थाहानगरमा खुकुरी पार्क......... पृष्ठ ६ मा

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

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

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com
खबरपत्रिका साप्ताहिक

● मकवानपुर, वर्ष-१३, ● अंक-०४ ● २०७७ साउन २६ गते सोमबार, ● 10 August 2020, ● नेपाल सम्वत्-११४०, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

थहानगरका पशुसेवा शाखा प्रमुख मिश्र सेवा निवृत्त, जनप्रतिनीधिद्धारा प्रशंसा

विकास सम्वाददाता

थाहा नगर

थाहा नगरपालिकाका पशु सेवा शाखा प्रमुख राघवेन्द्र मिश्रको विदाई गरिएको छ । निजामति सेवा ऐन अनुसार ५८ वर्ष सेवा अवधि पुगेपछि पशु सेवा अधिकृत मिश्र सेवा निवृत्त भएका हुन् ।

उनलाई थाहा नगरपालिकामा एक कार्यक्रमको आयोजना गरी थाहा नगरपालिकामा पुऱ्याउनु भएको योगदानको उच्च सम्मानका साथ नगर प्रमुख लवशेर विष्ट तथा उपप्रमुख खड्ग गोपालीले कदर पत्र दिए ।

विदाई कार्यक्रममा नगर प्रमुख लवशेर विष्ट, उपप्रमुख खड्ग गोपाली, शिक्षा शाखा प्रमुख शोभाकर रेग्मीलगायतले अधिकृत मिश्रले थाहानगरमा पुऱ्याउनु भएको योगदानको प्रशंसा गरेका थिए । सो अवसरमा मिश्रले आफ्नो सेवाको क्रममा जनप्रतिनीधि, कर्मचारी तथा आम किसानहरूबाट उच्च सहयोग मिलेको सम्झँदै खुशी व्यक्त गरेका थिए ।

थाहाको आय-व्यय दिनदिनै सार्वजनिक

विकास सम्वाददाता

थाहा नगर

आय-व्ययको पारदर्शिताका सवालमा स्थानीय तह चुकेको आरोप लगाइन्छ । जसको उदाहरण महालेखा परीक्षकको वार्षिक प्रतिवेदनमा प्रशस्त भेटिन्छन् । यस आरोपलाई झुटो साबित गर्ने गरी काम गर्दै आएको स्थानीय तह हो, मकवानपुरको थाहा नगरपालिका । थाहाले कोभिड-१९ व्यवस्थापनका क्रममा भएको आम्दानी र खर्चको हिसाब दिनहुँ सार्वजनिक गर्ने गरेको छ ।

नगरपालिकाको वेबसाइट र स्थानीय सञ्चारमाध्यमबाट दिनहुं हिसाब सार्वजनिक गर्ने गरिएको नगरप्रमुख लवशेर विष्टले बताए । 'आर्थिक सुशासन र पारिदर्शिताका लागि हामीले यसो गरेका हौं । पहिले थाहा दर्शनका प्रणेता रूपचन्द्र विष्टले पनि भित्तामा टाँसेर हिसाब सार्वजनिक गर्नुहुन्थ्यो, हामी पनि उहाँकै बाटो हिँड्दै छौं,' नगरप्रमुख विष्टले भन्नुभयो ।

नगरपालिकाले सार्वजनिक गरेको पछिल्लो विवरणअनुसार नगरको विपद् व्यवस्थापन कोषमा हालसम्म ५८ लाख ९३ हजार ९१४ जम्मा भएकामा खर्च गरेर १३ लाख २२ हजार बाँकी रहेको छ । कोभिड-१९ व्यवस्थापनमा ४५ लाख ८१ हजार ८९२ खर्च भएको थाहा नगरपालिका कोरोना भाइरस रोकथाम तथा नियन्त्रण समन्वय समितिका सचिवालय प्रमुख विवेक बिडारीले जानकारी दिए ।

गत चैतको दोस्रो साता बसेको नगरपालिकाको बैठकले कोभिड-१९ व्यवस्थापनका लागि विपद् व्यवस्थापन कोषमा नगरका तर्फबाट ४० लाख जम्मा गरेको थियो भने बाग्मती प्रदेश सरकारले पठाएको १२ लाख पनि सोही कोषमा राखिएको थियो ।

नगरपालिकाले अहिलेसम्म कोभिड-१९ व्यवस्थापनअन्तर्गत स्वास्थ्य संस्था तथा क्वारेन्टिनका लागि आवश्यक औषधि, उपकरण, क्वारेन्टिनका लागि खाद्यान्न, भाँडावर्तन, सरसफाइ सामग्री, प्रचारप्रसार, स्वास्थ्य परीक्षण, यातायात र पैदलयात्रीको रसदपानी आदिमा खर्च गरेको छ ।

हिसाबसहित कोभिड-१९ व्यवस्थापनसम्बन्धी सम्पूर्ण विवरण दैनिक रूपमा सार्वजनिक गर्ने थाहा नगरपालिका मकवानपुरकै एक मात्र स्थानीय तह हो । थाहाले नगद आम्दानी र खर्चको मात्र हिसाब सार्वजनिक नगरी जिन्सी रूपमा प्राप्त आम्दानीसमेत बाँधेर सार्वजनिक गर्ने गरेको नगरपालिकाका सूचना अधिकारी सुरजकुमार भुजेलले जानकारी दिए ।

थाहा नगरपालिकाको कोभिड-१९ रोकथाम तथा नियन्त्रण सचिवालयले गत चैतको १३ गतेदेखि दैनिक रूपमा प्रतिवेदन सार्वजनिक गर्दै आइरहेको छ ।

एक पुरुषमा कोरोना पुष्टि

विकास सम्वाददाता

थाहा नगर

मकवनपुरको थाहानगर क्वारेन्टिनमा बसेका एकजना २४ वर्षिय पुरूषमा कोभिड-१९ पोजेटिभ देखिएको छ ।

१७ साउनमा स्वाब संकलन गरी हेटौंडामा रहेको किटजन्य रोग तथा तालिम केन्द्र प्रयोगशालामा पठाइएकोमा विरगञ्जका ति पुरूषमा कोरोना पुष्टि भएको क्वारेन्टिनका डाक्टर उदय रोकाले जानकारी दिए ।

विरगञ्ज घर भएका उनी थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ६ मा सटरिङ्ग एवं वेल्डिङ्को काम गर्दै आएका थिए । उनी ५ दिन अघि मात्र थाहा नगर आएका थिए ।

थाहानगरमा कोरोना विरुद्ध गाईजात्रा !

मकवानपुरको थाहा नगरपालिका बज्रवाराहीमा प्रदर्शन गरिएको गाइजात्रामा यस वर्ष नयाँ अभ्यास गरियो ।

जात्रामा इबोला, कोरोना साबुन पानी र स्यानीटाइजरको पात्र बनाएर प्रदर्शन गरिएको थियो । अघिल्ला वर्षहरुमा भने यसरी गाईजात्रा प्रदर्शन गर्दा पात्रहरुमा राजनीतिक व्यङग्य सहितका हुन्थे ।

व्यक्तिगत घटना दर्ता सम्बन्धी जरूरी 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 कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणीचौर, मकवानपुर

नेपाल सरकारको सूचना !

