ज्येष्ठ नागरिकलाई कालिन्चोक तीर्थयात्रा । पृष्ठ ५ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-४
मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७१५३३००
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

● मकवानपुर, वर्ष-१६, अंक-१२ ● २०८० असोज १५ गते सोमबार, ● 02 Oct., 2023, ● नेपाल सम्वत्-११४३, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

कुन्छाल-कुलेखानी सडक निर्माणले गति लिँदै

विकास संवाददाता
थाहानगर

मकवानपुर थाहा नगरपालिका अन्तर्गत रहेको कुन्छाल कुलेखानी सडक स्तरोन्नती कार्यले तिब्रता पाएको छ । सघन शहरी तथा भवन निर्माण आयोजना चितवनको आर्थिक सहयोगमा सडक स्तरोन्नती थालिएको हो । थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १ र ६ क्षेत्रमा पर्ने उक्त सडक स्तरोन्नतीका लागि सिंह एण्ड ब्रदर्श कन्सट्रक्शन प्रा.लि. काठमाण्डौले ठेक्का पारेको हो ।

निर्माण कम्पनीले २०७९ फागुन २१ गते सडक निर्माणको सम्झौता गरेको थियो । २९ करोड ५४ लाख ९१ हजार १६५ रूपियाँ लागत रहेको उक्त सडक २०८१ भदौ २० गते सम्पन्न गरिसक्नुपर्ने सम्झौता रहेको छ । सम्झौतामा सडक पर्खाल, फराकिलो पार्ने कटिङ, नाला तथा पिचसम्मको काम गर्नुपर्ने उल्लेख छ ।

सडकलाई समयमै र गुणस्तरीय निर्माण गराउन बज्रवाराहीमा स्थानीय राजनीतिक दल र सरोकारवालाहरू सक्रिय रूपमा लागि परेका छन् । सडक अनुगमनका लागि ईन्द्र बहादुर श्रेष्ठको संयोजकत्वमा समिति नै निर्माण गरिएको छ । 'अनुगमन समिति आफैले पनि अनुगमन गरिरहेको छ, साथै नगरपालिकाबाट प्राविधिक कर्मचारी समेत उपलब्ध गराई कामको गुणस्तर अनुगमन गर्न नगरलाई अनुरोध गरेका छौं'- संयोजक श्रेष्ठले भने ।

थोप्ले डाँडादेखि बासको झ्याङसम्म १० मिटर, बासको झ्याङदेखि दुप्चे बजार पुलसम्म १४ मिटर र दुप्चे पुलदेखी बाँकी भाग १० मिटर सडक स्तरोन्नति गर्ने अनुगमन समितिले जनाएको छ ।

पत्रकार अधिकारीलाई रामचन्द्र स्मृति सिर्जनशील पत्रकारिता पुरस्कार

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहानगरमा सक्रिय पत्रकार शम्भू अधिकारी सम्मानित भएका छन् । अधिकारीलाई निकास साप्ताहिक, रेडियो सन्देश र थाहा नेपाल डटकमको वार्षिक उत्सवको अवसरमा रामचन्द्र स्मृति सिर्जनशील पत्रकारिता पुरस्कारबाट हेटौंडामा सम्मान गरिएको हो ।

बिगत २० बर्ष देखि निरन्तर रूपमा मकवानपुरबाट प्रकाशित हुँदै आइरहेको जनमुखी मिडिया प्रालिले प्रकाशन गर्ने निकास साप्ताहिक, रेडियो सन्देश तथा थाहा नेपाल डट कमको अवसमा प्रदान गर्ने रामचन्द्र स्मृति सिर्जनशील पत्रकारिता पुरस्कार, २०८० थाहापाटीका कार्यकारी सम्पादक समेत रहेका अधिकारीलाई प्रदान गरेको हो ।

अधिकारीले थाहानगरमा रहेर पत्रकारिताको माध्यमबाट मकवानपुरको समग्र पत्रकारीताको विकासमा योगदान गरेकाले पत्रकारिता पुरस्कारबाट सम्मान गरिएको आयोजकले जनाएको छ । १५ असोजमा हेटौंडामा आयोजित वार्षिकउत्सव समारोहमा प्रमुख अतिथी नेपाल सरकारका उपप्रधान तथा गृहमन्त्री नारायणकाजी श्रेष्ठ र जनमुखी मिडियाका अध्यक्ष सुनिल खड्काले प्रदान गरेका हुन ।

'साँस्कृतिक शहर' पालुङमा काठमाण्डौको झल्को दिँदै इन्द्रजात्रा

मकवानपुर थाहा नगरपालिकाको पालुङमा भव्यताका साथ इन्द्रजात्रा मनाइएको छ । यसपालि १२ असोजमा पालुङको इन्द्रजात्रा परेको थियो । यद्यपि काठमाण्डौमा भने ११ असोजमा इन्द्रजात्रा मनाइसकिएको थियो । समुदायले बाहेक अन्य सरोकारवालाले महत्व दिन नगरिएको पालुङको इन्द्रजात्राको विशेष साँस्कृतिक महत्व रहेको छ ।

यहाँ काठमाण्डौमा जस्तै वर्षा र सहकालका देवता देवराज ईन्द्रको पुजा अरधना गरि ईन्द्र जात्रा मनाइन्छ । प्रत्येक बर्ष भाद्र शुक्ल चतुर्दशीका दिन पर्ने यो पर्व मकवानपुरको पालुङ शहरमा मनाईन्छ । पालुङमा पनि तृतीयाका दिन विधिपुर्वक देवतालाई बोकाको भोक दिएर पुजाआज गरि कुमारी, गणेश, सेतो भैरब, काला भैरब ईन्द्रयणीलाई नचाउने चलन छ । स्थानीय पुजारी सम्पुर्ण श्रेष्ठले ईन्द्रायणीको पुजा गरी देवतालाई भित्र्याएपछि अब एकैचोटि गठेमङ्गलमा मात्र निकाल्न मिल्ने प्रचलन रहेको छ । भाद्र शुक्ल द्वादशीका दिन ठड्याएको लिङगोलाई ईन्द्रध्वजोत्थान पनि भनिन्छ । लिङगोको फेदमा भैरबको पुजा गरिन्छ । शत्रु पराजय भएपछि विजयको रूपमा ईन्द्रजात्रा मनाईएको हो । ईन्द्रध्वजको पुजा गरी शक्ति प्राप्त गरेर प्रदर्शन गर्ने पर्वका रूपमा पनि ईन्द्र जात्रालाई लिइन्छ ।

यसरी मनाइन्छ इन्द्रजात्रा ?

निरोज प्रधान

हामी गठेमंगलमा देउता निकाल्छौं । नेवारहरूको कल्चर गठेमंगलबाट सुरू हुन्छ । लाखे नचाउन थालिन्छ । योभन्दा अगाडिको पूर्णिमाको दिन सबै नेवारहरूको हिलेजात्रा लाग्छ । अब हामी यो वर्षको इन्द्रजात्रा मनाएर सबै देवी देउता भित्र राख्छौं । यसपछि हामीले अर्को वर्षको गठेमंगलमा मात्रै देउता निकाल्ने चलन छ । इन्द्रजात्राको दिन हामीले गणेश, कुमारी, इन्द्रायणी, बाराही र भगवती नचाउँछौं । कालभैरव पनि नचाइन्छ ।

काठमाडौँको इन्द्रजात्रामा बेग्लै रथहरू हुन्छन् । पालुङको इन्द्रजात्रामा रथ हुँदैन । देवीहरू नचाइन्छ । र, उनीहरूलाई बोकाको भोग दिइन्छ । देवीहरूले बोकाको भोग खान्छन् । देवी नाच्नेहरूले काम्ने गर्छन् । तान्त्रिक विधिबाट पुजा हुन्छ । देवीहरूले भोग खाएपछि त्यही प्रसाद पकाएर हामी भोज खान्छौं । र, देउतालाई अब अर्को वर्षसम्मको लागि बसिदिन अनुरोध गर्दछौं । पालुङका नेवारहरू धेरै पहिला काठमाडौँबाट आएका हुन भन्ने किंवदन्ती छ । काठमाडौँबाट बाहिर गएका अन्य स्थानका नेवारहरूले इन्द्रजात्रा मनाउँछन् जस्तो लाग्दैन ।

बाँकी पेज ६ मा

• सम्पादकीय •

ज्येष्ठ नागरिकको सोचनीय सवाल

प्रत्येक वर्षको १ अक्टोबरका दिन अन्तर्राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक दिवस मनाइँदै आएको छ । यसवर्षको ज्येष्ठ नागरिक दिवस १४ असोजमा विविध कार्यक्रमको आयोजना गरी मनाइएको छ । पछिल्लो समय समाजमा ज्येष्ठ नागरिकप्रति भएका दुर्व्यवहारबिरुद्ध आवाज उठ्ने क्रम निरन्तर बढ्दै गएको छ । मकवानपुरका विभिन्न पालिकाहरुमा जस्तै थाहा नगरपालिकामा पनि ज्येष्ठ नागरिकको अवस्थाबारे बहसदेखि ज्येष्ठ नागरिक दिवा सेवा केन्द्र सञ्चालनसम्मका गतिविधि संस्थागत भइरहेका छन् । थाहा नगरमा २ वटा दिवासेवा केन्द्र सञ्चालनमा रहेका छन् ।

