कृषक समूहको सक्रियता......... पृष्ठ ५ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-८
मिडिया चोक, मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७२५५०७२
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

● मकवानपुर, वर्ष-१३, ● अंक-१० ● २०७७ असोज ०५ गते सोमबार, ● 21 Sep... 2020, ● नेपाल सम्वत्-११४०, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

दामनमा बन्यो

७० मिटर लामो फलामे भर्‍याङ

विकास सम्वाददाता
थाहा नगर

पर्यटकीय आकर्षणको केन्द्र मानिने मकवानपुरस्थित थाहा नगर पालिकाको दामनमा १५७ खुड्किलाको ७० मिटर लामो फलामे भर्‍याङ निर्माण गरिएको छ । संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयको रू ५० लाख आर्थिक सहयोग र थाहा नगर पालिकाको सहजीकरणमा फलामे भर्‍याङसहित पार्क निर्माण गरिएको हो ।

थाहा नगरपालिका–४ का वडाध्यक्ष दिपकसिंह लामाले प्राकृतिक टाकुरासम्म पुग्न निर्मित भर्‍याङ नेपालकै अग्लो फलामे भर्‍याङ भएको दाबी गरे । भर्‍याङबाट माथि समुद्री सतहबाट करिब दुई हजार ४०० मिटरको उचाइमा रहेको अग्लो स्थानलाई प्राकृतिक टावर को रूप दिइएको छ । अग्लो टाकुरालाई वरपरबाट ढुङ्गा र सिमेन्टको गारोले घेरेर प्राकृतिक टावरको रूप दिइएको निर्माण समितिका अध्यक्ष कान्छा लामाले बताए ।

दामनमा ७० मिटर लामो भर्‍याङसहित प्राकृतिक टावर बनेपछि थाहा नगरपालिकामा अब अर्को दृश्यावलोकन स्तम्भ थपिएको र यो स्तम्भ नेपालकै पर्यटकीय केन्द्र बन्न सक्ने थाहा नगरपालिकाका प्रमुख लवशेर विष्टको भनाइ छ । हाल निर्माण भएको दृश्यावलोकन केन्द्रबाट विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथासहित नेपालका आधा दर्जन उच्च हिमश्रृत्तला दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ ।

पर्यटक आए होटल खोल्न तयार

विकास सम्वाददाता
थाहा नगर

सरकारले असोज १ गतेदेखि होटल तथा रेस्टुरेन्ट खोलेर सेवा दिन सकिने जनाएको छ । तर बागमती प्रदेश कै प्रमुख पर्यटकीय गन्तव्यको रूपमा रहेको मकवानपुरको इन्द्रसरोवर गाउँपालिकामा रहेका होटलहरू भने पर्यटक आए मात्र खोल्न तयार रहेको होटल व्यवसायीहरूले बताएका छन् ।

कोरोनाका कारण होटल व्यवसायहरू निक्कै प्रभावित बनिरहेका छन् । कोरोना भाइरसको कारण जोखिम बढ्दै गएपछि करिब ६ महिना देखि बन्द रहेको होटलहरू आजबाट खोल्न सकिने भनिए पनि पर्यटक नै नआउने भएपछि होटल खोल्नुको अर्थ नरहेको व्यवसायीहरूले बताएका छन् । यातायात सञ्चालन भइ पर्यटकहरू आउने वातावरण सिर्जना भएमा स्वास्थ्यका सबै मापदण्ड अपनाएर आफुहरू होटल खोल्न तयार रहेको इन्द्रसरोवर होटल व्यवसायी संघका अध्यक्ष निर्मल श्रेष्ठले बताए ।

इन्द्सरोवर होटल व्यवसायी संघमा २४ वटा होटल एण्ड लज र ३४ वटा चिया खाजा घरहरू दर्ता रहेका छन् ।

थाहामा जेसीजको क्षेत्र 'ख' सम्मेलन हुने पक्का

विकास सम्वाददाता
थाहा नगर

नेपाल जेसीजको क्षेत्र ख सम्मेलन सन् २०२१ मा पालुङ जेसीजको आतिथ्यमा थाहानगरमा हुने भएको छ ।

वालिङ जेसीजको आतिथ्यमा ३ असोज राती सम्पन्न भर्चुअल सम्मेलनमा बिडिङ गर्दा पालुङ जेसीजले अर्को वर्षको क्षेत्र ख सम्मेलन गर्ने अवसर पाएको हो ।

सम्मेलनमा चारवटा जेसीजले बिडिङ गरेकोमा अन्त्यमा पालुङ जेसीज र चन्द्रनिगाहपुर सिटी जेसीजबीच निर्वाचन भएको थियो । निर्वाचनमा क्षेत्र ख अन्तर्गत ३० वटा शाखाहरूले मतदान गरेकोमा पालुङ जेसीजले १७ वटा शाखाको मत प्राप्त गरेको थियो ।

यसअघि पालुङ जेसीजले सन् २०१५ मा क्षेत्र ख सम्मेलनको आतिथ्यमा गरेको थियो । सन् २०२१ मा थाहामा हुने सम्मेलनमा करिब ५ सय युवाहरू सहभागी हुनेछन् ।

प्रहरीप्रतिको गुनासो थाहा नगरपालिकामा दिन सकिने

विकास सम्वाददाता
थाहा नगर

इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङ्का कर्मचारीहरू प्रतिको गुनासो थाहा नगरपालिकामा पुगेर पनि राख्न सकिने भएको छ । थाहा नगरपालिकामा प्रहरीको विषयमा गुनासो तथा सुझाव संकलन गर्न पेटिका १ असोजमा राखेपछि यस्तो सुविधा भएको हो । थाहा नगर पालिकाका जनप्रतिनिधिहरू, ईलाका प्रहरी प्रमुख, कर्मचारी, संघसंस्था प्रतिनिधि, पत्रकार लगायतको उपस्थितिमा सुझाव पेटिका राखिएको हो ।

गुनासो तथा सुझावहरूको सहजताको लागि थाहानगर कार्यपालिकाको कार्यालय परिसरमा सुझाव पेटिका राखिएको इलाका प्रहरी कार्यालयका प्रहरी निरीक्षक बिकासकुमार तामाङले बताए । थाहा नगरपालिकाका उपप्रमुख खड्ग गोपालीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा वडा नं देखि ४ सम्मका वडा अध्यक्षहरू हेरमान गोपाली, गुप्तबहादुर कार्की, राजेश केसी र दीपकसिं लामा सहितको सहभागिता रहेको थियो ।

बाँकी पृष्ठ ६ मा

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 कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणीचौर, मकवानपुर

नेपाल सरकारको सूचना !

लागू औषध सेवनले मानिसको शाररिक र मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ, धन सम्पत्तीको बर्बाद गर्दछ, यसको प्रयोगबाट आफू, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई नै अपुरणिय क्षति पुग्ने हुँदा यस्ता पदार्थबाट टाढै रहौं ।

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

• सम्पादकीय •

बालविवाह विरुद्धको अभियान

नेपालको कानुनले २० वर्ष पूरा नभई बालबालिकाको विवाह गर्न नपाउने व्यवस्था गरेको छ। उमेर नपुग्दै गरिने विवाह बालविवाह हो। यस्तो कार्य गर्नेलाई सजाय र जरिमानाको व्यवस्थासमेत कानुनले गरेको छ। तर पनि नेपालमा यस्तो विवाह हुँदै आइरहेको छ। बालविवाह रोक्न संघ, प्रदेश र स्थानीय सरकारले फरकफरक अभियान सञ्चालन गरेका छन्। तर बालविवाह हुनुको चुरो कुरा पत्ता नलगाई सञ्चालन गरिएका यस्ता अभियानले परिणाम दिन सकेका छैनन् । बाल्यकालमै विवाह गरिँदा उनीहरूमा वयस्क नागरिकसरह जस्तै जिम्मेवारी बढ्छ। कलिला उमेरमा यस्तो जिम्मेवारी बहन गर्न उनीहरू तयार भइसकेका हुँदैनन्। बालविवाह भएपछि उनीहरूले छिट्टै आमाबाबुको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्छ। उनीहरूमा पारिवारिक दायित्व आउँछ। यसले उनीहरूले शिक्षा तथा रोजगारबाट समेत वञ्चित हुनुपर्छ।

