WOREC

सामाजिक पुनः एकीकरणका लागि संघर्षरत आप्रवासी महिला श्रमिकहरू

आप्रवासी महिला श्रमिकहरू का मुद्दाहरू

पछिल्लो दशकमा वैदेशिक रोजगारका लागि जाने नेपालीको संख्यामा उल्लेख्य रुपमा वृद्धि भएको छ भने वैदेशिक रोजगारमा जाने महिलाहरूको संख्या ७१ प्रतिशतले[1] बढेको देखिन्छ । आप्रवासी महिला श्रमिकको सुरक्षाको नाममा नेपाल सरकारले खाडी मुलुकमा महिला श्रमिकमाथि लगाएको प्रतिबन्ध[२] तथा संरक्षणवादी दृष्टिकोणबाट प्रेरित नीतिगत व्यवस्थाहरूले गर्दा महिलाहरू अवैधानिक तरिका (अनौपचारिक तवर) ले वैदेशिक रोजगारमा जाने विकल्पहरू रोज्न बाध्य भएका छन् । सन् २०१८ मा नेपालबाट विदेश गएका २५ लाख महिलाहरू मध्ये ९० प्रतिशत महिलाहरू अनौपचारिक तवरले[३] विदेशिएका थिए । आप्रवासी महिलाहरूले अर्थतन्त्र र समाजमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको भए पनि उनीहरूले पठाएको रेमिट्यान्स तथा आर्थिक योगदानको पहिचान र कदर हुन सकेको छैन ।

वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका आप्रवासी महिला कामदारहरूले सामना गर्ने चुनौती तथा कठिनाईहरूलाई हेर्दा अन्तर्राष्ट्रिय संयन्त्रहरूले परिकल्पना गरेको सहज फिर्ती र पुनः एकीकरणको कुरा हाम्रो नीतिहरूसँग प्रायः मेल खाँदैनन् ।[४] वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिला श्रमिकको पुनः एकीकरणको मुद्दालाई नीति निर्माण तहमा धेरै हदसम्म बेवास्ता गरिएको छ । यसका साथै संरचनात्मक अवरोध र लैङ्गिक विभेदले धेरै महिलाहरूलाई अधिकार प्राप्त गर्न र आफूले गरेको श्रमको पूर्ण लाभ पाउनबाट वञ्चित गर्दछ । महिलाले गर्ने श्रमको अवमूल्यन हुनु र आफ्नै शरीरमाथि महिलाको नियन्त्रण नहुनु आप्रवासी महिला श्रमिकले सामना गर्नु पर्ने हिंसाका प्रमुख कारणहरू हुन् ।

महिलावादी सहभागितामूलक पद्धतिमा आधारित रहेर ओरेकले गरेको यस अध्ययनले वैदशिक रोजगारबाट फर्केका महिला श्रमिकहरूको सामाजिक पुनः एकीकरणमा रहेका चुनौतीहरू अभिलेखिकरण गर्ने र पुनः एकीकरणका लागि सञ्जालिकरण गर्ने तथा स्थानीय सरकारबाट कार्यक्रमहरूको लागि पैरवी गर्ने उद्देश्य लिएको छ । ओरेक महिला अधिकारका सवाललाई समुदायतहदेखि उठान गर्दै यसको सम्बोधनका लागि नीति निर्माण तहमा पैरवी गरिरहेको महिलाको मानव अधिकार, सामाजिक न्याय र दिगो विकासमा कार्यरत महिलावादी संस्था हो ।

सुनसरी जिल्लाको बराहक्षेत्र नगरपालिकाका वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिलाहरूसँग नोभेम्बर २०२२ देखि डिसेम्बर २०२३ मा यो अध्ययन गरिएको थियो । अध्ययनका क्रममा महिलावादी सहभागितामूलक छलफल, शक्तिको विश्लेषण, समुह केन्द्रित छलफल, अन्तर्वार्ता तथा परिमाणात्मक सर्वेक्षण जस्ता विधि अपनाइएको थियो । सर्वेक्षणमा सहभागी १०९ जना उत्तरदाताहरू मध्ये ६० प्रतिशत महिलाको सहभागिता रहेको थियो । साथै एकअर्कासँग अनुभव आदानप्रदानका आधारमा आएका जीवन भोगाइलाई पनि महत्वपूर्ण तथ्याङ्कको रूपमा संकलन गरिएको थियो ।

महिलावादी सहभागितामूलक अध्ययनको विश्लेषण

महिलाको यौनिकतामाथि पितृसत्ताको नियन्त्रण

महिलाले गर्ने कामबाट उनीहरूको योगदानको पहिचान गर्नुको सट्टा किन उनीहरूले गर्ने कामका आधारमा महिलाको चरित्र निर्धारण गरिन्छ ?

