नेपाल पत्रकार महासंघको.......... पृष्ठ ६ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com

खबरपत्रिका साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-४
मिडिया चोक, मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७२९५०७२
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

● मकवानपुर, वर्ष-१३, ● अंक-०२ ● २०७७ साउन १२ गते सोमबार, ● 27 July 2020, ● नेपाल सम्वत्-११४०, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

चित्लाङ-थानकोट सडक

छ महिनामै निर्माण सकिएला त ?

विकास सम्वाददाता
थाहा नगर

'ऊ, त्यो ब्यानर हेर्नुस्, अब त्यही हालतमा पुऱ्याइदिनूस्'–मकवानपुर थाहानगर चित्लाङका राजन बस्नेतले अक्रोस पोख्दै व्यङ्ग्यात्मक शैलीमा भने–'गाडी बोक्ने बाटैको रूपमा परिचित भएको भए बरू विश्वले थाहा पाउँथे, हेर्न पर्यटक आउँथे।' बस्नेतको यो ब्यङ्ग्य र आक्रोस चित्लाङमा भएको कार्यक्रमको हो । बागमती प्रदेशका भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्री रामेश्वर फुयाँलको विशेष उपस्थितीमा भएको कार्यक्रममा पर्यटन व्यवशायी समेत रहेका बस्नेतले यस्तो दुखद् आक्रोस पोखेका हुन् । मन्त्री फुयाँल गणेशमान सिंह मार्ग (चित्लाङ–थानकोट) र चित्लाङ–दामन सडकको सम्बन्धमा अन्तरक्रिया छलफल कार्यक्रमको आयोजना गरी चित्लाङ आएका थिए । मन्त्रालयले आयोजना गरेको कार्यक्रमको मुख्य उद्देश्य थियो, चित्लाङ–थानकोट सडक खण्ड तत्कालै निर्माण सम्पन्न गरी सुचारू गराउने । यसका लागि अन्तरक्रिया कार्यक्रम आयोजना गरिएको हो । कार्यक्रममा स्थानीयहरूले मन्त्रीसहित सांसद तथा जनप्रतिनीधिहरूको माझ आफ्नो आफ्नो भनाइ राखे । उनीहरूको एउटै माग र स्वर थियो –'सडक बन्नु पऱ्यो ।'

'चित्लाङ–थानकोट सडक सुचारू भए एकै घण्टामा काठमाण्डौंको सुविधा सम्पन्न अस्पतालमा पुग्न सकिन्थ्यो, त्रिभुवन राजपथहुँदै नौबिसेबाट गए पाँच घण्टा लाग्छ, अनि विरामीले बाटैमा प्राण फाल्नूको विकल्प छैन'–चित्लाङका राजेन्द्र बलामीले दुःख सुनाए । बलामीले भने–'काठमाण्डौसम्म तरकारी ढुवानी गर्दा किलोकै ३/४ रूपियाँ तिर्नुपर्छ, चित्लाङ सडक बने १ रूपियाँमै पुऱ्याउन सकिन्थ्यो, बाटो चाँडै बनाइदिनूस् ।' सबैको साझा सरोकारको

रूपमा रहेको । चित्लाङ–थानकोट सडक नबने, मन्त्री सांसद र नगरका जनप्रतिनीधिहरूलाई समेत राम्रो नमान्ने बताउँदै उनले ख्याल गर्न चुनौति दिए ।

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १० को वडा सदस्य दिपक गोपालीले चित्लाङ–थानकोट सडकलाई भोटको थैलो नबनाउन आग्रह गरे । टौखेल निवासी गोपालीले भने–'निर्माण व्यवशायीकै कारण सडक नबन्ने अनि नेताहरू आएर म बनाउँछु, मैले यो गरे, त्यो गरेँ भनेर भोट माग्ने थलोको रूपमा विकास भैर हेकोले त्यसो गर्ने अधिकार कसैको छैन ।' निर्माण ढिलो हुँदै जाँदा त्यसको पहिलो अपजस निर्माण व्यवशायीले नै लिनूपर्ने उनको भनाइ थियो । चित्लाङका कर्ण गोपालीले सडकको निर्माण संरचना गतिलो नभएको अन्तरक्रिया कार्यक्रममा सुनाए । डिजाइन गर्दा त्यसको संरचनाको दीगोपन र दीर्घकालिन प्रभावकारितालाई पटक्कै ख्याल नगरेको गोपालीको भनाइ थियो ।

सांसदको जवाफ क्लियरकट् !

राष्ट्रिय सभा सदस्य रामनाराण विडारीले चित्लाङ चन्द्रागिरी सडक नबन्नुको पछाडी ठेक्का अंक 'बिलो' हुनु प्रमुख कारक तत्व भएको बताए । देशमा हजारौ सडक बने, तर सडक बनाउँदा निश्केको ढुङ्गा वनले ठेक्का लगाउने कुनै नजिर नभएको बताउँदै यै सडक निर्माणमा वनलाई ढुङ्गाको आम्दानी चाहिँने अचम्म र चकित पार्ने काम भएको विडारीको भनाइ थियो ।

सडक बन्दा सबै जस लिन सर्ने नबन्दा अरूलाई आरोप लगाएर बस्ने प्रवृत्तिको अन्त्य हुनुपर्ने सांसद विडारीको भनाइ थियो । राष्ट्रियसभा अन्तर्गतको प्रत्यायोजित व्यवस्थापन तथा सरकारी आश्वासन समितिका सभापति समेत रहेका विडारीले भने–'सडक बनाउँछु भन्ने सँधै अल्झिरहने यो प्रवृत्तिको अन्त्यको लागि संघीय अर्थमन्त्री र अर्थ सचिवलाई काठमाण्डौं पुगेर ऱ्याखऱ्याख्ती पार्छु ।'

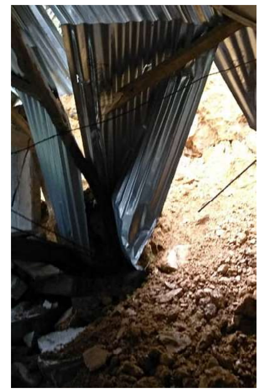
बागमती प्रदेश सांसद कुमारी मोक्तानले आफ्नो निर्वाचन क्षेत्रको बाटो निर्माणमा बजेट अभावमा निर्माण सक्न कठीन हुने भएकोल संघबाट छिटो बन्ला भनेर निर्णय गरेर पठाएको हालत उस्तै भएकोमा दुख व्यक्त गरिन् । अहिले सडक बनाउने एजेण्डा भन्दा पनि ढुङ्गा बेच्ने एजेण्डाले स्थान लिएकोमा उनको चिन्ता छ । उनले सडक नबन्नुको प्रमुख कारण अरू कसैले भन्दा पनि आयोजना प्रमुख र निर्माण व्यवशायीले जवाफ दिनूपर्ने धारणा राखिन् । 'आयोजना प्रमुखले किन सडक निर्माण अघि बढेन एक, दुई, तीन कारण भन्न सक्नूपर्छ, निर्माण व्यवशायीले पनि आफ्नो कठिनाई भन्नै पर्छ ।'–सांसद मोक्तानले स्पष्ट पारिन् । जब समस्या पहिचान हुन्न तबसम्म निर्माणले गति लिन नसक्ने उनको भनाई थियो । सडक निर्माण हुन नसके त्यसको सम्पूर्ण भागिदार यि दुईपक्ष नै हुनुपर्ने उनको भनाइ थियो । नीतिगत र कानूनी समस्या आए त्यसको हल गर्न आफूहरू जहिल्यै तयार रहेको उनको भनाइ थियो ।

सांसद आलेको झिनो आश, ठकुरी खोज्दै जस

काठमाण्डौ–१० की सांसद र मा आले मगरलाई चित्लाङ चन्द्रागिरी सडक निर्माण हुने आशा झिनो मात्र छ । निर्माण भन्दा पनि सडक निर्माणका क्रममा निकै क्षति भएकाले त्यसतर्फ पनि आयोजना र निर्माण व्यवशायीले ध्यान दिनूपर्ने उनले बताइन् । बाटो बनाउने क्रममा भएको ठेक्कामा उत्खनन् भएको ढुङ्गा विक्रिमा सबैको ध्यान गएको उनको भनाइ थियो । प्रक्रियागत रूपमा ढुङ्गा निकासीको टेण्डर भएकोले सबै प्रक्रिया पूरा गरेर सम्झौता समेत भएको हुँदा ढुङ्गा निकासीको वातावरण सहज हुनुपर्ने उनको भनाइ छ । आफू अविवहित समेत रहेकोले कोही कसैसंग लोभ लालच नभएको बताउँदै टेण्डरमा परेको सामान लैजान दिने विषयमा सबै सहमत हुनुपर्ने उनको भनाइ थियो । उनले सडक विस्तारसंगै चन्द्रागिरी क्षेत्रमा रहेको वस्तीमा परेको असरलाई ध्यान दिएर विकास गर्नुपर्ने बताइन् । कार्यक्रममा पूर्व सांसद तथा संविभानसभा सदस्य सुभाषचन्द्र ठकुरीले वातावरण प्रभाव मूल्याङ्कन सहित विस्तृत परियोजना प्रस्ताव निर्माण गरी निर्माण थालिएको सडकलाई विकास गर्न कसैले रोक्नू नहुने बताए ।

बाँकी पृष्ठ ५ मा

इन्द्रसरोवरमा घर पुरियो



विकास सम्वाददाता
थाहा नगर

मकवानपुरको इन्द्रसरोवर ४ फाखेल राकसखोलामा शनिबार देखिको अबिरल बर्षाका कारण घर पछाडिको ढिस्को भत्किएर एक घर पुरिएको छ । स्थानीय दिपककुमार मोक्तानको घर सोमबार बिहान करीब ८ बजेको समयमा ढिस्कोले पुरिएको प्रहरी चौकी फाखेलका इन्चार्ज भरत कुर्मीले जानकारी दिएका छन् ।

माटोको ढिस्को घरभित्र छिरे पछि मोक्तान परिवारको बिचल्ली भएको स्थानीयले बताएका छ्न् । हाल मोक्तान परिवार छिमेकीको घरमा शरण लिएर बसिरहेको छ । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी फाखेल उपशाखा, स्थानीय सहकारीहरू वडा कार्यालय लगायतका संघसंस्था राहतका लागि पुगिसकेको छ ।

एक छोरा सहितको मोक्तान परिवार लामो समय देखि सिलाई कटाईको ब्यवसाय गर्दै आएका थिए । केही लत्ताकपडा, आधा तोला भन्दा बढी सुन, बीस हजार नगद र भाडाकुडा पुरिएको पिडितले बताएका छन् ।

व्यक्तिगत घटना दर्ता सम्बन्धी जरुरी सूचना !

