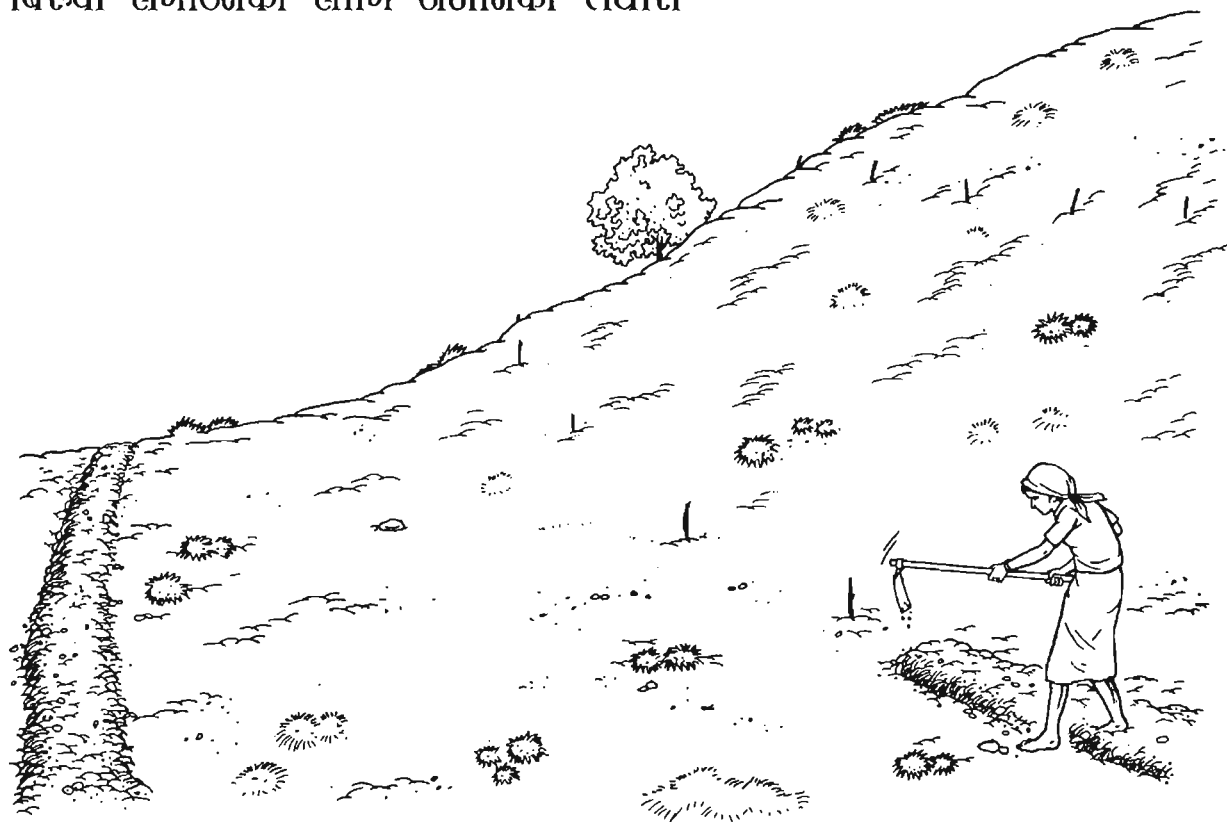
समोच्च रेखाहरूलाई समायोजन गर्नु होस्

१५►



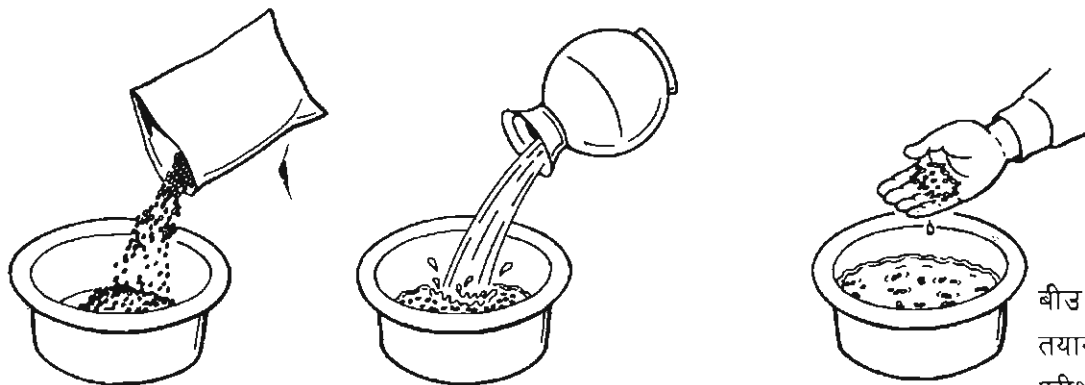
▲ यदि A फ्रेमद्वारा निर्धारित चिन्हहरु साँढै धेरै बाझो टिङ्गो भएको छ भने, ती चिन्हहरु मात्र प्रयोग गरी कन्टुर बनाउनु होस् जसबाट एकनासे कन्टुर बन्दछ ।

हेजरो बिरुवा लगाउनको लागि जमीनको तयारी



- ▲ कन्टुर चिन्हको आसपास करिब ६०- ८० से.मी. चौडा जमीनलाई राम्ररी खनेर मिहिन पारी हेजरोको बीउ उमार्न वा बिरुवा रोप्नको लागि तयार गर्नु होस् ।
- ▲ राम्ररी नखनेको र डल्ला राम्ररी नफुटाइएको जमीनमा राम्ररी बीउ उम्रन सक्तैन जसले गर्दा पुनः दोहोर्‍याएर रोप्नु पर्ने हुन्छ, जसले गर्दा खर्च बढी लाग्दछ ।