कोभिड-१९ संक्रमण फैलिन नदिन सम्पूर्ण उद्योग, व्यापारिक एवं व्यावशायिक फर्म, डिपार्टमेन्ट स्टोर, बिक्रि केन्द्र एवं पसलहरुले बस्तु तथा सेवाको उत्पादन, प्रशोधन, ढुवानी तथा बिक्रि वितरणको कार्यहरु गर्दा उद्योग वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालयले स्वीकृत गरेको कोभिड-१९ महामारीको समयमा उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति क्षेत्रले अपनाउनुपर्ने सुरक्षा मापदण्ड (Protocal) अनिवार्य पालना गरौं ।

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

• सम्पादकीय •

नागरिक कर्तव्य दायरा

संविधानले देशको इतिहासमै पहिलोपल्ट नागरिकलाई 'कर्तव्य' को दायरामा बाँधेको छ। २०४७ को संविधानको भाग ३ मा 'मौलिक हक' मात्र थियो। वर्तमान संविधानमा त्यही भागमा 'मौलिक हक र कर्तव्य' राखिएको छ। देशमा हक–अधिकारका युद्ध–आन्दोलन धेरै भए। प्रजातन्त्र, लोकतन्त्र हुँदै गणतन्त्रसम्म आइपुग्दा नागरिक अधिकारसम्पन्न हुँदै गए। मागेका हक धेरैले पाए। तर, प्रयोगका क्रममा ती हक–अधिकार स्वतन्त्रताभन्दा स्वच्छन्दता र अराजकतातर्फ केन्द्रित भए। बन्द, हडताल, तोडफोड आदिलाई अधिकारकै कसीमा हेर्ने क्रम बढ्यो। संविधानसभाबाट निर्मित संविधानले त्यही अवस्थालाई गहनतापूर्वक लिँदै 'कर्तव्य' मा बाँध्ने अवधारणा ल्याएको हो। संविधानको आशय हो– नागरिकले देशसँग माग्ने मात्र होइन, परेको बेला दिनु पनि पर्छ। स्वच्छन्द हुने मात्र होइन, चाहेको बेला अनुशासनमा बाँधिनु पनि पर्छ। संविधानले परिकल्पना गरेको त्यही कर्तव्यको आवश्यकता खड्किएको छ यतिबेला। विश्वव्यापी कोरोना महामारीले देश आक्रान्त छ। दैनिक सयौं संख्यामा संक्रमित थपिइरहेका छन्। संक्रमणले भयावह रूप लिइरहेको छ। सम्पन्नशाली र शक्तिशाली राष्ट्रसमेत कोरोना भाइरसको आक्रमण झेल्न नसकेर पराजित भइरहेका छन् । यस्तो अवस्थामा नेपालजस्तो गरिब देशमा सरकारले मात्र न यसलाई रोक्न सक्छ न त राज्यले प्रबन्ध गर्ने उपचार सेवाले थेग्न सक्छ। यसको मतलब राज्य पनि कर्तव्यबाट भाग्नु हुँदैन। नागरिकलाई सेवा, सुविधा र उपचार पाउने हकबाट वञ्चित गर्नु हुँदैन। अन्यत्रका बजेट झिकेर भए पनि स्वास्थ्य सेवा भरपदी बनाउनुपर्छ। त्यति हुँदाहुँदै पनि कोरोना भाइरसलाई आउन, सर्न र फैलन नदिने प्रमुख भूमिका नागरिक समुदायकै हुन्छ। एउटाको सानो लापरबाहीले धेरैलाई संक्रमित बनाउन सक्छ। हरेकले संयम एवं सावधानी अपनाउने हो भने हामी सबै जोगिन सक्छौं। लोककल्याणकारी शासन सत्ताको मान्यता अँगालेका मुलुकमा नागरिकको अन्तिम अभिभावक राज्य हुन्छ। जनताका आधारभूत आवश्यकता पूरा गर्ने दायित्व पनि राज्यकै हुन्छ। तर, मुलुक अप्ठ्यारोमा परेको बेला नागरिकले पनि मर्म बुझ्नुपर्छ। संकटमा राज्यसँगै होस्टेमा हैंसे गर्नु असल नागरिकको कर्तव्य हुन्छ। जुन नागरिकले राज्यप्रति आफ्नो उच्चकोटीका दायित्व पूरा गर्न सक्छ, उ नै राज्यबाट प्रदान हुने सुरक्षा, कानुनी शासन, सेवा र वस्तु उपभोगको भागीदार बन्छ। अहिलेको परिस्थितिमा त्यो वास्तविकता मननीय छ। चार महिनासम्म लकडाउन गरेर नियन्त्रण प्रयास गरिए पनि कोरोनाले फेरि तीव्र रूप लिएको छ। सवारी साधन सञ्चालनमा दोस्रो पटक जोर–बिजोर प्रणाली लागू गरिएको छ। रोकथामको यो उपाय अन्तिम होइन। महामारीलाई कसरी निमिट्यान्न पार्न सकिन्छ भन्ने निचोडमा विश्वका वैज्ञानिकहरू नै पुग्न सकेका छैनन्। यो कति रहन्छ, नागरिक तहमा कति क्षति पुर्‍याउँछ, अर्थतन्त्रलाई कति सखाप पार्छ भन्ने अनुमानसम्म गर्नै सकिन्न। यस्तो परिस्थितिमा राज्यसँगै नागरिकले पनि हातेमालो गरेर अघि बढ्नुको विकल्प छैन। महात्मा गान्धीले भनेका छन्, 'तिम्रो आवश्यकता धती माताले पूरा गर्न सक्नुहुन्छ तर तिम्रो लालचा पूरा गर्न सक्ने क्षमता उहाँमा छैन।' यतिखेर नागरिकले आफ्ना असीमित आकांक्षालाई थाती राखेर भए पनि कोभिड नियन्त्रणतर्फ सहयोग गर्नुपर्छ। लकडाउन खुल्न पाएको छैन, भीडभाड थामिनसक्नु भइसकेको छ। मास्क नलगाई समूहमा हिँड्ने, बस्ने, खाने क्रम ह्वात्तै बढेको छ। गत चैत ११ मा सरकारले लकडाउन घोषणा गर्दा नागरिक साथ–सहयोग अभूतपूर्व थियो। विवेकशील समाज नै राष्ट्र निर्माणको खम्बा हो। नागरिकबाट त्यो विवेक राज्यले अहिले खोजिरहेको छ।

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 हेटौडा (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 ९८५५0७२३२२ र नरेन्द्र अधिकारी ९८५५0७0५६१

महत्वपुर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

पालुङ एम्बुलेन्स (चालक)	९८१४२0७४0१
आग्रा एम्बुलेन्स (चालक)	९८६0२२३७५५
जनकल्याण उच्च मा.वि.	0५७-६२0३६४
थाहा नगरपालिका कार्यालय	0५७-४000५६
मत्स्यनारायण मा.वि.	0५७-६२0५१२
ईप्रका पालुङ (प्रमुख)	९८५५0६९४९९
प्रहरी चौकी फाखेल	0५७-६९२५१८
जिल्ला प्रशासन मकवानपुर	0५७-५२0३८८
विद्युत प्राधिकरण पालुङ	0५७-४000२९

नेपाली मनभित्रको देश !

नारद पोखरेल

वरिष्ठ संगीतकार तथा गायक गोपाल योञ्जनको गीतले भन्छ, 'वास्तविक नेपाल नेपाली मनभित्र खोज्नुपर्छ।' नागरिक सुखी हुँदा देश स्वतः सम्पन्न हुन्छ। लोकतान्त्रिक पद्धति अवलम्बन गरिँदासमेत यहाँको राजनीतिक स्वार्थको घेराभन्दा बाहिर आएन । नागरिकका चाहना र अपेक्षा जेसुकै हुन्, आफू मात्र धनी हुनु नेतृत्वको स्वभाव रह्यो। निर्वाचनमा कलात्मक भाषण गर्दा जनता आकर्षित गराइहालिन्छ भन्ने मात्र सोचाइ छ नेताहरूको। नेपाली मनभित्रका पीडा र व्यथामा अहिलेको पद्धतिले मलम लगाउने काम गरेन ।

राणाशासनको अन्त्यसँगै विदेशी हस्तक्षेप नेपाली राजनीतिमा बढी नै भयो। विभिन्न समयमा निस्किएका दस्ताबेज तथा भारतीय शासक वर्गको दृष्टिकोण र व्यवहारले यस तथ्यलाई प्रस्ट पार्छ। भारत नेपालमा राजा फ्याँकेर गणतन्त्र होस् भन्ने चाहन्थ्यो । यसका माध्यमले निर्वाचन प्रक्रियाबाट नेपाललाई हडप्न सहज होस् । राजा त्रिभुवन पनि त्यसबेला भारतीय प्रभावमा परिसकेका थिए। त्यहीकारण हो, क्रान्ति सम्पन्न हुनासाथ राजाबाट संविधानसभा मार्फत गणतन्त्रात्मक शासन व्यवस्था हुन्छ भन्ने घोषणा गराइएको । छिमेकीको रणनीति उनकै छोरा महेन्द्रले बुझेका थिए। महेन्द्रकै चतुर्‍याइँले त्यो बेला विधानसभाको निर्वाचन हुन पाएन । यसो भन्दा राजा महेन्द्र सही हुन्, उनले जे गरे राम्रो गरे भन्न खोजिएको किमार्थ होइन । उनले प्रजातन्त्रको हत्या गरे। कोही प्रजातन्त्रवादी र देशभक्तले त्यसलाई उचित मान्न सक्दैनन् । तथापि नागरिक चेतना यतिविघ्न हुँदा त देशले संविधानसभाको मूल्य चुकाउँदै छ, २००७ सालमै विधानसभाको चुनाव गरिएको भए मुलुक कहाँ पुग्थ्यो ? यो नै मूल प्रश्न हो।

