कोरोना जोखिम बढेपछि......... पृष्ठ ५ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com

खबरपत्रिका साप्ताहिक

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

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

● मकवानपुर, वर्ष-१३, ● अंक-०५ ● २०७७ भदौ ०१ गते सोमबार, ● 17 August 2020, ● नेपाल सम्वत्-११४०, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

कोरोना संक्रमितका लागि

थाहानगरमै हाइकेयर रूम संचालन

विकास सम्वाददाता

थाहा नगर

संभावित कोरोना संक्रमितहरूका लागि व्यवस्थित क्वारेन्टिन सेवा प्रवाह गरिरहेको थाहा नगरपालिकाले कोरोना पुष्टि भएकाहरूका लागि २९ साउनबाटै हाइकेयर रूम संचालनमा ल्याएको छ । थाहा नगरको ओम अध्याय रिसोर्टको क्वारेन्टाइनमा रहेका २ जनामा कोरोना भेटिएपछि उनीहरूलाई २९ साउन बेलुकी हाइ केयर रूममा स्थान्तरण गरिएको छ ।

२४ सै घण्टा डाक्टरको सेवा उपलब्ध हुने गरी ओम अध्ययाय रिसोर्टमा हाइ केयर रूम संचालनमा ल्याइएको थाहा नगरपालिकाका नगर प्रमुख लवशेर विष्टले जानकारी दिए ।

यसअघि कोरोना पुष्टि भएका संक्रमितहरूलाई एम्बुलेन्समा राखेर हेटौंडास्थित आइसोलेसन वार्डमा पठाउने गरिएको थियो । ओम अध्यायमा ५ वटा हाइकेयर रूम तयारी अवस्थामा राखिएको छ भने २० वटा नर्मल क्वारेन्टिन रूम रहेका छन् ।

थाहा नगरको क्वारेन्टाइनमा बसेर स्वाब परीक्षण गर्दा कोरोना पोजिटभ भेटिएका दुबै जनामा कुनै लक्षण देखिएको छैन । कोरोना पुष्टि भए पनि उनीहरूमा कुनै लक्षण नदेखिएको थाहा नगरपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख मेघराज बलामीले जानकारी दिए ।

थाहानगरमै भिटामिन 'के'को खोप सेवा

विकास सम्वाददाता

थाहा नगर

मकवानपुर थाहा नगर पालिकामा रहेको पालुङ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रबाट नवजात शिशुका लागि भिटामिन 'के' को खोप लगाउन शुरू गरिएको छ । थाहा नगरपालिकाको आफ्नै बजेट स्रोतबाट यो खोपको शुभारम्भ गरिएको थाहा नगरपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख मेघराज बलामीले जानकारी दिए ।

जिल्ला सदरमुकाम बाहिरको स्थानीय तहहरू मध्ये संभवतः थाहामा मात्र यो खोप सेवा शुरू भएको हो । यसअघि मुलुकका विभिन्न अस्पतालहरूमा मात्र यो खोपको सहज सेवा रहेको थियो । नेपाल सरकारले भिटामिन 'के' को खोप कार्यक्रम देशैभर संचालन गर्ने जनाएको छ ।

निःशुल्क रूपमा सञ्चालन भै रहेको आमा सुरक्षा कार्यक्रम अन्तरगत सुरक्षित सुत्केरी कार्यक्रमको प्याकेजमा समावेश गरेर देशभर नवजात शिशुलाई जन्मने बित्तिकै भिटामिन 'के' को खोप दिइने योजना रहेको परिवार कल्याण महाशाखाको खोप शाखा प्रमुख डाक्टर झलकशर्मा गौतमले जानकारी दिए । थाहानगरको पालुङ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रमा अघिल्लो आर्थिक वर्षबाटै यो खोप लगाउन शुरू गरिएको केन्द्रका इन्चार्ज डाक्टर सुबोध चापागाईले जानकारी दिए । बालबालिकाको रगत जम्ने तत्वको कमीबाट हुने मृत्युबाट जोगाउन भिटामिन 'के' को खोप लगाइने डाक्टर चापागाईले जानकारी दिए ।

जन्मने वित्तिकैका शिशुहरूमा भिटामिन 'के' को कमीका कारण कुनै चोटपटक वा घाउ लागेमा रगत बगिर हँदा कुनैपनि बेला दुर्घटना निम्तन सक्ने भएकोले यो खोप महत्वपूर्ण रहेको स्वास्थ्य केन्द्रका डा. चापागाइले बताए । डा. चापागाइले भने-'रक्तस्राव भएका शिशुलाई तुरून्तै भिटामिन के दिनुपर्दछ, यदि तत्कालै भिटामिन के दिइएन भने त्यस्ता शिशुको रक्तश्रावका कारण मृत्यु समेत हुनसक्छ ।'

मोक्तान परिवारलाई १५ लाख क्षतिपूर्ति

विकास सम्वाददाता

थाहा नगर

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १२ गैरीगाउँमा रहेको ढुङ्गाखानीमा आएको पहिरोमा परी ज्यान गुमाएका ५४ वर्षिय काले मोक्तानको परिवारलाई १५ लाख रूपियाँ क्षति पुर्ति दिने सहमती भएको छ ।

चौध वर्षदेखि सो खानी संचालन गर्ने माइनिङ एण्ड माइनिङ इन्डष्ट्रिज प्रा.लि. मा कार्यरत मोक्तानलाई वर्षको १ लाखका दरले १४ लाख र किरिया खर्च वापत थप १ लाख रूपियाँ दिने सहमती भएको स्थानीय मंगल तामाङले जानकारी दिए । ढुङ्गाखानीमा २९ साउन साँझ आएको पहिरोमा परी वेपत्ता भएको मोक्तानको शव ३० साउन विहान स्थानीय र प्रहरीको सहयोगमा फेला परेको थियो । यसैबीच मृतक परिवारलाई क्षतिपूर्ति दिने सहमती भएपछि अवरूद्ध त्रिभुवन राजपथ खुलेको छ । स्थानीयहरूले क्षतिपूर्तिको माग गर्दै पहिरो पन्छाउन रोकेका थिए ।

बाँकी पृष्ठ ५ मा

साँस्कृतिक धरोहर बज्रवाराही

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ६ मा रहेको बज्रवाराही मन्दिर । यहा प्रत्येक तीनतीन वर्षमा ठूलो मेला लाग्छ भने स्थानीयहरुले नियमित पुजापाठ गर्ने गर्दछन् ।

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 कार्यापालिकाको कार्यालय

इन्द्रायणीचौर, मकवानपुर

नेपाल सरकारको सूचना !

-खोक्दा, हाँछ्यू गर्दा, सफा कपडा, रुमाल वा पाखुलाले नाक, मुख छोप्ने ।
-पोषिलो र झोल पदार्थ प्रशस्त मात्रामा खाने ।
- अनावश्यक रुपमा मानिसहरुको भिड भएको ठाउँमा नजाने ।
- विरामीको घरेलु उपचारबाट स्वास्थ्यमा सुधार नभएमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा लैजानी । साबुन पानीले मिचिमिचि हात धुने ।
- आँखा, नाक तथा मुखमा अनावश्यक हात नलैजाने ।
- अरुले प्रयोग गरेको रुमाल तथा कपडा प्रयोग नगर्ने ।
- ५ वर्ष मुनिका बालबालिका, गर्भवती महिला, ६० वर्ष भन्दा बढिका ज्येष्ठनागरिक तथा दीर्घ रोगीलाई उचीत स्यहार सुरक्षा गर्ने ।

नेपाल सरकार

सूचना तथा सञ्चार प्रविधि मन्त्रालय

सूचना तथा प्रशारण विभाग

• सम्पादकीय •

पीसीआर परीक्षणको मापदण्ड

कोरोना भाईरस (कोभिड– १९) को संक्रमण रोक्न लकडाउन गरिएको दिनदेखि नै सर्वसाधारणबाट आउने मुख्य गुनासा एउटै हुन्थ्यो, ‘सरकारले लकडाउन मात्रै गऱ्यो, पीसीआर परीक्षणको दायरा बढाएन ’ पहिलोपटक करिब चार महिना पूर्णरूपमा लागू गरिएको मुलुकव्यापी लकडाउन खुकुलो भएको महिना दिन पुगेको छैनस कोभिडको संक्रमण फेरि नसोचेको गतिमा बढिरहेको छ । यसलाई नियन्त्रण गर्न थुप्रै जिल्लामा स्थानीय प्रशासनले पूर्ण र आंशिक लकडाउन जारी गरिसकेका छन् । यी ठाउँमा अहिले पनि सर्वसाधारणको पुरानै चिन्ता छ, ‘पीसीआर परीक्षण नबढाई सरकारले लकडाउन मात्रै गरेर हाम्रो जीवनशैली कठिन बनायो ।’ जनताका गुनासालाई सम्बोधन गर्न नसक्नु सरकारी कमजोरी हो । यतिखेर स्वास्थ्य मन्त्रालय पनि अलमलमै छ, पीसीआर परीक्षण कसको गर्ने ? कसको नगर्ने ? कोभिड– १९ भाइरसको संक्रमण भएको आशंकामा सुरुका दिनमा मुलुकभित्र स्वाब संकलन गरेर परीक्षण गर्न हङकङसम्म पुऱ्याउनुपर्ने बाध्यता थियो । किनकि विश्वमै नितान्त नौलो भएका कारण यो भाइरससँग जुध्ने संरचना मुलुकभित्र बनिसकेको थिएन ।

