बालबालिकासंग मेयरको प्रतिवद्धता नै प्रतिवद्धता। पृष्ठ ५ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

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

● मकवानपुर, वर्ष-१६, अंक-४८ ● २०८१ जेठ २८ गते सोमबार, ● 10 Jun, 2024, ● नेपाल सम्वत्-११४४, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

नौ वटा वडा "पूर्ण संस्थागत सुत्केरी वडा" घोषणा

थाहाको स्वास्थ्यमा फड्को

विकास संवाददाता
थाहानगर

थाहा नगरपालिकको ९ वटा वडा 'पूर्ण संस्थागत सुत्केरी वडा' घोषणा भएको छ। २४ जेठमा १ नम्बर वडालाई पूर्ण संस्थागत सुत्केरी वडा घोषणा गरेसंगै घोषणा हुने वडाको संख्या ९ पुगेको हो ।

नयाँवस्ती आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रमा आयोजित समारोहमा १ नम्बर वडालाई थाहा नगरपालिकाका प्रमुख विष्णु बहादुर विष्टले पूर्ण संस्थागत सुत्केरी वडा घोषणा गरेका हुन्। विष्टले घोषणा समारोहमा थाहाका स्वास्थ्य संस्थाको स्तरोन्नतितर्फ आफू लागि परेको बताउदै यस कार्यमा अहोरात्र खटिने स्वास्थ्यकर्मी तथा महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरू धन्यवादका पात्र रहेको उल्लेख गरे ।

कार्यक्रममा जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुरका प्रशाशक कृष्ण मिजारले अब पूर्ण सुरक्षित मातृत्व जिल्ला घोषणाका लागि सबै स्थानीय तह र स्वास्थ्य संस्थाहरू लाग्नुपर्ने बताउदै यस्ता सन्देश जिल्लाको वडावडामा पुग्नुपर्ने बताइ । कार्यक्रममा आगामी आर्थिक वर्षभित्र नगरपालिकालाई नै पूर्ण संस्थागत सुत्केरी घोषणा गर्ने लक्ष्य लिइएको थाहा नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कृष्ण गिरीले बताए ।

तीन आर्थिक वर्षयता सबै महिला स्वास्थ्य संस्थामै सुरक्षित सुत्केरी भएको पाइएपछि पूर्ण संस्थागत सुत्केरीयुक्त वडा घोषणा गरिएको थाहा नगरपालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख मेघराज बलामीले जानकारी दिए । स्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुरबाट प्रमाणिकरण पश्चात् घोषणा गरी वडालाई प्रमाणपत्र हस्तान्तरण गरिएको छ। कार्यविधि अनुसार ९८ प्रतिशत गर्भवती स्वास्थ्य संस्थामै सुत्केरी भएको, सरकारको मापदण्डअनुसार ९० प्रतिशतले गर्भवती टिडी खोप लगाएको, आइरन चक्की, जुकाको औषधि खाएको, नियमित रूपमा गर्भ जाँच गराएको लगायत मापदण्डअनुसार पूर्ण संस्थागत सुत्केरी वडा घोषणा गरिनेछ ।

यस अघि थाहा नगरपालिकाको अब ३ वडा ७, ८ र ५ पुर्ण संस्थागत सुत्केरी वडा घोषणा हुन बाँकी रहेको थाहा नगर स्वास्थ्य शाखाले जनाएको छ । वडा न १ का कार्यवाहक वडा अध्यक्ष सरोज प्रधानको अध्यक्षतामा भएको घोषणा सभामा थाहा नगर भित्र रहेका स्वास्थ्य संस्थाका प्रमुखहरू, स्वास्थ्य केन्द्र व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारी, महिला स्वयंसेविका, स्वास्थ्यकर्मी, कुन्छाल महिला बासुरी समुहका सदस्यहरूलगायतका उपस्थिति रहेको थियो ।

कार्यक्रममा वडालाई पूर्ण संस्थागत सुत्केरी वडा घोषणा गर्न खटिएका स्वास्थ्यकर्मी नयाँबस्ती आधारभुत स्वास्थ्य केन्द्रका अनमी कलावती गोपालीलाई सम्मानित गरिएको थियो। कार्यपालिका सदस्य अनिता बलले संचालन गरेको कार्यक्रमलाई संस्थाकी प्रमुख सिसम बिडारीले स्वागत गरेकी थिइन । नेपाल सरकारले सन् २०३० सम्म अस्पतालमै सुत्केरी गराउनेको संख्या ९० प्रतिशत पुऱ्याउने लक्ष्य लिएको छ ।

थाहालाई संघीय शहरी विकास मन्त्रालबाट ६ करोड

◆ विकास संवाददाता

आगामि आर्थिक वर्ष २०८१/०८२ का लागि संघीय शहरी विकास मन्त्रालयबाट विभिन्न शीर्षकमा मकवानपुरको थाहा नगरपालिकालाई ६ करोड ११ लाख रूपियाँ बजेट विनियोजन भएको छ । मन्त्रालयले विभिन्न ११ योजनाका लागि उक्त बजेट विनियोजन गरेको जनाइएको छ। बजेट विनियोजन भएका ११ मध्ये थाहा नगरपालिकाले नै कार्यान्वयन गर्ने योजनाको संख्या ४ रहेको छ भने बाँकी ७ वटा योजना संघीय सरकारका विभिन्न कार्यालयहरू मार्फत कार्यान्वयन हुनेछ ।

नगरपालिकाले कार्यानवयन गर्ने योजनाहरूमा १२ लाख विनियोजन भएको झोलुङ्गे पुल सम्बन्धी योजना, १ लाख बजेट विनियोजन भएको थाहा-३ को डाँडागाउँ गोरखनाथ सडक, २० लाख बजेट विनियोजन भएको थाहा थानाबजार पुलदेखी थानाबजार पालुङ फेदीगाउँ चिसापानी चल्ती सडक र १ लाख बजेट विनियोजन भएको थाहा-११ नौखण्डे नाकछेडा सडक स्तरोन्नती सम्बन्धी योजना रहेका छन् ।

मन्त्रालयले अन्य विभिन्न कार्यालयहरूबाट कार्यान्वयन हुने गरी झम्केश्वरी छात्रावास निर्माणका लागि १ करोड, थानाबजार पालुङ फेदीगाउँ चिसापानी चल्ती सडकका लागि १ करोड, थाहा नगरपालिका एकीकृत शहरी पूर्वाधार विकास कार्यका लागि २ करोड ८५ लाख, थाहा नगरपालिका शहरी पूर्वाधार निर्माण डिटेल इन्जिनियरिङ डिजाइन तयार गर्ने कार्यका लागि ४ लाख, थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १ र ५ जोड्ने गहतेखोला पक्की पुलका लागि २० लाख, सिमभन्ज्याङमा पर्यटन सूचना केन्द्र तथा पार्क निर्माणका लागि ५८ लाख र थाहा ११ र १२ जोड्न जगडाँडा डाँडीघाट झोलुङ्गे पुलेका लागि १० लाख रूपियाँ बजेट विनियोजन गरिएको छ ।

यसैबीच संयुक्त बजेटका रूपमा टिष्टुङ र खैराङ स्वास्थ्य चौकी भवन १ करोड ५० लाख रूपियाँ विनियोजन भएको मकवानपुर प्रतिनीधिसभा क्षेत्र नम्बर २ का सांसद महेश कुमार बर्तौलाको नीजि सचिवालयले जनाएको छ ।

थाहानगरको खोलामा रैथाने माछा छोडियो

◆ विकास संवाददाता

थाहा नगरपालिकाले लोपोन्मुख असला जातको १० हजार माछाका भुरा खोलामा छाडेको छ । विश्व वातावरण दिवसको अवसरमा थाहा नगरपालिकाले माछाको भुरा छोडेको हो ।

२४ जेठमा थाहानगरको थानाबजारको पालुङ खोला, शिखर कोटको ऋषेश्वर खोला र घर्तिखोलाको दम्कीको विभिन्न स्थानमा माछाका भुरा छाडिएको नगरको सामाजिक विकास शाखा प्रमुख अनिल लामछानेले जानकारी दिए। कार्यक्रममा नगरप्रमुख विष्णु बहादुर विष्ट, वडाध्यक्ष हिरेन्द्र कुमार रायमाझी, सामाजिक बिकास शाखा प्रमुख अनिल लामिछाने, नेपाली काँग्रेस नगर सभापति प्रमोद कृष्ण जोशी, एमाले थाहानगर अध्यक्ष सुरेन्द्रमान प्रधान, ईलाका प्रहरी कार्यालय पालुङका टोली, नगर प्रहरीको टोली लगायतको सहभागिता थियो ।

