पाठ १०

महिला स्वास्थ्य राम्रो पार्न बहस चलाउनुपर्छ

महिला र पुरुषले एक-आपसमा मिलेर आफ्ना समुदायभित्र कसरी राम्रो स्वास्थ्य सेवा पाउन सकिन्छ भनी काम शुरु गरेपछि परिवर्तन शुरु हुन्छ। त्यस्तो परिवर्तनका लागि काम गर्दै जाँदा महिलाहरूले एक-अर्कालाई चिन्छन् र विचार तथा क्षमता आदान-प्रदान गर्दा छलफल गर्छन्। महिलासँग भएको समय, स्रोत र सीपका लागि सहयोग जुटाउने तरिका सिकेर, आफ्ना संघर्षहरूको योजना, सञ्चालन र मूल्याङ्कनमार्फत अल्प तथा दीर्घकालीन लक्ष्यहरू हासिल गर्ने कार्यनीति

तर्जुमा गर्नमा अनुभव बटुल्छन् अनि बिस्तारै महिलाहरू सामाजिक अगुवा बन्छन्। नेपालमा आमा समूह मिलेर सुरक्षित मातृत्वको लागि आवाज उठाई नेपाली महिलाको स्वास्थ्यमा राम्रो योगदान दिएका छन्। त्यसै गरी प्रजनन स्वास्थ्यका बारेमा काम गर्ने समूहले विभिन्न काम गरेर प्रजनन स्वास्थ्यमा राम्रो काम गरेका छन्।

महिला स्वयंसेविकाले महिला र शिशुको स्वास्थ्य राम्रो पार्न धेरै काम गरेका छन्। कति ठाउँमा त उनीहरूलाई कामको लागि पुरस्कृत पनि गरिएको छ। उनीहरू सांसदसमेत भएका छन्। विभिन्न संस्थाले समय-समयमा स्वास्थ्यकर्मीहरूसँग मिलेर परिवर्तन ल्याउन तथा यसमा संलग्न हुन सामुदायिक संगठनकर्ताहरूलाई आमन्त्रण गर्ने गर्छन्। जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयसँग पनि सँगै मिलेर काम गर्ने गरेर महिला स्वास्थ्य राम्रो पार्न सकिन्छ। स्थानीय अवस्थाहरू हेरी कुरीतिको बारेमा छलफल गरेर यस्ता कुरीति बदल्न पनि काम गर्नुपर्छ। जस्तो- छाउपडी प्रथा हटाउन स्वास्थ्यकर्मीसँग मिलेर काम गर्ने। यदि महिलाले आफ्ना समुदायमा असल स्वास्थ्य सेवा/सुविधाहरूका लागि मिलेर काम गरे भने यसले महिला स्वास्थ्यको आन्दोलन निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउँछ।

महिलाहरूले आफ्ना स्वास्थ्य आवश्यकताहरू पूरा गर्न धेरै काम गर्न सक्छन्

भारतको अहमदावादका कमला, आयशा र लीला छिमेकीहरू हुन्। उनीहरू आफ्ना परिवारलाई सहयोग गर्न कहिलेकाहीँ फाटफुटे काम गर्छन्। उनीहरू घरेलु कामदार हुन्। आफ्नो खानपिनको व्यवस्था उनीहरू आफैंले गर्नुपर्छ। रातमा भान्सामा सँगै काम गरिरहँदा कामले गर्दा आफूहरू थाकेका कारण पीडा हुने गरेको कुरा छलफल गर्छन्। त्यसपछि जिन्दगीमा कसरी परिवर्तन ल्याउने भनेर कार्यक्रम बनाउँछन्। सँगै मिलेर खाना पकाउन सजिलो हुन्छ भनेर छलफल गर्छन्।

