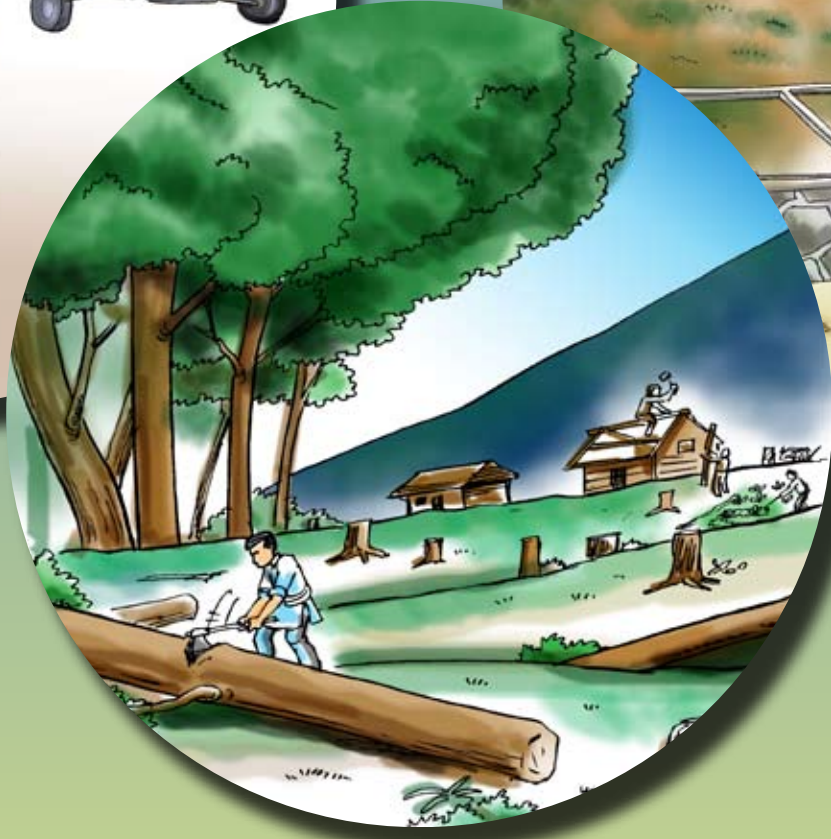


जलवायु परिवर्तन, यसका असर र समाधानका उपाय

(समुदायमा छलफल र जनचेतनाका लागि सहयोगी पुस्तिका)



फिलप चार्ट

फिलप चार्ट प्रयोग गर्नेबारे प्रशिक्षक तथा सहजकर्ताका लागि निर्देशन

जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी समुदायमा छलफल र जनचेतना अभिवृद्धि गर्न सहयोग गर्ने उद्देश्यले यो पुस्तिका (फिलप चार्ट) तयार गरिएको छ । विशेषगरी प्रस्तुतिका डिजिटल उपाय (ओभरहेड प्रोजेक्टर र कम्प्युटर, आदि) उपलब्ध नभएका स्थानमा जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी कार्यक्रम सञ्चालन गर्न यो पुस्तिका अत्यन्तै उपयोगी हुने हामीले अपेक्षा गरेका छौं ।

- ◆ कार्यक्रम शुरू गर्नुअघि यो तालिम पुस्तिकामा लेखिएका निर्देशन र विषयवस्तु राम्ररी अध्ययन गर्नुहोस् ।
- ◆ कार्यक्रम शुरूगर्दा किन कार्यक्रम आयोजना गरिएको हो सहभागीलाई बताउनुहोस् ।
- ◆ छलफल कार्यक्रमका लागि उपलब्ध समय अनुसार तपाईंले कार्यक्रमलाई छोटो या लामो पार्न सक्नुहुन्छ । तर कार्यक्रमको अन्त्यमा सहभागीले विषयवस्तु सकेसम्म धेरै बुझ्न सक्नु भन्ने उद्देश्य राख्नुहोस् ।
- ◆ कार्यक्रम सञ्चालन गर्दा सकेसम्म सरल शब्दको प्रयोग गर्नुहोस् र सकेसम्म स्थानीय भाषामा बुझाउनुहोस् ।
- ◆ फिलप चार्टको रङ्गिन चित्र भएको भाग सहभागीतिर फर्काउनुहोस् र प्रत्येक चित्रको पछाडिपट्टि भएको विषयवस्तुबारे बताउनुहोस् ।
- ◆ कार्यक्रमको अन्त्यमा तपाईंले बयान गरेका कुराहरूलाई पुनः छोटकरीमा दोहोर्‍याउनुहोस् । सिकेका कुराहरू व्यवहारमा ल्याउन र परिवार तथा छरछिमेकीहरूलाई पनि उक्त कुराहरू सिकाउन प्रोत्साहित गर्नुहोस् ।

प्रकाशक: Climate Change Network Nepal (CCNN)

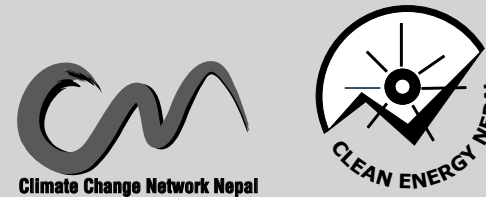
अवधारणा तथा लेखन: सुनिल आचार्य, राजन थापा र दिपेश चापागाई

प्रकाशन: चैत्र २०६७

मुद्रण तथा सज्जा: वर्ल्डवाइड प्रिन्ट सोलुसन (wps)

चित्र: रविन्द्र मानन्धर

थप जानकारीका लागि



सचिवालय: स्वच्छ ऊर्जा नेपाल

१४०, बुलबुले मार्ग, थापागाउँ, बानेश्वर, काठमाडौं

पो.ब.नं. : २४५८९, काठमाडौं, नेपाल

फोन : ००९७७ ०१ ४४६४९८९, ०१६९९५६४९ • ईमेल: info@cen.org.np

वेबसाइट: www.cen.org.np

सहयोग



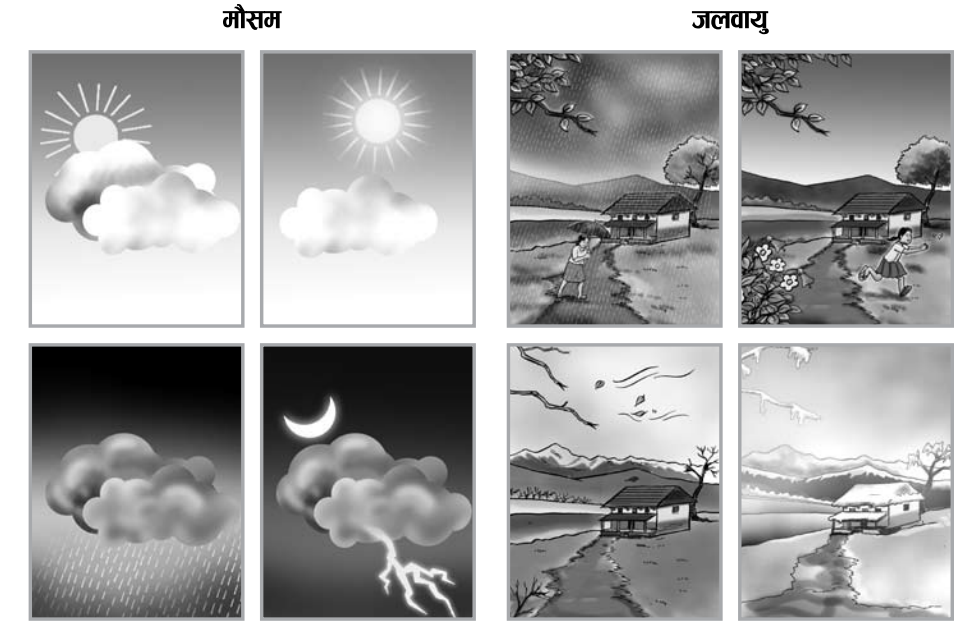
प्रस्तुतिको रूपरेखा

- ◆ मौसम र जलवायु
 - ◆ हरितगृह ग्याँस र हरितगृह प्रभाव
 - ◆ हरितगृह ग्याँस उत्सर्जनका स्रोत
 - ◆ विश्व उष्णीकरण र जलवायु परिवर्तन
 - ◆ जलवायु परिवर्तनका सूचक
 - ◆ नेपालमा जलवायु परिवर्तनले पारेका असर
- ◆ जलवायु परिवर्तनसँग जुध्ने तरिका
 - ◆ न्यूनीकरणका उपाय
 - ◆ अनुकूलनका उपाय
 - ◆ जलवायु परिवर्तनको समस्या हल गर्नका लागि भैरहेका अन्तरराष्ट्रिय प्रयास
 - ◆ नेपालको प्रयास
 - ◆ हामी के गर्न सक्छौं ?

मौसम र जलवायु

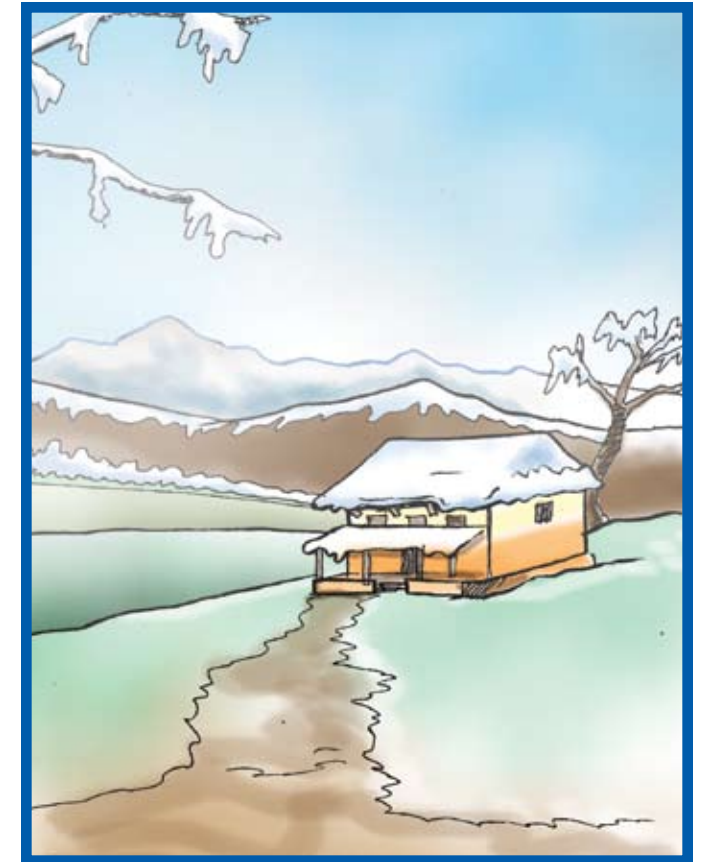
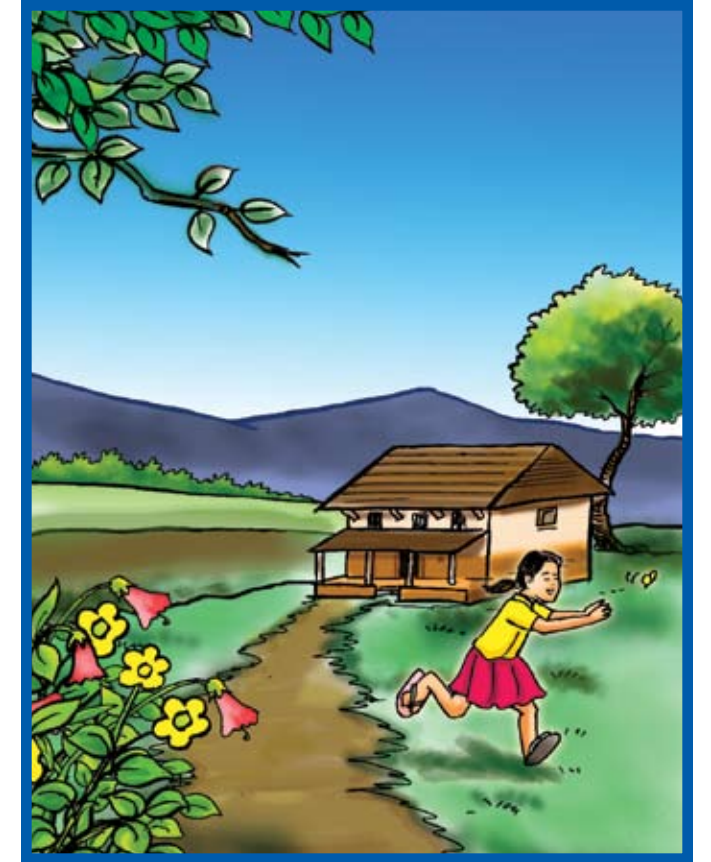
जलवायु परिवर्तन भनेको के हो भनेर जान्नका लागि सबै भन्दा पहिले मौसम र जलवायु बीच के फरक छ त्यो जान्न जरूरी हुन्छ,

- ◆ दैनिक रूपमा पृथ्वीको वायुमण्डलमा आउने परिवर्तनलाई मौसम भनिन्छ । जस्तै घाम लाग्दा लाग्दै बदली भई शितल हुने, एकै छिनमा पानी पर्ने, हावा चल्ने इत्यादि ।
- ◆ त्यही मौसमको लामो अवधिको (लगभग ३० वर्ष) औसत अवस्थालाई जलवायु भनिन्छ । जस्तै: हिउँद याममा जाडो हुनु, वर्षात याममा पानी पर्नु, गर्मी याममा गर्मी हुनु आदि ।
- ◆ उदाहरणको लागि, मौसमले कुनै दिन हामीहरू घरबाहिर निस्कदा कस्तो कपडा लगाउन पर्छ भन्ने निर्धारण गर्दछ भने जलवायुले हामीले कुन बाली कहिले लगाउछौं निर्धारित गर्दछ ।



