

## राष्ट्रिय मर्यादित महिनावारी नीति २०७४

### १. पृष्ठभूमि

जनगणना २०६८ अनुसार नेपालमा कुल जनसंख्याको ४६.७९ प्रतिशत प्रजनन उमेर समुहका महिलाहरू छन्। यस उमेर समुहका हरेक महिलाहरू मासिक रूपमा रजस्वला हुने गर्दछन् । महिनावारी हुनु प्राकृतिक कुरा हो जुन महिलाको प्रजनन प्रक्रियासँग जोडिएको हुन्छ । महिनावारीका बखत रगत निकल्ने क्रम ३ देखि ७ दिनसम्म चलन सक्छ । महिनावारी एक मासिक चक्र हो जुन सामान्यतया २८ दिनको हुने गर्दछ तरकसै-कसैमा वा कहिलेकाहीं २१ देखि ३५ दिनको अन्तरमा पनि हुन सक्छ। किशोरीहरू किशोरावस्थामा प्रवेश गरेपछि महिनावारीसुरु हुन थाल्छ । शारीरिक विकासक्रममा परिवर्तन हुने हर्मोनहरूको कारणले महिनावारी हुने गर्दछ । सामान्यतः ९ देखि १६ बर्षकोउमेर बीच किशोरीहरूमा महिनावारी सुरु भइ ४५ देखि ५० बर्ष उमेर भित्रमा सकिन्छ ।

२१औं शताब्दिको पुर्वाद्धिपार गर्न लागि सक्दा पनि महिनावारीलाई समाजले अझै अन्धविश्वासी एवम् नकारात्मक दृष्टिबाट हेर्ने गरिएको कारण जनसंख्याको आधा हिस्साले अमर्यादित र असुरक्षित जीवन गुजार्न बाध्य हुनुपरेको अवस्था विद्यमान रहेको छ।

नेपाल सरकारले विभिन्न आयोजना तथा कार्यक्रमहरूद्वारा महिनावारी सम्बन्धीत मुद्दाहरू सम्बोधन गर्न प्रयास गरेता पनि ति प्रयासहरू दिगो हुन सकेका छैनन् । प्रजनन स्वास्थ्य रणनीति, (सन् १९९८) मा किशोर किशोरीको स्वास्थ्य सम्बन्धमा एक रणनीति बनेको छ जहाँ महिनावारीलाई किशोरी स्वास्थ्यको सामान्य पक्षका रूपमा लिईएको देखिन्छ । जसको अर्थ महिनावारीलाई आजीवन प्रक्रियाको रूपमा लिईएको देखिँदैन, जस अन्तर्गत रजोनिवृत्ति (menopause) र रजस्वलाका अन्य पक्षहरू पर्दछन् ।

विद्यालय क्षेत्र विकास योजना (२०१६ - २०२३) मा स्वास्थ्य र पोषण शिर्षक अन्तर्गत गोपनीयता, महिनावारी र सरसफाइ सुनिश्चित गरेको छ । विद्यालय तहको पाठ्यपुस्तक अन्तर्गत व्यक्तिगत सरसफाइ, किशोरी वयस्कमा हुने शारीरिक परिवर्तन, यौन स्वास्थ्य, महिनावारीको विषयहरूको जानकारी समावेश गरिएको छ, तथापि यसले महिनावारीसँग जोडिएको मानसिक चिन्ता, हैरानी र उत्पिडनका बारेमा खुलेर बोल्न सकेको पाईँदैन ।

सहभागिता एवम् अवसरको सन्दर्भमा लैङ्गिक समताको बारेमा कुरा गरेतापनि महिनावारीको विषय अझै मौन छ ।

यसै परिप्रेक्षमा नेपालको संविधानले हरेक नेपालीलाई स्वच्छ वातावरणमा बाँच्न पाउने लगायत स्वास्थ्य सम्बन्धीहकको प्रत्याभुति गरेको छ । त्यसैगरी मुलुकीसंहिता २०७४ले महिनावारी सम्बन्धमा हुने सबै किसिमका भेदभाव छुवाछुत एवम् अमानवीय व्यवहारहरूलाई दण्डनीय बनाएको छ। संबैधानिक प्रत्याभुतिको कार्यान्वयन गर्दै नेपाली महिलाहरूको मर्यादित जिवनयापन एवम् समृद्धि हासिल गर्न सहयोगी वातावरणको सृजना गर्ने ध्येयका साथ नेपालसरकारले यो मर्यादित महिनावारी नीति २०७४ तर्जुमा गरि कार्यान्वयनमा ल्याएको छ।

## २. समस्या, चुनौती र अवसर

### २.१. समस्या:

मानव अधिकार र विकासको परिप्रेक्षबाट हेर्दा नेपालमा मात्र नभइ संसार भरिनै महिनावारीलाई बेवास्ता गरिएको पाइन्छ । नेपालका विभिन्न क्षेत्र, सामाजिक परम्परा, संस्कृतिका आधारमा महिनावारीलाई नकारात्मक धारणा, अन्धविश्वास, छुवाछुतसँग जोडेर महिनावारी भएको किशोरि वा महिला साथै महिनावारीको रगत लाज, भेदभाव, अपवित्र, फोहोर र प्रदूषित मानिदै आएको छ । यस्ता रीतिरिवाज र कुसंस्कारजन्य कुराहरूलाई केलाएर हेर्ने हो भने अझैपनि नेपालका विभिन्न सम्प्रदायमा ४० वटा भन्दा बढी यस्ता कुप्रथाहरू अभ्यासमा छन् ।