आछामको एक गाउँमा धेरै बालबालिका कुपोषणको सिकार भएपछि महिलाहरू स्वास्थ्य चौकीमा गए। त्यहाँका स्वास्थ्यकर्मीलाई गाउँमा आएर बालबालिका त्यस्तो हुनुको कारण पत्ता लगाइदिन आग्रह गरे। त्यस्तै पर्वतको एउटा गाउँका महिलाहरूले पाठेघर खस्ने समस्याको रोकथाम र उपचार गर्न स्वास्थ्य चौकीका नर्सहरूलाई आग्रह गरे। तर नर्सहरूले यस विषयमा वास्ता नगरेपछि उनीहरूले त्यस जिल्लाका जिल्ला स्वास्थ्य प्रमुखलाई यस विषयमा चिठी लेखे। अनि जिल्ला स्वास्थ्य प्रमुखले त्यस गाउँका नर्सलाई महिलाहरूको स्वास्थ्य जाँच गर्न र परामर्श दिनका लागि लिखितरूपमा नै आदेश दिए। त्यसपछि भने गाउँका महिलाले उपयुक्त स्वास्थ्य सेवा पाए। यसले गर्दा मिलेर काम गर्ने हो भने कति शक्तिशाली भइँदो रहेछ भनेर त्यहाँका महिलाहरूले अनुभव गरे।

नेपालमा महिला स्वयंसेविकाहरूले आमा समूहलाई कसरी पोषणयुक्त खाना र घरेलु औषधि घरमा नै बनाएर बालबालिकालाई ख्वाउन सकिन्छ भनेर सिकाउँछन् । महिलाहरूले अहिले तीतेपाती र नीमको प्रयोग गरेर कसरी प्रजनन स्वास्थ्यजस्ता साधारण समस्या समाधान गर्न सकिन्छ भनेर बुझेका छन् । नेपालका महिला अधिकारकर्मी र स्वास्थ्यकर्मीहरू मिलेर पाठेघर झर्ने समस्या भएका गाउँका महिलालाई निःशुल्क शल्यक्रिया गर्नुपर्छ भनेर आवाज उठाएपछि नेपाल सरकारले त्यसबारेमा नीति बनाएर विभिन्न अस्पतालमा यो सुविधा प्रदान गरेको छ । यसले धेरै महिलालाई सहयोग पुगेको छ । यसरी समाजमा मिलेर काम गर्दा नीतिमा पनि परिवर्तन गर्न सकिन्छ । उदाहरणका लागि सुरक्षित गर्भपतनको कानुनी व्यवस्थालाई लिन सकिन्छ । जस्तो- नेपालमा गर्भपतनका लागि धेरै महिला अधिकारकर्मीले लामो समय आवाज उठाएपछि सन् २००२ मा गर्भपतनले कानुनी मान्याता पायो अनि धेरै महिलाले सुरक्षित गर्भपतनको सेवा लिएपछि नेपालमा मातृ मृत्युदर घट्यो ।

संगठित हुन लक्ष्य निर्धारण गर्नुपर्छ

महिलाले चाहेका स्वास्थ्य सेवा-सुविधाहरू

महिलाले स्वास्थ्य सेवा सहजरुपमा प्राप्त गर्न सकून् भनेर स्वास्थ्यकर्मी र सामुदायिक सदस्यसँग कुरा गर्नुपर्छ ।

तर अब महिला अधिकारकर्मीले नेपालका सबै जिल्लामा महिलाले सुरक्षितरुपमा गर्भपतन सेवाका साथै परिवार नियोजनको सेवा सहजसँग प्राप्त गर्न पाउनुपर्छ भनेर आवाज उठाउन थालेका छन् ।

यहाँ केही विचार तथा क्रियाकलापहरू उल्लेख गरिएका छन्, जसले कसरी राम्रो सुविधा प्राप्त गर्न आवाज उठाउनुपर्छ भनेर जानकारी दिन्छ ।

यस क्रियाकलापले महिलाहरूका लागि स्वास्थ्य सेवा-सुविधाहरू प्राप्त गर्न सकिन्छ भनेर छलफलको शुरुवात गराउन सकिन्छ । यस क्रियाकलापलाई विभिन्न समुदायहरूबीच दोहोर्‍याउन पनि

सकिन्छ। जस्तै- किशोरी समूह, महिला समूह, नागरिक अगुवाहरू वा स्वास्थ्यकर्मीहरूसँग छलफल गर्न सकिन्छ।

क्रियाकलाप : महिलाहरू कसरी समुदायमा स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्न सक्छन् ?