यसर्थ नेपालजस्तो मुलुकमा बालविवाह अभिशाप साबित हुन पुगेको छ। अध्ययनहरूका अनुसार बालविवाह हुने विश्वका शीर्ष १० मुलुकमा नेपाल पनि पर्छ। यहाँका २० देखि २४ वर्ष उमेर समूहका पाँच बालिकामध्ये एकजनाको १८ वर्षअघि नै विवाह हुने गरेको छ। १० पुरुषमध्ये एकजनाको बाल्यावस्थामै विवाह भएको थियो। यस हिसाबले हेर्दा केटाको तुलनामा दोब्बर केटीको विवाह बाल्यवस्थामै हुने गरेको छ। विवाहको जोखिममा रहेका अधिकांश बालबालिका गरिब, अशिक्षित, निम्न आय भएका, औपचारिक शिक्षा हासिल नगरेका वा कम हासिल गरेका परिवारका छन्। यस्तो परिवारमा बालविवाहको असरबारे चेतना हुँदैन। कतिपय अवस्थामा अभिभावकले नै नानीबाबुको बाल्यावस्थामा विवाह गरिदिने गरेका छन्। बालविवाहले के असर गर्छ भन्दा पनि यसका कारण के–के हुन् भन्नेतर्फ अध्ययन गर्नुपर्ने देखिन्छ । अभिभावक र बालबालिकालाई केकस्ता सुविधा प्रदान गरियो भने बालविवाह रोक्न सकिन्छ भन्नेतर्फ ध्यान दिएर मात्रै कार्यक्रम तथा अभियान सञ्चालन गर्नुपर्छ। बालविवाहको जोखिममा परेका समुदायको सामाजिक तथा आर्थिक स्तर उन्नत बनाएर मात्रै बालविवाह रोक्नेतर्फ ध्यान दिनुपर्छ।पछिल्लो समय बालविवाह नियन्त्रणतर्फ मात्रै होइन, केटाकेटीको विवाह गर्ने उमेर कति हुनेतर्फ पनि बहस हुन थालेको छ। प्रदेश ३ सरकारले २०७८ भित्र बालविवाहमुक्त प्रदेश घोषणा गर्ने लक्ष्य लिएको छ। प्रदेश २ सरकारले पनि बालविवाह रोक्न बेटी बचाउ, बेटी पढाउ जस्ता कार्यक्रम ल्याएको छ।

सबैको उद्देश्य कलिला उमेरमा हुने विवाह रोक्ने, छोराछोरीको शिक्षा पूरा गरेर सक्षम र सबल नागरिक तयार पार्नमा केन्द्रित देखिन्छ। हुन त छोरीको विवाह गर्ने उमेर १६ वर्ष हुनुपर्ने, कलिलै उमेरमा विवाह गर्न पाउनुपर्नेलगायतका माग पनि उर्लिन थालेको छ। यस्तो माग राख्नेमा आमा समुदाय नै अग्रभागमा छन् भने बालविवाह रोक्ने अभियान सञ्चालन गर्नेमा बालक्लब, विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संस्था अग्रभागमा छन्। विवाह गर्ने उमेर मुलुकअनुसार फरकफरक छ। जहाँ जे भए पनि र जसले जेजस्तो माग राखे पनि विद्यमान कानुनी व्यवस्था पालना गर्नु अहिलेको महत्वपूर्ण विषय हो। बालविवाह रोक्ने नाममा हुने यस्ता क्रियाकलापलाई निर्मूल पार्नेतर्फ पनि अभियान सञ्चालन गर्नुपर्छ।कतिपय अवस्थामा अघिल्लो दिन प्रशासनको दबाबमा रोकिएको बालविवाह केटा र केटीपक्षको सहमतिमा रातारात सम्पन्न भएका पनि छन्। जबसम्म अभिभावकलाई सचेत गराउन सकिँदैन तबसम्म बालविवाह रोकिँदैन भन्ने यस्ता घटनाले देखाउँछ। समाजमा जरो गाडेको संस्कारले पनि यस्ता बेमेल विवाहलाई प्रश्रय दिइरहेको हुन्छ। तसर्थ यस्ता संस्कार अन्त्य गर्न समुदाय स्तरबाटै अभियान सञ्चालन गरिनुपर्छ।

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 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

'आदर्शको पतन र मौनता

नरेन्द्रजंग पिटर

अनेकौं रूप र भूमिकामा रहेका अरिंगालदेखि डराएर सत्ता र शक्ति चिढिने कुनै विषय पनि अब लेख्दिनँ। आदर्शको पतन भएका बेला इतिहास लेख्दिनँ, पढ्दिनँ। क्रान्ति, विद्रोह र संघर्षका कथा चतुरेका सत्तासिँढी हुन् त्यो पनि भन्दै भन्दिनँ। हिजै कमरेड घोचुरामले आएर लल्कार्दै भन्यो, 'भ्रष्ट र बेइमानलाई अब जय नेपाल र लालसलाम भन्नुभन्दा चटक्कै आफ्नै हात छिनालिदिन्छु। यिनीहरूले आदर्शका नाममा मलाई हत्यारा र लुटेरा बनाए। अब उनकै जीवनलीला छर्लंग भए, चर्तिकला देख्दा बुझ्दै छु। यिनका जेलबसाइ र संघर्षका गौरवशाली कौरवगाथा त नयाँ महाराज बन्न पो रहेछ। आफन्त सन्तान र गुटियार पोस्ने खेल पो रहेछ।' हो, म त्यसो भन्ने घोचुरामका कथा अब लेख्दिनँ।

क्लेप्टोक्रेसी (भ्रष्टतन्त्रमा) लेख्ने घटना चाङ लागेर कसले वाणी देला भनेर कुरिरहेका छन ट्रान्सपरेन्सी इन्टर नेसनलले अवस्था छर्लंग पा र्‍यो। कुनै बेलाका नायकनायिका फेरिएको सन्दर्भमा सोही सम्मानमा रहँदैनन म्यानमारकी आङसाङ सुकीले रोहिंग्या मुसलमानप्रतिको उत्पीडन देखाइन। सन् १९९१ मा नोबल पुरस्कार विजेता सुकीलाई अहिले सो सम्मानबाट पश्चिमा देशले समेत हटाए।

भ्रष्टाचार र आफन्त

परिवार मोह र नेतृत्व चर्चा गरेर कसैलाई व्यंग्य गर्ने नियत हुँदै हैन। सन् १९४३ मा स्टालिनले युद्धबन्दी छोरासँग जर्मन जर्नेलसँग साट्न अस्वीकार गरेपछि याकोबको हत्या नाजीले गरे। माओले कोरियायी युद्धमा मारिएका छोरा आन यिङको शव अन्य सेनाजस्तै त्यहीं दाहसंस्कार गर्न भने, चीन ल्याएनन। आन्दोलनमा रहेका भीमदत्त पन्तले पनि छोराछोरी आन्दोलनकै क्रममा गुमाए। प्रेमराज, लीलाराज र छोरी रेवाको उपचार र अन्तिम संस्कारमा सहभागी हुन पाएनन भ्रष्टता र नेताको सादगी जिन्दगीबारे भारतका उपप्रधानमन्त्री एवं गृहमन्त्री सरदार बल्लभ भाई पटेलले 'छोराछोरी मणिवेन पटेल र दयाभाइ पटेललाई गृहमन्त्री रहिञ्जेल दिल्ली नआउनु, परिवारवादको आरोप लाग्न सक्छ' भने। पटेल बाँचुञ्जेल उनीहरू दिल्ली आएनन बरू उनको मृत्युपछि छोरी मणिवेनले प्रधानमन्त्री जवाहरलाल नेहरूलाई बहीखाताको किताबसँगै ३५ लाख बुझाइन। प्रधानमन्त्री लालबहादुर शास्त्रीका छोरा इन्जिनियर हरिकृष्णलाई केही व्यापारीसँग संगत आरोप लागेपछि स्पष्ट नभइञ्जेल प्रधानमन्त्री निवास प्रवेश निषेध भयो। सन् १९७०–८० सम्म विद्रोही छापामार नेता उरूगेयन पूर्वराष्ट्रपति होसे अलबती 'पेपे' मुहीका कोर्दानोको सहज र सरल स्वाभिमानी जिन्दगीलाई संसारका आदर्श नेता र सबभन्दा गरिब राष्ट्रप्रमुख भनिन्छन यी सबैको चर्चा गरेर आफ्नो नेतृत्वको हुर्मत काढ्ने मेरो कुनै उद्देश्य छैन।

अदालती भ्रष्टाचारका विषयमा पनि लेख्दिनँ। भारतका प्रख्यात वकिल प्रशान्त भूषणले १३ पूर्वप्रधानन्यायाधीश भ्रष्ट छन् भने। भ्रष्टता पैसाको लेनदेनमा मात्रै हुँदैन भनेर प्रमाण पेस गरे। राज्यसत्ता नै नांगिने सो मुद्दामा सिलसिलेबार बहस भने भएन। प्रति मानहानिको दण्ड २० पैसा लगाइयो। नेपाली अदालतबारे विभिन्न चर्चा चलेका छन हेरौं, माननीय न्यायाधीश हरिकृष्ण काकी आयोगले कति स्वच्छ र पारदशी अदालत बनाउँछ ?

