GOVERNMENT OF NEPAL

EUROPEAN UNION

Ministry for Foreign Affairs of Finland

मानव अधिकारवादी अवधारणा र लैंगिक समानता तथा सामाजिक समावेसीकरण शृंखलाहरु

चर्पीमा सबैको पहुँच कसरी ?

RVWRMP

ग्रामीण जलस्रोत व्यवस्थापन परियोजना, तेस्रो चरण

FCG

चर्पीमा सबैको पहुँचको लागि उपयुक्त ढाँचाहरु:

निकटता: चर्पी भरसक घरभित्रै वा सकेसम्म घरको नजिकै हुनु पर्दछ ।

चर्पीसम्म पुग्ने बाटो: चर्पीसम्म जाने बाटोको चौडाई १२० देखि १८० से.मि. (कम्तिमा ९० से.मि.) हुनुपर्दछ । यस्तो बाटो खस्रो प्रकारको र हिड्दा नचिप्लिने खालको हुनुपर्दछ । सिमेन्ट ढलान गरेर बनाइएको बाटो भएमा दृष्टिबिहीन, ह्वीलचेयर र वैशाखी प्रयोगकर्ता लगायत सबैलाई सहज हुन्छ । जसले वर्षातको समयमा भुईलाई हिलो र चिप्लो हुनबाट बचाउछ । राम्रोसंग ग्राभेल गरिएको बोटो अर्को बिकल्प हुनसक्छ । कमजोर दृष्टि भएकाहरुको लागि बाटोको दुवैतिर सेतो रंग लगाउने र मार्गदर्शनको लागि डोरीको व्यवस्था गर्दा उपयोगी हुन्छ ।

खुड्किलाहरु: खुड्किलाहरुको आवश्यकता पर्ने अवस्थामा खुड्किलाहरु बनाउँदा ठीक्क उचाईका र फराकिला बनाउनु पर्दछ । साथै सिमेन्ट प्रयोग गरी खुड्किला बनाईएको भएमा पानी पर्दा नचिप्लियोस् भन्नका लागि खस्रो धर्साहरु बनाउनु पर्दछ । खुड्किलाहरुको छेउमा ७० देखि ९० से.मि. उचाइको रेलिंग बनाउने र खुड्किलाहरुको धारमा सेतो रंग लगाउनु पर्दछ ।

र्‍याम्प: यदि ठाँउ पर्याप्त छ भने, चर्पी सम्म पुग्नको लागि रेलिंग सहितको र्‍याम्प निर्माण गर्न सकिन्छ । र्‍याम्पको अधिकतम भिरालोपन (स्लोप) १:१० बराबर हुनुपर्छ । चर्पीको अगाडि कम्तिमा पनि १२० से.मि.लम्बाई भएको सम्म परेको प्लेटफर्म हुनु जरुरी हुन्छ ।

ढोका: चर्पीको ढोकाको चौडाइ कम्तिमा पनि ९० से.मि.को हुनु पर्दछ । ह्वील चेयर तथा बैशाखी प्रयोग गर्नेहरु र कमजोर मानिसले समेत सजिलै खोल्न र बन्द गर्न सक्ने गरी ढोका दुवै तर्फ खुल्ने प्रकारको हुनुपर्दछ ।

भुई: भुई समतल र सफा गर्न सजिलो खालको हुनुपर्छ, किनभने यस भुईमा अशक्तहरु बिना सहायता बामे सरेर हिड्नु पर्ने हुन्छ ।

प्रकाश, हावा छिर्ने ठाउँ र गोपनीयता: चर्पीको कोठामा पर्याप्त मात्रमा उज्यालो र हावा आवात जावत भएको सुनिश्चित गर्नु पर्दछ, किनभने कमजोर दृष्टि भएका व्यक्तिहरुाई उल्यालो हुन जरुरी छ । त्यसैले बत्ति बाल्ने स्वीच भेटीने ठाँउमा हुनुपर्दछ । सुरक्षा र गोपनीयताको लागि ढोकाको चुकुल सजिलै लाउन र खोल्न मिल्ने गरी बनाएको हुनु पर्दछ । अपांगता भएका व्यक्तिहरुलाई चर्पीमा धेरै समय लाग्न सक्छ र उनीहरुलाई समेत गोपनियताको उत्तीकै आवश्यकता छ भन्ने कुरा बुझ्नु पर्दछ ।**कोठाको आकार:** कोठामा ह्वीलचेयर घुमाउन मिल्ने गरी करिब १५० से.मि.को गोलाईमा र चर्पीको प्यान सीट भएको ठाँउ अगाडि अथवा छेउतिर कम्तिमा ८० से.मि. जति पर्याप्त ठाँउ हुनु पर्दछ ।

