आयोजकहरू

फ्रेण्ड्स अफ दि बाग्मती

बाग्मतीका साथीहरू (बा.सा.), बाग्मती र नेपालका अरू नदीहरूको वातावरणलाई पुनर्स्थापित गर्नेचासो र आकाङ्क्षा बोकेको गैरसरकारी संस्था हो ।

फोन नं. : ४४७०७७० । **फ्याक्स** : ४४७१३७९ । **इमेल** : fob@dwarikas.com
वेबपेज : www.friendsofthebagmati.org.np

स्वच्छ ऊर्जा नेपाल

स्वच्छ ऊर्जा नेपाल, विशेषतः दीर्घकालीन ऊर्जा उपयोग र वातावरण संरक्षणका पक्षमा अनुसन्धानमा आधारित जनशिक्षा सञ्चालन गर्ने र वकालत-अभियान चलाउने मुनाफारहित उद्देश्य बोकेको गैरसरकारी संस्था हो ।

फोन नं. : ४२४२३८१ । **इमेल** : cen@mos.com.np । **वेबपेज** : www.cen.org.np

काठमाडौं महानगरपालिका, वातावरण विभाग

प्रायोजकहरू : द नेपाली टाइम्स खबरपत्रिका । कोडाक–फोटो कन्सर्न, नयाँसडक । आग्फा, ठमेल । कोनिका - स्टुडियो ७, पुतलीसडक

design: **wps**, tel 5550289

हाम्रो नदी : हाम्रो जीवन

विद्यालयका विद्यार्थीहरूका लागि

बाग्मती नदी संरक्षण

जागरण कार्यक्रम

२००५

कार्यक्रमहरू

- **कविता प्रतियोगिता** — बाग्मती नदी प्रदूषणका समाधान
- **चित्रकला प्रतियोगिता** — स्वच्छ बाग्मती नदीको बारेको दृष्टिकोण
- **फोटोग्राफी प्रतियोगिता** — बाग्मती नदी प्रदूषणको कथा
- **स्थलगत भ्रमण** — सबै प्रतियोगिताका सहभागीहरूले स्थलगत भ्रमणमा आफूले देखेको कुनै विशेष विषयबारे एउटा छोटो समाचार/प्रतिवेदन (२०० शब्दसम्मको) तयार पार्नेछन्; उत्कृष्ट प्रतिवेदन पुरस्कृत हुनेछ ।
- **प्रदर्शनी** — तीन देवल, टेकूमा सबै प्रतियोगी फोटो र चित्रहरूको प्रदर्शनी ।

हाम्रो बाग्मती नदी दिनदिनै प्रदूषित हुनुको कारण

- घरघरबाट निस्कने ढल सिधैपवित्र नदीमा मिसाइनु ।
- नदी र यसको आसपास फोहोर थुपारिनु र फालिनु ।
- जथाभावि रूपमा बालुवा निकालिनु ।
- नदीकिनार मिचेर घर टहरा बनाउनु ।
- बाग्मती नदी संरक्षणको बारेमा मानिसहरूले ध्यान नदिनु ।
- नदीहरूको संरक्षणका लागि एकीकृत सरकारी नीतिको अभाव हुनु ।
- भएका निति नियम र कार्यक्रम संचालन नहुनु ।

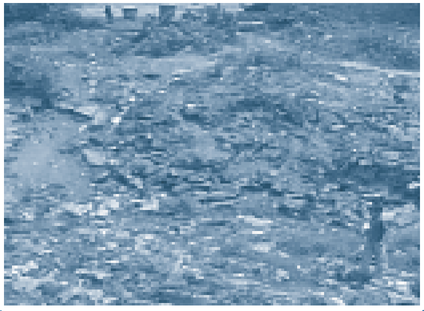
बाग्मती नदी प्रदूषित हुनबाट जोगाउन हामी के के गर्न सक्छौं ?

स्वच्छ बाग्मतीको लागि फोहरमैला व्यवस्थापन

- बजार जाँदा कपडाको झोला लिएर जाऔं, प्लाष्टिकको झोला प्रयोग नगरौं ।
- सकेसम्म कम प्याकेजिङ भएका वस्तुहरूको प्रयोग गरौं।
- आफ्नो घर र विद्यालयमा कुहिने र नकुहिने फोहरलाई छुट्टाछुट्टै भाँडामा जम्मा गरौं ।
- कुहीने फोहारलाई कम्पोष्ट बनाऔं ।
- प्लाष्टिक, कागज, धातु, सिसा जस्ता नकुहिने फोहरलाई बेचेर पैसा कमाऔं ।
- फोहरलाई जथाभावी नदीमा फाल्दै नफालौं र सोझै फोहर संकलन गर्न आउने संस थालाई दिऔं ।

स्वच्छ बाग्मतीका लागि जनचेतना

- नदी प्रदूषण र यसको संरक्षणको लागि चासो देखाऔं।
- नदी संरक्षण गर्न आफ्नो टोलबासीहरूलाई सचेत तुल्याऔं।
- नदी किनार वरपर वृक्षारोपण गरौं र त्यसको हेरविचार गरौं।
- नदी किनार मिच्न नदिन आवाज उठाऔं।
- आफनो विद्यालयहरूमा वातावरण क्लव गठन गरी नदी संरक्षण सम्बन्धी कार्यक्रमहरू गरौं ।



स्वच्छ बाग्मतीको लागि फोहोर पानी व्यवस्थापन

- पानी प्रयोग गर्दा जतन गरौं र सकेसम्म कम पानीले काम चलाऔं ।
- हात मुख धुदा धारा बन्द गरौं ।
- शौचालयमा कम पानी जानेफ्लश प्रयोग गर्ने गरौं।
- चुहिएको धारा तुरुन्त मर्मत गरौं ।
- घर र विद्यालयमा शौचालयको सेफ्टी ट्याङ्की बनाउन र शौचालय निकासलाई सिधै ढलमा नजोड्न अनुरोध गरौं।
- वर्षातको पानी जम्मा गर्ने व्यवस्था मिलाउन अनुरोध गरौं ।
- आफ्नो घर, टोल र विद्यालयमा फोहोर पानी प्रशोधनको व्यवस्था मिलाउन अनुरोध गरौं ।
- घर र विद्यालयमा फोहोर पानी प्रशोधन गरी पुनःप्रयोग गर्ने गरौं। पुन प्रशोधित पानीलाई शौचालयको सफाईर बंगैचामा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।