



## अध्याय १५

# अभिभावक र सेवादाताका लागि सहयोग



साना अन्धो बच्चाको अभिभावक वा सेवादाताको रूपमा उनीहरूलाई परिवार र समुदायलाई उपयोगी हुने सहयोग र सूचनाहरू आवश्यकता पर्दछ। विश्वमा परिवार तथा समुदायहरूबिच विविधता छन् तैपनि तपाईं जहाँ बसे पनि अन्धो वा आँखा राम्रोसँग देख्न नसक्ने बच्चालाई हेरचाह गर्दा आउने धेरै चुनौतीहरू मिल्दाजुल्दा हुन्छन्। यस अध्यायमा प्रायजसो परिवारहरूले विभिन्न स्थिति या अवस्थामा के के गर्न सक्छन् भन्नेबारे कुरा गरिएको छ। जस्तै :

- बच्चा अन्धो वा राम्रोसँग देख्न नसक्ने रहेछ भन्ने कुरा थाहा पाउँदा।
- बच्चा अन्धो भएका कारणले थप जिम्मेवारी बहन गर्न।
- एक अर्कामा सहयोग लिन र दिन तथा अन्धो बच्चाहरूको जीवन सुधार गर्न संयुक्त हुन।
- अपांगपन भएका बच्चाहरूलाई समुदायबाट सहयोग पाउन समूहको रूपमा काम गर्न।

यस पुस्तकको अरु अध्यायहरूमा जस्तै यस अध्यायमा दिइएका सुचनाहरूपनि आफ्नो परिवार र समुदाय अनुकूल हुने गरी अभ्यास गर्नु पर्दछ।

## पहिलो पटक आफ्नो बच्चा अन्धो वा राम्रोसँग देख्न नसक्ने रहेछ भन्ने कुरा थाहा पाउँदा

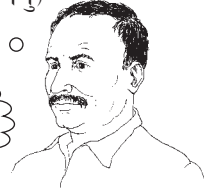
अभिभावक र परिवारका लागि बच्चाले आँखा राम्रोसँग देख्न सक्दैन अथवा अन्धो छ भन्ने कुरा थाहा पाउनु साह्रै दुःखलाग्दो कुरा हुने गर्छ। आफ्नो बच्चामा अपांगपन भएको थाहा दुःखी हुनु र महिनौसम्म विभिन्न चिन्ता र भावना उब्जिरहनु स्वाभाविक कुरा हो। यस्तो अवस्थामा अपांगपन भएका बच्चाका अभिभावक र परिवारले निम्न कुराको महसुस गर्नसक्नेछन् :

- अब के गर्ने भनेर चिन्ता



अन्धोपनका बारेमा मलाई केही थाहा छैन। मेरो बच्चाका लागि अब म के गरौं ?

- अस्विकार (आफ्नो बच्चाले अरु बच्चाले जस्तै राम्रोसँग कहिले पनि देख्ने छैन भन्ने कुरालाई स्वीकार नगर्नु)



बच्चाको ठीक उपचार गरिदिन पाइयो भने, मेरो बच्चाले देख्न सक्ने छ कि

- अन्धा हुनु भनेको के हो भन्ने डर तथा आफ्नो भविष्यप्रति डर।



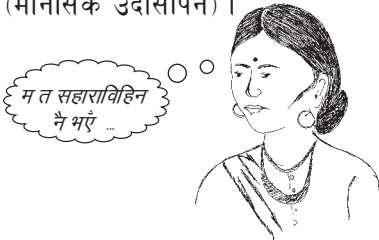
मेरो बच्चाको भविष्य कस्तो होला ? उसको विवाह र जीवननिर्वाह कसरी होला ?

- आफ्नो कारणले अन्धा भएको होला कि भनेर आफूलाई दोषी करार



गर्भवती भएको बेला मैले धेरै बोझ पर्ने काम नगरेको भए, यस्तो कहिले हुँदैन थियो होला

- उदास, असहाय वा खिन्नता (मानसिक उदासीपन)।



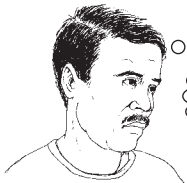
म त सहाराविहिन नै भएँ ...