राम्रो अवसरका लागि ३५ वर्षको उमेरमा वैदेशिक रोजगारको बाटो रोजेकी सीता परियारले वैदेशिक रोजगारबाट फर्किए पछि सामना गर्नुपरेको कठिनाईको बारेमा प्रश्न गर्छिन् । घरमा आर्थिक संकट चुलिए पछि श्रीमान्को व्यवहारमा परिवर्तन आएको र आफ्नो चरित्रमाथि लाञ्छना समेत लगाएको घटना उनी सुनाउँछिन् ।

अध्ययनले वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका ६५ प्रतिशत भन्दा बढी महिलाहरूले घरको आर्थिक अवस्थाका कारण वैदेशिक रोजगारको खोजीमा विदेशिएको बताएका छन् । ३३ प्रतिशत महिलाहरूले यो नै विदेशिनुको प्रमुख कारण रहेको बताए ।

अध्ययनमा सहभागी ३४ प्रतिशत महिलाहरूले आफूहरू विदेश जाने कुरालाई समाजले सकारात्मक रूपमा नहेर्ने बताए । विदेशमा महिलाहरूको स्वच्छन्द यौन आचरण हुन्छ भन्ने दृष्टिकोण रहेको हुँदा आप्रवासन वा वैदेशिक श्रमले उनीहरूको जोखिम बढाउँछ । सर्वेक्षणमा सहभागी भएका मध्ये ६८ प्रतिशत महिलाहरूले समाजमा आफूहरूले यस्तो नकारात्मक र पक्षपातपूर्ण दृष्टिकोण सामना गरेको बताए । उनीहरूले प्राय परिवारका सदस्यहरू र श्रीमान्बाट आरोप सामना गरेका थिए । विदेशबाट फिर्ता आएका महिलाहरूले अमर्यादित व्यवहार र यौन क्रियाकलापमा संलग्न रहेका भनी लाञ्छना लगाउने जस्ता विभेदपूर्ण व्यवहारको सामना गरेको बताएका छन् । उनीहरूका आफन्त र समाजले गाईको मासु खाएर अपवित्र भएको, रक्सी सेवन गर्ने र विदेशी पोशाक लगाउने भनी शंका गर्ने गरेको पाइयो (ओरेक, २०२२) ।

श्रीमन् र परिवारका अन्य सदस्यहरूले छोराछोरीको हेरचाहमा पर्याप्त सहयोग नगर्ने हुंदा पारिवारिक हेरचाहमा समस्या भएको भनि आप्रवासी महिलाहरूलाई दोष लगाइन्छ । यसले समाजमा महिलाले निर्वाह गर्नुपर्ने भूमिका प्रति भएका सामाजिक अपेक्षाहरू र महिलाको कामको वास्तविकतामा रहेका ठूलो भिन्नता दर्शाउँछ ।

अर्कोतर्फ वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका धेरै महिला श्रमिकहरू रोजगारकालागि आफ्नो घरबाट बाहिर निस्कनुलाई सशक्तिकरणको माध्यम र सामाजिक अपेक्षाहरूबाट स्वतन्त्रता प्राप्त गर्ने अवसरको रूपमा हेर्छन् । यो कदम रूपान्तरणकारी छ जसले महिला अधिकारहरू अझ राम्ररी बुझ्न उनीहरूलाई मद्दत गरेको छ । उनीहरू परिवारमा आम्दानी गर्ने मुख्य व्यक्ति बन्छन् जसले परिवार र समाजमा उनीहरूको स्थितिमा सुधार ल्याउँछ । अध्ययनमा सहभागी एक महिलाले जीवनमा पहिलो पटक विमान देख्दा आफू निकै खुसी भएको बताइन । त्यो क्षणमा सामाजिक मूल्य मान्यताबाट स्वतन्त्र भएको र आफ्नो लागि बाँचिरहेको महसुस गरेको बताइन् ।