१. विभिन्न जाति, जनजाति, अपाङ्गता भएका महिलाले सहजरुपमा सेवा प्राप्त गर्न सकून् भनेर स्वास्थ्य चौकीमा छलफल गर्ने। आङ खसेका, फिस्टुला भएका महिलालाई कसरी स्वास्थ्य सेवा पुऱ्याउने भनेर छलफल गर्ने।

यहाँ स्वास्थ्य सेवाहरू सुधार गर्न सकिने किसिमले हामीले केही प्रश्नबारे एक-आपसमा छलफल गर्नुपर्छ।

- गाउँमा कसले सहयोग गर्न सक्छ ?
- स्वास्थ्य सेवाप्रदायकहरूले के-के सूचना दिनुपर्छ ?
- स्वास्थ्य चौकीमा के-कस्ता स्वास्थ्य जाँच/परीक्षण उपलब्ध हुनुपर्छ ?
- स्वास्थ्य चौकीबाट टाढा बस्ने तथा यातायात साधन खर्च बेहोर्न नसक्ने महिलालाई स्वास्थ्य केन्द्रले सेवा कसरी दिने ?
- दम, क्षयरोग भएका महिलालाई कसरी स्वास्थ्य सेवा पुऱ्याउने ?

३. सहभागी सबैको विचार एउटा ठूलो कागजको पाना वा ब्ल्याक बोर्डमा सबैले देख्ने गरी लेख्नुहोस् ?

महिला समूहसँग छलफल जारी राख्नुहोस्। कसरी किशोर/किशोरी र पुरुषले यसमा मद्दत गर्न सक्छन् ?

४. यदि समय छ भने, सहभागी व्यक्तिहरूलाई जोडी भएर वा साना समूहहरू बनाई कार्य गर्न अनुरोध गर्नुहोस्। यस्तो कार्यमा स्वास्थ्य सेवा/सुविधाहरू के-कस्तो हुनुपर्छ भन्ने दृष्टिकोण प्रतिविम्ब गर्ने चित्र, भित्तेचित्र, अखबार तथा पत्रपत्रिकाको समाचार पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसरी छलफल गरेपछि गाउँमा २४ घन्टा बस्ने अनमी चाहिन्छ, औषधि पर्याप्त हुनुपर्छ, अस्पताल जानुपरेमा एम्बुलेन्सको व्यवस्था कसरी गर्ने भन्ने छलफल गर्न लागाउनुपर्छ। यस्ता क्रियाकलापलाई लेखेर जिल्ला स्वास्थ्य प्रमुखकहाँ पठाएमा राम्रो हुन्छ। गाउँघरमा महिलाले स्वास्थ्य सेवा राम्रो पार्न नेतृत्वदायी भूमिका खेल्न सक्छन्।

स्वास्थ्य चौकीमा औषधि नपाइने कुराको बारेमा समुदायले जिल्ला अस्पतामा आवेदन दिएर पत्रिकामा पनि प्रकाशित गरेपछि एक महिनाभित्र स्वास्थ्य चौकीमा औषधि आयो । यसले गर्दा समुदायलाई राहत महसुस गऱ्यो । तर यो उपलब्धि प्राप्त गर्न महिला स्वयंसेविका र आमा समूहले ठूलो भूमिका खेलेका छन् ।

अन्य स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्न हामीले चाल्न सक्ने केही कदमहरू के हुन् ?