जन्म दर्ता बालबालिकाको नैसर्गिक अधिकार हो । जन्मेको ३५ दिन भित्रै आफ्नो स्थानीय तहमा गई दर्ता गरौं । जन्म र मृत्यु दर्ताको सूचना परिवारको मुख्य व्यक्तिले र निजको अनुपस्थितिमा परिवारको उमेर पुगेको व्यक्तिले सूचना दिन सक्छन् । जन्म, मृत्यु, बसाई सराई, विवाह एवं सम्बन्ध विच्छेदका घटना दर्ता गर्नु नागरिकको कर्तव्य हो । बसाई सराई गर्दा व्यक्ति आफू मात्र बसाई सरी गए व्यक्तिले र परिवार नै बसाई सरी गए परिवारको मुख्य व्यक्तिले दर्ता गर्नु पर्छ ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यापालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणीचौर, मकवानपुर

नेपाल सरकारको सूचना !

पत्रकार आचारसंहिंता, २०७३ (पहिलो संशोधन, २०७६) र बालमैत्री सञ्चार निर्देशिकामा भएका व्यवस्था पालना गरौं ।

– पत्रकार र सञ्चारमाध्यमले अशक्त, असाहय, अल्पसंख्यक, महिला तथा ज्येष्ठ नागरिक, अपांङ्गता भएका व्यक्ति, बारेमा समाचार सामाग्री संप्रेषण गर्दा उनीहरुको मर्यादा, भावना तथा आत्मसम्मानमा प्रतिकुल असर पुऱ्याउनु हुँदैन ।

– पत्रकार तथा सञ्चारमाध्यमले बालबालिका सम्बन्धी सामाग्री संकलन तथा सम्प्रेषण गार्द बाल संवेदनशीलता प्रतिकुल हुने गरी कार्यहरु गर्नुहुँदैन ।

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

• सम्पादकीय •

महामारी सकिएको छैन है

कोरोना भाइरसको संक्रमण नफैलियोस् भनेर चैत ११ गते 'लकडाउन' सुरु गरिँदा मुलुकमा जम्मा दुई जना संक्रमित रहेको पुष्टि भएको थियो । तीमध्ये एकलाई पहिल्यै निको भइसकेको थियो । झन्डै चार महिनापछि मंगलबार र ातिदेखि सरकारले लकडाउन अन्त्यको घोषणा गर्दा मुलुकले यसको गहिरो संकट भोगिरहेको छ। लकडाउन हटेपछि बुधबार काठमाडौंको असनमा देखिएको भीडभाड । कोरोना संक्रमणको जोखिम रहेकाले अझै पनि सार्वजनिक स्थलमा भीडभाड नगर्न र सावधानी अपनाउन विज्ञहरुले सुझाएका छन्। संक्रमण लगभग देशभरि फैलिएको छ। हालसम्म करिब १८ हजारमा संक्रमण पाइएकामा ५ हजारभन्दा बढी निको हुनै बाँकी छन्। यसबीचमा ४० जनाको मृत्यु भइसकेको छ । यसको अर्थ हो, खतरा जारी छ । लकडाउन सुरु भएको बखतभन्दा जोखिमको मात्रा बढी छ। तसर्थ, लकडाउन अन्त्य गरे पनि सरकारले महामारी रोकथाम र नियन्त्रणका पहलहरू जारी राख्नुपर्छ। मानिसहरूको आवागमन बाक्लिँदै जाने भएकाले सरकारी संयन्त्रहरू अझ बढी चनाखो हुनुपर्छरु। नागरिकहरू आफैं पनि पूर्ण रूपमा सतर्क रहनुपर्छ। संक्रमण सर्ने–नसर्ने, फैलने–नफैलने व्यक्तिविशेषको चालचलन वा होसियारीमा धेरै भर पर्छ।

जोखिम जारी नै रहे पनि सरकारसित लकडाउन अन्त्य गर्नुको विकल्प बाँकी थिएन । झन्डै तीन महिनासम्म निरन्तर निर्विकल्प रूपमा लगाइएको र त्यसपछिका दिनमा पनि आंशिक रूपमा बाँकी राखिएको लकडाउनले अर्थतन्त्र चौपट बनिसकेको थियोरछ । मानिसहरूको आवागमनदेखि कच्चा पदार्थको आपूर्तिसम्म रोकिँदा आंशिक खुलेको लकडाउनमा पनि अनुमतिप्राप्त उद्योग–कारखाना पूर्ण रूपमा चल्न सकेका थिएनन्। आफ्नै सवारीसाधन नहुनेहरूलाई कामका लागि पैदलयात्राले नभ्याउने दूरीमा पुग्ने उपाय थिएन। सधैं यसैगरी चल्न न मुलुकका लागि सम्भव थियो, न नागरिकका लागि। गरिखाने वर्गको उहिल्यै बेहाल भइसकेको थियो। त्यसैले मुलुकको अर्थतन्त्र चलायमान बनाउन र जनजीविका सहज तुल्याउन लकडाउनको अन्त्य आवश्यक थियो। यस्तो बेला लकडाउन खोल्नुको अर्थ देशको अर्थतन्त्र र नागरिकको दैनिकी सहज बनाउनु मात्र होइन, मुलुकलाई विश्वव्यापी महाव्याधिको चक्रबाट मुक्त बनाउन अझ जटिल परीक्षा दिनु पनि हो । हिजो कडा लकडाउन भएकै बेला उच्च दरमा संक्रमण अकासिएको तथ्य यहाँ भुल्नु हुँदैन। अब त निजी यातायातमा जोरबिजोर हटाइएको छ, सरकारी कार्यालयमा एकै 'सिफ्ट' मा काम हुनेछ। यही साउन १५ बाट ट्रेकिङ, ट्राभल्स, पर्वतारोहण, पर्यटन व्यवसाय खुल्नेछन् । सामूहिक भोज र भेलाबाहेक होटल र रेस्टुरेन्ट पनि खुला हुनेछन्। त्यस्तै भदौ १ गतेदेखि लामो दूरीका सवारीसाधन, विद्याथी भर्ना, परीक्षा सञ्चालन आन्तरिक तथा अन्तर्राष्ट्रिय उडान, अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुद प्रशिक्षण र प्रारम्भिक चरणका खेलहरू पनि सुरु हुनेछन् । यी सबै सुरु हुनु भनेको मानिसहरूको आवागमन र जमघट बढ्नु होरु। यस्तो अवस्थामा आवश्यक स्वास्थ्य सावधानी नअपनाएमा कसैमा संक्रमण रहेछ भने अरू धेरैमा सजिलै सर्ने जोखिम बढी हुन्छ, त्यही भएर सम्बन्धित सबैले उचित सतर्कता अपनाउनैपर्छ।अबका दिनमा सरकार, विभिन्न सेवाप्रदायक र नागरिक सबैले आ–आफ्नो उत्तरदायित्वको पालना गर्नुपर्छरु। सरकारले यथासम्भव मुलुकलाई सामान्य परिस्थितिमा ल्याउन आफ्ना काम–कारबाहीलाई प्रभावकारी बनाउनुपर्छ। संक्रमितहरूको 'कन्ट्याक्ट ट्रेसिङ' गर्न अब झनै चुनौती हुन्छ, त्यसका लागि सरकारी निकायले आफ्नो क्षमतामा वृद्धि गर्नुपर्छ।केही समययता पीसीआर परीक्षणको दर घटाइएको छ, यसलाई बढाउनुपर्छ ।

थाहा नगरपालिकाको शिखरकोट काउण्टरबाट दिवा बस सेवा

विहान	६:१५	बजे काठमाण्डौ (हाइस)
विहान	६:१५	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	७:१५	बजे काठमाण्डौ (बस)
विहान	८:00	बजे हेटौंडा (बस)
विहान	८:१५	बजे सिमभन्ज्याङ हुँदै काडमाण्डौ (फोर्स)
विहान	९: 00	बजे काठमाण्डौ (मिनीबस)
विहान	९:00	बजे हेटौंडा जम्बो हाइस
विहान	९:४५	बजे काठमाण्डौ फोर्स
विहान	१0:१५	बजे मार्खु, पालुङ हुँदै हेटौंडा (मिनीबर्स)
विहान	१0:१५	बजे काठमाण्डौ(फोर्स)
विहान	१0:३0	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	११:१५	बजे काठमाण्डौ (मिनिबस)
विहान	१२:३0	बजे हेटौंडा (बर्स)
मध्यान्ह	१२:३0	बजे काठमाण्डौ (बस)
मध्यान्ह	१:३0	बजे हेटौंडा (मिनीबस)
दिउँसो	१:३0	बजे पालुङ गोगने पकने (मिनीबस)
दिउँसो	१:३0	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो	२:३0	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो	३:00	बजे पालुङबाट मार्खु (बस)
दिउँसो	३:३0	बजे पालुङबाट काठमाण्डौं (बस)

थप जानकारीको लागि नारायणी यातायात दिवा बस सेवा तथा टिकट काउण्टर दामन शिखरकोट इन्चार्ज अरुण लामा ९८५५०७२३२२ र नरेन्द्र अधिकारी ९८५५०७०५६१

महत्वपुर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

पालुङ एम्बुलेन्स (चालक)	९८१४२०७४०१
आग्रा एम्बुलेन्स (चालक)	९८६०२२३७५५
जनकल्याण उच्च मा.वि.	०५७-६२०३६४
थाहा नगरपालिका कार्यालय	०५७-४०००५६
मत्स्यनारायण मा.वि.	०५७-६२०५१२
ईप्रका पालुङ (प्रमुख)	९८५५०६९४९९
प्रहरी चौकी फाखेल	०५७-६९२५१८
जिल्ला प्रशासन मकवानपुर	०५७-५२०३८८
विद्युत प्राधिकरण पालुङ	०५७-४०००२९

आँट गर्ने बेला भएन र ?