सो अवसरमा नगरप्रमुख बिष्टले पर्यावरण र जैविक विविधताको संरक्षणका खोलामा रैथाने असला माछा छाडिएको प्रतिक्रिया दिए । नगर प्रमुख बिष्टका अनुसार खोलाको संरक्षण गर्ने सबै नगरबासीको दायित्व भएकाले यस अभियानमा सबैको साथ रहने विश्वास व्यक्त गरे। खोलामा करेन्ट लगाएर तथा बिष हालेर माछा मार्ने क्रमलाई रोक्न सम्बन्धित वडा, स्थानीय र प्रशासनसंग परामर्श गरेर अगाडि बढ्ने नगर प्रमुख विष्टको भनाई छ ।

करेन्ट र विषादीको प्रयोगबिना परम्परागत तथा स्थानीय जातका उक्त खोलामा माछा संरक्षण गरी आम्दानीको स्रोत बढाउन सकिए नगरका अन्य खोलामा पनि माछाका भुरा छोडिने योजना बनाइएको थाहा नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कृष्ण गिरीले बताए। हाल छाडिएको माछा छोडिएको खोला वरपर कुनै पनि तरीकाबाट दुई वर्षसम्म माछा मार्न बन्देज लगाइएको नगरपालिकाले जनाएको छ ।

थाहानगरको बजेट ७ असारमा, रूदानेको स्मृतिमा सार्वजनिक विदा

मकवानपुरको थाहा नगरपालिकाले आर्थिक बर्ष २०८१/०८२ को नीति, कार्यक्रम तथा बजेट ७ असारमा नगर सभामा पेश गर्ने भएको छ ।

२२ जेठमा बसेको नगरपालिकाको कार्यपालिका बैठकले थाहा आन्दोलनका प्रणेता रूपचन्द्र विष्टको स्मृति दिवसकै अवसरमा सभामा नीति, कार्यक्रम र बजेट समेत पेश गर्ने निर्णय गरेको छ ।

रूपचन्द्र विष्टको दर्शनबाट नामाकरण भएको थाहा नगरपालिकामा विष्टको स्मृति दिवसको अवसरमा सार्वजनिक विदा समेत दिने कार्यपालिकाले निर्णय गरेको प्रवक्ता हिरेन्द्र कुमार रायमाझीले जानकारी दिए। ७ असारमा हुने सार्वजनिक विदा थाहा नगरपालिकाको इतिहासमै पालिकाले दिने पहिलो विदा हो ।

• सम्पादकीय •

गर्मीमा सतर्कता अपनाऔं

केही दिनयता अत्यधिक बढेको गर्मी बढेको छ । यससगै नागरिकको दैनिकी कष्टकर बनेको छ । तराईका जिल्लाहरुमा गर्मीले अझ बढी आहत बनाएको अवस्था छ । जलवायु परिवर्तनका कारण विश्व तापमान नै बढिरहेको छ । नेपालमा हरेक वर्ष ०.०५२ प्रतिशतका दरले अधिकतम तापक्रम वृद्धि भइरहेको छ । गर्मीसँगै बढ्ने रोगहरु बढ्दैछन् र अस्पतालमा भीडभाड छ । महामारीको जोखिम बढेको छ । गर्मीमा बालबालिका, प्रौढ, दीर्घरोगीहरु, हृदय, मानसिक रोगी तथा उच्च रक्तचापका बिरामीहरुले बढी सतर्कता नअपनाए ज्यानै जानसक्ने खतरा रहने भन्दै उच्च सतर्कता अपनाउन स्वास्थ्यकर्मीले सचेत बनाउँदै आएका छन् । शरीरबाट पसिना धेरै निस्केर पानी कम हुन गई उत्पन्न हुने समस्या र अंगहरुले तापक्रमलाई ब्यवस्थित राख्न नसकी कमजोरी हुने, सिर्जित नकारात्मक असर हुन्छ । यसका अतिरिक्त बढ्दो गर्मीसँगै खाना विषाक्तता, हैजा, टाइफाइड, झाडापखाला, भाइरल फ्लु, पेटको दुखाई, रुघाखोकी, वान्ता हुने, जण्डिस, हेपाटाइटिस ए, आँखा सुक्खा हुने, चिलाउने, धागो जस्ता चिरा आउने, एलर्जिक कन्जुटाइभाइटिस तथा आँखाको संक्रमणका विरामीहरु बढ्दै गएका छन् । उच्च ज्वरो, छालाको रोग, बढी पसिना जाँदा शरीरमा हुने पानी अभावको कारण जल वियोजन, पिसाब र मिर्गौलामा समस्या बढ्दैछन् । छालामा एलर्जी, सनबर्न, घमौरा, फंगल संक्रमण र डण्डिफोर जस्ता समस्या बढेका छन् । चिकन गुनिया, लेप्टोइस्पाइरोसिस, कालाजार, हात्तीपाइले, डेंगु, फिलेरिया, इन्सेफलाइटिस, मेनिन्जाइटिस जस्ता किटजन्य रोगहरु पनि बढ्दैछन् ।

अत्यधिक गर्मीले दैनिक श्रम गरेर जीविका चलाउने विपन्न समुदायका नागरिकहरु झन समस्यामा पर्ने गर्छन् । कतिपय बाहिर काम गर्नुपर्नेहरु, बस्ने, काम गर्ने ठाउँमा सामान्य पंखासमेतको अभाव हुनेहरुको संख्या पनि सानो छैन । त्यस्तै बढ्दो गर्मीले पठनपाठन समेत प्रभावित हुँदै आएको छ । दाङमा अत्यधिक गर्मी हुँदा केही दिन विद्यालयहरु पनि बन्द भए । अत्यधिक गर्मी भएका बेला बालबालिकालाई गर्मीबाट जोगाउन प्रायःजसो सामुदायिक विद्यालयमा बिहानी पढाइ पनि गर्ने गरिएको छ । यसअघि अत्यधिक गर्मीमा बालबालिकाको स्वास्थ्यलाई मध्यनजर गरी बिहानीको कक्षा सञ्चालन गर्ने, गर्मी विदा दिने गर्ने गरिएको छ । अहिले पठनपाठन चलिरहेको छ । गर्मी उच्च भएका बेला विद्यालयहरुले सम्भावित जोखिम आँकलन गरेर तदनुरुप सतर्कता अपनाउनु आवश्यक छ । जुनसुकै उमेर र वर्ग तथा तप्काका मानिसले पनि स्वास्थ्यप्रति सचेत हुनैपर्छ । रोगहरुका कारण विरामी पर्दा आर्थिक क्षति जति ठूलो हुन्छ त्यति बिरामी र तिनका आफन्तले पाउने दुःख त झनै धेरै छ । दैनिक जीवनमा हुने खानपान र जीवनशैलीमा होशियार हुन सके भने गर्मीजन्य रोगहरुबाट बच्न सकिन्छ ।

निरन्तर तापक्रम बढ्दै गएको हामी सबैले महसुस गरिरहेकै कुरा हो । अहिले मानव निर्मित प्रदूषणले पनि वातावरणीय सन्तुलन बिग्रन गई स्वयं मानव नै प्रताडित बन्दै आएको अवस्था हो । मानिसकै क्रियाकलापले वातावरणमा कार्बनडाइअक्साइड उत्सर्जन अत्यधिक मात्रामा भइरहेको छ । वन जङ्गल विनाश, जैविक इन्धनको थेग्नै नसकिने उपभोग आदिका कारण वातावरणमा हरितगृह ग्याँसको मात्रा वर्षेनि बढ्दो छ । यो जलवायु परिवर्तनको विषय अहिले विश्वमै चुनौतीको विषयका रुपमा देखिएको छ । वर्षेनि गर्मी बढ्दै जानुमा जलवायु परिवर्तनसम्म जोडिएको भए पनि त्यसबाट जोगिन हामीले हाम्रो ठाउँबाट उच्च सतर्कता अपनाउनुको विकल्प छैन ।

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

विवाह पछि थर, फेर्न के को कर ?