सामाजिक सुरक्षा भत्ता ज्येष्ठ नागरिकहरुको अर्को आर्थिक सहारा बनेको छ । ज्येष्ठ नागरिकको अधिकार संरक्षणमा केही न केही सकारात्मक योगदान गरेको छ । आफ्नो जीवनकालमा श्रम, सीपको योगदान गरेर देश विकासमा भूमिका निर्वाह गरेका ज्येष्ठ नागरिकको समग्र सुरक्षा र सम्मानित जीवनको लागि राज्यको अभिभावकीय भूमिकाको खोजी गर्ने र बाबुआमाप्रतिको दायित्व निर्वाहमा सन्तानलाई जिम्मेवार बनाउन यस्ता गतिविधिले बहसको मौका दिन्छन् । ज्येष्ठ नागरिकको सम्मानित जीवनको विषय बहसमा आएको लामै समय भइसकेको छ । ज्येष्ठ नागरिकको संरक्षण र सामाजिक सुरक्षा गर्ने विषयलाई खासगरी वि.सं. २०६३ सालमा ऐन नै ल्याएर सरकारले संबोधन गर्न शुरु गरेको हो । त्यसयता बनेका संविधान, कानुन, नियम र निर्देशिकाले ज्येष्ठ नागरिकको अधिकारलाई संरक्षण संवर्द्धन गर्न खोजेको देखिन्छ । नेपालको संविधानले नै ज्येष्ठ नागरिकलाई राज्यबाट विशेष संरक्षण र सामाजिक सुरक्षाको हकको सुनिश्चितता गरेको छ । ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी ऐनले नै ज्येष्ठ नागरिक कल्याण कोष, हेरचाह केन्द्र वा दिवा सेवा केन्द्रको समेत स्थापना र सञ्चालन गर्नेसम्बन्धी व्यवस्था गर्न भनेको छ । ज्येष्ठ नागरिकहरुलाई स्वास्थ्य उपचारमा छुट तथा प्राथमिकता दिने उल्लेख गरेको छ । संविधानमा व्यवस्था गरिएको स्वास्थ्यसम्बन्धी मौलिक हक कार्यान्वयन गर्न ऐन, नियम र निर्देशिका बनेका छन् । सार्वजनिक सवारी साधन, सार्वजनिक कार्य, स्वास्थ्य सेवा, धार्मिक तथा सार्वजनिक स्थलमा ज्येष्ठ नागरिकलाई आवश्यक सेवा, सुविधा र सहयोग उपलब्ध गराउनु सबैको कर्तव्य हुने ज्येष्ठ नागरिक सम्बन्धी ऐनले नै व्यवस्था गरेको छ ।

ज्येष्ठ नागरिक स्वास्थ्य सेवा सञ्चालन निर्देशिका २०७७ ले ज्येष्ठ नागरिकका लागि निःशुल्क तथा सहुलियतपूर्ण स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने गरी अस्पतालहरु तोक्ने गरेको छ । ज्येष्ठ नागरिकको स्वास्थ्य सेवालाई घरसम्मै पुऱ्याइरहेका पालिकाहरुले यस्ता जानकारीहरु पनि जनस्तरसम्म पुऱ्याउनु पर्छ । ज्येष्ठ नागरिकले आफ्नो जीवनकालमा सँगालेका ज्ञान, सीप र अनुभव नयाँ पुस्ताको लागि मार्गदर्शन हुन्छन् । तर परिवारभित्र उनीहरुको ज्ञान, सीप र अनुभवबाट सिक्न नयाँ पुस्ता बिरलै तयार देखिन्छ । पारिवारिक सामाजिक अन्य विभिन्न कारणले ज्येष्ठ नागरिक एक्लिनुपर्ने अवस्था पनि छ । संयुक्त परिवार रहने सामाजिक संरचना टुक्रिँदै एकलमा परिणत हुँदैछन् । बदलिएको सामाजिक परिवेशमा ज्येष्ठ नागरिकको हेरचाह प्रभावित भएको छ । ज्येष्ठ नागरिकको सम्मानित जीवनका लागि परिवार, समाज र राज्यको तहबाट सबैले योजनाहरु निर्माण गरी कायाृन्वयनमा ल्याउन सके ज्येष्ठ नागरिकहरुको मुहारमा खुशी ल्याउन सकिन्छ ।

थाहा नगरपालिकाको शिखरकोट काउण्टरबाट दिवा बस सेवा

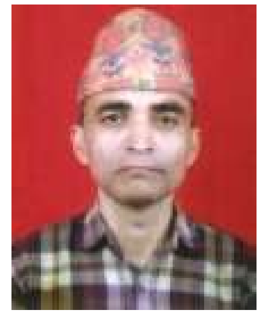
विहान	६:१५	बजे काठमाण्डौ (हाइस)
विहान	६:१५	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	७:१५	बजे काठमाण्डौ (बस)
विहान	८:00	बजे हेटौडा (बस)
विहान	८:१५	बजे सिमभन्ज्याङ हुँदै काडमाण्डौ (फोर्स)
विहान	९: 00	बजे काठमाण्डौ (मिनीबस)
विहान	९:00	बजे हेटौंडा जम्बो हाइस
विहान	९:४५	बजे काठमाण्डौ फोर्स
विहान	१0:१५	बजे मार्खु, पालुङ 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

कृषिमा आधुनिकीकरण अबको आवश्यकता



◆ के.बी. बस्नेत

विद्यमान माटो व्यवस्थापनका लागि उक्त डिजिटल नक्सा कोशेढुङ्गा सावित हुने दाबी सम्बन्धित क्षेत्रले गरेको छ। वास्तवमा विद्युतीय माध्यमबाट तत्कालै जानकारी पाइने भएकाले यस्ता प्रविधि र सुविधामा कृषकहरुलाई अभ्यस्त बनाउनुपर्ने पहिलो चुनौती छ।

मानव जीवनसँग प्रत्यक्ष सरोकार राख्ने व्यवसाय कृषि हो । नेपालको झन्डै दुइतिहाइ जनता आजसम्म पनि यही व्यवसायमा आश्रित छन् । यहाँको कुल गार्हस्थ उत्पादनमा उक्त व्यवसायको योगदान अन्दाजी २७ प्रतिशत छ भने आर्थिक वृद्धिदरमा ३२ प्रतिशत छ । यहाँ झन्डै २३ दशमलव पाँच प्रतिशतको रोजगारी पनि उक्त व्यवसायले दिएको छ । तर केही वर्षयता विभिन्न कारणले गर्दा यहाँको कुल गार्हस्थ उत्पादनमा उक्त व्यवसायको योगदान क्रमशः घट्दैछ । कृषिमा आधुनिकीकरण गर्न सके भविष्यमा यसमा सुधार हुने सम्भावना छ ।

आज विश्वभरि जनसंख्या वृद्धि भई आठ अर्ब नाघेको छ । यो जनभारलाई भरणपोषण गर्नका लागि कृषि विकासबाहेक अर्को विकल्प छैन । यसको लागि कुनै जमिनमा कस्तो किसिमको माटो छ सो जाँचेर मात्र कृषि कर्म गर्न उपयुक्त हुनेछ । यसो गर्न सकेमा कुनै पनि कृषि उत्पादन अपेक्षा गरेअनुरूप वृद्धि गर्न सकिन्छ ।

सर्वप्रथम त प्रत्येक कृषकलाई खाद्यान्न बाली, तरकारी बाली, फलफूल बाली र अन्य बालीहरूको लागि कस्तो किसिमको माटोको आवश्यकता हुन्छ सोको जानकारी हुनुपर्छ । त्यसपछि उपयुक्त माटोमा उपयुक्त बालीको खेती गरेमा कृषि उत्पादन तथा उत्पादकत्व बढाउन सकिन्छ । जसबाट कुनै पनि देशको अर्थतन्त्रमा सकारात्मक प्रभाव पर्नेछ ।

नेपालको झन्डै २९ लाख हेक्टर खेतीयोग्य जग्गाको माटोका डिजिटल नक्सांङ्कन गर्दा ५० देखि ५५ प्रतिशत अम्लीय प्रकृतिको, चारदेखि पाँच प्रतिशत क्षारीय र ४० प्रतिशत तटस्थ प्रकृतिको छ । निःसन्देह यो तथ्याङ्कहरूबाट यहाँको माटोको उर्वराशक्ति सन्तोषजनक नभएको प्रष्ट हुन्छ ।