डा. केशरबहादुर भण्डारी

हो, सबै पार्टीका नयाँ पिढी र पुस्ताका नेताहरूले झर्ला र खाउँला भन्ने मानसिकताबाट माथि उठी केही गर्नुपर्ने बेला आइसक्यो

अपवादबाहेक आम नेपाली विनाथांक्रो उभिनै सक्तैनन्– यो सौरभको भनाइ हो। यो लहरे प्रवृत्ति हो, विशेषतः बाहुन जातिमा (ब्राह्मण भन्न चाहिनँ मैले) बढी पाइने, यो पनि उनकै भनाइ हो (पुस्तक–असंगति)। आज देशले नेपालकै सबभन्दा योग्य अर्थमन्त्री पाएको छ– योग्यतामा पीएचडी, योजना आयोगका उपाध्यक्ष र राष्ट्रबैंकको गभर्नरसमेतको अनुभव बटुलेका। तर, असारे विकासले उनका पालामा पनि निरन्तरता नै पायो, लहरे प्रवृत्तिकै कारण। पूर्वएमाले (हाल नेकपा ?) का विचारक, सिद्धान्तकार 'आइडियोलग' अहिले कृषिमन्त्री छन्। तर, किसानले यसपटक पनि समयमै मल पाउन सकेनन् रोपाइँका बेला योजना र जोगाहटका लागि मन्त्रालयले पर्याप्त समय पाउँदापाउँदै पनि। विचारक र सिद्धान्तकार मात्र भएर नहुने रहेछ कार्यान्वयन गर्ने क्षमताका लागि। यो पनि लहरे प्रवृत्ति र 'आइडियोलग' मात्र हुनुकै प्रभाव हो।

यी प्रतिनिधि पात्र र उदाहरण मात्र हुन् तर यसले जन्माएको प्रश्न भने अहम् हुन पुगेका छन् अहिले। के नेपाली जनताको नियति यस्तै हो त ? यो कदापि होइन र हुन सक्तैन। यी त लादिएका र भोग्न बाध्य पारिएका नियति हुन् दोषी गैरजिम्मेवार नेताहरूका कारण। जनता कम जिम्मेवार छन् यसमा तर जिम्मेवार बनाउँछन् जनतालाई नै 'आइडियोलग' भनाउँदा लोकतन्त्रवादीहरू प्रजातन्त्र र साम्यवाद दुई पूर्ण विपरीत विचारधारा र अभ्यास हुन्। नेपालमा यी दुईलाई फ्युजन गरी प्रजातान्त्रिक–साम्यवाद नामको वर्णसंकर अभ्यास र प्रजातन्त्रभन्दा पनि उन्नत जातको लोकतन्त्र सिर्जना गरिएको छ। 'रा' वर्णमालासँग जोडिएको शब्द नै सुन्न नचाहने विचारकहरूले 'राजहंस' लाई 'लोकहंस' मात्र भन्न बाँकी रह्यो अहिले।

हामीकहाँ जति राजनीतिक विश्लेषकहरू सायदै पाइन्छ होला अन्यत्र। चियापसलदेखि प्रतिष्ठान र थिंकट्यांकसम्म र अरूका लागि बुद्धि बेची रवाफी जीवन चलाउन अभ्यस्त बडाबडा राजनीतिक विद्वान्देखि लहरे र अवसरवादी आ श्रय भक्त विश्लेषकसम्म बग्रेल्ती छन् यहाँ। नेता र झन् मन्त्री नै भएपछि त ज्ञान बुद्धिको सिङ–जुरो नै उम्रिन्छ उनीहरूमा, प्रधानमन्त्री भएपछिको त कुरै अर्को–सर्वज्ञानी सर्वज्ञाता। शक्तिको पूजा नेपालीको अर्को गहिरो कुसंस्कारगत अवसरवादी प्रवृत्ति हो। दरबारका उपल्लो तहका हस्ती र निर्णायक सल्लाहकार पदाधिकारीहरू २०४७ पछि नेपाली कांग्रेसका उच्च नेताको भाषण सुन्न श्रोता–दीर्घाको पहिलो पंक्तिमा देखिनु र २०६५ सालमा धर्म निरपेक्षतासँगै हिन्दु राजालाई विस्थापित गरेपछि इसाई धर्म अभियानकर्ताका कार्यक्रममा पहिलो पंक्तिमा देखिनु (सौरभ) दरबारिया हस्तीहरूका प्रतिनिधि पात्रहरू मात्र हुन्। यही प्रवृत्ति र पात्रहरूका कारणले राजा र दरबारलाई डुबाए झैं अहिलेको राजनीतिक अभ्यास र सम्भावना बोकेका नेताहरूलाई पनि यस्तै प्रवृत्तिका पात्रहरूले कदापि सफल हुन दिने छैनन्।

आम भन्ने गरिएजस्तो पहिलो युवा पुस्ताका काँधमा जिम्मा दिनुपर्‍यो अनि युवा पुस्ताले देशको विकास र निकास दिन्छन्। यहाँनेर के भुलियो भने बीपी र किसुनजीदेखि लिएर अहिले भएका र देखिएका सबैजसो नेतृत्वहरूले युवावस्थामै देशको बागडोर सम्हाल्न पाएका थिए र अहिले पनि कतिपय युवा पुस्ता नै छन् नेतृत्वमा, तर भयो के त ? यसैले यो पनि मिथ्या नै हो। पञ्चायती व्यवस्थालाई ३० वर्ष गालीगलौच र विरोध गरियो। अहिले पञ्चायती व्यवस्था गएको पनि ३० वर्ष भइसक्यो। स्वतन्त्रताका नाममा प्रजातन्त्र छाडातन्त्रमा परिवर्तन भएको छ । अराजकता, भ्रष्टाचार र अव्यवस्थामा व्यापक वृद्धि हुनुका साथै जिम्मेवार र जवाफदेही कसैलाई हुनुपरेको छैन भने दण्डहीनताको अवस्था पराकाष्ठामा पुगेको छ। आम जनता यी भाषा र शब्दाबलीहरू सुन्दै–भोग्दै अभ्यस्त र संवेदनहीन भइसकेका छन्, केही गर्दैनन् र कसैले गरिदेलान् भनेर कुरिबसेका छन् 'आशामरू' भएर। यसैले कोरोना महामारी र देशव्यापी बाढीपहिरोको महाप्रकोप घटिरहँदा पनि भागबन्डाको फोहोरी राजनीतिले यतिविघ्न प्राथमिकता पाइरहेको खेल हेर्न र सुन्न जनता लाचार र अम्बली भइसकेका छन्। कति हेपेका जनतालाई !

> ❝ सबै पार्टीका नयाँ पिढी र पुस्ताका नेताले झर्ला र खाउँला भन्ने मानसिकताबाट माथि उठेर केही गर्नपर्ने बेला आइसक्यो। राष्ट्रिय सोचसहित पाँचबर्से एजेन्डा यी–यी हुन्, यसरी प्राप्त गरिन्छ । ❞

उल्लिखित, बेलिविस्तार वर्णन फगत खुराफात र आलोचनाका लागि मात्र गरिएका हैनन्। उद्देश्य हो– सही निकास, उपाय र सम्भावनाको खोजी नेपाली जनताको नियतिमा परिवर्तन ल्याउन। माथिका उदाहरण र विद्यमान अस्वस्थ राजनीतिक अभ्यासबाट सिक्ने हो भने निकास, उपाय र सम्भावना सबै छ यहाँ। हो, नयाँ पिढी र पुस्ताका र ाजनीतिकर्मीले सोच्ने र आँट गर्ने बेला आयो अब। कुनै पनि राजनीतिक व्यवस्था आफैंमा खराब होइनन्। खराब त यसका सञ्चालक र अभ्यासकर्ता हुन् र भएका छन्। फोहोरको किरा फोहोरमै रमाए झैं नयाँ पिढी र पुस्ताका राजनीतिकर्मीहरू पनि अहिलेकै राजनीतिक फोहोरमा र माउने हो भने देश र जनताले दुःख पाउने त भएभए अनि यी नयाँ पिढी र नयाँ पुस्ताका नेताहरूको नियति पनि मोहनविक्रम सिंह, मोहनचन्द्र अधिकारी, मोहन वैद्यजस्तै हुनेमा ठोकुवा गर्न सकिन्छ, हराएर जानेको कुरै भएन। यो तथ्य नेकपा, नेपाली कांग्रेस र अरू पार्टीका सबै नेतामा पनि लागू हुन्छ। यति सचेतना उहाँहरूमा आउने हो भने एकपटक राष्ट्रिय हितका मुद्दामा सबै पार्टीका नयाँ पिढी र नयाँ पुस्ताका नेताहरूले एकमत भई विद्रोहभन्दा पनि नयाँ आन्दोलनको थालनी गर्नुपर्‍यो अब। आखिर सबैको एजेन्डा राष्ट्रिय हितका एजेन्डा नै हुन्।

यसैले केही वर्ष पार्टी एजेन्डालाई थाती राखी राष्ट्रिय एजेन्डा मात्र बोक्नुपर्‍यो र कम्तीमा पनि पाँच वर्ष राष्ट्रलाई कठोर ढंगबाट जोती विकासका लागि उर्वर भूमिमा परिणत गर्नुपर्‍यो देशलाई। यस्तो आँट गर्ने राजनीतिक समूहलाई राष्ट्रिय शक्तिका अंगहरूले पनि साथ दिने नै छन्। यो ठूलो अवसर पनि हुनेछ राजनीतिक उद्देश्य र आकांक्षा र ाख्ने (महत्वाकांक्षा होइन) राजनीतिकर्मीका लागि। यो अभ्यासको दौरान क्षमतावान् नेतृत्वहरू पनि निस्कने नै छन्। तर, थांक्रोविना उभिनै नसक्ने लहरे प्रवृत्तिका नेताहरूबाट यो हुनै सक्तैन र असम्भव छ। यस्ता नेता भनाउँदाहरूको औकातचाहिँ झोले कार्यकर्ताको हैसियतभन्दा माथि हुनै सक्तैन। तर इमानदार झोले कार्यकर्ता, राजनीतिक बुद्धिकर्मी र निष्पक्ष बुद्धिजीवीका लागि पनि सम्मानित स्थान भने हुनैपर्छ। कानुनी राज्य, असल शासनको अभ्यास र विकासको बाटोमा देशलाई लैजाने अभ्यासको दौरान अनेक सम्भाव्य नेतृत्वहरूको पहिचान पनि हुने नै छ। एकपटक देशले बाटो पक्रिएपछि पुनः उपयुक्त र आआफ्नो राजनीतिक व्यवस्था र अभ्यासमा देशलाई लैजानैपर्छ। देशलाई धेरै लामो समयसम्म कडीकडाउ राज्यव्यवस्थाले लाभ पनि गर्दैन।

अहिले देशको अस्तित्व संकटमा पर्लाजस्तो भएको छ। विदेशी चलखेल सतहमै देखिन थालेको छ। व्यक्तिगत लाभका लागि 'पपुलिस्ट राजनीति' को अभ्यासले छिमेकी राष्ट्रसँगको सम्बन्धमा चिसोपन बढेको छ। आम जनतामा देखिएको राजनीतिक पार्टीहरूप्रतिको वितृष्णा, जनतामा छाएको व्याप्त असन्तुष्टि र हतोत्साही मानसिकता राम्रा लक्षण होइनन् राजनीतिक सुरक्षाका लागि। ढिलो भने भइसकेको छैन र अवस्थाले उपयुक्त अवसर पनि दिएको छ अहिले। तर यो अवस्थालाई अब थप लम्बिन दिन हुँदैन। समान राष्ट्रिय सोच र चासो राख्ने तर असंगठित बुद्धिजीवी तथा समूहहरू धेरै छन् समाजमा देखिने र नदेखिने गरी। यी समूह पनि संगठित हुने बेला आयो यतिखेर अनि कसैले पहल गर्नैपर्‍यो यसमा। सबै पार्टीका नयाँ पिढी र नयाँ पुस्ताका नेताहरूले झर्ला र खाउँला भन्ने मानसिकताबाट माथि उठी केही गर्नुपर्ने बेला आइसक्यो। राष्ट्रिय सोचसहित पाँचबर्से एजेन्डा यी–यी हुन्, यसरी प्राप्त गरिन्छ र यति–यति त्याग सबैले गर्नुपर्छ भन्ने प्रस्ट खाकासहित अगाडि आउने हो भने आम समर्थन र सहयोगमा समस्या हुने छैन, आँट भने गर्नुपर्‍यो र नआउनेलाई छाड्नु पनि पर्‍यो। हैन भने अरू कसैले यही गर्न चाह्यो या गर्‍यो भने अन्यथा मान्नु पनि भएन।