◆ समीक्षा दाहाल

> श्रीमान्को थर गोरेटो मिलुन्जेलसम्मका लागि मात्रै हो, बाटो अलग अलग भएका दिन खोइ हाम्रो स्वतन्त्र अस्तित्व ? त्यसबेला अघि के के न पाएँ भनेर विवाह पछि त्यागेको थर फेरि स्वीकार्नु झञ्झटिलो त छँदैछ, त्यसले स्वाभिमानमा पनि धक्का लाग्न सक्छ ।

समय गतिशील छ । यसको गतिशीलतासँगै धेरै कुरा हराउँदै छन् । नयाँ कुरा जन्मँदै छन् । हामी बच्चा हुँदा नसुनेका कति नयाँ संस्कारहरू थपिंदै छन् । यस्तै हामी र हाम्रा आमाहरूले भोगेका पुराना मान्यता र कुसंस्कार समयले पुर्दैछ । नयाँ मान्यता र संस्कार हरू उम्रँदै छन् ।

विवाहित महिलाले विवाह गरेर आफ्नो श्रीमान्को घरमा आएपछि जन्मसँगै जोडिएको आफ्नो थर छोड्छिन् र श्रीमान्को थर आफ्नो नाम पछाडि जोड्छिन् । यो कार्य गर्न कतिपय महिला उत्साहित भएको पनि देखिन्छ ।

विवाहको जतिसक्दो चाँडो आफ्नो नाममा श्रीमान्को थर जोडेर गर्वको महसुस गर्दछन् । कतिपय महिला नचाहँदा नचाहँदै पतिको फकाइमा परेर थर फेर्छन् । कतिले श्रीमान्को मन राख्न आफ्नोसँगै पतिको पनि थर जोड्छन् । कतिपय महिला आफ्नो विचारमा स्थिर रहन्छन् र थर फेर्दैनन् ।

आमाहरूको पालामा नागरिकता बन्ने समयभन्दा अगाडि नै विवाह भइसकेको हुन्थ्यो । उहाँहरूले थर के हो र थरको महत्व बुझ्ने समयमा श्रीमान्को घरमा हुने हुनाले श्रीमान्को थर आफ्नो हुन्थ्यो र नागरिकता पनि श्रीमान्कै थरबाट बन्थ्यो । विवाह अगाडि नै नागरिकता बनेको रहेछ भने नामसारी गर्नुपर्ने चलन थियो ।

अहिले समय बदलिएको छ । सोच बदलिएको छ । विवाहपछि नामसारी गर्ने चलन हटेको छ । कानुनले विवाहपछि नामसारी गर भन्दैन । श्रीमान्/श्रीमतीको सम्बन्धको प्रमाण विवाह दर्तालाई मान्छ । १६ वर्षमा आमा वा बुबाको थरबाट नागरिकता प्राप्त हुन्छ । विवाह बीस वर्षपछि मात्र गर्ने अधिकार दिन्छ ।

बीस वर्ष पूरा भएका महिलाले जन्मँदै जन्मदर्तामा प्राप्त गरेको थरको महत्व बुझिसकेका हुन्छन् । त्यही थरमा आफ्नो पहिचान बनाइसकेका हुन्छन् । विवाह गर्नु भनेको पहिचान गुमाउनु होइन जीवनसाथी खोज्नु हो भन्ने बुझेका हुन्छन् । त्यसैले श्रीमान्को थर जेसुकै भए पनि त्यसले असर पार्दैन ।

मण्डपमा पुरोहितले लाजा खसालेर गोत्र फेरे जस्तो कानुनले नागरिकतामा थर फेर भन्दैन । त्यसैले अधिकांश महिला आफ्नै थरमा रमाउन चाहन्छन् । तर, पुरूष अहम्को खोल ओढेको समाज सहजै यो स्वीकार्न चाहँदैन । अनि ललाई–फकाई, धम्क्याई–डराई श्रीमतीलाई थर फेराएरै छाड्ने प्रयास गर्छ ।

यसरी थर फेराउँदा श्रीमान्को अहम् बढ्ने बाहेक अरू केही फाइदा भने देखिंदैन । समाजमा पुरूषवादी सोचले ग्रस्त कतिपय महिला छन् जो श्रीमान्को खुट्टा ढोगेको र खुट्टा धोएको पानी खाएको फोटा र भिडियो पोस्ट्याएर आफूलाई कलियुगकी सती–सावित्री प्रमाणित गर्न चाहन्छन् ।

उनीहरू विवाह गरेर आफू हुनुको भाव र आफ्नो अस्तित्व सुम्पन हतारिन्छन् । सधैं, सधैं श्रीमान्कै नाममा जोडिएर बाँच्न चाहन्छन् । हतार हतार आफ्नो जन्मसिद्ध थर फेर्न लालायित हुन्छन् । विवाहको एक हप्ता बित्दा नबित्दै आफ्नो थर पछाडि श्रीमान्को थर जोड्न भ्याइसकेका हुन्छन् ।

कतिपयले यौवनिक आवेगमा आएर आफ्नो थर फेरे पनि चुच्चे ढुङ्गो उही टुङ्गो भने झैं पुन: आफ्नै थरमा आइपुगेको पनि पाइन्छ । श्रीमान् भनेको जीवनको गोरेटाको सहयात्री हो । गोरेटो बदलियो भने सहयात्रा टुट्न पनि सक्छ भन्ने यथार्थ भुलेर संसार नै यही हो भन्ने भ्रम महिलाले हटाउनु उपयुक्त हुन्छ ।

एक वर्ष अगाडि मेरै आफन्तकी छोरीको विवाह भएको थियो । एमए पास गरेकी, पढाइमा अब्बल, जागिरे हाम्री ती छोरीको प्रेम विवाह थियो । विवाहको केही दिनमा फेसबुक आइडीमा थर फेरेको देखें । लाग्यो कति हतार भएको रहेछ, नानीलाई आफ्नो थर धेरै नै भएको रहेछ ।

केही समयपछि त्यही आइडीमा दुईओटा थर झुन्ड्याएको देखें । अब आफ्नो पहिचानको याद आएछ भन्ने लाग्यो । वास्तविकतामा आइपुग्न केही समय पर्खनु पऱ्यो । नभन्दै उनको आईडीमा पुनः वास्तविक थर देखियो । यसलाई आवेग सिवाय अरू के भन्न सकिएला त ?

यस्ता रहर आउँछन् जान्छन् तर कतिपय महिलाले रहरले होइन करले थर फेरेको देखिन्छ । यो चाहिं सरासर अन्याय नै हो । विवाह पछि श्रीमान्लाई पासवर्ड दिनुपर्ने । उसैले श्रीमतीको मञ्जुरी विनै फ्रेन्ड लिस्ट काँटछाँट गरिदिने । पहिचान बनिसकेको उसको थर ललाई फकाई वा धम्क्याई तर्साई पूरै फेरिदिने, मान्दै नमाने आफ्नो थर थपेर भए पनि चित्त बुझाउने गरेको पाइन्छ ।

हाम्रै गाउँकी एक चेलीले विवाहपछि तुरून्तै थर फेरेको देखेर सोधेकी थिएँ– किन नानी तिमीले त यति चाँडै थर फेरिसकिछ्यौ त ! माइतीको थर मन परेकै थिएन कि कसो ? उनले भनिन्, 'होइन दिदी मैले कहाँ फेऱ्या हो र उहाँले फेरिदिनुभएको । दुईवटा थर भएपछि विवाह भएकी केटी रहिछे भनेर कसैले जिस्क्याउने डर हुँदैन रे नि त ! विवाह भएको छ भनेर चिन्ने आधार बनाएको रे !'

मैले उनलाई प्रश्न गरें, 'अनि तिम्रो श्रीमान्को चैं विवाह भएको चिन्ने आधार तिमीले के बनाइदियौ त ? उहाँको पनि थरमा तिम्रो थर मिसाउनुपर्थ्यो नि त !' उनी भन्छिन्, 'कहाँ दिदी उहाँहरूकै कुरा ठूला हुन्छन् । हामी उहाँहरूको घर मा आएपछि यही थर लेख्नुपर्छ भन्नुहुन्छ । श्रीमान्लाई आफ्नो थरमा श्रीमतीलाई जोड्न पाए पुरूषार्थ गरे झैं लाग्दोरहेछ ।'

केही समय अगाडि म एउटा मिडिया हाउसमा काम गर्थें । त्यतिबेला हामीसँगै काम गर्ने दिदी र दाइको भर्खरै प्रेम विवाह भएको थियो । तुरून्त दिदीले थर फेरेको देखेर मैले जिस्क्याएँ । होइन दिदी तपाईँलाई त कहिले बिहे गरेर थर फेरूँ भन्ने पो भएको रहेछ त ? कति हतार हो ?