नेपालजस्तो आर्थिक अवस्था कमजोर रहेको मुलुकका लागि यो स्वाभाविक पनि हो । संक्रमतिको आशंकामा दैनिक १० हजारसम्म पीसीआर परीक्षण हुने गरेको छ । सुरु र अहिलेको अवस्था विश्लेषण गर्दा पीसीआर परीक्षणमा भएको यो उपलब्धिलाई सन्तोषजनक मान्नुपर्छ । तर पीसीआर परीक्षण कतिजनाको गरियो भन्दा पनि कसको गरियो भन्ने अहिलेको समस्या हो । पीसीआर कसको गर्ने र नगर्ने भन्नेमा स्पष्ट मापदण्ड बनाउनुपर्छ । सर्वसाधारणबाट आउने गुनासालाई सम्बोधन गर्न पनि यो मापदण्ड सहयोगी बन्न सक्छ । जनताको जिज्ञासा मेटाउन सक्नु भनेको उनीहरूलाई खुसी पार्नु पनि हो । यसो गर्न सकिएमा कोभिड नियन्त्रणका लागि सरकारले चलाएको अभियान सकारात्मक साथ र सहयोग पाउन सकिन्छ । अहिले पीसीआर परीक्षण गर्दा प्रतिव्यक्ति पाँच हजार पाँच सय रुपैयाँ लगानी पर्छ । हचुवाका भरमा परीक्षण गरिँदा दैनिक लाखौं रुपैयाँ लगानी खेर गइरहेको छ । किनकि पीसीआर परीक्षण गरिएको कुल व्यक्तिमध्ये १० प्रतिशतमा पोजेटिभ देखियो भने मात्रै त्यसलाई प्रभावकारी मानिन्छ । नेपालमा अहिलेसम्म भएका परीक्षणमा कमै दिन मात्र यस्तो नतिजा आएको छ । यो अवस्था आउनु भनेको पीसीआर परीक्षणमा स्पष्ट मापदण्ड बन्न नसक्नुले हो । लक्षण देखिएका भरमा कमैको मात्र परीक्षण गर्ने गरिएको छ । अधिकांश परीक्षण पहुँचका भरमा गर्ने प्रचलन छ ।

पीसीआर परीक्षण गरेर सामाजिक सञ्जालमा रिपोर्ट राख्दा इज्जत बढ्छ भन्नेहरू प्रशस्तै छन् । पीसीआर परीक्षणका लागि स्वाब संकलन गरेर प्रयोगशालामा दिएपछि पनि सयौं मान्छेलाई भेट्दै हिँड्ने प्रवृत्ति व्याप्त छ । स्वाब संकलन गरेर प्रयोगशालामा पठाएपछि एकान्तबासमा बस्नुपर्छ भन्ने सामान्य मान्यतालाई सबैले चिन्तन गर्नु जरुरी छ । स्वाब संकलन गरेर फर्किएपछि त्यसको नतिजा नआउँदै बाटोमै कोभिडको संक्रमण सरिसकेको हुन्छ भन्ने यथार्थलाई सबैले मनन गर्नुपर्छ । यसको मतलब लक्षण नदेखिएका नागरिकको पीसीआर परीक्षण गर्नु नै पर्दैन भन्ने होइन । क्वारेन्टाइनमा बसेकाहरूको मात्रै परीक्षण गर्नुपर्छ भन्ने पनि होइन । कोभिड पोजेटिभ देखिएका व्यक्तिले सम्पर्क गरेकाहरूको त परीक्षण हुनुपऱ्यो नैस सँगसँगै कुन क्षेत्रमा कति संख्याका नागरिकको परीक्षण गर्ने भन्ने मापदण्ड बन्नुपर्छ । सकिन्छ भने एकपटक पीसीआर परीक्षण गर्नुभन्दा नियमित साबुनपानीले हात धुने, स्यानिटाइजर प्रयोग गर्नेलगायतका स्वास्थ्य सुरक्षाका मापदण्ड पालना गर्नुपर्छ ।

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 ९८५५0७२३२२ र नरेन्द्र अधिकारी ९८५५0७0५६१

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

यूट्युबरको धन्दा- डलरको लोभमा समाज कुरूप बनाउने फण्डा !

भरत केसी

काठमाडौंको मौसम । अँध्यारो रात । झमझम पानी दर्किरहेको थियो । नयाँ पुस्तक पढौं भनेर यसो खोलेको मात्र के थिए, अफिमको नशा लागेझैँ भुसुक्कै निदाएछु । मध्यरातको प्रहरमा अनौठो सपना देखें । अचानक आँखा अघिल्तिर ७ सूर्य बालेझैं चम्किलो प्रकाश पऱ्यो ।

नेपथ्यबाट मधुर स्वरमा 'ए बालक उठ् !' भन्ने आवाज मेरो कानका भित्तामा ठोक्कियो । यसो हेरेको भगवान् श्रीकृष्ण 'राधे ! राधे !' भन्दै मेरो समिपमै आउनुभो । सपनामा साक्षात भगवानको विराट रूप देखेर एक टक त मुटु नै रोकियो । ओठ काप्न थाले । म बबुरोलाई किन भेट्न आउनुभएछ भनि कौतूहल जाग्यो । दबेको आवाजमा 'के कति कामले पाल्नुभएको होला प्रभू ?' भनी बिन्ती बिसाएँ । 'स्वर्गबाट एउटा मुद्दा लिएर आएको छु, भेटघाटमा निस्केको ।' भगवान्को जवाफ पूरा हुन नपाउँदै मैले प्रश्न तेर्स्याइहालें, 'कोसँगको भेटघाट हो प्रभू ?' 'नेपाली यूट्युबरसँग' प्रभूले छोटो जवाफ फर्काउनुभो । ओहो ! प्रभू यो त गज्जबकै कुरा सुनाउनुभयो, हाम्रो लागि गौरवको कुरा हो, मैले उत्साहित हुँदै भने । भगवान् तातिँदै बोल्नुभो, 'केको गौरव ? नेपाली यूट्युबरले स्वर्गमा समेत बसिखान दिएनन् । नेपाली यूट्युबरका भिडियोले देउता समेत बिग्रिसके ।'

'कसरी प्रभू ?' मैले बाल जिज्ञासा राखें ।

'दिनरात नेपाली यूट्युबरका काण्डैकाण्ड र उच्छृंखल भिडियो हेरेर २-४ जना देउता समेत क्यामेरा काँधमा राखी यूट्युबर जस्तै भइसके । भगवान्का घरघरमा गएर कतिका घरमा झगडा पारिसके भने कतिका पारपाचुके समेत गराइसके । अस्ति १ जना यूट्युबर-देउताले त यमराजले गर्ने फैसला पनि आफैं गरि दिएछन् । कम्ती फसाद परेन ? एउटालाई लैजानुपर्ने अर्कै मनुष्य परेछ । त्यसमाथि यूट्युबर परेछ । मृत्यलोकमा एकछिन त भागाभाग चल्यो । तुरून्त पृथ्वीलोकमा पुऱ्याइदिएको । धन्न साथमा क्यामेरा र हेनछ, त्यो दिन हामी बच्यौं । त्यही भएर यूट्युबरलाई सम्झाउन आएको,' प्रभूले भन्नुभयो । प्रभूलाई सुनेर म खितखित हाँसे । मैले भने, 'यो काम त नेपाल सरकारले नै गरिहाल्थ्यो प्रभू, हजुरले आउने कष्ट नगर्नु भए हुने ।'

'तिम्रो सरकार पनि यूट्युबर भन्दा कम्ताको छ र ? सरकारका काण्डको लिस्ट यूट्युबरभन्दा ठूलो छ,' भगवान्ले कडक जवाफ दिनुभो । म चुप लागें । एकछिन सन्नाटा छायो । छोटो अन्तरालपछि भगवान् बोल्नुभो, 'पसलहरूको अवलोकन गर्छौ बालक ?'

'कस्तो पसल भगवान् ?' मैले सोधें ।

'तिनै व्यापारिक पसल जस्ता यूट्युब च्यानल ।' मलाई पनि उत्सुकता जाग्यो । लौ न प्रभू हेरिहालौं । स्वर्गमा समेत ट्रेन्डिङमा आउने भिडियो कस्ता रहेछन् ? भगवान्ले आफ्नो शक्तिद्वारा ठूलो मल जस्तो स्क्रिन प्रकट गर्नुभयो । जसमा थरिथरिका पसलहरू सजाइएका थिए । बाल चञ्चलता जसरी मनमा उत्सुकता जाग्यो । अब चाहिँ मलाई पसल-पसल चहार्न मन लाग्यो । जे पर्ला-पर्ला । यूट्युबको मलमा छिरें । यस्तो लाग्यो कुनै मल्टिपरपोजको विदेशी मलमा छिरे जस्तै । क्या सानदार सजाएर राखिएका पसलहरू । पसलका उरन्ठेउला नाम सुन्दा यस्तो लाग्थ्यो - न्वारन गर्ने पण्डित कुनै फेस-रिडरभन्दा कम्ता नहोला । थरिथरिका सटरहरू । साहुजी त झन् कति काइदाका । थरिथरिका यूट्युबर साहु देखिए । बजारमा बेच्न राखिएका रङ्गीबिरङ्गी बेलुन जस्तै । कसैका वालमा उत्तानो परेका फोटाहरू सजिसजाउ थिए । कसैले बिजुलीको पोलमा करेन्ट निकाल्न लागेझै अर्धनग्न स्त्रीको तस्वीर टासेका थिए । क्या काइदाको दुनिया बाबै ! सबैभन्दा पहिले एउटा पसलमा छिरें । एउटा जड्याहा जस्तै उपरमुन्टेले जोसिँदै भन्यो, 'वेलकम टु माई च्यानल ।' साहुजी थियो सायद त्यो पसलको । 'हाई डोज'मा छन् जस्तो लाग्यो र त्यो पसलबाट बाहिरिए । सिधै अर्को पसलमा फाल हालें । वालमा २ खुट्टाको बीचमा सिरानी च्यापेकी सुन्दरीको तस्वीरले स्वागत गऱ्यो । नाम पनि पूरै 'कामुक' ! यो च्यानलमा छिर्दा यस्तो लाग्यो म नेपालमा छैन । सिधा बुझ्ने हो भने 'मिनि पोर्न' साइट जस्तो । पोर्न साइटका गतिविधि त हुँदैनन् होला तर बोल्न र भन्न बाँकी केही पनि राख्दा रहेनछन् । यो खालका पसलका निश्चित ग्राहक हुँदा रहेछन्, कमेन्ट हेरेपछि थाहा भयो पूरै उत्तेजित कमेन्ट !