मौसम

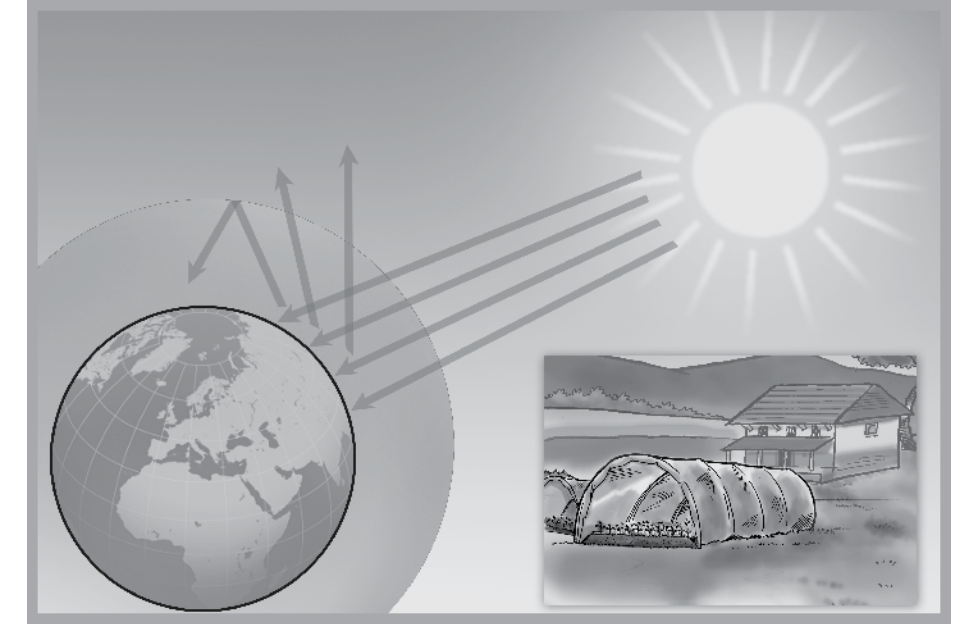
जलवायु



हरितगृह ग्याँस र हरितगृह प्रभाव

हामीले थाहा पायौं, पृथ्वीको वायुमण्डल विभिन्न प्रकारका ग्याँसहरूको मिश्रणले बनेको हुन्छ ।

- ◆ कार्बनडाईअक्साईड, मिथेन, नाइट्रस अक्साईड, पानीको वाफ लगायत अन्य केही ग्याँसहरूलाई हरितगृह ग्याँस भनिन्छ ।
- ◆ यी ग्याँसहरूले पृथ्वीको सतहमा ठोकिएर फर्केका सूर्यका किरणलाई केही मात्रामा बाहिरजानलाई अवरोध पुऱ्याई पृथ्वीलाई न्यानो राख्ने काम गर्दछन् ।
- ◆ यसरी पृथ्वीको वायुमण्डलले हरितगृहको भूमिका खेलेको हुन्छ र यही कारणले गर्दा नै पृथ्वीको औसत तापक्रम लगभग १५ डिग्री सेल्सियसको हाराहारीमा रहिआएको छ ।
- ◆ यो प्रक्रियालाई हरितगृह प्रभाव भनिन्छ, जसले पृथ्वीमा जीवन सम्भव बनाएको छ ।
- ◆ हरितगृह प्रभाव नहुदो हो त पृथ्वीको तापक्रम -१८ डिग्री सेल्सियस हुने थियो ।
- ◆ यसबाट वायुमण्डलमा हरितगृह ग्याँसहरू ठिक मात्रामा हुनु पर्दछ भन्ने बुझिन्छ र यी ग्याँसहरूको मात्रामा वृद्धि हुँदा पृथ्वीको तापक्रम पनि वृद्धि हुन्छ ।



हरितगृह ग्याँस

कार्बनडाईअक्साईड (CO₂)

मिथेन (CH₄)

नाइट्रस अक्साईड (NO₂)

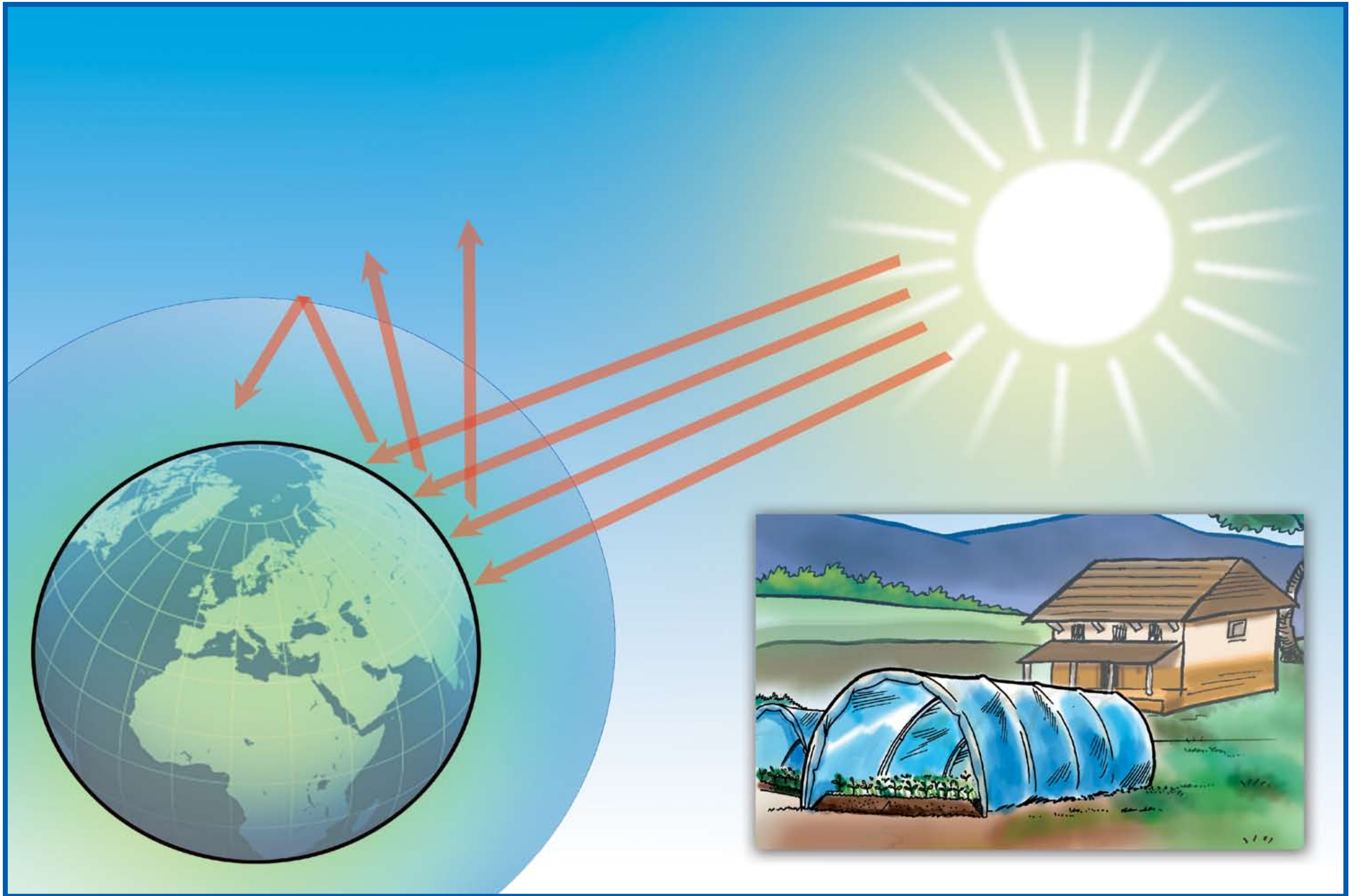
हाइड्रोफ्लोरो कार्बन (HFCs)

परफ्लोरो कार्बन (PFCs)

सल्फरहेक्जाफ्लोराइड (SF₆)

पानीको वाफ

ओजोन (O₃)



हरितगृह ग्याँस उत्सर्जनका स्रोत

वायुमण्डलमा हरितगृह ग्याँसहरू विभिन्न प्राकृतिक र मानव सृजित दुवै स्रोतबाट उत्सर्जित हुन्छन् ।

प्राकृतिक स्रोत

- ◆ वन डढेलो ।
- ◆ ज्वालामुखी विष्फोटन ।
- ◆ रूख तथा पात पतिङ्गर कुहिने ।

मानव सृजित स्रोत

- ◆ घर, यातायातका साधन, उद्योग तथा कलकारखानामा खनिज ईन्धनको व्यापक प्रयोग ।
- ◆ जमिनको उपयोगमा आउने परिवर्तन ।
- ◆ पशुपालन, मलखाद व्यवस्थापन ।
- ◆ कृषि क्रियाकलाप, रसायनिक मलको प्रयोग ।
- ◆ फोहर मैलाको उचित व्यवस्थापन नहुनु ।

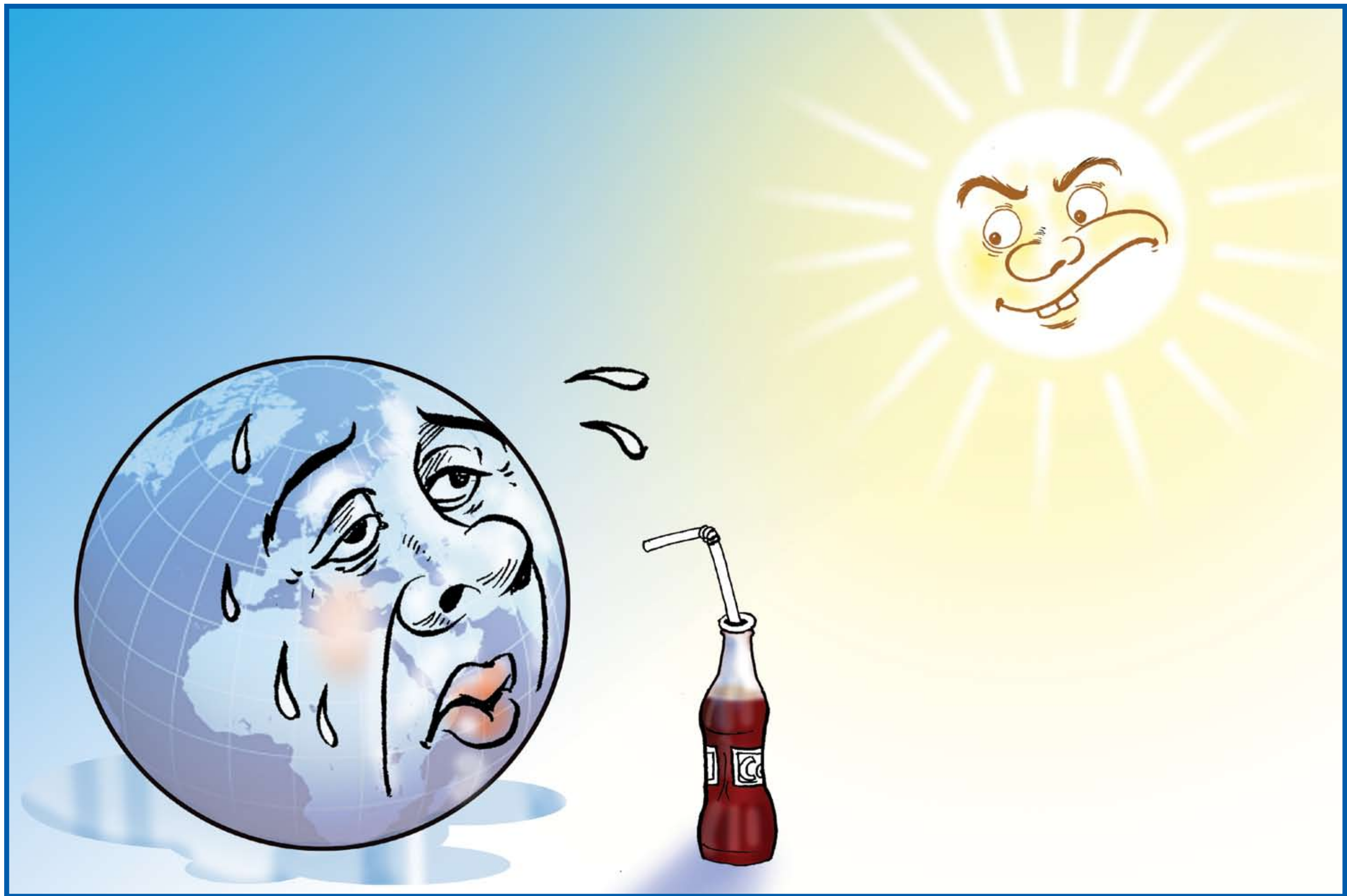




विश्व उष्णीकरण र जलवायु परिवर्तन

- ◆ वायुमण्डलमा हरितगृह ग्याँसको मात्रा बढ्दै जाँदा पृथ्वीको तापक्रम बढिरहेको छ र यसले दिन प्रतिदिन गर्मी बढ्दै गइरहेको छ । यसै प्रक्रियालाई विश्व उष्णीकरण भनिन्छ । सामान्य भाषामा भन्दा एउटा सिरक ओढ्दा हामीलाई ठिक्क न्यानो हुन्छ तर हामीले एकै पटक तीन वा चारवटा सिरक ओढ्यौं भने हामीलाई गर्मी र उकुसमुकुस हुन थाल्दछ । अहिले हामीले वायुमण्डलमा हरितगृह ग्याँसको सिरक थपिरहेका छौं ।
- ◆ कुनै पनि ठाउँमा लामो समयसम्म औसत वर्षा र तापक्रममा आएको परिवर्तनलाई जलवायु परिवर्तन भनिन्छ तर यस्तो परिवर्तन दशकौं वा सय वर्षभन्दा बढिको अवधिमा भएको हुनु पर्दछ ।
- ◆ जलवायु परिवर्तनले गर्दा सन् १९६० देखि २००५ सम्ममा विश्वको तापक्रम ०.७४ डिग्री सेल्सियसले बढेको र सन् १९६१ देखि २००३ सम्ममा समुद्र सतह १.८ मिलिमिटर प्रति वर्षका दरले बढेको वैज्ञानिक अध्ययनहरूले देखाएका छन् ।