मौसमी फलफूल : स्वास्थ्य र सौन्दर्यका लागि

अहिले आँप, खरबुजाको सिजन छ । केरा, स्याउ जस्ता फलफूल त बाह्रैमास पाइन्छ । हामीलाई थाहा भएकै कुरा हो, फलफूलको सेवन स्वास्थ्यका लागि लाभदायक हुन्छ । त्यसो त यी फलफूललाई अनुहार एवं छालाको सौन्दर्यका लागि समेत उपयोग गर्न सकिन्छ ।

जस्तो आँपको कुरा गरौं । आँपलाई त्यसै पनि फलहरूको राजा मानिन्छ । आँपमा भिटामिन ए को मात्रा अत्यधिक हुन्छ, जुन आँखा र छालाका लागि अति नै उपयोगी मानिन्छ । आँपले छालामा चमक ल्याउन समेत भूमिका खेल्छ ।

आँपलाई सौन्दर्य बढाउनका लागि पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसका लागि आँपको गुदीमा एक चम्चा मह, एक चम्चा दही तथा थोरै बेसार मिसाउनु पर्छ । उक्त मिश्रणलाई आफ्नो अनुहारमा हल्का हातले लगाउनु पर्छ । करिव १५ मिनेटपछि सफा पानीले अनुहार धुनुपर्छ, अनुहारमा ताजापन अनुभव हुन्छ ।

गर्मी मौसममा मात्र पाइने यो फलफूलमा पानीको मात्र अत्यधिक हुन्छ । जस्तो कि, खरबुजा । यसमा पानीको मात्र बढि हुने भएकाले यसले हाम्रो शरीरलाई शितलता प्रदान गर्छ । स्वास्थका लागि त यो लाभदायक भयो नै, सौन्दर्यका लागि समेत उपयोगी मानिन्छ । केही चम्चा खर बुजाको रातो भागमा थोरै मुल्तानी माटो मिसाएर अनुहार मसाज गरेर केही मिनेटपछि सफा पानीले धुनु पर्छ । यसो गर्दा हाम्रो अनुहार चम्किलो देखिन्छ ।

केरा सधैभरी पाइने फल हो । केरामा भिटामिन, खनिज पर्याप्त मात्रामा पाइन्छ । यो फाइबर र प्रोटिनको स्रोत पनि हो ।

केराले हाम्रो स्वास्थलाई राम्रो बनाउने त छँदैछ, यसले हाम्रो सुन्दरता बढाउनमा समेत सहयोग पुऱ्याइरहेको हुन्छ । केराले छालाको चमक बढाउँछ । पाकेको केरामा थोरै मह मिसाएर अनुहार तथा गर्दनमा केही मिनेटसम्म मजास गरेर सफा पानीले पखाल्नुपर्छ । यसले अनुहारको दाग, धब्बा हट्नुका साथै मुलायम पनि हुन्छ ।

पाचन यन्त्रका लागि निकै लाभदायक फल हो मेवा । मेवा प्राय सधैभरी पाइन्छ । अपचको समस्या वा पेटसँग सम्बन्धित कुनैपनि समस्या भएमा मेवा सेवन गर्नु लाभदायक हुन्छ । त्यसबाहेक अनुहारको चमक बढाउन समेत मेवालाई प्रयोग गर्न सकिन्छ । पाकेको मेवामा एक चम्चा मह तथा एक चम्चा मुलतानी माटो मिसाएर अनुहारमा लगाउनु पर्छ । करिव १५ मिनेटपछि अनुहार धुनु पर्छ ।

लसुनको फईदा

पुरूषले दिनदिनै बिहान खाली पेट लसूनको एक पोटी खाँदा विभिन्न रोगको उपचार मा सहायता पुग्छ ।

लसूनमा एलिसिन जस्ता पोषक तत्त्वहरू हुन्छन् । यिनले स्वास्थ्यसम्बन्धी धेरै समस्याहरूबाट बचाउँछन् ।

भारतको राजस्थान आयुर्वेदिक विश्वविद्यालयका सहायक प्राध्यापक डा अरूण दधीचका अनुसार पुरूषहरूका लागि लसून सेवनका सात फाइदा यी हुन् :

लसूनमा भएको सेलेनियमले निःसन्तान समस्यालाई हटाउँछ ।

यसमा भएको एन्टीब्याक्टेरियल तत्त्वका कारण सास गनाउने समस्या भाग्छ । अनि महिलाहरू पुरूषप्रति आकर्षित हुन्छन् ।

लसूनमा भएको प्रोटीनले शरीरको मांसपेशी दह्रो हुन्छ ।

यसमा भएको कार्बोहाइड्रेट्सले कमजोरी हटाउँछ र स्फुर्ति दिन्छ ।

यसमा भएको क्याल्सियमले हाड बलियो बनाउँछ ।

यसमा भएको एलिसिनले बोसो डढाउने प्रक्रियालाई तीव्र बनाउँछ । यसो हुँदा तौल नियन्त्रणमा रहन्छ ।

यसमा भएको फाइबरले कब्जियत लगायतका समस्याहरू दूर हुन्छन् ।

स्तनपानको विकल्प होइन गाईको दुध

जन्मपछि शिशुको लागि सम्पूर्ण आहार हो, आमाको दुध । आमाको दुधबाट नै उनीहरूले शरीरलाई चाहिने आवश्यक पोषक तत्व ग्रहण गर्छन् । तर, कतिपय अवस्थामा आमाले शिशुलाई स्तनपान गराउन सक्दैनन् वा चाहँदैनन् । यस्तो अवस्थामा उनीहरूले गाईको दुधलाई विकल्पको रूपमा लिने गर्छन् । जबकी आमाको दुधको विकल्प होइन गाइको दुध । महत्वपूर्ण कुरा त के भने, शिशुलाई गाईको दुधले फाइदा गर्दैन, बरू हानी गर्न सक्छ ।

गाईको दुध अमृतसमान मानिन्छ । दुध स्रोत भएकाले पनि गाईलाई गुणी जनवार मानिन्छ । तर, गाईको दुध नवजात शिशुको लागि भने हानिकारक हुन्छ ।

अझ एक बर्षभन्दा कम उमेरका बच्चालाई त गाईको दुध पिउन दिनै हुन्न । यद्यपि आमाको दुध नआएको अवस्थामा पनि गाईको दुध पिउन दिइन्छ । ठोस पदार्थ खाने उमेर नपुगेको बच्चालाई गाईको दुध सजिलो र छरितो आहार मान्ने गरिन्छ ।

तर, गाइको दुधले नवजात शिशुको श्वासप्रश्वास प्रक्रियामा रोग ल्याउँछ । साथै पाचन यन्त्रमा समेत रोगको जोखिम बढाउँछ । त्यसबाहेक अन्य समस्या पनि निम्त्याउँछ ।

हल्का र सुपाच्य खानेकुरा दिनुपर्छ

आफ्नो शिशुको राम्रो स्वस्थ्यका लागि हल्का र सुपाच्य खानेकुरा आवश्यक हुन्छ । एक बर्षभन्दा कम उमेरका बच्चाले दुधमा रहेको प्रोटिन पचाउन सक्दैनन् । त्यसले उनीहरूको पेटलाई बोझिलो बनाउँछ ।

एनीमियाको खतरा हुन्छ

बाल रोग विशेषज्ञका अनुसार गाईको दुध पिउने बच्चामा एनीमियाको खतरा हुन्छ । उनीहरूमा एलर्जी लगायत अन्य रोगको खतरा समेत हुन्छ ।

सप्लिमेन्ट्री भोजन

यदि चाहनुहुन्छ भने एक बर्षभन्दा बढी उमेरका शिशुलाई अनुपूरक अर्थात सप्लिमेन्ट्री भोजन दिन सकिन्छ । जबकी एक बर्षभन्दा कम उमेरको बच्चाको विशेष हाइड्रोलाइज्ड र एमिनो एसिड आधारित भोजन गराउन सकिन्छ, ताकि उनीहरूलाई एलर्जीलगायत समस्या नहोस् ।

जब बच्चा हुर्कदै जान्छ, उनीहरूलाई दुधका अतिरिक्त अन्य खानेकुरा पनि दिनुपर्ने हुन्छ । पूर्विय संस्कार अनुसार शिशु पाँच वा ६ महिनाको भएपछि पास्नी गरिन्छ । यही चरणदेखि शिशुलाई दुधका अतिरिक्त अन्य सुपाच्य खानेकुरा ख्वाउन थालिन्छ ।

खाली पेटमा खानुस् कालो अंगुर

अंगुर गजबको फलफूल हो । यो मीठो भएपनि यसमा चिनीको मात्रा पटक्कै हुँदैन । अंगुर मा सबै आवश्यक पोषक तत्त्व जस्तै पानी, सोडियम, पोटेसियम, साइट्रिक एसिड, म्याग्नेसियम र आइरन हुन्छन् । अनेकौं रोगबाट अंगुरले जोगाउँछ । यहाँ हामी त्यस्ता रोगको चर्चा गर्दैछौं जसलाई अंगुरले हटाउँछ ।

माइग्रेन

माइग्रेन लागेपछि टाउकोको आधी भागमा पीडा हुन थाल्छ । अंगुर खानुभएमा माइग्रेनको पीडा हराउँछ ।

रक्ताल्पता

शरीरमा रगतको कमी हुन नदिनका लागि दिनदिनै खाली पेट अंगुर खानुस् । फाइदा हुन्छ ।

हृदयघात

हृदयघात जस्तो गम्भीर रोगमा पनि अंगुर लाभदायक हुन्छ । यसले शरीरमा रगत जम्न दिँदैन जसका कारण मुटु ठीक अवस्थामा रहन्छ । तपाईं पनि मुटुरोगी हुनुहुन्छ भने कालो अंगुरको रस पिउनुस् ।

क्यान्सर

अंगुरमा भएको पोलीफेनोलिक फाइटोकेमिकलले शरीरलाई क्यान्सरबाट मात्र नभई कोरोनरी मुटुरोग, नसारोग, बिर्सने रोग र फंगल संक्रमणबाट लड्ने क्षमता प्रदान गर्छ ।

रक्तस्राव

शरीरको कुनै भागबाट धेरै रगत बग्यो भने अंगुरको जुस एक गिलास बनाएर दुई चम्चा मह मिसाएर पिउनुस् । रगतको क्षतिपूर्ति हुन्छ ।