भारतीयहरू अहिले पनि भन्छन्, 'संघीयता र गणतन्त्र हाम्रो कारणले आएको हो । माओवादीलाई त्यसका निम्ति हामीले नै प्रयोग गरेका हौं।' संघीयता गणतन्त्र उनीहरूले भित्र्याएको हो भने धर्मनिरपेक्षता पश्चिमाको डिजाइन भएको प्रस्टै छ। यो वास्तविकता आज सर्वत्र उजागर भएको छ। पराईले त्यो बेलासम्म हेप्न सक्छ, जबसम्म हामी आर्थिक रूपमा सम्पन्न हुँदैनौं। नेपाल सम्पन्न हुँदा भारतीय अभीष्ट पूरा हुन सक्दैन। यो वास्तविकता छिमेकीले राम्रोसँग बुझेको छ। त्यसैले संसद्मा दुईतिहाइ हारहारीको संख्या हुँदा पनि सरकार फ्याँक्ने खेल घनीभूत रूपमा उठाइन्छ। आखिर किन ? केपी ओलीको ठाउँमा प्रचण्ड वा माधव नेपाल हुँदा देशले अहिलेभन्दा के भिन्नता पाउँछ ? कि त 'म सरकारमा पुग्दा देशलाई अस्थिरता पैदा गर्ने संविधानका कैयन् धारामा परिमार्जन गर्छु, नागरिकले अनुभूति पाउने गरी खर्चिलो निर्वाचन प्रणाली अन्त्य गर्छु आदि भन्नुपर्‍यो। अन्यथा केका लागि प्रधानमन्त्रीको परिवर्तन हो ?

> “लोकतन्त्रमा राजनीतिलाई सेवा मानिन्छ। यहाँ त्यो व्यापार भएको छ। व्यापारीले सेवा गर्दैन। उसले मुनाफा मात्र हेर्छ। यहाँ राजनीतिलाई राष्ट्र र जनताका हितमा लगाइएन। राजनीति गर्ने भनेको नाफा कमाउनु हो भन्ने ठानियो।

लोकतन्त्रमा राजनीतिलाई सेवा मानिन्छ। यहाँ त्यो व्यापार भएको छ। व्यापारीले सेवा गर्दैन। उसले मुनाफा मात्र हेर्छ। यहाँ राजनीतिलाई राष्ट्र र जनताका हितमा लगाइएन। राजनीति गर्ने भनेको नाफा कमाउनु हो भन्ने ठानियो। फेरि प्रधानमन्त्रीको राजीनामा जोडतोडले

गुगलबाट साभार

उठेको छ। ठीक छ, ओली सरकारले नागरिकलाई डेलिभर दिन सकेन। भ्रष्टाचार रोक्ने सामान्य प्रयत्नसम्म गरेन तर यो सरकारपछि प्रधानमन्त्री हुन खोज्ने पात्र ओलीभन्दा केकति कारणले सक्षम छन् ? यसको जवाफ नागरिकले पाउनु पर्दैन ?

क्रान्तिकारी नेताको प्रधानमन्त्रीत्वकाल पनि नेपालीले भोगेकै हुन्। उनकै कार्यकालमा लम्पसारवादलाई नांगो रूपमा मलजल गरेकै हो। जेएनयूमा ज्वाइँसरह पाएको सत्कारको पैंचो तिर्न उनलाई प्रधानमन्त्रीको कुर्सी चाहिएको हो। यो कुनै आरोप होइन। नक्सा प्रकाशनपछि भारतीयले नै जोडतोडले उजागर गरेको तथ्य हो। सरकार फेर्ने–नफेर्ने नेपालीको निर्णय हुन्छ। भारत हात धोएर ओली सरकार फेर्न लागेको छ। बोरामा पैसा बोकी 'र' का एजेन्ट काठमाडौंमा यत्रतत्र भौंतारिएको समाचार पढ्न पाइन्छ। भारतीय मिडियाको नांगो नाच दिनहुँ प्रहसन भइरहेको छ। यस्तो बेलामा प्रधानमन्त्री फेर्दा नेपाललाई फाइदा हुन्छ कि भारतलाई ? यति पनि क्रान्तिकारी भनिने नेताले पत्तो पाउँदैन नकि ? योभन्दा लम्पसारवादको पराकाष्ठा के हुन सक्छ ? त्यसैले भन्ने गरिन्छ, 'पराईको पकवानभन्दा घरको सीधोपीठो हितकारी हुन्छ। मीठो बोलेर ललीपप चुसायो भन्दैमा छिमेकी असल ठान्नु मूर्खता हो। मुख्य प्रश्न नियतको हुन्छ।

हाम्रो छिमेकीको नियत खोटो छ। यसैगरी ललीपप देखाई भारतले सिक्किम आफूमा विलय गरायो। ९५ प्रतिशतभन्दा बढी मत खसेको भनी प्रचार गरी चरम धाँधलीको अभिनय भएको थियो त्यहाँ। राम्रो वस्तुको फल त्यतिबेला प्राप्त हुन्छ, जतिबेला उसले फस्टाउने मौका पाउँछ। तराईको गर्मीमा सुन्तला रोप्दा त्यसले आशातीत फल दिँदैन। फल लागे पनि त्यसमा सुन्तलाको वास्तविक गुण पाइँदैन। राजनीतिमा पनि त्यो विधि आकर्षित हुन्छ। देशको अवस्था, साधनस्रोत केही नहेरी पद्धतिको विकास गर्न खोज्दा त्यसले स्थिरता दिन सक्दैन। विस्तारै सुन्तलाको बोट चाउरिए झैं प्रणाली नै चाउरिन्छ, जुन अवस्थामा आज नेपाली समाज पुगेको छ। अहिलेसम्म आयातीत प्रणाली जोगाउन जेजति खर्च भयो, त्यसको आधा मात्र विकास निर्माणमा लगानी गरेको भए न भारतले नाकाबन्दी गर्थ्यो, न त पश्चिमाले चोर औंला देखाई धम्क्याउन सक्थ्यो। विदेशीको हस्तक्षेप बढ्नु भनेको यहाँको गरिबी र नेतृत्वको अदूरदर्शिता नै हो। यस्तो हुतिहारापनले मुलुक अघि बढ्न सक्दैन।