हाम्रा अन्य आमाहरूले पनि धेरै आवाज मिलाउन सक्छन् र स्वास्थ्य चौकीमा सुविधा ल्याउन मद्दत गर्न सक्छन् ।

महिलाको स्वास्थ्य सेवामा सुधार ल्याउन के गर्न सकिन्छ ?

- संस्थाहरूलाई प्रभावित गर्ने काममा जनता, पत्रकार आदिसँग सम्बन्ध बढाउने ।
- सकेसम्म धेरै मानिससँग छलफल गर्ने र समर्थन जुटाउने ।
- रेडियो, पत्रिकामा प्रकाशन गरेर आफ्ना उद्देश्य बताउने ।

परिवर्तनका लागि रणनीति

लक्ष्य निर्धारण गरेपछि को-को सरोकारवाला र को विरोधी हुन्छन्, चिन्नुपर्छ । नेपालमा गर्भपतनको बारेमा आवाज उठाउँदा पहिले कतिपय स्वास्थ्यकर्मी र धर्मगुरुले विरोध गरेका थिए । पछि बारम्बार छलफल गरेपछि धेरै स्वास्थ्यकर्मीले हाम्रो आवाजमा आवाज मिलाए । तर यसका लागि धेरै काम गर्नुपऱ्यो ।

कुनै विद्यालयनजिक स्वास्थ्य चौकी खोल्नका लागि कदम उठाउँदा गाउँका मानिसले किन स्वास्थ्य चौकी चाहियो भनेर विरोध गर्न सक्छन् । स्वास्थ्य चौकीमा गर्भनिरोधक साधनहरू उपलब्ध गराउँदा पुरुष-महिलालाई यौनरुपमा सक्रिय हुन प्रोत्साहित गर्ने काम भयो भन्ने ठान्न सक्छन् । कुनै औषधि पसलेले नयाँ स्वास्थ्य सेवा-सुविधाहरूको विरोध गर्न सक्छन् । यदि युवाले शुल्करहित वा कम दाममा औषधि प्राप्त गर्न सक्ने भए भने आफूहरूको व्यापार कम हुन्छ भन्ने औषधि पसलेले ठान्छन् ।

स्वास्थ्य सेवाको पहुँच सुधार गर्ने प्रयासमा संलग्न भई नै रहेका स्वास्थ्य सेवाकर्मीहरूले स्कूलको युवा क्लिनिकको समर्थन गर्छन् । साथै समुदायमा युवासम्बन्धी सेवामा संलग्न अरुहरूले पनि समर्थन गर्छन् । किनकि उनीहरूको कामको बोझ कम हुन्छ । विद्यार्थीले परामर्श दिने काम सिकेर नजिकैको स्वास्थ्य चौकीमा सहायता गरे भने उनीहरूको पनि आत्मसम्मान बढ्न जान्छ । समुदायले आदर गर्न थाल्छन् । समर्थन गर्नाले समुदायको चेतना अभिवृद्धि गर्न सहयोग पुग्छ । यसरी बिस्तारै आफूसँग काम गर्ने इच्छा नभएकालाई पनि आफ्नो विचारमा ढाल्न सकिन्छ ।

शिक्षा मन्त्रालयका कर्मचारी विद्यालयमा क्लिनिकको आवश्यकताबारे मञ्जुर नहोलान् तर शिक्षकहरू तथा बा-आमाहरूले प्रस्तावलाई गरेको समर्थन देखेर उनीहरूले यस कामलाई मञ्जुरी दिन्छन् ।

हाम्रा बालबच्चाहरूले समुदायलाई अझ स्वस्थ र राम्रो बनाउन मेहनत गरेर कति राम्रो काम गरेका छन् ।

किशोर-किशोरीलाई यौनस्वास्थ्यबारे जानकारी त देलान् नि ?