फोकाफोकी

अनुहार वा जिउमा आएका फोकाफोकीलाई सुकाउनका लागि अंगुर सहायक हुन्छ ।

खराब जीवनशैलीले यौन जीवन प्रभावित

एकातिर दौडधुप, तनाव, धपेडी, अनेक आकंक्षा अर्कोतिर ऐश-आरम, सुविधा, मदिरापान, फास्टफुड सेवन । आधुनिकताको नाममा अपनाइएको यस्तै जीवनशैलीले अहिले धेरै कुरालाई अस्तव्यस्त बनाएको छ । त्यसमध्ये एक हो, दम्पतीबीचको यौन जीवन पनि । राती अबेरसम्म बस्ने प्रवृत्ति, मोबाइल जस्ता ग्याजेट्सको बढ्दो प्रयोगले पनि दम्पतीको रात्री जीवन विथोल्दैछ । आधुनिक सुख-सुविधा र उपकरणहरूको प्रयोग जति तिब्रताको साथ बढ्दैछ, त्यति नै मानिसमा एकोहोरोपन, तनाव, मोटोपन, उच्च रक्तचाप, माइग्रेन, मधुमेह र ह्दय रोग जस्ता मानसिक र शारीरिक रोगहरू पनि बढ्दै गएको छ ।

आधुनिक जीवनशैलीले मानिसको स्वास्थ्यमा असर पार्नुको साथै यसले प्रजनन क्षमतामा पनि नकारात्मक रूपमा प्रभावित पारेको हुन्छ । बेलायतमा भएको एक अध्ययन अनुसार ५० वर्ष अघि १ मिलिलिटर वीर्यमा शुक्राणुको संख्या ११ करोड ३० लाख थियो भने आज यो घटेर ४ करोड ७० लाख पुगेको छ । शुक्राणुको संख्या घट्नुका साथै यसमा पाईने गुणमा पनि कमी आएको छ । परिवर्तनशील जीवनशैलीको कारण मानिसमा प्रजनन क्षमतामा पनि कमी आएको छ । यदि पुरूषले धुमपान वा अन्य नशालु पदार्थको प्रयोगमा कम गरेको अवस्थामा वा मोबाइलको कम प्रयोग गरेमा शुक्राणुमा हुने समस्याबाट मुक्त हुन सकिने बताइन्छ । त्यसो त आधुनिकताको नाममा यौनप्रतिको दृष्टिकोण र बुझाई पनि फरक हुँदै गएको छ । त्यही कारण विवाहअघि नै यौन सम्बन्ध स्थापित गर्ने जस्ता प्रवृत्ति सामान्य बन्दै गएको छ । असुरक्षित यौन सम्बन्धले महिलामा यौन रोग जस्तै सिफलिस, गोनोरिया र पुरूषमा एचआईभी एड्स जस्ता गम्भीर रोग लाग्ने खतरा पनि बढ्दै गएको छ । यदि महिलालाई यस्ता कुनै पनि यौन लागेको खण्डमा पछि गर्भ टुहिने जस्ता समस्या उत्पन्न हुन सक्छ ।

धुमपान र मद्यपानको प्रयोगले पनि यौन जीवनमा प्रभाव पार्ने गरेको छ । धुमपान गर्ने पुरूषमा शुक्राणुको संख्या र त्यसको गतिशिलतामा पनि कमी आउँछ । धुमपान गर्ने महिलामा रजोनिवृत्ति हुने सम्भावना हुन्छ जसले इस्ट्रोजनको स्तर घट्छ र मासिक धर्मसँग सम्बन्धित समस्या उत्पन्न हुन्छ । व्यस्त जीवनशैलीले गर्दा मानिसमा शारीरिक व्यायाम गर्ने फुर्सद पाउँदैन । शारीरिक र मानसिक तनावबाट मुक्त हुनको लागि कम्तिमा पनि विहानको समयमा १ घण्टा शारीरिक व्यायाम गर्नु पर्छ । यसले मानिसको डिप्रेसन, पाचन प्रणाली, मधुमेह र उच्च रक्तचाप जस्ता समस्याबाट मुक्त हुन सकिन्छ । तर अहिलेको जीवनशैलीले अल्छीपना उत्पन्न गरेको छ । शारीरिक व्यायामको अभावले पनि यौन जीवनमा प्रभाव पारेको हुन्छ ।

विहान ओछ्यानबाट उठ्ने वित्तिकै चिया पिउनुपर्ने र कामधन्दाको लागि दौडिहाल्ने वानीले गर्दा पनि स्वास्थ्यमा प्रभावित पारेको हुन्छ । शरीर को लागि आवश्यक पौष्टिक तत्वको अभावले मधुमेह, क्यान्सर, मोटोपन जस्तो रोग निम्त्याउने गर्दछ । पौष्टिक तत्वको अभावले प्रतिरोधक क्षमता र शरीरको उर्जा पनि कमी देखाउँछ । स्वस्थ पौष्टिक आहार र राम्रो निन्द्राले मानिसमा रोगसँग लड्ने क्षमतामा वृद्धि गर्दछ ।

परिवर्तनशिल जीवनशैलीको कारण यौन जस्तो महत्वपूर्ण कुरा नराम्ररी प्रभावित हुँदैछ । दिनभरको दौडधुप र तनावले दम्पतीबीच यौन आकर्षण नै घट्दै गएको पाइन्छ ।

मामाघर नेपालमा ब्यवसयी संघको छैटौं वार्षिककोत्सब

◆ विकास संवाददाता

सडक बालबालिकाको उद्दार, परामर्श ,आवासीय सेवा तथा सुबिधा ,शिक्षा ,स्वास्थ र परिवारिक पुनर्स्थापना गर्दै आइरहेको मामाघर नेपाल मकवानपुरमा नेपाल फर्निचर तथा फर्निसिङ्ग ब्यवसायी संघ मकवानपुरले आफ्नो छैटौं वार्षिककोत्सब मनाएको छ ।

संघले आफ्नो वार्षिककोत्सवको अवसरमा संघका मकवानपुर जिल्ला समितिका निवर्तमान अध्यक्ष शम्भु ढकाल, लगायतको उपस्थितीमा मामाघरलाई सहयोग गरेका छन् । सहयोगमा मामाघर मा रहेका भान्जाहरूको लागि खाध्यान्न पापड ५ पोका,तोरिको तेल १ कार्टून ,४ पाकेट आटा, लुगाधुनी साबुन १ कार्टून ,साबुन १० वटा, २ पाकेट जिरा, धनिया २ पाकेट ,बेसार १ पाकेट ,१० किलोग्राम चिनी, चिउरा ५ किलोग्राम ,१ पाकेट सर्फ ,मुसुरो दाल ५ किलोग्राम ,मुङको दाल १ किलोग्राम सहयोग उपलब्ध गर ाएका छन् । त्यस्तै बिनित स्टील फर्निचर उद्योगको तर्फबाट ब्यक्तिगत रूपमा कृष्ण अर्यालले नगद ५ हजार रूपैया सहयोग गरेका छन् ।

गोकुल श्रेष्ठको सभापतित्व र सँघका केन्द्रिय अध्यक्ष राम प्रसाद न्यौपानेको प्रमुख आतिथ्यतामा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छा कार्यक्रममा गोपाल श्रेष्ठ, राजेन्द्र न्यौपाने ,सन्जिब पराजुली, देबेन्द्र प्रसाद न्यौपाने, शुभ जंग थापा, कृष्ण प्रसाद न्यौपाने ,राजन दाहाल, कृष्ण अर्याल, हरि कुमार शर्मा, भरत प्रसाद डङ्गोल, सुस्मा लटौला खरेलको उपस्थित रहेको थियो ।

सडक बालबालिकाको ब्यबस्थापनमा सक्रिय रहेको मामाघर नेपाल यस्तै दान, चन्दा ,उपहार र सहयोगमा संचालित परोपकारी सामाजिक संस्था हो मामाघर नेपाल मकवानपुरले उप्त साथ र सहयोगको लागी धन्यवाद व्यक्त गरेको छ ।

बागमती प्रदेश सरकारको महत्वपूर्ण उपलब्धी

◆ विकास संवाददाता

बागमती प्रदेश सरकरले दुईवर्ष निर्माण गरेको ३२ वटा पुलको उद्घाटन गरेको छ । ७ श्रावणमा भौतिक पूर्वाधार तथा विकास मन्त्रालयमा भएको एक कार्यक्रमबिच मुख्यमन्त्री पौडेलले पुलको सामुहिक उद्घाटन भएको बताएका हुन् । प्रदेश सरकारको काम नभएको र खारेज हुनुपर्ने चर्चा बेला मौकामा चलिरहँदा बागमती प्रदेश सरकारले भने छोटो अवधिमै त्यस्ता चर्चालाई खारेज गरिदिने गरी एकैदिन ३२ वटा पुल उद्घाटन गरेको हो ।

पुल उद्घाटन पछि बोल्दै बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री डोरमणी पौडेलले प्रदेश सरकारले आफ्नो कामलाई निरन्तर अघि बढाईराखेको बताए । उनले अब प्रदेशले गरको कामको नतिजाहरू देखिन थालेको समेत बताए । प्रदेश सर कारले के गर्न सक्यो र भन्नेहरूको लागि यति छोटो समयमा पनि यति धेरै योजना निर्माण गर्न सकिनेरैछ भनेर प्रदेशले देखाएको उनको भनाई रहेको छ । मिडियाले पनि प्रदेशको गतिविधिलाई स्वस्थ ढंगबाट संप्रेशण गर्नुपर्नेमा उनले जोड दिए । उनले हामी : हामी प्रदेशको धेरै विकास निर्माणको काममा लागेका छौ, तर मिडियाहरू भने एउटै परेवाभिर मा अल्झिनुभएको छ । उनले परेवाभिर बाट बाटो नबन्ने समेत बताए ।

कार्यक्रममा बोल्दै भौतिक योजना तथा विकास मन्त्री रामेश्वर फुँयालले प्रदेश सरकारले चालु आर्थिकवर्ष भित्र १०० वटा पुल निर्माण सम्पन्न

गरिसक्ने दाबी समेत गरे । उनले प्रदेश सरकारले विगत दुईवटा आर्थिक वर्ष भित्रमा ३२ वटा पुल सहित एक हजार तीनसय किलोमिटर सडक निर्माण सम्पन्न गरेको जानकारी दिए ।

प्रदेश सरकारले सबैभन्दा धेरै सिन्धुपाल्चोकमा ६ वटा पुल निर्माण सम्पन्न गरेको छ भने रसुवा बाहेक प्रदेशका सबै जिल्लामा पुलहरू निर्माण सम्पन्न भएकाछन् । आगामी एक महिनाभित्र अरू डेढदर्जजन पुल तयार हुने जनाइएको छ । प्रदेशको भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय अन्तर्गतको पूर्वाधार विकास कार्यलय सिन्धुपाल्चोकले देलखा र सिन्धुपाल्चोकमा गरी सबैभन्दा धेरै ९ वटा पुल निर्माण सम्पन्न गरेको छ ।