कथित माथिल्लो जातका व्यक्तिले मलाई दलित भनेर अपमान गर्दा मैले किशोरावस्थामा पहिलो पटक अन्याय भएको महशुस गरेकी थिए । त्यति बेला सामुदायिक धाराबाट मलाई अरु सँगै पानी भर्न रोक लगाईएको थियो । म छोरी भएको कारण र घरको आर्थिक अवस्था कमजोर हुंदा विद्यालय जाने चाहना हुंदा पनि विद्यालय जान पाइन । मसँग अहिले मेरो परिवारको आधारभूत आवश्यकताहरू पुरा गर्ने पैसा भएको हुंदा आफू परिवर्तन भएको महशुस गर्छु । अहिले आफूलाई जातीय विभेदमा आधारित भेदभाव विरूद्ध आवाज उठाउन सक्षम रहेको ठान्छु तर विद्यमान साँस्कृतिक मान्यताहरूका कारण हिम्मत जुटाउन सक्दिन ।

सुनसरी जिल्ला, बराहक्षेत्र नगरपालिका चतारा २ की चन्द्रिका परियारले सरोकारवालाहरूसँगको छलफलमा राखेको भनाई ।

बहुपक्षिय सीमान्तिकरणका कारण बढेको जोखिम

धेरै आप्रवासी महिला श्रमिकहरूले लैङ्गिक विभेदमा आधारित हिंसामात्र नभएर उमेर, जाति, जातियता र सामाजिक, आर्थिक स्थितिको आधारमा भेदभावको अन्य स्वरूपहरूको समेत सामना गरेका थिए । विभिन्न प्रकारका भेदभावहरू एकैसाथ सामना गर्नुपर्दा विद्यमान लैङ्गिक असमानता थप बढ्दछ । यसले शक्ति र स्रोतको असमान वितरणमा योगदान गर्छ । विशेषतः वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिला श्रमिकहरू धेरै जसो दुर्गम क्षेत्रहरूबाट आएका हुन्छन् जहाँ खेतीपातीबाट कम उत्पादन हुन्छ भने रोजगारीको अवसरहरू पनि न्यून छन् ।

पछिल्लो दशकको तथ्याङ्क हेर्ने हो भने १५ वर्षको उमेरदेखि शारीरिक हिंसाको सामना गरेका महिलाको संख्या २२ देखि २३ प्रतिशत रहेको छ । यद्यपी शारीरिक हिंसाको सामना गरेका महिलाको संख्या सन् २०११ मा ९ प्रतिशतबाट २०२२ मा ११ प्रतिशतमा वृद्धि भएको तथ्याङ्कले देखाएको छ ।[५] ओरेकले अभिलेख गरेको घरेलु हिंसाको तथ्याङ्क हेर्दा श्रीमान्, जीवन साथीहरू र घरपरिवारबाट महिला बढी हिंसा प्रभावित भएको देखिन्छ । समाजमा धेरै जसो महिला र त्यसमा पनि सीमान्तकृत जातिहरू र आर्थिक अवस्था कमजोर भएका महिलाहरू अझ बढी हिंसाको चपेटामा परेको देखिन्छ । उनीहरूले भोग्ने हिंसाले गर्दा महिलाहरू सामाजिक जीवनका बहुआयामिक पक्षहरूमा सक्रिय सहभागी हुनबाट वञ्चित हुन्छन् ।

अध्ययनमा सहभागि भएका वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका सबै महिलाहरूले घर, कार्यस्थल र वैदेशिक रोजगारमा आफ्नो अधिकार विभिन्न प्रकारले उलंघन भएको जानकारी गराएका थिए । घरेलु काम र सामुदायिक गतिविधीहरूमा संलग्न भएका महिलाहरू तुलनात्मक रूपमा अझ बढी हिंसा प्रभावित भएको पाइन्छ । दलित समुदायका महिलाहरूले दलित भएकै कारण अझ बढी सामाजिक भेदभाव र हिंसाको सामना गर्नु परेको पाइयो ।