छेवैमा अर्को पसल पनि रहेछ । यसले पनि त्यस्तै काम गर्दो रहेछ पहिलाको पसल जस्तै तर यसमा चाहिँ मान्छेलाई प्रत्यक्ष हसाउनु पर्दो रहेछ । त्यो पनि पूरापूर 'भल्गर' बोलेर । यस पसलमा 'म भन्छु नि कत्रो छ !' भन्दै एक जना साहुजीकै कोही कराउँदै थिई । बाहिर निस्कने निर्णय गरें ।

अगाडि हेर्दा झन् आपत आइलाग्ला भन्ने डर ।

त्यो पसलबाट फुत्त निस्कें र अर्कोतर्फ लागें । यो पसलको साहुजी बोल्यो, 'नमस्कार तपाईंलाई स्वागत छ हाम्रो बहसमा' । यो पसलमा पूरै संसद भवनवाला 'फिल' । यस्तो लाग्यो देशको पूरै राजनीति यहीँ पसलबाट चल्दैछ । साहुजीका आसपास २ जना नेता जस्तै देखिने छोटे भलादमी थिए । एउटाले औलो उठाउँदै भन्यो, 'तेरो पार्टीका नेताहरू चोर हुन् चोर ।' अर्को बीचैमा जंगियो, 'तेरो पार्टी त दलाल हो दलाल, बलात्कारी पार्टीको झोले !' साहुजी बीचैमा बोल्यो, 'तपाईंहरू यसरी झगडा नगर्नुस् । कार्यक्रमलाई सभ्य बनाउनुस् ।' अन्तिममा पो थाहा भो - साहुजीको कामै दुनियाँलाई त्यहाँ ल्याएर झगडा गराउने रहेछ । वक्ताहरू बोल्दै उफ्रिँदै थिए, बुरूक्क-बुरूक्क भ्यागुता जस्तै । कतिबेला हात हालाहालमै उत्रिन्थे । खुबै रोमाञ्चक । कानको आधा श्रवण शक्ति यिनको कर्कस आवाजले खायो । त्यहाँबाट पनि कुलेलम हानें । छेवैमा अर्को पसल रहेछ । पसलको नामै अभियन्ता खालको थियो । एक जना आँखामा आँशु निकाले जसरी सानो स्वर मा एउटा बालिका देखाउँदै बोल्दै थियो । 'हेर्नुस् नाईले यो बहिनीको पूरै शिर मुण्डन गरिदिएछ, नाङ्गो जंगलझै कुरूप देखियो । त्यसैले यसको टाउकोमा कपाल उमार्न जसरी भए पनि सहयोग गर्नुहोला, प्लिज प्लिज ।'

अर्को मनुवाले बोल्दै थियो । 'हेर्नुस् मेरो नङ काट्दा मासु पनि काटिएछ । नङको अपरेसन गर्न कृपया केही पैसा सहयोग गर्नुहोस् ।' यो चाहिँ पूरै हप्ता असूल कारोबारवाला पसल लाग्यो । हुरीले घरको छानो उडाएकादेखि कट्टु हराएका सारा गुनासाका पोका यही पसलमा हेर्न पाइयो । यस प्रकारका पसलका ग्राहक प्रायः देश बाहिर बस्दा रहेछन्, त्यो चाहिँ कमेन्ट हेरेपछि थाहा भयो । लुखुरलुखुर अर्को पसलको गेटमा पुगें । भिडियो चल्यो अनि साहुजीले बोल्न शुरू गरे, 'नमस्कार म फलानो पत्रकार !' एक जनाको मुखै अगाडि माइक ठड्यायो र भन्यो, 'भन्नुस् यो मृत्यु कसरी भयो ? के मृत्यु हुनुअघि तपाईंलाई मृतकको फोन आकोथ्यो ?' पछि थाहा पाए कसैका परिवारका सदस्यको मृत्यु भएको रहेछ र मुर्दालाई पोस्टमोर्टम कक्षमा पर्खिरहेका रहेछन् । विचराहरूका आँखामा आँशुका छाल बगिर हेका थिए । तर त्यो यूट्युबरले प्रश्न सोध्न छोडेन । छेवैको एक जना बहिनीले जंगिँदै भनिन्, 'छिः मान्छेको वेदना पनि नबुझ्ने कस्तो यूट्युबर ।' यो पसले अलि असामाजिक लाग्यो । मनले यो पसलमा धेरै बेर बस्न दिएन ।

मैले श्रीकृष्णलाई सोधें, 'भगवान् यिनले यतिबिघ्न किन गरेका होलान है ?' छोटो जवाफ फर्काउनुभयो, 'पैसाको लागि नरपिशाचहरू ।' 'अरूको चरित्र हत्या गरेर कसरी पैसा आउँछ र ?' मैले फेरि प्रश्न तेर्स्याएँ । 'जुन कन्टेन्ट बढी हेरिन्छ त्यसलाई यूट्युबले बढी पे गर्छ । त्यही भएर यिनीहरूले सूचना संकलन र पत्रकारिताका नाममा उच्छृंखलता फैलाए नि ! धन्दावाला व्यापारी !' एउटा अर्को पसलमा छिरौंन त सोचेर गएँ । निक्खर मानवअधिकारवादी देखिनेवालाहरू हुँदा रहेछन यहाँ । सारा देशको पीरमर्काको चिन्ता लिएर बस्या छन् चिन्तारामहरू । लौ न देश बिगारे यिनले भन्दै एउटा फतरफतर गर्दै थियो शुरूआती भिडियोमै । यो चाहिँ आफ्ना विपक्षीलाई गालीगलौज गर्न खोलिएको पसल रहेछ । अर्को छेउमा एक जना कराउँदै थियो, 'दुई कौडीका नेता !' जोइले पोइ छोडेका, बहुविवाहदेखि जारी लिने र बिगो तिर्नेसम्मका मुद्दाहरू यो पसलले हेर्दो रहेछ । बुढाको सम्पत्ति लिएर अर्कैसँग फरार हुनेदेखि फिर्ता ल्याइदिनेसम्मका मुद्दा यही पसलमा देखिए । खेतको साध मिचिँदा होस्, चाहे टिप्परले किचिँदा होस्, यही पसलमा छिनोफानो हुने रहेछ । यूट्युब मलका पसल चाहर्दै थिएँ, भगवान्ले ठूलो स्वरमा बोल्नुभो, 'यसलाई भन्छन् यूट्युब खेतीको आतंक ।' प्रभूको जोरको कर्कस आवाजले निद्राबाट झसंग ब्युँझिए । साँचो अर्थमा भन्ने हो भने विषयवस्तुलाई तोडमोड गरेर सनसनीपूर्ण खुलासा भन्दै बेतुकका 'हेडिङ' राख्ने प्रवृतिले आमसञ्चारलाई नै अभद्र तुल्याएको छ । सस्तो प्रचारबाजी र सस्क्राइबको लोभमा यूट्युबरहरू क्यामेरामा जे पनि कैद गर्न र जे पनि बक्न तयार देखिन्छन् । यिनले समाजलाई सही सूचना सम्प्रेषण गर्न यूट्युबको प्रयोग गरेनन् । बरू भएभरका सामग्रीलाई सनसनीपूर्ण बनाएर समाजलाई बेवकुफ र दिग्भ्रमित पारिरहे ।

सूचना र समाचार प्रकाशन सम्बन्धी काम गर्ने यूट्युबरलाई बाँध्ने कुनै वैधानिक कानून वा पत्रकारिताका आधारभूत परिधिभित्र कस्ने कानूनको टड्कारो आवश्यकता देखिन्छ । यूट्युबरहरू स्वयंले पनि समाज र सामाजिक परिवेशलाई ख्याल राखी सनसनीपूर्ण खबर भन्दा पनि सूचनामूलक खबर प्रसारण गर्न पट्टि ध्यान दिन आवश्यक देखिन्छ ।

आखिर तिमी दिनभर गर्छौ के ?