समय फेरियो, बहस फेरिए

महान क्रान्तिकारीहरू कसरी ढल्छन्? कसरी वर्ग सिफ्ट हुन्छ ? बुद्धि र विवेक लिलामी गरेर दुस्मनका बफादार सेवक बन्छन् ? न्युमेन क्लातुराको ९लाल मण्डले० जन्म र विकास निर्माण कसरी हुन्छ ? क्रान्ति कसरी प्रतिक्रान्तिमा फेरिन्छ ? अन्टिनियो गाम्स्कीलाई सम्झने किन ? कुरूपतालाई नंग्याउँदै निकोलाई गोगलको गद्दारी र पतनबारे छताछुल्ल पार्ने अलेक्जेन्डर हर्जेनको कथा हालेर ती सत्ता दलाल लेखक र पत्रकारलाई चिढ्याउँदै शत्रू कमाउन पनि चाहन्न।

पक्कै पनि पुराना नायकका

नयाँ पहेंलो छविमात्रै रहेको र सिद्धान्त, विचार, मूल्यको विघटन हुँदा अझै पाल्सी कुरा गरेको वा आफ्नो पुरानो हैसियत मक्किँदा पनि उही ह्याङओभर रहिर हेको र महाधिवेशनको चर्चा चलाइर हेको बारे पनि चर्चा गर्दिनँ। हिजोको शक्ति यसरी नांगिएको र नालायकी थिएन जति अहिले क्रान्ति, आदर्श र परिवर्तनको जगमा सत्ता नेतृत्वमा आएका भए। यिनीहरू मात्रै बदनाम भएनन्, हिजोका त्याग बलिदानका योद्धा पनि बदनाम भए। पराजित शक्तिले आफ्नो औचित्य प्रमाणित गर्ने यसलाई अवसर बनायो। क्रान्तिकारीहरू भाडाका सेना हुन् ? किन क्रान्तिको क्षतिपूर्ति खोजिन्छ ? महेन्द्रले क्रान्तिकारी निष्ठालाई आफ्ना समर्थक बनाउन ०७ सालका योद्धालाई जग्गा र पैसा टंकप्रसाद आयोगका नाममा दिए। जेलनेल, प्रवास र भूमिगत नाममा कृष्णप्रसाद भट्टराई आयोगले ०४८ मा रातो किताबको हविगत र निष्ठाको क्षतिपूर्ति त जगजाहेरै छ। अझ द्वन्द्वपीडित र सहिद, बेपत्ता र जनमुक्ति सेनाका नाममा क्रान्तिको क्षतिपूर्तिबारे यहाँ चर्चा गरेर दुस्मनी कमाउनै छैन। प्रतिकूलताका बेला बनेका आदर्श अनुकूलताका बेला कसरी ध्वस्त हुन्छन् र परीक्षा लिन्छ ? के आफ्नो भ्रष्टता जोगाउन अरूलाई पनि ध्वस्त गर्नुपर्ने हुन्छ ?

एकपटक सांसद किनेर सत्ता पुग्ने खेलका कमान्डरसँग आदर्शहीन कार्यले असल काम भइहाले पनि कालान्तरमा दिगो हुन सक्दैन। यस्तो अनैतिक कामको कसरी नेतृत्व गर्नुभयो भनेर सोध्या थिएँ। उत्तर थियो– कसैगरी सत्ता कब्जा गर्नु क्रान्तिको उद्देश्य हुन्छ। तपाईंका कुरा आदर्श कविता लेखन र पुस्तकमा त सुन्दर हुन्छन् तर व्यावहारिक राजनीतिका लागि कुनै अर्थ राख्दैनन् । पदबेगर बाँच्न नसक्ने नेता, पदबेगर बाँच्न सक्ने नेतृत्वबारेमा लेख्नु छैन। जापानी प्रधानमन्त्री सिन्जो आबेले राजीनामा दिँदै अस्वस्थ मान्छेले गम्भीर निर्णय लिन सक्दैन भनेकै छन जब पद र पैसासँग मुद्दा र स्वतन्त्रता साटिनु वा किनबेच हुन्छन् भने त्यहाँभन्दा बढी पाटी र व्यक्तित्व विघटन अरू के रहन्छ र ? तर पनि पछुवा पछि लागिरहन्छन भ्रममा बच्ने अभ्यस्त हुन्छन भय र अपेक्षाको घिडघिडो रहिरहन्छ। आफ्नै सपनीको दुर्दशा देखेर पनि मान्छे उदासीन, आक्रोशित, नयाँ योजना र नवीन मार्ग किन छान्दैन भने या त ऊ मूर्ख हो या चतुर व्यवसायी।

जनयुद्धको समीक्षा नै नगरी माओवादी फुट्यो। चिराचिरा भयो। मूल कमान्डर नै जहाज छाडेर अलग्गिए। तब न विरोधीले लगाउने आरोपको यथोचित जवाफ दिइएन। पछिल्लो भेटमा डा. बाबुराम भट्टराईले जनयुद्धलाई 'र `डिकल डेमोक्रेटिक मोभमेन्ट' भने। उनी चालक सिटमा थिए, त्यही जहाजमा अन्य अभियन्ता सवार यात्री। त्यसबेला त के भने १ यी डाक्टरले भनेर अचम्म मानेको थिएँ। उनले कम्युनिस्ट पाटी छाडेर नयाँ शक्ति सुरू गरे। त्यो कति नयाँ शक्ति बन्यो १ तर उनले नयाँ बहस भने छाडे। जुन मूल्य, आदर्श, सिद्धान्तका लागि संगठन बनेको हुन्छ, त्यही नर हेपछि वा फेरिएपछि सो संगठनको औचित्य पनि सकिन्छ। पाटी त एक उद्देश्य प्राप्तिको हतियार मात्र हो। जब लक्षहीन, आदर्शहीन, शक्ति बन्छ तब पाटी, पाटी रहँदैन। अब कांग्रेस र सरकारी नेकपा दुवैले आफ्नो मौलिक चरित्र गुमाइसकेकाले विघटन भइसकेको पाटीलाई ट्रेडमार्कका रूपमा चलाउनु आवश्यक छैन। महात्मा गन्धीले बेलायतबाट भारत स्वतन्त्रतासँगै भारतीय कांग्रेसको विघटन गरिदिए हुन्छ त्यसै भनेका हैनन् ।

अहिले देशैभरि आत्महत्या त बढेकै छ, मध्यम वर्ग त तहसनहस नै भयो। रूकुमपश्चिमको नवराज विकलगायतको हत्यापछि मात्रै मधेसमा आठ दलितको हत्या भयो। यसैबेला कोरानाले भोकमरी परेका कैलाली धनगढीका रोशन विक भदौ २२ चोरी मुद्दामा पक्राउ परेर २६ मा हिरासतमै भएको मृत्युलाई हत्या/आत्माहत्या भनियो ?। अनर किलिङ ९सम्मान र क्षाका लागि हत्या० यसै पनि 'स्वाभिमान, जात र धर्मको रक्षा' विष्ट कुलको मान्छेले दलित विषय किन उठाएर झन्झट बेहोर्ने ? भो, छाडिदिऊँ यो विषय पनि लेख्दिनँ।

अन्त्यमा

मौन बसेर सत्य बोल्ने अधिकार गुमाएका भीडले वैकल्पिक सत्यको व्याख्या गरेर सत्ताको चाकरी गरिरहेको अवस्था हो। सत्ताको केन्द्रीकरण र संवैधानिक संस्थाको औचित्यहीनता बन्दै गरेको अवस्थामा सत्ता असहिष्णु बन्छ। स्टेभिन लेभेन्स्की र डेनियल जेबेटले 'कसरी प्रजातन्त्रको मृत्यु हुन्छ ? ' भनेर लेखिसके। तब यहाँ लेखनको औचित्य र आलोचनात्मक चेत भनेको 'आ बैल, मुझे मार' हुन्छ नै। बाँधिएको आत्मा भनेको भीरमा तुन्द्रूंग झुन्डिएको कुभिन्डोजस्तै हो, पेन्डुलम झैं झुल्छ। पक्ष छान्ने सहास गर्दैन। पाटीको आधारभूत सिद्धान्त, राट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय अभ्यास, संगठनका चरित्र, मित्र र शत्रूको किटान, लक्ष निर्धारणअनुसार नेता–कार्यकर्ता रहँदैन भने त्यो पाटीको कुरै छाडौं, दबाब समूह पनि बन्ने हैसियत राख्दैन। त्यस्तो पाटीको कार्यकर्ता बन्नु र ती नेतृत्वलाई सम्मान गर्नु भनेको जस्तै लेखनअनुसार लेखकका जीवन, मान्यता र आदर्श लेखकले राख्दैनन् भने त्यस्ता लेखनको पनि कुनै महत्व रहँदैन। किन लेख्ने ? कसका लागि लेख्ने ? लेखनको प्रायोजन के ?