विगतमा रासायनिक मलको अत्यधिक प्रयोग, पीएच भ्यालुमा विद्यमान गिरावट, पोटास तत्वमा विद्यमान कमी आदि कारणले यहाँको माटोको उर्वराशक्ति घट्दै गएको कुरा यहाँको कृषि विभागद्वारा प्रकाशित एक तथ्याङ्कले इङ्गित गरेको छ । यसबाट यहाँको कृषि उत्पादनमा नकारात्मक प्रभाव पर्ने कुरा निश्चित भएकाले यथाशीघ्र सुधार गर्न आवश्यक छ । वस्तुतः प्राङ्गारिक मूलको उपयुक्त प्रयोगले कुनै पनि ठाउँको माटोको उर्वराशक्तिमा सकारात्मक प्रभाव पर्छ । परन्तु यहाँको खेतीयोग्य जमिनको ४० देखि ४५ प्रतिशत माटोमा प्राङ्गारिक मलको अंश न्यून, ४० प्रतिशतमा मध्यम र १५ प्रतिशतमा अत्यधिक देखिएको कुरा एक आधिकारिक तथ्यांङ्कले प्रष्ट पारेको छ । भविष्यमा यहाँको माटोको उर्वराशक्ति क्रमशः घट्दै गई कृषि प्रणालीमा नै संकट नआउला भन्न सकिँदैन । त्यसैले यस सम्बन्धमा यथाशीघ्र ध्यान दिन आवश्यक छ ।

नेपाल दक्षिण एसियाकै पहिलो देश हुने गरी डिजिटल नक्सा तयार गर्न समेत सफल भएको दाबी सम्बन्धित क्षेत्रले गरेको छ । यसमा हालसम्म ५७ जिल्लाबाट लगभग २३ हजार दुई सय ७३ वटा माटोको नमुना परीक्षण गरी नक्सांकन गरिएको एकातिर छ भने अर्कोतिर कृषकहरूले सम्बन्धित साइटहरूमा गई आ–आफ्नो जग्गाको रासायनिक पक्षबारे विस्तृत जानकारी पाउन सक्छन् । अरू जिल्लाहरूमा पनि संकलन गर्ने काई जारी छ । जसमा पनि नक्सांकन काइले किसान मात्र नभई नीतिनिर्माता, अनुसन्धानकर्ता, कृषि प्राविधिक, निजी क्षेत्रका सेवा प्रदायक संघसंस्था र मल आयातकर्ताहरूलाई समेत माटोसम्बन्धी पूर्ण जानकारी दिने कुरा उल्लेख गरिएको छ ।

समाजका हरेक क्षेत्रमा आधुनिकीकरणले प्रवेश पाएसँगै कृषिमा पनि आधुनिक प्रविधि वा उपकरणको प्रयोग आवश्यक छ । यसले प्रत्येकका कृषिमा लगानी गर्ने आत्मबल बढ्छ । नेपालमा हालसम्म पनि माटो परीक्षण गरी खेती गर्ने प्रचलन कम छ । त्यसैले हालसम्म पनि यहाँका अधिकांश कृषकहरूमा पुर्खाले जेगरे, त्यही गर्ने प्रवृत्ति छ । तर नयाँ सुविधा प्रयोग गर्नाले प्रत्येक कृषकले सम्बन्धित वेवसाइटमार्फत माटोको रासायनिक पक्षबारे विस्तृत जानकारी लिएर त्यसअनुसार खेती गर्न सक्ने भएकाले विगतको अभ्यासमा परिवर्तन गर्न यो प्रविधि सहायक हुनेछ ।

उक्त नक्सांकन कृषकहरूको लागि उपयोगी हुने देखिए पनि कृषि क्षेत्रका नीति निर्माता, अनुसन्धानकर्ता, कृषि प्राविधिक, कृषि उद्यमी आदिलाई पनि प्रत्यक्ष वा परोक्षरूपमा फाइदा हुनेछ । जुन कुरा विकसित देशहरूको अनुभवबाट प्रष्ट भएको छ । वस्तुतः कुन बालीका लागि कस्तो माटो उपयुक्त हुन्छ भन्ने कुराको जानकारीविना गरिएको खेतीबाट अपेक्षित खेती नहुने भएकाले माटोसम्बन्धी डिजिटल नक्सा तयार गरी सार्वजनिक गरिएको छ ।

वर्तमान समयमा नेपाल कृषि युगको नयाँ चरणमा प्रवेश गरेको छ । त्यसैले आम कृषकले डिजिटल नक्साबारे सहज जानकारी लिई अधिकतम फाइदा पाउन सक्ने गरी सम्बन्धित पक्षबाट व्यवस्था मिलाउन आवश्यक छ । उक्त डिजिटल नक्सा चार वर्ष लगाएर तयार गरिएको हो । सार्क क्षेत्रको सबैभन्दा ठूलो देश भारतमा समेत उक्त नक्सा तयार गर्न सकिएको छैन । उक्त नक्सा कार्यान्वयन गर्ने सार्क क्षेत्रका देशहरूमध्ये नेपाल नै पहिलो हुनेछ ।

उक्त नक्सामार्फत माटोको उर्वराशक्ति, अम्लीयपन, प्राङ्गारिक पदार्थको मात्रा, माटोका बनावट, आदि गुणहरूको बारेमा कृषकहरूले सहजै जानकारी पाउने छन् । यसबाहेक कृषकहरूले आफ्नो जग्गामा उत्पादन हुने बाली, प्रयोग गर्ने मलको मात्रा, माटो सुधार गर्ने तरिकालगायतको विषयमा पनि निर्णय लिन सक्ने छन् ।

विद्यमान माटो व्यवस्थापनका लागि उक्त डिजिटल नक्सा कोशेढुङ्गा सावित हुने दाबी सम्बन्धित क्षेत्रले गरेको छ । वास्तवमा विद्युतीय माध्यमबाट तत्कालै जानकारी पाइने भएकाले यस्ता प्रविधि र सुविधामा कृषकहरूलाई अभ्यस्त बनाउनुपर्ने पहिलो चुनौती छ । यस्ता सुविधा प्राज्ञिक अनुसन्धानमा भन्दा कृषकहरूले व्यवहारमा उतार्न सक्ने गरी विकास एवम् विस्तार गर्नसके बढी फाइदा हुनेछ । किनभने यसबाट कृषि उत्पादनमा सकारात्मक प्रभाव पर्नेछ । उक्त नक्साको प्रयोगबाट विभिन्न किसिमका फाइदा लिन सकिन्छ । जसका लागि सरकारी तथा निजी क्षेत्रको सक्रिय सहयोग हुनुपर्छ । वास्तवमा बढी कृषि उत्पादनका लागि माटोको गुणअनुसार बाली लगाउने काम गर्नुपर्छ । योबाहेक रासायनिक मलको प्रयोग पनि माटोको गुण पहिचान गरेपछि मात्र प्रयोग गर्न उचित हुन्छ । तर नेपालको कृषकहरूलाई यससम्बन्धी राम्रो ज्ञान नभएकाले हालसम्म पनि उनीहरू परम्परागत खेती गर्दै भएकाले आशा गरेअनुरूप फाइदा लिन सकेका छैनन् ।

यहाँ कुन मौसममा के बाली लगाउने, कहाँ कति रासायनिक मल प्रयोग गर्ने आदि कुरा माटोको गुणस्तरले इङ्गित गर्न देशभर नै विद्युतीय नक्सांकनको आवश्यकता छ । उक्त नक्सा तयार भएपछि सरकारलाई पनि माटोको गुणस्तर अनुसार सिफारिस गर्न सजिलो हुनेछ । यसैगरी, कृषकलाई पनि विभिन्न बाली लगाउन छुट्टै माटो जचाउन आवश्यक पर्दैन । यसका लागि एउटा एप्स तयार गरिन्छ । कुनै ठाउँको माटोको बारेमा जानकारी लिन त्यसमा एक क्लिक गरे पुग्छ । जुन सर्वसाधारणको लागि सहज हुनेछ । उक्त विद्युतीय नक्साबाट माटोमा रहेको नाइट्रोजन, फस्फोरस, पोटास, अर्गानिक पदार्थ, पीएच, जिंक, बोरोनबारे सजिलै जानकारी लिन सकिन्छ । जसले गर्दा कृषकलाई विभिन्न बाली लगाउन सहज हुनेछ ।

माटोसम्बन्धी वैज्ञानिकहरूले गरेको परीक्षणबाट प्राप्त परिणामजस्तो धेरै नै भरपर्दो नभए पनि कृषकहरूले कम्प्युटर वा मोबाइल एप्सबाट आफ्नो खेतबारीको माटोको बारेमा एकीकृत जानकारी प्राप्त गर्न सक्छन् । जसबाट कृषकहरू लाभान्वित हुन सक्छन् । यसको साथै विभिन्न स्रोतहरूबाट संकलित माटोको सूचनाको आधारमा हरेक दुई वर्षमा डेटाबेसलाई अध्यावधिक गर्न नित्तान्त आवश्यक छ । जसबाट भविष्यमा कृषकहरूले बढी फाइदा लिन सक्छन् र कृषि उत्पादन वृद्धिमा पनि सकारात्मक प्रभाव पर्नेछ ।

बालबालिकाको दिमाग कसरी तेज हुन्छ ?