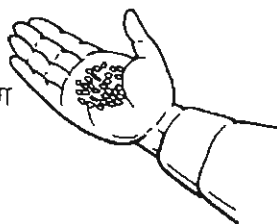
बीउको उपचार



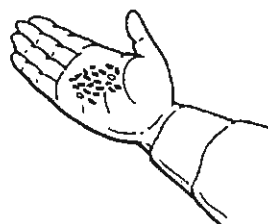
बीउ छर्नको लागि
तयार भए नभएको
परीक्षण गर्नु होस् ।

पानीबाट बीउको उपचार

यदि बीउले यथेष्ट पानी
शोषण गरेको छ भने त्यो
ढाडिएको हुन्छ र छर्नको लागि
उपयुक्त हुन्छ ।

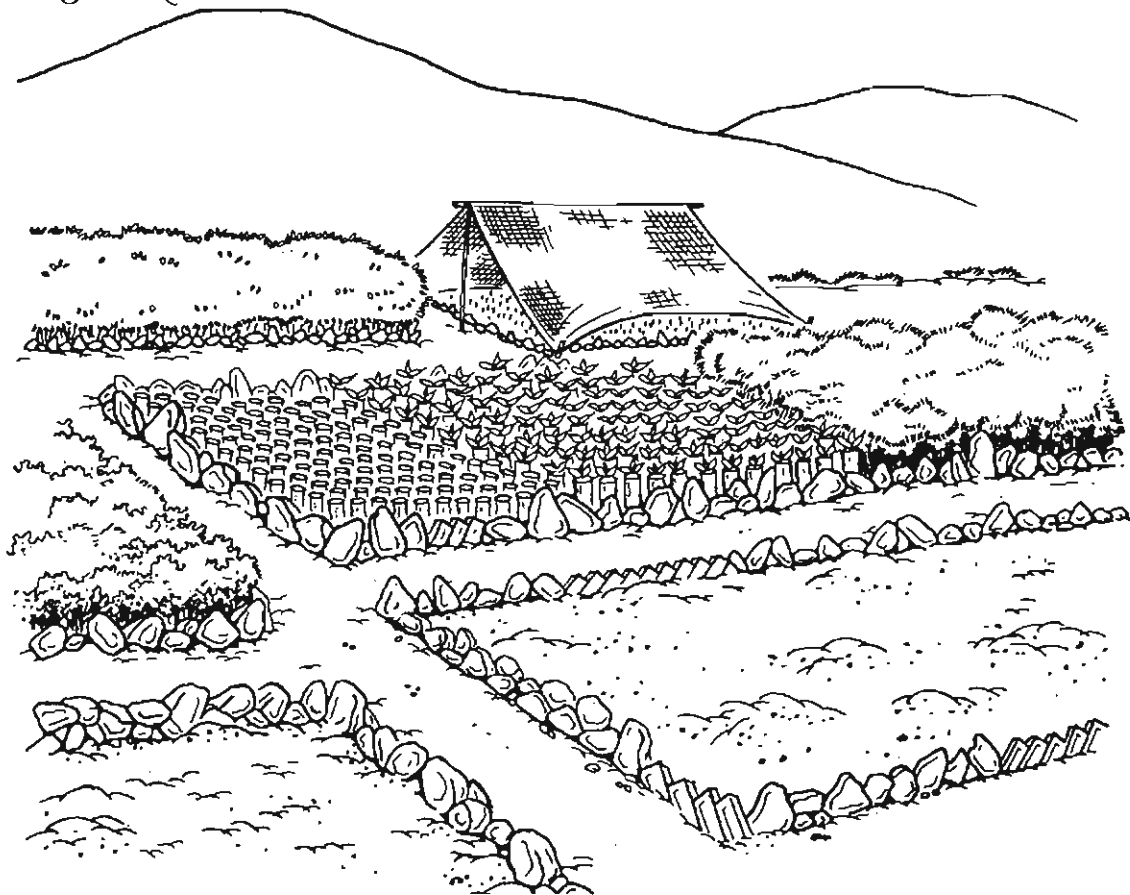


यदि बीउले यथेष्ट पानी शोषण
गरेको छैन र चाउरिएका, मसिना
छन् भने ढाडिनका लागि केही बढी
समय लाग्दछ अथवा तातो पानीको
आवश्यकता पर्दछ ।