जैविक खाना र गंभीर रोग

लकडाउन भएयता शहरी क्षेत्रमा पनि कौसी खेती गर्ने प्रवृत्ति व्यापक बनेको छ । घरको छत, बार्दली वा बगैंचामा सागसब्जी रोप्ने लहर चलेको छ । यसबाट प्रत्यक्ष रूपमा केही फाइदा हुने नै छ । एक, आफ्नै हातले उत्पादन गरेको ताजा सागसब्जी खान पाइयो । दुई, शारीरिक रूपमा सक्रिय भइन्छ । तीन, भान्साको खर्च कटौती हुन्छ ।

सबैभन्दा महत्वपूर्ण त के भने, जैविक खानेकुरा खान पाइन्छ । किनभने हामीकहाँ बजार मा जैविक सागसब्जी पाउन गाह्रो हुन्छ । सागसब्जी उत्पादन गर्ने क्रममा प्रयोग गर्ने किटनासदेखि फलाउन र भण्डारण गर्न प्रयोग गरिने अनेक र सायनले सागसब्जीलाई विषाक्त बनाइदिन्छ । हाम्रो भान्सामा त्यस्तै सागसब्जी आइपुग्छ । भनिन्छ, पछिल्लो समय खानपानकै कारण मान्छेमा रोग बढ्दो छ । अर्थात अहिले जतिपनि रोगहरू देखापरेका छन्, त्यसमा मान्छेको खराब खानपान प्रमुख रूपमा देखिएको छ ।

जबकी खानाले नै हामीलाई जीवित, स्वास्थ्य र तन्दुरूस्त राख्नुपर्ने हो । खासगरी विषाक्त खानेकुरा जथाभावी सेवनले हामीलाई दिनदिनै अस्पतालको शैयामा पुर्‍याउँदैछ । क्यान्सर जस्तो घातक रोगको पछाडि हाम्रो खराब खानपान जोडिएको छ । यदि शुद्ध, ताजा र जैविक खानेकुरा खाने हो भने त्यही खाना नै औषधि बराबर मानिन्छ । कुनैपनि किसिमको रसायन तथा किटनासक औषधि प्रयोग नगरिएको जैविक खानेकुरा स्वाद र सुगन्धले पनि भरिपूर्ण हुन्छ । यी खानामा प्रोटिन, भिटामिन, मिनरल्स लगायतका पोषक तत्व पनि यसमा प्रचुर मात्रामा पाइन्छ । यस्तो खानाबाट निरोगी एवं तन्दुरूस्त जीवन पाइन्छ । विभिन्न किसिमका घातक रोगहरूको जोखिमबाट बचिन्छ । एक अध्ययन अनुसार जैविक हिसाबले उत्पादन गरिएको खानापानले विशेष प्रकारका क्यान्सरको जोखिमलाई २५ प्रतिशतसम्म कम गर्न सकिन्छ ।

फ्रान्सको 'सेन्टर अफ रिर्सच इन इपिडिमियोलोजी एण्ड इस्टेस्टिक्स' तथा अमेरिकाको 'हर्वाड टीएच चान स्कुल अफ हेल्थ'ले मानिसहरूमा जैविक खाद्य पदार्थको प्रभावबारे उक्त शोध गरेका थिए । शोधका अनुसार जैविक खाद्यको प्रयोगले स्तन क्यान्सर, प्रोस्टेट, कोलोरेक्टल क्यान्सर , लिम्फोमा ९सेतो रक्तकोषिकाको क्यान्सर० लगायत ७० भन्दा बढी प्रकारका क्यान्सरको खतरा कम गर्न सकिन्छ । पछिल्लो समय खेतलाई उर्बरा बनाउन कयौ रसायनिक पदार्थ तथा किटनाशक औषधिको प्रयोग हुने गर्छ ।

बेलायतको 'इन्टरनेशनल एजेन्सी फर रिसर्च अन क्यान्सर'ले ग्लाइफोजेट, मेलाथियान तथा डायजिनानलाई क्यान्सरको कारक मानेको छ । यस्तै अन्य केही रसायनले एण्डोक्राइन ग्रन्थीलाई असर पार्छ र एस्ट्रोजेन हर्मोनको रूपमा काम गर्न हुदाँ यसलाई यसलाई स्तन क्यान्सरको जोखिम बढाउने कारक पनि मानिन्छ । यसरी खानपानकै कारण क्यान्सरलगायत रोगहरूको जोखिम बढ्दै जाँदा जैविक खानेकुराप्रति स्वभाविक रूपमा जागरण बढेको छ ।

त्यसो त अहिले विश्वमै जैविक खानेकुराको सेवनलाई जोड दिइदै आएको छ । जैविक खानेकुरा उत्पादनलाई व्यापक बनाइदैछ । साथसाथै घर-घरमा कौसी खेतीका लागि समेत प्रोत्साहित गरिदैछ ।

घरमै गोलभेडा फलाउने सजिलो विधि

तपाईं-हाम्रो भान्सामा नभई हुन्न, गोलभेडा । सागसब्जीमा मिसाउन होस् वा अचार बनाउन, गोलभेडा चाहिन्छ । तरकारी, दाल, अचार देखि सलादसम्ममा गोलभेडा प्रयोग गरिन्छ। त्यसैले त हाम्रो भान्सामा धेरै खपत हुनेमध्ये एक हो, यो । गोलभेडाले खानेकुराको स्वाद बढाउने, रंग आकर्षक देखाउने मात्र होइन यो आफैँमा पोषणयुक्त पनि हुने गर्छ । त्यसैले गोलभेडाको सेवन स्वास्थ्यका लागि लाभदायक मानिन्छ । तर, सधैंभरि गोलभेडा उपलब्ध हुँदैन । बजार जाने अनुकूलता पनि मिल्दैन । त्यसमाथि गोलभेडा उत्पादन गर्ने क्रममा विभिन्न विषादीको प्रयोग गरिएको हुन सक्छ । त्यसो हो भने किन आफ्नै घरमा, आफ्नै हातले उत्पादन नगर्ने ? गोलभेडा रोप्नका लागि ठूलो ठाउँ चाहिँदैन। गमलामा समेत गोलभेडा उत्पादन गर्न सकिन्छ। भान्साको आसपासमा खाली भाग भए त्यहाँ पनि रोप्न सकियो ।

धेरैलाई अनुभव नहुन सक्छ, गोलभेडा कसरी रोप्ने ?