म बोल्दा बोल्दै काटेर दिदी चर्को स्वरमा बोल्नुभयो । उहाँले भन्नुभयो, 'मैले होइन क्या यही दाइले हतार हतार फेरि दिएको, थर फेरेपछि अरूले जिस्क्याउँदैन् रे भन्नुहुन्छ । किन झगडा गर्नु भनेर म पनि चुप लागेकी ।'

दिदीले बोल्दा बोल्दै मलाई लक्षित गरेर दाइ पनि बोल्नुभयो । उहाँले भन्नुभयो, 'हेरूँला नि तिमीले नफेरी बसेको । तिमीले त झन् विवाहकै दिन फेरिनौ भने मलाई भन्नु !' विवाह पछि थर नफेरेको सुनाउन अहिलेसम्म दाइसँग भेट भएकै छैन । तर देखिरहनुभएको होला मैले आजसम्म थर फेऱ्या छैन ।

मेरो एकजना मित्र भन्थिन् कलेज पढ्दापढ्दै विवाह गरियो । विवाहपछि साथीहरूले श्रीमान्को थर जोडेर जिस्क्याउन थाले । मैले प्रतिवाद गरें । त्यसैबेला मेरै बुबाको उमेरका मेरा गुरूले मेरो समर्थन गर्दै भन्नुभएको कुरा मलाई सधैं खुब घत लाग्छ ।

उहाँले भन्नुभएको थियो, 'यो श्रीमान्को थर भनेको त नक्कली जुँगा हो । मन परून्जेल जोड्यो । मन नपरे निकालेर फालिदियो । त्यसैले केटी हो यो थर फेर्ने काम नगर है पछि श्रीमान्सँग कुरा मिलेन र छुट्टिनुपर्ने अवस्था आएमा कुन थर जोड्छौ ?' मलाई पनि त्यो कुरा ठिक लाग्छ ।

नाताले काकी पर्ने मेरी एक जना आफन्त स्कुल पढाउनुहुन्छ । उहाँले अस्ति मात्र एउटा घटना सुनाउनुभयो । विद्यार्थीलाई शुभकामना पत्र बनाउन लगाएको त उनीहरूले मेरो नामको पछाडि श्रीमान्को थर पो लेखेर दिए ।

उहाँले भन्नुभयो, 'म छक्क परें कसले भन्यो यो थर मेरो हो भनेर सोधेको तपाइँको छोराको थर त्यो भएपछि तपाइँको पनि त्यही त हुन्छ नि किन माइतीको थर लेख्नुभएको पो रे मलाई त ! आमा छोराको थर एउटै हुनुपर्दैन रे ! ल हेर्नुहोस् त जबरजस्ती ?'

यो पितृसत्तात्मक समाजको देन हो । बच्चामा समेत थर फेर्नै पर्ने रूढ मान्यताले जरो गाडेको छ । देश परिवर्तन गर्न समाज परिवर्तन गर्नुपर्छ । समाज परिवर्तन गर्न बालबालिकाको सोचलाई फरकिलो पार्नुपर्छ । विवाह गरेकी महिलाले थर फेर्न आवश्यक छैन ।

यहाँ आफ्नै थरबाट पहिचान बनाउन र चिनिन सकिने सत्यलाई महिलाले सर्वप्रथम आफ्ना सन्तानलाई बुझाउनुपर्छ । दुई अलग–अलग थरका केटा र केटी मिलेर परिवार बनेको हो भन्ने कुरा शिक्षकले विद्यार्थीलाई सिकाउनुपर्छ ।

यदि हामीले जन्मसिद्ध थर छोडेमा हामी घर न घाटको बन्न सक्छौं । श्रीमान्को थर गोरेटो मिलुन्जेलका लागि मात्र हो, गोरेटो अलग–अलग भएका दिन खोइ हाम्रो स्वतन्त्र अस्तित्व ? त्यो बेला अघि के के न पाएँ भनेर त्यागेको थर फेरि स्वीकार्न झञ्झट त छँदैछ, यसले स्वाभिमानमा पनि धक्का लाग्न सक्छ । त्यसैले आफ्नो जन्मसिद्ध थरलाई माइतीका थर ठान्दै श्रीमान्को थरलाई आफ्नो मान्ने बेलामा एक पटक गहिरिएर सोच्ने पो हो कि !

बिर्सने रोग : किन लाग्छ, के छ उपचार ?

हाम्रो दिमागले सबै कुरा स्मरण गरिरहन सक्दैन । त्यसैले कति देखेको, सुनेको, भोगेको कुरा पनि हामी भुल्छौं । बितेका दिनका थुप्रै कुरा हामी स्मरण गर्न सक्दैनौं । ती सबै हाम्रो मस्तिष्कबाट विस्मृत भएर जान्छ ।

धेरै पुराना कुरा पनि होइन, महिना दिन, हप्ता दिन वा दुई दिनअघिको कुरा पनि हामी हुबहु स्मरण गर्न सक्दैनौं । यद्यपि हाम्रो दैनिक जीवनमा त्यसले खासै फरक पार्दैन । फरक त त्यसबेला पार्छ, जब क्षणभरकै कुरा पनि हामी बिर्सन पुग्छौं । हामीले गर्दागर्दैको काम भुल्यौं भने ? हिंड्दै गर्दाको बाटो भुल्यौं भने ? केही अगाडि चिनापर्ची भएका मान्छेलाई भुल्यौं भने ? गर्नुपर्ने कतिपय महत्वपूर्ण काम भुल्यौं भने ?

दैनिक जीवन नै तहसनहस हुन्छ ।

डिमेन्सिया एक यस्तै समस्या हो, जसलाई बोलीचालीमा 'बिर्सने रोग' भनिन्छ । यो समस्या कतिसम्म जटिल हुन्छ भने दैनिक गर्दै आएको कामसमेत भुल्न पुग्छन् । खाना खान, दिसापिसाब गर्न, नुहाइधुवाइ गर्न समेत बिर्सन सक्छन् ।

के हो डिमेन्सिया ?

डिमेन्सिया मुख्यतया दुई प्रकारको हुन्छ, रिवर्सिबल (उल्टाउन मिल्ने) र अपरिवर्तनीय । रिवर्सिबलमा बिरामीलाई किन ? कुन कारणले गर्दा बिर्सने रोग लाग्ने थाहा पाएर रोग निको पार्न सकिन्छ । अपरिवर्तनीय डिमेन्सियामा समयअनुसार बिर्सने समस्या पनि बढ्दै जान्छ । यसमा बिरामीलाई निको पार्न सकिँदैन । रिवर्सिबल वयस्कलाई हुन्छ भने अपरिवर्तनीय ६५ वर्ष नाघेकालाई हुनेगर्छ । अल्जाइमर, फ्रन्टोटेम्पोरल, भास्कुलर डिमेन्सिया हुन् ।

कसलाई लाग्छ ?

डिमेन्सिया प्रायः ६५ देखि ७० वर्ष उमेर का मानिसमा हुने गरेको देखिन्छ । यो वयस्कलाई पनि हुन सक्छ । वयस्कलाई जीवनशैली, पारिवारिक वातावरण र तनावका कारण पनि डिमेन्सिया हुने गर्छ । साथै आर्थिक स्थिति कमजोर र मध्यम आयका देशमा यो रोग बढी देखिन्छ ।

के कारणले लाग्छ ?

एमआईलोजी नामक प्रोटिन मस्तिष्कमा जम्मा हुँदै जाँदा मस्तिष्कका सेलहरू निष्क्रिय हुन्छन् । जसले डिमेन्सिया हुने गर्छ । भिटामिन डी-१२ को कमी, फोलिक एसिडको कमी, थाइराइडको समस्या, मस्तिष्कको कुनै संक्रमण भएमा, तनाव, चिन्ता, डिप्रेसनका कारण डिमेन्सिया हुने गर्छ । यस्तै धुम्रपान, मद्यपान, मस्तिष्कको नसा सुकेमा र नर्मल प्रेसर हाइड्रोकिफ्लस (मस्तिष्कमा पानी खल्ने ठाउँ) सुन्निएमा पनि यस्तो समस्या हुन्छ ।

डिमेन्सियाको लक्षण तीन चरणमा देखिन थाल्छन्- माइल, मोड्रेत र सिबिएर ।

पहिलो चरण माइड : हल्का बिर्सँदै जस्तो आफूले राखेको सामान कहाँ राखें भनेर बिर्सँदै जाने हुन्छ । यसमा बिरामीलाई औषधि मार्फत रोग नियन्त्रण गर्ने गरिन्छ ।

दोस्रो चरण मोडरेत : अलि जटिल समस्या देखिन थाल्छ यो चरणमा । घर जाने बाटो बिर्सने, ठाउँको नाम बिर्सने र परिवारको सदस्य नचिन्ने हुन्छ । यसमा दुई थरीको प्रयोगले केही हदसम्म बिर्सने क्षमता न्यूनीकरण गर्न मद्दत गर्छ ।

तेस्रो चरण सिबिएर : जटिल समस्या देखिन थाल्छ यो चरणमा । बिरामी बोल्न नसक्ने, बोलेको नबुझ्ने, खान खान, पकाउन बिर्सने हुनुका साथै आफूले मुखभित्र रहेको खाना चपाउन नै बिर्सने हुन्छन् । यसमा केयर होममा राखेर वा चिकित्सकले बिरामीलाई हेरविचार गर्ने तरिका सिकाएर त्यसको बिरामीलाई सहज बनाउने गरिन्छ ।

यसको जटिलता

डिमेन्सियामा सुरुसुरुमा आफूले राखेको सामान कहाँ राखेको बिर्सने, खान बिर्सने, आफूले के गर्न लागेको त्यो बिर्सने हुन्छ । बिस्तारै आफ्नै घर बिर्सने, परिवार को सदस्य नै निचिन्ने, खाना खाइरहेको छ भने खाना चपाउन बिर्सने यस्ता जटिल समस्या देख्न थाल्छन् । बोल्न पनि सक्नुहुन्न उहाँहरू बोलेको पनि नबुझ्ने भएर जाने हुन्छ । खाना सर्केर निमोनिया हुने, संक्रमण बढ्ने ज्यानको जोखिम पनि हुन्छ ।

डिमेन्सिया भएपछि के गर्ने ?