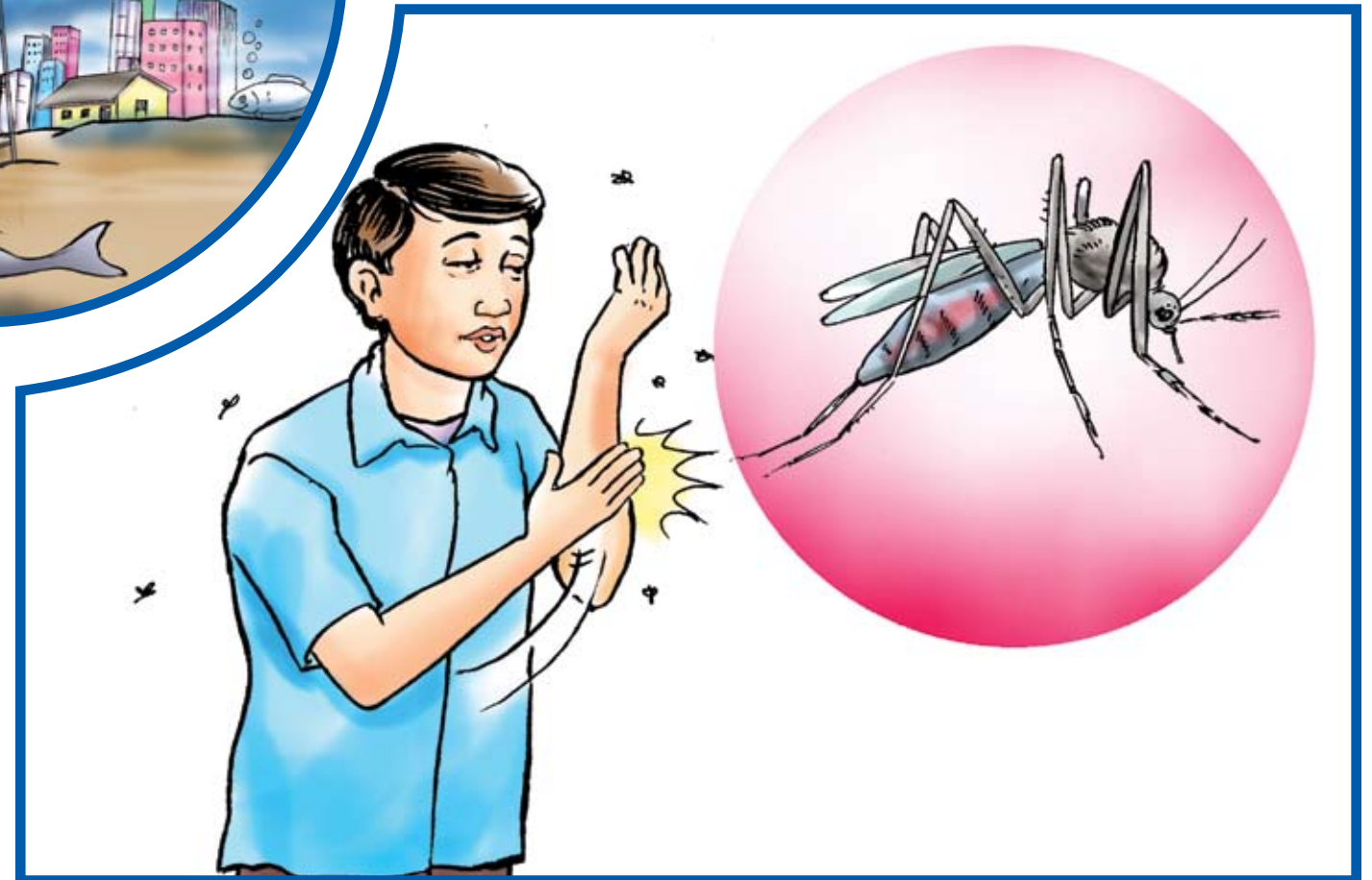
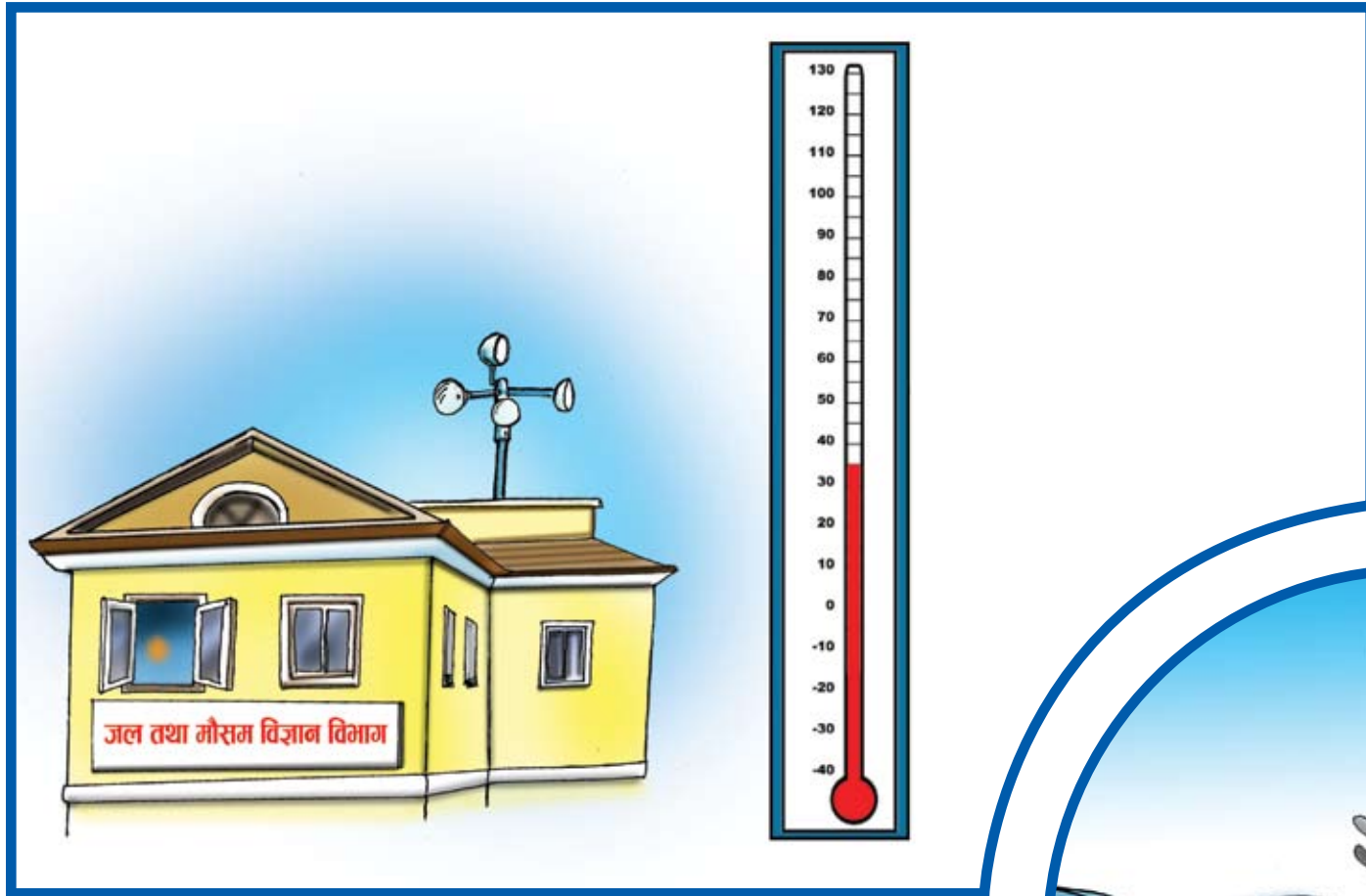


जलवायु परिवर्तनका सूचक

जलवायु परिवर्तन भईरहेको बारेमा हामीले विभिन्न सूचकहरूबाट ठम्याउन सक्दछौं :

- ◆ पानी पर्ने समय, मात्रा र अन्तरालमा भैरहेको परिवर्तन ।
- ◆ मौसमी केन्द्रहरूबाट थाहा हुन आएको तापक्रममा भईरहेको वृद्धि ।
- ◆ अतिवृष्टि र अनावृष्टि ।
- ◆ हिमालबाट छिटो-छिटो हिउँ पग्लिदै जानु ।
- ◆ समुद्रको सतहमा वृद्धि ।
- ◆ पहिले-पहिले लगाइने गरेका बाली आजकल लगाउँदा उत्पादन नहुने या कम हुने ।
- ◆ पहाड र हिमाली क्षेत्रमा समेत लामखुट्टेको प्रकोप देखिने ।
- ◆ उच्च पहाडी र हिमाली क्षेत्रमा रहेका घाँसे मैदान मरुभूमीकरण हुँदै जानु ।

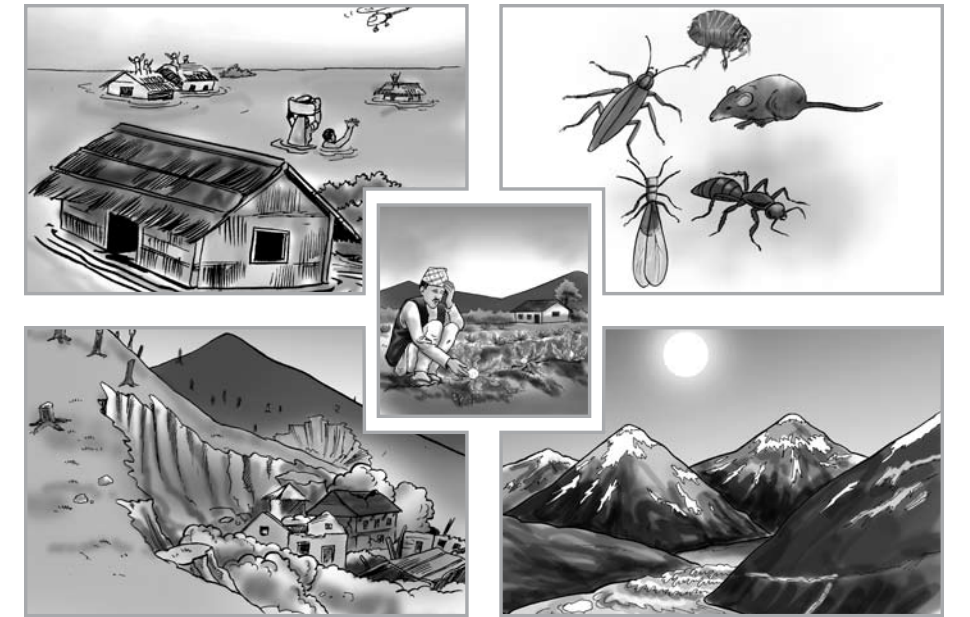




नेपालमा जलवायु परिवर्तनले पारेका असर

यो प्रस्तुति शुरू गर्नु भन्दा पहिले सहजकर्ताले सहभागीहरू बीच तपाईंको गाउँ घर मा के कस्ता असरहरू अनुभव गर्नुभएको छ भनी छलफल चलाउनुहोस् ।

जलवायु परिवर्तनको कारक हरितगृह ग्याँसको उत्सर्जनमा नेपालको भूमिका ज्यादै न्यून भए पनि यसको असर हाम्रो देशमा देखा परिसकेको छ । नेपालमा कृषि, जलस्रोत, जैविक विविधता तथा मानव स्वास्थ्य लगायतका क्षेत्रमा जलवायु परिवर्तनले प्रभाव पारेको छ ।