पहिलो चरण

सबैभन्दा ठाउँको छनौट गरौं। गोलभेडा उत्पादनका लागि त्यस्तै ठाउँ उपयुक्त हुन्छ, जहाँ पर्याप्त घाम लाग्छ । किनभने गोलभेडालाई दिनमा ८-१० घण्टाको घामको उज्यालो चाहिन्छ। ओसिलो ठाउँमा गोलभेडा राम्ररी फस्टाउँदैन ।

चरण-२

जति सम्भव हुन्छ, उति नै ठूलो गमला छनौट गरौं । गोलभेडाको बोटलाई एकदमै धेरै पोषकतत्वको आवश्यकता पर्छ। यसैले यसका लागि पर्याप्त माटो अटाउने गमला उपयुक्त हुन्छ । जति-जति बोट बढ्दै जान्छ, मल र माटो पनि थप्नुपर्छ । अण्डाको खोललाई धुलो बनाएर माटोमा मिसाउँदा निकै राम्रो हुन्छ ।

चरण-३

रोप्ने ठाउँ तयार भयो, गमला तयार भयो । त्यसपछि बिउ चाहिन्छ। कुनै पनि गोलभेडाबाट बिउ निकाल्न सकिन्छ। यद्यपि आफूसँग भएको गोलभेडाको बिउ गुणस्तरीय छैन भन्ने लागेमा स्थानीय नर्सरीबाट पनि खरिद गर्न सकिन्छ।

बिउलाई गमलामा राखेर माथिबाट हल्का माटोले छोपिदिने । यसमा थोरैथोरै पानी राख्नुपर्छ, नियमित रूपमा । केही समयपछि बिउ अंकुराउन थाल्छ । एक इन्च जति लामो भएपछि त्यसलाई गमलाबाट अर्को गमलामा सार्नुपर्छ । एउटा गमलामा एउटै मात्र बिरूवा रोप्नुपर्छ।

चरण-४

गोलभेडा रोपेपछि त्यसको माटोलाई सुख्खा हुन दिनुहुँदैन । थोरैथोरै पानी सिञ्चित गरिरहनुपर्छ । गमला हल्का चिसो हुनुपर्छ तर धेरै गिलो हुनुहुँदैन । गोलभेडाको बिरूवा बढ्दै गएपछि त्यसलाई स-साना लट्ठीले थाँक्रा लगाउनुपर्छ वा डोरीले बाँध्न पनि सकिन्छ । यसले गर्दा फल लाग्न थालेपछि बोट भाँचिदैन ।

चरण-५

गोलभेडाको बिरूवामा दिनहुँ पानी र ाख्नुपर्छ। माटो र मल पनि बेलाबखत थप्नुपर्छ । सुख्खा पात वा कुहिएको पात, डाँठलाई निकाल्नुपर्छ। यसरी राम्ररी स्याहारसुसार गरेपछि गोलभेडा राम्ररी उत्पादन हुन्छ।

वास्तु ज्ञान : आग्नेय कोणमा के राख्ने, के नराख्ने ?

हामी घरको आगन या करेसामा विभिन्न किसिमको बिरूवा लगाउँछौं त्यसको कारण के होला ? तरकारीको लागि प्रयोग नहुने तुलसी जस्ता बिरूवा हामीमध्ये धेरैको घरमा हुन्छ । त्यो किन होला ? लकडाउनको समयमा तुलसीको पत्तालाई दुई गुणा महँगो तिरेर किन्ने गरिएको छ । अर्को तर्फ वास्तुदोषको निवारणको लागि पनि तुलसी, बोजो जस्ता बिरूवा घरमा रोप्नुपर्ने वास्तुशास्त्रीहरूको मत छ ।

वास्तुशास्त्र हरेक दिशा र कोणलाई हेरेर व्याख्या गर्ने शास्त्र हो । मुख्यतया ८ वटा दिशालाई महत्वका साथ हेर्ने यस शास्त्रले घर बनाउँदा कुन दिशामा कस्तो प्रयोजनको सामान राख्ने भनेर पनि सुझाव दिने गर्छ । सूर्यको किरण, घरको वातावरण अनुसार चिस्यानको सम्भावना जस्ता पक्षले वास्तुलाई निर्देशित गरेको हुन्छ ।

हिमालको काखमा भएको घरको ढोका दक्षिणतर्फ फर्काउने गरिन्छ भने पश्चिमबाट हावा चल्ने घरमा पूर्वतर्फ ढोका राख्ने गरिन्छ । यी सबै अनुभवबाट उब्जिएको ज्ञान हो । वास्तुले मध्यस्थानलाई एउटा आधार मानेर पूर्वदिशा, आग्नेय, दक्षिण, नैऋत्य, पश्चिम, वायव्य, उत्तर, ईशान दिशालाई कसरी प्रयोगमा ल्याउने भनेर उल्लेख गरेको छ । अग्निले प्रतिनिधित्व गर्ने कोण भएकोले आग्नेय कोणलाई ऊर्जाको लागि उपयुक्त मान्ने गरिन्छ । आग्नेय कोण पूर्व र दक्षिणतर्फको कोण हो । सूर्य उदाएलगत्तै सबैभन्दा पूर्वतर्फको भाग सूर्यको स्पर्शमा पर्छ । त्यसैले यो कोणले आफैंमा ऊर्जाको प्रतिनिधित्व गर्ने गर्छ । त्यसकारण यो विश्वास गरिन्छ कि यस दिशामा एक किसिमको विशेष ऊर्जा पाउन सकिन्छ । यस दिशामा भान्साकोठा राख्नु उपयुक्त मानिन्छ । यसतर्फ बिजुलीका उपकरणहरू समेत राख्न सकिन्छ ।

आग्नेय कोण पानीजन्य सामग्री राख्नको लागि उपयुक्त मानिँदैन । आगो र पानी एकै ठाउँमा राख्न उपयुक्त हुन्न । आग्नेय कोणमा पानीजन्य सामग्री राख्न नमिल्ने भएकोले आग्नेय कोणमा खाना खाने ठाउँ बनाउनु उपयुक्त हुँदैन । आग्नेय कोणमा पानी आवश्यक पर्ने खालका चिजहरूको र ाखनधरान गर्दा यसले पारिवारिक समस्या या झण्झटको सामना गर्नुपर्ने वास्तुशास्त्रमा उल्लेख छ ।

आग्नेय कोणको वास्तुदोष

- आग्नेय कोणमा मूल ढोका राख्नु उपयुक्त मानिँदैन । यस्तो हुँदा विभिन्न किसिमका रोगहरूले सताउन सक्ने वास्तु शास्त्रमा उल्लेख छ ।
- दिनभरि घरमा घामको किरण परिरहनुले घरमा अक्सिजनको स्तर कम हुन्छ । यसले गर्दा परिवार का सदस्यहरूमा बेचैनी र असहज अवस्था सिर्जना हुन्छ ।

वास्तु निवारणको लागि के गर्ने ?

वास्तुशास्त्रीहरू वास्तु दोष निवारणको उपायबारे समेत बताउँछन् । त्यसको लागि घरमा विभिन्न वनस्पतिहरू लगाएर पनि वास्तु दोष हटाउन सकिन्छ भन्ने मान्यता छ । पर्यावरणको लागि समेत राम्रो मानिने तुलसी बुरूजो, रूद्राक्ष, बेल, परिजात, शमी, आँप, रातरानी, जयन्ती फूलजस्ता वृक्ष रोपेर पनि वास्तुदोष निवारण गर्न सकिने वास्तुशास्त्रमा उल्लेख छ । प्राचीन समयमा वास्तुदोषबाट बचको लागि घर मा स्वस्तिक चिह्न लगाउने, घरमा माछा पाल्ने, पाञ्चायन भगवानको पूजा गर्ने जस्ता उपाय अपनाइन्थ्यो । अहिले पनि हिन्दु धर्ममा आस्था राख्नेहरूले यसलाई अपनाउने गर्छन् ।

बालबच्चालाई सामाजिक सञ्जालमा......

जमाना सामाजिक सञ्जालको छ । यो भर्चुअल संसारमा विश्व नै जोडिएका छन् । त्यसैले सामाजिक सञ्जालमा राखिने तस्विर, भिडियो, टिकाटिप्पणी क्षणभरमै दुनियासामु पुग्छ । यसका आफ्नै फाइदा वा राम्रो पक्ष होलान् । तर, कतिपय कुरामा ढंग नपुग्दा वा सोंच विचार नगर्दा समस्याको भूँमरीमा फस्नुपर्ने स्थिति पनि हुन्छ ।

त्यसैले सामाजिक सञ्जालमा कुनैपनि भिडियो, फोटो सार्वजनिक गरिरहँदा सोच्नुपर्ने हुन्छ, भोलिका दिनमा यसले कुनै असजिलो त बनाउने होइन ? यो प्रश्न खासगरी अभिभावकले सोच्नुपर्ने हुन्छ । अहिले धेरै अभिभावक यस्ता छन्, जसले बालबच्चाको तस्विर सामाजिक सञ्जालमा पोस्ट गरिरहेका हुन्छन् । आफ्नो बालबच्चाको रमाइलो चर्तिकला पोस्ट गर्न र त्यसबाट आउने प्रतिक्रिया हेर्न उत्सुक हुने गर्छन् । यहाँसम्म त ठीकै छ ।