> म बीस वर्षको उमेरमा वैदेशिक रोजगारमा गए । तर काम अफ्ठ्यारो र अत्यन्त गाह्रो भएको कारण म फर्किए । त्यसपछि केही समय काठमाडौमा काम गरेर आफ्नो खर्च जुटाए र घर फर्किए । विवाह पश्चात मेरो अवस्थामा सुधार आएन र श्रीमान्ले म प्रति राम्रो व्यवहार कहिल्यै गरेन । उसले रक्सी खाएर मलाई कुट्थ्यो । परिवार चलाउन मैले चक्रघाटीमा ज्यालमजदुरीको काम गर्न थाले जसबाट मैले दिनको २०० रूपियाँ कमाउँथे ।
>
> *पवित्रा, वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएकी महिला*

आर्थिक स्रोत र सम्पत्तिमाथि महिलाको नियन्त्रण नहुनु

महिलाहरूको आर्थिक अधिकारलाई अन्तर्राष्ट्रिय कानुनहरूले प्रत्याभुत गरेको छ । तथापी परिवारमा पुरूष सदस्यको नाममा सम्पत्ति हुने हुँदा उनीहरूको सम्पत्तिमाथि पहुँच र नियन्त्रण हुदैन । अध्ययनमा सहभागी अधिकांश महिलाहरूसँग पारिवारिक सम्पत्तिमाथि पहुँच तथा नियन्त्रण नभएको देखियो ।

सम्पत्ति तथा जमिनमा महिलाको नियन्त्रण नहुने हुँदा उनीहरू समुदायमा गरिने विभिन्न निर्णय तथा निर्णय प्रक्रियाबाट बाहिर हुन्छन् । प्राय जसो समुदायमा हुने निर्णयहरू पुरूषहरूले लिने गर्छन् । आर्थिक असमानताका कारण महिलाहरू स्रोतका लागि पुरूषमा निर्भर रहन्छन् जसले उनीहरू समुदायमा हुने हिंसाको जोखिममा रहन्छन् र असुरक्षित हुन्छन् ।

वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिलाहरूको सवालमा उनीहरूले विदेशमा कमाएको आम्दानीको ठूलो अंश घरायसी खर्च, छोराछोरीको शिक्षा, परिवारिक स्वास्थ्य उपचार वा घरायसी सहयोगमा खर्च हुन्छ । सर्वेक्षणमा सहभागी वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिलाहरू मध्ये ८८ प्रतिशतले आफूहरू अहिलेसम्म बेरोजगार नै रहेको बताए । तीमध्ये धेरैले गरिबीको चक्रमा फसेको र यसबाट बाहिर निस्किन या त आफू फेरि विदेश जाने वा घरका सदस्यलाई विदेश पठाउने सोचमा रहेको बताए ।

आफूले विदेशमा हासिल गरेको सीप, जानकारी र अनुभव प्रयोग गरेर उद्यमी हुन प्रयास गर्ने व्यक्तिहरूको लागि सहयोगी संयन्त्रहरू छैनन् । ऋण निकाल्नका लागि चाहिने जमिन वा सम्पत्ति उनीहरूको नाममा रहेको छैन । धितो नराखी पूँजी वा ऋण सहुलियत प्राप्त गर्नु उनीहरूका लागि असंभव छ ।

आप्रवासी महिलाका आवश्यकताहरू कानुन, नीति र नियमावलीहरूले सम्बोधन नगर्नु

नेपाल सरकारले वैदेशिक रोजगारीबाट फर्केका व्यक्तिको लागि पुनः एकीकरण कार्यक्रम (सञ्चालन तथा व्यवस्थापन) निर्देशिका, २०७९ अनुमोदन गरेको छ । यसको उद्देश्य उनीहरूको सामाजिक आर्थिक पुनः एकीकरणमा सहजीकरण गर्ने र सन्तोषजनक जीवनस्तरको प्रत्याभुती गर्ने रहेको छ ।[६] तर यसले वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिलाहरू वा आप्रवासी महिला कामदारहरूका विशेष आवश्यकताहरूलाई पहिचान गर्न, स्वीकार गर्न वा सम्बोधन गर्न असफल देखिन्छ । वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिलाहरूका लागि स्थानिय तहले बनाउनु पर्ने नीतिहरू नहुँदा उनीहरूको चुनौतिहरूलाई प्रभावकारी रूपमा सम्बोधन गर्नमा अवरोध सृजना गर्छ । स्थानीय सरकारहरूसँग महिला श्रमिकका मुद्दाहरू सम्बोधन गर्न आवश्यक प्राविधिक दक्षताको कमी छ । साथै आप्रवासी महिला श्रमिक र स्थानिय समुदायमा वर्तमान कानुन तथा नीतिहरूको सचेतना छैन । स्थानीय सञ्चारमाध्यमले समेत यो विषयलाई प्राथमिकतामा ल्याउन सकेका छैनन् ।