- घटनाप्रति आक्रोस



मेरो परिवारमा यस्तो विपत्ति हुनु न्यायसंगत होइन

- एकलोपन



यो कस्तो हो कसैलाई पनि थाहा छैन। कसैले पनि मलाई सहयोग गर्न सक्दैनन्

- अपांगपन बच्चा भएकोमा लज्जा।

हाम्रा छिमेकीहरूले के सोच्छन् होला ?



एउटा अभिभावकको रूपमा, उसका मनमा उठ्ने विभिन्न भावनाहरूले समस्यासँग जुम्न सहयोग गर्छ र यसका साथसाथै बच्चालाई सहयोग गर्ने क्रियाकलाप शुरु गर्न सहयोग गर्न सक्छ। यस्तो कुरा अभिभावकले बुझ्न थाल्नेछन्। उदाहरणका लागि, अस्विकार गर्ने कुराले कसैको जीवनमा अचानक आएको परिवर्तन या दुखद घटनालाई आफ्नो काबूमा राख्न सकिन्छ। कुनै कुनै अभिभावकहरूले क्रोध र निराशाले आफ्नो बच्चालाई सहयोग गर्न र अपांगपन भएका बच्चाहरूको परिवारलाई सहयोग गर्न उनीहरूलाई ताकत दिएको कुरा बताउँछन्। माथि उल्लेखित भावनाहरू मध्ये केही भावनाहरू अन्धा बच्चाको आमा बाबु र परिवारलाई महसुस गर्न सक्नेछन् र तिनीहरूलाई विभिन्न तरिकाले स्वीकार या अस्वीकार गर्नेछन्। हरेक व्यक्तिलाई उभित्रबाट उज्वेका भावनाहरू आफ्नै तरिकाले कुनै विना-पूर्वाग्रह महसुस गर्न दिनु उत्तम हुन्छ।



यी भावनाहरू विस्तारै कमजोर हुँदै जान्छन्। समय बित्दै जाँदा, अभिभावकले बच्चालाई पनि उस्तै माया, स्नेह, अनुशासन र अरु बच्चाले जस्तै सिक्न आवश्यक हुन्छ भन्ने कुरा थाहा पाउन शुरु गर्नेछन्। र, अरु बच्चाले जस्तै उसले पनि अभिभावकलाई सहयोग, आनन्द र हर्ष दिनेछ, उसले आँखा देख्न नसकेकोमा उठेका भावनाहरू विस्तारै कम हुँदै जान्छन्।



तर, ती भावनाहरू बच्चाको जीवनका हरेक महत्वपूर्ण मोडमा पुनः उब्ज्न सक्नेछन् जस्तै जब उसले विद्यालय जान शुरु गर्दा। त्यस्ता भावनाहरू फेरि फर्केर आउनु भनेको कुनै गलत कुरा होइन। यसको अर्थ अभिभावकका लागि आफ्नो बच्चा र उसको अपांगपनलाई अनुकूल पार्नुपर्ने अर्को समय आइपुगेको बुझिन्छ। प्रायजसो ती भावनाहरू पहिलाको भन्दा कमजोर हुनेछन्।



## कार्यबोझ व्यवस्थित गर्ने तरिकाको खोज

अभिभावक तथा परिवारका अरु सदस्यहरू ससाना बालबालिकाहरूको स्याहारसुसार गर्न धेरै कडा मेहनत गर्छन्। यदि कुनै एउटा बच्चा आँखा राम्रोसँग देख्न नसक्ने वा अन्धो छ भने त त्यहाँ अझ बढी काम बढ्छ। यसकारण उनीहरूले आफुलाई परेको कार्यबोझ व्यवस्थित गर्ने तरिकाहरू खोज्नु आवश्यक हुन्छ।

बच्चालाई हेरचाह गर्ने बाहेक, परिवारका सदस्यहरूले शिक्षक पनि बन्नु आवश्यक हुन्छ। अरु बच्चाले दृष्टिशक्तिको सहयोगमा स्वाभाविकै किसिमले सिक्ने कुरामा पनि आँखा राम्ररी नदेख्ने वा अन्धा बच्चाका लागि अरुको सहयोग आवश्यक पर्दछ।