डिमेन्सिया भएको भनेपछि मानिस तर्सिने गर्छन् । तर डिमेन्सियाको उपचार दुई किसिमबाट गर्ने गरिन्छ, औषधि र हेर चाहबाट ।

वयस्कका बिरामीलाई डिमेन्सिया छ भने के कारणले भएको पत्ता लगाएर औषधिले निको पार्न सकिन्छ । यो रिवर्सिबल डिमेन्सिया हो । तर वृद्धवृद्धालाई डिमेन्सिया निको हुँदैन । यसमा औषधि र चिकित्सकको सल्लाहअनुसार बिरामीको हेरचाह गरेर बिर्सने क्षमता न्यूनीकरण मात्र गर्न सकिन्छ । निको हुँदैन, यो अपरिवर्तनीय डिमेन्सिया हो । यसमा बिरामीलाई बच्चालाई जस्तै स्याहार गर्नुपर्ने हुन्छ ।

औषधिले निको हुन्छ ?

यदि रिवर्सिबर डिमेन्सिया हो भने कारण पत्ता लगाएर भए औषधिबाट निको हुन्छ । जुन लगभग २० प्रतिशत बिरामीलाई देखिएको पाइन्छ । अपरिवर्तनीय डिमेन्सिया भए निको हुँदैन, नियन्त्रण मात्र गर्न सकिन्छ । यो उमेर अनुसार बढ्दै जान्छ । यी खालको बिरामी ८० प्रतिशतमा यस्तो समस्या हुन्छ ।

डिमेन्सिया रोग लाग्नै नदिन के गर्ने ?

डिमेन्सिया रोग लाग्ने नदिने भन्ने हुँदैन । यसलाई नियन्त्रण गर्न मात्र सकिन्छ । उमेर बढ्दै गएपछि यस्तो समस्या कसैमा बढी कसैलाई कम देखिन्छ । कम गर्न यी कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ।

स्वस्थकर खाना खाने, नियमित व्यायाम गर्ने, माटोपनलाई नियन्त्रण गर्ने, धुम्रपान, मध्यपान नगर्ने, तनावबाट टाढा रहने, र चनात्मक काम गर्ने गदाए डिमेन्सिया हुनबाट बच्न सकिन्छ ।

स्वस्थ रहन आँप कति खाने ?

स्वदेशी आँप नेपाली बजारमा आउने बेला भएको छ । तर सिजन अगावै र पछिसम्म पनि बजारमा रसायनको प्रयोग भएका आँपहरू पाइन्छ । यस्ता आँपले स्वास्थ्यमा हानी पुऱ्याउने विज्ञहरू बताउँछन् ।

रसायनयुक्त आँप खाँदा फुड पोइजनिङ, पेट दुख्ने, झाडापखाला लाग्ने लामो समयपछि क्यान्सरसम्म हुने विभिन्न अध्ययनले औँल्याएको उनीहरूको भनाई छ । यस्तो अवस्थामा रसायनमुक्त आँप पहिचान गर्नुपर्ने जानकारहरूले सुझाएका छन् ।

खाद्य स्वच्छता विशेषज्ञ निर्भीक श्रेष्ठका अनुसार कृत्रिम तरिकाले पकाएको आँपमा 'क्याल्सियम कार्बाइड' नामक रसायन प्रयोग गरिएको हुन्छ । यसले स्वास्थ्यमा एकैपटक असर नदेखिए पनि 'स्लो पोइजन' को रूपमा काम गर्ने उनको भनाई छ । लामो समयसम्म 'क्याल्सियम कार्बाइड' खानाले क्यान्सर समेत गराउने उनको जिकिर छ ।

आँप आफैमा भने पोषणको दृष्टिकोणले भरिपूर्ण हुन्छ । आँपमा भिटामिन सी, भिटामिन ए, भिटामिन ई, फोलेट, भिटामिन बी ६ का साथै कपर, म्याग्नेसियम जस्ता खनिज पाइन्छन् । श्रेष्ठका अनुसार प्राकृतिक रूपले पाकेको आँपको तुलनामा रासायनिक तरि काले पकाएको आँपमा भिटामिन ए, भिटामिन सी र अन्य पोषक तत्त्वको मात्रा कम हुन्छ ।

रसायन प्रयोग गरी पकाएका र प्राकृतिक रूपमा पाकेका आँपहरू रङ्ग, बास्ना, स्वादका आधारमा छुट्याउन सकिने उनी बताउँछन् । श्रेष्ठका अनुसार कृत्रिम र प्राकृतिक रूपमा पाकेको आँप पहिचान गर्ने केही आधारः

प्राकृतिक रूपले पाकेको आँपभन्दा र सायन प्रयोग गरिएको आँप धेरै चम्किलो र हेर्दा लोभलाग्दो देखिन्छन् । हल्का पहेँलो र हरियो रङ्गको आँप प्राकृतिक रूपले पाकेको हुन्छ । बढी गाढा रङ्गको आँपमा कृत्रिम रूपमा पाकेको अर्थात् केमिकल प्रयोग भएको हुन्छ ।

प्राकृतिक रूपले पाकेको आँपमा धेरै धब्बाहरू हुँदैनन्, तर रसायनले पकाइएको आँपमा कालो र सेतो विभिन्न धब्बाहरू हुन सक्छ ।

केमिकल प्रयोग भएको आँपको स्वाद पनि फरक हुन्छ । प्राकृतिक रूपमा पाकेको आँप स्वादिलो, रसिलो हुन्छ । तर कृत्रिम रूपले पाकेको आँप कम गुलियो र कम स्वादिष्ट हुन्छ ।

रसायन प्रयोग भएको आँप बास्ना नहुने वा कम बास्ना हुन्छ । प्राकृतिक रूपमा पाकेको आँपबाट मिठो बास्ना आउँछ ।

रसायन प्रयोग भएको आँप काट्दा गुदीको रङ्ग सामान्य आँपभन्दा फरक देखिन्छ । कतै बढी पाकेको अर्थात् पहेँलो कतै काँचै अर्थात् हरियो हुन्छ ।

त्यसैले विश्वासिलो ठाउँबाट आँप खरिद गर्न उनी सुझाउँछन् । बजारबाट खरिद गरी ल्याएको आँप करिब १५ मिनेट पानी भिजाएर खाँदा केही हदसम्म रसायन कम गर्न सकिने उनको भनाई छ ।

आँप कति खाने ?

रसिलो, गुलियो मानेर आँप धेरै खाँदा कहिलेकाहीं स्वास्थ्यमा समस्या पनि देखिन सक्छ । बालबालिका, वृद्धवृद्धा र पाचन शक्ति कमजोर भएका व्यक्तिले दैनिक एक-दुई चानादेखि एउटा आँप खाना जानकारहरू सुझाउँछन् । एकै पटक खाँदा समस्या हुन सक्ने भएकाले आफूले आँप खाँदा विचार गरेर खान खाद्य स्वच्छता विशेषज्ञ निर्भीक श्रेष्ठको सुझाव छ ।

मधुमेह, थाइराइड तथा हर्मोन रोग विशेषज्ञ डा.दीपक मल्लले मधुमेह भएका बिरामीले धेरै आँप खाँदा 'सुगरको लेबल' बढ्ने भएकाले विचार गरेर खाना सुझाएका छन् ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

उपभोक्ता हित संरक्षणमा जारी सूचना

उद्योग तथा व्यवसायका लागि :