यस सर्वेक्षणमा सहभागी हुनु अगाडी वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका महिलाहरू कुनै पनि संजाल वा समुहमा आबद्ध थिएनन् । महिलावादी सहभागितामूलक अध्ययनका क्रममा उनीहरूले एकताबद्ध भएर आफ्ना समस्याहरूलाई सम्बन्धित निकायसम्म पुऱ्याइ सम्बोधन गर्ने आवश्यकता महसुस गरे । फलस्वरूप वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका महिलाहरूको संजालका रूपमा उद्यमशील महिला समूह गठन भयो । स्थानीय महिलावादी नेतृत्वको पहल स्वरूप जन्म भएको यो समूहले रोजगार र मर्यादित कामको अधिकारका लागि स्थानीय सरकारसँग पैरवी गर्ने लक्ष्य राख्छ । यस समूहमा आवद्ध महिलाहरू महिलामाथि हुने विभेदको अन्त्यका लागि १६ दिने अभियान, अन्तर्राष्ट्रिय श्रमिक महिला दिवस, मर्यादित कामको अभियानहरू लगायतमा सक्रिय सहभागी छन् जसले गर्दा समुदायमा उनीहरूको पहिचान बढेको छ ।

उनीहरूले आफ्ना माग सम्बोधन गर्नका लागि नगरपालिकालाई

सामूहिक रूपमा ज्ञापनपत्र बुझाएर बजेट सहयोग गर्न अनुरोध गरे । फलस्वरुप वडा कार्यालयबाट उद्यमशीलताका लागि ५० हजार बजेट उपलब्ध भएको थियो । उनीहरू वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिला श्रमिकहरूको आवश्यकताहरू सम्बोधन गर्नेका लागि स्थानिय सरकारसँग पैरवी गरिरहेका छन् ।

माग तथा सुझावहरू

यस महिलावादि सहभागितामूलक अनुसन्धानबाट वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका महिलाहरूको समस्या र चुनौतिका आधारमा उनीहरूको माग र सुझावहरू तयार भएको छ । मुख्य रुपमा वैदेशिक रोजगारमा गएका महिला र वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका महिलाहरू प्रति लक्षित स्थानीय र राष्ट्रिय नीतिहरूमा उनीहरूको आवाज र आवश्यकताहरू अर्थपूर्ण रुपमा समावेश गरियोस् । यसको सुनिश्चितताका लागि निम्न सुझावहरू प्रस्तुत गरिएका छन् :

- आप्रवासी महिलाहरूको सुरक्षित स्थानागमनमा रहेका बाधाहरू हटाउनकालागि हालको संरक्षणवादी र प्रतिबन्धात्मक व्यवस्थाहरू परिमार्जन गरियोस् । यसमा मध्यपूर्वी देशमा महिलालाई वैदेशिक रोजगारमा प्रतिबन्ध लगाउने जस्ता व्यवस्थाहरू पर्छन जसले गर्दा महिलाहरू वैदेशिक रोजगारमा जानका लागि अनियमित तथा असुरक्षित बाटो रोज्न बाध्य हुन्छन् ।
- वैदेशिक रोजगारका लागि काम गर्ने एजेन्सीहरू र अध्यागमन अधिकारीहरूको नियमन र अनुगमन गरियोस् ।
- लैङ्गिक दृष्टिकोणबाट पुनः एकीकरण निर्देशिका संशोधन गर्दै नेपाल सरकारको १६ औं आवधिक योजनामा पुनः एकीकरण योजनाहरू अनुमोदन भएको सुनिश्चित गरियोस् ।
- सबै आप्रवासी कामदारहरू तथा तिनीका परिवारका सदस्यहरूको अधिकार संरक्षणसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि तथा आइएलओ महासन्धि १८९ र १९० अनुमोदन गरियोस् ।

