NATIONAL COMMUNITY MENTAL HEALTH CONFERENCE

(December 5 & 6 - 2025)

In Collaboration with: Government of Nepal
Ministry of Health and Population
Department of Health Services
Epidemiology and Disease Control Division (EDCD)

Organizer: Tarangini foundation

Conveners: Dr. Renu Adhikari & Sushama Regmi

राष्ट्रिय सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य सम्मेलन

“मानसिक स्वास्थ्य बिना स्वास्थ्य सम्भव छैन”

डिसेम्बर ५-६, २०२५

मिति:२०८२/०८/२८

घोषणापत्र

“मानसिक स्वास्थ्य बिना स्वास्थ्य सम्भव छैन” भन्ने मूल विषय सहित आयोजित राष्ट्रिय सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य सम्मेलन २०२५ डिसेम्बर ५ र ६ का दिन काठमाडौंमा सम्पन्न भयो । तरंगिनी फाउण्डेसनले स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय र महामारी तथा रोग नियन्त्रण महाशाखासँगको सहकार्यमा आयोजना गरेको उक्त सम्मेलनका सह–आयोजकहरूमा महिला पुनःस्थापना केन्द्र (ओरेक), सिविन नेपाल, दीगो सामाजिक विकासका लागि मित्रता (स्वासा), हेल्थ फाउण्डेसन नेपाल (एच. एफ. एन.), मानसिक स्वास्थ्यका लागि छाहारी नेपाल, पर्पल फाउन्डेसन, अन्तरङ्ग साइकोसोसल रिसर्च एण्ड ट्रेनिङ इन्स्टिच्युट, निर्वाणा साइकोसोसल कियर एण्ड रिसर्च सेन्टर, हार्ट माइण्ड कन्सल्टेन्सी प्रा. लि., सुनिता फाउन्डेसन, महिलाको निम्ति महिला मञ्च तथा श्रमजीवी महिला मञ्च र मिडिया पार्टनर अकोराव रहेका थिए ।

नेपालका विभिन्न प्रदेश तथा समुदायमा रहेर मानसिक स्वास्थ्यको क्षेत्रमा क्रियाशील व्यक्तिहरु, संघ संस्था तथा मनोविज्ञान, सामाजिक सेवा, नर्सींङ लगायतका क्षेत्रहरुमा अध्ययनरत विद्यार्थी लगायतका करीब २०० जनाको सहभागितामा सम्मेलन सम्पन्न भयो | माननीय स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री डा. सुधा शर्मा ज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा सञ्चालित उक्त सम्मेलनको उद्घाटन सत्रमा दुई मुख्य वक्ताहरु तथा विशेष अतिथिको रुपमा मानव अधिकार उच्चायुक्तको कार्यालय, जेनेभाका सामाजिक आर्थिक तथा संस्कृतिक अधिकार विशेषज्ञ लगायतका व्यक्तिहरुको धारणा एवम् त्यसपछि तीन वटा विषयगत छलफल सत्रहरू सञ्चालन गरिएको थियो ।

विषयगत छलफलहरुमा “मानसिक स्वास्थ्य नीतिहरू र रणनीति, कार्ययोजना कागजबाट व्यवहारसम्म”, “महिला, काम, र स्वःहेरचाह, कामको अधिकारसँग सम्बन्धित मानसिक स्वास्थ्य पक्षहरूको अन्वेषण” र “समुदायमा आधारित मानसिक स्वास्थ्य अभ्यास, नैतिकता, संस्कृति, प्रमाण र सहकार्यको समायोजन” समेटिएको थियो । अन्त्यमा, भावी रणनीतिहरुलाई समुदाय केन्द्रित बनाउन सहयोग गर्ने उद्देश्यले समूह छलफल गरिएको थियो | समूह कार्यबाट केही भावी योजनाहरु समेतको विश्लेषण तथा सुझाबहरुलाई सम्मीलित गरी यो सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य सम्मेलनका आयोजक तथा सहभागीहरुद्वारा यो सिफारीस /सुझाब पत्र तयार गरिएको छ ।