तर, बालबच्चाको तस्विर, भिडियो सामाजिक सञ्जालमा पोस्ट गरिरहँदा ख्याल गर्नुपर्ने धेरै कुरा छन्, जो अभिभावकले त्यती सावधानी अपनाएको पाइदैन । बच्चाले खाना खाएको, लुगा लगाएको, खेलेको, हाँसेको, छिलि्लएको, ठुस्किएको, नखरा पारेको तस्विर र भिडियो सार्वजनिक गरिरहँदा सोच्नैपर्छ, यस्ता सामाग्रीले भोलिको दिनमा उनलाई कुनै असर त पर्नेछैन ? अहिले उनीहरू अवोध हुन्छन् ।

उनीहरूमा परिपक्कता हुँदैन । भोलिको दिनमा जब उीहरू जान्नेबुझ्ने हुन्छन् वा कुनै क्षेत्रमा स्थापित हुन्छन्, त्यसबेला विगतका तस्विर/भिडियो दुरूपयोग हुनसक्छ । त्यसैले त्यस्ता तस्विर, भिडियो सार्वजनिक गर्नुअघि सोच्नैपर्छ ।

बिमार भएको बेला

सोच्नुहोः त, यदि तपाई बिमार हुनुभएको छ र कसैले तपाईको फोटो खिचेर सामाजिक संजालमा अपलोड गर्छन्भने । बिमार भएको अवस्थामा फोटो खिच्नु राम्रो होइन । यतिबेला बच्चाको अवस्था नाजुक हुन्छ, अनुहार सिथिल हुन्छ । यस्तो दयानिय फोटोले के अर्थ राख्छ ?

हेटौंडामा त्रिसत्य महाकाब्य विमोचन

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडामा त्रिसत्य महाकाब्य विमोचन भएको छ । हेटौंडा-४, निवासी पूर्व शिक्षक एवम् साहित्यकार चेतप्रसाद पौडेल (सैपुले साँहिलो) द्वारा लिखित महाकाब्य आज विमोचन गरिएको हो ।

साहित्य संगम मकवानपुरका अध्यक्ष निमेष निखिलको सभाध्यक्षतामा भएको विमोचन कार्यक्रममा हेटौंडा उपमहानगरपालिकाका मेयर हरिबहादुर महतको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा मेयर महतले पौडेलद्वारा लिखित महाकाब्य विमोचन गरेका थिए । लामो समय शिक्षण पेशामा बिताएका पौडेलले विज्ञान र ब्रम्हाणलाई समेटेर आफ्ना शब्दहरू महाकाब्य मार्फत प्रस्तुत गरेका छन् ।

माहाकाब्यमा तिन अक्षर चार चरण नौ वाक्य र ३६ शब्द सहित एक सय आठ अक्षरको एक शिर्षक रहेको छ ।

महाकाब्यमा कुल ३ सय ३३ वटा शिर्षकहरू रहेका छन् । महाकाब्यमा सुशासन कायम गर्ने , बिकृतिको अन्त्य गर्दे असल चरित्र निर्माण गर्ने विषयमा ब्याख्या गरीएको छ ।

विमोचन कार्यक्रममा हेटौंडा ४ का वडा अध्यक्ष नविन सिग्देल ,झरना साहित्य समाज मकवानपुरका संस्थापक अध्यक्ष ह्यगृव आचार्य , श्याम प्रसाद शर्मा स्मिृति प्रतिष्ठानका सचिव एवम् शिक्षक सुवास खनाल ,पत्रकार एवम् शिक्षक भानुभक्त आचार्य लगाएतको उपस्थिति थियो ।

हेटौंडा क्याम्पसको विद्यालय निरीक्षक तयारी कक्षा

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा क्याम्पस हेटौंडामा विद्यालय निरीक्षकको परीक्षा तयारीका लागि एक दिने अभिमूखीकरण कक्षा भर्चुअल जुममार्फत् शनिबार सम्पन्न भएको छ । शिक्षा क्याम्पसका रूपमा स्थापित हेटौंडा क्याम्पसले शिक्षा शास्त्र सङ्काय अध्ययन गर्ने विद्यार्थीहरूले मात्र प्रतिस्पर्धा गर्ने उक्त परीक्षाको तयारीका लागि अभिमूखीकरण गरेको हो ।

करिब ५० जना प्रशिक्षार्थी विद्यार्थीहरूको सहभागिता रहेको अभिमूखीकरण कार्यक्रममा विद्यालय निरीक्षक प्रदीप पराजुलीले परीक्षा तयारीका सम्बन्धमा सहजीकरण गर्नुभएको थियो । बाग्मती प्रदेश सभाका सदस्य एवं हेटौंडा क्याम्पस सञ्चालक समितिका अध्यक्ष मुनु सिग्देलको प्रमुख आतिथ्य रहेको कार्यक्रममा शिक्षा विकास निर्देशनालय बाग्मती प्रदेशका निर्देशक चन्दप्रसाद लुइँटेलको विशिष्ट आतिथ्य तथा नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुर का अध्यक्ष हरी हुमागाईँको आतिथ्य रहेको थियो ।

क्याम्पस प्रमुख देवचन्द् मानन्धरको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा सहायक क्याम्पस प्रमुख देवीराम लामा, प्राध्यापक अर्पण पराजुली, सञ्जयकुमार बस्नेत, मनोज पोखरेल, स्ववियु अध्यक्ष उमेश पुरी लगायतको सहभागिता रहेको थियो ।

भेटघाट तथा परिचयत्मक कार्यक्रमा सम्पन्न

◆ विकास संवाददाता

मञ्जुश्री असाहय संरक्षण केन्द्र हेटौंडा शाखाले जिल्ला प्रहरी कार्यलय मकवानपुरमा भेटघाट तथा परिचयत्मक कार्यक्रमा सम्पन्न गरेको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यलय मकवानपुरका प्रहरी प्रमुख एसपी सुशिल सिंह राठौरले महिला तथा बालबालिकामा हुने हिंसा र शोषणको अन्तय गरौं भन्ने मुल नारा सहित स्थापित संरक्षण केन्द्रको हेटौंडा शाखालाई शुभकाना दिएका छन् । भेटघाट तथा परिचयत्मक कार्यक्रमा बोल्दै हेटौंडा शाखालाई सकारात्मक कार्यमा सधै साथ दिने र अपराध न्यूनीकरणमा कानुनले दिएको सबै अधिकार प्रयोग गर्ने बताएका छन् । चितवन केन्द्रको छैंठौ वार्षिक अवसर परेर गएको २६ भाद्र गते उद्घाटन गरिएको हेटौंडा शाखा अध्यक्ष सम्पुर्ण कुमारी सिग्देलले समाजका नारीहरूमा हुने हिंसात्मक गतिबिधी रोक्न व्यक्तीत र संस्थागत तर्फबाट सधै लागिरहने भन्दै आफुहरू एकजुट भएको बताईन । अध्यक्ष सम्पुर्ण कुमारी सिग्देलको सभाध्यक्षतामा गरिएको कार्यक्रमा प्रहरी प्रमुख एसपी सुशिल सिंहराठौरको प्रमुख आतिथ्यता प्रहरी प्रवक्ता डिएसपी ईन्द्र बहादुर राना ,ट्राफिक प्रमुख हरि विष्णु ढकाल विशिष्ट आतिथि रहेका थिए ।

त्यसैगरि महिला सेलका प्रहरी इन्चार्जरहेका थिए भने अध्यक्ष सहित उपाध्यक्ष नमुना पाण्डे, कोषाध्यक्षमा गिता कार्की,सचिव श्रृजना पौडेल र सदस्यहरू समिता रसाइली, कल्पना वाग्ले,ज्योत्सना श्रेष्ठ, शोभा मैनाली र सुमित्रा हुमागाईं जिल्ला प्रहरी कार्यलय उपस्थिती भएका थिए ।