स्थानिय सरकारले महिला आप्रवासी श्रमिक र वैदेशिक रोजगारबाट फर्किएका महिला श्रमिकहरूका आवश्यकताहरूलाई समग्र रुपमै सम्बोधन गर्नका लागि निम्न व्यवस्था सुनिश्चित गरियोस्ः

- आप्रवासनका सबै चरणहरूमा आप्रवासीहरूलाई समग्र सहयोग प्रदान गरियोस् ।
- वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका महिलाहरूको लागि सामाजिक र आर्थिक पुनः एकीकरणका आवश्यकताहरू समावेश गरिएको तथ्याङ्क संकलन गर्ने प्रणालीको विकास गरियोस् ।
- बजेटको व्यवस्था समेत गरिएको स्थानीय पुनः एकीकरण योजना विकास गर्ने र वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका सबै महिलाहरूलाई सरकारी योजनाहरूका बारे जानकारी उपलब्ध गराईयोस् ।
- वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका महिलाहरूको सीप पहिचान गर्ने, रोजगारी खोजीको लागि सहयोग गर्ने र समुदायमा आधारित तालिम र वित्तीय साक्षरता सम्बन्धि तालिमको व्यवस्था गरियोस् ।
- वैदेशिक रोजगारबाट फर्केका महिलाहरूका लागि स्वास्थ्य संस्था मार्फत स्वास्थ्य सेवाको सुनिश्चितता गरियोस् ।
- हानिकारक सामाजिक अभ्यासहरू विरूद्ध र मर्यादित कामको अधिकारका लागि अभियान सञ्चालन गरियोस् ।
- मानव अधिकार उल्लङ्घन विरूद्धका कानूनहरू, विशेष गरी छुवाछुत (जातीय भेदभाव), लैङ्गिक हिंसा र कार्यस्थलमा हुने उत्पीडन सम्बन्धी कानूनहरू कडाइका साथ लागू गरियोस् ।

1 Shreshta, Adhrit. (2022, February 15). Key Highlights from the Census Report 2021. Nepal Economic Forum. Retrieved from https://nepaleconomicforum.org/key-highlights-from-the-census-report-2021/#:~:text=The%20census%20report%20also%20highlighted,development%20of%20information%20and%20technology .

2 नेपाल सरकार, श्रम तथा रोजगार मन्त्रालय (१९ भदौ २०६४), वैदेशिक रोजगार ऐन २०६४, https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---asia/---ro-bangkok/---sro-new_delhi/documents/genericdocument/wcms_300684.pdf

3 P P Simkhadaet al. (2018). A Survey of Health Problems of Nepalese Female Migrant Workers in the Middle-East and Malaysia. BMC International Health and Human Rights, 18 (4), 1-7. https://doi.org/10.1186/s12914-018-0145-7

4 United Nations Network on Migration. (2021). Ensuring Safe and Dignified Return and Sustainable Reintegration. Retrieved from: https://migrationnetwork.un.org/sites/g/files/tmzbdl416/files/docs/position_paper_-_ensuring_safe_and_dignified_return_and_sustainable_reintegration.pdf

5 Ministry of Health and Population [Nepal], New ERA, and ICF. (2023). Nepal Demographic and Health Survey 2022. Kathmandu, Nepal: Ministry of Health and Population [Nepal]. https://dhsprogram.com/pubs/pdf/FR379/FR379.pdf

6 नेपाल सरकार (२०७९), वैदेशिक रोजगारीबाट फर्किएकाको पुन : एकीकरण कार्यक्रम सञ्चालन तथा व्यवस्थापन निर्देशिका, २०७९ https://feb.gov.np/extra_upload/62cec56dc5bdb_reintegration.pdf

WOREC

ओरेक
पो.ब.नं. १३२३३, काठमाडौं, नेपाल
टेलिफोन : (९७७)- ०१-५१८६३७४, ईमेलः ics@worecnepal.org
ईमेलः worecnepal.org, हटलाईन : १६६०-०१-७८९१०