कुनै बेला यस्ता थप कार्यहरू निपट्याउन निकै गाह्रो पर्न सक्छ। यहाँ थप कार्यहरू निपट्याउन केही परिवारले आफुलाई सहयोगी भएका भनिएका केही तरिकाहरूबारे उल्लेख गरिएकाछन्।



## यथार्थवादी हुनुहोस्

बच्चाको हेरचाह गर्न उसको आवश्यकता र आफ्नो समय हेरेर अर्थात् यथार्थवादी भएर तोक्नुहोस्।

बच्चाको हेरचाहमा गरिने क्रियाकलापहरूलाई आफ्नो दैनिक कार्यसँग तालमेल हुने र आफुलाई समय कम लाग्ने गरी अनुकूल बनाउने प्रयत्न गर्नुहोस्।



सोँभको खाना पकाउँदा, पुरुषोत्तमलाई उसले दिनभरि के के ग-यो भन्ने बारे कुरा गर्छु। र उसले भात पस्कने बेला थाल निकाल्छ र गन्न पनि सिक्दैछ

एकैपटक धेरै कामहरू होइन, एकएक वटा गरी गर्न लगाउनुहोस्। अफठ्यारा होइन सजिलोबाट शुरु गर्न लगाउनुहोस्। यसो भएमा उसले कति जान्दछ, भन्ने थाहा पाइनेछ र निरुत्साहित पनि होइने छैन।

भैले त प्रदिपले आफैँ लुगा लगाउन सकोस् भन्ने चाहेको हो



पहिला एउटा कुरा मात्र सिकाएको भए हुने जस्तै सर्ट वा कमेज खोल्न

## आफ्नो स्वास्थ्यको हेरचाह आफैँ गरौं

हरेक व्यक्तिलाई एक क्षण भएपनि आरामको आवश्यकता पर्दछ। तर प्रायजसो अभिभावकहरूले आराम गर्दैनन् किनभने उनीहरूले धेरै कामहरू गर्नुपर्ने हुन्छ। यदि एकदम थकित भइयो भने, सन्चो भइदैन र त्यसपछि आफ्नो बच्चालाई सहयोग गर्न पनि सकिदैन।

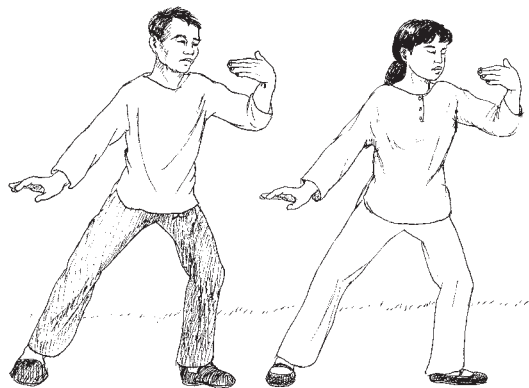


मौका पाउना साथ आराम गर्नुहोस्, यसवेला, विस्तारै लामो सास तान्नुहोस् र विस्तारै छोड्ने गर्नुहोस्। आरमा गरिरहेकोवेला आफुले गर्नुपर्ने कुनैपनि कुराहरूका बारेमा नसोच्नुहोस्।



योग, प्रार्थना

विभिन्न समुदायहरूमा शरीर र मस्तिष्कलाई चित्त बुझाउनका साथै मनलाई बलियो पार्न विभिन्नखाले विश्वास र परम्परा विकसित भएका छन्। त्यस्ता कैयन परम्पराको अभ्यास गर्दा आफ्नो स्वास्थ्यको हेरविचार गर्न सहयोग पुग्न सक्छ।



कराते

## परिवार सदस्यहरुबीच छलफल गर्नुहोस्

बच्चाको जीवनमा परिवारका हरेक व्यक्तिले आ-आफ्नो भूमिका निर्वाह गर्छन्। बच्चालाई स्याहारसुसार गर्ने हरेक व्यक्तिसँग, खासगरी विशेष स्याहारको आवश्यकता भएका बच्चालाई राम्ररी लालनपालन गर्ने र सहयोग गर्ने राम्रा तरिकाहरु हुन सक्छन्। यसबारे छलफल गर्ने समय निकाल्नु ज्यादै राम्रो हुन्छ। यसले अरुको भावना बुझ्न सहयोग गर्नेछ। र कोही एकजना थाकेको र हरेश खाएको छ भने, अरुले सहयोग गर्न सक्नेछन्।