प्राचीनकालदेखि नै चलिआएको छुवाछुतको अभ्यास सुदुरपश्चिम र मध्यपश्चिमका पहाडी भेगहरूमा अझै पनि ज्वलन्त रूपमा देखिएतापनि काठमाडौँ वा महोत्तरी जस्ता ठाउँहरूमा पनि अदृश्यरूपमा अभ्यास भईरहेका पाईन्छन् जसमा छुवाछुतको अभ्यासबाट पिडितजो कोही किशोरी वा महिलाहरूमा शारीरिक तथा मानसिक समस्याहरू समेत देखा पर्ने गरेको पाईन्छ । संस्कृतिको आड्मा महिलाहरू माथि गरिने यस्ता अमानवीय व्यवहार मानव अधिकारका विरुद्धमा छन् । सुदुरपश्चिमका अधिकांश महिलाहरूलाई रजस्वला भएपछि घरको जग, चुल्हो लगायत पकाइएका खानेकुरा तथा पुजा कोठा छुन नहुने, बस्त्रका लागि आफु बस्दै आएको घर भन्दा पर गोठमा बस्नुपर्ने, गाई, भैंसीको दुध-दही खानबाट बञ्चित हुनुपर्ने, धार्मिक, सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा सहभागि हुन नपाउने जस्ता प्रतिबन्धहरू लगाईदै आईएको पाईन्छ। रजस्वलाका बखत महिलालाई बस्त्रका लागि कतै छुट्टै गोठ वा टौवा आदि बनाइएको हुन्छ भने कतै घरको छिन्डीमा बस्तु-भाउ सँगै वा सहरी क्षेत्रमा भाडामा बस्तु परेका अवस्थामा कोठाको एक कुनो छुट्याएर बार्ने गरिएको पनि पाईन्छ । गोठमा बस्नुपर्ने बाध्यताकै कारण किशोरी तथा

महिलाहरूलाई पौष्टिक आहार, आराम, सरसफाइ, माया-ममता एवम् सर-सहयोगबाट बञ्चित हुनु पर्ने; अध्ययन, रोजगारी एवम् सामाजिक-राजनीतिक अवसरहरूबाट टाढिनुका साथै यस्ता कुरीति प्रथाहरू कै कारण बलात्कार, हत्या, सर्पदंशलगायत जङ्गली जनावरको शिकार तथा जाडोले कठ्याङ्ग्रिएर ज्यान जाने गरेको स्थिति अझै विद्यमानछ ।

महिला र पुरुषको अस्तित्व जीवको उत्पत्तिसँगै रहँदै आएको र सृष्टीको निरन्तरताका लागि महिनावारी एक अपरिहार्य प्राकृतिक प्रकृया भएको कुरा अनुभव र विज्ञानले प्रष्ट पारिसकेको अवस्थामा पनि महिनावारीको विषयमा खुलेर संवाद हुन नसक्नु, पर्याप्त मात्रामा अध्ययन-अनुसन्धान हुन नसक्नु तथा ठोस नीतिगत प्रबन्धको अभाव आदि कारणले हाल २१औँ शताब्दीमा आइपुग्दा पनि त्यो कुरीतिलाई हटाउन सकिएको छैन । यसलाई हिंसार अपराधका रूपमा हेर्न बरू अझै पनि संस्कृतिको रूपमा हेरिने क्रम जारी नै छ । हालसम्म महिनावारी सम्बन्धी जति पनि कार्यक्रमहरू आएका छन् ती सबै सरसफाईका मुद्दासँग बढी जोडिएको र मानव अधिकारको पक्षलाई नछोएको पाइन्छ ।

## २.२. चुनौती:

क) मर्यादित महिनावारी एक अन्तर्सम्बन्धित र बहुसरोकारको विषय भएको हुँदा संबद्ध सबै सरोकारवालाहरूको समझदारी, समन्वय र सहकार्य सुनिश्चित गर्ने कार्य,

ख) सदियों देखि धार्मिक, सामाजिक र सांस्कृतिक परम्परामा समेत जरा गाडिसकेको यो महिनावारी सम्बन्धमा विद्यमान अवैज्ञानिक, अमानवीय एवम् अन्धविश्वासपूर्ण कुरितिको तत्काल अन्त गर्ने कार्य,

ग) महिनावारी सम्बन्धमा छुवाछुत एवम् भेदभाव पूर्ण व्यवहार धेर-थोर रूपमा सम्पूर्ण समाजमा व्याप्त रहनुका साथै नितान्त परिवार भित्रको विषय भएको हुँदा लक्षितसमूह, समुदाय वा क्षेत्र किटान गरि कार्यक्रम कसरी संचालन गर्ने भन्ने विषय,

घ) महिनावारी विषयलाई लज्जा, घृणा र अपवित्रताको विषयका रूपमा हेरिने परम्परा व्याप्त रहेको परिवेशमा मर्यादित महिनावारी अथवा रजस्वलाका बारेमा खुलेर कुरा गर्ने वा मौनता तोड्ने कदम,

ङ) मर्यादित महिनावारीको लागि सहजकारी वातावरण सृजना गर्न आवश्यक पूर्वाधार संरचना एवम् सेवा सुविधाका लागि आवश्यक साधन श्रोत जुटाउने कार्य,

च) महिनावारीको विषयलाई नितान्तस्त्री सम्बन्धी समस्या वा विषय ठान्ने पुरुषवादी चिन्तनमा तत्काल परिवर्तन ल्याउने कार्य,

छ) अमर्यादित महिनावारी सम्बन्धी व्यवहारहरू केही हृदसम्म गरिबीसँग समेत सम्बन्धीत देखिएको हुँदा सर्व प्रथम गरिबी निवारणको अहम प्रश्न,

ज) नितान्त परिवारिक विषय भएकै कारण अमर्यादित महिनावारीलाई हिंसा वा अपराधका रूपमा हेर्ने तथा यस विषयलाई स्वास्थ्य सम्बन्धीमात्र नभई मानवअधिकारको विषयका रूपमा हेर्नु अझै चुनौतीकै विषय देखिन्छ।