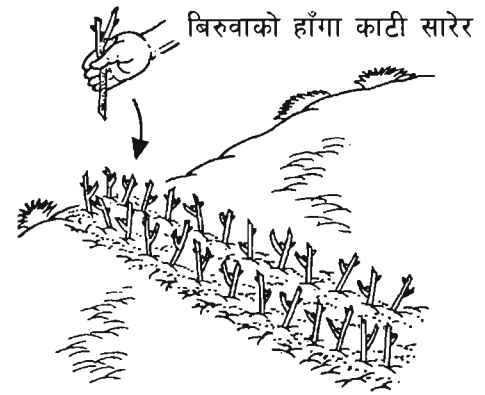
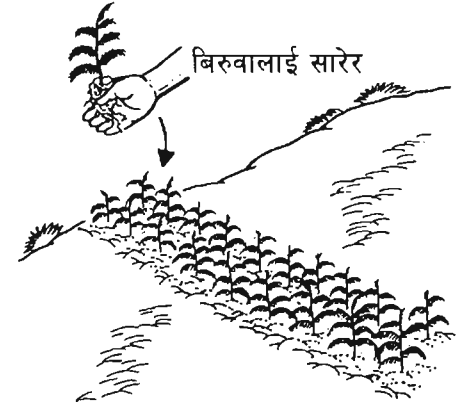
- ▲ बीउ छर्न अघि पानी यथेष्ट शोषण दिएर बीउको पूर्व-उपचार गर्न आवश्यक हुन्छ ।
- ▲ बीउलाई तातो पानी या सामान्य पानीमा धेरै घण्टासम्म भिजाउनाले त्यो ढाडिन्छ जुन अत्यन्त कम खर्चिलो, व्यवहारिक तथा प्रभावकारी तरिका हो । बीउ भिजाउनको लागि कुन बीउलाई कति समय लाग्छ भन्ने कुरा बीउको जात अनुसार फरक पर्दछ । कुनै जातको बीउलाई सुषुप्तावस्था हट्नको लागि केही मिनेट लाग्दछ भने कुनैलाई २४ घण्टा या त्यो भन्दा पनि बढी समय लाग्दछ ।
- ▲ बीउको कोमलता जान्न परीक्षण गर्नु होस्, यदि राम्ररी नढाडिएको भए पुनः पानीमा भिजाउनु होस् ।

नर्सरी लगाउनु होस्



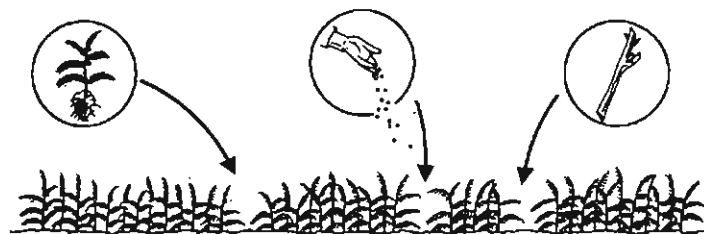
- ▲ जुन क्षेत्रमा पानीको अभाव छ, चरनको समस्या छ, तुषारो धेरै परी दोहोरो हेजरो सीधा बीउ छरेर लगाउन संभव छैन भने त्यस्तो क्षेत्रमा बीउ उमार्नका निमित्त नर्सरीमा बिरुवा उत्पादन गर्न आवश्यक हुन्छ ।

हेजरो लगाउनु होस्

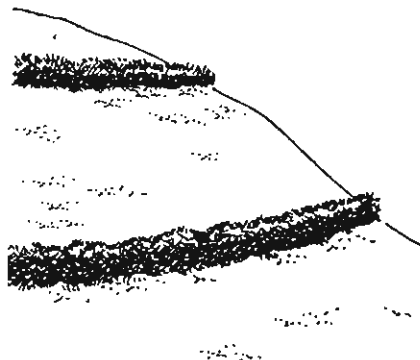


- ▲ दोहोरो हेजरो बिरुवाको जात अनुसार यसलाई सोभै बीउ छरेर, बिरुवा उमारेपछि सारेर अथवा हाँगा काटेको (कटिङ्ग) भागलाई रोपेर लगाउन सकिन्छ । दोहोरो हेजरोका बीचको दूरीमा ३० देखि ६० से.मी. को अन्तर हुनु पर्दछ ।

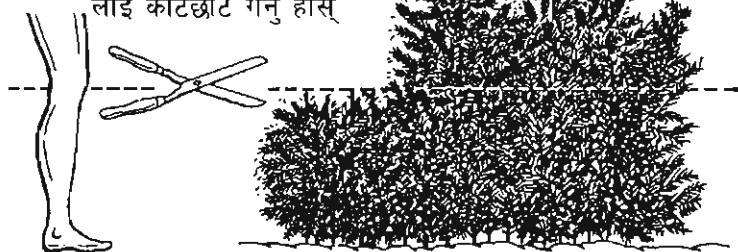
हेजरो व्यवस्थापन



खाली ठाउँमा बिरुवा लगाउनु होस्



५० से.मी. को उचाईमा हेजरो-
लाई काँटछाँट गर्नु होस्



छेउको काँटछाँट



- ▲ दोहोरो हेजरोमा खाली हुन गएका ठाउँहरुमा पुनः सोही जातका बिरुवा लगाउनाले हेजरो भाँगिएर बाक्लो हुन्छ ।
- ▲ दोहोरो हेजरो एक मीटर भन्दा बढी अग्लो भयो भने तिनीहरुलाई ५० से.मी. अथवा घुँडासम्म मात्र अग्लो हुने गरी काँटछाँट गरी दिनु पर्दछ । संगै पाटोमा लगाई राखेको बालीमा छायाँ पर्न नदिनको लागि हेजरोको छेउ-छाउमा काँटछाँट गर्नु पनि त्यतिकै आवश्यक छ ।