मानिसको दिमाग उमेरअनुसार फरक-फरक हुन्छ । यसलाई जीवनशैली, खानपान, शारीरिक एवं मानसिक व्यायामले फरक पार्छ ।

बच्चाहरूको दिमाग जन्मजात राम्रो हुन्छ ?

कोही पनि बच्चा आमाको पेटबाट नै प्रतिभाशाली भएर आउँदैन । आमाको गर्भमा छँदा बच्चाको शारीरिक र मानसिक विकासमा केही हदसम्म प्रभाव हुन्छ । जस्तो, आमाको खानपान, आनीबानी, जीवनशैलीले गर्भको बच्चामा प्रभाव पारेको हुन्छ । तर गर्भदेखि नै कुनै बच्चा तेज दिमाग लिएर आउने, कोही कमजोर लिएर आउने भन्ने हुँदैन । आमाको पेटदेखि नै बच्चा प्रतिभाशाली भएर आउने होइन ।

न्युरो विज्ञान अनुसार सबैको दिमाग एउटै हुन्छ । तर पछि उसले अपनाउने जीवनशैली, काम-व्यवहार, अभ्यास-साधनाले दिमागको क्षमता विकास हुने हो । हामी कस्तो ठाउँमा हुर्कन्छौं, कस्तो वातावरण पाउँछौं, कस्तो खानपान गर्छौं, कस्तो दिनचर्या अपनाउँछौं भन्ने कुराले पनि दिमागको विकासमा प्रभाव पार्छ ।

यसर्थ जो धेरैभन्दा धेरै दिमागको काम गर्छ, अभ्यास-साधना गर्छ उनीहरूको दिमागको क्षमता स्वाभाविक रूपमा बढ्दै जान्छ ।

दिमागको व्यायाम

जसरी हामी शारीरिक व्यायाम गर्छौं, त्यसरी नै दिमागको पनि व्यायाम गर्नुपर्छ । हाम्रो स्मरण शक्ति, सोच्ने र बुझ्ने तरिका, निर्णय र विश्लेषण गर्ने क्षमतामा प्रभाव पार्ने भनेको दिमागको व्यायामले पनि हो । सामान्यतया दिमागका नसाहरू आपसमा सम्पर्क गराउन न्युरोन सक्रिय बनाउनु हो । यदि कोही मानिस धेरैजसो सुत्छ, कुनै पनि काममा सक्रिय छैन भने ती मानिसको दिमागको चाल सुस्त हुन्छ । तर यदि कोही मान्छे सक्रिय छ, फूर्तिलो छ, धेरै काम गर्छ, सामाजिक कार्यमा क्रियाशील हुन्छ, खुसी हुन्छ भने मानिसको दिमाग एकदम राम्ररी काम गरिरहेको हुन्छ ।

तनाव, डिप्रेसन र एन्जाइटी छ भने दिमागको चाल कमजोर हुन्छ ।

किताब पढ्नु पनि दिमागको व्यायाम

अहिलेसम्म भएको अनुसन्धान अनुसार किताब पढ्दा दिमागको राम्ररी व्यायाम हुन्छ । जो मानिसले धेरै भन्दा धेरै किताब पढ्छ उसको दिमागको चाललाई एकदम राम्रो बनाउँछ । यसबाहेक भिडियो दिमागी खेल खेल्ने, पजल खेल्ने मानिसको दिमागको व्यायाम राम्रो भइरहेको हुन्छ ।

टाउको आकार र दिमागको खेल

मानिसको दिमाग तेज हुनु र नहुनुमा टाउकोको आकारले कुनै फरक पार्दैन । यस्तो हुने हो भने पुरूषको टाउको महिलाको तुलनामा दुई सयदेखि तीन सय ग्रामसम्म बढी हुन्छ । तर के पुरूषहरू तुलनात्मक रूपमा तेज र बढी स्मरण क्षमताका हुन्छन् त ?

दिमाग तेज हुनु र नहुनुमा दिमागको क्रियाकलापमा भर पर्छ । मान्छेले आफ्नो दिमागलाई कति काम लगाएको छ, कसरी लगाएको छ ? सोही अनुसार उनको दिमागको क्षमता बढ्ने हो ।

खानपानको पनि भूमिका

दिमागको क्षमता राम्रो हुनुमा खानपान पनि जोडिएर आउँछ । खासगरी सन्तुलित खानपानले यसमा राम्रो प्रभाव पार्छ । स्वस्थ, सन्तुलित र सुपाच्य खानेकुरा दिमागका लागि पनि जरूरी हुन्छ ।

म यो कुरा किन भनिरहेको छु भने, धुम्रपान, जाँडरक्सी खाने व्यक्ति र साधारण व्यक्तिको दिमाग हेर्ने हो भने आकाश-पातालको फरक हुन्छ । रक्सी पिउने मानिसको दिमागको स्मरण शक्ति, निर्णय गर्ने क्षमता ह्रास वा कमजोर भइसकेको हुन्छ ।

बालबालिकामा पनि डिप्रेसन हुन्छ है !

वयस्क र वृद्ध उमेरका व्यक्तिलाई मात्र डिप्रेसन हुन्छ, बालबालिकामा कुनै किसिमको तनाव नहुने र रमाउने उमेर हुने हुँदा यसको जोखिम हुँदैन भन्ने सोच धेरैमा रहेको पाइन्छ । जसकारण डिप्रेसन व्यवस्थापनसम्बन्धी बहस पनि वयस्क र वृद्ध उमेर समूहलाई नै आधारित रहेर हुने गरेको छ ।

तर बालबालिकामा पनि डिप्रेसन हुन सक्ने विभिन्न कारण हुन्छन् । जसमध्ये पाँच कारणबारे यहाँ चर्चा गरिन्छ ।

वंशाणुगत

वंशाणुगत कारणले बालबालिकालाई डिप्रेसन हुन सक्ने सम्भावना हुन सक्छ । बाबुआमामध्ये कसैलाई डिप्रेसन छ भने बच्चामा पनि हुन सक्छ । यसलाइ बायोलोजिकल डिप्रेसन भनिन्छ ।

पारिवारिक वातावरण

बालबालिकामा डिप्रेसन गराउन सक्ने अर्को कारण हो पारिवारिक वातावरण । आमाबाबुबीचको दिनँहु झगडा हुने, बाबुआमा लामो समय विदेशमा र सन्तान नेपालको होस्टेलमा वा आफन्तकहाँ बसेर पढेका छन् भने बच्चामा डिप्रेसनले सताउन सक्छ ।

त्यस्तै, बाबुले जाँडरक्सी खाएर आमालाई कुटपिट गर्ने, बाबुले घरको जिम्मेवारी नलिने, सन्तानलाई समय नदिने जस्ता तनावरहित वातावरणमा हुर्किरहेका बालबालिका प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष रूपमा डिप्रेसनको सिकार हुन सक्छन् ।

यस्तोमा उनीहरूमा पहिले तनाव हुन्छ र तनाव आक्रोशमा बदलिएर व्यवहार पनि परिवर्तन देखिन थाल्छ । जस्तै, एकोहोरो हुने, झर्किने, चर्को स्वर मा बोल्ने, भनेको नमान्ने, पढाइमा ध्यान दिन नसक्नेलगायत समस्या देखिन सक्छ ।

बाबुआमाको सम्बन्ध विच्छेद

सम्बन्ध विच्छेदका घटना पछिल्लो समय निकै बढिरहेका छन् । यसले बालबालिकालाई प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष रूपमा असर पारिरहेको हुन्छ । सम्बन्ध विच्छेद हुनुअघि आमाबुवाबीचको झगडा देखेर छोराछोरी डिप्रेसनमा पर्छन् । सम्बन्ध विच्छेदपछि छोराछोरीले कोसँग बस्ने भन्ने बुझ्दैनन् । किनभने आमासँग बस्दा बाबुको माया पाउँदैनन् भने बाबुसँग बसेमा आमाको मायाबाट अलग हुन्छन् । बच्चाको चाहना अनुसार एकसाथ बाबुआमाको माया नपाउँदा र साथीभाइको परिवार मिलेको देख्दा उनीहरूमा बिस्तारै डिप्रेसन हुन सक्छ ।

वातावरणीय प्रभाव

धेरैलाई लाग्न सक्छ, वातावरणीय कारणले पनि डिप्रेसन हुन्छ र ? तर वातावरणीय कारणले पनि बच्चामा डिप्रेसन हुन सक्छ ।