## अरुसँग सहयोग माग्नुहोस्

बच्चालाई गरिने स्याहारसुसारका क्रियाकलापहरुमा अभिभावक आफैले मात्र गर्नु पर्छ भन्ने होइन। यस कार्यमा परिवारका हरेक सदस्यहरुले सहयोग गर्न सक्छन् र यसैगरी साथी तथा छिमेकीहरुले पनि सहयोग गर्न सक्छन्।

थाक्नु भएको वा निरुत्साहित हुनु भएको छ भने, प्रायजसो अरु व्यक्तिसँग कुरा मात्र गर्नु भन्ने पनि सहयोग पाउन सकिन्छ। त्यसकारण मनको बह विसाउन मित्र छान्नुहोस्।



अन्धो युवा, स्वास्थ्यकर्मी, शिक्षक वा अन्धा बच्चाहरुलाई पढाउने शिक्षक आदिसँग कुराकानी गर्नुहोस्। यसो गर्दा बच्चाको हेरचाहमा खासगरी कैयन महिनासम्म पनि बच्चाले नयाँ सीपहरु नसिकेको अवस्थामा अतिउत्तम सहयोग पुग्नेछ।

गुड्डी अब त हिड्न थाल्नुपर्ने हो



अन्धा बच्चाहरुलाई पढाउने ल्याब स्कूलको सरसँग म एक पटक गर्छु त्यसपछि के गर्ने भन्नेबारे कुरा गरौला नि हुन्न र ?

## आमाबाबु समूह-कार्यको शक्ति

सबै अपांगपन भएका बच्चाका आमाबाबुहरूले सँगसँगै मिलेर काम गर्दा धेरै तरिकाहरूबाट सहयोग हुन सक्छ। समूह कार्यले निम्न अवसरहरू मिलाइदिन सक्छ, जस्तै :

- भावनाहरू र सूचनाहरू एक अर्कासँग बाड्नु गर्न ।
- बच्चाहरूलाई सहयोगी हुने विभिन्न क्रियाकलापहरूका बारे आफ्नो विचार एक अर्कासँग आदानप्रदान गर्न र खासखास बच्चाका लागि क्रियाकलापहरू उपयोगी हुने गरी उत्तम तरिकाले लागू गर्न ।
- परिवार र समुदायको जीवनमा बच्चाको क्रियाकलापलाई पनि सम्बन्धित गर्न सहयोग पुग्ने विचारहरू आदानप्रदान गर्न ।
- अपांगपन भएका बच्चाहरूका लागि समुदायलाई बढी हितैषी, सुरक्षित र सहयोगी बनाउन एकआपसमा मिलेर कार्य गर्न

कहिलेकाही यी बैठकहरूमा म थकित र निरुत्साहित भएर आउँछु। तर अरुको उत्साहले मलाई शक्ति दिन्छ

मलाई थाहा छ, जब मलाई समस्या आउँछ, यहाँ आएर कुरा गर्दा मलाई ढाडस मिल्छ

समूहका साथीहरूले नै भवानीको अन्धोपनको वास्तविक कारण बुझाएपछि म साँझ दुक्क भएको थिएँ



यदि आफ्नो क्षेत्रमा अरु पनि अन्धा बच्चाका अभिभावकहरू छन् तर आमाबाबु-समूह छैन भने समूह निर्माण गर्ने निर्णय लिनु तपाईंको काम हो। एक व्यक्तिको विचारले नै केयन शक्तिमान्, अति सक्रिय आमाबाबु समूहहरू बनेका छन्। एउटा समूहको रूपमा अभिभावकहरू मिलेर समस्याहरू समाधान गर्नका लागि कार्य गर्न सक्छन्। धेरै काम गर्नु सक्छन्। एकला आमाबाबुले भन्दा अभिभावकहरू मिलेर धेरै कार्यहरू गर्न सकिन्छ।



हाम्रो समूहका सचिवले राष्ट्रिय अन्धअपाङ्ग संघ, काठमाडौंमा सहयोगका लागि कुरा गर्नु भएको थियो। त्यसपछि हाम्रो समूहको कुनै कुनै बैठकमा अन्धोपनबारे तालिमप्राप्त कायकर्ता आउन थालेका छन्।