हेटौंडामा लियोद्वारा खाद्यन्न वितरण

◆ विकास संवाददाता

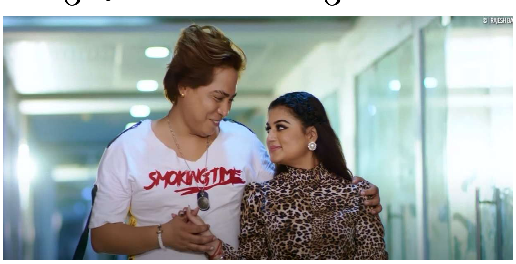
कवानपुरको लियो जिल्ला परिषद् ३ सय २५ बि टु नेपाल अन्तर्गत रिजन ५ का ९ वटा लियो क्लबहरूको आयोजनामा हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नंबर एक भैरबडाँडामा खाद्यन्न वितरण कार्यत्रम भएको छ । ईन्टरनेश्नल मेगा टुनिङ्ग प्रोजेक्ट, फोकस वन हङगर रिलिफ कार्यक्रम अन्तर्गत खाद्यन्न वितरण कार्यक्रम गरीएको हो ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नंबर एक भैरबडाँडा निवासी एक परिवारलाई घरमै पुगेर क्लबहरूले १७ हजार रूपँया बराबरको खाद्यन्न तथा भाँडाकुडा सहयोग गरेको हो । रिजन ५ का चेयरपर्सन राहुल जालानको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा लायन्स ईन्टरनेनल डिस्ट्रिक ३ सय २५ बि टु जोनका चेयरपर्सन तथा लियो एरिया एडभाईजर विकेस लाल श्रेष्ठको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख अतिथि श्रेष्ठले उपमहानगरपालिकामै भएर पनि भैरबडाँडाका नागरिकहरूले भौगोलिक विकटताका कारण उपमहानगरको सेवा सुविधाको उपभोग गर्न नपाएको भन्दै लियो क्लबहरूले गाँउगाँउमा पुगेर सहयोग गरेको बताए ।

लियो क्लब अफ मकवानपुर हेटौंडाका अध्यक्ष सदिन पौडेलले कार्यक्रम संचालन गरेका थिए । मकवानपुरमा लियो क्लबहरू सामाजिक कार्यहरूमा सक्रिय रहँदै आएका छन् ।

तितुङद्वारा अभिनित म्युजिक भिडियो



◆ विकास संवाददाता

लामो समयदेखि नृत्य क्षेत्रमा रमाइरहेका हेटौंडामा रविन्द्र तितुङ म्युजिक भिडियोमा अभियन गरेका छन्, । दिलको राजधानी' भन्ने गीतमा उनी देखिएका छन्, ।

गायक विक्रम परियार तथा गायिका विन्दु परियारको आवाज रहेको गीतमा तितुङ संगै चर्चित गायक दुर्गेश थापा र नायिका शिल्पा पोखरेलले अभिनय गरेका छन्, । कृष्ण कर्डेल मित्रले लेखेको गीतलाइ राजेश बर्देवाले संगीत भरेका छन्, । दिलको राजधानी' गीतको भिडियोलाई विक्रम चौहानको कोरियोग्राफ तथा निर्देशन गरेका छन्, । भिडियोलाई प्रकाश खड्काले खिचेका हुन्, भने मिलन विश्वकर्माले सम्पादन गरेका छन्, ।

सदस्यलाई निर्व्याजी ऋण

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा-६ चौघडामा रहेको जनकल्याण बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडले कोरोना संक्रमित शेयर सदस्यलाई निर्व्याजी ऋण उपलव्ध गराउने भएको छ । संस्थाले कोरोना संक्रमित शेयर सदस्यहरूलाई २५ हजार रूपैंया ऋण निर्व्याजी प्रदान गर्ने भएको हो । कोरोना संक्रमित शेयर सदस्यले प्राप्त गरेको ऋणको ३ महिनासम्म ब्याज नलाग्ने संस्थाका अध्यक्ष हिमाल पौडेलले जानकारी दिए । त्यस्तै महिला शेयर सदस्यहरूमा उद्यम प्रवर्द्धनका लागि संस्थाले नियमित व्याजदरमा ०.५ प्रतिशत ऋण छुटको व्यवस्था गरेको छ । संस्थाले अहिलेको प्रतिकुल परिस्थितिको मूल्यांकन गर्दै शेयर सदस्यहरूको हितमा कदम चालेको उनको भनाई छ ।

वनको कार्यालयमा तालाबन्दी

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा-११ मा रहेको डाङडुङ्गे सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको कार्यालयमा उपभोक्ताले तालबन्दी गरेका छन् ।

सामुदायिक वन उपभोक्ता समुहका अध्यक्ष सालीकराम पुडासैनीले मृत्यु भएका एकजना सदस्यको दाहसंस्कारका लागि लगिदै गरेको दाउरा खोसेपछि कार्यालयमा तालाबन्दी गरेको स्थानीय विकास नेपालले बताए ।

आक्रोशित उपभोक्ता तथा स्थानीयले कार्यालय अघि जम्मा भएर पुडासैनीबिरूद्ध नारावाजी गरेका छन् ।

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

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५५/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७
www.bikaskhabar.com
bikaskhabar@gmail.com

मकवानपुरको थाहामा १ सय २७ ले रक्तदान गरे

◆ विकास सम्वाददाता

थाहा नगरपालिकामा एकै दिन १ सय २७ जनाले रक्तदान गरेका छन्। 'रक्तदानः जीवन दान' भन्ने नारासहित २५ मा पालुङ जेसीज सभाहलमा आयोजित कार्यक्रममा थाहानगरमा अहिलेसम्मकै सबैभन्दा धेरै व्यक्तिले र क्तदान गरेका हुन्। सयअघि १ सय १७ जनाले एकै पटक रक्तदान गरेको रेकर्ड रहेको थियो । कार्यक्रम थाहा-३ की कविता काकीले रक्तान गरेर शुभारम्भ भएको थियो ।

पालुङ जेसीज र लायन्स क्लब अफ थाहा पिस तथा लियो क्लब अफ पिस थाहानगरको आयोजना र लायन्स क्लब अफ काठमाण्डौं ब्लड सर्कल, थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघ, फरक सोच, ल्यायम्हः पुचः लगायत संघसंस्थाहरूको सहकार्यमा रक्तदान कार्यक्रम भएको पालुङ जेसीज वर्ष २०२० का उपाध्यक्ष निरज रायमाझीले जानकारी दिए । पालुङ जेसीजको सभाहलमा भएको कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रम सोसाइटी रक्तसंचार भक्तपुरको प्राविधिक सहयोग रहेको थियो ।

कार्यक्रममा इलाका प्रहरी कार्यालयका प्रमुखसहित प्रहरीहरूले समेत रक्तदान गरेको कार्यक्रममा अन्तिममा संजय गोपालीले रक्तदान गरेका थिए । सो कार्यक्रममा थाहा-१ का विजयश्याम अमात्य, थाहा-२ का भरत तामाङ र सहदेव ढकालले ३७ औं पटक रक्तदान गरेका थिए ।

गोगनेमा रेडक्रसद्वारा सरसफाई सामाग्री वितरण

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुरको कैलाश गाउँपालिका ५ र ६ का सम्पूर्ण ७ सय ५० परिवारहरूलाई सरसफाई सम्बन्धी सामाग्री वितण गरिएको छ । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मकवानपुरबाट जिल्लाकै अतिविकट मानिने कैलाशका ती दुई वडामा हात धुने प्रयोजनका लागि धारा जडित २०र२० लिटरको बाल्टी र ६र६ थान, साबुन अति सकंटासन्न अवस्थाका महिलाहरूलाई १र१ सेट का दरले ५० सेट ज्थनष्भलभ पष्त समेतका सामग्रीहरू वितरण गरिएको हो ।

रेडक्रस मकवानपुरले एक समारोहका बिच वितरणको शुभारम्भ गरेको रेडक्रस मकवानपुरका मन्त्री खेमराज सापकोटाले जानकारी दिए । कैलाश गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष सुकुमाया थिङको प्रमुख आतिथ्यतामा भएको कार्यक्रममा रेडक्रस मकवानपुरका शाखाका कार्यबहाक सभापति लालबहादुर थापा, मन्त्री खेमराज सापकोटा, कोषाध्यक्ष पिताम्बर वास्तोला, कैलास ५ का वडा अध्यक्ष छेकु लामा सदस्य राधिका विक, वडा नं। ६ का सदश्य लक्ष्मी मुक्तान, रेडक्रस गोगने उपशाखा सभापति बच्चु ढुङ्गाना, रेडक्रसका कार्यक्रम सयोजक लक्ष्मण भट्टराई लगायत सेवाग्राही समुदायको उपस्थिति रहेको थियो।

यसैबीच कैलाश गाउँपालिका वडा नम्बर ६ मा संकट तथा विपतका समयमा स्वयंसेवकहरूले प्रयोग गर्ने एक वाक्सामा २७ थरिका सामग्री हस्तान्तरण गरिएको छ ।

कृषक समूहको सक्रियता बढ्दै

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १० मा दुई वटा कृषक समुह पुनर्गठन भएको छ । वडा नम्बर १० को विसित्तेल र न्हुँलगाउँमा रहेको चम्पाकेश्वर कृषक समुह पुनर्गठन गरिएको हो ।