उदाहरणका लागि बच्चा भक्तपुर बाट कलंकीसम्म पढ्न जानुपर्ने बाध्यता छ भने उनीहरूमा लामो यात्राको थकाइ, बसमा यात्रा गर्दा भीडभाड, कोलाहल, सिट नपाएर उभिनुपर्ने, धुवाँधुलो, समयमा पुग्न अनिन्द्रामै निस्कन पर्ने जस्तो दैनिकीले उनीहरूमा निराशापन, थकाइको तनाव हुन सक्छ । यस्तोमा उनीहरूलाई सो वातावरण स्वभाविक नै हो भन्ने पर्न सक्छ । र, कम उमेरमै भागदौड दैनिकीले डिप्रेसन हुन सक्छ ।

जथाभावी औषधि सेवन

कुनै पनि बालबालिकाले जथाभावी रूपमा कम उमेरमै औषधि खाइरहेका छन् भने पनि उनीहरूमा डिप्रेसनको जोखिम हुन सक्छ । अहिले देखासिकी गरेर आफ्नो सन्तानलाई सबै कुरामा अरूभन्दा उत्कृष्ट बनाउन उचाई बढाउन, मोटोपन भए घटाउन र तौल कम भए बढाउन परीक्षण नगराई वैज्ञानिक आधार नभएको औषधि खुवाउने चलन बढेको छ । त्यति मात्र होइन सामान्य दुखाइमा पनि जथाभावी एन्टीबायोटिक औषधि दिइन्छ, यसले पनि बालबालिकामा डिप्रेसन गराउन सक्छ ।

स्कुलमा भेदभावपूर्ण वातावरण

स्कुलमा पनि भेदभावपूर्ण वातावरण छ भने बच्चामा मानसिक समस्या देखिन सक्छ । जस्तो, परीक्षामा राम्रो अंक ल्याउने विद्यार्थीहरूलाई एउटा सेक्सनमा र पढाइमा कमजोर हुनेलाई छुट्टै पढाउने परिपाटी धेरैजसो स्कुलमा पाइन्छ । पढाइ राम्रो हुनेलाई तारिफ गर्ने र नराम्रो गर्नेलाई होच्च्याउने, खिस्याउने र राम्रो नम्बर ल्याउन लागि दबाब दिने गर्दा हीनताबोध हुने, आफूलाई कमजोर ठान्ने, आत्मबल कमजोर हुने हुँदै उनीहरूमा बिस्तारै मानसिक समस्याले सताउँछ, जसले गर्दा उनीहरू आफ्नो व्यक्तित्व पनि विकास गर्न सकिरहेका हुँदैनन् ।

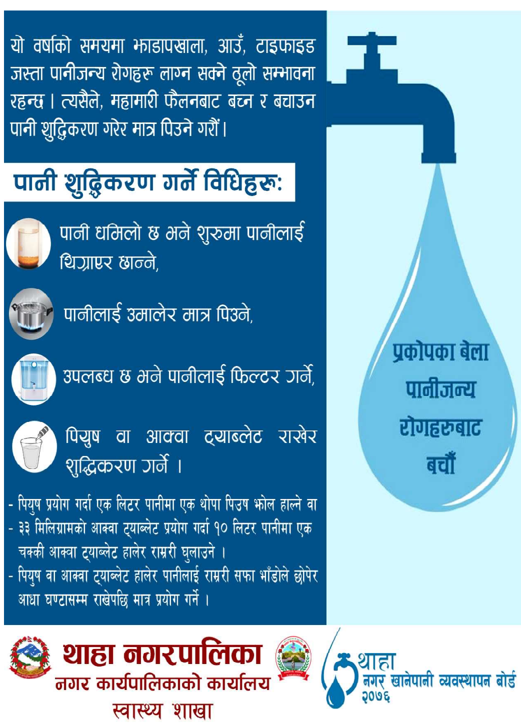
यौन दुर्व्यहार

सानोमै यौन दुर्व्यहार भएको छ भने पनि बालबालिका डिप्रेसनमा पुग्न सक्छन् । आफन्त वा अपरिचित व्यक्तिबाट यौन दुर्व्यवहार भइरहेको हुन्छ तर उनीहरूले भन्न सकिरहेका हुँदैनन् । भन्न खोज्दा धम्काउने गरेका हुन सक्छन् जसले उनीहरू भित्रभित्रै त्यो कुरा गुम्साएर राख्न पुग्छन् र डिप्रेसन हुन सक्छ ।

व्यवस्थापन कसरी ?

डिप्रेसनमा पुग्ने अवस्था आउन नदिन बालबालिकासँग सञ्चार गर्नु अत्यन्त आवश्यक छ । उनीहरूको मनको कुरा बुझ्ने प्रयास गर्ने, उनीहरूसँग समय बिताउने, इच्छाआंकाक्षाबारे सोध्ने र राम्रो काममा समर्थन दिने गर्नु जरूरी छ ।

स्कुलको वातावरणबारे सन्तानसँग बुझ्ने र आफू पनि बेलाबखतमा स्कुलबारे जानकार भइरहनुपर्छ । राख्ने शारीरिक क्रियाकलापमा अभ्यस्त गराउने, खुल्ला वातावरणमा खेलकुद गराउने, आठ घण्टा सुत्ने वातावरण मिलाउने र पोषणयुक्त खानेकुरा खान दिने गर्नुपर्छ ।



प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
कार्यालय: थाहा-८ सम्पर्क नं. ९८०७१५३३००
www.bikaskhabar.com
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

थाहानगर उवासंघको नयाँ कार्यसमितिलाई स्वागत

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघले थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघको नवनिर्वाचित कार्यसमितिलाई स्वागत गरेको छ। मउवासंघका अध्यक्ष कृष्णकुमार गुप्ताको अध्यक्षतामा नवनिर्वाचित कार्यसमितिलाई स्वागत गरिएको हो । कार्यक्रममा बधाई तथा कार्यकाल सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्दै अध्यक्ष गुप्ताले मउवासंघको स्थापना, आर्थिक क्रियाकलाप, संघले विगतदेखि वर्तमानसम्म गरेका अन्य विभिन्न कार्यहरू बारे उनले संक्षिप्त जानकारी गराएका थिए ।

त्यसैगरी थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघका नवनिर्वाचित अध्यक्ष पुरूषोत्तम ढकालले मउवासंघका पूर्वअध्यक्ष केशव श्रेष्ठको कार्यकालबाट मउवासंघको उत्तरी क्षेत्र समिति गठन प्रक्रिया प्रारम्भ भएको र सोही उत्तरीक्षेत्र समिति हाल थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघको रूपमा विकसित भएको बताए। थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघको वर्तमान भवन मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघकै सहयोगमा निर्माण भएको, अहिले पनि थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघको मातृसंस्थाको रूपमा मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघलाई आफूले लिएको उनको भनाइ रहेको थियो ।

उनले थाहानगर, कृषिको हिसावले परिचित र पर्यटकीय रूपमा सम्भावनायुक्त रहेको स्मरण गर्दै धार्मिकपर्यटनको रूपमा ऋषेश्वर, गोरखनाथलगायतका धेरै धार्मिक स्थल थाहानगरमा रहेको बताए। त्यसैगरी उनले मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघबाट थाहानगरको पर्यटन विकासमा सम्भावित पहलको लागि अनुरोध गरेका छन्। कार्यक्रममा संघका उपाध्यक्षत्रय प्रमोदसिंह रानाभाट, उज्वल चौलागाई, राजु अधिकारी, महासचिव दीपक उप्रेतीलगायतले बधाई ज्ञापन गरेका थिए ।

ज्येष्ठ नागरिकहरूको फोटो प्रदर्शनी हुने

◆ विकास संवाददाता

राष्ट्रिय फोटोपत्रकार समूह र एजिङ नेपालको आयोजनामा यहि १३ असोजमा काठमाडौंको बसन्तपुरमा ज्येष्ठ नागरिकको तस्वीर प्रदर्शनी गरिने भएको छ। अन्तर्राष्ट्रिय जेष्ठ नागरिक दिवसको अवसरमा हिमाल पहाड र तराईका जेष्ठ नागरिकको तस्वीरहरू प्रदर्शनी गरिने कार्यक्रम संयोजक गणेश बिष्टले बताए ।

कार्यक्रममा सक्रिय जेष्ठ नागरिकको तस्वीरहरू प्रदर्शनीमा राखिने छ । जेष्ठ नागरिकको दैनिकी, जेष्ठ नागरिकको मिहिनेत, सफलता, पारिवारिक खुशी, संघर्ष तथा सफलता झल्कने तस्वीर प्रदर्शनी गरिने छ । प्रदर्शनीमा राखिने तस्वीरहरूले नयाँ पुस्तामा उत्साह तथा उमंग जगाउन मद्दत पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । साथै, जेष्ठ नागरिकहरूमा नैरास्यता तथा दु:खीपन हटउन मद्दत गर्ने संयोजक विष्टले बताए ।