WOREC · CHHAHARI NEPAL for mental health · Heart Mind Consultancy Pvt. Ltd. Estd. 2080 Pokhara-7, Kaski · CWIN For Children, With Children · HEALTH FOUNDATION NEPAL · Purple FOUNDATION a journey to freedom · Nirvana Psychosocial Care Center & Research Institute · WOFOWON 2008 · WWF · SWASA · ANTARANG · SUNITA FOUNDATION · 25 years ACORAB

सम्मेलनमा छलफल गरिएका विषयवस्तु तथा समूह कार्यको आधारमा तयार पारिएको सिफारिसहरू निम्न रुपमा उल्लेखित छ:

१.रोकथाम, प्रारम्भिक पहिचान तथा स्थानीय रूपमा उपलब्ध मानसिक स्वास्थ्य सहयोग प्रणालीहरू आवश्यकता अनुसार तयार एवं सुदृढ गरी समुदायलाई सशक्त बनाउँदै हाल अस्पताल तथा विशेषज्ञमा रहेको निर्भरता घटाउने ।

२.समुदायमै कार्यरत मनोविमर्शकर्ता (काउन्सलर), मनोसामाजिक कार्यकर्ता, परिचालक, शिक्षक लगायत मानसिक स्वास्थ्यकर्मीलाई तालिम, एकीकृत तहगत मान्यता प्रणाली र निरन्तर अनुगमन र सहयोग गर्ने प्रणालीको विकास गर्दै गुणस्तरीय, दिगो र स्थानीय परिवेश अनुरुपको सेवाको सुनिश्चितता गराउने ।

३.समुदाय स्तरका मानसिक स्वास्थ्य सहजकर्ताहरूका लागि निरन्तर तालिम र परामर्शको प्रावधान तथा सुपरभिजन प्रणाली सुनिश्चित गर्ने एक संयन्त्रको अविलम्ब व्यवस्था गर्ने ।

४.मानसिक स्वास्थ्य समस्या भएको बेला समुदायले प्रायः सम्पर्क गर्ने व्यक्ति परम्परागत उपचारकर्ता (traditional healers – धामी, झाँक्री) हुने भएकाले, उनीहरूलाई मानसिक/ मनोसामाजिक समस्या पहिचान गर्न, समस्या अझ बल्झिन र जटिल हुन बाट रोक्न र मनोविमर्शकर्ता कहाँ सिफारिस गर्नको लागि आवश्यकता अनुसार को तालीम को ब्यबस्था गर्ने ।

५.राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य नीतिमा समुदायमा आधारित अवधारणा, मोडेल र कार्यविधिहरू समावेश गर्ने ।

६.स्थानीय आवश्यकता अनुसार लैंगिक संवेदनशील, समावेशी, उत्तरदायी तथा किफायती समुदाय–आधारित रोकथाम, उपचार र हेरचाह सेवाको उपलब्धता प्रवर्द्धन गराउने ।

७.यस सम्मेलनका सिकाइ र सिफारिसहरूलाई सरकारी नीतिहरू, रणनीति तथा कार्ययोजनामा एकीकृत गर्न सम्बन्धित निकायहरूलाई प्रोत्साहित गराउने ।

८.भौगोलिक, आर्थिक, लैङ्गिक तथा सांस्कृतिक विभेदका कारण मानसिक स्वास्थ्य सेवामा पर्ने असरहरुलाई आत्मसात गर्दै समुदाय तहदेखि नै सामाजिक रुपान्तरणका कार्यक्रमहरु सञ्चालन गर्ने । महिला तथा अन्य विभिन्न प्रकारले पछाडि पारिएका समूहहरुका लागी विशेष सेवाको व्यवस्था गर्ने |