कार्यथलोबाट फर्किएपछि श्रीमान् कराउँछन्, 'खै, एक कप चिया बनाऊ त ।' श्रीमतीले हताररहतार चिया बनाएर ल्याइदिन्छे । सोफामा ढल्किएर तात्तातो चियाको चुस्की लिदै गर्दा श्रीमान् सोध्छन्, 'मेरो मोबाइलको चार्जर खोजेर चार्जमा राखिदेऊ ।' कुनै आज्ञाकारी बालक झैंरू श्रीमतीले त्यसै गर्छिन् । त्यसपछि उनी बालबच्चाका लागि नास्ता बनाउन थाल्छिन् । श्रीमान् भन्छन्, 'ए, टिभीको रिमोट कहाँ राख्यौं, एकछिन समाचार हेर्नुपर्‍यो ।'

श्रीमती जुठो भाँडावर्तन उठाइरहेकी छिन् । उनले श्रीमानरूको कुरा सुनेर पनि नसुने झैं गर्छिन् । श्रीमान् कराउँछ, 'टिभीको रिमोर्ट कहाँ छ भनेको ?' श्रीमती झर्को मान्दै भन्छे, 'आफैं खोज्नुहोस्, म भ्याउँदिन ।'

श्रीमान् अरू चर्को स्वरमा कराउँछ, 'तिमीले काम चाहि के गर्‍यौ ?' श्रीमानरूलाई लाग्छ घर व्यवहारको सम्पूर्ण भार आफूले बोकेको छ । घर भाडा, खानेकुरा, बालबालिकाको विद्यालय शुल्क, लुगाफाटो, बिजुली–पानीको शुल्क, चाडपर्व–मनोरञ्जन खर्च सबै आफैंले बन्दोबस्ती गर्नुपरेको छ । उनलाई झोक चल्छ, 'घरमा बस्ने श्रीमतीसँग मेरो लागि त्यति सानो काम गर्ने फुर्सद् पनि हुँदैन ?'

हाम्रो पारिवारिक संरचनामा धेरैजसो श्रीमती, आमा वा दिदीबहिनीले घरधन्दाको काम सम्हाल्छन् । खासगरी भात–भान्साको सम्पूर्ण जिम्मेवारी श्रीमतीको भागमा छाडिन्छ । अर्थात् उनीहरू 'गृहणी' हुन्छन् । हुन त श्रीमतीलाई अवहेलना गरेर यस्तो जिम्मेवारी सुम्पिएको हुँदैन । खासमा महिलाहरू नै खानपानको काममा, घर सजावटको काममा, बालबच्चा हुर्काउने काममा पोख्त र सिपालु हुन्छन् । त्यसैले घर–धन्दाको काम उनीहरूलाई सुम्पिएर घर(व्यवहारको काम पुरूषहरूले सम्हाल्ने गर्छन् । वास्तवमा यो पारिवारिक तालमेल मिलाउनकै लागि गरिएको कामको बाँडफाँट हो ।

त्यसो त कतिपय दम्पती दुवै पेसाव्यवसायमा आबद्ध छन् र उनीहरू घरभित्रको काम पनि मिलिजुली गर्छन् । आखिर जे भए पनि पारिवारिक तालमेल मिलाउनका लागि श्रीमान् र श्रीमतीले आ(आफ्नो जिम्मेवारी, कर्तव्य पूरा गर्नैपर्‍यो ।

धेरैजसो अवस्थामा के देखिन्छ भने श्रीमानरूहरू घर बाहिरको काम गर्छन् । पेसा–व्यवसायबाट राम्रै आयआर्जन गर्छन् । परिवारकै सुख र सम्पन्नताका लागि उनीहरू दिनरात खटिन्छन् । यद्यपि उनीहरू के सोच्छन् भने, परिवारको सम्पूर्ण भार आफूले मात्र थामिएको छ। अर्थातरू् घरखर्च जुटाउने, घर व्यवहार धान्ने र आयआर्जनको काममा लाग्नु मात्र काम हो । जबकि घरभित्रका ती तमाम काम गर्नु आफैंमा सहज हुँदैन । परिवारको स्वादअनुसार सागसब्जी तयार गर्नु, खाना पकाउनु, बालबच्चालाई र परिवारलाई ख्वाउनु, जुठोभाँडा सफा गर्नु, कुचो लगाउनु, लुगाफाटो मिलाउनु, बालबच्चालाई विद्यालयका लागि तयार गर्नु, श्रीमानरूको सरसामान तयार गरिदिनु । खासमा गृहिणीले यन्त्र झैं यी सबै काम चुपचाप गरिरहेका हुन्छन् । तर श्रीमान् भन्छन्, 'आखिर तिमी दिनभर के गर्छौ ?'

जसै लकडाउन भयो, श्रीमानरूहरूको कामधन्दा ठप्प भयो । उनीहरू घरभित्रै बसे । बालबच्चा, श्रीमान–श्रीमती सबै एकसाथ बसे । यस अवधिमा कतिपय श्रीमानरूले त्यही काम गरे, जो अरूबेला श्रीमतीले गर्थिन् । सम्भवतः उनीहरूले बुझे होलान्, घरधन्दाको काम सम्हाल्नु पनि सानो काम होइन । एउटी गृहिणीले घरधन्दाको काम कति कुशलतापूर्वक सम्हाल्छिन् ? परिवारको स्वास्थ्य र सुखका खातिर कसरी आफूलाई भुल्छिन् ? भात पकाउनु, भाँडावर्तन माझ्नु, कुचो लगाउनु, लुगा धुनु यी सबै अनुत्पादक झैं लाग्ने कामहरू हुन् ।

एउटी गृहणीको दैनिकी कस्तो हुन्छ ?

बिहान

आफू फ्रेस हुन नपाउँदै हतार–हतार चिया पकाउने । छोराछोरीका लागि नास्ता बनाइदिने । विद्यालयको लुगाफाटो तयार गरिदिनुपर्‍यो । चिया पिउँदै सब्जी केलाउने, काट्ने । खाना पकाउनुपर्‍यो । सबैलाई खाना पस्कने, ख्वाउने। छोराछोरीलाई स्कुलसम्म पुर्‍याउने ।

दिउँसो

घरमा जुठोभाँडा माझ्न बाँकी नै छ । घर भरि फोहोर छ । ओछ्यान मिलाएकै छैन । सबै सफासुग्घर गर्दागर्दै समय बितेको पत्तो हुन्न । मैला लुगा धुनुपर्नेछ । साँझको लागि सागसब्जी जोहो गर्नुपर्नेछ । कामबाट फुर्सद मिलेमा फूल रोप्ने, स्याहार्ने वा घर सजाउन मन लाग्छ ।

साँझ

बालबच्चा विद्यालयबाट आइपुग्छन् । लुगाफाटो फेरिदिनुपर्छ । नास्ता बनाइदिनुपर्‍यो । होमवर्क गराउनुपर्‍यो । त्यसपछि बेलुकीको लागि खाना तयार गर्ने हतारो ।

राति

सबैलाई खाना दिएर जुठो भाँडावर्तन सफा गर्‍यो । कुचो लगायो । ओछ्यान मिलाइदियो । बालबच्चालाई सुतायो । त्यसपछि पनि कहाँ ढुक्कले बस्न पाउँछन् र ?

झ्याल–ढोका राम्ररी लगाएको छ(छैन ? खानेकुराहरू छोपछाप गरिएको छ(छैन ? धोएर सुकाएको लुगाफोटो बाहिर नै पो छ कि ?

सुत्ने समय भइसक्दा पनि कुनै काम पो बाँकी छ कि भनेर मन शान्त हुँदैन । घरभित्रका स–साना काम देखिँदैन । तर त्यही काम कुशलतापूर्वक सम्पन्न गर्न त्यति सहज छैन । बिहान उठेदेखि राति सुत्ने बेलासम्म पनि घरधन्दाको काम सकिएकै हुँदैन । तैपनि श्रीमान् भन्छन्, 'तिमी काम चाहिँ के गर्छौ ?' साथीसँगी भन्छन्, 'घरमै बस्ने मात्र हो, अरू काम गर्दैनौ ?' आफन्त–इष्टमित्र भन्छन्, 'घरमा बसिरहँदा दिक्क लाग्दैन, केही काम गर्नु नि ।'

चिरिच्याट्ट पहिरन–शैलीको १० काइदा

केही न केही मात्रामा भए पनि चिरिच्याट्ट बन्नु हरेक मानिसको चाहना हुन्छ । तर, यो चाहना कसरी पूरा गर्ने भन्नेबारे धेरैमा अन्योल हुन्छ । यो अन्योल पूरा गर्न यहाँ केही उपाय उल्लेख गरिएको छ –

१. कुनै पनि सामग्री विशेष अवसरमा मात्र नकिन्नु

हामीमध्ये धेरै मानिसले विवाह, कुनै चाडपर्व, जमघट लगायतको अवसरको लागि मात्र केही नयाँ कपडा वा आवश्यक कुरा खरीद गर्छौं । तर, अन्य अवस्थामा भने हामी यतातर्फ धेरै ध्यान दिँदैनौं ।

तर, अन्य अवस्थामा पनि आफ्नो लागि आवश्यक सामग्री खरीद गर्नुले तपाईंलाई पृथक देखाउँछ । साथ बजारमा चलेको कुराको पछि लाग्नुभन्दा पनि कुनै साधारण र स्तरीय कुरामा ध्यान दिनु राम्रो हुन्छ, जसलाई तपाईंले पटकपटक प्रयोग पनि गर्न सक्नुहुन्छ । यसो गर्दा तपाईंलाई सधैं एउटै लुगा लगाएको जस्तो महसुस पनि हुँदैन ।