### २.३. अवसर:

क) मानव अधिकारमुखी संविधान,

ख) महिलाअधिकार एवम् शसक्तिकरणमुखी र समावेशी अन्तर्राष्ट्रिय अभियानहरू ,प्रतिवद्धताहरू एवम् महासन्धिहरू,

ग) “जहाँ नारीको सम्मान हुन्छ, त्यहाँ भगवान पनि रमाऊछन्” (यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवताः) भन्ने धारणा नेपाली समाजमा रहेको,

घ) नारी र पुरुष जनसंख्याको शैक्षिकस्त र समानदरमा वृद्धि हुँदै गएको,

ङ) गरिबीको रेखामुनी रहेको जनसंख्याको अनुपात क्रमशः घट्दै गएको तथा मानव विकास सुचाङ्कमा सुधार आउदै गएको,

च) राज्य संयन्त्र समावेशी र कानूनको शासन सुदृढ बन्दै गएको,

छ) अमर्यादित महिनावारी अन्त्यका लागि आवश्यक सहयोग उपलब्ध गराउने सम्बन्धमा अन्तर्राष्ट्रिय समुदायको प्रतिवद्धता एवम् तत्परता,

ज) सन् २०१३ मा काठमाण्डौमा सम्पन्न दक्षिण एसियाली सरसफाइ सम्मेलन (SACOSAN)ले महिनावारीको विषयलाई निम्नानुसार समावेश गरेपछि खानेपानी तथा सरसफाइ मन्त्रालयले ध्यान दिने सोच बनाएको छ ।

(१) सबै सार्वजनिक भवन, विशेष गरि विद्यालय, स्वास्थ्य क्लिनिकहरूमा बालबालिका र अपाङ्ग मैत्री सेवालार्ई प्राथमिकता र महिनावारी स्वच्छता व्यवस्थापन सम्बन्धी प्रचार।

(२) डिजाइन, वितरण र अनुगमन ।

(३) बच्चा, किशोरी, महिला र अपाङ्ग मैत्री WaSH सुविधाको लागि आवश्यक निर्देशिका बनाइ लागु गर्ने ।

झ) सरसफाइ गुरुयोजना, २०६८ ले हरेक सार्वजनिक स्थलहरूमा लैङ्गिक र अपाङ्ग मैत्री सेवाहरू हुनुपर्ने माग गरेकोछ ।

ञ) महिला, बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालयले सर्वोच्च अदालतको फैसलाको आधारमा छाउपडी प्रथा विरुद्ध एउटा निर्देशिका जारी गरेको छ, यद्यपि उक्त निर्देशिकाले मध्य र सुदुर पश्चिमाञ्चलको छाउपडी गोठ लगायत महिनावारीको समग्र मुद्दालार्ई यथोचित सम्बोधन गर्न सकेको देखिएको छैन ।

ट) महिनावारी हुँदा गरिएको प्रतिबन्ध नै लैङ्गिक असमानताको मुख्य कारण हो भनेर संयुक्त राष्ट्र संघीय मानव अधिकार परिषद्ले सन् २०१४ मा घोषणा गरेपछि यो एउटा छलफलको विषय बनेको छ, जसका निम्न पक्षहरू रहेका छन्:-

- महिनावारी स्वच्छता व्यवस्थापन
- महिनावारी स्वास्थ्य र व्यवस्थापन
- मर्यादित महिनावारी अधिकार

यद्यपि महिनावारीका यी पक्षहरूले प्रत्यक्ष रूपमा शान्ति, मानव अधिकार एबम् सशक्तिकरणलार्ई असर गर्ने भएकोले यो सबैको सरोकारको विषय हो । त्यसैले हरेक किशोरी अनि महिलाहरूले महिनावारीलार्ई मर्यादित तरिकाले व्यवस्थापन गर्न पाउनु पर्दछ भन्ने मान्यता स्थापित भएको छ । मर्यादित महिनावारी मानव अधिकारको त्यस्तो सवाल हो जहाँ महिनावारीलार्ई प्राकृतिक रूपमा लिइ आधारभुत आवश्यकताका सबै पक्षहरू जस्तै आवास, शिक्षा, पोषण, स्वास्थ्य, कानुनी सुरक्षा, सशक्तिकरण, वातावरण, खानेपानी तथा सरसफाइमा भेदभाव रहित र स्वतन्त्रता पूर्वक स-सम्मान बाँच्न पाउने अवस्था विद्यमान हुन्छ ।

## ३. नीति तर्जुमाका प्रमुख आधारहरु

### ३.१. संवैधानिक आधार:

क) "हामी नेपाली जनता.....स्वाभिमानलाई अक्षुण्ण राखि जनताका सार्वभौम अधिकार.....लाई आत्मसात गर्दै,.....अग्रगामी परिवर्तनका लागि ..... सामन्ती केन्द्रिकृत र एकात्मक राज्य व्यवस्थाले सृजना गरेका सबै प्रकारका विभेद र उत्पीडनको अन्त्य गर्दै, ..... सबै प्रकारका विभेद र .....छुवाछुतको अन्त्य गरि समानता, समृद्धि र सामाजिक न्याय सुनिश्चित गर्न समानुपातिक समावेशी र सहभागीता मूलक सिद्धान्तका आधारमा समतामूलक समाजको निर्माण गर्ने संकल्प गर्दै, ..... नागरिक स्वतन्त्रता, मौलिक अधिकार, मानवअधिकार, .....कानुनी राज्यको अवधारणा लगायतका लोकतान्त्रिक मुल्य र मान्यतामा प्रतिवद्ध रहि समृद्ध राष्ट्र निर्माण गर्न, ... .. यो संविधान जारी गर्दैछौं" भन्ने नेपालको संविधानको प्रस्तावनाकै मर्म र भावना रहेको छ ।