गुणी व्यक्तिले सही र खराबको फरक छुट्ट्याउँछ। मूर्खले आफ्नोबाहेक अरूको विचार सुन्दैन। सही सल्लाह र सुझाव पनि उसका लागि व्यर्थ हुन्छ। यहाँको राजनीतिमा त्यस्तै अहंकारी व्यक्ति अग्रभागमा आइदिए। यसको परिणाम नेताहरू गन्तव्यहीन यात्राको दोबाटोमा उभिन पुगेका छन्। पछाडि फर्कियो भने विदेशीको समर्थन छुट्ने, अघि बढ्दा जनताबाट नांगिनुपर्ने। यो अवस्थामा आज नेपाली नेतृत्व पुगेको छ। कूटनीतिक कलामा निपुण चाणक्यले भनेका छन्, 'मूर्खलाई उपदेश दिनु हुँदैन।' यथार्थमा मूर्खलाई असल सल्लाह दिँदा प्रत्युत्पादक बन्छ। यहाँनेर एउटा प्राचीन कथाको दृष्टान्छ उपयुक्त देखिन्छ– एउटा बाँदर झरीमा निथ्रुक्क भिज्दै रूखमुनि पुग्यो। रूखमाथि भँगेराको गुँड थियो। गुँडबाट भँगेरी निस्केर बाँदरलाई दया देखाई, 'बाँदर दाइ, तपाई धेरै भिज्नुभयो। निमोनिया हुन्छ। कम्तीमा एउटा घर बनाउनुस् न।' त्यो सुनेर बाँदर रिसले चुर भयो। यो मट्याङ्ग्रो जत्रोले मलाई अर्ती दिने भन्ने सोच्यो। अनि भन्यो, 'धेरै जान्ने नहो, म जेसुकै गरौं।' पानी रोकिएन, झन् बढी पर्न थाल्यो। बाँदर भिजिरहेको थियो। भँगेरीलाई अति करूणा भयो। पुनः भन्न लागि 'बाँदर दाजु, त्यसरी नभिज्नुहोस् बिमारी परिन्छ। बरू गुफातिर गएर बस्नुस् न, त्यहाँ भिजिँदैन।' भँगेरीको भनाइले बाँदर मुर्मुरियो। रिसले झन् आगो भयो, 'ए तँ घर छ भनेर धाक लाउँछेस्, ला तेरो घर म देखाइदिन्छु' भन्दै भँगेराको गुड बाङबुङ भत्काइदियो। बिचरी भँगेरी हेरेको हेरै भई। त्यसैले भनिएको हो– सुझाव र सल्लाह लिनेलाई मात्र दिने हो। नागरिक सुझावको बेवास्ता गर्ने शासकलाई सुझाव दिनु भनेको भँगेरीको नियति आइलाग्न सक्छ। यहाँनेर भँगेरीले नेपाली जनताको प्रतिनिधित्व गर्छे, बाँदरले लम्पसारवादको अहंकारी चरित्र देखाउँछ। त्यसकारण राजनीतिमा निष्ठा अनिवार्य ठानिएको हो। देश र जनताको सेवा गर्नु राजनीतिको धर्म मानिन्छ। वास्तविक नेपाल त्यतिबेला समृद्ध बन्छ जतिबेला राजनीतिप्रति नागरिकमा भरोसा जाग्छ। त्यसो हुँदा लम्पसारवादले पनि टाउको उठाउने ठाउँ पाउँदैन।

अन्नपूर्ण पोष्टबाट

'फाल्तु' सामानबाटै सजाउन सकिन्छ घरलाई

गाउँघरमा धान सुकाउन प्रयोग हुने मान्द्रोको प्रयोग अहिले हुन छाडेको छ । तर सोही मान्द्रोलाई नयाँ हिसाबले प्रयोग नट क्राफ्टले एउटा बस्ने मुडा र चिया टेबुल जस्ता संरचना तयार पारेको छ । त्यस्तै, ढकियाको चलन हराउँदै गयो भनेर सोही कच्चा सामग्रीबाट नयाँ सिपको विकास गरी घर सजाउन सकिन्छ भन्ने उदाहरण नट क्राफ्टले दिएको छ ।

बजारमा घरको आन्तरिक पाटोको डिजाइन गर्ने धेरै इन्टेरियर डिजाइनरहरू छन् । जाडोमा एउटा डिजाइन भएको कुनै घरमा गर्मी महिनामा जाँदा हामीले अर्कै डिजाइन देख्न सक्छौं । घरको राखनधरानलाई ध्यान दिन नसक्दा कहिले लाखौं खर्च गरेर पनि घर कुरूप देखिने गर्छ भने कहिले सस्तैमा सुन्दर घरको डिजाइन कोर्न सकिन्छ ।

भोग इन्टेरियरकी सञ्चालिका कृति श्रेष्ठ उपाध्याय घरको डिजाइनको लागि टाउको दुखाउनु पर्ने अवस्था नरहेको बताउँछिन् । यसको लागि पैसाभन्दा धेरै व्यवस्थापनको ज्ञान हुनुपर्ने उनी बताउँछिन् । घर डिजाइनको क्रममा जाडो महिनामा प्रायः घरभित्र कुनै पनि बोटबिरूवा राख्ने गरिँदैन । तर यसलाई पनि नक्कली बिरूवाहरूबाट सजाउन सकिने बताउँछिन्, उपाध्याय ।

इन्टेरियर डिजाइनसँग प्रत्यक्ष साइनो नभए पनि नट क्राफ्टले पनि हामीले परम्परादेखि नै चलाउँदै आएको सामानलाई नयाँ मोडलमा सजाएर राख्ने सामग्री बनाउने गरेको छ । इन्टेरियर भनेको नै व्यवस्थापन रहेकोले यसलाई व्यवस्थित बनाउने तर्फ ध्यान दिनुपर्ने उपाध्यायको तर्क छ ।

गर्मी महिनामा कफी पिउने टेबल जुन ठाउँमा राखिन्छ त्यो जाडो महिनाको लागि उपयुक्त नहुन सक्छ । घरभित्रै पनि जाडो महिनामा जुन किसिमको पर्दा र कार्पेट राख्ने गरिन्छ त्यो गर्मीको लागि उपयुक्त हुँदैन । त्यसैले यस्तो सजिलै स्थानान्तरण हुने खालको सामग्री व्यवस्थापनमा ध्यान दिनुपर्ने उनको तर्क छ ।

घरको डिजाइन महँगो पर्ने भएकोले एकपटक गरिसकेपछि सकेसम्म चेन्ज गर्न कोही पनि चाहँदैनन् । तर गर्मी र जाडो, बर्खा र हिउँद जस्ता मौसममा भने घरमा रहेका केही सामग्रीहरू परिवर्तन गर्नुपर्ने खालको नै चाहिने इन्टेरियर डिजाइनरहरू बताउँछन् । पर्दालाई सोफासँग जोडेर राख्ने या नराख्ने भन्ने कुरा समेत मौसम अनुसार फरक हुने गर्छ । त्यस्तै, हामीहरू आफ्नो शयन कक्षमा राखेका सबै सामग्रीलाई सधैं परिवर्तन गर्दैनौं । तर शयन कक्षमा रहेका सामग्रीमध्ये पनि कार्पेट, पर्दा, डसना जस्ता सामग्रीलाई समेत समय समयमा परिवर्तन गरिरहनु पर्ने इन्टेरियर डिजाइनरहरू बताउँछन् ।

उपाध्याय उदाहरण दिँदै भन्छिन् 'गर्मी महिना छ भने हामीले पर्दा र अरू ठाउँमा सेतो कपडा प्रयोगमा ल्याउन सक्छौं । जाडोमा त्यसले काम नगर्न सक्छ । त्यसैले इन्टेरियर डिजाइनको क्रममा यस्ता विषयमा समेत ध्यान दिने गरिन्छ ।

सस्तोमा कसरी घरलाई सुन्दर बनाउने ?

उपाध्याय इन्टेरियर डिजाइन महँगो हुन्छ भन्ने भान धेरैमा परेकोले घरमै पाइने सामानबाट समेत घरलाई सुन्दर बनाउन सकिने सुझाव दिन्छिन्। आफूले अहिले घरमा नै रहेको सामग्रीलाई प्रयोग गरेर घरलाई सुन्दर बनाउने गरी डिजाइन तयार पार्ने गरेको उनी बताउँछिन् । उनी घरमा रहेको कुनै पनि सामान काम नलाग्ने खालको नहुने बताउँछिन् । घरको स्टोरमा रहेको पुरानो दराजलाई उठाएर यसको प्रयोग गर्न सकिन्छ । बेकार भएर एउटा कुनामा फालिएको फूलदानी र एण्टिक पिसेजहरूलाई सफा गरेर थोरै मात्रामा डेकोरेट गरेर हामी यसलाई सजाउन सक्छौं । भलै कसैले पनि पुरानो बाक्सा प्रयोग गर्न रूचाउँदैनन् ।

तर, यो बाहिर फालेर पनि यसको पुनः प्रयोगमा ल्याउन सकिँदैन भने यसलाई नयाँ लुक्स लिएर हामी प्रयोगमा ल्याउन सक्छौं । पुरानो बक्सामा पेन्टिङ गरेर हामी त्यसलाई एउटा घरको कुनामा सजाउन सक्छौं ।