त्यस्तै पूर्वाधार विकास कार्यलय, ललितपुर र पूर्वाधार विकास कार्यालय, काभ्रेले छ/छ वटा, पूर्वाधार विकास कार्यालय, चितवनले ५ वटा, पूर्वाधार विकास कार्यालय, नुवाकोटले चारवटा र पुर्वाधार विकास कार्यालय, रामेछापले दुईवटा पुल निर्माण सम्पन्न गरेकाछन् । मन्त्री फुयालले प्रदेशका कुनैपनि क्षेत्रलाई विकट क्षेत्रको रूपमा नछोडिने बताए ।

मन्त्री फुयालले प्रचुर सम्भावनाले घेरिएर रहेको तर सडक सञ्जालका हिसाबले मात्र पछाडि परेको विभिन्न क्षेत्रलाई प्रदेशको सुविधासम्पन्न, पर्यटकीय तथा आकर्षक स्थलको रूपमा विकास गर्न प्रदेश सरकारका अन्य मन्त्रालय तथा मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेल एवं संघीय सरकारसंग समेत छलफल गरेर अगाडि बढ्ने बताए । जनताले प्राप्त गर्ने सेवा सुविधाका हिसाबले गाउँ र शहर बीच भिन्नता हुनु नहुने उनले उल्लेख गरे । ँप्रदेशको सबैभन्दा विकट धादिङको रूवीभ्याली, काभ्रेको महाभार त, मकवानपुरको राक्सिराङ र कैलाश गाउँपालिका हो, तर अब ती स्थानहरूलाई सुगम बनाउन प्रदेश सरकार लागि पर्छ□ मन्त्री फुयालले भने ।

राक्सिराङ्का सबै वडामा स्वयम्सेवक

◆ विकास संवाददाता

सम्भावित प्राकृतिक विपदको घटनामा तत्काल उद्दार र आवश्यक सहयोगको लागि खटिनको लागि मकवानपुरको राक्सिराङ गाउँपालिकाले ९ वटै वडामा स्वयम्सेवक परिचालन गरेको छ । प्रत्येक वडामा ५ जनाका दर ले ४५ जना स्वयम्सेवकलाई सोमबार एकदिने प्रशिक्षण दिई वडामा पठाएको हो ।

गाउँपालिका कार्यालयमा आयोजित प्रशिक्षण कार्यक्रमपछि उनीहरूलाई आवश्यक सुरक्षा सामाग्री हस्तान्तरण गरी वडामा पठाइएको गाउँपालिका अध्यक्ष राजकुमार मल्लले जानकारी दिए । टोलमा रहेका सक्रिय युवाहरूमध्येबाट वडा कार्यालयको सिफारिसको आधारमा गाउँपालिकाले स्वयम्सेवकको रूपमा खटाएको हो ।

स्वयम्सेवक युवालाई टिर्सट, टर्च लाइट, हाते आरो, स्टेचर, डोरी, बेल्चा, सुरक्षित कपडा, हेलमेटलगायतका सामाग्री गाउँपालिकाले प्रदान गरेको छ । उनीहरू गाउँमा हुनसक्ने प्राकृतिक प्रकोपको घटनामा उद्दार र आवश्यक सहयोगको लागि साउन र भदौ महिनाभर उच्च सतर्कताका साथ रहनेछन् ।

गाउँपालिकाका निमित्त प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत राजेन्द्र भट्टराईको अध्यक्षतामा भएको स्वयम्सेवक प्रशिक्षण तथा सामाग्री हस्तान्तरण कार्यक्रममा गाउँपालिका अध्यक्ष राजकुमार मल्लको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो । कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मकवानपुरका सभापति सूर्यचन्द्र न्यौपानेले स्वयम्सेवकहरूलाई प्रशिक्षण दिएका थिए ।

वनको भवन निर्माण सुरु

◆ विकास संवाददाता

मनहरी–स्थापनाको २७ बर्षपछि मनहरी गाउँपालिका ९ स्थित ज्यामिरे कालिका सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहले पक्की भवन निर्माण थालेको छ ।

ज्यामिरेमा निर्माण हुन लागेको भवन अढाई तलाको रहेको छ । पहिलो बर्ष पहिलो तल्ला ढलान हुने गरी निर्माण थालिएको वन समूहका अध्यक्ष दीपक पुलामीले जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार शुक्रबार मनहरी गाउँपालिका अध्यक्ष एकराज उप्रेतीले भवनको शिलान्यास गरिएको छ । भवनमा पहिलो बर्ष पहिलो तला ढलान भई एउटा कार्यकक्ष, सभा हल, स्टोर कक्ष रहने गरी व्यवस्थापन गरिने योजना रहेको बताइएको छ । अहिले वन विकास कोषको रकम सापटी स्वरूप ल्याएर भवन बनाउन थालिएको हो । उपभोक्तालाई काठ बिक्री गरेर संकलन हुने रकमले सापटी फिर्ता दिने गरी निर्माणमा लगाइएको अध्यक्ष पुलामीले जानकारी दिनुभयो ।

७ नम्बर वडा कार्यालयमा अटोमेटीक हात धुने स्टेशन

◆ विकास संवाददाता

हेटौँडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर ७ नागस्वतीमा रहेको वडा कार्यालयमा हात धुने स्टेशनको स्थापना गरिएको छ ।नेपाल रेडक्रस सोसाईटी मकवानपुर शाखाको सहयोग एवं हेटौडा ७ नागस्वती उपशाखाको व्यवस्थापनमा अटोमेटीक हात धुने स्टेशनको स्थापना गरिएको हो ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मकवानपुर शाखा मन्त्रि खेमराज सापकोटा तथा हेटौँडा ७ का वडाध्यक्ष राजन थापाले बिहिबार संयुक्त रूपमा हात धुने स्टेशनको उदघाटन गरेका छन।लकडाउन अन्त्य भएपनी कोरोनाको जोखिम अझै कायम रहेकोले वडा कार्यालयमा सेवालिन आउने सेवाग्राहीलाई मध्यनजर गर्दै अटोमेटीक हात धुने स्टेशन स्थापना गरिएको नेपाल रेडक्रास सोसाइटी हेटौडा ७ नागस्वती उपशाखा सभापती ध्रबप्रसाद चौलागाईले बताए।कार्यात्रमा जिल्ला रेडक्रस कार्यालयका लक्ष्मण भट्टराई रेडक्रस ७ नम्बर उपशाखा सचिव नवराज खतीवडा सहित स्थानियहरूको उपस्थिती रहेको थियो ।

अब हाम्रै थाहानगरको ओखरबजारमै
छपाईको शुभारम्भ
फ्लेक्स प्रिन्ट
काठमाण्डौं, हेटौंडा धाउनै पर्दैन...
अत्याधुनिक नयाँ मेसीनद्वारा १ घण्टा भित्र बोर्ड,व्यानर तयार
AARAV creation
DESIGN FLEX PRINT PHOTOGRAPHY
Thaha-1, Okharbazar, 9855068340/9802068340
हाम्रा अन्य सेवाहरू
फ्लेक्स प्रिन्ट (व्यानर/साइनबोर्ड)
होडिङ बोर्ड/स्टिकर प्रिन्ट/
फ्लेक्स फोटो/मायाको चिनो तयारी
प्रमाण-पत्र/कदर-पत्र/प्रशंसा पत्र तयारी
कार्यक्रमको व्याच तयारी
विभिन्न डिजाइनका फ्रेमिङ
फोटो स्टुडियो/पि.भि.सी. कार्ड
9855068340/9802068340

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

OGb|;/f]j/sf] Sjf/]G6fOgdf /x]sf & hgfsf} lkl;cf/ cfof]

◆ विकास सम्वाददाता

इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाको क्वारेन्टाइनमा बसेका ७ जनाकै कोरोना भाइसरको पिसिआर रिपोर्ट नेगेटिभ आएको छ ।

इन्द्रसरोवरमा विदेशबाट आएर क्वारेन्टाइनमा बसेका नागरिकहरू ७ जनाकै रिपोर्ट नेगेटिभ आएको इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाका अहेब बुद्धिराम थिङले जानकारी दिनुभयो । विभिन्न देशबाट आएका इन्द्रसरोवर गाउँपालिका वडा नं. ३ सिस्नेरीको ४ जना, वडा नं. १ मार्खुको २ जना र वडा नं. ४ फाखेलको १ जना गरी ७ जनाकैको पिसिआर रिपोर्ट नेगेटिभ आएको हो ।

विदेशबाट आएका नागरिकहरूलाई इन्द्रसरोवर गाउँपालिका वडा नं २ कुलेखानीको सिमखोलामा रहेको क्वारेन्टाइनमा राखिएको थियो। उनीहरूको हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर १० स्थित किटजन्य रोग तथा अनुसन्धान तालिम केन्द्रको प्रयोगशालामा गरिएको परिक्षणमा बुधबार हिजो नै कोरोना नेगेटिभ देखिएको हो । उनीहरूलाई १५ दिन क्वारेन्टाइनमा राखेर आज बिदाई गरी घर पठाइएको छ ।

बाइरोडमा कुनै अवरोध छैन

◆ विकास सम्वाददाता

निरन्तरको वर्षाले आएको बाढीका कारण संघीय राजधानी भित्रने सबै सडकहरू अवरूद्ध भैरहेको बेला त्रिभुवन राजपथ (बाइरोड)मा भो कुनै अवरोध नभएको प्रहरीले जनाएको छ ।

इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङले दिएको जानकारी अनुसार–'त्रिभुवन राजपथको नौबिसे हेटौंडा सडक खण्डको कहिँकतै अवरो छैन ।'

सडक अवरोध भए तत्काल जानकारी गराउन समेत पालुङ प्रहरीले अनुरोध गरेका छ । पृथ्वरिाजमार्गको मौवाखोला पुलमा सडक अवरूद्ध भएपछि उक्त सडक भएर संचालन हुने सवारीहरू पनि त्रिभुवनराजपथ भएर संचालन भैरहेका छन् ।

कुलेखानीमा पानीको सतह १ हजार ५ सय मिटर नाघ्यो

◆ विकास सम्वाददाता

मुलुककै पावर ब्याकअपको रूपमा रहेको इन्द्रसरोवर अर्थात कुलेखानी जलविद्युत आयोजनाको जलासयमा पानीको सतह बढ्दै गएको छ ।लगातार परेको पानीका कारण जलासयमा पानीको सहत ४ साउनको तुलनामा ६ साउनमा साँढे ३ मिटर पानी बढेको छ। ६ साउन साँझ ८ बजेसम्म पानीको सतह १ हजार ५ सय १४ मिटर ५३ सेन्टी मिटर पुगेको कुलेखानी जलविद्युत आयोजना शिविर शाखा मार्खु ड्यामसाइडका कर्मचारी दामोदर लामिछानेले जानकारी दिए ।

वि.सं.२०७२ सालको भूकम्पका कारण क्षति पुगेपछि प्राधिकरणले १ हजार ५ सय २५ मिटर भन्दा बढी ड्याममा पानी जम्मा नगर्ने नीति लिएको छ।

चित्लाङ–थानकोट............