एजिङ नेपाल जेष्ठ नागरिकको हक अधिकार तथा न्यायको निम्ति काम गर्ने संस्था हो भने राष्ट्रिय फोटो पत्रकार समुहमा देशभरका फोटो पत्रकारहरूको साझा संस्था हो। राष्ट्रिय फोटो पत्रकार समुहले यस अघि विभिन्न स्थानहरूमा बालबालिकाको फोटो तथा पर्यटन प्रवर्द्धनात्मक फोटोहरू प्रदर्शनी गर्दै आएको छ ।

विद्यालयहरू हेटौंडामा पुरस्कृत

◆ विकास संवाददाता

बागमती प्रदेशको सामाजिक विकास मन्त्रालयको आयोजनामा राष्ट्रिय शिक्षा दिवस मनाइएको छ । कार्यक्रमका अवसरमा बागमती प्रदेशभरीमा उत्कृष्ट रहेका सामुदायिक तथा संस्थागत बिद्यालयहरूलाई पुरस्कृत गरिएको छ । मन्त्रालयले २०७९ सालको माध्यमिक शिक्षा परीक्षा कक्षा १० मा कम्तीमा ३५ जना परीक्षार्थी सहभागी गराएको विद्यालयहरूलाई उत्कृष्टताका आधारमा छनौट गरेर पुरस्कृत गरेको छ ।

प्रदेशभरीका सामुदायिक बिद्यालयहरू मध्यमा सबै भन्दा उत्कृष्ट प्रथम स्थानमा भक्तपुरको मेधा माध्यमिक विद्यालय भएको छ । त्यसैगरी नुवाकोट जिल्लाको पृथ्वी माध्यमिक विद्यालय द्वितीय भएको छ । काठमाण्डौंको श्रम राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालय तृतिय भएको छ । चौथोमा काठमाण्डौंकै पृथ्वी नारायण माध्यमिक विद्यालय भएको छ । पाँचौमा काठमाण्डौंकै बलम्बु माध्यमिक विद्यालय भएको छ। उनीहरू सबैलाई २ असोजमा शिक्षा दिवसका अवसरमा बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री शालिकराम जम्मकट्टे र सामाजिक बिकास मन्त्री कुमारी मुक्तानले नगद पुरस्कार, प्रमाणपत्र समेत दिएर पुरस्कृत गरेका थिए ।

यसैगरी संस्थागत विद्यालयतर्फ काठमाण्डौंको बुढानिलकण्ठ नगरपालिकाको रिलायन्स इन्टरनेसनल एकेडेमी, प्रथम भएको छ । त्यसैगरी द्वितीयमा काठमाण्डौंको बालुवाटारको हिज किङ्स इन्टरनेस्नल स्कुल ररहेको छ । त्यसैगरी तृतियमा काठमाण्डौंको टोखा नगरपालिकाको फ्लोरोसेन्ट माध्यमिक विद्यालय रहेको छ। तीनै वटा बिद्यालयलाई पनि नगद सहित पुरस्कृत गरिएको छ। सो अवसरमा बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री शालिकराम जम्मकट्टेलले कृषि, स्वास्थ्य र प्राबिधिक शिक्षा बिद्यालयमा पढाउनुपर्ने बताउनु भएको छ । २ असोजको कार्यक्रमको उद्घाटन् गर्दै उनले प्रदेश सरकारले बिद्यालयको क्षेत्रमा राम्रो काम गरेको दाबी गरे। शिक्षामा अरू समस्या भन्दा पनि त्रुटी पाठ्यक्रममा रहेको बताए। अबको शिक्षा कृषि क्षेत्रमा केन्द्रीत गर्नुपर्ने उनको सुझाब छ। स्वास्थ्य क्षेत्रमा नर्स र डाक्टर पढ्नका लागि धेरै शुल्क लिने गरेकोमा आपत्ति जनाउँदै उनले भने-'अब नर्स र डाक्टर पढाउनका लागि चाहिने शुल्क प्रदेश सरकारले तोक्छ र त्यसलाई सबैले पालना गर्नुपर्छ ।'

बागमती प्रदेशका सामाजिक विकास मन्त्री कुमारी मुक्तानले शिक्षामा सुधार गरे मात्र अन्य क्षेत्रमा सुधार हुने बताइन् । शिक्षा दिवसको कार्यक्रममा अध्यक्षता ग्रहण गर्दै उनले शिक्षामा सुधार गरेमा सबै क्षेत्र सुध्रिने बताइन्। समाज सुधार र्गका लागि पहिलो व्यक्ति शिक्षक भएकाले उसले राम्रो शिक्षा दिन जरूरी रहेको बताइन् । अब प्रदेश सरकारले माध्यमिक विद्यालय स्तरको शिक्षा सुधार गर्नका लागि लगानी गरिरहेको उल्लेख गरिन् ।

थाहानगरबाट एमाले प्रतिनीधि छनोट

◆ विकास संवाददाता

नेकपा एमालेको ८ र ९ असोजमा काठमाडौंमा हुने प्रथम बागमती प्रदेश अधिवेशनका लागि थाहा नगरपालिकाबाट प्रतिनिधि छनोट भएका छन् ।
थाहा नगरपालिकाबाट सर्वसम्मत्रुपमा ६ जना प्रतिनिधि चयन भएको नेकपा एमाले जिल्ला कमिटी मकवानपुरले जनाएको छ । थाहानगरबाट प्रदेश अधिवेशनका लागि बरिना बल, विष्णुप्रसाद ढकाल, बुद्धरत्न मानन्धर, रविन्द्र नापित, विमलकुमार ढकाल र कल्पना बलामी प्रतिनिधि छनोट भएका छन् ।
नेकपा एमालेको प्रदेश अधिवेशनले प्रदेश कमिटीसमेत निर्वाचित गर्नेछ ।

कुलेखानी-फर्पिङ सडक निर्माणका लागि नौ करोड

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा-काठमाण्डौं ओहोर दोहोर गर्ने छोटो दुरीमो मार्ग निर्माण गर्नका लागि ठाउँ ठाउँमा बागमती प्रदेश सरकारले हरेक वर्ष लगानी गर्दै आएको छ ।

प्रदेशको भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय अन्तरगत पूर्वाधार विकास कार्यालय चितवनले हेटौंडा-फाखेल फर्पिङ सडक खण्ड अन्तरगत कुलेखानी फर्पिङ क्षेत्रमा सडक निर्माणका लागि चालु आर्थिक वर्षमा थप नौ करोड रूपैयाँ लगानी गरेर काम गर्न लागिएको हो । प्रदेश सरकारको गौरवको आयोजना अन्तरगत तत्कालिन मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेलको पाला देखि हाल सम्म यस सडकलाई प्राथमिकता दिइदै आएको छ ।

अहिले थप गरिएको नौ करोड रूपैयाँ लगानीबाट सडक चौडा गर्ने, ग्याबिन गर्ने, पिच गर्ने लगायतका काम गरिने पूर्वाधार विकास कार्यालय चितवनले जनाएको छ। यो सडकसंगै भैसे-भीमफेदी सडक खण्ड, सिस्नेरी सडक खण्ड लगायतका क्षेत्रमा पनि निरन्तर रूपमा काम भइरहेका छन् ।

अब हाम्रै थाहानगरको ओखरबजारमै
छपाईको शुभारम्भ
फ्लेक्स प्रिन्ट

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

७ नम्बर वडामा कार्यकर्ता भेटघाट कार्यक्रम

◆ विकास संवाददाता

नेकपा माओवादी केन्द्रको तीन महिने अभियान अन्तरगत थाहा नगर पालिका वडा नम्बर ७ को तल्लो सल्लेमा कार्यकर्ता भेटघाट तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम गरेको छ । अभियानको थाहानगर कमान्डर प्रकाशचन्द्र पाण्डेको उपस्थितिमा अन्तरक्रिया कार्यक्रम भएको हो ।

कार्यक्रममा थाहानगर प्रमुख विष्णु बिष्ट आदर्श तथा वडा नम्बर ७ का निर्वाचित वडा सदस्यहरूसंग जनताको गुनासो तथा छलफल गरिएको थियो । कार्यक्रममा माओवादी केन्द्र जिल्ला समन्वय समिती सदस्य अरूण रायमाभी, माओवादी केन्द्र थाहा नगर अध्यक्ष बिनोद कुमार लामा, नगर सदस्यहरू इच्छापुर्ण कार्की, दिपक लामा, इमानसिंह लामा, प्रगतिशील जनस्वास्थ्यकर्मी महासंघ थाहाका अध्यक्ष नेमराज थिङ लगायतको उपस्तिथि रहेको थियो ।

मोहन तामाङले संचालन गरेको कार्यक्रम पश्चात् थाहा ७ घलेपाखा निवासी क्षेत्र थिङको ममतामयी आमाको निधनमा परिवार भेटघाट समेत गरिएको थियो । जनतासँग माओवादी विशेष रूपान्तरण अभियान अन्तरगत मकवानपुर जिल्लाका १० पालिकाका विभिन्न वडामा कार्यक्रम भईरहेका छन् । अभियानको नारा 'घर-घरमा माओवादी, जन-जनमा माओवादी' तय गरिएको छ ।