खोजौं रैथाने खानेकुरा

तपाईं कहाँ बस्नुहुन्छ ? गाउँ वा शहर ? पहाड वा तराई ? सुगम वा दुर्गम ? भूगोल जहाँ भएपनि तपाईं बस्ने माटोमा रैथाने सागसब्जी पाइन्छ । ति सागसब्जी तपाईंले नियमित खेतीपाती गरेर उत्पादन पनि गरिरहनुभएको हुनसक्छ । च्याउ, निगुरो आदि चाहि जंगलमा यसैपनि फेला पार्न सकिन्छ । तपाईंले राम्ररी पहिचान गर्ने हो भने यस्ता थुप्रै सागसब्जी, अन्न फेला पार्नुहुनेछ, जो तपाईंकै माटोमा राम्ररी सप्रन्छ । यस्ता सागसब्जी, अन्नहरू उत्पादन गरेर आफ्नै लागि उपभोग गर्न सकिन्छ । हुनसक्छ, कतिपयसँग खेतीपाती गर्ने जग्गाजमिन नहोला । यद्यपि घरकै करेसाबारी, छत, बार्दली आदिमा पनि सागसब्जी लगाउन सकिन्छ ।

हाम्रो माटोमा अनेकथरीका सागसब्जी उत्पादन हुन्छन् । अन्न उत्पादन हुन्छन् । त्यसलाई कसरी बनाएर सेवन गर्ने भन्ने कुरा महत्वपूर्ण हो । अर्थात रैथाने परिकारलाई स्वादिलो बनाउने पाककला पनि आफुसँग हुनुपर्छ । पाककला छ भने जस्तोसुकै खानेकुरालाई पनि थरीथरीको परिकार बनाएर सेवन गर्न सकिन्छ । त्यसको स्वादमा विविधता थप्न सकिन्छ । हामी जुन भूगोल एवं माटो र हावापानीमा हुर्कन्छौं, त्यहीको रैथाने उत्पादन नै हाम्रो शरीरका लागि बढी उपयोगी हुन्छ । पहाडमा बस्नेले तराईको उत्पादन सेवन गर्नुभन्दा स्थानिय उत्पादन सेवन गर्नु राम्रो हो । किनभने हामी जुन हावापानीमा बस्छौं, हाम्रो शरीरले त्यही अनुसारको खानेकुरा माग्छ ।

तपाईंका घर आसपासमा कतिथरी वनस्पति छन् रू ति वनस्पतिमध्ये कति खान योग्य छन् रू कति स्वादिलो र पोषिलो छन् रू पहिचान गर्न सकिन्छ । हामी अक्सर त्यही खानेकुरा मात्र सेवन गरिरहेका हुन्छौं, जो पुस्तौं अघि हाम्रा पूर्खाले पहिचान गरे । जबकि हाम्रा आसपासमा उत्पादन हुने अरू थुप्रै वनस्पति खानयोग्य हुन्छन् । खानयोग्य मात्र होइन, विभिन्न पोषक तत्वले भरिपूर्ण हुन्छन् । ति वनस्पतिको पहिचान गरेर पनि हामीले आफ्नो खाद्य भण्डारलाई समृद्ध बनाउन सक्छौं ।

खानेकुरा भनेको शरीरको एक अंश हुन् । जब तपाईं कुनै खानेकुरा सेवन गर्नुहुन्छ, त्यो तपाईंको शरीरको अंश बन्छ । त्यसैले त जस्तो खानेकुरा सेवन गर्छौं, हाम्रो शरीर पनि त्यस्तै हुन्छ । अहिले हामीले खानेकुरा सन्तुलित, सुपाच्य र पोषिलो छ भन्ने कुरामा सन्देह गर्नुपर्ने हुन्छ । किनभने हामी आफै पनि खानपानप्रति त्यती सजक एवं सर्तक छैनौं ।

अहिले धेरैको शरीर रोगको भण्डार बन्दैछ र त्यसको कारण बनेको छ अस्वस्थ्यकर खानेकुरा ।

साग चाहियो, बजारमा खरिद गर्न पुग्छौं । सिमी चाहियो, बजार धाउँछौं । चामल, दाल, तेल, मसला सबै बजारबाटै आपूर्ति गर्छौं । यसरी आयतित खानेकुरामा हामी सम्पूर्ण रूपमा निर्भर छौं । जबकि हामीले थोरैमात्र प्रयास गर्ने हो भने आफ्नै उत्पादनले धेरै छाक टार्न सक्छौं । अर्थात हामी आफैले उत्पादन गरेका, अर्ग्यानिक खानेकुरा आफ्नो छाकमा समावेश गर्न सक्छौं ।

मदिराले यौन जीवनलाई रोमाञ्चक बनाउँछ ?

हामीकहाँ यौनलाई 'छाडा' विषय मानिन्छ । यौनका विषयमा खुला चर्चा गर्नु त्यती शोभनिय मानिदैन । त्यसैगरी मदिराको कुरामा पनि समाजले नाक खुच्याउँछ । एक हिसाबले यौन र मदिरा दुबै बर्जित विषय हुन् । रमाइलो त के भने मदिरा र यौन एकअर्काको परिपुरक हुने कतिपयको बुझाई पाइन्छ । अर्थात मदिराले यौनका लागि मुड बनाउँछ भन्ने उनीहरूको धारणा छ । अर्कोतिर मदिराले यौन जीवनलाई नराम्ररी असर गर्ने तर्क पनि गरिन्छ । मान्छेलाई यी दुबैप्रति अधिक चासो चाहि छ । गुगलमा धेरैले के खोजेको पाइन्छ भने, 'के मदिराले यौन जीवनलाई उत्कर्षमा पुर्‍याउँछ ?' यदि त्यसो हो भने कुन चाहि मदिरा यौनका लागि उचित हुन्छ ? के मदिरा पिएपछि पुरूषले लामो समयसम्म यौन क्रियामा भाग लिन सक्छन् ? के महिलाले मदिरा पिएपछि यौनमा अरू आनन्द लिन सक्छन् ?

मदिरा र महिलाको यौन अनुभव

मदिरा र यौनको सम्बन्धबारे सबैभन्दा पहिला विलियम शेक्सपियरले लेखेका थिए । उनले आफ्नो नाटक म्याकबेथमा मदिराको बारेमा लेखेका थिए, 'यसले तपाईंमा इच्छा जगाउँछ तर पर्फमेन्सको मोर्चामा फेल बनाइदिन्छ ।' अहिले यस विषयमा केही शोध भएका छन् । उक्त शोध अनुसार संयमित मात्रामा मदिराको सेवनले मुड हल्का बनाउँछ । यसले महिला र पुरूष दुबैका लागि उस्तै नतिजा दिन्छ । तर, मदिराको मात्रा बढी भएमा त्यसले यौन जीवनलाई बर्वाद बनाउँछ ।

मदिरा जब मस्तिष्क र शरीरमा हावी हुन थाल्छ तब यौन भावना हराउँछ । यौनको आनन्द महसुष गर्न सक्दैन । खासगरी महिलाले मदिरा पिएपछि यौन आनन्द अनुभूत नगर्नुको कारण मदिराले भेजाइन आसपासमा रक्त संचार जुन तिब्रतामा हुनुपर्ने हो, सो हुन दिदैन । साथै भेजाइनामा चिल्लोपन पनि कम आउँछ । यस्तो अवस्थामा महिलाका लागि यौन पीडादायी बन्न पुग्छ ।

मदिरा र पुरूषको यौन अनुभव

यसअघि पनि भनियो कि नियन्त्रित मात्रामा लिइएको मदिराले यौनको इच्छा बढाउँछ । यो महिला र पुरूष दुबैमा लागु हुन्छ । तर, जब मदिराको नसा यौनको नसामाथि हावी हुनपुग्छ, तब पुरूषमा शिथिलता आउँछ । बढी मात्रामा मदिरा पिएपछि पुरूषले उस्तै सक्रियताका साथ र उहि गतिका साथ यौन क्रियामा भाग लिन सक्दैनन् । त्यसो त नियमित मात्रामा मदिरा सेवनले क्रोनिक इरेक्टाइल डिसफंसन जस्ता समस्या ल्याउँछ, जसले यौन जीवनमा पनि असर गर्छ । मदिरा पिएपछि पुरूषहरूमा यौन रूची त जाग्छ, तर सक्रियतासाथ यौन क्रियामा सहभागी हुन सक्दैनन् ।