## समूह निर्माण गर्नका लागि तयारी

समूह बनाउन इच्छुक दुई वा सोभन्दा धेरै जना अभिभावकहरू खोज्नु होस् । आँखा राम्ररी देख्न नसक्ने बच्चाका अभिभावकहरू समुदायमा भेटिएनन् भने अरुप्रकारका अपांगपन भएका बच्चाका अभिभावकहरूलाई पनि यस्तो समूहमा समावेश गर्न सकिन्छ । समूहमा समावेश हुन इच्छुक छिमेकी गाँउका अभिभावकहरूका बारे स्वास्थ्यकर्मीलाई पनि थाहा हुन सक्छ ।

भेला हुने स्थान र समय तय गर्नुहोस् । भेला हुने स्थान होहल्ला नहुने र पायक पर्ने हुनु पर्छ, जस्तै : विद्यालय, स्वास्थ्यचौकी, सहकारी संस्था वा चौतारो । पहिलो भेला या बैठकमा, भेला हुनुको कारण र समूह निर्माण किन गर्न लागिएको हो भन्नेबारे छलफल गर्नुहोस् ।

सम्भवतः शुरुका केही बैठकहरूका लागि कुनै एक जना व्यक्तिले अगुवाई गर्ने पर्ने हुन्छ । तर कुनै एक व्यक्तिले समूहको निर्णय गर्न नसकिने अवस्था हुनु महत्वपूर्ण हुन्छ । प्रत्येकलाई बोल्न पाउने मौका दिइनु पर्छ, तर छलफललाई बैठक बसेको मुख्य कारणमा मात्र केन्द्रीत गराउने प्रयत्न गर्नुहोस् । पहिलो केही बैठकहरूपछि समूहलाई पालैपालो अगुवाई गर्नु होस् । एकभन्दा बढी मानिसले अगुवाई गरेको प्रत्येक बैठकमा एक वा सो भन्दा धेरैको अगुवाई भएमा लजालु प्रकृतिको सदस्य पनि छलफलमा सहभागी हुन सक्नेछ ।

## सिकाइका लागि एक अर्काको सहयोग

अभिभावकहरू एकअर्कासँग राम्ररी परिचित भइसक्दा पनि, अपांगपन भएका बच्चालाई पालन गर्दाका भावनाहरू, अनुभव र चुनौतीहरूबारे निसंकोच भएर कुरा गर्न समय लाग्ने छ । अभ्यास गर्दै जाँदा यी कुराहरू गर्न सकिन्छन् । तल समूहका सदस्यहरूबीच एक अर्कामा विश्वासपूर्ण र सहजपूर्ण वातावरण ल्याउन सहयोगी हुने केही सुझावहरू दिइएको छ :

विनापूर्वाग्रह अरुले भनेको कुरा ध्यानपूर्वक सुन्नुहोस् । जसरी आफूले भनेका कुरा अरुले सुने हुन्थ्यो लाग्छ त्यसरी नै त्यसरी नै तपाईंले पनि अरुको कुरा सुन्ने कोसिस गर्नुहोस् ।





अरु व्यक्तिहरूलाई यसै गर्नुहोस् भनेर नभन्नु होस् । अरु व्यक्तिहरूलाई उनीहरूको अनुभव सुनेर तथा आफ्नो अनुभवहरू बताएर सहयोग गर्न सक्नुहुन्छ । तर प्रत्येकले आफ्नो बच्चालाई स्याहार गर्ने उत्तम तरिकाको बारे आफैले निर्णय गर्नु पर्छ ।



हरेक व्यक्तिको गोपनियताको ख्याल गर्नुहोस् । समूहमा भएको कुरा अरु कसैलाई नभन्नु होस् । सम्बन्धित व्यक्तिको अनुमति भएको विषयमा भने केही फरक पर्दैन ।



## कार्य योजना तर्जुमा

अभिभावक-समूह निर्माण भएपछि आफूलाई परेका समस्याहरू समाधान गर्न कार्य थाल्नु पर्ने हुन्छ। कार्य थाल्नका लागि कार्ययोजना तर्जुमा गरिनु पर्दछ। तल अरु समूहले अभ्यास गर्दा उपयोगी ठानिएका कार्ययोजनाका केही खुड्किलाहरू उल्लेख गरिएका छन् :