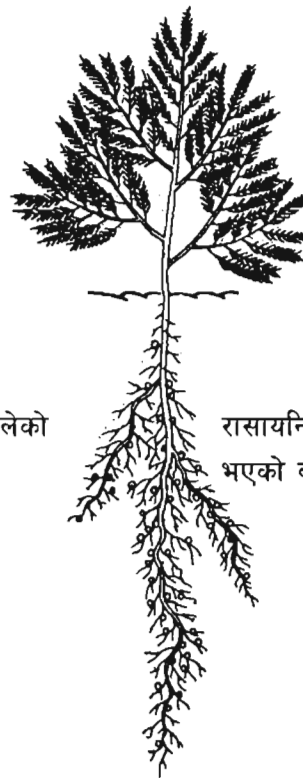
रसायनिक मलको सही उपयोग



जराको विकास



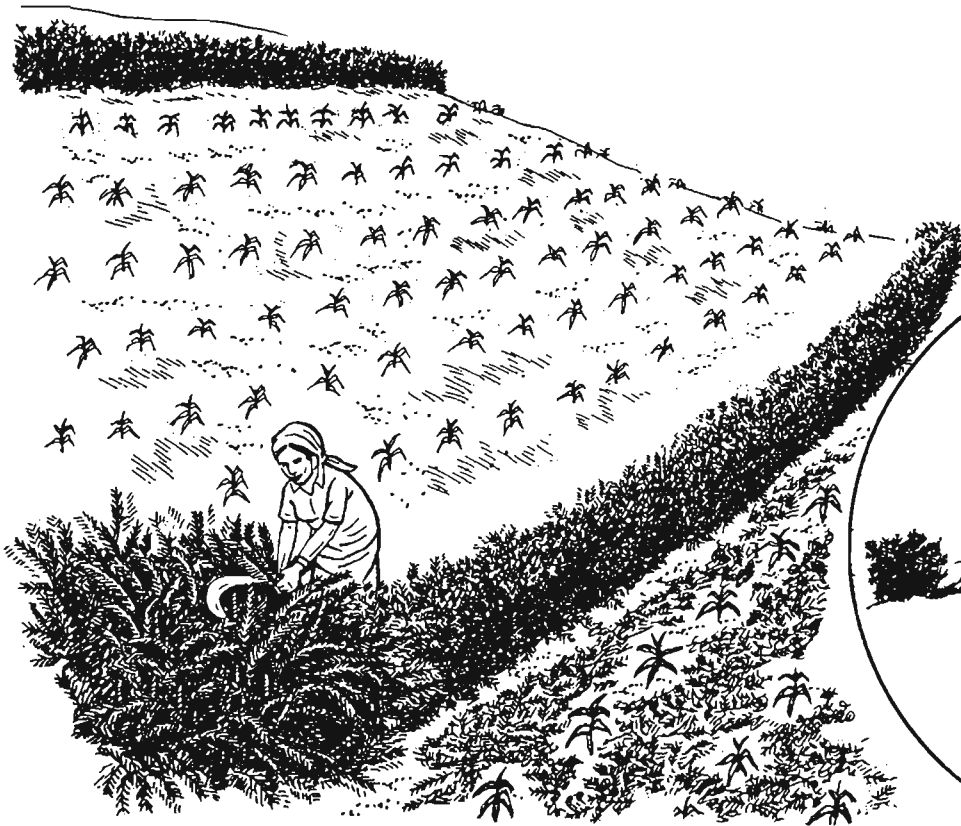
रासायनिक मल हालेको



रासायनिक मल हालेपछि
भएको बृद्धि

- ▲ शुरुको अवस्थामा दोहोरो हेजरोमा लगाइएका विरुवाहरुको बृद्धि जमीन माथिको भागमा विस्तारै हुन्छ भने जमीन मुनिको भागमा जराको बृद्धि छिटो हुन्छ । एक-दुई पटकको गोडाई आवश्यक छ ।
- ▲ थोरै मात्रामा हालेको नाइट्रोजन रासायनिक मलले पनि शुरुको अवस्थामा हेजरोको बृद्धिमा निकै सघाउ पुऱ्याउँदछ ।

काँटछाँट गर्नु होस्



२२►

▲ हेजरो काँटछाँट गरेपछि काटिएका हाँगा तथा पातहरु हरियो मलको रुपमा विशेष गरी नयाँ बाली लगाउने बेलामा प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

काँटछाँटको प्रभावकारी प्रयोग

काँटछाँट गरिएको पात हाँगाहरुलाई माटोमा मिसाउँदा, बगेर खेर जाने माटोको पौष्टिक तत्वहरुलाई पुनर्स्थापित गर्ने कार्य गर्दछ ।

हेजरो बिरुवाले जराको माध्यमबाट जमीनको तल्लो सतहबाट पौष्टिक तत्व शोषण गर्दछ जुनपछि काँटछाँट गर्दा निस्केका अवशेषको माध्यमबाट माटोको माथिल्लो सतहले पुनः प्राप्त गर्दछ ।