ख) सम्मानपूर्वक बाँच्न पाउने, वैयक्तिक स्वतन्त्रता, समानता, न्याय, छुवाछुत तथा भेदभाव मुक्त भई बाँच्न पाउने, स्वच्छ वातावरणमा बाँच्न पाउने, स्वस्थ रहनका लागि स्वच्छ खानेपानी र सरसफाइ सेवामा पहुँचको हक हुने, खाद्यसम्बन्धी हक, आवाससम्बन्धी हक, महिलासम्बन्धी हक, सामाजिक न्यायको हक लगायत संविधानको भाग-३ मौलिक हक र कर्तव्य अन्तर्गत धारा १६, १७, १८, २०, २४, ३०, ३५, ३६, ३७, ४२ कामर्म र भावना हुन् ।

ग) संविधानको भाग -४ राज्यका निर्देशिक सिद्धान्त, नीति तथा दायित्व अन्तर्गत धारा ५० निर्देशक सिद्धान्तहरुको खण्ड(१),(२) मा उल्लेखित मर्म र भावना; धारा ५१ खण्ड (ख),(ग), (ज) र (झ) मा उल्लेखित मर्म र भावना; धारा ५२, ५३ र ५४ का प्रबन्धहरु एवम् तिनकामर्म र भावना छन् ।

घ) संविधानको धारा ४७ मा संविधान प्रदत्त मौलिकहकहरु कार्यान्वयनका लागि आवश्यकता अनुसार राज्यको संविधान प्रारम्भ भएको ३ वर्षभित्र कानुनी व्यवस्था गर्नु पर्ने, आदिजस्ता संवैधानिक प्रबन्धहरुलाई मर्यादित महिनावारी नीति, २०७४ तर्जुमाका आधारका रूपमा लिइएको छ ।

### ३.२. राष्ट्रिय प्रतिबद्धता:

सामाजिक न्याय र समानतामा आधारित समाज एवम् लोककल्याणकारी राज्यको निर्माण गर्ने ध्येय अधिकांश प्रमुख राजनैतिक दलहरूका घोषणापत्रमा समेत रहेको र उक्त कुरा नेपालको संविधान-२०७२मा उल्लेख भएको छ ।

### ३.३. अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धता:

दिगो विकास लक्ष्य (SDG) २०३० सम्बन्धी संयुक्त राष्ट्र संघीय घोषणापत्रमा हस्ताक्षर गर्ने नेपाल पनि पक्ष राष्ट्र हो । यसको लक्ष्य नं. ६.२ ले विद्यालयमा लैङ्गिक उत्तरदायी शौचालयको बारेमा प्रत्यक्ष बोलेको त छ, तापनि महिनावारी सम्बन्धमा मौन रहेको देखिन्छ, जबकी हाम्रो जस्तो मुलुकमा महिनावारी पनि भोक, गरिबी, स्वास्थ्य र शिक्षा झैँ एक पाटोको रूपमा रहेको छ ।

सन् २०३०भित्र दीगो विकासका विश्वव्यापी लक्ष्यहरू प्राप्त गर्न संयुक्त राष्ट्रसंघद्वारा परिलक्षित सबैका लागि सुरक्षित र मर्यादित खानेपानी, सरसफाइ एवम् स्वच्छता, स्वास्थ्य, आवास सुविधा आदिको व्यवस्था गर्नु राज्यको दायित्व बन्न पुगेको छ । मर्यादित महिनावारीको पक्षलाई सहयोग पुर्याउन दीगो विकासका सबै विषय क्षेत्रगत परिलक्ष्यहरू हाँसिल गर्न सम्बद्ध सबै विषय क्षेत्रगत निकाय वा संस्थाहरू र तिनका योजना एवम् कार्यक्रमहरूलाई एकीकृत रूपमा निर्देशित गर्न यो मर्यादित महिनावारी नीतिको आवश्यकता बोध भएको छ ।

### ३.४. नेपाल सरकार, विषयगत मन्त्रालयहरूको अग्रसरता :

क) खानेपानी तथा सरसफाइ मन्त्रालयको अगुवाइ र स्वास्थ्य, शिक्षा, महिला बालबालिका एवम् समाज कल्याण जस्ता विषयगत मन्त्रालयहरूको सहभागितामा दुई दिने 'मर्यादित महिनावारी' सम्बन्धमा नीतिगत परामर्श कार्यशालाको आयोजना गरिएको थियो । सो कार्यशालाका सुझावका आधारमा खानेपानी तथा सरसफाइ मन्त्रालयद्वारा सम्बद्ध प्रमुख विषयगत मन्त्रालय, विभाग एवम् अन्य गैरसरकारी संस्थाहरू समेत संलग्न नीति तर्जुमा कार्यदल गठन गरी यो नीति तयार गरिएको छ ।

ख) त्यसै गरी खानेपानी तथा सरसफाइ मन्त्रालयको अगुवाइ र विषयगत मन्त्रालयहरू, विभागहरूलगायत खानेपानी र सरसफाइ क्षेत्रगत सरोकारवालाहरूको सहभागितामा मर्यादित महिनावारी सम्बन्धमा अन्तर्राष्ट्रिय सहजकर्ताहरूद्वारा प्रशिक्षण कार्यक्रमसम्पन्न

गरिएको थियो । सो कार्यक्रममाराष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय विशेषज्ञहरूको प्रस्तुतीकरण एवम् छलफलका कतिपय विषय-वस्तुहरू यस नीतिमा सन्दर्भसामग्रीका रूपमा प्रयोग भएका छन् ।