थाहानगरमा अख्तियारले गर्‍यो, सुशासन प्रवर्द्धन सम्बन्धी अन्तरक्रिया

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहा नगरपालिकामा भ्रष्टाचार नियन्त्रण तथा सुशासन प्रवर्द्धन सम्बन्धी पालिकास्तरीय अन्तरक्रिया कार्यक्रम १२ असोजमा सम्पन्न भएको छ । अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोगको कार्यालय हेटौंडाको आयोजनामा पालुङ जेसिजको सभाहलमा कार्यक्रम भएको हो ।

कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै थाहा नगरपालिकाका नगर प्रमुख बिष्णु बहादुर विष्टले स्थानीय सरकारको सुशासन प्रवर्द्धन गर्न यस प्रकारको अन्तरक्रिया कार्यक्रमले विशेष सहयोग पुग्ने बताए । नगर प्रमुख विष्टले सार्वजनिक पद धारण गरेका व्यक्तिहरू राष्ट्रप्रति जिम्मेवार भई नैतिक दायित्व बहन गर्दै सदैव सुशासन, पारदर्शीका साथै नियमको परिधिमा रही काम गर्नुपर्ने उल्लेख गरे ।

भ्रष्टाचारले मानिसको इज्जत, मान, प्रतिष्ठा गुम्नुको साथै राष्ट्रको लगानी दुरूपयोग हुने भएकोले सजग हुनुपर्ने उनले बताए । भ्रष्टाचार रोक्न सम्पूर्ण नागरिकहरू जिम्मेवार भएर आ-आफ्नो ठाउँबाट लागि पर्नुपर्ने नगर प्रमुख विष्टको भनाइ थियो । कार्यक्रममा सहभागिताहरूले आ-आफ्नो जिज्ञासा र गुनासो राख्दै अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोगलाई सुझाव समेत दिएका थिए । साथै सहभागीबाट उठेका विभिन्न प्रश्नहरूको जवाफ अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोगको कार्यालय हेटौंडाका प्रमुख नरहरी घिमिरेले दिएका थिए । अन्तरक्रिया कार्यक्रममा कार्यालयका उपसचिव गोविन्द प्रसाद गौतम र प्रमुख नरहरी घिमिरेले प्रस्तुतिकरण गरेका थिए । कार्यक्रममा भ्रष्टाचारको अवधारणा, भ्रष्टाचारको कारण, भ्रष्टाचार कसूर ठहरिदा हुने सजाय, अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोगको कार्य गर्ने शैली, भ्रष्टाचार सम्बन्धी विश्व र नेपालको अवस्था, भ्रष्टाचारको प्रवृत्ति, भ्रष्टचार सम्बन्धी भ्रम र वास्तविकता लगायतका विषयमा छलफल चलाइएको थियो भने स्थानीय तहसंग सम्बन्धित उजुरीको प्रवृत्ति र सुशासनको प्रवर्द्धनमा स्थानिय तहको भुमिका बिषयक कार्यपत्र प्रस्तुत गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा नगर उपप्रमुख भरत गोपाली, थाहा नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कृष्ण गिरी, नगरका १२ वटै वडाका वडा अध्यक्षहरू, गैरसरकारी संस्थाका प्रमुख तथा प्रतिनीधिहरू, निर्माण व्यावसायी, कार्यपालिका सदस्यहरू नगरपालिका अन्तरगत विभिन्न शाखाका प्रमुख, विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष, प्रधानाध्यापकहरू, पालुङ क्याम्पसका प्रमुख, बित्तीय संस्थाका प्रतिनिधि लगायत कर्मचारीहरूको उल्लेखनीय सहभागिता रहेको थियो ।

अनेमसंघ र किसान महासंघ ३ नम्बर वडा कमटी गठन

◆ विकास संवाददाता

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ३ मा किसान र महिलाको वडा कमिटी गठन गरेको छ । अभियान इन्चार्ज लक्ष्मण बिष्ट र पार्टीको वडा अध्यक्ष हिरेन्द्र रायमाझीको आतिथ्यतामा विकास घरमा सम्पन्न भेलाले विना बिष्टको अध्यक्षतामा १५ सदस्यीय अखिल नेपाल महिला संघ (अनेमसंघ) क्रान्तिकारी ३ नम्बर वडा कमिटी गठन गरिएको छ ।

भेलाले जीवन लामाको अध्यक्षतामा अखिल नेपाल किसान महासंघ क्रान्तिकारी गठन गरिएको नेकपा माओवादी केन्द्र ३ नम्बरले जनाएको छ । कार्यक्रममा पार्टीका बिमल कुमार बिष्ट, अनेमसंघ क्रान्तिकारीका प्रदेश सदस्य शकुन्तला गोपाली, नगर सदस्य राजकुमार कार्की, कविता बिष्ट, अर्जुन सुनारलगायतका उपस्थिति रहेको थियो। नेकपा माओवादी केन्द्रको जनतासँग माओवादी विशेष रूपान्तरण अभियान अन्तरगत मकवानपुर जिल्लाका १० पालिकाका विभिन्न वडामा कार्यक्रम भईरहेका छन् ।

नेकपा माओवादी केन्द्र मकवानपुरले पार्टीका केन्द्रीय समिति, बागमती प्रदेश समिति, जिल्ला समन्वय समिति र पालिका पदाधिकारीहरूलाई जिल्लाका एक सय दुई वडामा कार्यविभाजन गरी कार्यक्रमहरू गरिरहेको छ । 'घर-घरमा माओवादी, जन-जनमा माओवादी' भन्ने नारासहित तीन महिने अभियान अन्तरगत माओवादीले विविध कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरिरहेको छ ।

ज्येष्ठ नागरिकलाई कालिन्चोक तीर्थयात्रा

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहा नगरपालिले ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई तीर्थयात्रा गराएको छ । नगरपालिकाले नगरस्तरीय ज्येष्ठ नागरिक समितिले छनौंट गरेको ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई दोलखाको कालिन्चोक, दोलखा भिमसेन, काभ्रेको नमोबुद्धलगायतको तीर्थस्थलहरूमा यात्रा गराएको हो । नगरभरीबाट छनोटमा परेका ६० जना ज्येष्ठ नागरिकलाई पालिकाले तिर्थयात्रा गराएको थाहा नगरपालिकाका सामाजिक विकास अधिकृत अनिल लामिछानेले जानकारी दिए ।

तीर्थयात्रामा सहभागी सबै ज्येष्ठ नागरिकहरूको खर्च नगरपालिकाले व्यहोरेको छ । ज्येष्ठ नागरिकहरूको सम्मानका लागि नगरपालिकाले यो अभियान चालेको नगर प्रमुख विष्णु बहादुर विष्टले जानकारी दिए । ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई स्वास्थ्य संवेदशीलतालाई ख्याल राख्दै तीर्थयात्रामा स्वास्थ्यकर्मी समेत साथसाथै लगिएको थियो । थाहा नगरपालिकाले अघिल्लो वर्ष पनि नगरस्तरीय ज्येष्ठ नागरिक समितिको सिफारिसमा देवघाटलगायतको धार्मिक स्थलमा तिर्थ यात्रा गराएको थियो । 'अघिल्लो आर्थिक वर्ष तिर्थ गएका ज्येष्ठ नागरिकहरू यो वर्ष सहभागी हुँदैनन्, यो वर्ष सहभागी भएकाहरू अर्को वर्ष जाँदैनन्' सामाजिक विकास अधिकृत लामिछानेले भने ।

थाहा नगरपालिकाको सबै वडामा वडास्तरीय ज्येष्ठ नागरिक समिति गठन भएका छन् भने नगर सञ्जाल सक्रिय रहेको छ । पालिकाले वर्षैपिच्छे ज्येष्ठ नागरिक सम्मान तथा न्यानो कपडा तथा सहायता सामाग्री वितरण गर्दै आएको छ ।

पालिका क्षेत्रमा रहेका दुई वटा ज्येष्ठ नागरिक दिवा सेवा केन्द्रलाई पनि सहयोग गर्दै आएको छ । थाहामा २ वटा दिवा सेवा केन्द्र रहेका छन् ।

समयमै व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं ।

थाहा नगरपालिका
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर
पञ्जीकरण शाखा

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 ।

विकास
प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक
कार्यालय: थाहा-४ सम्पर्क नं. ९८०७१५३३००
२०८० असोज १५ गते सोमबार, 02 Oct., 2023, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

साँस्कृतिक शहर पालुङ ...