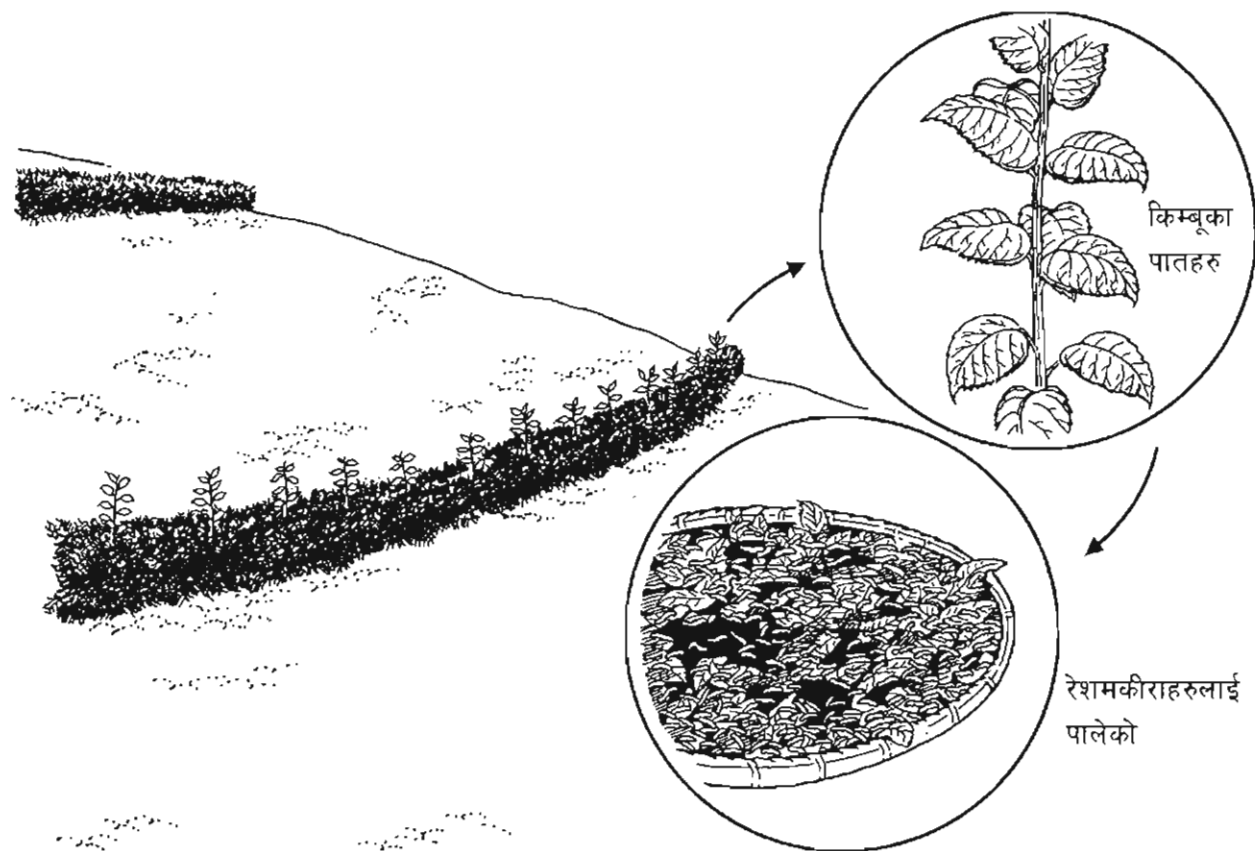
- ▲ काँटछाँट गरिएको पात हाँगाहरुलाई माटोको माथिल्लो सतहमा मिसाउँदा, भिरालोका कारणबाट माटोमा भएका पौष्टिक तत्वहरु बगेर खेर जाने भएकाले पुनः माटोलाई मलिलो बनाउने काम गर्दछ ।
- ▲ माटोको उर्वराशक्तिलाई बढाउनको लागि काँटछाँट गर्दा काटिएर भरेका हाँगाहरुलाई माटोमा राम्ररी मिसाउनु पर्दछ ।

बालीका निमित्त कृषियोग्य पाटोलाई सफा गरी मिलाउनु होस्



- ▲ दोहोरो हेजरोका बीचमा दुङ्गाहरु, ठूला-ठूला हाँगाहरु तथा नकुहिने बालीका अवशेषहरुलाई राखी दिनु पर्दछ ।
- ▲ हेजरोका बीचको पाटोलाई मिलाउँदा, फेला परेका मसिना दुङ्गाहरुलाई जम्मा गरी हेजरोका बीचको लाइनमा राखीदिनाले पाटोमा खन्न तथा गोड्न सजिलो हुन्छ ।