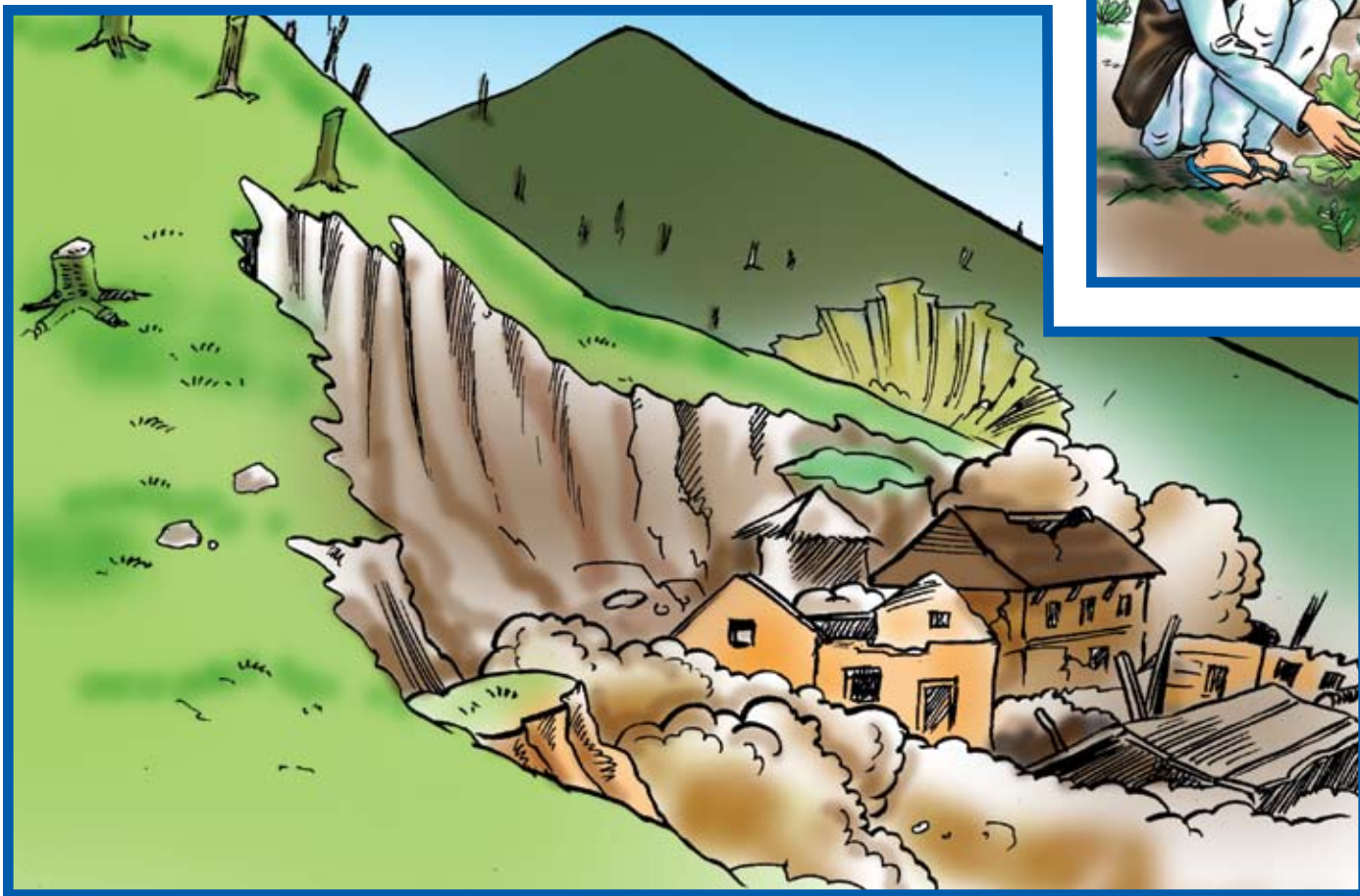
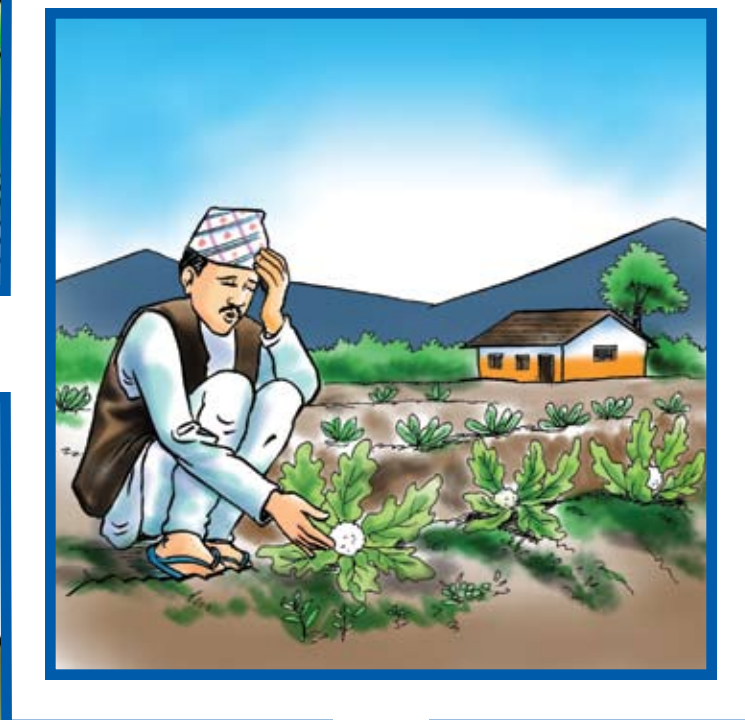
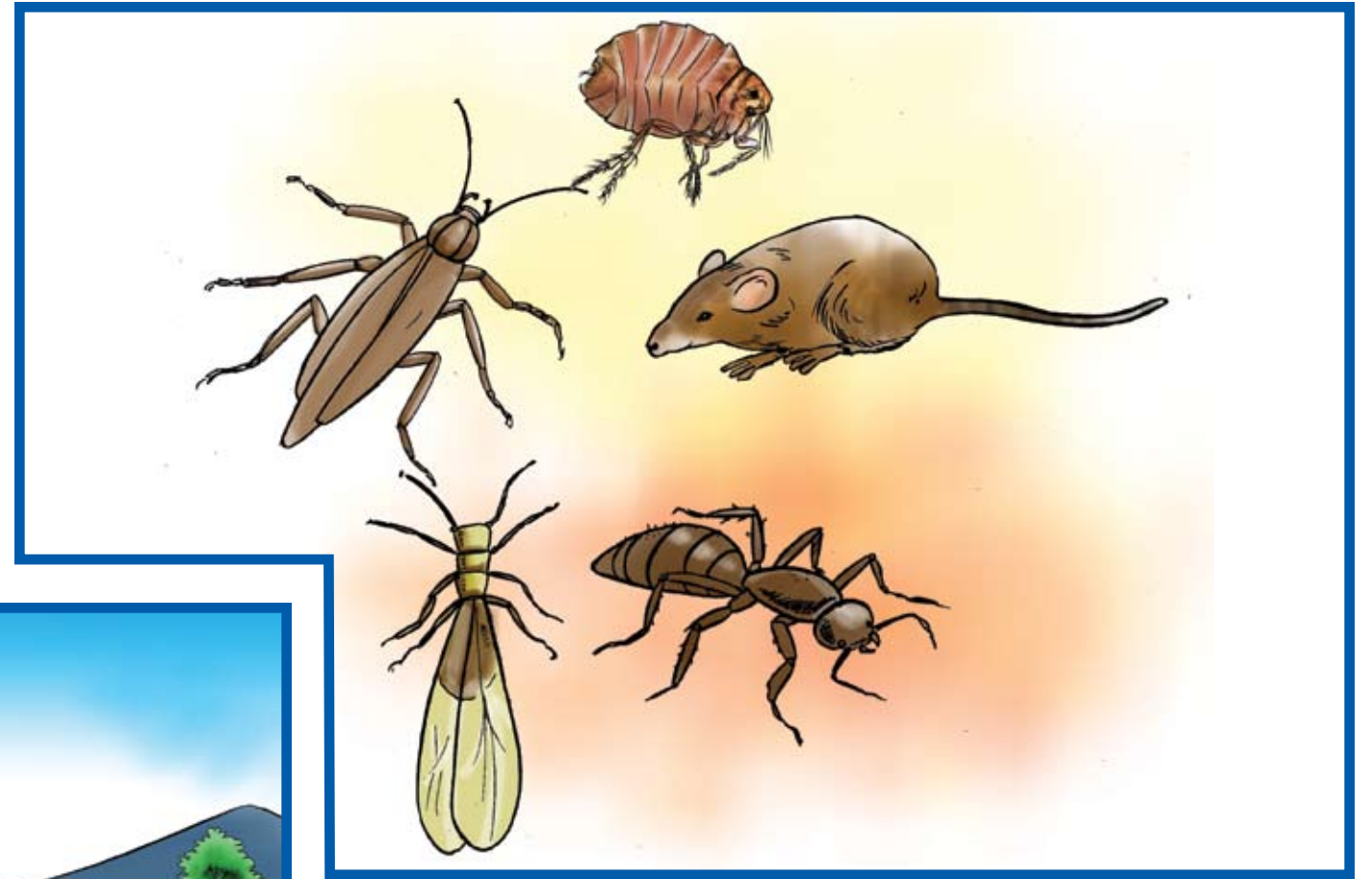
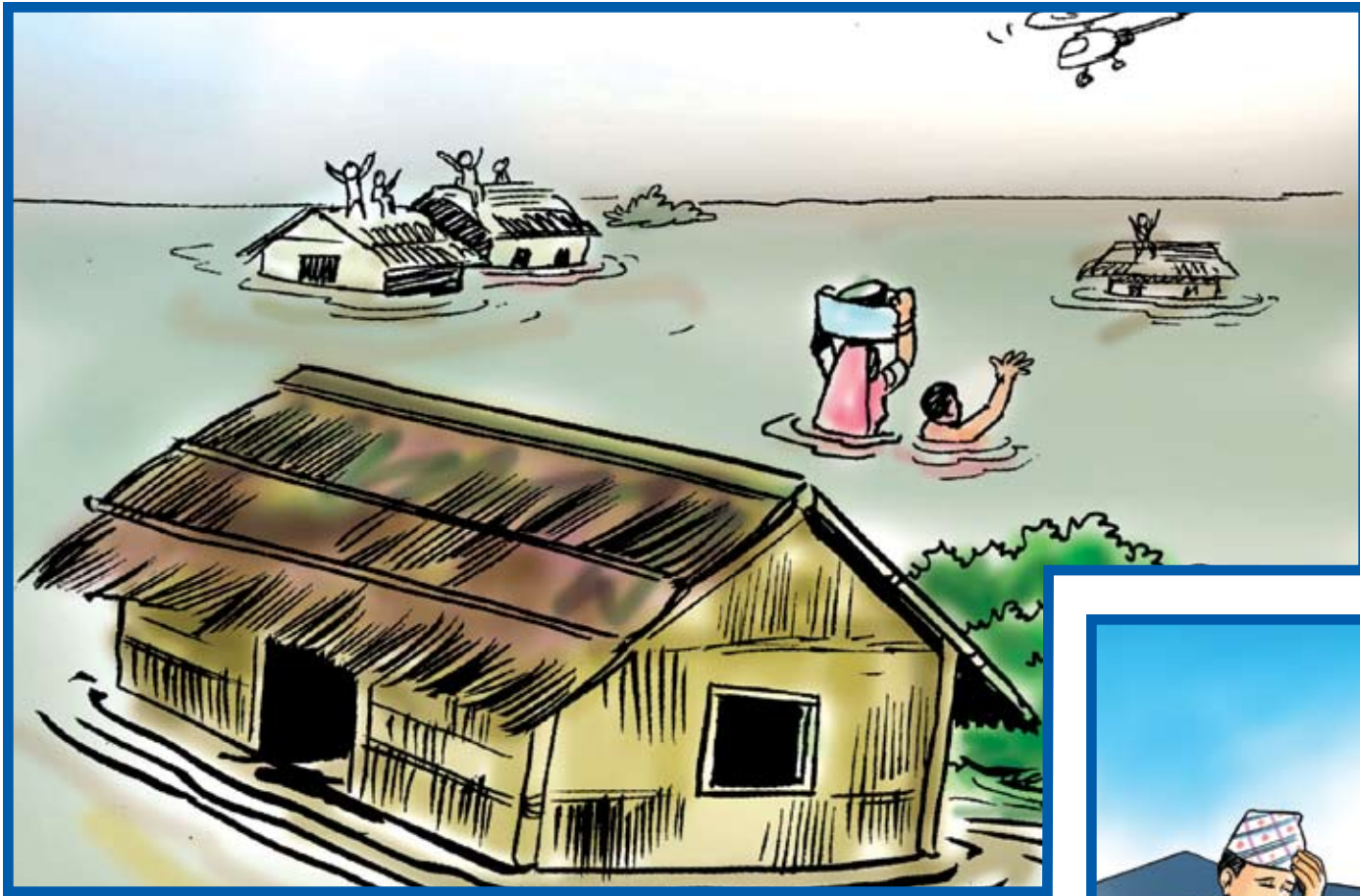


कृषि

- ◆ पानी पर्ने समयमा फेरबदल र मौसममा गडबडी हुँदा खेती लगाउन समस्या ।
- ◆ भूक्षय र बाढी पहिरोका घटना बढ्नाले माटोको उर्वरा शक्ति घट्नाले कृषि उत्पादनमा ह्रास ।
- ◆ नयाँ खालका किटाणु तथा रोगव्याधि निस्किएर बालीनालीलाई क्षति ।

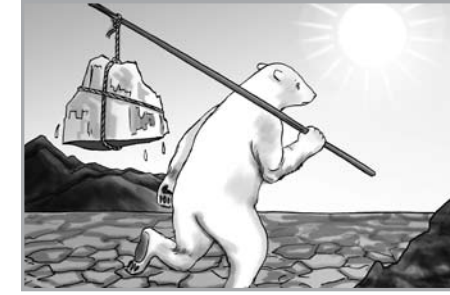
प्राकृतिक प्रकोप

- ◆ पहाडमा भेल पहिरो, नदी तटमा बाढी आउने, भूक्षय र असामान्य खडेरी जस्ता प्रकोपहरूमा वृद्धि ।
- ◆ तराईमा खेत बस्ती डुबान, नदीको धार बदलिएर हुने बाढी, नदी तटीय क्षेत्रमा कटान र खडेरी जस्ता प्रकोपमा वृद्धि ।
- ◆ हिमालमा हिउँ पग्लिने क्रममा वृद्धि, यसले गर्दा हिमताल विष्फोट हुने र तल्लो भेगमा व्यापक जनधनको क्षति हुने खतरा ।



जलस्रोत

- ◆ हिमाली भेगमा तीव्र गतिमा हिउँ पग्लिदा हिमालबाट शुरू हुने नदीहरू पनि अन्य नदी जस्तै वर्षे नदी बन्ने सम्भावना छ ।
- ◆ खानेपानीको आपूर्ति तथा सिंचाईका लागि पानीको अभाव ।
- ◆ जलविद्युत उत्पादनमा कमी र यसले देशको ऊर्जामा सङ्कट अझ बढाउने छ ।

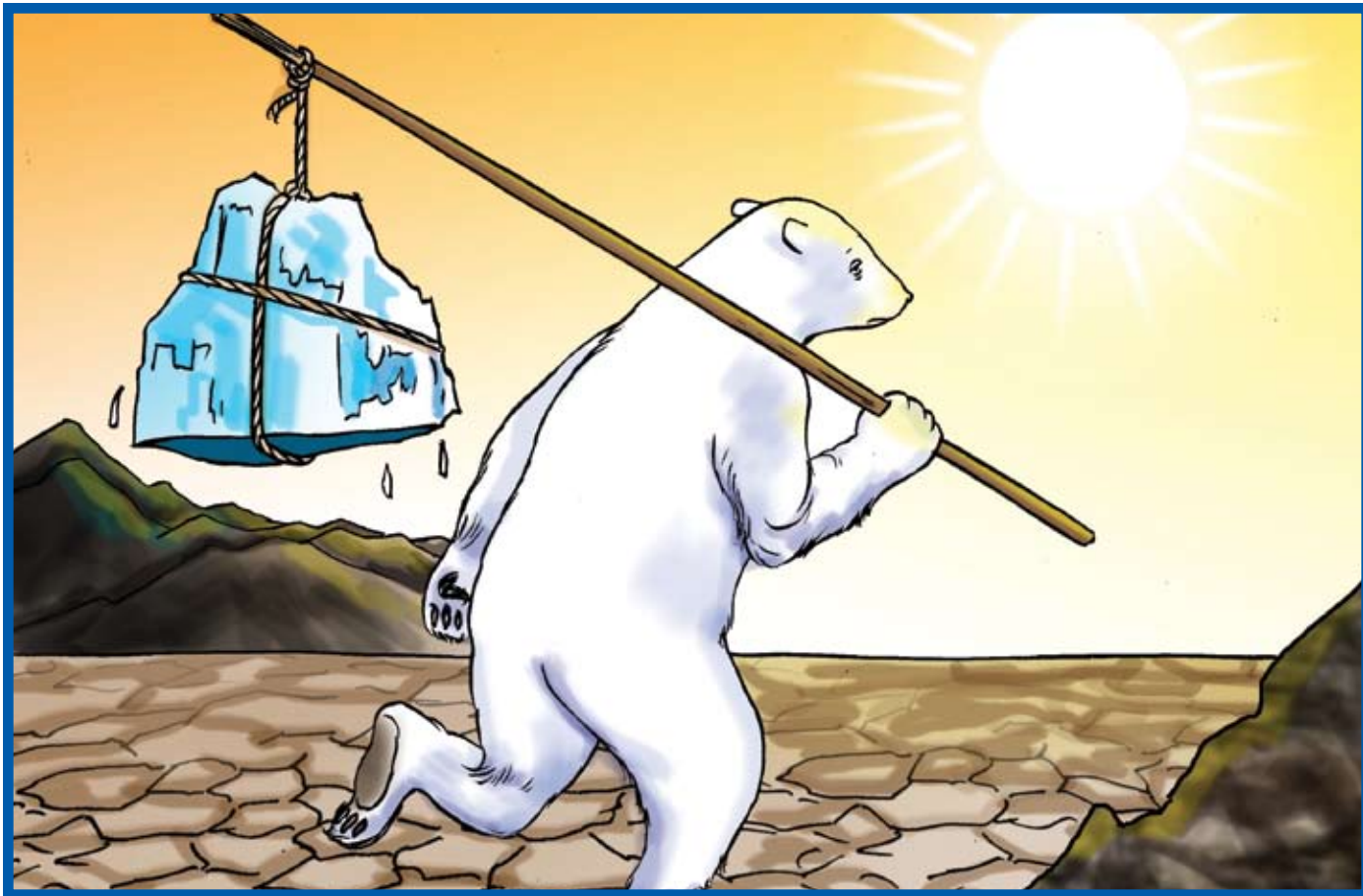


जैविक विविधता

- ◆ परिवर्तित जलवायु अनुसार आफूलाई ढाल्न नसक्दा रूख विरूवा तथा जीवजन्तु लोप हुने सम्भावना ।
- ◆ वनको विनाश बढ्दा वन्यजन्तु तथा वनस्पतिको प्राकृतिक बासस्थानमा असर ।