यसरी काम गर्दा धेरै व्यक्तिसँग समय-समयमा धेरै छलफल गर्नुपर्ने हुन्छ ।

१. एउटा ठूलो पानाको कागजको मध्यभागमा तपाईंहरूले चाहेको परिवर्तनलाई लेख्नुहोस् । उदाहरणका लागि 'विद्यालयमा युवा क्लिनिक स्थापना' । यस कुरालाई गोलो चिन्हले घेर्नुहोस् ।

२. यसमा कसले मद्दत गर्न सक्छन् र को विरोधी हुन्छन् ? पहिचान गरी लेख्नुहोस् । उदाहरणका लागि 'विद्यालय प्रशासन', 'अभिभावक संघ' वा 'अभिभावक नेता' वा 'शिक्षा मन्त्रालय' । यिनीहरूलाई दोस्रो चक्रले घेर्नुहोस् ।

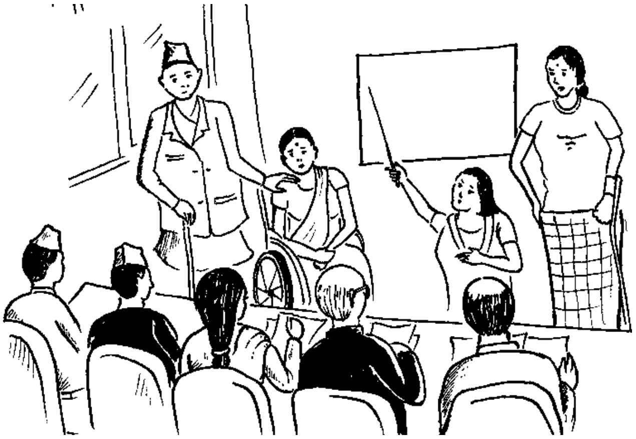
३. यी संस्थाहरूमा सम्बन्धित केही व्यक्तिहरूबारे सोच्नुहोस् र तिनीहरूका नाम, पद जस्तै- 'विद्यालय प्राचार्य', 'अभिभावक नेता' वा 'शिक्षा मन्त्रालयका प्रतिनिधि' लाई वृत्तभन्दा बाहिर लेख्नुहोस् । तिनीहरूले तपाईंहरूले आयोजना गर्न लागेका काममा सहायता दिन्छन् । कसले यस्तो काममा विरोध जगाउँछ भन्ने पनि लेख्नुहोस् । यो त एउटा उदाहरण मात्र हो । यस्ता स्वास्थ्यका अन्य समस्या थुप्रै हुन सक्छन् । तिनलाई पनि यसरी छलफल गर्न सकिन्छ ।

उदाहरणका लागि बालबालिकालाई पोषणको बारेमा जानकारी दिन कस-कसले मद्दत गर्न सक्छ र कस्तो किसमिको जानकारी दिनुपर्छ भनेर छलफल गर्न सकिन्छ । बालबालिकाले घरेलु

खानाबाट नै स्वस्थकर र पोषणयुक्त भोजन प्राप्त गर्न सक्छन् भनेर आमा/बाबालाई जानकारी कसरी दिन सकिन्छ भनेर छलफल गर्न सकिन्छ ।

औषधि दिएर मात्र बच्चालाई राम्रो पोषण प्रदान गर्न सकिन्छ भन्ने विचार गर्ने मानिसलाई समेत बुझाउनुपर्छ कि घरको खानेकुरा नै उत्तम हुन्छ ।

सञ्चार कार्यनीतिको रचना/सिर्जना



समुदायका विभिन्न सरोकारवालाहरूसँग कुराकानी गरेर, आमसञ्चार माध्यमद्वारा पनि यस्ता छलफलहरू समुदायमा पुऱ्याउनुपर्छ ।

श्रोता पहिचान गर्नुहोस्

जनतालाई सूचना दिन, विश्वास दिलाउन र प्रोत्साहन दिन, विभिन्न व्यक्तिले, के सोच्छन्, बुझ्नु आवश्यक छ । जति धेरै कुरा पत्ता लगाउन सकिन्छ त्यति नै सरोकावालाको प्रश्नको उत्तर दिएर उनीहरूलाई सहयोगी बनाउन सकिन्छ ।