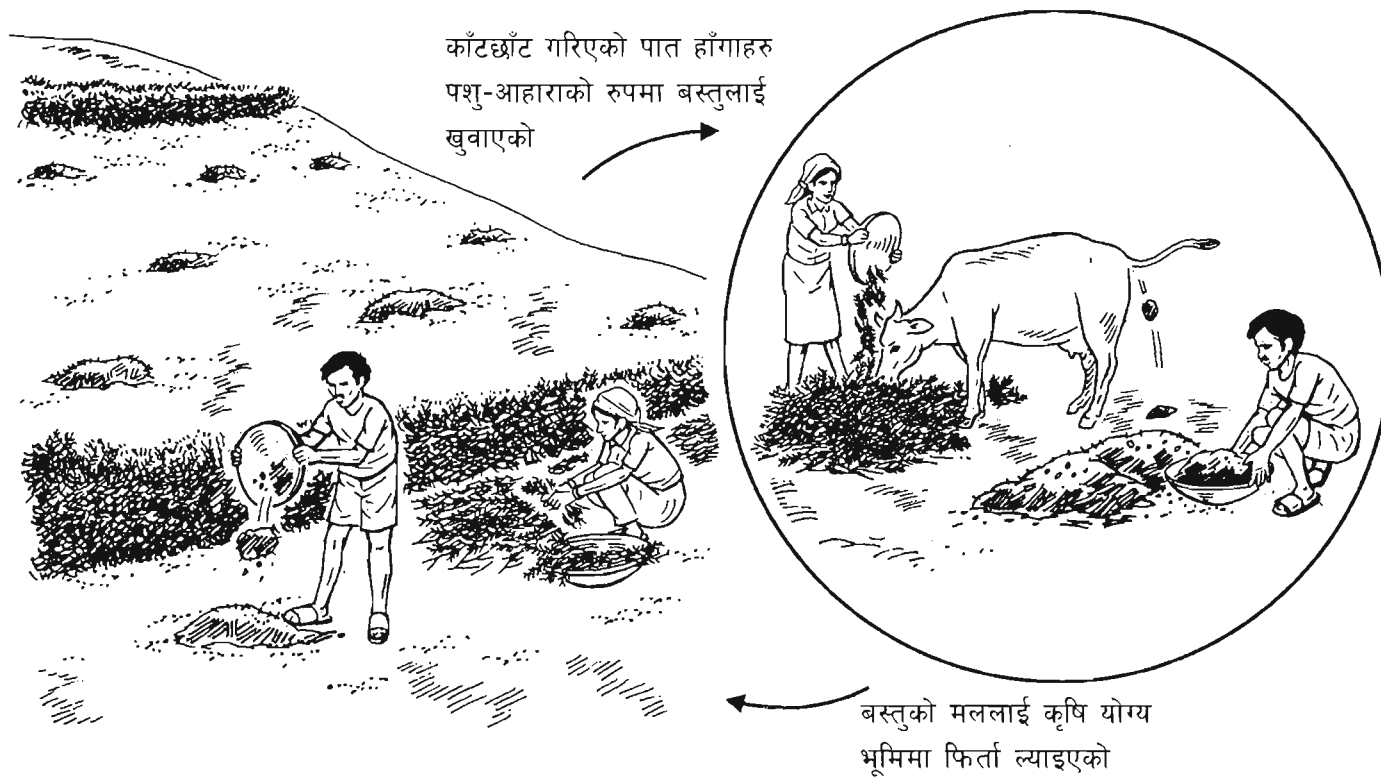
हेजरोहरुका बीचमा खेती गर्नु होस्



▲ आय बृद्धि गर्नका लागि केही नगदे विरुवाहरु जस्तै किम्बूको बोट इत्यादि दोहोरो हेजरोका बीचमा लगाउन सकिन्छ ।