न्हुलगाउँमा रहेको चम्पाकेश्वर कृषक समूहको अध्यक्षमा प्रकाश गोपाली सर्वसम्मत चयन भएका छन् । समूहको उपाध्यक्ष बसन्त गोपाली, कोषाध्यक्ष अक्षय गोपाली, सचिव सरिता गोपाली, सहसचिव तिलक गोपाली, सहस्यहरूमा बुद्धलक्ष्मी गोपाली, रूपचन गोपाली, सुर्यमान गोपाली र महेश्वर गोपाली रहेको थाहा थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १० की कृषि प्राविधिक कमला सुवेदीले जानकारी दिइन् ।

यसैबीच थाहा नगरपालिकाको विसित्तेलमा रहेको अन्नपूर्ण कृषक समूहको भेलाले विनोद थापालाई अध्यक्षमा सुर्वसम्मत चयन गरेको छ । समूहको उपाध्यक्षमा राजेन्द्र काकी, सचिव कुलचन्द्र अर्याल, कोषाध्यक्ष पार्वती लामिछाने, सदस्यहरूमा कालीमायाँ थापा, नारायण लामिछाने र दिनेश खत्री चयन भएका छन् । थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १० मा रहेका कृषक समूहहरू थाहा नगर पालिका वडा नम्बर १० की कृषि प्राविधिक कमला सुवेदीको सहजीकरणमा पुनर्गठन भएका हुन् । बाँकी अन्य कृषक समूहहरू पनि पुनर्गठन गर्ने कार्यक्रम रहेको कृषि प्राविधिक सुवेदीले बताइन् ।

थाहा नगरपालिकाको कृषक समूह गठन तथा संचालन सम्बन्धी कार्यविधि, २०७७ अनुसार कृषक समूह पुनर्गठन गरिएको हो ।

कुलमानलाई पुनः नियुक्ती गर्नुपर्ने माग गर्दै थाहानगरमा शान्तिपूर्ण र्‍याली

◆ विकास सम्वाददाता

नेपाल विद्युत प्राधिकरणका निवर्तमान कार्यकारी निर्देशक कुलमान घिसिङलाई पुनः नियुक्ती गर्नुपर्ने माग गर्दै मकवानपुरको थाहानगरमा शान्तिपूर्ण र्‍याली गरेको छ । स्थानीय रामहरी कार्कीको नेतृत्वमा शान्तिपूर्ण ऱ्याली भएको ऱ्याली शिखरकोटदेखि ओखरबजारसम्म पुगेर फर्केको थियो । यो देशलाई कुलमान घिसिङ चाहिन्छ भन्ने मूल नारासहित शान्तिपुर्ण र्‍याली गरिएको थियो ।

वर्षौं घाटामा चलेको विद्युत प्राधिकरणलाई नाफामा पुर्‍याएका घिसिङलाई अझै एक कार्यकालका लागि नियुक्त गर्नुपर्ने विषयमा सडकबाटै आवाज उठाउनुपर्ने देखिएकोले र्‍यालीको आयोजना गरिएको बताइएको छ ।

थाहानगरमा स्वास्थ्य कार्यक्रमको वार्षिक समिक्षा

◆ विकास सम्वाददाता

थाहा नगरपालिकाको आयोजनामा आर्थिक वर्ष २०७६र०७७ मा संचालन गरिएको स्वास्थ्य कार्यक्रमको वार्षिक समिक्षा गरिएको छ । स्वास्थ्य शाखाको आयोजनामा भएको कार्यक्रममा आर्थिक वर्ष २०७६/०७७ मा नगरमा र हेको पालुङ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, स्वासथ्य चौकीहरू, शहरी स्वास्थ्य केन्द्र र आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रले वर्षभरी गरेको कार्यक्रमको समिक्षा प्रस्तुतिकरण गरेको थियो ।

कार्यक्रममा नगरका सबै स्वास्थ्य संस्थाहरूले प्रस्तुतिकरण गरेका थिए । कार्यक्रमका सहभागीहरूलाई स्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुरका प्रमुख प्रणय उपाध्याय र क्षयकुष्ट अधिकृत ठाकुर पौडेलले सहजीकरण गरेका थिए । थाहा नगर प्रमुख लवशेर विष्टको विशेष उपस्थितीमा भएको समिक्षा कार्यक्रम २८ र २९ भाद्रमा गरी दुईदिन सम्म संचालन भएको थियो । कार्यक्रममा पालुङ प्राथमिक स्वासथ्य केन्द्रका प्रमुख डाक्टर सुबोध चापागाई, थाहा नगरपालिका स्वासथ्य शाखा प्रमुख मेघराज बलामी, अनमी निरीक्षक बालकुमारी ढकाल लगायतकाको सहभागिता रहेको थियो ।

प्रहरीप्रतिको गुनासो.....

नागरीकहरूबाट प्रहरी कर्मचारीहरूसंग सम्बन्धित गुनासो तथा सुझाव संकलन गरी प्रहरी सेवालाई थप प्रभावकारी बनाउन बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाको प्रदेश भरीका हरेक स्थानीय तहमा गुनासो तथा सुझाव संकलन पेटीका राख्ने निर्णय अनुरूप पेटिका राखिएको हो ।

थाहा नगरपालिकाका नगर उपप्रमुख खड्ग गोपालीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा पालुङ जेसीजका अध्यक्ष मनोज रायमाझी, थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघका महासचिव सुरेन्द्रमान प्रधान, पत्रकारहरू, स्थानीय संघसंस्थाका पदाअधिकारीहरू लगायतको उपस्थिती रहेको थियो ।

कार्यक्रममा उपप्रमुख गोपालीले प्रहरी संगको सहकायृमा विभिन्न अभियान अन्तर्गत सुझाव पेटिका राख्ने कार्यक्रम पनि भएको बताए । उनले प्रहरीसंगको सहकार्यमा सँधै अघि बढ्ने बताए ।

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

घरघरमै भत्ता बाँड्दै बैंक

◆ विकास सम्वाददाता

मकवानपुर थाहा नगर पालिकामा सामाजिक सुरक्षा भत्ता वितरण भएको छ । थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १० मा बैंकका प्रतिनीधिहरूले लाभग्राहीहरूको घरैमा पुगेर भत्ता वितरण गरेको वडा सचिव चक्रबहादुर ठगुन्नाले जानकारी दिए ।

आर्थिक वर्ष २०७६र०७७ को अन्तिम चौमासिकको भत्ता रकम कोभिड–१९ को रोकथाम तथा नियन्त्रणका क्रममा भएको लकडाउन तथा निषेधाज्ञाका कारण वितरण हुन नसकेपछि २४ भाद्रमा घरघरैमा पुगेर भत्ता वितरण गरिएको सेन्चुरी विकास बैंक बज्रवाराही शाखाका प्रबन्धक राधाकृष्ण लामिछानेले बताए ।

भत्ता वितरण कार्यक्रममा थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १० का वडा अध्यक्ष हिरा बहादुर गमाल, वडा सदस्यहरू दिपक गोपाली, उषा गमाललगायतकाको उपस्थिती हरेको छ । थाहा नगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७३र०७४ बाटै सामाजिक सुरक्षा बैङ्किङ प्रणालीबाट भुक्तानी गर्दै आएको छ ।

खाने होइन त कुलेखानीको माछा ? बिक्री खुल्यो !

◆ विकास सम्वाददाता

इन्द्रसरोवर मत्स्य व्यवसायी संघले माछा बिक्री सुरू गरेको छ ।

कोभिड १९ को कारण जोखिम बढेपछि इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाले गाउँपालिका भित्र माछा बिक्री सहित विभिन्न कार्य सञ्चालनमा रोक लगाएपछि बन्द भएको माछा बिक्री कार्य १ असोजबाट पुनः सुरू भएको इन्द्रसरोवर मत्स्य व्यवसायी संघका अध्यक्ष गोपाल भ्लोनले बताए ।

स्वास्थ्यका मापदण्ड अपनाई इन्द्रसरोवरको कुलेखानी कलंकी बिक्री केन्द्र र मार्खु बिक्री केन्द्रबाट बिक्री सुरू गरिएको छ । पुनः बिक्री सुरू गरेको पहिलो दिनमै आज १ कुइन्टल माछा निस्किएको उनले जानकारी दिए ।

नियमति औषाधि 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 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 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