२. आफूलाई फिट हुने कुरा नकिन्नु

आफूलाई फिट नहुने कपडा वा अन्य सामग्री थुपारेर राख्ने बानी हटाउनु हुँदैन । कुनै दिन आफूलाई फिट हुन्छ भनेर राख्नु राम्रो बानी होइन । त्यसैले आफूलाई फिट नहुने कपडा कसैलाई दिने वा अर्को कुनै हिसाबले प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ ।

३. नसुहाउने कुरामा ध्यान नदिनु

कहिलेकाँही कुनै पनि कुरा आफूलाई फिट पनि हुन्छ तर आफूलाई उक्त कपडा वा कुरामा असहज महसुस हुन्छ र खासै खुल्न सकिँदैन भने त्यस्ता कुराहरूलाई जोगाएर राख्नु हुँदैन ।

४. पैसा बचाउन मात्र सामान नकिन्नु

ठूलो छुटमा केही सामान पाइयो भने हामी मख्ख परेर किन्छौं । तर, यस्तोमा हामी वास्तवमा नै त्यो सामान आफूलाई आवश्यक हो वा होइन भन्ने कुरा सोच्दैनौं । यसरी किनेको कपडा वा अरू कुनै सामग्री तपाईंले खासै प्रयोग पनि गर्नुहुन्न । यो केवल तपाईंको पैसाको खर्च मात्र हुन्छ ।

५. एउटा किन्दा अर्कोलाई हटाउनु

धेरै मानिसहरू आफूलाई मन परेको सामग्री वा कपडा किनेपछि पनि पुरानोलाई पनि जोगाइराख्छन् तर त्यसको प्रयोग भने गर्दैनन् । यसले बेकारमा तपाईंको ठाउँमात्र साँघुरो बनाइरहेका हुन्छन् । त्यसैले नयाँ सामग्री किनेपछि पुरानो कपडा आवश्यक पर्ने मानिस तथा संस्थालाई दिनु राम्रो हुन्छ ।

६. स्टाइलिश साथीसँग साटासाट गर्नु

कहिलेकाहीँ एकपटक प्रयोग गरिसकेको कपडा वा सामग्री आफूलाई लगाउन वा प्रयोग गर्न मन लाग्दैन । तर, नयाँ खरिद गर्दा पनि पुरानोलाई के गर्ने भन्ने चिन्ता हुन्छ । यस्तोमा तपाईंको स्टाइलिश साथीसँग उसको सामग्रीसँग साट्नुहोस् । यसले दुवैको समस्या एकैपटक समाधान हुन्छ ।

७. नयाँ केही गर्ने प्रयास

सधैं एकै प्रकारको कपडा लगाउने शैलीको कारण तपाईंको स्टाइल एउटै देखिन्छ । तर, जब तपाईं आफ्नो शैलीमा केही फरक गर्नुहुन्छ । तपाईंलाई पनि नयाँपनको महसुस हुन्छ ।

८. कठिन निर्णय गर्नु

धेरै मानिसहरू आफूले लगाउँदै गरेको कपडा सकेसम्म त्याग्न चाहँदैनन् । तर, उनीहरूले यस्तो कपडा लामो समयदेखि लगाएको पनि हुँदैनन् । त्यसैले आफूले धेरै प्रयोग नगर्ने कपडालाई बचाएर राख्नुको कुनै अर्थ हुँदैन । त्यसैले ६ महिनाको समयसीमा राख्नुहोस् र यो समयमा प्रयोग नगर्ने कपडा तथा सामग्रीलाई छाडिदिनुहोस् ।

९. एकै किसिमको पोशाक छनोट गर्नु

धेरै मानिसमा फरक फरक किसिमको कपडा लगाउनाले स्टाइलिश बन्न सकिन्छ भन्ने धारणा छ । तर, वास्तवमा तपाईंलाई सबैभन्दा सुहाउने र मनपर्ने कपडा छनोट गर्नुहोस् र सधैं त्यस्तै किसिमको कपडा रोज्नुहोस् । यसले तपाईंलाई झन् आकर्षक बनाउँछ । विश्वका सबैभन्दा स्टाइलिश मानिसहरू पनि सधैं एकै किसिमको कपडा लगाउँछन्, यसरी उनीहरूले आफूले लगाउने कपडालाई नै एक पोशाक बनाउँछन् ।

१०. आफूसँग भइसकेको कुरामा नै लगानी गर्नु

मानिसहरू आफूले प्रयोग गर्दै आएको सामग्री वा कपडामा अलिकति मात्र केही भयो भने त्यसलाई लगाउँदैनन् । तर, तपाईंको नजिकैको मर्मत गर्ने स्थानमा गएर यसलाई मर्मत गराएर फेरि प्रयोग गर्न सकिन्छ । किनकी तपाईंले नयाँ किन्ने सामग्री पहिलाको जस्तो राम्रो नलाग्न पनि सक्छ ।

भित्री बस्त्रको छनौटमा हुनसक्छ यी गल्ती

प्रजनन स्वास्थ्यसँग प्रत्यक्ष जोडिने भएकाले भित्री बस्त्रको बारेमा संवेदनसिल हुनैपर्छ । भित्री बस्त्र छालामैत्री वा सहज हुनुपर्छ । भित्री बस्त्रका लागि सुती नै सही हुनसक्छ । सुतीको भित्री बस्त्र लगाउँदा सिल्क वा सिन्थेटिकको जस्तो समस्या हुँदैन । सिल्क वा सिन्थेटिकमा हावा पस्दैन । यसले छालाको इन्फेक्सन हुनसक्छ । सिन्थेटिक कपडा नै किनेपनि भित्रको लाइनिङ सुतीकै हुनुपर्छ

भित्री बस्त्र कुन साइजको लिने ? त्यो तपाईंको शरीरमा निर्भर गर्छ । कसैलाई ठूलो चाहिएला, कसैलाई मझौला, कसैलाई सानो । आफुलाई फिट हुने भित्री बस्त्र किन्नुपर्छ । यसको पेन्टी, ब्रा जेसुकै होस्, आफ्नो नाप अनुसार सही छ भने हिँडडुल गर्न सजिलो छ । कस्तो रंगको भित्री बस्त्र ? यो प्रश्न हामीलाई अर्थहिन लाग्छ । तर, चिकित्सकहरू भन्छन् सेतो पेन्टी लगाउनु उपयुक्त हुने बताउँछन् । रंगबिरंगी पेन्टी आकर्षक देखिएपनि सफा एवं सेतो रंगको भित्री बस्त्र नै राम्रो हुन्छ ।

एक सर्वेक्षण अनुसार ७० देखि ८० प्रतिशत महिलाहरू गलत साइजको ब्रा लगाउनाले गम्भिर रोगहरूको चपेटामा आउँछन् । किनभने, गलत साइजको ब्रा लगाउनाले केवल ढाँड अथवा गर्दन दुख्ने मात्र होइन स्तन क्यान्सर, हार्ट बर्न, पाचन सम्बन्धी समस्या, छाला सम्बन्धी समस्या र टाउको दुख्ने जस्ता विभिन्न समस्या उत्पन्न हुन्छ ।

स्तनपान गराउने आमा

स्तनपान गराउने आमाहरूले प्रायः बच्चाहरूलाई स्तनपान गराउने क्रममा सानो साइजको ब्रा लगाउँछन् । जसले छातिमा दबाव हुन्छ र स्तन भारी भएका कारण महिलाहरू झुक्छन् । त्यस्तो झुकावले ढाडको हड्डीमा दवाब पर्छ र ढाड दुख्न थाल्छ ।

गर्दनको पीडा

काँध र गर्दन दुख्नुको कारण कसिलो ब्रा र त्यसको स्ट्रिप्स हो । त्यसैले सधैं आफ्नो स्तनको साइज अनुसारकै ब्राको छनोट गर्नु पर्छ ।

छाला सम्बन्धी समस्या

कतै तपाईंको स्तन वरपर स–साना फोकाहरू त छैनन् ? यदि त्यस्तो समस्या छ भने त्यसको कारण तपाईंले प्रयोग गर्नु भएको अत्याधिक कसिलो अथवा खुकुलो ब्रा हुन सक्छ । त्यसले गर्दा तपाईंलाई फंगल इन्फेक्सन पनि हुनसक्छ ।

स्तन क्यान्सर

अत्यधिक कसीलो ब्रा लगाउनाले रक्त सञ्चार रोकिन्छ र स्तन क्यान्सरको कारण बन्छ । त्यसबाहेक ब्रेस्ट लिगामेन्ट क्षति हुने खतरा पनि बढ्छ ।

जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५५/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

दुई वर्षको अवधिमा हेटौंडामा १७ जनाले गरे 'आखाँ दान

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा सामुदायिक आखाँ अस्पतालको परिसरमा दुई वर्षको अवधिमा १७ जनाले आखाँ दान गरेका छन् । उक्त केन्द्रले धेरै जनाको आखाँको नानी संकलन गरिसकेको छ । हेटौंडा सामुदायिक आखाँ अस्पतालमा पहिलोपटक हेटौंडा उपमहानगरपालिका ४ खोपेगल्लीका रामकृष्ण श्रेष्ठको नानी संकलन गरिएको थियो ।