- समूहका सदस्यहरूले समस्याहरूको सूचि बनाउनुहोस् र ती मध्येबाट धेरैले महत्वपूर्ण मानेका समस्या छान्नुहोस्। यसमा पनि धेरै परिवर्तन गर्नुपर्ने पनि हुनसक्छ। एक पटकमा एउटा समस्यासँग सम्बन्धित मात्र समाधान गर्ने काम गरियो भने समूहले बढी प्रभावकारी हुनेछ। सुरुमा, समूहले छिट्टै गर्न सक्ने सजिलो समस्या समाधान गर्ने कोशिस गर्नुहोस्। यसो भएमा समूहमा रहेर काम गर्ने तरिका समूहसलदस्यहरूले सिक्छन् र त्यसपछि उनीहरूलाई अझ जटिल समस्याहरू समाधान गर्ने काम गर्न सजिलो हुनेछ।

हामी सबैलाई नै बच्चा कसरी स्याहारसुसार गर्ने भन्ने समस्या भएको जस्तो देखिन्छ

भैले तीनवटा बच्चा स्याहारसुसार गर्नु पर्छ। अहिलेसम्म त आमाले गरिदिनु हुन्थ्यो, तर उहाँ दिनप्रतिदिन कमजोर हुन थाल्नु भएको छ

मेरो जागिर पनि यहाँबाट सुरुवा भयो। अन्धो बच्चा स्याहार गर्न फ्रन्कट नमान्ने कोही पनि भेटिएको छैन



- समस्या समाधान कसरी गर्ने, त्यसको निर्णय गर्नुहोस्। समस्याको समाधान गर्न सकिने तरिकाहरूको तालिका बनाउनु होस्, र त्यसपछि समूहसँग भएको तागत या क्षमता, र साधनस्रोतहरू राम्ररी उपयोग गर्न सकिने समाधान तरिका छान्नुहोस्।

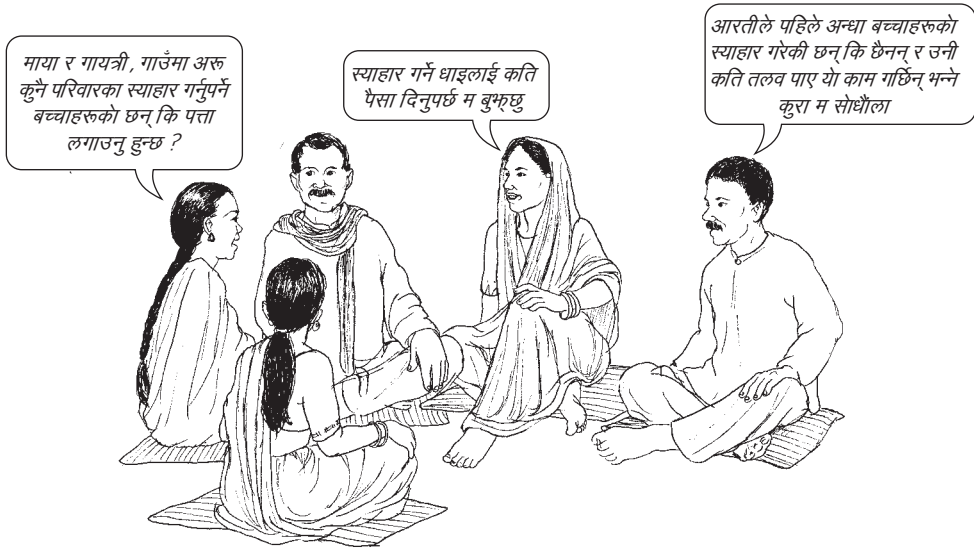
हामी सबैलाई अन्धो बच्चाहरूको कसरी स्याहार गर्ने कुरा थाहा छँदैन। यसकारण हप्तामा एकएक दिन पालेपालो गरी हरेक एउटा परिवारले हाम्रा सबै बच्चाहरूलाई हेर्न सक्छौं