## ४) औचित्य

महिलाविरुद्ध हुने भेदभाव एवम् हिंसाअन्त्य गर्न अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमै विभिन्न प्रयासहरू जारी छन् । सन् १९७९ मा महिला विरुद्ध हुने सबै किसिमका भेदभाव तथा हिंसा अन्त्य गर्ने सम्बन्धमा CEDAW महासन्धिनै पारित भई कार्यान्वयनमा रहेको छ । राष्ट्रिय परिवेशमै पनि महिनावारीलाई महिला विरुद्ध हुने भेदभाव एवम् हिंसाको कारक तत्वमध्ये एक हो भन्ने सम्बन्धमा मतान्तर देखिँदै र यसलाई सम्बोधन गर्न यथेष्ट कानूनी प्रबन्धहरूपनि भएका छन् । तर पनि नेपाली महिला र किशोरीहरूले महिनावारीकै कारण अपमानित जीवन गुजार्नु परिरहेको अबस्था छ । संवैधानिक एवम् कानूनी प्रबन्धहरूले कानूनी उपचार त प्रदान गर्छन् तर तिनको मर्म र आशयलाई अझ प्रभावकारी ढंगले कार्यान्वयनमा ल्याउन राज्य लगायत यसका सम्पूर्णअंगहरू स्वस्फूर्त ढंगले कृयाशील बन्नु आवश्यक हुन्छ । बर्तमान संविधान प्रदत्त हक-अधिकारहरूलाई व्यवहारमा उतार्न महिनावारी व्यवस्थापन-मैत्री सेवा तथा सुबिधाहरूको प्रबन्ध र महिनावारीसम्बद्ध भेदभाव र हिंसा न्यूनीकरण गर्दै महिला एवं किशोरीहरूको जीवनलाई थप सुरक्षित र मर्यादित तुल्याउन यस नीतिले राज्य लगायत सबै सरोकारवालाहरूलाई कृयाशील बनाउने उद्देश्यका साथ यो नीति तर्जुमा गरि कार्यान्वयनमा ल्याइएको छ ।

## ५) यस नीतिको संक्षिप्त नाम र प्रारम्भ

- १) यस नीतिको नाम "राष्ट्रिय मर्यादित महिनावारी नीति, २०७४" रहेको छ ।
- २) नेपाल सरकार मन्त्रिपरिषद्बाट स्वीकृत भएको मिति देखिनै यो नीति लागू हुने छ ।



## ६) दीर्घकालिन सोच

“मर्यादित महिनावारी”<sup>१</sup>

## ७) ध्येय

यस नीतिले अङ्गिकार गरेको दीर्घकालिन सोच हासिल गर्नका लागि सम्बन्धित सबै तह र क्षेत्रका सरोकारवालाहरूको क्षमता, स्रोत साधनहरूको अधिकतम परिचालन गर्ने ।

## ८) लक्ष्य

महिनावारी व्यवस्थापनका लागि आधारभूत सेवा र सुविधाहरूको सहज उपलब्धता, पहुँच, पर्याप्तता र प्रयोग सहित महिलाले स्वस्थ, सुरक्षित र सम्मानित जीवनयापन गर्न पाउने अधिकारको प्रत्याभूति गर्ने ।

## ९) उद्देश्य

- महिनावारीलाई मानव अधिकारको रूपमा स्थापित गर्दै शिक्षा र जनचेतनाको अभिवृद्धि गर्ने।
- महिनावारी सम्बन्धमा समाजमा देखिएका रुढीवादी कुसँस्कार कुरीति अन्धविश्वास सम्बन्धी धारणा र अभ्यासहरूलाई निरुत्साहित गर्दै निर्मूल गर्ने।
- महिनावारी व्यवस्थापनको लागि आधारभूत सेवा, सुविधा, सामाग्रीको उपलब्धता र पहुँच बढाउने ।
- जीवनका सबै चरणहरूमा उत्पन्न हुने महिनावारी सम्बन्धी शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा देखिने तत्कालिन र दीर्घकालीन समस्याहरूलाई सम्बोधन गर्ने।

---

<sup>१</sup>मर्यादित महिनावारी मानव अधिकारको सवाल हो जहाँ महिनावारीलाई प्राकृतिक रूपमा लिई आधारभूत आवश्यकताका सबै पक्षहरू जस्तै आवास, शिक्षा, पोषण, स्वास्थ्य, कानुनी सुरक्षा, सशक्तिकरण, वातावरण, खानेपानी तथा सरसफाइमा भेदभाव रहित स्वतन्त्र भई स-सम्मान बाँच्न पाउने अवस्था विद्यमान हुनेछ ।

## १०) रणनीति

उद्देश्य	रणनीति
१) महिनावारीको सवाललाई मानव अधिकारको रूपमा स्थापित गर्दै शिक्षा र जनचेतनाको अभिवृद्धि गर्ने।	<p>१.१) विद्यमान क्षेत्रगत नीतिहरू महिनावारी मैत्री हुने गरि परिमार्जन तथा तर्जुमा गरिनेछ।</p> <p>१.२) औपचारिक, अनौपचारिक शिक्षामा मर्यादित महिनावारीको पक्ष लगायत अपाङ्ग मैत्री सामाग्री समावेश गरिनेछ।</p> <p>१.३) मर्यादित महिनावारीको अधिकारका लागि गरिने पैरवी तथ्यमा आधारित रहेर गरिनेछ।</p>
२) महिनावारी सम्वन्धमा समाजमा देखिएको रुढीवादी, कुसंस्कार, कुरीति र अन्धविश्वास सम्वन्धी धारणा र अभ्यासहरूलाई निरुत्साहित गर्दै निर्मुल गर्ने।	<p>२.१) धार्मिक, सामाजिक तथा राजनीतिक अगुवाहरूलाई अधिकतम परिचालन गरिनेछ।</p> <p>२.२) समुदायलाई सशक्तिकरण गर्दै रुपान्तरित व्यक्ति, समुह र समुदायलाई पहिचान, प्रोत्साहन र परिचालन गरिनेछ।</p> <p>२.३) कसैले कसैलाई महिनावारीका कारण गरिने विभेद तथा हिंसात्मक क्रियाकलापलाई निरुत्साहित गर्न आवश्यक कानूनको तर्जुमा गरिनेछ साथै समयसापेक्ष परिवर्तन एवम् परिमार्जन समेत गरिनेछ।</p>
३) महिनावारी व्यवस्थापनको लागि आधारभूत सेवा, सुविधा, सामाग्रीको उपलब्धता र पहुँच बढाउने।	<p>३.१) सार्वजनिक स्थल<sup>२</sup>हरूमा निर्माण गरिने खानेपानी तथा सरसफाइको सेवा तथा सुविधाहरू महिला, अपाङ्ग लगायत अन्य उपयोगकर्ता<sup>३</sup> तथा वातावरण मैत्री हुने गरी निर्माण गरिनेछ।</p> <p>३.२) सार्वजनिक स्थलहरूमा रहेका मौजुदा खानेपानी तथा सरसफाइका संरचनाहरूलाई क्रमशः उपयोगकर्ता मैत्री हुने गरी स्तरोन्नति गर्दै लगिने छ।</p> <p>३.३) महिनावारी व्यवस्थापनका लागि आवश्यक सामाग्रीहरूको<sup>४</sup> उचित छनोट गर्न सकिने वातावरण सिर्जना गरिनेछ।</p>