जनस्वास्थ्य

- ◆ बढ्दो तातोपनाको कारण भाडापखाला, लामखुट्टेबाट सर्ने रोग लगायत अन्य रोगहरूमा वृद्धि ।
- ◆ बाढी पहिरोका घटनाहरूको बेला शुद्ध पिउने पानीको अभावले पानी-जन्य रोगको प्रकोप ।



जलवायु परिवर्तनसँग जुध्ने तरिका

जलवायु परिवर्तन किन भईरहेको छ ? यसले के कस्तो असर पारिरहेको छ ? र भविष्यमा कस्तो असर पर्न सक्छ ? भन्ने जानिसके पछि अब हामीले यो समस्यासँग जुध्नलाई के गर्न सकिन्छ ? भनेर छलफल गर्छौं ।

जलवायु परिवर्तनसँग जुध्नका लागि विशेषगरी दुई तरिका रहेका छन् :

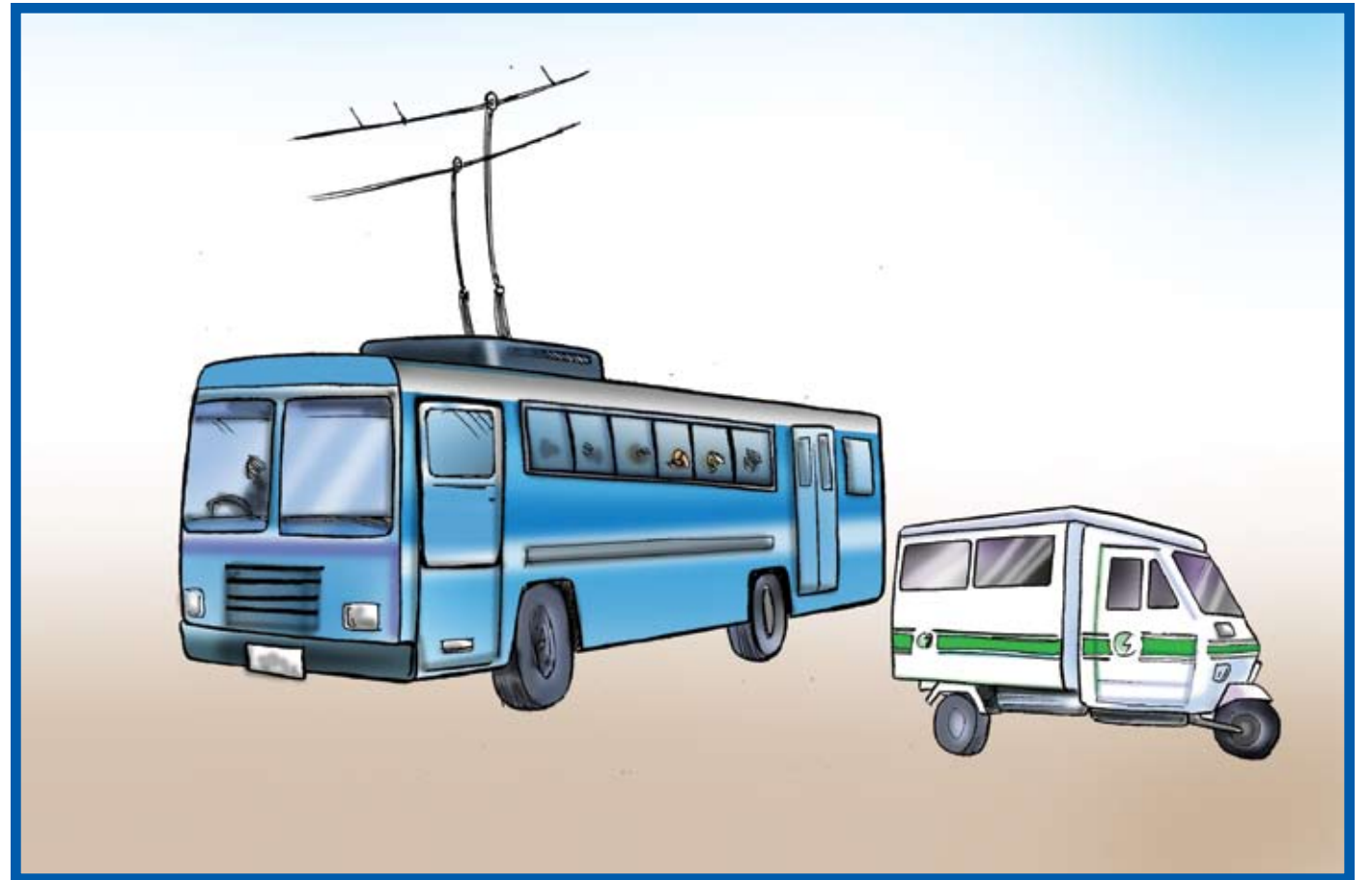
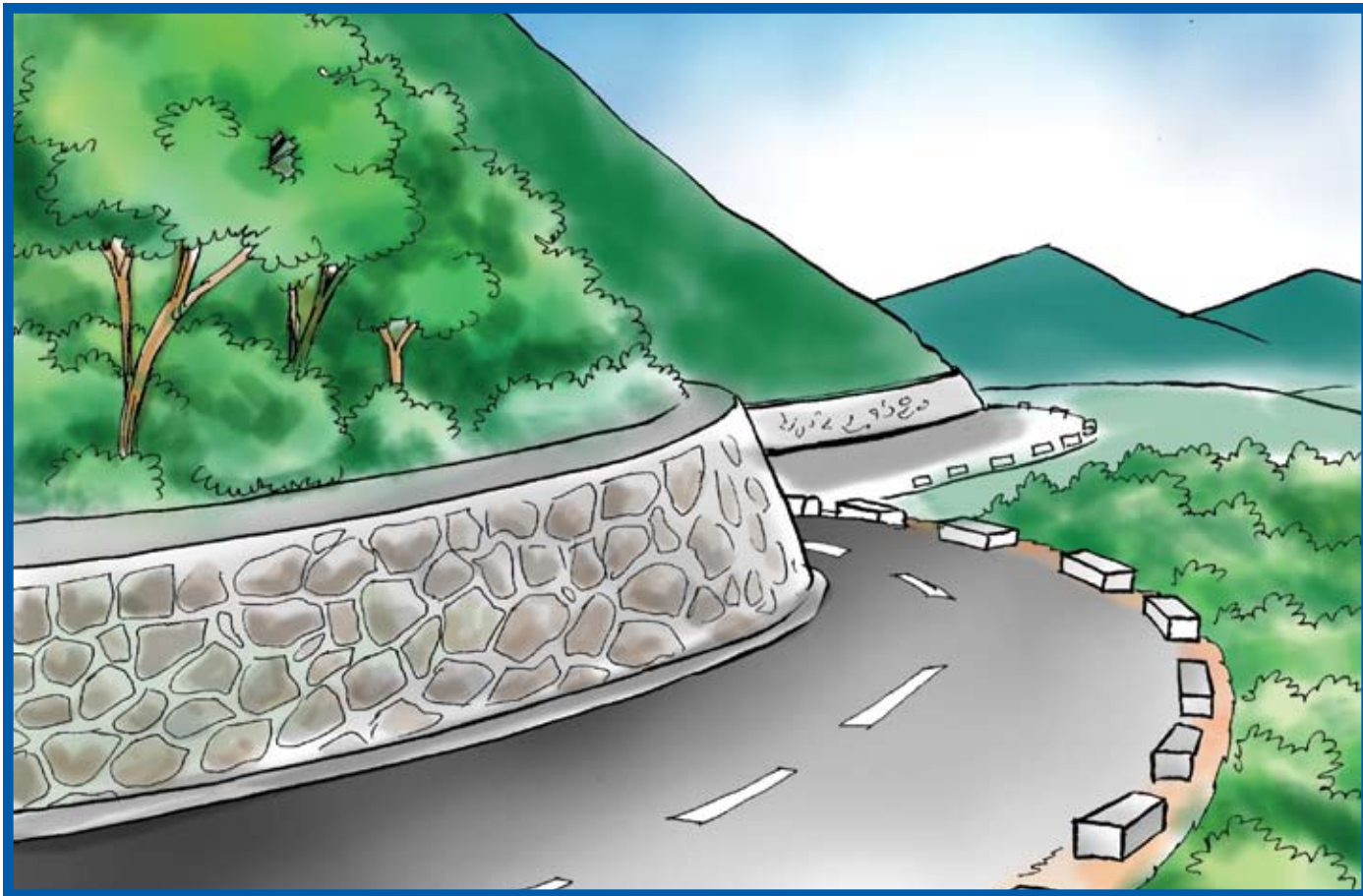
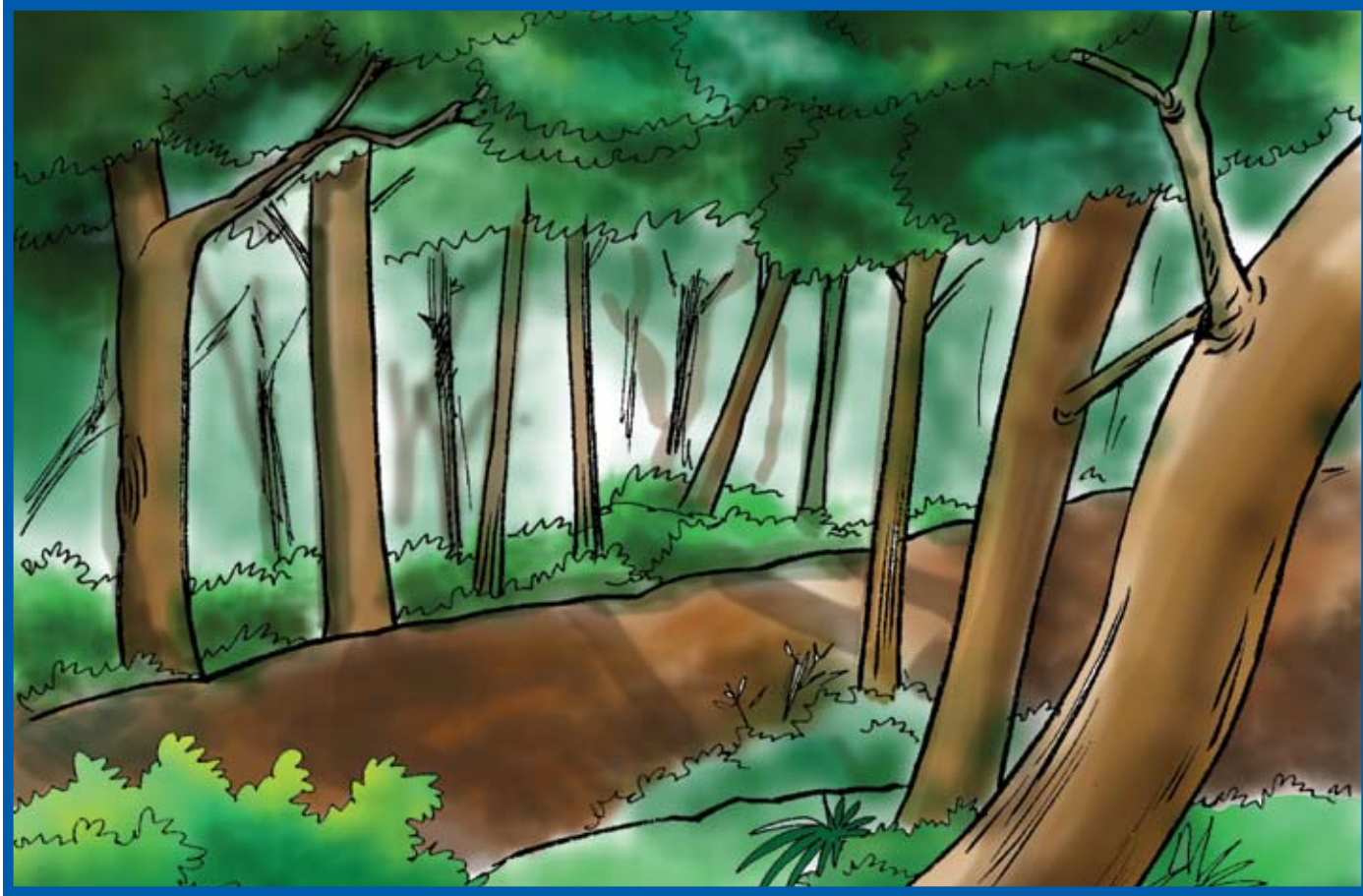
न्यूनीकरण