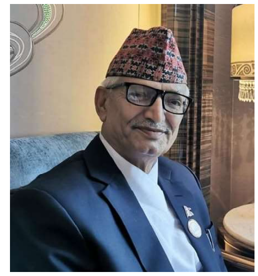
हेटौंडा उपमहानगरपालिका १० स्थित टीसीएनमा रहेको हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालले लकडाउन खुले संगै दैनिक २०/३० जना आँखाका बिरामीलाई सेवा दिइरहेको छ । एक दशकअघि नेपाल आँखा कार्यक्रमअन्तर्गत तिलगंगा आँखा प्रतिष्ठान काठमाडौंको शाखाको रूपमा उक्त अस्पतालको स्थापना गरिएको थियो ।
दुई वर्षको बीचमा अस्पतालले ४ हजार जनाको आँखा परीक्षण गरेको छ भने यो अवधिमा १२ सय ७३ जनाको आँखाको शल्यक्रिया गरेको छ । सबैभन्दा बढी लगभग २ हजार जना मोतियाबिन्दुका रोगीहरूको शल्यक्रिया गरेको अस्पतालले जनाएको छ । एक बिघा एक कट्ठा जमिनमा फैलिएको उक्त अस्पताल २०६५ मंसिर ५ गते स्थापना भएको हो । बर्सेनि करिब ३ हजार जनाको आँखाको मोतियाबिन्दुको शल्यक्रिया गर्ने गरेको छ । उक्त आँखा अस्पतालमा आँखाको उपचारका निम्ति स्वदेशी मात्र होइनन्, भारतीय नागरिकहरू पनि आउने गर्छन् । 'अस्पतालले आँखाको बिरामीको मन जितेको छ, अब हाम्रो चुनौती भनेको हालसम्मको उपलब्धिलाई जोगाउन र नयाँ उपकरण थप्दै सम्पूर्ण आँखा र ोगीको उपचार हेटौंडामा हुने व्यवस्था मिलाउनु नै हो, हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालका वरिष्ठ प्रशासकीय अधिकृत सुधीर श्रेष्ठले भने, 'अस्पतालका डाक्टर , नेत्र सहायक, कर्मचारीको अथक मिहिनेतका कारण आँखाको उपचारका लागि हेटौंडा नयाँ गन्तव्यको रूपमा अगाडि बढिरहेको छ ।' हेटौंडामा आँखा परीक्षणका लागि मकवानपुरसहित बारा, पर्सा, रौतहट, सर्लाही, महोत्तरी र भारतका बासिन्दासमेत आउने गरेको उनले बताए । आँखाका बिरामीहरू खोज्दै अस्पतालले मकवानपुर बाहेक अन्य जिल्लामा समेत आँखाको निस्शुल्क परीक्षण शिविर सञ्चालन गर्दै आएको छ । वर्षमा करिब ३५ वटाभन्दा बढी आँखाको निस्शुल्क परीक्षण शिविर संचालन गर्ने गरेको छ ।

शिविरमा फेला परेका मोतियाबिन्दुका रोगीहरूलाई अस्पतालमा ल्याएर निशुल्क रूपमा शल्यक्रिया गर्ने गरेको छ । मकवानपुर बाहेक विभिन्न जिल्लामा आँखाको शिविर सञ्चालन गरेकाले अस्पतालमा बिरामीको चाप बढेको हो । तिनजना नेत्ररोग विशेषज्ञ डाक्टर हरू अस्पतालमा कार्यरत छन् । अस्पतालमा आँखा परीक्षण गराउन आएका बिरामीसँग नयाँसँग दर्ता शुल्क ९० रूपैयाँ र पुरानोसँग ७० रूपैयाँ मात्र दर्ता लिने गरेको छ । 'दर्ता शुल्कबाहेक अन्य रकम अस्पतालले लिँदैन । राजधानीबाहिर रहेका अन्य अस्पतालभन्दा सस्तो र गुणस्तरीय सेवा दिनुको साथै सफा सुग्घर भएकाले बिरामीहरूको चाप बढेको हो,' प्रशासकीय अधिकृत श्रेष्ठले भने ।

अस्पतालमा नेत्र रोग विशेषज्ञ ३ जना चिकित्सक कार्यरत रहेकाले पछिल्लो समय आँखा रोगीहरूका लागि काठमाडौं धाउनुपर्ने बाध्यता हट्दै गएको छ । जिल्लाको हेटौंडा उपमहानगरपालिका, थाहा नगरपालिकासहित ८ वटै गाउँपालिकामा पुगेर अस्पतालले निस्शुल्क आँखा शिविर सञ्चालन गरिसकेको छ । अस्पतालमा मोतियाबिन्दुका रोगी र आँखा चिलाउने एवं बिझाउने रोगका बिरामीहरू बढी आउने गरेका छन् ।

सुगर रोगीहरूको पनि आँखाको राम्रोसँग परीक्षण गर्न उपकरण पनि र हेको छ । अस्पतालले आँखा जाँच, शल्यक्रिया एवं आँखा स्वास्थ्यसम्बन्धी जनचेतना तथा शिक्षक शिक्षिका, स्वास्थ्य स्वंसेविका र धामी धाँक्रीहरूलाई चेतनामूलक तालिन प्रदान गर्दै आएको छ । 'तिलगंगा आँखा केन्द्रको समन्वयमा राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय नेत्र रोग विशेषज्ञहरू एवं नेत्र सहायकहरूलाई तालिम प्रदान गर्दै आएका छौं,' प्रशासकीय अधिकृत श्रेष्ठले भने ।

युगलाई नेतृत्व गर्ने साहस युवामा हुन्छ : मुख्यमन्त्री पौडेल



◆ विकास संवाददाता

बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री डोरमणी पौडेलले देश र समाजमा देखा परेको चुनौतीलाई सामना गर्दै नेतृत्व गर्ने साहस युवामा हुने बताएका छन् । अन्तराष्ट्रिय युवा दिवस, २०२० को अवसर मा शुभकामना ब्यक्त गर्दै मुख्यमन्त्री पौडेलले युवा परिवर्तनका संवाहक भएको बताएका छन् । युवानै विकास र सिर्जनाका आधारशिला हुन् भन्दै पौडेलले युवाको समग्र विकास र नेतृत्व बिना समृद्धिको लक्ष्य पुरा गर्न नसकिने बताएका छन्।

मुख्यमन्त्रीले शुभकामना सन्देशमा भनेका छन : देश र समाजमा देखापरेका चुनौतीहरूको सामना गर्दै युगलाई नेतृत्व गर्ने साहस युवामै हुन्छ । यतिबेला हामी विश्वब्यापिरूपमा फैलिएको कोरोना महामारी संग संघर्षरत छौं । यस महामारि विरूद्धको अभियानमा विजय हासिल गर्न पनि युवाको पहलकदमि अति आवश्यक छ । त्यसो त महामारिका कारण हजारौं युवाले रोजगारी गुमाएका छन् । धेरै युवाहरू जोखिममा परेका छन् । यिनै सन्दर्भहरूलाई मध्यनजर गर्दै यस वर्ष 'विश्व अभियानका लागि युवा सहभागिता : रोजगारी प्रवर्द्धन र वातावरण संरक्षणमा युवा संलग्नता' भन्ने नाराका साथ अन्तराष्ट्रिय युवा दिवस मनाईदै छ । यसर्थ युवा सशक्तिकरण, सिप तथा उद्यमशिलताको विकास गरी देश निर्माणमा युवा जनशक्तिलाई परि चालन गर्नेतर्फ नै बागमति प्रदेश सर कारका कार्यक्रम लक्षित गरिएको छ । यसक्रममा युवा उद्यमिलाई प्रोत्साहन स्वरूप सहुलियतपुर्ण ऋण प्रदान गर्न ३ अर्बको कोष निर्माण गरिएको जानकारी गराउन चाहान्छु ।

नेपाली युवाको बलिदानीको जगमा देश संघिय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको फराकिलो राजमार्गमा छ । विगतमा जस्तो अब कुनै पनि युवाले अधिकारका लागि रगत बगाउनुपर्ने छैन । विकास र समृद्धिका लागि पसिना बगाउनुपर्ने छ । ब्यवस्था बदल्न सफल भएका छौं, अवस्था बदल्न संकल्प गनुपर्नेछ । यस वर्षको अन्तराष्ट्रिय युवा दिवसले आम युवाहरूलाई देश निर्माणका लागि थप उर्जा, आत्मविश्वास र प्रेरणा दिने विश्वास सहित पुनः सम्पुर्ण युवाहरूमा हार्दिक शुभकामना ब्यक्त गर्दछु ।

बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालयद्धारा घुसलिने ६ प्रहरी निलम्बन

◆ विकास संवाददाता

बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले घुस लिने ६ जना प्रहरीलाई निलम्बित गरेको छ। विभिन्न बहानामा आर्थिक लेनदेनमा पक्राउ परेका ६ जना प्रहरीहरूलाई निलम्बन गरेको जनाएको निलम्बनमा परेका प्रहरीहरूमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय सिन्धुलीमा कार्यर त प्रहरी हबल्दार राजकुमार श्रेष्ठ, डोर बहादुर कार्की, प्रहरी जवान कुमारबाबु सिंह, धिरेन्द्र साह, राम कुमार थापा री ५ जना प्रहरी र ईलाका प्रहरी कार्यालय मंगलटार काभ्रेमा कार्यरत प्रहरी जवान नबिनबहादुर थापालाई नियन्त्रणमा लिएको थियो। शुद्धिकरण अभियान सञ्चालन गरिरहेको प्रदेश प्रहरी कार्यालयले एक जना प्रहरी निरीक्षक सहित ११ जना प्रहरी कर्मचारीलाई निलम्बन गरिएको छ भने,सेवामा उत्कृष्ट काम गर्ने २५ जना प्रहरीहरूलाई प्रदेश पुरस्कृत गरेको कार्यालयका सुचना अधिकारी एसएसपी सुदिप गिरीले बताएका छन्। निलम्बित प्रहरीमााथि अवश्य अनुसन्धान भइरहेको उनले बताए।