१. विक्रेताले विक्री वितरण हुने समानको मुल्यसूची स्पष्टरुपमा देखिने गरी विक्री कक्षमा राख्नुपर्नेछ ।
२. नापतौल यन्त्र खरिद गरेको ३५ दिन भित्र अनिवार्य रुपमा नापतौल कार्यालयबाट अनुमतिपत्र लिई मात्र प्रयोग गर्ने ।
३. आफुले प्रयोग गरेको नापतौल तथा नाप्ने, तौलने यन्त्रहरु (ढक, काँटा, लिटर, मिटर) तोकिएको समयमा जाँच तथा नवीकरण गराउने ।
४. नापतौल तथा नाप्ने तौलने यन्त्रहरु बिक्री गर्नु परेमा अनिवार्य रुपमा सम्बन्धीत नापतौल कार्यालयबाट इजाजत पत्र लिएर मात्र विक्री वितरण गर्ने ।
५. खरिद गरेको सामानको नाप वा तौल शंका लागेमा पुनः तौल गर्न लगाउने ।
६ नापतौल सम्बन्धी कुनै शंका वा गुनासो भए गुणस्तर तथा नापतौल कार्यालयमा जानकारी उजुरी दिने ।
७. होटल व्यवसायमा खानेकुराको सम्पर्कमा आउने सम्पूर्ण उपकरण, भाँडा, बर्तन तथा सतहलाई खानामा प्रयोग गर्ने सकिने जीवाणुनासक वस्तु (सेनिटाईजर) र तातोपानी प्रयोग गरी सरसफाई गर्नुपर्ने छ ।
८. किट (हानिकारक जीव) हरुको नियन्त्रण गर्ने पर्याप्त व्यवस्था हुनुपर्ने छ ।
९. विमारी परेका वा झाडापखाला लागेका भनिएका कामदारहरुलाई पछिल्लो पटक त्यस्तो लक्षण देखिएको दिन देखि ४८ घण्टासम्म काममा नलगाउने ।
१०. खाने (पकाउने) तेल एउटा पदार्थ पकाईसकेपछी नियमितरुपमा फेरबदल गर्नुपर्नेछ ।
११. खानेकुरालाई कम्तिमा ७५ डिग्री सेल्सियस तापक्रममा पुग्ने गरि राम्ररी पकाउनु पर्नेछ ।
१२. वासी सडेगलेका, अस्वाभाविक गन्ध, रंग तथा स्वाद भएका खाद्यपदार्थ उपभोग नगरौं ।
१३. मासु, दुग्ध पदार्थ, माछा तथा अण्डा लगायत छिटो सडीगली जाने खानेकुराहरुलाई ५ डिग्री सेल्सियस वा सो भन्दा तलको तापक्रममा रेफ्रिजेनेरेटरमा भण्डारण गर्ने र त्यसमा भण्डारण मिति तथा समय ठिकसँग लेवल लगाउनु पर्नेछ ।
१४. पकाएको खानेकुरालाई छोपेर जतिसक्दो चाडो २ घण्टा भित्र ५ डिग्री सेल्सियसको तापक्रममा राख्नु पर्नेछ ।
१५. तोकिएको परिधिभित्र मात्र खाद्य रंग तथा अन्य प्रयोग गर्ने स्वीकृत योगशील प्रयोग गर्ने ।
१६. स्वच्छ पानी र स्वच्छ कच्चा पदार्थको प्रयोग गर्ने ।
१७. ढाँटी झुक्काइ कम गुणस्तरको खाद्य बस्तु विक्री वितरण नगर्नु र अभिलेख व्यवस्थित तवरले राख्ने ।
१८. दुग्ध उत्पादक संकलनकर्ता, प्रशोधनकर्ता, उद्योगी र विक्रेताले दुध तथा दुग्धपदार्थको स्वच्छता एवं गुणस्तर सम्बन्धी निर्देशिका, २०७५ मा व्यवस्था भएका स्वच्छता एवं गुणस्तर सम्बन्धी मापदण्डहरु पालना गरेर मात्र दुध तथा दुग्ध पदार्थको उत्पादन, संकलन, प्रशोधन र विक्री वितरण गरौं ।
१९. उद्योग व्यवसाय सञ्चालनका लागि अनिवार्य सरकारी निकायबाट अनुमति लिनुपर्ने छ र अनुमति ग्राहक तथा उपभोक्ताले देख्नेगरी राख्नु पर्नेछ ।

वस्तु तथा सेवामा समान पहुंच, गुणस्तरीय वस्तुको छनौट, मुल्य परिणाम, परिणाम शुद्धता र गुणस्तर स्वस्थ्यमा हानि पुऱ्याउने वस्तु तथा सेवाको बिक्री वितरणबाट सुरक्षा अनुचित व्यापारिक तथा व्यवसायजन्य क्रियाकलाप विरुद्ध उजुरी प्रयोग गरिएका वस्तुवाट भएको हानि नोक्सानी विरुद्ध क्षतिपूर्ती अधिकार प्राप्त अधिकारीवाट सुनुवाई र उपभोक्ता शिक्षा पाउने तपाईको अधिकार हो । आफ्नो कर्तव्य र अधिकारप्रति सचेत रहौं ।

नगरौं विवाहका कुरा:
भएको छैन बीस वर्ष पुरा

बालविवाह गर्नु वा गराउनु सामाजिक अपराध हो र यो दण्डनीय छ । बालविवाह गरे वा गराएको पाइएमा नजिकको प्रहरी/वडा कार्यालय, बालक्लब, बालसञ्जालमा खबर गरौं । बालविवाह रोकौं, बालबालिकाको सुनौलो भविश्य निर्माणमा आजै देखि सबै लागौं ।

"सानै छु बढन देउ, विवाह हैन पढन देउ"

थाहा नगरपालिका
सामाजिक विकास शाखा
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

हेटौंडा ११ मा बृहत खानेपानी योजना सुरु

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर–११ थानाभर्याङ र सिमलटारका वासिन्दाहरूलाई पानी खुवाउनका लागि बृहत खानेपानी योजना सुरू गरिएको छ । यस क्षेत्रका करिब ३ हजार परिवारलाई पानी खुवाउनका लागि समवेल निर्माण देखिबाट पानी टंकी निर्माण गर्नेसम्मको काम सुरू गरिएको हो ।

सो क्षेत्रमा पानी खुवाउनका लागि बागमती प्रदेश सरकारको खानेपानी, उर्जा तथा सिंचाइ मन्त्रालय अन्तरगतको खानेपानी तथा सरसफाइ डिभिजन नम्बर–१ हेटौंडाको कार्यालयको २ करोड ५० लाख, हेटौंडा खानेपानी व्यावस्थापन बोर्डको १ करोड १२ लाख र हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको १ करोड रूपैयाँ लगानीमा खानेपानीका योजना निर्माण गर्न सुरू गरिएको हो । सिमल्टार थानाभर्याङ खानेपानी योजना निर्माणको काम अन्तरगत २ वटा समवेल निर्माणको काम सकिने चरणमा पुगेको छ ।

त्यसैगरी थानाभरयाङ्मा पानी टंकी निर्माणको काम पनि सुरू भएको छ । ४ लाख ५० हजार लिटर क्षमताको पानी टंकी निर्माणको बागमती प्रदेशका खानेपानी, उर्जा तथा सिंचाइ मन्त्री एकालाल श्रेष्ठले शिलान्यास गरे । कार्यक्रममा बोल्दै मन्त्री श्रेष्ठले यो प्रदेश सरकारको ठुलो योजना मध्यको एक रहेको बताए ।

स्थानीय सरकार र जनतासंगको सहलगानीमा खानेपानीका योजना निर्माण गर्न प्रदेश सरकार तयार रहेको बताए । जनताको पहिलो आवश्यकता खानेपानी रहेको उनले बताए । कार्यक्रममा हेटौंडा उपमहानगरपालिकाका मेयर मिना कुमारी लामा, उपमेयर राजेश बानियाँ, हेटौंडा ११ का वडा अध्यक्ष जुना दाहाल, खानेपानी तथा सरसफाइ डिभिजन नम्बर–१ हेटौंडा कार्यालयका प्रमुख हरिराम पौडेल, हेटौंडा खानेपानी व्यावस्थापन बोर्डका अध्यक्ष प्रताप विष्टलगायतकाले मन्तब्य व्यक्त गरेका थिए ।

जातीय विभेद् तथा छुवाछुत उन्मुलनका लागि अन्तरक्रिया

◆ विकास संवाददाता

जातीय विभेद् तथा छुवाछुत उन्मुलन राष्ट्रिय दिवसका अवसरमा थाहामा अन्तरक्रिया भएको छ । शिखरकोटको विकास घरमा थाहा नगरपालिकाको आयोजनामा भएको अन्तरक्रियामा जात व्यवस्थाको अन्त्य गर्दै समतामूलक समाजको निर्माण केन्द्रित भएको थियो । कार्यक्रममा सहभागी दलित अगुवाहरूले उजुरीका रूपमा हेर्दा थाहा नगरमा जातीय विभेद नदेखिए पनि व्यक्ति र समुदाय पिच्छेका व्यवहारमा विभेद बढ्दै गएको उल्लेख गर्दै स्थानीय सरकार भौतिक विकास केन्द्रित मात्र नभई सामाजिक रूपान्तरण तर्फ केन्द्रित हुन सुझाव दिएका थिए ।

कार्यक्रममा थाहा नगरपालिकाका नगर प्रमुख विष्णु बहादुर विष्टले नेपालको संविधानको मर्मअनुसार जातीय विभेद अन्त्यमा अपेक्षित उपलब्धी हासिल नहुनुमा सबैको दोष रहेको बताए । दलित दलित बीचको विभेद अझै कायम भएको उल्लेख गर्दै दोषारोपण गर्ने, कानून रट्ने भन्दा संकीर्ण सोचको अन्त्य गरेको खण्डमा सबैखाले विभेद अन्त्य हुने बताए ।