- ◆ हरितगृह ग्याँस उत्सर्जनका स्रोतमा कमी ल्याउने र हरितगृह ग्याँस सोस्ने बोटबिरुवाको संख्यामा वृद्धि गरी वायुमण्डलमा रहेको हरितगृह ग्याँसको मात्रा वा अनुपातमा कमी ल्याउने प्रक्रिया अथवा प्रविधिलाई न्यूनीकरण भनिन्छ ।

अनुकूलन

- ◆ परिवर्तित जलवायुमा आफ्नो र समुदायको जीवनयापन सहज र सुलभ बनाउन त्यही अनुसार गरिने विभिन्न क्रियाकलाप तथा कार्यक्रमहरूलाई अनुकूलन भनिन्छ ।

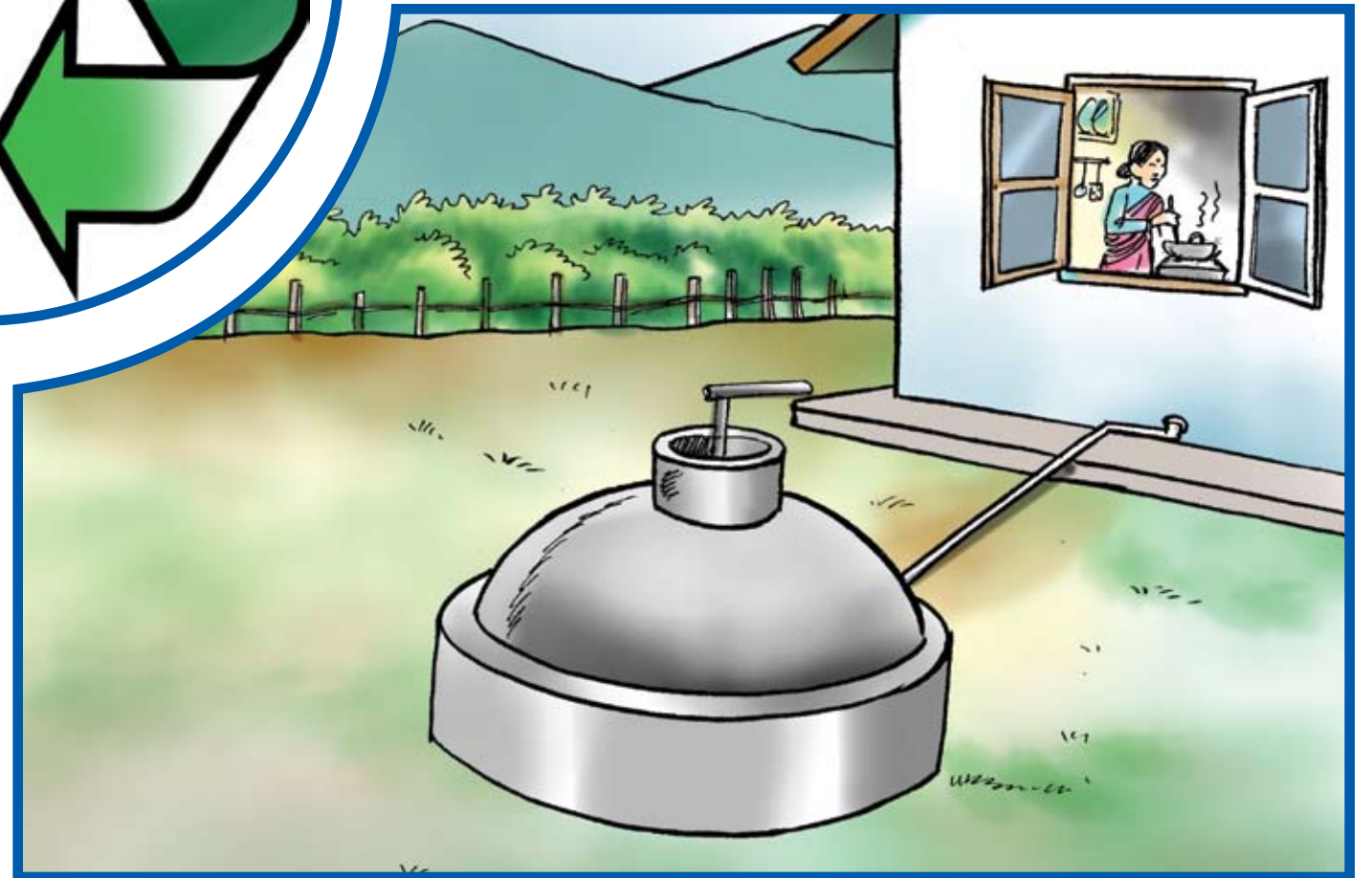
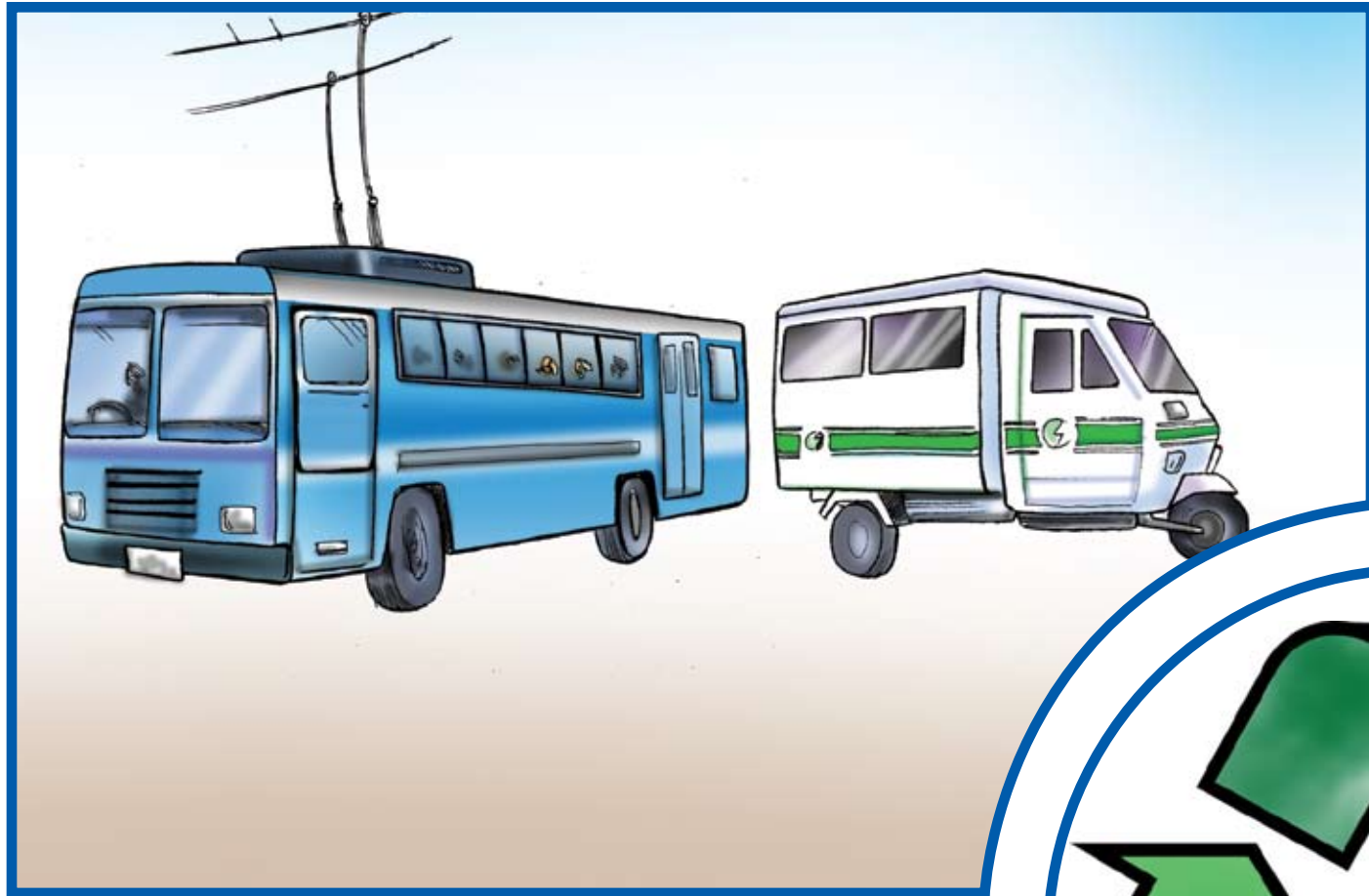




न्यूनीकरणका उपाय

- ◆ यातायात, कलकारखाना आदिमा ऊर्जाका लागि प्रयोग भइरहेका पेट्रोलियम पदार्थ एवं कोइलाको प्रयोग कम गर्ने र ऊर्जा कम खपत गर्ने प्रविधि उपयोग गर्ने ।
- ◆ नवीकरणीय ऊर्जा जस्तै: सौर्य ऊर्जा र जलविद्युत ऊर्जाको प्रवर्धन गर्ने ।
- ◆ बोटबिरुवाले वायुमण्डलमा भएको कार्बन डाइअक्साइड ग्याँस सोस्ने हुनाले वनजङ्गलको संरक्षण गर्ने र नाङ्गो जमिनमा वृक्षारोपण गर्ने ।
- ◆ स्वच्छ ऊर्जाद्वारा सञ्चालन गर्न सकिने उपकरण, सवारी साधनहरूको प्रयोगमा जोड दिने; बायो ग्याँस, वायुशक्ति, जलविद्युत, भू-ताप (Geo-thermal) जस्ता स्वच्छ ऊर्जाको प्रवर्द्धन गर्ने ।
- ◆ फोहरमैलाको पुनः प्रशोधन (Recycle) र पुनः प्रयोग (Reuse) गरी उचित व्यवस्थापन गर्ने ।
- ◆ खेतबारीमा रसायनिक मलको प्रयोग सकेसम्म कम गर्ने ।