कान्तिपुरका बरिष्ठ संवाददाताको शव मकवानपुरमा फेला

◆ विकास संवाददाता

कान्तिपुर दैनिकका बरिष्ठ संवाददाता पत्रकार बलराम बानियाँ मृत फेला परेका छन् । सोमबार ढुंगेअड्डा तीनथानबाट हराएका बानियाँको शव मकवानपुरको सिस्नेरी स्थित माण्डो हाईड्रोपावरको फिल्टरमा फेला परेको हो ।

परिवारले महानगरीय प्रहरी परिसर काठमाडौंमा बनियाँ बेपत्ता भएको हुनाले 'खोजी पाउँ' भन्दै निवेदन दिएका छन् ।

बल्खुमा उनको जुत्ता फेला परेको थियो । महानगरीय अपराध महाशाखाका प्रहरी बरिष्ठ उपरीक्षक (एसएसपी) दिपक थापाले बानियाँ शव फेला परेको पुष्टि गर्दै भने-'उहाँको शवलाई अहिले हेटौँडा अस्पतालमा लगिएको छ ।'

प्रहरीको प्रारम्भिक अनुसन्धानबाट बानियाँ बल्खु खोलामा लडेको र खोलाले बगाएर मकवानपुर पुऱ्याएको खुलेको छ । घटनाबारे महानगरीय अपराध महाशाखाले अनुसन्धान गरिरहेको छ । तनहुँ घर भएका बानियाँ कान्तिपुर दैनिकका वरिष्ठ संवाददाता हुन् ।

साहित्यिक विषयको वेबिनार

◆ विकास संवाददाता

जनप्रिय माध्यमिक विद्यालय तथा प्राविधिक शिक्षालय अङ्ग्रेजी माध्यमले एकदिने साहित्यिक विषय केन्द्रित वेबिनर आयोजना गरेको छ । गद्य कविता लेखनका बारेमा भएको उक्त कार्यक्रमको सहजीकर ण कवि सुवास खनालले गरेका थिए । खनाल गद्य कविता लेखनमा क्रियाशील सर्जक हुन् र उनको विचारको उल्टो नदी नामक कविता सङ्ग्रह प्रकाशित छ ।

विद्यार्थीको सिर्जनात्मक क्षमता वृद्धिका निम्ति यस्तो कार्यक्रम महत्वपूर्ण रहेको अङ्ग्रेजी माध्यमका संयोजक कैलाश घिताललले कार्यक्रममा बताए र कार्यक्रममा फरक फरक विधाका व्यक्तिहरूलाई ल्याएर थप प्रभावकारी बनाउँदै लैजाने उनले बताए ।

कोरोना जोखिम बढेपछि

थाहानगर सिमभन्ज्याङका होटलहरु बन्द

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ४ को सिमभनज्याङका सबै होटल तथा पसलहरू बन्द भएका छन् ।

मकवानपुरमा कोरोनाको जोखिम बढ्दै गएकपछि सिमभन्ज्याङमा २६ साउनमा स्थानीय व्यवशायी, बजार व्यवस्थापन समितिका पदाअधिकारीहरू, सुरक्षा निकायलगायतकाको बैठकले यस्तो निर्णय गरेको हो । कोरोनाको जोखिम नघटुन्जेलसम्म सिमभन्ज्याङ क्षेत्रका पसलहरू बन्द गर्ने निर्णय भएको बजार व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष अमित पाख्रिनले जानकारी दिए ।

हेटौंडातर्फबाट थाहा नगरपालिका प्रवेश गर्ने सिमभन्ज्याङ मुख्य नाका हो । यसैबीच कोरोना रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि आम नागरिकहरू सचेत भएर व्यवहार गर्न नगरपालिकाले सबैलाई अनुरोध गरेको छ । सवारी साधन, होटल व्यवशाय संचालन लगायतको क्षेत्रमा समेत कोभिड–१९ सुरक्षा मापदण्ड अक्षरसः कार्यान्वयन गर्न पालिकाले अनुरोध गरेको छ ।

थाहाको दामन

बजार अनिश्चितकालिन बन्द

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुरको पर्यटकीय गन्तव्य दामनका होटल तथा पसलहरू अनिश्चित कालका लागि बन्द गर्ने निर्णय भएको छ ।

कोभिड–१९ को संक्रमणको जोखिम बढ्दै गएपछि २९ साउन साँझ बसेको दामनका व्यवायीहरूको बैठकले अनिश्चित कालका लागि बन्द गर्ने निर्णय भएको स्थानीय व्यवशायी सुरज अधिकारीले जानकारी दिए ।

हेटौंडाबाट त्रिभुवन राजपथ हुँदै थाहानगर प्रवेश गर्ने दामन बजार बाटैमा पर्ने भएकाले सजिलै संक्रमण हुन सक्ने जोखिमलाई मध्येनजर गरेर बजार बन्द गर्ने निर्णयमा पुगेको अधिकारीले बताए ।

साथै दामनका व्यवशायीहरूले कोभिडबाट सुरक्षित हुनको लागि सबैलाई अनुरोध गरेका छन् । यसअघि सिमभन्ज्याङका व्यवशायीहरूले पनि स्वतःस्फुर्त रूपमा बजार बन्द गरिसकेका छन् ।

थाहानगरमा 'अब लकडाउन होला त ?

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकामा कोरोना भाइरस रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि गरिने प्रयासहरूका विषयमा थाहा नगरपालिकाले सर्वपक्षिय बैठक गरेको छ । पालुङ जेसीज सभाहलमा भएको बैठकमा रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि सबैभन्दा बढि प्रभावकार ी माध्यम लकडाउन भएको सरोकार वालाहरूले सुझाव दिएका छन् ।

थाहा नगरपालिकाका नगर उपप्रमुख खड्ग गोपालीको अध्यक्षतामा बसेको बैठकका सहभागीहरूले थाहानगर कोभिड–१९ को उच्च जोखिममा रहेकोले अति आवश्यक बाहेकको सेवा प्रवाह पूर्ण रूपमा बन्द गर्नुपर्ने सुझाव दिएका छन् । थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष कविराज खत्रीले प्स्ताव पेश गर्दै भने–'बैंकहरूको सेवा प्रवाह समय घटाउनुपर्छ, रातीको समयमा आवतजावत पूर्ण बन्द गर्नुपर्छ, तरकारी निर्यात सवारी साधन नगर बाहिरिने समय तोक्नुपर्छ ।' नेकपा थाहानगरका अध्यक्ष अरूण रायमाझीले औषधि पसलबाहेक सबै सेवा बन्द गर्ने गरी लकडाउन गर्न सुझाव दिए । नेपाली काँग्रेस नगर सभापति योगेन्द्रमान श्रेष्ठले नागरिक सुरक्षित हुने उपाय लकडाउन नै उपयुक्त भएको धारणा राखे । नागरिकहरूले कोरोनालाई सामान्य रूपमा लिन थालेकोले जोखिम बढेको प्रतिक्रिया दिए ।

बैठकका अधिकांश सहकागीहरूले लकडाउन गर्नका लागि सुझाव दिएका छन् । उक्त बैठकामा थाहा नगरपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख मेघराज बलामीले हालसम्म कोरोना भाइरस रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि गरिएको प्रयासको विषयमा ब्रिफिङ गरेका थिए । बैठकमा फरकसोचका अध्यक्ष यादवजंग रायमाझी, थहाानगर सहकारी संजाल थाहाका अध्यक्ष महेश्वर सुवेदी, प्याब्सन थाहानगरका अध्यक्ष सुरेन्द्रमान प्रधान, पालुङ जेसीजका अध्यक्ष मनोज रायमाझी, उपभोक्ता हित संरक्षण मञ्च थाहाका अध्यक्ष गणेशमान श्रेष्ठलगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

के हो लकडाउन गर्ने प्रक्रिया ?

थाहानगरमा बढ्दै गएको कोरोना भाइरसको जोखिमलाई नियन्त्रण गर्न लकडाउन गर्नुपर्ने सुझाव नगर पालिकाका आफैले कार्यान्वयन गर्न सकिने कानूनी बाटो छैन ।

सर्वपक्षिय बैठकको सुझावलाई २ भाद्रमा हुने नगरपालिकाको कार्यपालिका बैठकमा पेश गरिने थाहा नगरपालिका सामाजिक विकास शाखा प्रमुख अनिल लामिछानेले बताए । बैठकले सुझाव उचित ठानेमा लकडाउन गर्नका लागि जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरलार्य अनुरोध गर्न सक्नेछ ।

कार्यपालिकाको निर्णयको आधारमा जिल्ला प्रशासन कार्यालयले लकडाउन गर्न सकिने व्यवस्था रहेको छ ।

राधाकृष्णको मन्दिरमा मुर्ति प्रतिस्थापन

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ७ चिसापानीका राधाकृष्णको मन्दिरमा मुर्ति प्रतिस्थापन गरिएको छ ।

कृष्णाष्टमीको अवसरमा २७ साउनमा उक्त मन्दिरमा मुर्ति प्रतिस्थापन गरिएको थाहा–७ की वडा सदस्य तथा कार्यपालिका सदस्य सुन्तली गुरूङले जानकारी दिइन् । थाहा नगरपालिका र च्वाइस नेपालको संयुक्त लगानीमा मन्दिर को निर्माण गरी मूर्ति प्रतिस्थापन गरिएको सदस्य गुरूङले जानकारी दिइन् ।