अलिअलि पैसा उठाउन सक्छौं र एकजना धाँडै राख्न पनि सक्छौं

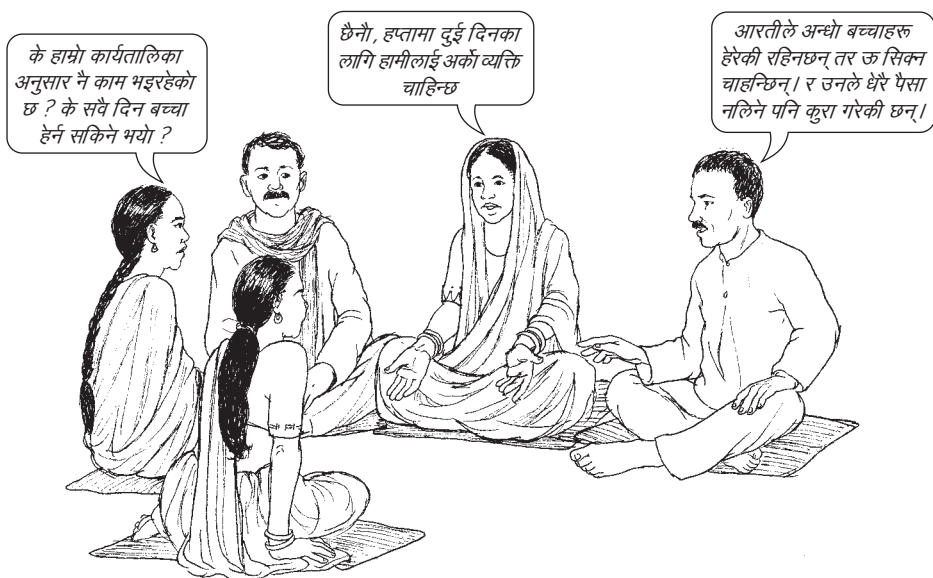
आरतिको अहिले केही काम पनि छैन। उन्ले हाम्रा बच्चाहरूको स्याहार गर्न मान्छिन् कि ?



३. योजना बनाउनुहोस् । कार्यसम्पन्न गर्न समूहका सबै सदस्यहरूले विभिन्न कामहरू आवश्यक गर्नुपर्ने हुन्छ । हरेक काम सक्नका लागि निश्चित म्याद या समय तोक्नुहोस् ।



४. भेटघाटमा तथा बैठकमा काम कस्तो भइरहेको छ भन्ने बारे एकआपसमा छलफल गर्नुहोस् । यदि अफ्याराहरू आए भने, आवश्यकता अनुसार योजनालाई मिलाउनु होस् ।



## परिवर्तनका लागि गर्नसकिने कामहरू

अभिभावक समूहले धेरै किसिमका परियोजनाहरू संचालन गर्न सक्छन् । उनीहरूले बच्चाको सहयोग गर्ने तरिकाको रूपमा परिवारको आर्थिक स्थिति, समुदायको प्रवृत्ति र स्वभाव, अन्धा बच्चाका हितका लागि सरकारको कानून र सेवाहरूमा सुधार गर्न प्रयत्न गर्नेछन् ।

प्रायः अन्धा बच्चाहरू गरीब परिवारहरूका हुन्छन् । ती बच्चाहरूका लागि धेरै स्रोतहरू प्राप्त गर्न अभिभावक समूहले निम्न कार्यहरू गर्न सक्छन् :

- अपांगपन भएका बच्चाहरूको सहयोग गर्ने नयाँ परियोजनाहरूको लागि आर्थिकस्रोत प्राप्त गर्ने तरिकाहरूको खोज्न
- अभिभावकहरूलाई नयाँ पेशाका सीपहरू सिक्न सहयोग गर्न ।
- अपांगपन भएका बच्चाहरूलाई सहयोग गर्ने र सिकाउने सम्बन्धी कार्यशाला गोष्ठी बैठक आयोजना गर्न
- अपांगपन भएका बच्चाहरूका दाजुभाई तथा दिदीबहिनीको समूह निर्माण गर्न र भेलाको आयोजना गर्न ।

यी आमाहरूले कपडा सिलाउन सिक्दैछन् यस सिकाईबाट उनीहरूको घरमै बसेर काम गर्ने र बच्चालाई पनि स्याहार गर्न सकिने आयआर्जनको पेशा बन्न सक्छ ।