चर्पीको प्यान सीट: चर्पीको प्यान सीट टुक्रुक वस्ने खालको भन्दा पनि स्थिर बस्न मिल्ने अथवा बेन्च जस्तो हुनु पर्दछ । चर्पीको प्यान सीट सजिलै सफा गर्न सकिने हुनु पर्दछ । यदि परिवारका अन्य सदस्यहरुले टुक्रुक बस्ने खालको प्यान मन पराउछन् भने बस्ने भागलाई सजिलै हटाउन सकिने खालको हुनु पर्दछ ।

भित्री बनोट : चर्पी कोठा भित्र भित्तामा ७० देखि ८० से.मि.को उँचाईमा चर्पीको प्यान सिट सम्म पुग्न सहयोग हुने खालको बलियो हाते रेलिंग (बाँसको अथवा काठको) व्यवस्था गरिएको हुनु पर्दछ । ढोका अथवा छतबाट झुण्डिएको एउटा डोरी राखेमा पनि सहयोगी हुन सक्छ ।

स्थान: चर्पी जहिले पनि घरभन्दा नजिकै, सजिलै जान आउन सकिने र नचिप्लिने किसिमको हुनु पर्दछ । भित्र छिर्ने ठाँउ सम्भव भए सम्म समतल वा र्‍याम्प वा खुड्किला भएको हुनु पर्दछ ।

मार्गदर्शन: दृष्टिबिहीनहरुलाई चर्पीसम्म डोर्‍याउनको लागि मार्गदर्शनको रुपमा एउटा साधारण डोरीको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

ठाउँ: चर्पी आवश्यक मात्रामा फराकिलो र पर्याप्त उज्यालो भएको हुनु आवश्यक छ । चर्पीको भुइँ नचिप्लिने किसिम र सजिलैसंग सफा गर्न सकिने किसिमको हुनुपर्दछ ।

यदि चर्पी पहिले नै निर्माण भैसकेको छ भने त्यस्ता चर्पीहरुमा उपरोक्त सुझाबहरुको आधारमा सुधार गर्न सकिन्छ भने नयाँ चर्पी बनाउँदा फरक क्षमता भएका तथा जेष्ठ नागरिकहरुको आवश्यकता र सहजतालाई ध्यान दिई अझ बढि उपयुक्त हुने किसिमले बनाउन सहयोग पुग्न सक्दछ।

ध्यान दिनुपर्ने प्रमुख सवालहरुः

- के घरका सबै सदस्यहरु बिच चर्पीको पहुँच र त्यसको आवश्यकताको बारेमा छलफल भएको छ ?
- के चर्पी परिवारका सबै सदस्यहरुको आवश्यकता बमोजिम निर्माण भएको छ ?
- के महिनावारी भएको बेलामा महिलाहरुलाई चर्पी प्रयोग गर्न दिइन्छ ?
- के चर्पी सम्म जाने बाटो सजिलो छ ? (जस्तैः चिप्लो बाटो वा अप्ठ्यारो बाटो आदी नभएको)
- के चर्पी सुरक्षित स्थानमा बनाइएको छ ? र असजिलो परेको अवस्थामा गुहार माग्न सकिने अवस्था छ ?
- के चर्पी जाने बाटो पर्याप्त रुपमा फराकिलो छ, जसले गर्दा अपांगता भएका व्यक्तिहरु तथा बृद्धबृद्धाहरुको लागि सजिलो होस्।
- चर्पीसम्म जाने बाटो धेरै भिरालो त छैन ?
- के दृष्टिबिहीन व्यक्तिहरुले चर्पीको बाटो आफै पहिल्याउन सक्दछन् ? उनीहरुलाई डोऱ्याउनको लागि कुनै बार वा डोरी राखिएको छ ?
- के चर्पीको प्रवेशद्वार ह्वीलचेयर वा वैशाखी प्रयोगकर्ताहरुको लागि पर्याप्त फराकिलो छ ?
- के चर्पीको ढोका कमजोर हातहुनेहरुले पनि सजिलै खोल्न सक्दछन् ?
- के चर्पीको ढोका सबै जनाले भित्रबाट सजिलैसंग बन्द गर्न सक्दछन् ?
- के चर्पीको चुकुल सजिलैसंग बन्द गर्न र खोल्न सकिने खालको छ ?
- के चर्पीको कोठा, ढोका बन्द भएको बेलामा पर्याप्त मात्रामा उज्यालो र हावा आवतजावत हुने खालको छ ?
- के चर्पीमा टुक्रुक्क बस्न र उठ्नको लागि कुनै सहारा वा टेकोको व्यवस्था गरिएको छ ?
- के चर्पीमा पानीको व्यवस्था छ ? यदि छ भने चर्पीमा बसेको अवस्थामा पानी सजिलै भेटिने गरी राखिएको छ ?
- के पानी र साबुन सहितको हात धुने स्थान सबै जनाको पहुँचमा छ ?
- के चर्पी सबै प्रयोगकर्ताको लागि गोपनीयतायुक्त छ ?
- के चर्पी सफा राख्न सजिलो हुने खालको छ ?