दलित मुक्ति मोर्चाका प्रदेश नेता जमिन दियालीले दलित मुक्तिका लागि जनसंख्याको अनुपातमा सत्तामा दलितको प्रतिनिधित्व हुने सुनिश्चितता नै मुख्य मुद्दा भएको बताउदै राज्य सत्ताभन्दा बाहिर बसेर छुवाछुतको युगीन दासत्व र अन्यायको विष पिएर बाँच्दै आएको समाजको असमान संरचनालाई दलितले बदल्नै नसकेको उल्लेख गरे । उनले भने–'दलितलाई सत्ताबाहिर राखेर समाजमा शासक वर्गले देखाउने भँडुवा विकासको नाराले दलितको जीवनस्तर परिवर्तन हुनै सक्दैन ।' दियालीले खासगरी राज्यसत्ताको संरचनामा दलित जनताको प्रतिनिधित्वको हकलाई व्यवहारमा सुरक्षित नगरी दलित अधिकार सुनिश्चित हुन नसक्नेमा जोड दिए ।

जनकल्याण माध्यमिक विद्यालयका प्रधानाध्यापक सानोभाइ कार्कीलेले जातीय विभेदविरूद्ध थुप्रै कानून निर्माण भएपनि कार्यान्वयनमा चुनौती देखिएको बताए । फरक सोचका यादवजंग रायमाझीले कानुनले मात्रै सामाजिक कुरीति अन्त्य सम्भव नभएकोले समाज रूपान्तरणका लागि विभेदरहित सोचको विकास गर्न जरूरी रहेकोमा जोड दिए । अन्तरक्रियामा आफ्ना भनाइ राख्ने सहभागी हरूले कानूनमा जातीय विभेद अन्त्य भएपनि जनचेतनाको अभाव, गरिबी, दलित अधिकारकर्मीहरूकै निष्क्रियताका कारणले व्यवहारमा जातीय विभेद ज्युँका त्युँ रहेको बताएका छन् ।

नगर दलित संजालका संयोजक अर्जुन सुनारको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा नेपाली काँग्रेस थाहानगर उपसभापति नवराज कार्की, नेकपा एमालेका उपाध्यक्ष सुर्य बहादुर लामा, माओवादी केन्द्रका नगर सचिब लक्ष्मण बिष्ट ,पालुङ क्याम्पसका क्याम्पस प्रमुख राजन मिश्र, ईलाका प्रहरी कार्यालय पालुङका प्रमुख श्याम थापा मगर, सामाजिक बिकास शाखा प्रमुख अनिल लामिछाने, पालुङ बहुउद्देश्यीय सहकारीका अध्यक्ष कृष्ण बहादुर विष्ट तथा विभिन्न राजनैतिक दलका प्रतिनिधि, दलित जनप्रतिनिधिलगायतका उपस्थिति रहेको थियो । कार्यक्रम सुरेन नेपालीले संचालन गरेका थिए भने नवराज नेपालीले अतिथी तथा सहभागीहरूलाई स्वागत गरेका थिए ।

पालिकाकै स्रोतबाट मोटरेबल पुल निर्माण

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरमा गाउँपालिकाले आफ्नै स्रोतबाट करिब २० करोड रूपैयाँ लागतमा तीनवटा मोटरेवल पुल निर्माणको काम सम्पन्न गरेको छ । मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिकाले आफ्नै आन्तरिक लगानीमा लामिटार–मकरी–चकरी–बेलडाँडा सडकअन्तर्गत निर्माणाधीन ५ वटा पक्की पुलमध्ये हालसम्म सम्पन्न भएका ३ वटा पुलको शनिबार बागमती प्रदेश सभा सदस्य ईन्द्र बानीयाँले उद्घाटन गरे ।

गाउँपालिकाको वडा नम्बर १ र २ जोड्ने च्यापलखोला पुल, ३ र ४ जोड्ने ट्वाङ्ग्रा खोला पुल तथा ३ र ४ वडालाई नै जोड्ने मसिने खोला पुल निर्माण सम्पन्न भएको छ । ३ वटा पुल निर्माण सम्पन्न गर्न १९ करोड ३८ लाख रूपैयाँ लागत लागेको जनाएको छ । निर्माण सम्पन्न भएका मध्ये ९७.९ मिटर लम्बाईको च्यापल खोला पुलको लागत ६ करोड २८ लाख ९८ हजार, ६४.१५ मिटरको ट्वाङ्ग्रा खोला पुलको ६ करोड ४९ लाख ६० हजार र ७४.५५ मिटर लम्बाईको मसिने खोला पुलको ६ करोड ५९ लाख ५० हजार लागत रहेको गाउँपालिकाले जनाएको छ ।

उक्त क्षेत्रमा खोला तथा खहरेमा पुल अभावका कारण स्थानीय बासिन्दाहरू हेटौंडा उपमहानगरपालिका भएर गाउँपालिकाको केन्द्रसम्म पुग्नुपर्ने बाध्यता थियो । पुल अभावका कारण आवतजावतमा समस्या झेल्दै आएका स्थानीयका लागि पालिकाको ३३ करोडको लागतमा २०७७ सालमा २ वर्षभित्रै सम्पन्न गर्नेगरी पाँचवटा पक्की पुल निर्माणको काम थालिएको भए पनि विविध समस्याका कारण निर्माण पक्षले समय थप गरी तीनवटा पुल निर्माण सम्पन्न गरेको छ । गाउँपालिकाकै बजेटमा अन्य २ वटा पुल भने निर्माणाधीन अवस्थामा रहेका छन् ।

बकैयामा पालिकाले नै लियो करार शिक्षक छनोट परीक्षा

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको बकैया गाउँपालिकाले शिक्षामा गुणस्तरीयताका लागि प्रयास सुरू गरेको छ। करार भर्ना गरिने शिक्षक छनोटका लागि पहिलो पटक खुला प्रतिस्पर्धा गराएर पालिकाले शिक्षामा गुणस्तरीयताका लागि प्रयासको थालनी गरेको हो ।

करार सूचीमा सूचीकृत गर्न करार शिक्षक छनोटको क्रममा आवेदन दिएकाको शुक्रबार परीक्षा सञ्चालन गरिएको छ। विभिन्न विषयमा माध्यमिक तह, निम्न माध्यामिक तह र प्राथमिक तहमा करार शिक्षकका लागि आवेदन दिएका परीक्षामा सहभागी भएको गाउँपालिकाका अध्यक्ष धर्मराज लामिछानेले जानकारी दिए ।

करार शिक्षकका लागि करार सूचीमा सूचीकृत हुन भन्दै ४४१ जनाले आवेदन दिएका थिए । शिक्षक भर्ना गर्ने समयमा भनसुन हुने र आफ्नालाई राख्न दबाब आउने गरेको बताउँदै अध्यापन गराउने समयमा कमजोर हुँदा विद्यार्थीको शैक्षिक स्तर खस्कँदै गएपछि गुणस्तरीय शिक्षकको खोजीमा करारमा भर्ना गरिने शिक्षकको खुला प्रतिस्पर्धाबाट परीक्षा सञ्चालन गरिएको बताउनुभयो। उहाँले पहिलो पटक गरिएको यो अभ्यासले पालिकाको शिक्षामा गुणस्तरीयता ल्याउन सहयोग पुऱ्याउने उनले विश्वास व्यक्त गरे ।

गाउँपालिकाको करार शिक्षक छनोट कार्यविधि २०८० बनाएर करार सूचीमा सूचीकृत गर्ने प्रयोजनार्थ करार शिक्षक छनोट प्रक्रिया सुरू गरेको हो । लिखित परीक्षामा उत्तीर्ण भएकाको मौखिक परीक्षापछि उत्तीर्ण भएकामध्ये पालिकाका विभिन्न विद्यालयमा रिक्त रहेका २० भन्दा बढी दरबन्दीमा नियुक्ति दिने पालिकाले तयारी गरेको छ । पालिकाले करार सूचीमा सूचीकृत गर्न विभिन्न तहका गरी १७० शिक्षक माग गरेको थियो । गाउँपालिकामा हाल ७२ वटा सामुदायिक विद्यालय छन् ।

थाहा नगरपालिकाको अनुरोध !