तपाईंका विचारहरूलाई कस-कसले समर्थन गरिसकेका छन् ? कसले निर्णय लिन सकेका छैनन् ? कसले विरोध गरेका छन् ? परिचालन गर्ने र अन्य वकालत भन्नेबारे थाहा पाएर कसलाई बढी बुझाउनुपर्छ भन्ने कुरा थाहा पाइन्छ ।

क्रियाकलाप : मत-चित्र बनाउने

यस कामले हामीलाई आफ्नो विचार स्पस्ट पार्न सहयोग गर्छ । कागजको ठूलो पानामा 'सक्रिय सहकार्यकर्मीहरू', 'सहकार्यकर्मीहरू', 'निर्णय लिई नसकेका, 'विरोधीहरू' र 'सक्रिय विरोधीहरू'का लागि देब्रेदेखि दाहिनेसम्म कोलमहरू बनाउनुहोस् । उनीहरूले किन विरोध गरे भनेर लेख्नुहोस् र उनीहरूको विरोध कम गर्न के गर्नुपर्ला भनेर टिप्नुहोस् ।

३. **निष्कर्ष तयार गर्ने :** मत-चित्रमा हरेक समूहका लागि आवश्यक पर्ने सञ्चार कार्यनीति विकास गर्ने काम-कार्यवाहीका कदमहरू पहिचान गर्न समूहलाई अनुरोध गर्नुहोस् । उदाहरणका लागि, विश्वस्त तुल्याउने तर्कहरूका निम्ति थप अनुसन्धान/अध्ययन वा धेरै जनतालाई प्रभावित गर्न सहकार्य-कर्मीहरू पत्ता लगाउने ।

यहाँ मत-चित्रको उदाहरण छ । यो चित्र विद्यालयमा स्वास्थ्य क्लिनिकको उदाहरणमा आधारित छ ।

समर्थन/विरोध

सक्रिय सहकार्यकर्मी	सहकार्यकर्मी	मत प्रकट नगरेका वा निर्णय लिन नसकेका	विरोधी	सक्रिय विरोधी
विद्यार्थी, सरकार	सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र	शिक्षा मन्त्रालय	विद्यालय प्रशासन	अभिभावक/आमाबाबु
नारा मन पराउँछन् : तपाईंको शरीर, तपाईंको स्वास्थ्य, तपाईंको क्लिनिक	सजिलो तथा स्वास्थ्य सुधार गर्ने विद्यालय क्लिनिक समर्थन गर्छ	विवादबाट बच्न कोशिश गर्छ ।	लागतको कारण क्लिनिकको विरोध गर्ने	गर्भनिरोधकको पहुँचले युवालाई यौन सक्रिय बनाउने भयको कारण
गर्नुपर्ने काम	**गर्नुपर्ने काम**	**गर्नुपर्ने काम**	**गर्नुपर्ने काम**	**गर्नुपर्ने काम**
विद्यार्थीहरूबीच समर्थन अभिवृद्धि गर्ने	विद्यालय क्लिनिकका स्वास्थ्य फाइदाहरूबारे अरुलाई बुझाउने र नर्सहरूको सूची बनाउने	विद्यालय क्लिनिकको पक्षमा विद्यार्थी तथा स्वास्थ्यकर्मीहरूको प्रतिनिधित्व गर्ने	यो काम ठीक छ भनी बुझाउन नमुना बजेट (स्थानीय क्लिनिकको सहयोग लिएर) बनाउने	यो गलत कुरा हो भनेर प्रमाण दिने अध्ययनहरू भेला पार्ने । सम्पादकलाई चिठी लेख्ने, जनतालाई बाँड्न सकिने पर्चा बनाउने ।