अभिभावक समूहले समुदायलाई सबै अपांगपन भएका बच्चाहरूका लागि मैत्रीपूर्ण र सुरक्षित बनाउने काम गर्न सक्छ । बेलाबेलामा छिमेकीहरूलाई सहभागी बनाई समुदायमा सुरक्षाका समस्याहरूलाई निश्चित गर्ने काम पनि (अध्याय ९ हेर्नुहोस्) अपांगपन भएका व्यक्तिहरूसँगको ऐक्यबद्धता निर्माण गर्न थाल्ने राम्रो उपाय हो ।

धेरैजसो अभिभावक-समूहहरूले समुदायलाई अपांगपनबारे शिक्षित गर्ने कार्य गरेका छन् । अपांगपनबारे अरुको बुझाईलाई अझ प्रष्ट पार्न उनीहरूले समूह-छलफल, कार्यशालागोष्ठी, रेडियो कार्यक्रम, विलबोर्ड, पत्रपत्रिका, सडक नाटक र पोस्टर आदिको प्रयोग गर्छन् ।



विभिन्न प्रकारका अभिभावक समूहहरूले अपांगपन भएका बच्चाहरूलाई समुदायको सक्रिय सदस्यहरू हुन मद्दत गर्ने परियोजना संचालन गर्ने गरेका छन्। जस्तै कुनै एक अभिभावक समूहले निम्न कामहरू गर्न सक्छ :

- अपांगपन भएका बच्चाहरू पनि समावेश हुनसक्ने खेलकुद कार्यक्रमको आयोजना
- सबै बच्चाहरूका लागि खेल मैदानको निर्माण (अध्याय १३ “समुदायको हिस्सा बन्नु” हेर्नुहोस्)
- बाल स्याहार केन्द्र शुरु गर्नुहोस् जहाँ अरु बच्चाहरूसँगै अपांग बच्चाहरूले स्याहार पाउन सक्छन्। (भाग १४) बालस्याहार र विद्यालय पठाउनको लागि तयार हुनुहोस्” हेर्नुहोस्।

कुनै अभिभावक समूहहरूले अपांगपन भएका बच्चाहरूका लागि सरकारका कार्यक्रमहरू र कानूनमा सुधार सुधार गर्ने कार्य र अभियान संचालन गर्न सक्छन्। जस्तै यस्तो समूहले निम्न कामहरू गर्न सक्छ :

- सरकारी व्यक्ति र निकायहरूसँग सम्पर्क राख्न जस्तै स्वास्थ्य, सामाजिक कल्याण र शिक्षा मन्त्री र ती मन्त्रालयहरू। ती व्यक्ति र निकायहरूमा अपांगपन भएका बच्चाहरूको सुरक्षाका लागि समुदायका आवश्यकताहरू तथा कानूनहरूबारे कुरा गर्न।
- प्रख्यात व्यक्तिहरूसँग भेट्न जस्तै सिने तथा नाट्य कलाकार, खेलाडिहरू। उनीहरूलाई अपांगपन भएका बच्चाहरूको समस्या र आवश्यकताप्रति ऐक्यबद्धता व्यक्त गर्न लगाउन।
- यदि अपांगपन भएका बच्चाहरूको अवस्थामा सुधार ल्याउन काम सरकारी निकायले गरेनन् भने तिनीहरूलाई पत्र लेख्न, हस्ताक्षर संकलन गरी ज्ञापन पत्र दिन र विरोधअभियान संचालन गर्न।
- विभिन्न अभियानहरूमा पत्रपत्रिका, रेडियो र टेलिभिजनका रिपोर्टरहरूलाई अभिमुखीकरण गर्न र सहभागी गराउन।



अभिभावक समूहहरूले अन्धोपन र अरु अपांगपनबाट बचाउने पनि काम गर्छन्। उदाहरणका लागि, धेरै बच्चाहरू अन्धो हुन्छन्, किनभने उनीहरूले भिटामिन ए युक्त खानाहरू प्रशस्त मात्रामा खाँदैनन्। (अध्याय १६ ” किन बालबालिकाले दृश्यशक्ति गुमाउँछन् र यस्तोमा हामी के गर्न सक्छौं”)। तपाइको समूहले अन्धो हुनुको कारणबारे वा अन्धोपनको रोकथामका लागि करेसावारीको सागसब्जीको महत्वबारे जनचेतना बढाउने काम गर्न सक्छ।