<sup>२</sup> सार्वजनिक स्थल जस्तै कार्यलय, विधालय, कलेज, स्वास्थ्य संस्था, वस विसौनी, हाट बजार, मेला, धार्मिक तथा मनोरन्जन स्थल आदि

<sup>३</sup> Toilet (Space, Sex segregated cubicle), disposal facilities, water supply, MHM in emergency kit, Soap, आरामकक्ष

<sup>४</sup> Panty, Disposable/Reusable Pad, Menstrual Cups, Tampons, Pantyliner, Menstrual Panty, Lagauti

	<p>३.४) महिनावारीमा प्रयोग हुने सामानहरूलाई आधारभूत आवश्यकताका सामग्रीको रूपमा मान्यता दिई त्यस्ता सामग्रीहरूको स्थानीय उत्पादन एवम् बजार उपलब्धताको लागि प्रोत्साहित गरिनेछ।</p> <p>३.५) माथि ३.४)मा उल्लेख भएका सामग्रीहरूमा कर छुट वा अनुदान दिने व्यवस्था समेत मिलाइनेछ।</p>
--	--

उद्देश्य	रणनीति
<p>४) जीवनका सबै चरणहरूमा देखा पर्ने महिनावारी सम्बद्ध तत्कालिन र दिर्घकालीन शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याहरूलाई व्यवस्थापन गर्ने</p>	<p>४.१) महिनावारी सम्बन्धी शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यलाई<sup>5</sup>सम्बोधन गर्न छुट्टै विशेष कार्यक्रमको विस्तार गरी थप प्रभावकारी बनाउदै लगिने छ।</p> <p>४.२) निजी लगायत हरेक स्वास्थ्य संस्थालाई महिनावारी व्यवस्थापनमैत्री बनाइनेछ।</p>

<sup>5</sup>Areas of Counseling, Puberty, Early Marriage, Menstruation Cramps Management, Heavy Bleeding, Irregular Bleeding, Suppression, Psychosocial Problems, Menopause, RTIs, Menstruation related infections prevention etc.

## १०. नीति कार्यान्वयन व्यवस्था

(१) मर्यादित महिनावारी सम्बन्धमा बनेको यो राष्ट्रिय नीति अन्तर्सम्बन्धित विषय क्षेत्रगत नीतिको रूपमा रहनेछ ।

(२) कानुनी व्यवस्था : यस नीतिको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि आवश्यक कानूनको तर्जुमा वा मौजुदा कानूनमा परिमार्जन आवश्यक भए सो समेत गरिनेछ । त्यसैगरी आवश्यक निर्देशिका, कार्यविधि एवम मापदण्डहरु आदि तर्जुमा गरी लागु गरिने छ ।

(३) संस्थागत व्यवस्था : यस नीतिको कार्यान्वयनको लागि फोकल प्वाइन्टका रूपमा तिनैवटा तह अन्तर्गत खानेपानी तथा सरसफाइ क्षेत्र हेर्ने निकायहरु तोकिने छन् भने कार्यान्वयनको अनुगमन एवं प्रतिवेदनको अन्तिम जिम्मेवारी तत्-तत् तहका सरकार प्रमुखहरुको हुनेछ । अन्तर्सम्बन्धित विषय भएकाले सम्बन्धित विषयगत मन्त्रालय, विभाग एवम निकायहरुले यस नीतिको कार्यान्वयनमा आ-आफ्नो तहबाट सहयोग पु-याउने छन् ।

(४) अनुगमन तथा मूल्याङ्कन :

१) यस नीतिको कार्यान्वयनको नियमित अनुगमनको जिम्मेवारी निम्नानुसार रहनेछ:-

- केन्द्र स्तरमा खानेपानी तथा सरसफाइ क्षेत्र हेर्ने मन्त्रालय मार्फत ,
- प्रदेश स्तरमा खानेपानी तथा सरसफाइ हेर्ने मन्त्रालय मार्फत र
- स्थानीय स्तरमा स्थानीय सरकारले गर्नेछ।

हरेक तहका सरकार प्रमुखबाट अनुगमनको वार्षिक स्थिति प्रतिवेदन सार्वजनिक गरिनेछ।

२) यस नीति कार्यान्वयनको प्रभावकारीताको मूल्यांकन निम्नानुसार गरिनेछ:-

- प्रभावकारीता मूल्याङ्कन केन्द्रीय तहबाट प्रदेश र स्थानीय तहसमेतको समन्वयमा हरेक ५/५ वर्षमा गरिनेछ,

- प्रभावकारिता मूल्याङ्कनका लागि विज्ञ-परामर्शदाता छनौट गरि सम्पादन गरिनेछ,

## ११. मान्यता

यस नीतिको सफल कार्यान्वयन मा देहायका सहजकारी वातावरणको उपलब्धता हुने मान्यता राखिएको छ :-