मदिराले यौन जीवन थप जटिल

मदिरा पिएको झोंकमा गरिने यौन क्रियामा कतिपय सावधानी अपनाइदैन । त्यसैले यस्ता यौन क्रिया असुरक्षित हुन्छ । धेरै मदिरा पिएर दम्पतीले सुरक्षित, संयमित ढंगले यौन क्रियामा सहभागिता जनाउन सक्दैनन् । त्यसैले मदिरा र यौनलाई आपसमा जोड्नु उनीहरूका निम्ति घातक हुनसक्छ । वेहोशीमा होइन, पूर्ण होसमा सचेतापूर्वक यौनको आनन्द उठाउनु नै उचित हुन्छ ।

आलुभन्दा बोक्रा लाभदायक

आलु त तरकारीको राजा नै हो । यो हरेक भान्साको शान हो । अनि अधिकांश मान्छेले आलुको बोक्रा ताछेर मिल्काउँछन् । तर तपाईंलाई थाहा छ ? आलुभन्दा बढी गुणकारी यसको बोक्रा हुन्छ नि ।

आलुको बोक्रामा भएका कैयौं तत्व स्वास्थ्यका लागि फाइदाजनक हुन्छन् । यसमा भएको फाइबर र अन्य पोषक तत्वले आलुलाई स्वस्थकर बनाउने हो । नभए त आलु आफैंमा साधारण खानेकुरा हो ।

यसका अरू फाइदा जानिराखौं :

१. रोगप्रतिरोधक क्षमता बढाउने

आलुको बोक्रामा अत्यधिक मात्रामा भिटामिन सी पाइन्छ जसले शरीरको रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउँछ ।

२. तौल घटाउने

हुन त आलु मात्र खानुभयो भने तौल बढ्छ तर बोक्रासमेत खानुभयो भने चाहिँ तौल कम हुन्छ । बोक्रामा कम मात्रामा फ्याट हुन्छ जसले तौल घटाउँछ ।

३. क्यान्सरबाट बचाउँछ

आलुको बोक्रामा फाइटोकेमिकल हुन्छ जसले क्यान्सरबाट बचाउँछ । यसका अलावा यसमा भएको एसिडले क्यान्सरको सम्भावना घटाउँछ ।

४. कोलेस्ट्रोल घटाउँछ

शरीरमा खराब कोलेस्ट्रोल बढ्यो भने मुटुरोग लाग्छ । आलुको बोक्रामा भएको फाइबरले शरीरमा कोलेस्ट्रोलको मात्रालाई नियन्त्रणमा राख्छ ।

५. छाला डढ्दा लाभदायक

छाला डढ्दा आलुको बोक्रा दल्नुभयो भने धेरै आराम हुन्छ ।

कुलेखानी जलविद्युत् आयोजनाबाट दैनिक १०६ मेगावाट विद्युत् उत्पादन

◆ विकास संवाददाता

वाग्मती प्रदेशको मकवानपुर मा स्थापित कुलेखानी जलविद्युत् आयोजना प्रथम, दोस्रो र तेस्रोबाट उत्पादित विद्युत्ले ग्राहकको मागलाई सहज आपूर्ति गरिरहेको छ । सो आयोजनाको कुलेखानी प्रथमबाट ६०, दोस्रोबाट ३२ र तेस्रोबाट १४ गरी १०६ मेगावाट विद्युत् नियमित उत्पादन हुँदै आएको कुलेखानी जलविद्युत् आयोजना प्रथमले जानकारी दिएको छ । आयोजना प्रथमका अनुसार केही दिनदेखि आएको वर्षाका कारण कुलेखानीको इन्द्रसरोवर जलासयमा पानी भरिन अझै १८ मिटरको सतह बाँकी र हेको छ ।

इन्द्रसरोवर जलासयमा साउन १५ गते राति १२ बजेसम्ममा १५१८ दशमलव ५२ पानीको सतह थियो भने शुक्रवार अपराह्न ४ बजेसम्ममा १५१८ दशमलव ३५ सतहसम्म मात्र पानी रहेको छ ।
बिहीवारको तुलनामा शुक्रवार १७ सेन्टिमिटर पानी घटेको पाइएको कुलेखानी जलविद्युत् आयोजना नियन्त्रण कक्षका इन्चार्ज रामकुमार चौधरीले जानकारी दिए । कुलेखानी जलासयमा पानी सतह बढ्दै जाँदा अहिले कुल क्षमताअनुसार विद्युत् उत्पादन गर्दै आएको सो आयोजनाले जानकारी दिएको छ ।

कुलेखानी जलविद्युत्बाट उत्पादित विद्युत् हेटौँडा औद्योगिक क्षेत्रलगायत देशका विभिन्न शहरमा आपूर्ति भइरहेको र अब विद्युत् उत्पादन निरन्तर रूपमा भइरहने पनि कुलेखानी प्रथम आयोजनाका प्रबन्धक धीरेन्द्र चौधरीले बताए ।

वर्षात्का पानीबाट इन्द्रसरोवर जलासयमा पानीको सतह भरिएपनि विद्युत् उत्पादनको लागि नियमित तीन ओटै आयोजनाको मेसिन सञ्चालनमा ल्याइएकाले कुनै खतरा उत्पन्न नहुने पनि जानकारी दिए ।

प्रहरी सेवा उपकेन्द्रको भवन उद्घाटन

◆ विकास संवाददाता

सामुदायिक प्रहरी सेवा उपकेन्द्र हेटौंडा-१० को भवन उद्घाटन भएको छ । भवनको मकवानपुरका प्रहरी उपरीक्षक सुशिलसिंह राठौरले उद्घाटन गरेका हुन् ।

उपकेन्द्रका अध्यक्ष प्रदिप कँडेलको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा हेटौंडा-१ का अध्यक्ष सविन न्यौपाने, वडा नम्बर १० का सदस्य धर्म बस्नेत, इन्द्र नेपाल, प्रहरी नायव उपरीक्षक ईन्द्रबहादुर राना, प्रहरी निरीक्षक ईश्वरीप्रसाद भण्डारी, देवराज काफ्ले, सामुदायिक प्रहरी सेवा केन्द्र पशुपतिनगरका अध्यक्ष राम विष्ट, सहयोगी दाता र स्थानीय बासिन्दाको उपस्थिति रहेको थियो ।

भवन अनुमानित ४ लाख ५० हजार लागतमा निमार्ण भएको भवन निमार्ण संयोजक बासुलाल श्रेष्ठले बताए । विभिन्न सहयोगीहरूसंगको सहकार्यमा भवन निमार्ण गरिएको उल्लेख गर्दै उप-केन्द्र बसर्पाकका अध्यक्ष कँडेलले निमार्ण सम्पन्न भएसंगै चौविसै घण्टा चहलपहल रहने बसपार्क क्षेत्रमा यात्रुले सहज रूपमा सेवा पाउने बताए ।

हेटौंडामा कमजोर सुरक्षा मापदण्ड

◆ विकास संवाददाता

कोरोना संक्रमणको दर बढिरहेको अवस्थामा बागमती प्रदेशको सदरमुकाममा भने कुनै स्वास्थ्य सुरक्षाको न्यूनतम मापदण्ड पालना नगरिएको सर्वसाधारणको गुनासो छ ।

लकडाउन हटेसंगै कोरोना संक्रमण दैनिक सय बढि थपिइरहेका जिल्लाबाट धेरै सर्वसाधारण जिल्ला प्रवेश गरिसकेको अवस्थामा पनि कुनै मापदण्ड पालना नभएको हो । हेटौंडा बजारमा अधिकांश सर्वसाधारण मास्क विना नै हिडडुल गर्ने गरेका छन् । व्यवसायिक क्षेत्रमा पनि भौतिक दुरी, स्यानेटाईजर का कुराहरूमा त्यति ख्याल नगरेको सर्वसाधारणको अनुभव छ ।

सर्वसाधारणले कोरोना जोखिम रोक्न अपनाउनुपर्ने स्वास्थ्य सावधानी अपनाउन र सोही अुनसारको मापदण्ड पालना गर्न व्यवसायिक एवं अन्य क्षेत्रले पनि उदासिनता देखाउन थालेपछि कडाई गर्ने प्रशासनले निर्णय गरेको छ ।