९.समुदायस्तरमा सचेतना, स्क्रिनिङ, तथा प्रारम्भिक कार्यक्रमहरूलाई सशक्त बनाउँदै मानसिक स्वास्थ्य समस्याको गम्भीरता र भार कम गराउने ।

१०.गम्भीर मानसिक बिरामी भएका व्यक्तिहरूलाई समुदायमै सहयोग, सशक्तिकरण र पुनःस्थापना गर्ने उपायहरूलाई सुदृढ गराउने । त्यस्ता गम्भीर बिरामीहरुलाई सहयोग गर्ने परिवारका सदस्यहरु, अभिभावकहरुलाई आवश्यक तालिमको व्यवस्था गर्ने |

११.प्रत्येक स्वास्थ्य चौकी तथा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रले आधारभूत मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्न सक्नेगरी प्राथमिक स्वास्थ्य सेवामा मानसिक स्वास्थ्य एकीकृत गराउने ।

१२.विपद्, महामारी, तथा मानवीय संकटका समयमा मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक सहयोगलाई आपत्कालीन योजनाको सुरुवातदेखि नै अनिवार्य अङ्ग बनाउँदै समुदाय स्तरको तयारी सुदृढ गराउने ।

१३.सेवा योजना, कार्यान्वयन तथा अनुगमनमा अनुभवयुक्त व्यक्तिहरू तथा समुदाय प्रतिनिधिहरूको सहभागिता सुनिश्चित गर्ने ।

१४.दुर्गम तथा सेवाबाट वञ्चित क्षेत्रमा पहुँच बढाउन गुणस्तरीय मानसिक स्वास्थ्य सेवा तथा टेलिमेडिसिन प्रवर्द्धन गर्ने ।

१५.सरकारी निकाय,शैक्षिक संस्था, सञ्चार, निजी क्षेत्र तथा समुदाय बीच मजबुत सहकार्य गरी प्रभावकारी मानसिक स्वास्थ्य पहलहरू अघि बढाउने ।

१६.समुदाय–केन्द्रित डाटा संयन्त्र निर्माण गरी मानसिक स्वास्थ्य अनुसन्धान सुदृढ गर्दै नीति निर्माण तथा प्रगति मूल्याङ्कनमा प्रयोग हुने व्यवस्था गराउने ।

१७.प्रभावकारी स्थानीय संरचना, समुदाय लक्षित योजना तथा कार्यक्रम तथा सांस्कृतिक रूपमा उपयुक्त अभ्यासहरूको पहिचान, सह–निर्माण तथा विस्तार गरी समुदायमा आधारित मानसिक स्वास्थ्य प्रणाली सुदृढ गराउने ।

सह–आयोजक तथा साझेदार संस्थाहरूको प्रतिबद्धता:

१.हामी सम्मेलन पश्चात पनि स्थानीय सरकार, नागरिक समाज, शैक्षिक संस्था, अनुसन्धान क्षेत्र, निजी क्षेत्र तथा समुदाय सञ्जालहरू बीच सहकार्यलाई निरन्तर सुदृढ गर्दै जानेछौँ ।

२.हामी नेपालभर प्रभावकारी, प्रमाणमा आधारित, र संस्कृतिमूलक सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य पहलहरू विस्तार गर्न आवश्यक स्रोत, सीप, तथा प्रविधि जुटाउनेछौँ ।

३.हामी नैतिक र अधिकारमा आधारित मानसिक स्वास्थ्य अभ्यासलाई प्रवर्द्धन गर्दै विशेष गरी सीमान्तकृत र संकटासन्न/ जोखिम समुदायका व्यक्तिहरूको मर्यादा, गोपनीयता र सम्मानलाई सुनिश्चित गर्नेछौँ ।

डा. रेणु अधिकारी	**सुषमा रेग्मी**
सम्मेलन संयोजक	**सम्मेलन संयोजक**