तर, हामीहरू चै मनाउने गर्छौं ।

पालुङमा घोडेजात्रा पनि मनाइन्छ । पालुङमा अघिल्लो दिन घोडेजात्रा मनाइन्छ, काठमाडौंमा भोलिपल्ट । र, इन्द्रजात्रा भने अघिल्लो दिन काठमाडौंमा र भोलिपल्ट पालुङमा मनाउने गरिन्छ । किन यसरी एक दिन अघि वा पछि मनाइन्छ भन्ने चाही मलाई थाहा भएन । पालुङमा हामी ८० देखि ९० घर नेवार छौं । इन्द्रजात्राको दिन विहान सबैले घर घरबाट पुजा लानुपर्छ । त्यसमा पाँचवटा देवीलाई ५ वटा अण्डा लग्नै पर्छ । छ्याङ पनि लाने गरिन्छ । समयबजी भुटेर र फलफूल राखेर लानुपर्छ । हाम्रो कालाभैरव गुठी छ । अर्को ३ वर्षे जात्रा पनि छ । यी ५ वटै देवीको ५ वटा रथ पनि छ । त्यो ठूलो जात्रा हो । पुजारी नेवारहरू नै हुन्छन् । पुजारीहरू विहानैदेखि भोकै बसेका हुन्छन् ।

दिउसो ३ बजेदेखि लाखे नचाउने, ख्या नचाउने, राजारानी नचाउने गरिन्छ । हाम्रो देउता कामिरहेको हुन्छ । उनीहरूलाई ल्याएर मुकुट लगाइन्छ । अनि १ घण्टाजति नचाइन्छ । नाच्दै गर्दा देउताले घरघरबाट ल्याएको अण्डा खान्छन् । आ–आफ्ना देवीहरूलाई देउताले नै अण्डा दिन्छन् । आफ्ना देवीहरूलाई ५/१० वटा अण्डा फुटाएर दिन्छन् । देउता आफैले पनि ५/१० वटा अण्डा खान्छन् । नाच्दा नाच्दा थकाइ लागेपछि देउताले जलको रूपमा रक्सी खान्छन्, अण्डा पनि खान्छन् । अन्तिममा एउटा बोका काटिन्छ । सबै देवीले त्यही एउटा बोकाको भोग खान्छन् ।

बोका भैरवले काट्छन्, सुरूमा गणेशले भोग खान्छन् । त्यसपछि सबै देवीले पालैपालो भोग खान्छन् । भोग खान लागेपछि देवीले बोका छोड्दै छोड्दैनन् । ८/१० जनाले बोका तान्नुपर्छ र त्यति नै जनाले देउता समाएर तान्नुपर्छ । अनि मात्रै भोग छुटाउन सकिन्छ । हाम्रा एउटा गणेश छन् । उनी मासु खाँदैनन् । तर, भैरवले बोका काटेपछि उनलाई हरर्र बास्ना आउँछ रे । त्यसपछि ती गणेशले पनि भोग खान्छन् । एउटैले १५ वटासम्म काँचो अण्डा खान्छन् तर उनीहरूलाई केही हुँदैन । कहिल्यै रक्सी नखानेले पनि रक्सी खान्छन् । भोज खादावर्दा रातिको १० जति बजिसक्छ । देउतालाई भने साझ ७ बजेतिर विदा गरिन्छ । पालुङको नेवार गाउँको बीचमा डबली छ, नाच त्यही हुने हो । डबली २ वटा छन् ।

(-निरोज प्रधानसंगको कुराकानीमा आधारित)

ज्येष्ठ नागरिकको स्वास्थ्य परीक्षण

◆ विकास संवाददाता

नेपाल हृदयरोग निवारण प्रतिष्ठान थाहानगर इकाईको आयोजनामा विश्व मुटु दिवसको अवसर पारेर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ४ किटेनीमा रहेको किरातेश्वर जेष्ठ नागरिक दिवा सेवा केन्द्रका ज्येष्ठ नागरिकहरूको स्वास्थ्य परीक्षण गरिएको छ ।

'मन लगाउ, आफ्नो मुटु जोगाउ' भन्ने नाराकासाथ मनाइएको मुटु दिवसको अवसरमा ३८ जना जेष्ठ नागरिकको स्वास्थ्य परीक्षण गरिएको प्रतिष्ठान थाहानगरका उपाध्यक्ष गिता कार्कीले जानकारी दिइन् । दिवसको अवसरमा आयोजित निःशुल्क स्वास्थ्य शिविरको शुभारम्भ गर्दै प्रमुख अतिथी थाहा नगरपालिकाका उपप्रमुख भरत गोपालीले वृद्ध बुबा आमाहरूले आफ्नो मुटु स्वस्थ राख्न खानपिनमा विशेष ध्यान दिन आग्रह गर्दै सकेसम्म शारीरिक ब्यायाम अलिअली भए पनि गर्न आग्रह गरे ।

प्रतिष्ठान थाहानगर इकाई समितिका उपाध्यक्ष कमल कुमार केसीको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा थाहा ४ का अध्यक्ष नारायण लामा, ३ का हिरेन्द्र कुमार रायमाझी, थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष पुरूषोत्तम ढकाल, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी दामन उपशाखाका सभापति मनश्याम बस्नेत, किरातेश्वर जेष्ठ नागरिक सेवा केन्द्रका अध्यक्ष सिताराम अधिकारी लगायत प्रतिष्ठान थाहानगरका पदाधिकारी हरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

हेलो सरकारले के गर्छ ?

– सार्वजनिक निकायमा हुने भेदभाव, वञ्चिती, सेवा प्राप्तिमा अवरोध, नोक्सानी एवं कुनै पिरमर्काबारे नागरिकको गुनासा सुन्छ ।
– कतिपय गुनासो कार्यकक्षबाटै सम्बन्धित निकायसँग सम्पर्क गरी सम्बोधन हुन्छ ।
– गुनासा सम्बोधनका लागि सम्बन्धित निकायहरुमा निर्देशनसहित पठाउँछ ।
– गुनासो उपर कारवाही भए नभएको नियमित ताकेता ।
– गुनासो व्यवस्थापन गर्ने जिम्मेवार अधिकारीसँग निरन्तर छलफल हुन्छ ।

त्यसैले, आफूलाई परेको पीरमर्का तथा गुनासो हेलो सरकारमा टिपाऔं, समस्याको समाधान खोजौं !

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

थाहा नगरपालिकाको सार्वजनिक सूचना।

➢ नयाँ निजि तथा सार्वजनिक भवनहरु निर्माण गर्नु अगाडि अनिवार्य रुपमा पालिकाको कार्यालयमा गई नक्सा पास गरौं ।
➢ भवन मापदण्डको पालना गरौं, सुरक्षित भविष्य सुनिश्चित गरौं।
➢ घटना घटेको ३५ दिन भित्रमा नि:शुल्क रुपमा व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं ।
➢ समयमा नै कर तिरौं, नागरिक कर्तव्यको परिपालना गरौं ।
➢ सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्ने लाभग्राहीहरुले आ-आफ्नो वडा कार्यालयमा गई नाम दर्ता र विवरण अद्यावधिक गरौं ।
➢ बाल विवाह अन्त्य गरौं, बाल श्रम निर्मुल गरौं ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

कृषकहरुका लागि जनहितमा जारी सन्देश

❍ कृषि तथा पशु बिमा गरौं, व्यवसायमा हुने जोखिमबाट बचौं ।
❍ कृषिमा विषादी न्यूनीकरण गर्न आइपीएम प्रणाली अपनाऔं ।
❍ बेलाबेलामा खेतबारीको माटो परिक्षण गराई खेतिपाती गरौं ।
❍ घाँसमा आधारित पशुपालन गरौं, उत्पादन लागत घटाऔं ।
❍ जैविक र प्राङ्गारिक खेतीमा जोड दिऔं, उत्पादन बढाऔं ।
❍ घरपालुवा कुकुर र बिरालोलाई नियमित खोप लगाऔं, रेबिजबाट बचौं ।
❍ पशुलाई ६/६ महिनामा जुकाविरुद्ध औषधि खुवाऔं, पशुजन्य उत्पादन बढाऔं ।
❍ पशुलाई कुनै रोग लागेमा उपचारका लागि नजिकैको पशुसेवा केन्द्रमा सम्पर्क गरौं ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

राष्ट्रिय खोप-तालिका

पटक/भेट	कुन उमेरमा	कुन खोप
१	जन्मने वित्तिकै	बि. सि. जी.
२	६ हप्तामा	रोटा पोलियो पि. सि. भी. डि.पि.टी.-हेप बी-हिब
३	१० हप्तामा	रोटा पोलियो पि. सि. भी. डि.पि.टी.-हेप बी-हिब
४	१४ हप्तामा	पोलियो एफ.आई.पि.भी. डि.पि.टी.-हेप बी-हिब
५	९ महिनामा	एफ.आई.पि.भी. पि.सि.भी. दादुरा-रुबेला
६	१२ महिनामा	जापानिज इन्सेफलाइटिस
७	१५ महिनामा	दादुरा-रुबेला टाइफाइड

खोप लगाएता पनि सधै सरसफाईका सबै व्यवहारहरुको पालना गरौं ।

खोप नि:शुल्क पाइन्छ | खोप सुरक्षित छ | खोपले जीवन रक्षा गर्छ

थाहा नगरपालिका

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