क) मर्यादित महिनावारीको विषय अन्तर्सम्बन्धित एवम बहुसरोकारको विषय भएको हुँदा सम्बद्ध सबै सरोकारवालाहरूको स्वस्फुर्त समन्वय, सामञ्जस्य एवम सहकार्य हुनेछ,

ख) आधा आकाश ढाक्ने जनसंख्याको हिस्साको हित प्रवर्द्धनको विषय भएको हुँदा यस नीतिको सफल कार्यान्वयनमा सम्बन्धित सबै तहका सरकारप्रमुखहरूले यथोचित चासो र महत्व दिनेछन्,

ग) यस नितिमा प्रस्तावित कार्ययोजना कार्यान्वयनका लागि आवश्यक साधन र श्रोतको पर्याप्त उपलब्धता हुनेछ ।

उपरोक्त सहजकारी वातावरणको अभाव हुन गएको खण्डमा यस नीतिको प्रभावकारी कार्यान्वयनमा चुनौती खडा हुने देखिन्छ।

## १२. नीति परिमार्जन

क) यस नीति अनुकूल नभएका नीति तथा कानुनहरू सम्बन्धीत निकायले यो नीति अनुकूल हुने गरी परिमार्जन गर्नुपर्नेछ ।

ख) आवधिक प्रभावकारीता मूल्यांकनका आधारमा नीति पुनरावलोकन एवम परिमार्जनको गुञ्जायस देखिएमा सोको अगुवाई सम्बद्ध सरोकारवालाहरू समेतको समन्वय र सहभागीतामा खानेपानी तथा सरसफाइ क्षेत्र हेर्ने संघीय मन्त्रालयले गर्ने छ ।

## १३. कार्य योजना(Action Plan)

उद्देश्य	कृयाकलाप	समय सिमा	जिम्मेवारी	परिणाम सूचक
१) महिनावारीको सवाललाई मानव अधिकारको रूपमा स्थापित गर्दै शिक्षा र जनचेतनाको अभिवृद्धि गर्ने।	१.१) राष्ट्रिय खानेपानी तथा सरसफाइ नीतिको मस्यौदा महिनावारी मैत्री हुने गरि परिमार्जन गर्ने।	०७४/०७ ५	MoWSS	महिनावारी मैत्री नीति कार्यन्वयनमा आएको हुने।
	१.२) सरसफाइ गुरुयोजना अध्यावधिक गर्दा मर्यादित महिनावारीका पक्षहरु समावेश गर्ने।	०७४/०७ ५	MoWSS	सरसफाइ गुरुयोजना अध्यावधिक भई कार्यन्वयनमा आएको हुने।
	१.३)राष्ट्रिय स्वास्थ्य नीति २०७१ मा महिनावारी अवयवहरु(Components) समावेश गरी परिमार्जन गर्ने।	०७४/०७ ५	MoH	महिनावारी मैत्री स्वास्थ्य नीति कार्यन्वयनमा आएको हुने।
	१.४) राष्ट्रिय शिक्षा नीतिले मर्यादित महिनावारीका पक्षहरु समावेशी रूपमा लागु हुने गरि <u>सरकारी</u> र <u>नीजिविद्यालयहरू</u> एवं अनौपचारिक शिक्षामा समावेश गर्ने गरी परिमार्जन गर्ने।	०७४/०७ ५	MoE	अपाङ्ग मैत्री समेत हुने गरि महिनावारी मैत्री शिक्षा नीति कार्यन्वयनमा आएको हुने।
२)महिनावारी सम्बन्धमा समाजमा देखिएको रुढीवादी, कुसंस्कार, कुरीति अन्धविश्वास सम्बन्धी धारणा र अभ्यासहरूलाई	२.१)धार्मिक/सामाजिक/राजनीतिक अगुवाहरु, संचारकर्मी आदिलाई लक्षित गर्दै प्रशिक्षक प्रशिक्षणका तालिम निर्देशिका तयार गरी त्यस्ता व्यक्तिहरु स्रोत व्यक्तिका रूपमा प्रयोग गर्ने गरी विभिन्न तहमा तालिमका कार्यक्रमहरु संचालन गर्ने।	२०७४/० ७५ देखि निरन्तर	क्षेत्रगत तालिम केन्द्रहरु	प्रभावकारी प्रशिक्षण मार्फत महिनावारी सम्बन्धमा समाजमा देखिएको रुढीवादी र कुसंस्कार कुरीति अन्धविश्वास

निरुत्साहित निर्मुल गर्ने ।	गर्दै				सम्बन्धी धारणा र अभ्यासहरू क्रमशः निरुत्साहित हुदै निर्मुल भएको हुने ।
	२.२) संचारगृह तथा संचारकर्मीहरूले महिनावारीको मुद्दालाई सामाजिक उत्तरदायित्व बहन गरी मर्यादित महिनावारी सम्बन्धि जनचेतना तथा जागरणका कार्यक्रमहरू गर्न गराउन प्रोत्साहन गर्ने ।	निरन्तर	संचारगृह तथा संचारकर्मी	संचार क्षेत्र मर्यादित महिनावारीमा सचेत, सुसुचित र उत्तरदायी भएको हुने ।	
	२.३) मर्यादित महिनावारी सम्बन्धी विभिन्न किसिमका सचेतनामुलक साथै सकरात्मक धारणा, आनिबानी र अभ्यासमा परिवर्तन गर्ने क्रियाकलापहरू (अभियान, गोष्ठी, कार्यशाला, सम्मेलन, प्रवचन, छलफल, Talk Show आदी) अधिकाधिक प्रयोग गर्ने।	निरन्तर	सबै सरोकारवालाहरू	महिनावारी सम्बन्धी समाजको ज्ञान, धारणा, आनिबानी र अभ्यासमा सकरात्मक परिवर्तन भएको हुने।	
	२.४) महिनावारीमा सक्रिय योगदान पुर्याएका, रुपान्तरित भएका व्यक्ति, संस्था, समुदायको पहिचान गरी पुरस्कृत गर्ने।	निरन्तर	स्थानीय सरकार	मर्यादित समाज सृजना गर्न योगदान पुगेको हुनेछ ।	
२.५) महिनावारी सम्बन्धी विभेद र हिंसालाई कसुर मान्ने विद्यमान कानुनमा आवश्यकता अनुसार परिमार्जन गर्दै जाने ।	०७४/०७ ५	MoWCS W	उपर्युक्त कानुनकार्य न्वयनमा आएको हुने ।		