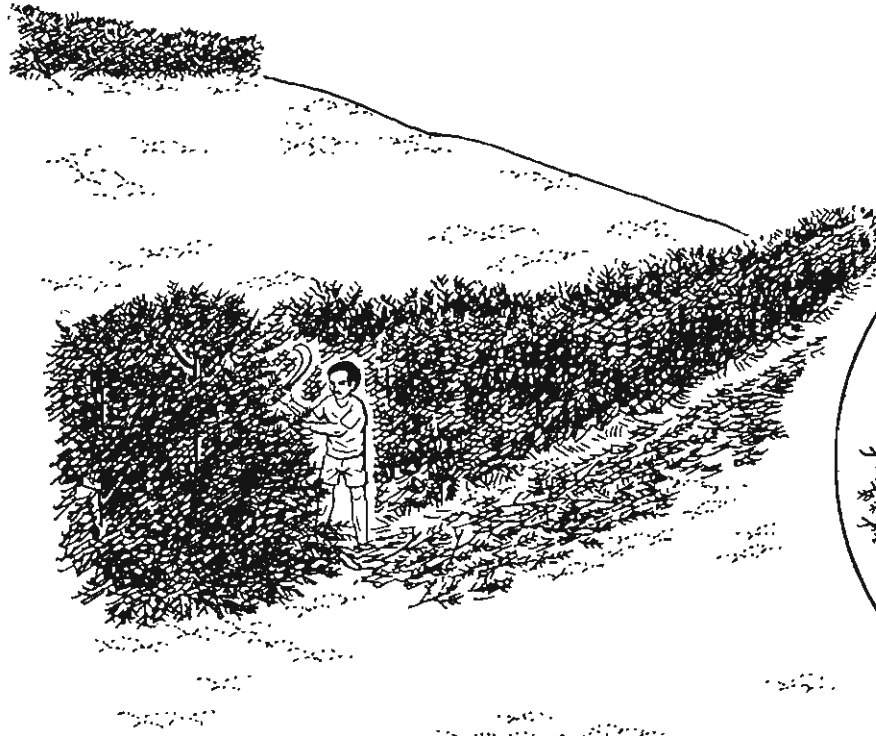
पौष्टिक तत्वहरूको चक्र

२६►



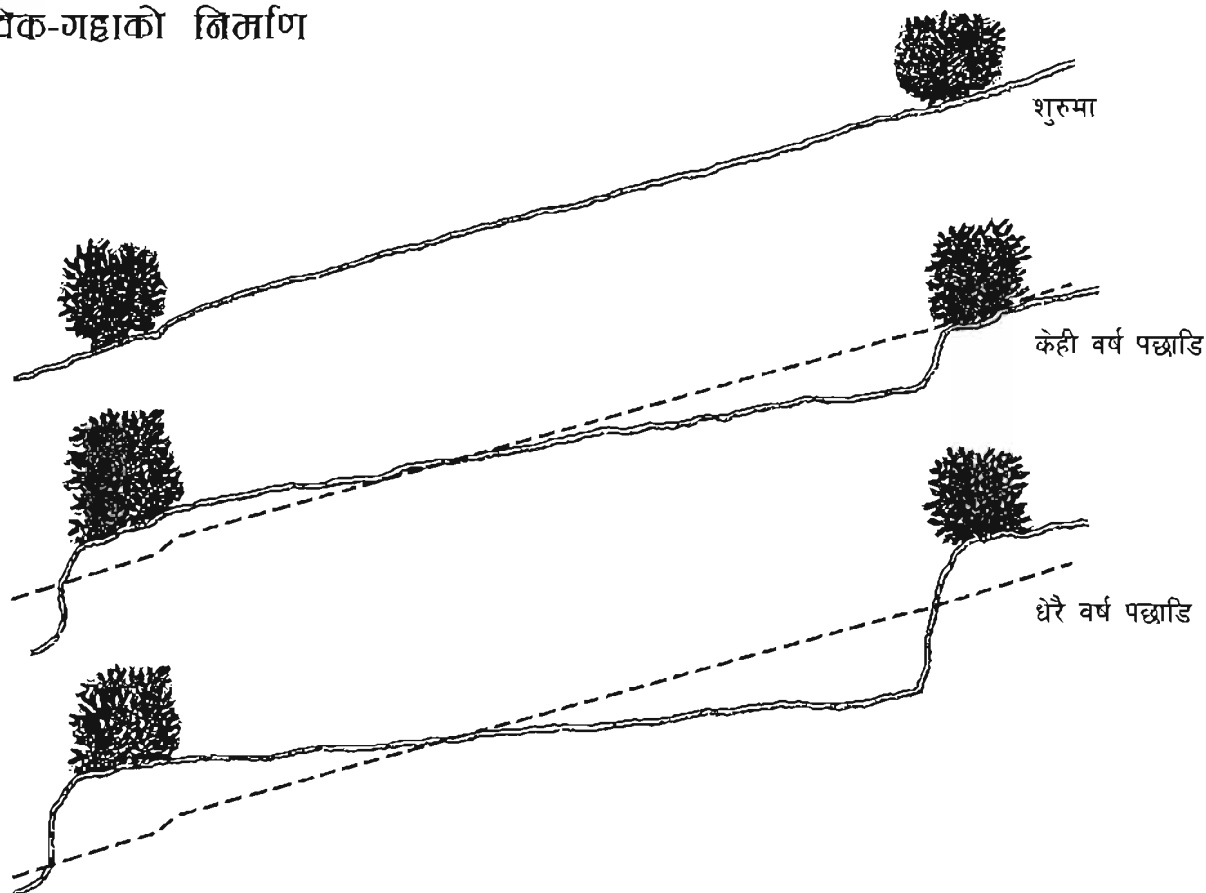
- ▲ कुनै कुनै हेजरो जातिहरू गाईबस्तुको आहाराको लागि उत्तम हुन्छन् । यसरी गाईबस्तुको मललाई कृषि योग्य भूमिमा फिर्ता ल्याएर उत्पादन बढाउन सकिन्छ ।

दाउरा उत्पादन



- ▲ दोहोरो हेजरोहरुबाट यदि दाउरा वा खाँबो प्राप्त गर्ने हो भने ती हेजरोलाई माथिबाट काँटछाँट गर्ने अवधि बढाउनु पर्दछ ।
तर छेउ-छाउमा गरिने काँटछाँट भने नियमित समयमा हुनु पर्दछ, जसबाट सगै लगाइएका अन्य बालीमा कुनै छायो नपरोस् ।
- ▲ डाँठ/ठूला हांगाहरुलाई पाटोहरु (alleys) मा नै छाडी दिनु पर्दछ र पात भरी सकेपछि हटाउनु पर्दछ ।
- ▲ यसो गर्नाले माटोको उर्वराशक्तिमा बृद्धि हुनाका साथै दाउरा पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

जैविक-गद्दाको निर्माण



- ▲ दोहोरो हेजरोले पानीको बग्ने बेगलाई नियन्त्रण गर्नुको साथै पानीसंगै धोलिएर बग्ने माटोको क्षतिलाई पनि घटाउँदछ ।
- ▲ सामान्य रूपले खेती गरिरहेको भू-भाग धेरै वर्ष पछि प्राकृतिक रूपले थिग्रिने प्रकृत्याले गर्दा प्राकृतिक तवरले नै गद्दा (Terrace) जस्तो बन्न पुग्दछ ।

हिन्दू कुश-हिमाली क्षेत्रबाट सिकेको पाठ (ज्ञान)



क. सही तरिकाहरु



चित्र १



चित्र २



चित्र ३



चित्र ४



ख. गलत तरिकाहरु



चित्र १



चित्र २



चित्र ३



चित्र ४

- ▲ चित्र. १ समोच्च रेखाको दिशा सही तरिकाले निर्दिष्ट भएको हुनु पर्दछ ।
- ▲ चित्र. २ दोहोरो हेजरोलाई बाक्लो हुने गरी कायम राख्नु पर्दछ ।
- ▲ चित्र. ३ लगाई राखिएको बालीमा छायाँ नपरोस् भन्नाका लागि समय-समयमा दोहोरो हेजरोलाई काँटछाँट गरी राख्नु पर्दछ ।
- ▲ चित्र. ४ हेजरो काँटछाँट गर्दा निस्केका पात हाँगाहरुलाई पाटोहरु (Alleys) मा नै लगाउनु पर्दछ ।

प्रयोग गर्न सकिने अन्य क्षेत्रहरू

कन्दुर हेजरो अन्तरबाली प्रविधिको मुख्य फाइदाहरूमा पानी तथा भू-संरक्षणका साथै पौष्टिक तत्वले भरिपूर्ण जैविक राशि, माटोलाई प्रदान गरी माटोको उर्वराशक्ति तथा बनोटलाई सुधार्नु हो । त्यसकारण, कन्दुर हेजरो अन्तरबाली प्रविधिलाई भिरालो कृषि योग्य भूमिमा मात्र होइन, तल उल्लेखित अन्य क्षेत्रहरूमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