सडक विस्तारका लागि आफूले महत्वपूर्ण योगदान दिएको बताउँदै निर्माण पूरा गर्नको लागि आफ्नो तर्फबाट सहयोग हुने उनको भनाइ थियो । ठकुरीले निर्माण व्यवशायीलाई काम गर्ने वातावरणको सृजना गर्नुपर्ने बताए । उनले आफू सांसद हुँदा निर्माण प्रारम्भ भएकोले निर्माण सम्पन्न गर्न पनि आफ्नो महत्वपूर्ण भूमिका हुने जिकिर गरे ।

पूर्वाधार विकास मन्त्रीको ११ बुँदे निर्देशन

बागमती प्रदेशका भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्री रामेश्वर फुयाँलले चित्लाङ–थानकोट सडक निर्माणका लागि ११ बुँदे निर्देशनसहित कार्ययोजना सार्वजनिक गरेका छन् । मन्त्री फुयाँलले सडकलाई पूर्णता दिन के के आवश्यक पर्छ कार्य योजनासहित मन्त्रालयमा पेश गर्न भनेका छन् । यसका लागि ७ सदस्यीय कमिटि निर्माण गरेका छन् । कमिटिमा रामशरण नेपाल, दिपक गोपाली, विजय वस्नेत, सुनिलकुमार गुरूङलगायत छन् । सडक निर्माण सम्पन्न गर्नको लागि गठित समितिले सातदिनभित्र कार्यतालिका तयार गरी काम थाल्न मन्त्री फुयाँलले आग्रह गरेका छन् । उनले यसका लागि आवश्यक सबै सहयोग मन्त्रालयले गर्ने उनको प्रतिवद्धता छ । मन्त्री फुयाँलले १५ दिनभित्र संघीय भौतिक पूर्वाधार मन्त्रालयसंग एकीकृत बैठक बस्ने 'सेड्युल' अन्तरक्रियामा सुनाए ।

उनले सडकको पूर्वाधार निर्माण सक्ने कुरामा शंकै नगर्न आग्रह गरे । निर्माण कार्यबाट भाग्न, उम्किन कसैलाई छुट नभएको उनको धारणा थियो । प्रचीन सडकलाई निर्माण सक्ने सवालमा सबै एक हुनुपर्ने उनको धारणा थियो । योजना सक्नका लागि सडक आयोजनालाई क्रमागत रूपमा बजेटको व्यवस्था गर्न आफू अग्रसर हुने उनको प्रतिवद्धता थियो । केही महिनाको लागि नभई दीगो रूपमा संचालन हुने व्यवस्था मिलाउने बताउँदै उनले भाद्र मसान्तभित्रमा सडकमा राम्रोसंग यातायात संचालन भैसक्ने आश्वासन बाँडे ।

अहिलेको कामको समिक्षासंगै सफलतकाो मुस्कानसहित पौष २९ गते सडक निर्माणको समिक्षा हुने उनको कार्य तालिका छ । उनले यहि समितिलाई आधार बनाएर १५ देखि १७ सदस्यीय सरोकार समिति गठन गर्न पनि आग्रह गरे । उनले दोहोऱ्याउँदै भने–'पौष मसान्तमा असंभव केही नभएको प्रमाणसहित सडकमा गाडी गुडेको हेर्दै समिक्षा गर्दा सबैको मुखमा मुस्कान पाउने पक्का छन ।'

ठेकेदारको टक्कर, ढुङ्गामै रहर

गणेशमान सिंह मार्ग (थानकोट–चित्लाङ) सडक योजनाका निर्माण व्यवशायी (ठेकेदार) बाटो निर्माणका क्रममा निश्केको ढुङ्गा व्यवस्थापन नभएकै कारण निर्माणमा बाधा परेको निर्माण कम्पनी पिएस किराँतेश्वर जेभीका सनकसिं राईले बताए ।

सडक निर्माणका क्रममा निश्केको ढुङ्गा निकासीका लागि वन कार्यालय मार्फत ठेक्का भैसकेको भएपनि निकासीमा स्थानीयले अवरोध पुऱ्याएको कारण समस्या भएको राईको भनाइ छ । उनले ढुङ्गा राख्ने ठाउँको अभाव पनि भएको र निकासीमा पनि चन्द्रागिरी नगर पालिकाले अवरोध गरेको गुनासो गरे । अन्तरक्रियामा उनले आफूले चाहेर पनि सडक निर्माण सम्पन्न गर्न नसकेको बताए ।

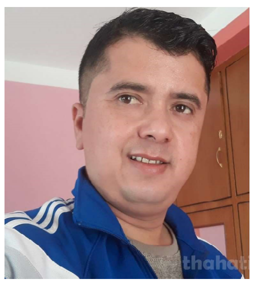
सडक निर्माणका क्रममा उत्खनन् भएको ढुङ्गा तुरून्तै निकासी गर्ने मनसाय व्यक्त गर्दै भन्छन्–'जब ढुङ्गा निकासा गर्न पाउन्न तबसम्म सडक निर्माण अघि बढ्दै बढ्दैन ।' उनले थपे–'कि ठाउँ देऊ कि निकासी गर्न देउ ।'

पिरमर्का बुझ्ने थाहानगरका 'ईश्वर'ले नाम अनुसारकै काम गरे

◆ विकास सम्वाददाता

कसैलाई केही दुःख परिहाले ईश्वर गुहार्छन् । हिन्दु परम्परा र संस्कृति अनुसार कसैले आफूलाई हेपेभने 'इश्वर ले जानून् ।' भनेर पुकार्ने पुरानै चलन हो । 'पाप पुण्य देख्ने ईश्वर छन्'–गाउँघरमा पाका पुस्ताहरू अझै भन्छन् । हिन्दु परम्पराअनुसार यि भनाइहरूको अर्थ योपनि हो कि, ईश्वर नै देउता हुन्, सर्वश्रेष्ठ हुन ।

पुराना मान्यता अनुसार ईश्वरमा विश्वास गरिन्छ अनि पिरमर्का पनि उनै इश्वरले बुझ्छन् भन्ने विश्वास त छँदैछ । यस्तै पीरमर्का थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ४ का ईश्वर कार्कीले पनि मनैदेखि बुझे । परेको पिरलाई मत्थर पारिदिने उपाय रचे, आफैले कार्यान्वयन गरे । कोरोना भाइरस रोकथाम तथा नियन्त्रणका क्रममा सरकारले गरेको लकडाउनबाट सबै होटलहरू बन्द भएपछि होटल संचालन भएको आफ्नो घरको सबै भाडा छुट दिए । सम्झौता अनुसार घरभाडा तिर्न नसकेर फिटिफिटि हुने यो समयमा थाहानगरका मर्का बुझेका ईश्वरको कामलाई सबैले प्रशंसा गरेका छन् । स्थानीयहरू भन्छन्–'ईश्वरकै रूपमा भटिए ।' ईश्वरले न्यू शंकर होटल संचालन भएको थाहा–४ शिखरकोटमा रहेको घरको भाडा लकडाउन अवधिको शतप्रतिशत छुट दिएका हुन् ।



सरकारले लकडाउन घोषणा शुरू गरेको २०७६ चैत ११ गतेदेखि २०७७ साउन १४ गतेसम्मको भाडा नलिने ईश्वरले बताए । शिखरकोटमा रहेको न्यू शंकर होटल निकै चल्तीको होटल हो । तर, लकडाउनपछि होटल बन्द भयो, भाडा तिर्नसक्दैनौ भन्ने चिन्ता थियो निःशुल्क पाउँदा खुशी लागेको होटल संचालक शनिश गोपालीले खुशी व्यक्त गरे । चारतले घरमा पुरै भाडामा होटल संचालनमा छ । चार महिनाको भाडा छुट पाउँदा सबैभन्दा ठूलो राहत मिलेको अर्का संचालक सन्तोष कार्कीले खुशीको अनुभूति सुनाए ।

घरधनी ईश्वर कार्कीले लकडाउन अवधिको पूरै घरभाडा छुट दिएको खबरप्रति थाहा ३ का सुदर्शन कार्कीले भने–'नाम पनि ईश्वर, काम पनि ईशवरीया' उनले भाडामा होटल संचालन गर्ने संचालकलाई दिएको छुटप्रति अधिकांश स्थानीयहरूले खुशी व्यक्त गरेका छन् ।

Ps hgfnf0{ sf]/f]gf ;+qmd0f k'li6

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुरको मनहरी(७ बिजौनामा रहेको राष्ट्रिय आधारभूत विद्यालयको क्वारेन्टाइनमा रहेका १ जनामा कोरोना पुष्टि भएको छ । मनहरी गाउँपालिकाका वडा नम्बर ६ सुनुचुरीका ५० बर्षका पुरूषमा कोरोना पुष्टि भएको हो ।

क्वारेन्टाइनमा रहेका १५ जनाको मंगलबार स्वाब संकलन गरि हेटौंडास्थित प्रयोगशालामा पठाइएकोमा १ जनामा कोरोना पुष्टि भएको हेटौंडा आइसोलेसन वार्ड इन्चार्ज भोलाप्रसाद चौलागाईंले बताएका छन् । संक्रमित पुरूष साउदी अरबबाट नेपाल आइ पुगेका थिए । उनीहरूलाई कर्रा आईसोलेसन वार्डमा ल्याउने तयारी भइरहेको चौलागाईंले बताएका छन्।मकवानपुरमा अहिलेसम्म मनहरीका १२ जनालाई संक्रमण भएको र १० जना निको भएर डिस्चार्ज भईसकेका छन् ।

दिव्य सेवा 'आश्रममा पाथीभरा गोल्डको बृक्षारोपण

◆ विकास संवाददाता

लायन्स क्लव अफ हेटौंडा पाथीभरा गोल्डले हेटौंडा १५ स्थित दिव्य सेवा निकेतन आश्रममा फलफुलको विरूवा बृक्षारोपण गरेको छ । क्लबले मेवा, एभोकाडो, कागती, अनार, अम्बा, कुरिलो लगायत ५६ वटा विरूवा रोपेको हो । हेटौंडा उपमहानगरपालिकाकी उपमेयर मीना लामाको प्रमुख आतिथ्य तथा लायन्स क्लव अफ हेटौंडा पाथीभरा गोल्डकी अध्यक्ष रश्मी बस्नेतको अध्यक्षतामा कार्यक्रम भएको थियो ।

कार्यक्रममा लायन्स क्लवका एरिया को-चिफ मनु लामा, रिजन चेयर पर्सन बिष्णुहरी पण्डित, लायन्स क्लब अफ मकवानपुर बसामाडीका अध्यक्ष श्याम तिब्रेवाल, दिव्य सेवा निकेतन आश्रमका केन्द्रीय अध्यक्ष टीएन निरौला लगाएतको आतिथ्य रहेको थियो । क्लबकी पुर्व अध्यक्ष माधवी बोसले आफ्नी आमाको स्मृतीमा आश्रयस्थलमा रहेकालाई विहानको खाजा खुवाउनुभएको कार्यक्रम संयोजक सविना थापाले बताईन् ।