मन्दिरमा २७ साउनमा ब्राम्हणबाट पुजाआजा गरी मन्दिरमा मुर्ति प्रतिस्थापन गरिएको हो । कार्यक्रममा च्वाइस नेपालका प्रतिनीधिहरू, स्थानीयहरूलगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

विद्यालयमा तोकिएको

थाहाको क्वारेन्टाइन हटाइयो

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुरको थाहा नगर पालिका वडा नं. ३ मा रहेको सेतीगणेश आधारभुत विद्यालयमा तोकिएको क्वारेन्टाइन हटाइएको छ ।

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयले नयाँ शैक्षिक सत्रका क्रियाकलाप सञ्चालनका लागि विद्यालयमा रहेका क्वारेन्टाइन र आइसोलेसन हटाउने निर्णय गरेसँगै थाहा नगरपालिकाको विद्यालयमा रहेको क्वारेन्टाइन हटाइएको हो । विद्यालयमा रहेको क्वारेन्टाइन हटाएर थाहा नगर पालिका बज्रवाराही चौरमा रहेको सुमार्गी भवनमा स्थानान्तरण गरिएको थाहानगर कोभिड–१९ रोकथाम तथा नियन्त्रण समन्वय सचिवालयका उपसंयोजक मेघराज बलामीले जानकारी दिए ।

यसअघि १२ बुँदे आचारसंहिता बनाएर आवश्यक परे विद्यालयलाई क्वारेन्टाइनको रूपमा प्रयोग गर्न सकिने गरी संघीय मन्त्रालयले निर्णय गरेपछि थाहा नगर पालिकाका एक दर्जन विद्यालयहरूलाई क्वारेन्टाइनका लागि छनोट गरिएको थियो । मत्स्यनारायण मावि, इन्द्रायणी मावि, सुन्दरी देवी मावि, झम्केश्वरी मावि, सुनौला मावि लगायत विद्यालयहरूलाई क्वारेन्टाइन बनाउन वडा समितिहरूले सिफारिश गरे पनि ३ नम्बर वडामा र हेको सेतीगणेश आधारभुत विद्यालयमा मात्र क्वारेन्टाइन राखिएको थियो ।

थाहामा अहिले डाक्टरसहितको स्वास्थ्यकर्मीको नियमित रेखदेखमा ओम अध्याय रिसोर्टमा राखिएको क्वारेन्टाइनमा १४ जना रहेका छन् । हालसम्म थाहा नगरपालिकामा १६० जनाले क्वारेन्टाइन सेवा लिएका छन् ।

पालुङ जेसीजको प्रश्न–"तपाइको मास्क खोई"

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुर थाहानगरमा क्रियाशील पालुङ जेसिजले नगरका विभिन्न स्थानमा माक्स लगाउन अनुरोध सहितको व्यानर राखेको छ ।

जेसीजले सरकारी कार्यालय, संघ, संस्था, बैंक, सहकारीहरूको गेट, पसलहरू तथा सार्वजनिक स्थानहरूमा 'सावधान तपाइको मास्क खोई' लेखेर व्यानर राखेको अध्यक्ष मनोज रायमाझीले जानकारी दिए ।

कोरोनाको महामारी बढीरहेको सन्दर्भमा माक्स नलगाई हिडडुल गर्दा रोगको जोखिम झन बढ्ने भएकाले कोरोना संक्रमण न्यूनिकरणमा सहयोग होस भनेर व्यानर मार्फत माक्स लगाउन सचेत गराईएको अध्यक्ष रायमाझीले बताए । थाहा नगरपालिकाको सहयोगमा थालिएको सचेतना अभियानका पालुङ जेसीजका पाअधिकारी तथा सदस्यहरू सहभागी छन् ।

मोक्तान परिवारलाई.....

गैरीगाउँको ढुङ्गा खानीमा गएको पहिरोमा परी ७ वटा ट्रिपरमा क्षति पुगेको छ । पहिरोमा परी ना ३ ख २५९५, बा ५ ख ६१६४, बा ४ ख २३५६, बा ३ ख ७५५४, बा ४ ख ४६२२, बा ५ ख ८३७८ र प्र–३–०१ ख ४७२१ ट्रिपरमा क्षति पुगेको प्रहरीले जनाएको छ । पहिरोमा परी तीनवटा ट्रिपरमा बढि क्षति भएको र बाँकीमा सामान्य क्षति भएको प्रहरीले जनाएको छ । पहिरोमा परी एउटा एक्साभेटरमा पनि क्षति पुगेको छ ।

विकास खबरपत्रिका साप्ताहिक
प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
www.bikaskhabar.com
२०७७ भदौ ०१ गते सोमबार, 17 August. 2020, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

कैलाशमा भदौ १२ गतेसम्म अत्यावश्यक बाहेकका सेवा बन्द

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको कैलाश गाउँपालिकामा अत्यावश्यक सेवा बाहेक अन्य सबै सेवा बन्द गर्ने निर्णय भएको छ ।

कैलाश गाउँपालिकामा कोरोना भाइरस संत्रमण भएको ब्यक्तिको पहिचान भएपछि कैलाश गाउँपालिकाले आइतबार देखि भदौ १२ गतेसम्म अत्यावश्यक बाहेकका सेवा बन्द गर्ने निर्णय गरेको हो । गाउँपालिकामा शनिबार विपद् व्यवस्थापन समितिको बैठकले १२ गतेसम्म अत्यावश्यक बाहेकका सेवा बन्द गर्ने निर्णय गरेको हो ।

गाउँपालिकाले संक्रमित पहिचान भएको वडा नम्बर ४ सिल गर्ने निर्णय गरेको छ ।

उत्कृष्टताको निरन्तरता दिँदै थाहा

जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरले निर्धारण गरेको मापदण्ड र अनुगमन मूल्याङ्कनको आधारमा थाहा नगरपालिका जिल्लाका स्थानीय तहहरुमध्ये उत्कृष्ट भएसंगै सम्मान गरिएको छ । पाँचौ जिल्ला सभामा थाहा नगरपालिकालाई स्रम्मान गरिएको हो । जिल्लामा इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाले दोस्रो स्थान र मकवानपुरगढी गाउँपालिकाले तेस्रो स्थान हात पारेका छन् ।

मकवानपुरमा मलको अभाव

◆ विकास संवाददाता

जती बेला यहाँ जे आवश्यक पर्छ त्यही नै पाईदैन । कृषि प्रधान देश भनिन्छ तर कहिले बीउ पाईदैन । बीउ पाए मल पाईदैन । सधै यस्तै अभाव र समस्या हुने गर्छ यहाँ । अहिले धानमा हाल्न मल चाहिएको छ तर त्यस्कै अभाव छ । रोपाइँ सकिएको १५ देखि २० दिनमा धानखेतीलाई युरिया मल चाहिन्छ । यही बेला पाइन छाडेको छ । मकवानपुरका कृषकहरूलाई पिर पर्न थालिसकेका छन् । पटक पटक सहकारीमा मल पाईन्छ की भनेर जाँदा मल नभेटिएको कृषकहरूको गुनासो छ । कृषि सामाग्री कम्पनीले समयमा मल झिकाउन नसक्दा किसान समस्यामा परेका हुन् । नेपाल मलमा पूर्णतः पर निर्भर छ । भारतबाट सरकारले आयात गर्छ । करिब ९५ प्रतिशत रोपाई सकिएको सरकारी आँकडाले जनाएको छ । धानमा युरिया मल हाल्न ढिला भइसकेको छ । चाहिएको बेला मल र सिचाइँ भए यो वर्ष धान उत्पादनमा कीर्तिमान बन्ने कृषि मन्त्रालयको दावी छ । तर, त्यसमा सर कारी सक्रियता भरपर्दो देखिँदैन । मल उपलब्ध गराइदिन सम्बन्धित जिल्लाका सहकारी संस्थाहरू दैनिक रूपमा कृषि मन्त्रालय धाउन थालेका छन् । मौसमले साथ दिए पनि मल नहुँदा उत्पादन कम हुनेतर्फ किसान चिन्तित छन् । साल्ट ट्रेनिङ मकवानपुरमा २०७६/०७७ मा १४ हजार क्वीन्टल युरीया मल र ८ हजार क्वीन्टल डिपिई मल सहकारी मार्फत विक्रि गरेको साल्ट ट्रेनिद्रा प्रमुख सैलेस कुमार पाण्डेले बताए । धान गोड्ने बेला भएपनि मलको अभाव छ उनले भने ।

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 !

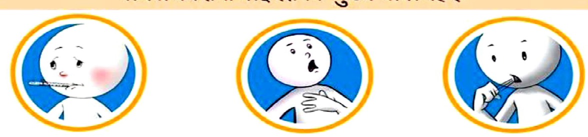
कोरोना भाइरस रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि भैरहेको लकडाउनलाई मध्येनजर गरी यस थाहा नगरपालिका क्षेत्रमा रहेका बृद्धबृद्धा, दीर्घ रोगीहरुले नियमिति सेवन गर्नुपर्ने, प्रत्येक्ष विरामी आफै उपस्थित हुन नपर्ने र नगरपालिका क्षेत्रमा उपलब्ध नहुने औषधिकाहरु ल्याउनको लागि थाहा नगरपालिकाले समन्वय गरिदिने भएको हुँदा 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 कोरोना भाइरसका 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 महत्त्वपूर्ण 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 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