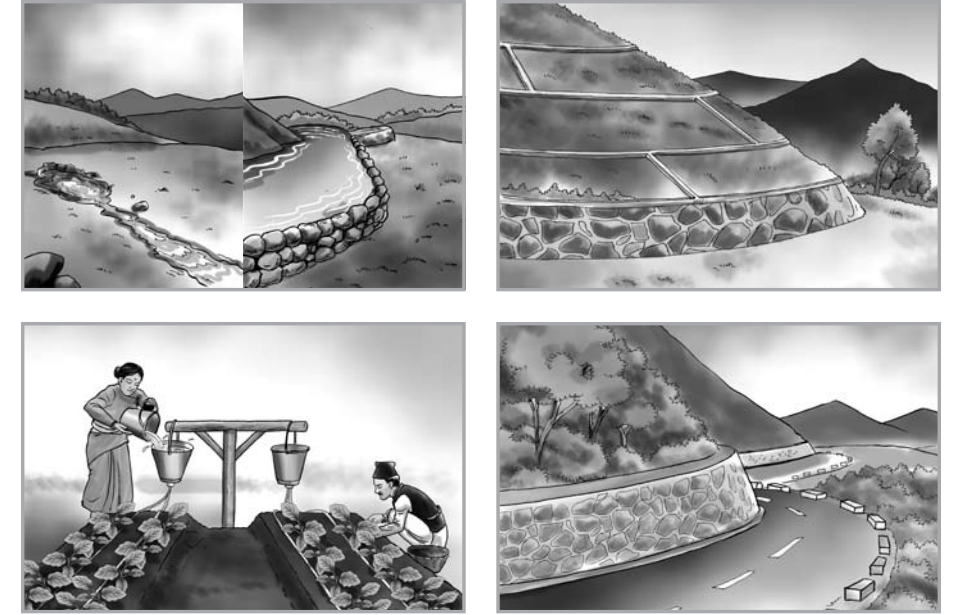


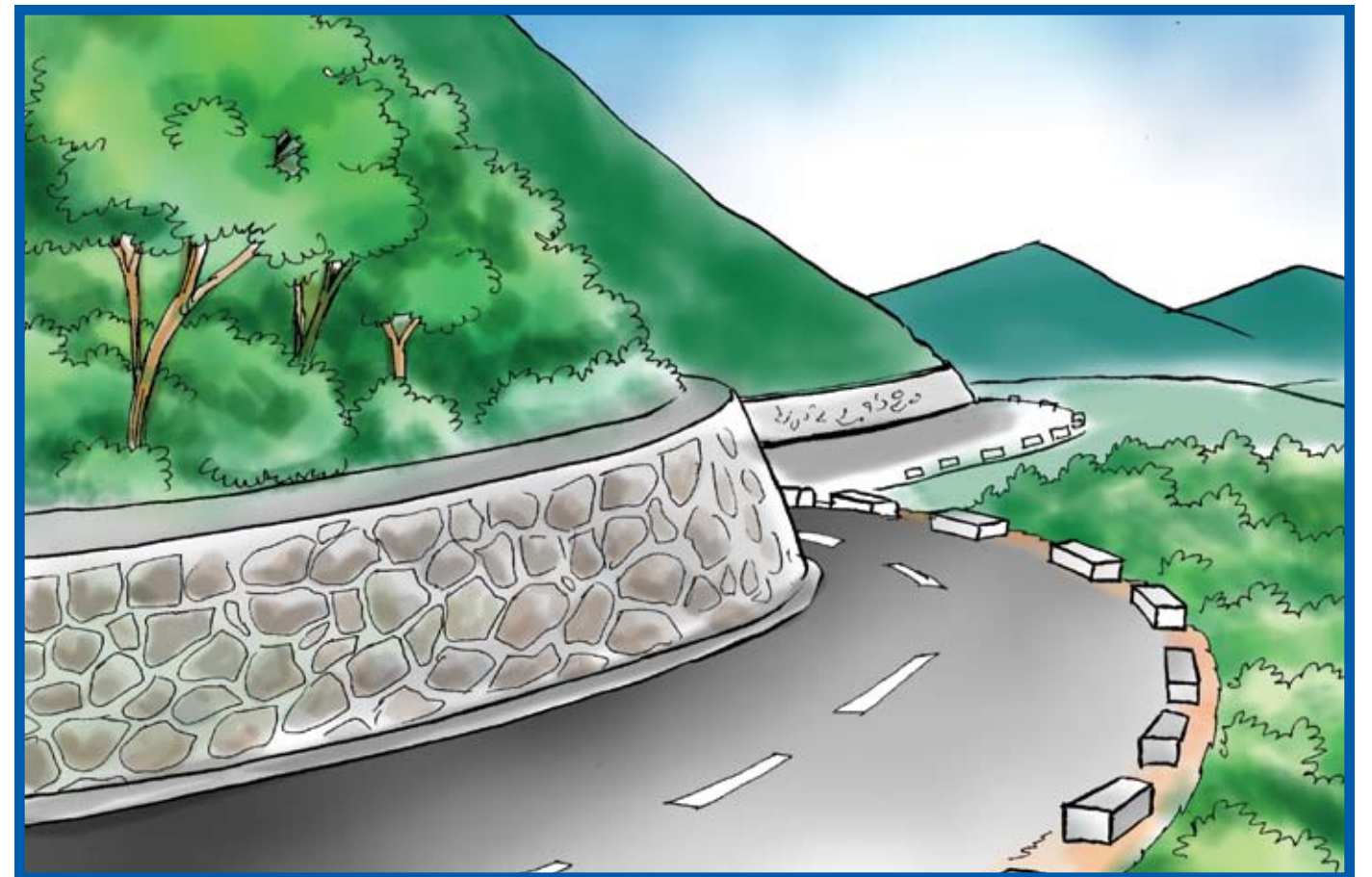
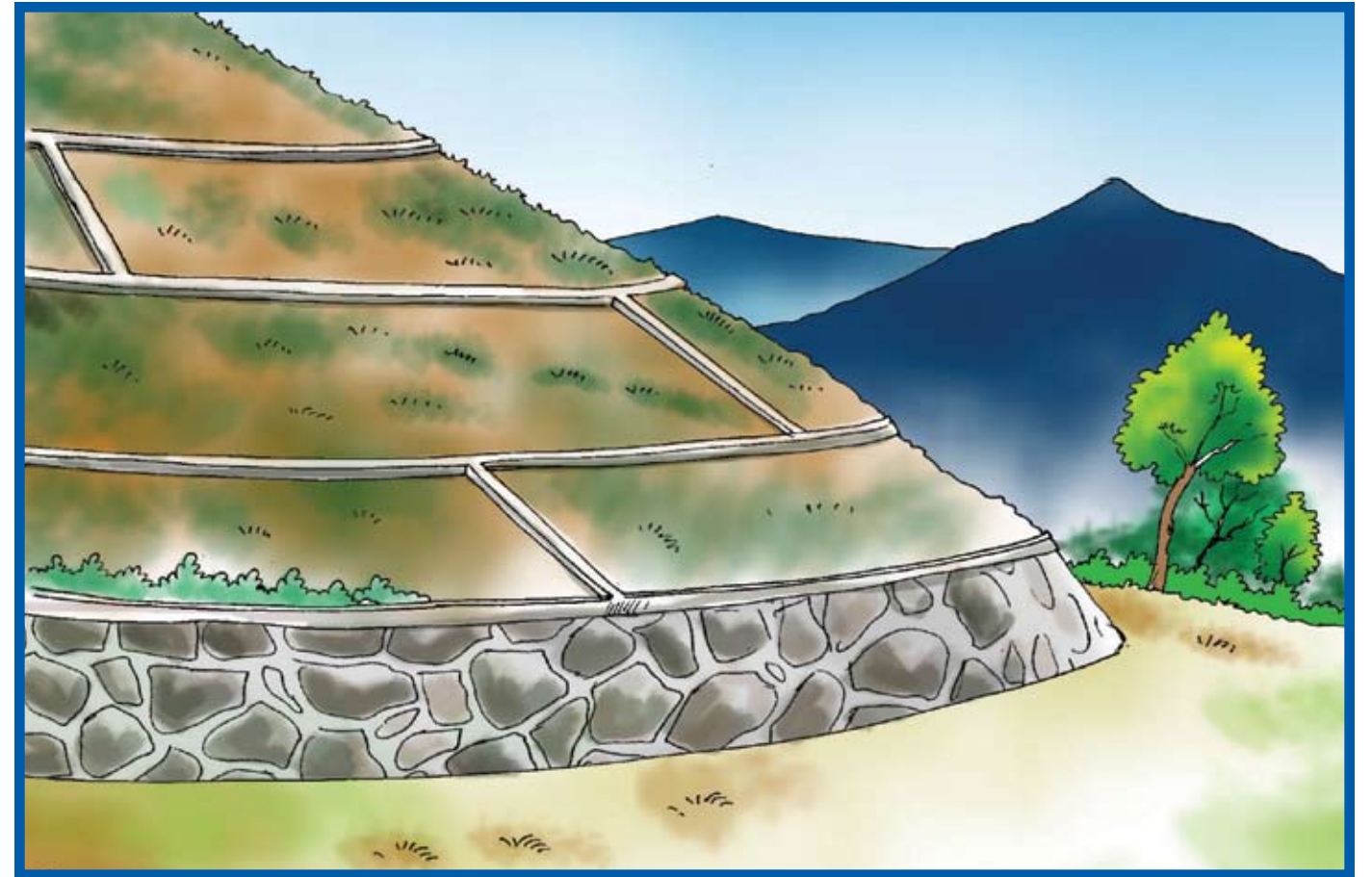
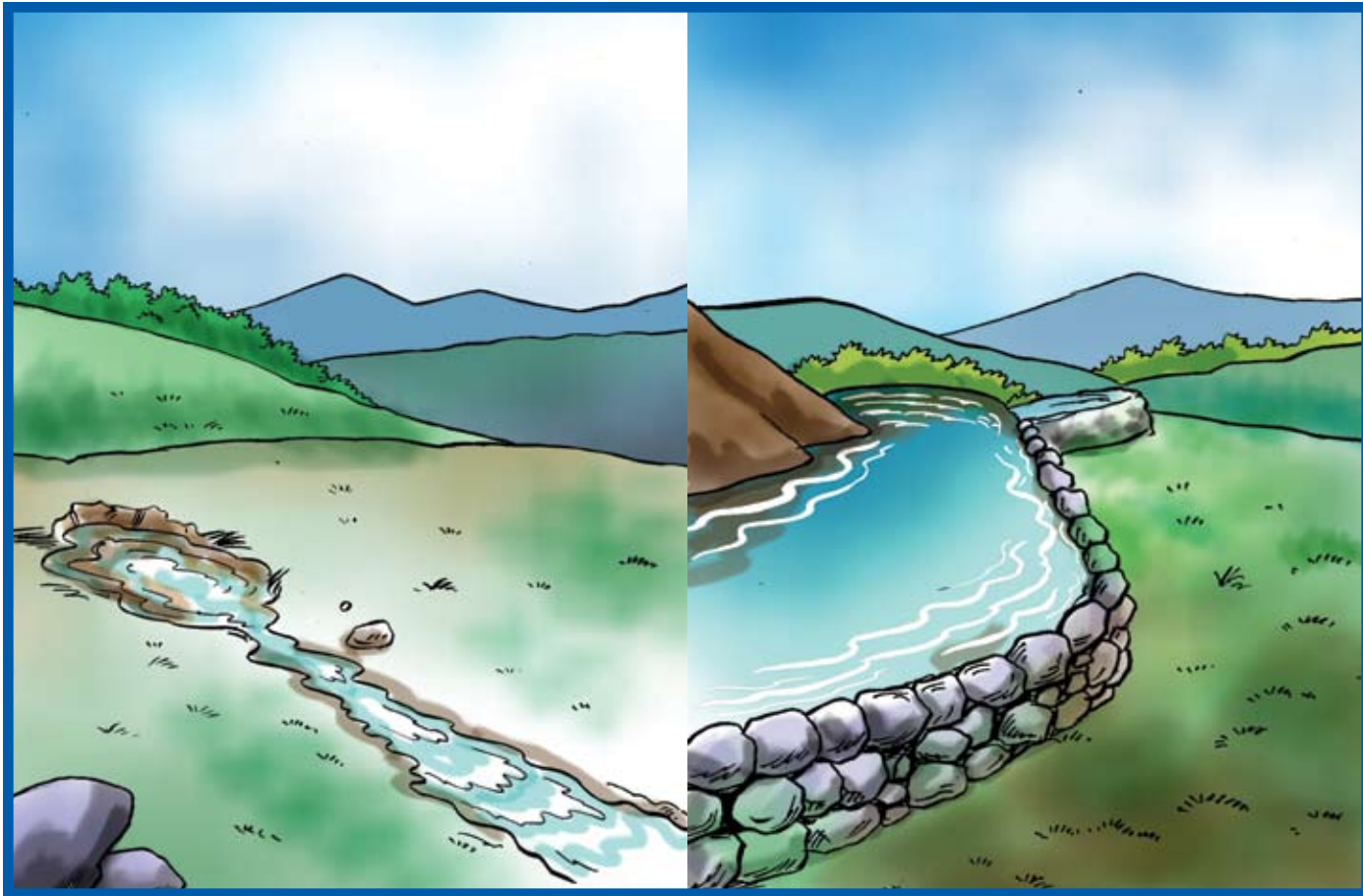


अनुकूलनका उपाय

यो प्रस्तुति शुरू गर्नु भन्दा पहिले सहजकर्ताले सहभागीहरूलाई जलवायु परिवर्तनले पारेको असरबाट जोगिन के कस्तो कार्य गर्नु भएको छ, भनेर छलफल चलाउनुहोस् । यसो गर्दा सहभागीहरूले पहिले ठम्याएका असरहरू सम्झाइदिनुहोस् ।

- ◆ बाढी पहिरो र प्राकृतिक प्रकोपसँग जुध्न समुदायको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने र पूर्व तयारीको अवस्थामा राख्ने ।
- ◆ बाढीपहिरो नियन्त्रणका क्रियाकलाप सञ्चालन गर्ने, आकाशे पानी सङ्कलन, बायो इन्जिनियरिङ्ग, सिचाई, लगाएतका प्रविधिको निर्माण र विस्तार गर्ने ।
- ◆ बाली लगाउने ढाँचामा परिवर्तन गर्ने तथा परिवर्तित जलवायु र नयाँ रोगसँग प्रतिरोध गर्न सक्ने बालीका जातहरूको विकास गर्ने ।
- ◆ जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी जनचेतना अभिवृद्धि र शैक्षिक क्षेत्रमा यसको पाठ्यक्रमको विकास गर्ने ।
- ◆ सरोकारवालाबीचको सहकार्य र समन्वयलाई प्रोत्साहन गर्ने ।
- ◆ जलवायु परिवर्तनलाई सम्बोधन गर्ने परम्परागत सीप, ज्ञान, प्रविधि र प्रयोगको अभिलेख तयार पारी आवश्यक विकास र प्रवर्द्धन गरेर व्यवहारमा ल्याउने ।





जलवायु परिवर्तनको समस्या समाधान गर्न भईरहेका अन्तर्राष्ट्रिय प्रयास

- ◆ जलवायु परिवर्तनको समस्यासँग एकताबद्ध भएर जुध्नका लागि सन् १९९२ मा ब्राजिलको रियो दि जेनेरियो शहरमा भएको पृथ्वी सम्मेलनले संयुक्त राष्ट्रसंघीय जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी खाका महासन्धि पारित गर्‍यो ।
- ◆ महासन्धीमा हालसम्म १९४ देशले सहमति जनाएका छन् ।
- ◆ यो महासन्धीमा हस्ताक्षर गर्ने राष्ट्रहरू बीच छलफल र योजना बनाउन प्रत्येक वर्ष विश्वव्यापी सम्मेलन हुन्छ । यसलाई पक्ष राष्ट्रहरूको सम्मेलन भनिन्छ ।
- ◆ यस्तो सम्मेलन सन् २०१० सम्ममा १६ पटक सम्पन्न भइसकेको छ ।
- ◆ पक्ष राष्ट्रहरूको सम्मेलनमा विकसित र विकासोन्मुख राष्ट्रहरूले आ-आफ्ना प्राथमिकता अनुसार प्रस्ताव पेश गर्दछन् । यसले गर्दा यो प्रक्रिया निकै जटिल र लामो हुने गरेको छ । कुनै एउटा राष्ट्रले मात्र पनि असहमति जनायो भने, त्यो प्रस्ताव पारित हुँदैन र थप छलफल गर्नुपर्ने हुन्छ ।



- ◆ सन् १९९७ मा तेस्रो पक्ष राष्ट्रको सम्मेलनले क्योटो अभिसन्धि पारित गरेको थियो । यसमा धनि राष्ट्रहरूले विकासोन्मुख राष्ट्रहरूमा स्वच्छ उर्जा परियोजनामा लगानी गरी हरितगृह ग्याँस उत्सर्जनको मात्रा घटाउन सक्ने प्रावधान राखिएको छ ।
- ◆ गरिब देशहरूलाई अनुकूलनमा सहयोग गर्न विभिन्न कोषहरू बनाइएको छ ।