शुक्रबार विहान भएको जिल्ला कोभिड-१९ संकट व्यवस्थापन केन्द्रको बैठकले मापदण्ड पालना नगर्नेलाई कार वाही गर्ने निर्णय भएको जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ ।

बैठकले हेटौंडा बजार क्षेत्रमा मानिसहरूको भिडभाड बढेको हुँदा बजार क्षेत्रमा स्वास्थ्य तथा सुरक्षाका न्यूनतम मापदण्ड पुरा भए नभएको प्रभावकारी अनुगमन गर्ने र मापदण्ड पालना नगर्नेहरूलाई तत्काल कारवाहीको दायरामा ल्याउने निर्णय गरेको छ ।

बजार क्षेत्रमा मापदण्ड पालुना गराउन मकवानपुर उद्योग बाणिज्य संघले नियमित रूपमा सूचनामुलक सन्देशहरूको माईकिङ गराउने निर्णय भएको मकवानपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी दिपकराज नेपालले जानकारी दिए ।

;L;L Sofd]/faf6 r]lsª

◆ विकास संवाददाता

प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले बागमती प्रदेश प्रवेश गर्ने सबै नाकामा प्रहरीको डीजीटल निगरानी गर्ने तयारी थालेको छ । सबै भन्दा पहिले हेटौंडाको रातोमाटेमा सीसीक्यामेराबाट चेकिङ गरिने भएको हो । प्रदेशको आन्तरिक सुरक्षाका लागि अव प्रविधिका माध्यमले काम गर्नेगरी तयारी थालिएको प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाका प्रहरी नायब महानिरीक्षक बसन्त कुमार लामाले वताउनुभयो ।

बागमती प्रदेश प्रवेश गर्ने हेटौंडाको रातोमाटे, खासा केरूङ नाका, भारतबाट प्रदेश प्रवेश गर्ने विभीन्न नाकामा सीसी क्यामेराको माध्यमले निगरानी गर्न लागिएको हो । त्यसका लागि बागमती प्रदेशको आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालयले बजेटको व्यावस्था गर्ने छ । प्रबिधिका माध्यमले चेकिङ गर्दा सुरक्षामा थप सहजता प्रदान गर्ने छ ।

यसैगरी प्रदेशका १० वटै जिल्लाका सदरमुकाममा पनि सीसीक्यामेरा राखिने भएको छ । स्थानीय तहका सरकार र प्रदेश सरकारसंगको सहकार्यमा सीसीक्यामेरा राख्न लागिएको हो । प्रविधिका माध्यमले शान्तिसुरक्षा कायम गर्नका लागि सहयोग पुग्ने र अपराध गर्नेलाई पत्राउ गर्न सहज हुने भएकाले सीसीक्यामेरा राख्न लागिएको उहाँले वताउनुभयो ।

मामाघर मकवानपुरलाई ५० हजारको पिङ सहयोग

◆ विकास संवाददाता

सडक बालबालिकाको ब्यबस्थापन गरिरहेको मामाघर नेपाल मकवानपुरलाई हेटौंडाका अधिवक्ता मदन दाहाल र श्रीमती सरिता भन्डरी (दाहाल) ले रू ५० हजार मुल्य बराबरको पिङ सहयोग गरेका छन् । मामाघर नेपालको सल्लाहकार समेत रहेका दाहालले छोरा सुप्रीम दाहालको १६ औं जन्म दिनको अवसरमा पिङ सहयोग गरेको मामाघर नेपाल मकवानपुरले जनाएको छ।

सहयोग हस्तान्तरण कार्यक्रममा राष्ट्रिय युवा परिषद मकवानपुरका अध्यक्ष सन्तोष चौँलागाइ, समजसेवीहरू नरेन्द्र भण्डारी, तिर्थ क्षेत्री, राजकुमार नहर्की लगायतका अतिथिहरूको उपस्थिति र हेको थियो।

हेटौंडा ११ डाङ्गडुङ्गेमा दान स्वरूप प्राप्त जग्गामा मा दान स्वरूप प्राप्त जग्गामा 'एक ब्यक्ति एक इट्टा' अभियान संचालन गरि मामाघर नेपालले आफ्नै भवन निर्माण गरेको छ भने त्यो भवनमा चाहिने सामग्री यस्तै सहयोग मार्फत संकलन गरिरहेको छ।

चौघडा बजार बन्द

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा-६ मा २ जनामा कोरोना संक्रमण देखिएपछि शनिबार विहानदेखि चौघडा बजार बन्द भएको छ ।
हेटौंडा-६ नम्बर वडा कार्यालयले विहान ९ बजेपछि व्यापार व्यवसाय बन्द गर्न भनेपनि चौघडा बजारका अधिकांश पसल विहानैदेखि बन्द भएका हुन् । वडामा कोरोना संक्रमित भेटिएपछि स्वास्थ्य सुर क्षाका लागि विहानैदेखि पसल बन्द गरेको एक व्यवसायीले बताए ।

हेटौंडा-६ को चौघडा बजार, चुच्चेखोला, हात्तिलेट क्षेत्रमा विहान अघिल्लो दिनको तुलनामा मानिसको चहलपहल पनि घटेको छ । ६ नम्बरका वडा अध्यक्ष अर्जुनप्रसाद चौलागाईं विहानैदेखि आफै माइकिङ गर्दै टोल टोल पुगेका छन् ।

हेटौंडा-६ मा विहिवार एक पुरूष र शुक्रबार एक महिलामा कोरोना पुष्टि भएपछि सतर्कता बढाइएको छ । तर सुरक्षाकर्मीले निगरानी कम गरेको स्थानीयको गुनासो छ ।

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

थाहामा कोरोना संक्रमणको जोखिमले 'हिले नाच' स्थगन

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुरको थाहा नगर पालिका वडा नं १ का कुलगाउँ र कुन्छालका नेवार समुदायले हरेक वर्षको जनैपूर्णिमाको दिन देखाउने हिलेनाच यस वर्ष स्थगित भएको छ ।

सरकारले बन्दाबन्दी खोले पनि कोभिड-१९ को जोखिम कायमै रहेकाले नाच स्थगित गरिएको कुन्छालका शिक्षक निराजन गोपालीले जानकारी दिए ।

परम्पराअनुसार कुलगाउँ र कुन्छालका नेवार समुदायले हरेक वर्ष जनै पूर्णिमाको दिन आलोपालो गरी नाच देखाउँदै आएका थिए । अघिल्लो वर्ष कुन्छालले तयार पारेको यो नाच यस वर्ष कुलगाउँको जिम्मेवारीमा परेको थियो ।

दुईमध्ये एउटा गाउँमा तयार पारिएको नाच पहिले आफ्नो गाउँमा देखाएर जनैपूर्णिमाकै दिन अर्को गाउँमा लैजाने चलन रही आएको छ । नाचमा परम्परागत कृषि कर्मअन्तर्गत धान रोपाइँका विभिन्न भूमिकालाई नाच र अभिनयमार्फत प्रदर्शन गर्ने गरिन्छ ।

लागूऔषध चरेशसहित थाहानगरका ३ जना पक्राउ

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुर प्रहरीले लागूऔषध चरेशसहित ३ जनालाइ पक्राउ गरेको छ । प्रहरीले थाहा नगरपालिका-९, चित्लाङमा लागूऔषध चरेशसहित तीनजना र एउटा अटोलाई नियन्त्रणमा लिएको हो ।

१८ साउन बिहान साढे ६ बजेको समयमा थाहा नगरपालिकाको चित्लाङबाट काठमाडौंको चन्द्रागिरी नगरपालिकातर्फ जाँदै गरेको प्र. नं. ३-०३-००१ ह ०२५९ नम्बरको अटोबाट मकवानपुर प्रहरीले चरेश बरामद गरेको जनाएको छ । प्रहरीले लागूऔषध चरेशसहित अटोमा सवार थाहा नगर पालिका-७ महादेवखर्कका ३० वर्षीय शुभराज घलान, छापटोलका ३३ वर्षीय नारायण सिं मुक्तान र फेदीगाउँ देउरालीका ४७ वर्षीय अटोचालक कृष्ण बहादुर गुरूङलाई नियन्त्रणमा लिएको जनाएको छ ।