- **वनस्थापन/पुनर्वनस्थापन:** वनस्थापन/पुनर्वनस्थापन कार्यक्रम अन्तर्गत कन्दुर हेजरोलाई प्रत्येक ८-२० मीटरको भिरालोमा लगाउन सकिन्छ तथा हेजरोमा लगाइएका नयाँ रुखका बिरुवाहरूले राम्ररी भौँगिनु अगावै पनि भू-क्षयलाई थामी माटो बगेर जानबाट रोक्दछ । जब वनस्थापनका लागि लगाइएका रुखहरू हुर्कन्छन् त्यसपछि हेजरोलाई दाउराको निमित्त काँटछाँट गर्नु पर्दछ ।
- **फलफूल बगैँचा विकास/नगदे बिरुवा रोपण:** पहाडी भेगका भिरालो जग्गामा फलफूल बगैँचा अथवा नगदे बिरुवाहरू लगाउनु आय-आर्जनको राम्रो विकल्प हो । कन्दुर हेजरो अन्तरबाली प्रविधिलाई अपनाउनाले माटोको क्षति हुन दिदैन र फलफूल तथा नगदे बिरुवाका लागि हरियो मल अथवा सोत्तर (mulch) पनि प्रदान गर्दछ । यसले उब्जनीको गुणस्तरमा मात्र बृद्धि गर्दैन कि रासायनिक मलको आवश्यकता पनि घटाउँदछ । कन्दुर हेजरो प्रविधिले जैविक कृषि प्रणालीलाई प्रवर्धन गर्नेछ ।
- **एकीकृत जलाधार व्यवस्थापन (Integrated watershed management):** एकीकृत जलाधार व्यवस्थापनको एक प्रमुख उद्देश्य भू-संरक्षण हो । यसर्थ यस प्रविधिले यसका लागि ठूलो सहयोग पुऱ्याउने छ ।
- **हास भै उजाडिएको जमीनको पुनर्स्थापना:** हास भै उजाडिएको जमीनको पुनर्स्थापनका लागि कन्दुर हेजरो अन्तरबाली प्रविधि अपनाउनाले भू-संरक्षण गर्ने, माटोको गुण सुधार्ने पुनर्स्थापन कार्यकलापलाई बढावा दिन्छ ।
- **पशुपालनको विकास:** यस हिन्दू कुश-हिमाली भेगमा पशुपालनको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको भए तापनि तिनलाई खुवाउने यथेष्ट पशु-आहाराको जहिले पनि जटिल समस्या रहेको छ । त्यसैले धेरै नाइट्रोजन स्थिरीकरण (Nitrogen fixing) गर्ने (woody) काठे बिरुवाहरू जुन यस क्षेत्रका पुराना जातिहरू हुन्, पशु-आहाराका निमित्त पनि उत्तम छन् । यिनलाई कन्दुर हेजरो अन्तरबाली प्रविधिद्वारा पशु-आहाराको उत्पादनमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसो गर्दा ती पशु-आहाराका निमित्त प्रयोग हुने बिरुवालाई खाद्यान्न बिरुवा अथवा नगदे बिरुवाको सट्टा पाटोमा लगाइन्छ । यस्तो प्रणालीमा कन्दुर हेजरोमा लगाइएका बिरुवाहरू तथा पाटोमा खाद्यान्न बिरुवा अथवा नगदे बिरुवाका सट्टामा लगाइएका पशु-आहाराका बिरुवाहरूले पशु-आहारा नै उपलब्ध गर्न सक्छन् । हेजरोको व्यवस्थापन पनि उस्तै हो । यसलाई पर्ती जग्गामा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

अनुसूची १: विभिन्न जलवायु (Climatic zones) क्षेत्रका लागि सिफारिस गरिएका बिरुवाका

जातिहरू – हिन्दू कुश-हिमाली भेगमा इसिमोडले गरेका कार्य परिणाममा आधारित

Tropical monsoon उष्ण मनसून	Sub tropical monsoon frost free उपोष्ण मनसून, तुषारोरहित	Subtropical monsoon, short period frost उपोष्ण, छोटो अवधिको तुषारो
ल्लुसेना लेउकोसेफाला ल्लुसेना डाइवरसिफोलिया क्यालिआन्ड्रा क्यालोथिर्सस् इन्डिगोफेरा टिस्मानी फ्लेमिन्जिया म्याक्रोफिल्ला डेस्मोडियम रेन्सोनी ग्लाइरिसिडिया सेपियम डाल्बेरजिया सिस्सौं क्यासिया साइमियां	ल्लुसेना लेउकोसेफाला अकेसिया मिएरन्साई अकेसिया डिलबाटा अल्बिजिया क्यालकोरा अल्बिजिया यून्नानेन्सिस अल्बिजिया प्रोसेरा अल्बिजिया लेब्बेक इन्डिगोफेरा डोसुआ बोहुनिया पुरपुरिया एल्नस नेपालेन्सिस	अकेसिया मिएरन्साई अकेसिया डिलबाटा अल्बिजिया जुलिब्रिसिने अल्बिजिया क्यालकोरा अल्बिजिया यून्नानेन्सिस इन्डिगोफेरा डोसुआ बोहुनिया पुरपुरिया ल्लुसेना लेउकोसेफाला

स्थानीय भाषामा अनुवाद गर्न चाहने संघ-संस्थाहरूले कम्प्युटर-
बाट निकालिएका चित्रहरू सहितको आलेख इसिमोडको पहाडी
खेती प्रणाली (Mountain Farming Systems) विभागबाट
प्राप्त गर्ने व्यवस्था मिलाइएको छ ।

अवधारणा र वैज्ञानिक निवेश
डा. टाङ्ग या
ढाँचा र चित्रहरू
केशर जोशी, कीर्ति स्टुडियो
लेआउट डिजाईन
धर्मरत्न महर्जन

अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र

४/८० जावलाखेल, पोष्ट बक्स नं. ३२२६, काठमाण्डौ, नेपाल

टेलिफोन ५२५३१३

फ्याक्स ५२४५०९, ५३६७४७

email: distri@icimod.org.np

Web Site: <http://www.icimod.org.sg>