सबै घरपरिवारमा अपांगता भएका व्यक्ति नहुन पनि सक्छन् तर परिवारमा बृद्ध व्यक्तिहरु हुने गर्दछन् वा अहिले नभएपनि पछि बृद्ध हुनैपर्दछ। अन्ततस् घरका सबै जना एक दिन अवश्य बृद्ध हुन्छन्। त्यसैले अर्काको सहारा बिना नै चर्पीमा सबैको पहुँच हुन सक्ने गरी चर्पी निर्माण गर्नुपर्दछ।

अपांगता भएका वा बृद्ध व्यक्तिहरुलाई अरुको सहयोग बिना चर्पीमा टुक्रुक्क बस्न र उठ्न गाह्रो हुन्छ। एउटा डोरी वा हातले समाउने रेलिंगले यस्ता व्यक्तिलाई सहज बनाउँछ।

चित्रमा देखाए झैँ एउटा कुर्सीको व्यवस्था गर्न सकिएमा बृद्ध र अपांगता भएका व्यक्तिलाई सहज र सुरक्षित हुन्छ।

हामी सबैलाई चर्पी चाहिन्छ !
चर्पी सबैको पहुँचमा हुनुपर्दछ ।

एउटा प्लाष्टिकको कुर्सिको बिच भागमा प्वाल पारेर एउटा सामान्य चर्पीको आसन बनाउन सकिन्छ । यसो गर्दा प्वाल काटिएको ठाउँको राम्रोसँग धार मारिएको हुनु पर्दछ ।

दिसा गरि सकेपछि प्लाष्टिक सफा गर्न सजिलो हुने र कुर्सिमा भएका हात राख्ने ठाउँले गर्दा प्रयोग गरिसकेपछि उठ्न सजिलो हुन्छ । तसर्थ प्लाष्टिकको कुर्सिको चर्पीको आसन बनाउनु एउटा राम्रो बिकल्प हो ।

एउटा प्लाष्टिकको कुर्सिको बिच भागमा ठूलो प्वाल पार्ने र त्यसको धार मार्ने

सम्पर्क:

परियोजना सहयोग इकाई:

अमरगढी नगरपालिका – ५ , डडेल्धुरा, सुदूरपश्चिम प्रदेश, नेपाल

फोन: + ९७७ -९६-४१०४१३/४१०४१४

फ्याक्स: + ९७७ -९६-४१०४१५

ईमेल: info@rvwrmp.org.np

सम्पर्क कार्यालय:

मानभवन, जावलाखेल, ललितपुर , नेपाल

फोन: + ९७७ -१- ५५५०६२८/५५४३३०१

फ्याक्स: + ९७७-१-५५२१४१७

www.rvwrmp.org.np

प्राविधिक सहयोग इकाईहरु: अछाम, बैतडी, बझाङ्ग, बाजुरा, डडेल्धुरा, दैलेख, दार्चुला, डोटी, हुम्ला र कैलाली

"यो सामग्री युरोपेली संघ र वैदेशिक मामिला मन्त्रालय, फिनल्याण्ड समेतको आर्थिक सहयोगमा उत्पादन गरिएको हो । यसमा व्यक्त गरिएका दृष्टिकोणहरुले युरोपेली संघ वा वैदेशिक मामिला मन्त्रालय, फिनल्याण्डको आधिकारिक धारणा प्रतिबिम्बित गर्दैन ।"