अटोको सिट मुनी लुकाई राखेको अवस्थामा १२ केजी ९३२ ग्राम चरेशसहित उनिहरूलाइ नियन्त्रणमा लिइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रवक्ता ईन्द्रबहादुर रानाले जानकारी दिए । उनिहरूलाइ लागूऔषध नियन्त्रण ऐन, २०३३ बमोजिम २ वर्षदेखि १० वर्षसम्म कैद र १५ हजार देखि १ लाख रूपैयाँसम्म जरिवाना हुने बताइएको छ ।

थाहा नगरपालिका जिल्लामै उत्कृष्ट

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुरको थाहा नगर पालिका जिल्लामै उत्कृष्ट भएको छ ।

२५ साउनमा हेटौंडामा भएको पाँचौं जिल्ला सभाको अवसरमा जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरले जिल्लाका दश स्थानीय तहहरू मध्ये उत्कृष्ट स्थानीय तह घोषणा गरेको हो । थाहा नगरपालिका उत्कृष्ट भएसंगै बागमती प्रदेशका मुख्य मन्त्री डोरमणी पौडेलले सम्मान पत्र प्रदान गरेका छन् । आर्थिक वर्ष २०७६/०७७ मा उत्कृष्ट कार्य सम्पादन गरेको मुल्याङ्कनसहित पौडेलले नगर प्रमुख लवशेर विष्टलाई सम्मानपत्र प्रदान गरेका हुन् । थाहा नगरपालिका अघिल्लो आर्थिक वर्ष पनि जिल्लामै उत्कृष्ट भएको थियो ।

बेरूजु फछ्र्यौटमा देशमै सर्वोत्कृष्ट स्थान हासिल गरेको थाहा नगरपालिकालाई जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरले उत्कृष्ट घोषणा गरेको हो । जिल्ला समन्वय समितिले निर्माण गरेको मापदण्ड, अनुगमन मुल्याङ्कन लगायतको माध्यमबाट गरिएको स्थानीय तहको मूल्यङ्कनको आधारमा पुरस्कृत गरिएको जिल्ला समन्वय प्रमुख रघुनाथ खुलालले जानकारी दिए ।

त्यस्तै दश स्थानीय तहमध्ये इन्द्रसरोरवर गाउँपालिका, दोस्रो र मकवानपुरगढी गाउँपालिका तेस्रो भएको जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरले जनाएको छ ।

थाहानगरमा खुकुरी पार्क

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ११ मा रहेको खुकरी पार्क । प्रसिद्ध पर्यटकीय गन्तव्य नर्बे ढुङ जाने बाटैमा पर्ने यो पार्क पर्यटकीय आकर्षणको केन्द्र बन्दै गएको छ ।

कृषिमा आहा ! थाहानगरको बज्रवाराही-चित्लाङ

कोठामा चरेश भेटिएपछि थाहाका एक जना पक्राउ

◆ विकास सम्वाददाता

चन्द्रागिरी नगरपालिका-५ दाउरा डिपोबाट प्रहरीले मकवानपुर थाहा नगरपालिका घर भएका देवेन्द्र थापा मगरलाई पक्रेको छ ।

दाउराडिपोमा ४२ वर्षीय देवेन्द्रको कोठा खानतलासी गर्दा १ किलो १६० ग्राम चरेश फेला परेको महानगरीय प्रहरी वृत्त थानकोटले जनाएको छ । थाहा नगरपालिका-७ घर भएका उनले धादिङबाट चरेश ल्याएर स-साना पाकेट बनाएर काठमाडौंमा बेच्ने गरेको प्रहरीको प्रारम्भिक अनुसन्धानबाट थाहा भएको छ । उनको कोठामा चरेश प्याकिङ गर्ने कागज र तराजु पनि फेला परेको छ ।

शनिवार पक्रेर प्रहरीले देवेन्द्रलाई लागु औषध (नियन्त्रण) ऐन-०३३ अनुसार म्याद लिएर अनुसन्धान गरिरहेको छ ।

विकास
प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक
२०७७ साउन २६ गते सोमबार, 10 August. 2020, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

राप्ती बगर चरण क्षेत्रमा वृक्षारोपण

◆ विकास संवाददाता

नेपाल तरूण दलले हेटौंडा ३ मा पर्ने राप्तिबगर चरण क्षेत्रमा वृक्षारोपण गरेको छ।नेपाल तरूण दल हेटौंडा ३ समितिको आयोजनामा बसामाडी क्षेत्रको राप्तिबगर चरण क्षेत्रमा वृक्षारोपण गरिएको हो ।बागमती प्रदेश सभाका सदस्य सन्त चेपाङको प्रमुख अतिथ्यतामा वृक्षारोपण गरिएको थियो।

तरूण जागरण अभियान अन्तर्गत राप्ति खोला बगर क्षेत्रमा वृक्षारोपण गरिएको कांग्रेस युवा नेता टेक शिवाकोटीले बताएका छन् ।तरूण दल वडा ३ का अध्यक्ष अम्बर लामाको सभाध्यक्षतामा भएको वृक्षारोपण कार्यक्रममा नेपाली कांग्रेस जिल्ला सदस्य डि.बी लामा, तरूण दल जिल्ला अध्यक्ष ईश्वर पाठक, तरूण दल क्षेत्रिय सदस्य ठाकुर तितुङ लगायत तरूण नेता तथा कार्यकर्ताको उपस्थिति रहेको थियो ।तरूण दलले बगरमा सिमल,बकाइनो, मसला गरी विभिन्न जातका करिब दुई सय विरूवा रोपेको छ।

हेटौंडामा प्रहरीद्वारा विद्यालयलाई बिरूवा हस्तान्तरण

◆ विकास संवाददाता

ईलाका प्रहरी कार्यालय पशुपतिनगर र सामुदायिक सेवा केन्द्र मकवानपुर तथा सामुदायिक प्रहरी सेवा केन्द्र पशुपतिनगरले हेटौंडा ९ स्थित प्रगति उच्च माध्यमिक विद्यालयलाई बिरूवा हस्तान्तरण गरेको छ ।

विद्यालयको प्रङ्गणमा भएको एक कार्यक्रममा ईलाका प्रहरी कार्यालय पशुपतिनगरका प्रहरी निरीक्षक देवराज काफ्लेले विद्यालयका प्राचार्य निरञ्जन ढकाललाई धुपी लगायत बिभिन्न जातका बिरूवा हस्तान्तरण गरेका हुन् ।

कार्यक्रममा बोल्दै प्रहरी निरीक्षक काफ्लेले देश कोभिड १९ को प्रकोपमा रहेकाले कोभिड १९ बाट बच्न जसरी एक विरूवा र अर्को विरूवा बीच दुरी कायम रहन्छ त्यसैगरी कोरोनावाट बच्नका लागि भैक्तिक दुरी कायम गर्न जरूरी रहेको बताए । उक्त सन्देश दिन कोभिड १९ माहामारीका बीच विद्यालयलाई बिरूवा हस्तान्तरण गरिएको उनको भनाई छ ।

काफ्लेले कोरोना प्रकोपका बीच शान्ति शुरक्षामा सदैव तत्पर रहेकाले जुन कुनै समयमा प्रहरीलाई खवर गर्न हिच्किचाउन नपर्ने बताए । विद्यालयका प्राचार्य ढकालले इलाका प्रहरी कार्यालय पशुपतिनगर र सामुदायिक सेवा केन्द्र मकवानपुर तथा सामुदायिक प्रहरी सेवा केन्द्र पशुपतिनगरले गरेको सहयोग सराहनीय भएको र प्रहरी तथा सामुदायीक सेवा केन्द्र मकवानपुर बीचको सहकार्यले निरन्तरता पाउने बताए ।

विरूवा हस्तान्तरण कार्यक्रममा सामुदायीक प्रहरी सेवा केन्द्रका अध्यक्ष र ाम विष्ट,विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष विष्णुमणि अधिकारी, सामुदायीक प्रहरी सेवा केन्द्रका सदस्य सिताराम पौडेल लगायतको उपस्थिती रहेको थियो ।

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 वैज्ञानिक 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 विरामीलाई 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 वैज्ञानिक तवरले पुष्टी भएको छैन। हाल यस विषयमा 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 कोरोना भाइरसले 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