३) महिनावारी व्यवस्थापनको लागि आधारभुत सेवा तथा सुविधाको उपलब्धता र पहुँच बढाउने।	३.१) सार्वजनिक स्थलहरूमा निर्माण गरिने खानेपानी तथा सरसफाइको सेवा तथा सुविधाहरू वातावरण तथा उपयोगकर्ता मैत्री हुने गरी निर्माण गर्ने साथै मौजुदा संरचनाहरूमा समेत वातावरण तथा उपयोगकर्ता मैत्री हुने गरी संरचनाहरूलाई स्तरोन्नती गर्दै लगिने।	क्षेत्रगत विकास योजना अनुसार	MoWSS /सरोकारवालाहरू	बाल, लैङ्गिक, अपाङ्कता तथा वातावरण मैत्री (CGDE) मैत्री WASH सेवाहरूको सहज उपलब्धता भएको हुने।
	३.२) महिनावारीमा प्रयोग हुने सामग्रीहरूको प्रभावकारी सामाजिक वजारिकरण गर्ने । ३.३) स्थानीय स्तरमा समेत महिनावारी उधमशिलताका कार्यक्रमहरू प्रवर्धन गर्ने । ३.४) महिनावारी व्यवस्थोनमा प्रयोग हुने सामग्रीलाई आधारभुत आवश्यकता सामग्रीको रूपमा लिइ आवश्यकता अनुसार कर छुट तथा अनुदान उपलब्ध गराइने ।	हाल देखि निरन्तर	निजी तथा सार्वजनिक क्षेत्र	सुसूचित छनौटको अवसरको सिर्जना भएको हुने। महिनावारीमा प्रयोग हुने सामग्रीहरूको सहज र सुपथ उपलब्धता भएको हुने।
४) जीवनका सबै चरणहरूमा उत्पन्न हुने महिनावारी सम्बद्ध तत्कालिन र दिर्घकालीन शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याहरूलाई व्यवस्थापन गर्ने	४.१) महिनावारी सम्बन्धी शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यलाई सम्बोधन गर्न छुट्टै विशेष कार्यक्रमहरू संचालन गर्ने ।	०७४/७५ देखि निरन्तर	MoH	महिनावारी सम्बन्धी शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा सुधार आएको हुने ।



	<p>४.२) हरेक स्वास्थ्य संस्थालाई महिनावारी स्वास्थ्य मैत्री<sup>६</sup> बनाउन निम्न कुराहरु गर्ने:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• मनोविमर्श तालिम,</li> <li>• तालिम निर्देशिका</li> <li>• महिनावारी व्यवस्थापनका सामग्रीहरु</li> <li>• मनोविमर्शका लागि आवश्यक गोपनीयता व्यवस्थापन</li> <li>• खा.प.स. सुविधा</li> </ul>	<p>७४/७५ देखि निरन्तर</p>	<p>MoH</p>	<p>हरेक स्वास्थ्य संस्था महिनावारी मैत्री भएको हुने।</p>
<p>५) अनुसन्धान, विकास तथा अभिलेखन</p>	<p>निरन्तर</p>	<p>सबै तहका सरकार तथा निकायहरु</p>	<p>समय सान्दर्भिक कार्यक्रमहरु संचालन भएको हुने ।</p>	
<p>६) अनुगमन, मुल्याङ्कन र प्रतिवेदन</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- केन्द्र स्तरमा ,</li> <li>- प्रदेश स्तर</li> <li>- स्थानीय स्तर</li> </ul>	<p>निरन्तर</p>	<p>खानेपानी तथा सरसफाइ क्षेत्र हेर्ने मन्त्रालय र स्थानीय सरकार</p>	<p>मर्यादित महिनावारी नीतिको कार्यान्वयनको प्रभावकारी प्रतिवेदन तथा संप्रेषण भएको हुने ।</p>	

<sup>१</sup>Promotion of informed choices

<sup>६</sup>महिनावारी स्वास्थ्य मैत्री स्वास्थ्य संस्था हुनका लागि महिनावारीका बारेमा बुझेको दक्ष स्वास्थ्य कर्मि, महिनावारी सम्बन्धि मनोसामाजिक परामर्शको व्यवस्था, नियमित तालिमको व्यवस्था, महिनावारी सम्बन्धि सम्पूर्ण जानकारी दिने व्यवस्था जस्तै महिनावारी चक्र सम्बन्धि जानकारी, महिनावारी हुँदा देखिन सक्ने समस्याहरु र त्यसका समाधानहरु स्वास्थ्य संस्थामा उपलब्ध हुने सेवाहरु, स्वास्थ्यकर्मि तथा स्वास्थ्य संस्था, विद्यालय र विद्यार्थीहरु (छात्र छात्राहरु) को भूमिका, महिनावारी हुँदा प्रयोग गरिने सामग्री जस्तै स्थानीय कपडाको प्याड र गर्नुपर्ने सरसफाइ व्यवस्थापन सम्बन्धी जानकारी, व्यक्तिगत सरसफाइ तथा केही स्वास्थ्य आदी बारेमा ध्यान दिनु पर्ने ।