सन्देश फैलाउने

आफ्नो विचार विभिन्न ठाउँमा पुऱ्याउनुपर्छ । ऱ्यालीमा बोल्दा होस्, प्रस्तुति बनाउँदा होस्, संवाददातासँग कुराकानी गर्दा होस् वा वेबसाइटमा पोस्ट गर्दा होस्, सावधानीपूर्वक सन्देश तयार गर्नुपर्छ । तपाईंले विभिन्न काम गर्दा समूहहरूका जनताका लागि विभिन्न सन्देशहरू बनाउनुपर्ने हुन्छ । भिन्नाभिन्नै श्रोताका लागि भिन्नाभिन्नै भाषा सन्देश दिनुपर्छ ।

असुरक्षित गर्भपतनबाट महिलाहरू मर्ने समस्याबारे समुदायलाई बुझाउनका लागि हामीले डाक्टरहरूले असुरक्षित गर्भपतनको बारेमा के भन्छन् भनेर सन्देश पुऱ्यायौं । साथै नेपालमा कति महिलाहरू प्रत्येक वर्ष मर्छन् भनेर तथ्याङ्क प्रस्तुत गऱ्यौं ।

क्रियाकलाप : पैरवी गर्न सन्देश बनाउने

यस क्रियाकलापमा तपाईंको समूहको वकालत सन्देशको सुधार गर्नुपर्छ । अनि लिखत आमसञ्चार सामग्रीहरू तयार गर्नुपर्छ ।

तयारी गर्ने : पत्रिका, खबरपत्र वा बेबसाइटबाट प्रिन्ट गरिएका सामग्रीहरू विभिन्न स्थानहरूका भित्तामा टाँस्न सकिन्छ वा छलफल गर्दा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

त्यसै गरी सत्य घटनाहरू लेखी पत्रिकामा छापेर बढीभन्दा बढी जनतासमक्ष पुऱ्याउन सकिन्छ ।

सञ्चारमाध्यमलाई सहभागी गराउने : आफ्ना मुद्दा एवम् सवाललाई पत्रकारहरूसमक्ष लगेर बुझाउनुपर्छ । पत्रकारलाई बढीभन्दा बढी जानकारी दिनुहोस् । सत्य घटनाहरू लेख्न प्रेरित गर्नुहोस् । कसरी स्वास्थ्य समस्या र रणनीतिको सम्बन्ध छ भन्ने बुझाउनुहोस् । संवाददाताहरूसँग सम्पर्कमा रही जानकारी दिएर सम्बन्ध विकास गर्दै जानुभयो भने, तिनीहरूले भविष्यका मुद्दाबारे लेख्न सक्छन् । प्रस्ट हुनुहोस् र बुँदागत भन्नुहोस् । भनेका कुरा दोहोऱ्याउन नडराउनुहोस् ।

तपाईंले आफ्नो प्रेस विज्ञप्तिसमेत लेख्नुपर्छ अनि सञ्चारमाध्यममा पठाउनुपर्छ । अर्को विकल्प भनेको सम्पादकलाई पत्र लेख्न पनि सकिन्छ ।

सार्वजनिक स्थलको उपयोग : सार्वजनिक स्थानमा पोस्टरहरू प्रस्तुत गरेर, सडक नाटक गरेर र भाषण रचना गरेर पनि मुद्दा उठाउन सकिन्छ ।

सामाजिक सञ्जाल सञ्चारमाध्यममार्फत परिचालन : सामाजिक सञ्जाल सञ्चार जस्तै- फेसबुक तथा ट्वीटरद्वारा पनि स्वास्थ्यसम्बन्धी मुद्दा फैलाउन सकिन्छ । तपाईंले आफ्नो संस्थाको वेबपेज बनाएर मुद्दाको विषयमा लेख, भिडियो र तस्वीरहरू प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । कुनै-कुनै बेला आफ्नो परिचय नदिएर नै मुद्दा उठाउनुपर्छ ।