नेपाल पत्रकार महासंघको राष्ट्रिय भेला भदौमा हेटौंडामा हुने

◆ विकास संवाददाता

नेपाल पत्रकार महासंघ २६औं महाधिवेशनतर्फ उन्मुख भएको छ । आगामी भदौ २ र ३ गते हेटौडामा राष्ट्रिय भेलाको आयोजना गरी २६औं महाधिवेशनको मिति तय गरिने महासचिव रमेश विष्टद्वारा जारी विज्ञप्तिमा उल्लेख छ ।

अध्यक्ष गोविन्द आचार्यको अध्यक्षतामा आज बसेको केन्द्रीय समितिको १०औं पूर्ण बैठकका निर्णयहरू सार्वजनिक गर्दै महासचिव विष्टले २०७७ बैशाखमा तय भएको राष्ट्रिय भेला कोरोना महामारीका कारण स्थगित भएको र त्यसले महासंघको सांगठानिक गतिविधि पनि प्रभावित भएको उल्लेख गर्नुभएको छ । महासचिव विष्टले २६औं महाधिवेशनको मिति तय गर्नसमेत कठिनाई उत्पन्न हुँदा राष्ट्रिय भेलाको मिति तय गरिएको जनाइएको छ ।

प्रेस विज्ञप्तिको पूर्णपाठ

नेपाल पत्रकार महासंघका अध्यक्ष गोविन्द आचार्यको अध्यक्षतामा २०७७ साउन ८ गते बसेको महासंघ केन्द्रीय समितिको दसौं पूर्ण बैठकले महासंघको सांगठनिक विषय, श्रमजीवी पत्रकारको हकहितका पक्षमा भइरहेको आन्दोलनको समीक्षा, कोरोनाका कारण सञ्चार क्षेत्रमा परेको असर लगायतका विविध विषयमा छलफल गरी देहायबमोजिमको निर्णय गरेको छ ।

१० कोरोना महामारीका कारण २०७७ वैशाखका लागि तय भएको महासंघको राष्ट्रिय भेला स्थगित भएको सन्दर्भमा महासंघको सांगठनिक गतिविधि प्रभावित भई २६औं महाधिवेशनको मिति तय गर्न समेत कठिनाई उत्पन्न भएकाले ती गतिविधिहरूका बारेमा निर्णय लिन आगामी भदौ २-३ गते बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडामा राष्ट्रिय भेला आयोजना गर्ने निर्णय गरियो । २० लकडाउनका कारण २०७६ चैतभित्र सम्पन्न हुन नसकेको महासंघको नयाँ सदस्यता सिफारिश र सदस्यता नवीकरणको म्याद २०७७ साउन मसान्तसम्म थप्ने निर्णय भयो ।

३० कोरोना महामारीको कारण देखाउँदै सञ्चारगृहहरूले श्रमजीवी पत्रकारहरूलाई दबावपूर्ण बेतलबी बिदामा राख्ने, निष्काशन गर्ने, पारिश्रमिक कटौती गर्ने र काम गर्ने वातावरण बिथोल्ने गरेको सन्दर्भमा महासंघले श्रमजीवी पत्रकारको हकहितका लागि गरिरहेको आन्दोलनलाई अझ सशक्त बनाई परिणाममुखी बनाउने निर्णय भयो । यस्तै निरन्तर पाँच वर्ष एउटै सञ्चारमाध्यममा कार्यरत स्ट्रिन्जरलाई न्यूनतम पारिश्रमिक उपलब्ध गराउन सञ्चारगृहहरूलाई पत्राचार गर्ने र तहगत वर्गीकरण गरी पारिश्रमिक तोक्ने भनी दुई वर्षअघि भएको निर्णय कार्यान्वयनका लागि न्यूनतम पारिश्रमिक निर्धारण समितिको ध्यानाकर्षण गर्ने निर्णय पनि भएको छ ।

४० कोरोनाका कारण सञ्चार क्षेत्रमा परेको असरका सम्बन्धमा अध्ययन गरी दस्तावेज तयार पार्ने र त्यसका लागि महासंघको मिसन सबै प्रदेशहरूमा परिचालित हुने निर्णय गरिएको छ ।

५० महासंघले स्थापना गरेको १ करोड रूपैयाँ बराबरको आपतकालीन कोषमा महासंघ केन्द्रका तर्फबाट रू. ३० लाख र महासंघ बेलायत शाखाबाट रू. २० लाख जम्मा भइसकेकाले यस कोषमा स्वैच्छिक योगदान गर्न चाहने महासंघका शाखाहरू र सरोकारवालाहरूलाई साउन मसान्तभित्र सो कोषमा रकम जम्मा गर्न आव्हान गर्ने निर्णय गरियो ।

अत्यन्त जरूरी सूचना !

कोरोना भाइरस (कोभिड(१९) को रोकथाम तथा नियन्त्रण नियन्त्रणका क्रममा भएको लडकडाउनका बेला अत्यावश्यकीय सेवा बाहेकका चिया पसल, ब्युटीपार्लर, सुनचाँदी पसललगायतको व्यवशायिक पसलहरु समेत संचालन भैरहेको आम नागरिकहरुको जनगुनासो आएको र सो कार्य लकडाउन कार्यान्वयनको नियम विपरित भएको हुँदा अत्यावश्यकीय सेवाका व्यवशाय बाहेकका सबै पसलहरु सुचारु नगर्नु नगराउनु हुन सूचीत गरिन्छ यदि संचालन भएको पाइएमा कानुन बमोजिम हुने जानकारी गराइन्छ । साथै, अत्यावश्यकीय सेवा तथा सामाग्रीका लागि घर बाहिर निस्कदा अनिवार्य रुपमा सुरक्षात्मक विधि अपनाई भौतिक दुरी कायम राखेर मात्र सेवा लिनूहुन थाहा नगरपालिका हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय, इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

नियमति औषधि सेवन गरिरहेकाहरुका लागि थाहा नगरपालिकाको सूचना !

कोरोना भाइरस रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि भैरहेको लकडाउनलाई मध्येनजर गरी यस थाहा नगरपालिका क्षेत्रमा रहेका बृद्धबृद्धा, दीर्घ रोगीहरुले नियमिति सेवन गर्नुपर्ने, प्रत्येक्ष विरामी आफै उपस्थित हुन नपर्ने र नगरपालिका क्षेत्रमा उपलब्ध नहुने औषधिकाहरु ल्याउनको लागि थाहा नगरपालिकाले समन्वय गरिदिने भएको हुँदा तपाईले आफ्नो वडा कार्यालयमा गई औषधिका लागि लाग्ने रकम र औषधिको विवरण टिपाइदिनूहुन यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । औषधि सकिन ४ दिन अघि नै रकम र औषधिको विवरण टिपाउनु भएमा वडा कार्यालयमै उक्त औषधिहरु नगरपालिकाले उपलब्ध गराउने जानकारी गराइन्छ ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय, इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

सर्बसाधारणका लागि जनचेतनामुलक संदेश

नोवेल कोरोनाभाइरसका मुख्य लक्षणहरू

- ज्वरो (१००.४°F भन्दा माथि)
- श्वास प्रश्वासमा अत्याधिक समस्या
- रुघा र खोकी

"कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरूबाट आउने मानिसहरूमा दुई हप्ता भित्र रुघाखोकी लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउको दुखेमा, श्वासप्रश्वासमा आत्याधिक समस्या भएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने ।"

नोवेल कोरोनाभाइरसबाट कसरी आफू र अरूलाई बचाउने?

- नियमित रूपमा साबुन-पानीले हात धुने
- खोक्दा र हाछ्युं गर्दा नाक र मुख छोप्ने
- यदि फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने
- फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने
- जंगली तथा घरेलु पशुपन्छी हरूसँग असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने
- पशुजन्य मासु/अन्डा राम्रोसंग पाकेको मात्र खाने

नोवेल कोरोना भाइरस भनेको के हो ?
यो नयाँ प्रजातिको भाइरस हो जुन मानव जातिमा पहिले पहिचान भएको थिएन। यस भाइरसले मानिस र पशुहरूमा संक्रमण गर्दछ । यस भाइरसले सामान्य रुघा खोकी देखि गम्भीर प्रकारको तीव्र श्वासप्रश्वास Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) सम्म गराउन सक्दछ ।

के मानिसमा जनावरहरूबाट नोवेल कोरोना भाइरस संक्रमित हुन सक्दछ?
नोवेल कोरोना भाइरस जनावरबाट मानिसमा संक्रमित भएको कुनै बैज्ञानिक आधार हाल छैन।

के नोवेल कोरोना भाइरस र SARS एउटै हुन् ?
सन् २००३ मा देखिएको SARS र नोवेल कोरोना भाइरस एउटै प्रजातिका भाइरस हुन्। दुवै भाइरसले बिरामीलाई गम्भीर बनाउन सक्दछन्। सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा, नोवेल कोरोना भाइरस मानिसहरू बीच सजिलै सर्न सक्दछ भनेर अझै पुष्टी भएको छैन।

मानिस कसरी यो भाइरसबाट संक्रमित हुन सक्छ ?
मानिस कसरी यो भाइरसबाट संक्रमित भएका छन् भन्ने बारेमा आज सम्म बैज्ञानिक तवरले पुष्टी भएको छैन। हाल यस बिषयमा अनुसन्धान भइरहेको छ।

के यो एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्न सक्दछ ?
अहिले निश्चितताका साथ भन्न सकिने अवस्था छैन। एउटै परिवारका सदस्यहरू बिरामी भएको पाइएकोले, मानव-मानव बीचमा सिमित तवरले सर्ने सम्भावना रहेको अनुमान गरिएको छ। साथै, परिवारका सदस्यहरू एकै स्रोतबाट संक्रमण भएको हुन सक्ने सम्भावना पनि रहेको छ।

यस भाइरसको संक्रमणबाट कसरी बच्न सकिन्छ ?
सामान्यतः यस भाइरसको संक्रमण कसरी हुन्छ भन्ने बारेमा एकिन जानकारी छैन। तथापि रुघा, खोकी तथा श्वास प्रश्वासका बिरामीको नजिक नजाने तथा हातको सरसफाई नियमित गरेमा संक्रमणको सम्भावना कम रहन्छ।

के कोरोना भाइरसको लागि उपचार छ ?
नोवेल कोरोनाभाइरसले गर्दा हुने रोगको लागि कुनै खास उपचार छैन। यद्यपि यो भाइरसले निम्त्याएका धेरै लक्षणहरूको उपचार गर्न सकिन्छ, त्यसैले बिरामीको उपचार लक्षणको आधारमा गरिन्छ। साथै यस भाइरसको विरुद्ध हाललाई कुनै खोप उपलब्ध छैन।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय, स्वास्थ्य शाखा, इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

● दिगो विकास मल्टिमिडिया (प्रा.) लि.द्वारा प्रकाशित ● मुद्रण : श्रीया अफसेट प्रेस हेटौंडा ● कार्यालय : थाहा-४, मकवानपुर ● इमेलः bikaskhabar@gmail.com ● सम्पादक : कुमार नेगी