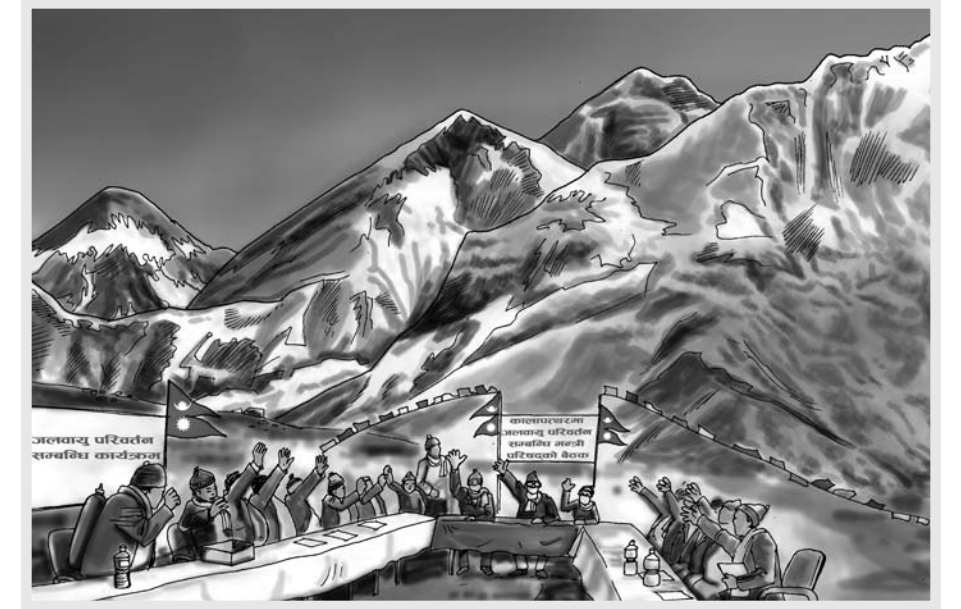
अनुकूलन कोषहरू : गरिब देशहरूलाई अनुकूलनमा सहयोग गर्न अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा विभिन्न कोषहरू बनाइएका छन् । संयुक्त राष्ट्रसंघीय जलवायु महासन्धी अन्तर्गत अति कम विकसित राष्ट्रहरूको कोष, हरित जलवायु कोष, अनुकूलन कोष र विश्व बैंक र अन्य बहुपक्षिय दाताहरूले स्थापना गरेका कोषहरू पनि छन् ।

united nations climate change conference



नेपालको प्रयास

- ◆ नेपाल पनि जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी महासन्धीको पक्ष राष्ट्र भएको हुनाले जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी भेलाहरूमा भाग लिई आफ्ना कुराहरू उठाउने गरेको छ ।
- ◆ नेपालले जलवायु परिवर्तन अनुकूलनका लागि 'राष्ट्रिय अनुकूलन कार्यक्रम' र 'राष्ट्रिय जलवायु नीति २०६७' पनि बनाईसकेको छ ।
- ◆ सरकारी र गैरसरकारी संस्थाहरूले जलवायु परिवर्तनसँग जुध्न मुख्य गरी नवीकरणीय र स्वच्छ ऊर्जा प्रवर्द्धन, जनचेतना अभिवृद्धि, अनुकूलन नमुना कार्यक्रम जस्ता विधि कार्यक्रम गरिरहेका छन् ।
- ◆ जलवायु परिवर्तनको विषयलाई अझ बढि महत्व दिन, केही समय अगाडि प्रधानमन्त्रीको अध्यक्षतामा "जलवायु परिषद्" र वातावरण मन्त्रालयमा छुट्टै ईकाइको रूपमा "जलवायु परिवर्तन व्यवस्थापन महाशाखा" को स्थापना भईसकेको छ ।
- ◆ सन् २००९ को डिसेम्बरमा सगरमाथा आधार शिविर, कालापत्थरमा मन्त्रिपरिषद् को बैठक बसेर विभिन्न जलवायु मैत्री निर्णय गर्दै "कालापत्थर घोषणा-पत्र" जारी गरेको छ ।



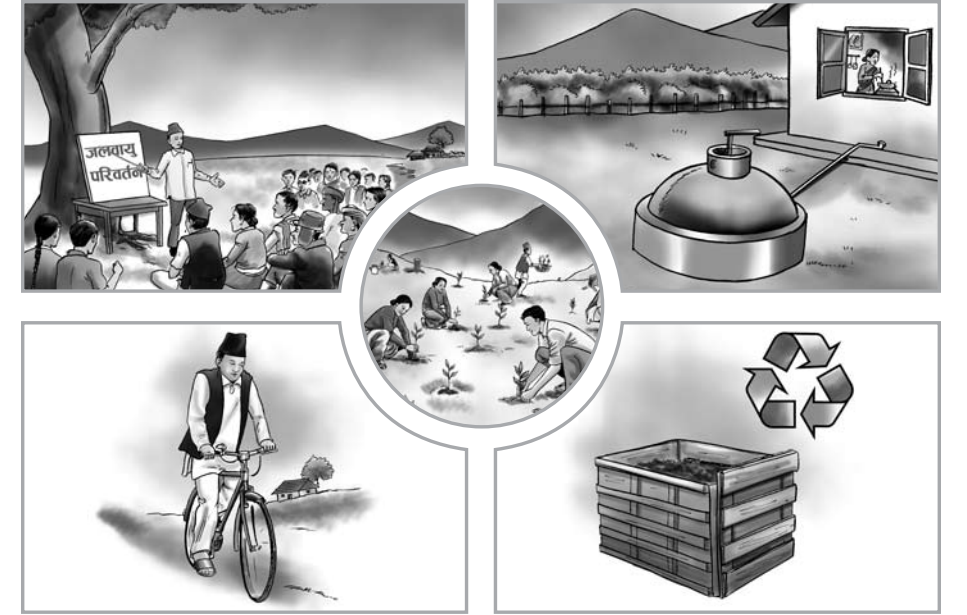


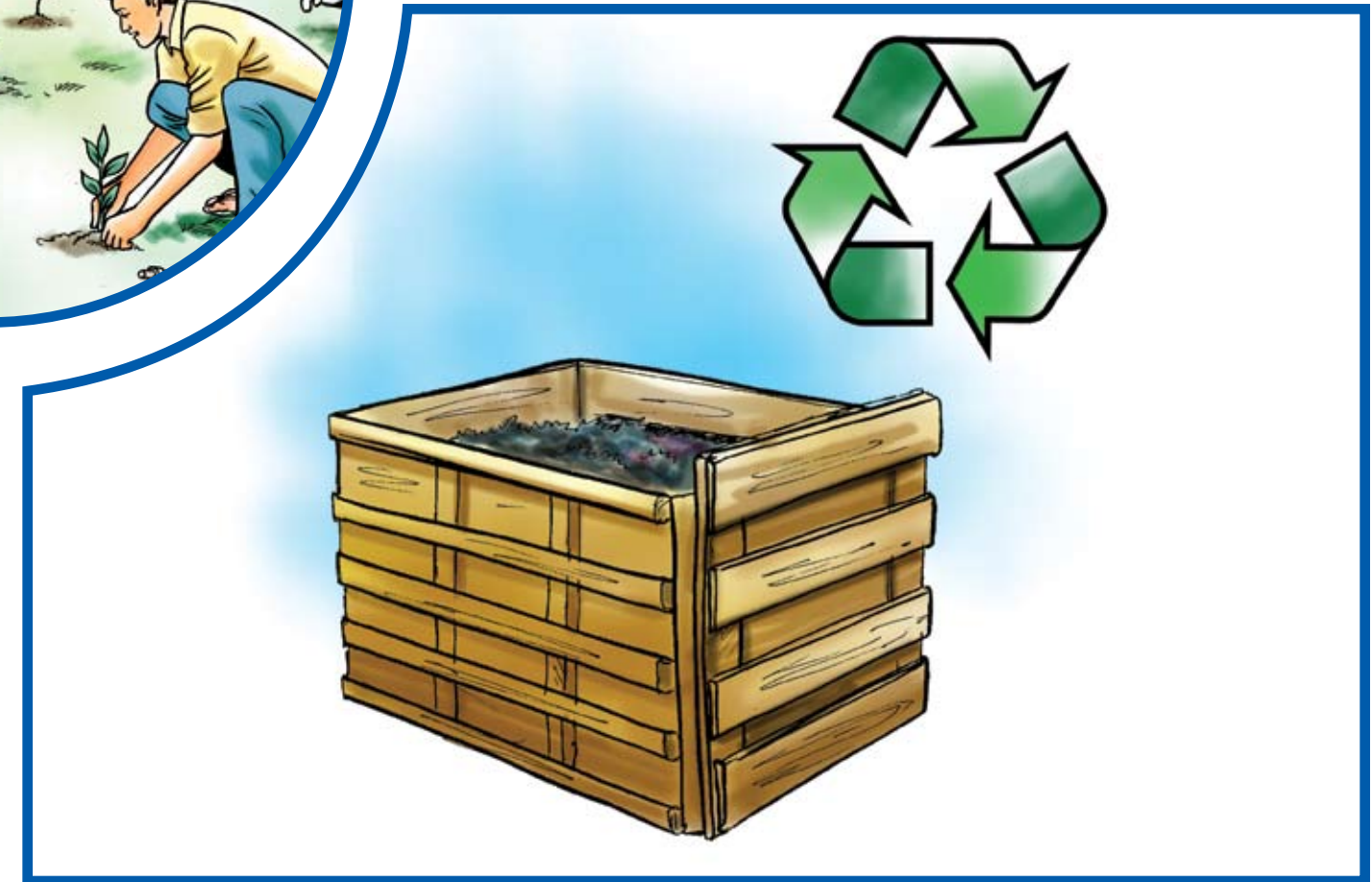
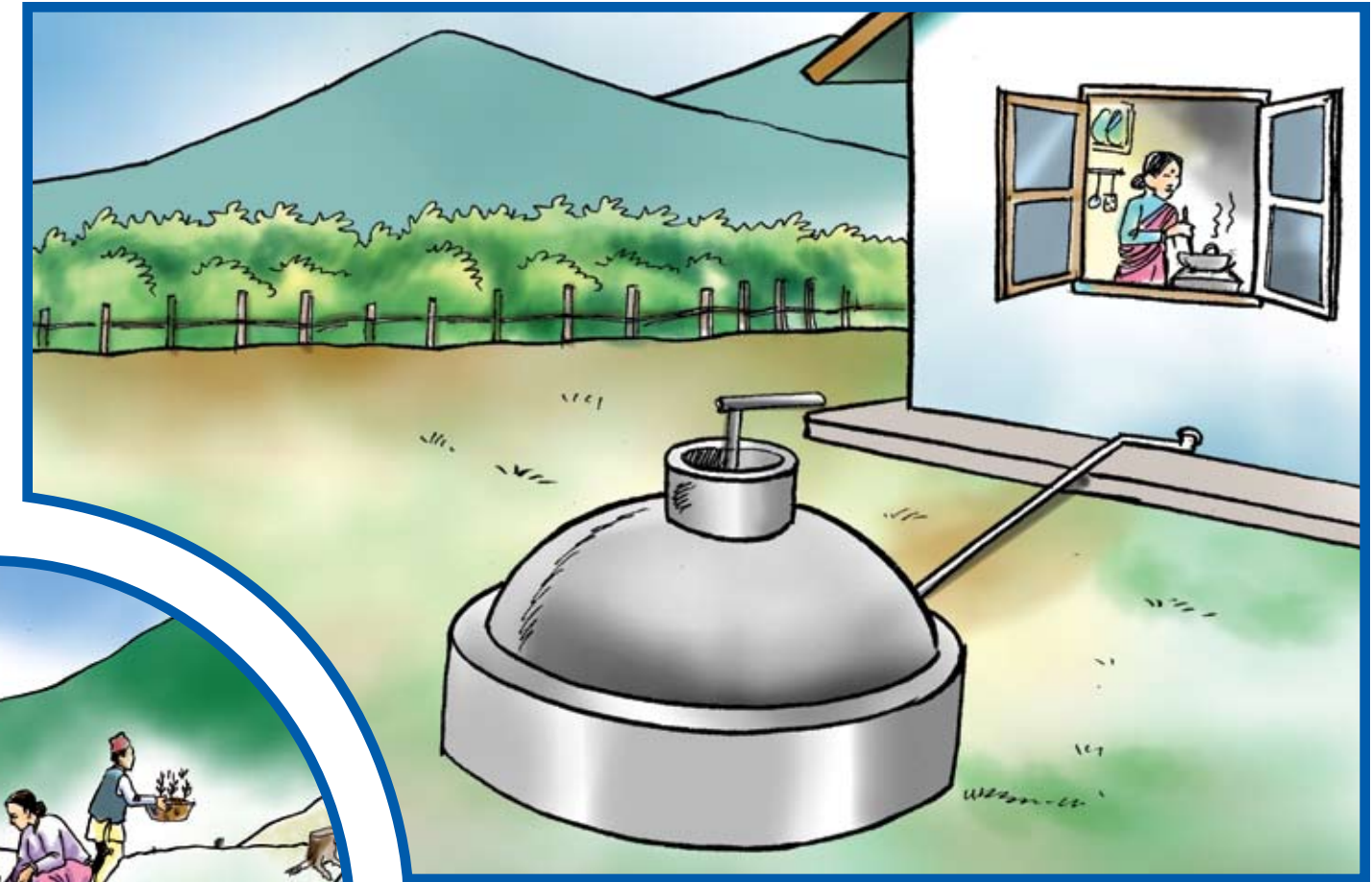
जलवायु परिवर्तन
सम्बन्धि कार्यक्रम

कालापत्थरमा
जलवायु परिवर्तन
सम्बन्धि मन्त्री
परिषदको बैठक

हामी के गर्न सक्छौ ?

- ◆ जलवायु परिवर्तनको बारेमा सुसूचित हुने र आफूले जानेका कुरा परिवार, साथीसंगी र छिमेकीलाई जानकारी गराऔं ।
- ◆ अनावश्यक ऊर्जाको खपत नगरौं, जस्तै: कोठामा कोही नहुँदा बत्तिहरू निभाउने ।
- ◆ सुधारिएको चुलो, वायोग्याँस (गोबर ग्याँस), सौर्य ऊर्जा जस्ता नविकरणीय ऊर्जाको प्रयोग गरौं ।
- ◆ सकेसम्म विद्युतबाट चल्ने सवारी साधनको प्रयोग गर्ने र यसको पक्षमा आवाज उठाई विद्युतीय सवारी साधन प्रवर्द्धनमा सहयोग पुऱ्याऔं ।
- ◆ छोटो दुरीका लागि हिँड्ने वा साइकल चढ्ने गरौं ।
- ◆ वन जंगल संरक्षण र वृक्षारोपण गरौं ।
- ◆ पुनः प्रयोग गर्न सकिने सामानहरू जस्तै सिसाका बोतल, डब्बा, प्लास्टिकका वस्तु, अखवार, धातुका सामानलाई जथाभावी नफालौं, यस्ता सामानलाई आफैँ पुनः प्रयोग गरौं अथवा यी सामान सङ्कलन गर्ने मानिस वा संस्थालाई पुनः प्रयोग र पुनः प्रशोधनका लागि दिने ।
- ◆ घरबाट निस्कने फोहरलाई जथावाभी नफालौं, जैविक फोहरलाई कम्पोस्ट मल बनाऔं ।
- ◆ आफ्नो छरछिमेक र गाउँघरमा भएका उपयुक्त परम्परागत ज्ञानलाई प्रवर्द्धन र प्रचार गरौं ।







धन्यवाद !