स्वास्थ्य अधिकारका लागि आन्दोलन गर्ने

यस पुस्तकमा महिला तथा बालिकाको स्वास्थ्य र ज्यानको सुरक्षा गर्न जनतालाई संगठित गर्नका लागि धेरै उदाहरण दिइएका छन् । कति उदाहरणमा स्थानीय जनताले आवाज उठाएका घटना छन् भने कति मुद्दा विश्वव्यापीरुपमा उठाइएका छन् । धेरै वर्षको संगठित अभियानको कारणले हाल धेरै अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि/महासन्धिहरू घोषणा भएका छन्, जसमा महिला तथा बालिकाहरूलाई स्वस्थ जीवनतर्फ डोऱ्याउन तिनीहरूलाई आवश्यक पर्ने अवस्थाहरूसम्बन्धी अधिकार छ । ती अन्तर्राष्ट्रिय सम्झौताका अतिरिक्त धेरै देशसँग कम्तीमा कागजमा भए पनि कानुनहरू छन् । यसले गर्दा महिला, बालिका तथा केटीहरूको स्वास्थ्य सेवाको अधिकारको रक्षा हुन्छ । जस्तो- नेपालमा संविधानमै स्वास्थ्यको अधिकार मौलिक अधिकार मानिएको छ ।

तल स्वास्थ्य सेवामा सबैको पहुँच होस् भन्नका लागि के गर्न सकिन्छ भनेर छलफल गरिएको छ ।

सरकारलाई जवाफदेही बनाउनुपर्छ

सरकारले हरेक नागरिकलाई स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने व्यवस्था मिलाउनुका साथै पानी, सरसफाइजस्ता अन्य आधारभूत सेवाहरूसमेत प्रदान गर्नुपर्छ । यदि सरकारले यस्तो सेवा दिएन भने समुदायले मिलेर आवाज उठाउनुपर्छ ।

सामुदायिक स्वास्थ्य समितिहरू

नेपालमा हरेक गाउँमा सामुदायिक स्वास्थ्य समिति हुन्छन् । ती समितिले जनस्वास्थ्यका लागि स्रोत परिचालन गरी जनतालाई सहजरुपले स्वास्थ्य सुविधा पुऱ्याउन मदत गर्छन् । समुदायमा कुनै महामारी भयो भने स्वास्थ्य चौकीमा विभिन्न व्यक्ति परिचालन गरेर महामारी रोक्ने काम पनि गर्छन् ।

सामाजिक लेखा परीक्षण

सामाजिक लेखा परीक्षण भनेको जनताको आवश्यकतालाई कत्तिको पूरा गर्ने गरी स्वास्थ्य सेवा वा शैक्षिक कार्यक्रम सञ्चालन भएका छन् भनी गरिने एक सार्वजनिक मूल्याङ्कन हो । सामाजिक लेखा परीक्षण समस्यालाई सतहमा ल्याउने, सञ्चारमाध्यमलाई परिचालन गर्ने र सुधारका लागि मागहरू विकास गर्ने एउटा राम्रो उपाय हो । सामाजिक लेखा परीक्षण गर्दा अन्तर्वार्ता, छलफल गरिन्छ । यसमा यस्ता प्रश्न गर्न सकिन्छ ? के हरेक व्यक्तिले समान स्तरको सेवा प्राप्त गर्छन् ? के सेवाहरूले सबै व्यक्तिको आवश्यकतालाई पूरा गरेको छ ? स्रोतहरू कसरी प्रयोग गरिएका छन् ? समुदायमा आवश्यक औषधि आपूर्ति व्यवस्था कत्तिको पर्याप्त छ ?

यदि सामुदायिक संगठनहरूले सञ्चालन गर्ने सामाजिक लेखा परीक्षणमा स्वास्थ्य केन्द्रका कर्मचारी र स्थानीय पदाधिकारीका प्रतिनिधिहरू सहभागी हुन इच्छुक छन् भने ती समावेश हुन सक्छन् ।

❑❑