- जन्म, मृत्यु, विवाह, सम्बन्धविच्छेद र बसाईँसराइँ जस्ता व्यक्तिगत घटनाहरु समयमै दर्ता गरी आफ्नो कानूनी अधिकार स्थापित गर्नु प्रत्यक नागरिकहरुको अधिकार हो ।
- समयमै कर तिर्नु नागरिकहरुको दायित्व मात्रै हैन सम्मान पाउने अवसर पनि हो ।
- पेशा व्यवसाय दर्ता गरी नियमित कर तिर्ने बानी बसालौं ।
- बीस बर्ष नपुगी विवाह नगरौं र नगराऔं ।
- उमेर नपुगी गरेको विवाह सामाजिक र कानूनी अपराध हो, त्यस्तो अपराध गर्नेलाई जरिवाना र कैद सजाय दुवै हुने कानूनी व्यवस्था छ ।
- जाति, भाषा, धर्म र लिंगको आधारमा कसैलाई भेदभाव नगरौं, मानव सभ्यताको पहिचान दिऔं ।
- पशु चौपायालाई खुला र छाडा नछोडौं । सडकपेटी र बाटो अवरुद्ध हुने गरी निर्माण सामग्री नराखौं ।
- जथाभावी सडकपेटीमा फोहोर नफालौं । सम्भावित जरिवानाबाट बचौं ।
- सडेगलेका वस्तु बिक्री वितरण र प्रयोग नगरौं ।
- घरपालुवा कुकुरलाई बाटोमा दिसापिसाब नगरौं ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

अब हाम्रै थाहानगरको ओखरबजारमै
छपाईको शुभारम्भ
फ्लेक्स प्रिन्ट

काठमाण्डौं, हेटौंडा धाउनै पर्दैन...
अत्याधुनिक नयाँ मेसीनद्वारा १ घण्टा भित्र बोर्ड,ब्यानर तयार
AARAV creation
DESIGN+FLEX PRINT+PHOTOGRAPHY
Thaha-1, Okharbazar, 9855068340/9802068340

हाम्रा अन्य सेवाहरु
- 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

9855068340/9802068340

बालबालिकासंग मेयरको प्रतिवद्धता नै प्रतिवद्धता !

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकाका नगर प्रमुख (मेयर) विष्णु विष्टलाई नगर का विभिन्न विद्यालयमा अध्ययनरत बालबालिकाले दर्जनौं प्रश्न सोधेका छन्। स्थानीय स्काउट कार्यकारी समितिले जेसीज हलमा नगरमै पहिलोपटक २७ जेठमा आयोजित मेयरसँग बालबालिका कार्यक्रममा बालबालिकाहरूले नगर प्रमुखलाई प्रश्न सोधेका थिए ।

कार्यक्रमको शुरूमा मञ्चमा बसेका ४ जना बालबालिकाले सँगै रहेका नगर प्रमुख विष्टलाई उनको बाल्यकालको स्वभाव, बाल्यकालको सपना, रूची आदिका बारेमा भलाकुसारी गरेका थिए । त्यसैबीच उनीहरूले आर्थिक कमजोरीका कारण स्काउट पोशाक किन्न नसकेर आफ्ना कतिपय साथीहरू स्काउटमा आउन नसकेको गुनासो गरेका थिए। जवाफमा नगरप्रमुख विष्टले यो विषय नगरपालिकाको आगामी आर्थिक वर्षको नीति तथा कार्यक्रममा समेटेर लैजाने प्रतिवद्धता जनाए ।

नगरप्रमुखलाई दर्शकदीर्घा हलमा अटाइनअटाइ बालबालिकाले विभिन्न प्रश्नहरू गरेका थिए। उनीहरूको प्रश्न, जिज्ञासा र गुनासो समग्रमा बाल अधिकार र बालमैत्री स्थानीय शासनका विविध क्षेत्रहरूसँग सम्बन्धित रहेको देखिन्थ्यो। विभिन्न १५ विद्यालयबाट आएका स्काउट बालबालिकाहरूले विद्यालय आउनजान घण्टौं हिड्नुपर्ने, राष्ट्रपति रनिङ शील्डका लागि विद्यालयमा पर्याप्त तयारी गर्न समयको अभाव, विपद व्यवस्थापनमा बालबालिकाप्रति नगरको प्राथमिकता, बीचमा पढाइ छाड्ने समस्या, ड्रप आउट भएका बालबालिकाका खोजी तथा उनीहरूलाई जीवन उपयोगी सिप प्रदान गर्ने विषय आदिसँग सम्बन्धित प्रश्न तथा सुझावहरू राखेका थिए ।

त्यसैगरी बालबालिकाको सम्बन्धमा योजना निर्माण गर्दा बालबालिकाको सहभागिता, विद्यालयमा कक्षा १० सम्मकै विद्यार्थीहरूलाई दिवा खाजा खुवाउने विषय, विद्यालय व्यवस्थापन समिति र स्वास्थ्य व्यवस्थापन समितिमा बालबालिकाको प्रतिनिधित्व, थाहा नगरपालिका बालमैत्री घोषणाको तयारी, बालविवाह, कारण, असर र न्यूनीकरणका उपाय तथा योजनाहरू, एसइ र प्लस टुपछि अध्ययनलाई निर न्तरता दिने र परामर्श कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने विषय आदिमा बालबालिकाको प्रश्न केन्द्रित थियो । उनीहरूले विद्यालयमा वितरण भइरहेको स्यानेटरी प्याडको गुणस्तरीयता, विद्यालयमा खानेपानीको अभाव, पर्याप्त शौचालयको अभाव, समुदायमा कतिपयले कुवा, पोखरीकै पानी खान बाध्य भइरहेको विषय आदि सवाल उठाएका थिए ।

मेयरसंग बालबालिकाः

नगरप्रमुखले बालबालिकाको प्रश्न आउने वित्तिकै सम्बोधन गरेका थिए । कार्यक्रममा ३ वर्षपछि तपाईंको कार्यकाल सकिएर मेयरबाट विदाई हुँदै गर्दा हामी बालबालिकालाई के दिएर जानुहुन्छ भन्ने एक बालिकाको प्रश्नमा उनले म सुशासन र समृद्धिको आधार छाडेर जान्छु भनी जवाफ दिएका थिए ।

कार्यक्रममा बालबालिकालाई सम्बोधन गर्दै नगरप्रमुख विष्टले श्रोत र साधनले भ्याएसम्म नगरपालिकाले बालबालिकाको क्षेत्रमा प्रत्यक्ष तथा परोक्षरूपमा थुप्रै कामहरू गरेको उदाहरण प्रस्तुत गरेका थिए । उनले अहिले नगरपालिकाको बाल प्रोफाइल तयार पार्ने काम भइरहेको र त्यसको आधारमा बालमैत्री स्थानीय शासनका दृष्टिले हाम्रो अवस्था विश्लेषण र स्थितिपत्र जारी गरी आगामी योजना तयार पार्ने स्पष्ट पारे । साँचो अर्थमा बाल मैत्री नगर घोषणाका लागि आफूहरू लागि परेको बताउँदै उनले यसको लागि सरकार, समुदाय, नागरिक समाज, गैर सरकारी संस्था सबैको सहकार्यको आवश्यकता रहेको औंल्याए । उनले अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा, पूर्ण खोप, पूर्ण संस्थागत सुत्केरी, एक घर एक धारा जस्ता बालबालिका केन्द्रित अभियानहरू चलेको जानकारी दिए ।

सम्बोधनका क्रममा नगरप्रमुख विष्टले बालबालिकालाई उत्प्रेरणामूलक सन्देशहरू प्रवाह गरेका थिए। स्काउट पोशाकमा आएका बालबालिकाहरूले नगर प्रमुखलाई शालीनतापूर्वक प्रश्न राखेका थिए। कार्यक्रमअघि 'मेयरसँग बालबालिका कार्यक्रम'को नगरप्रमुख विष्टको तस्विर अंकित स्काउट स्कार्फ सार्वजनिक गरिएको थियो। करिब ३०० बालबालिकाहरू सहित ३५० बढी सहभागिता रहेको कार्यक्रममा मेयर र बालबालिकाको सम्वाद पछि सम्बोधन गर्दै नगर उपप्रमुख भरत गोपालीले कार्यक्रम ऐतिहासिक र प्रभावकारी रहेको उल्लेख गरे । उनले अनुशासनपूर्वक प्रभावकारी ढंगले प्रश्न सोधेका बालबालिकाको खुलेर प्रशंसा गरे । स्थानीय प्रमुख स्काउट तथा स्थानीय स्काउट परिषदको अध्यक्षसमेत रहेका उनले स्काउटको माध्यमबाट थाहानगरका बालबालिकाहरूमा सहयोगी भावना, मित्रता, भातृत्व, विनम्रता, अनुशासन र आज्ञाकारिता वृद्धि भएको उल्लेख गरे ।

कार्यक्रममा नेपाल स्काउट राष्ट्रिय परिषद सदस्य अशोक सारू मगर, थाहा नगरपालिकाका प्रवक्ता हिरेन्द्रकुमार रायमाझी, नगर शिक्षा अधिकारी माधवविक्रम मल्ल, शाखा प्रमुखहरू, प्याब्सन थाहा अध्यक्ष सुरेन्द्रमान प्रधान, जिल्ला सहकारी संघ मकवानपुरका कोषाध्यक्ष विमलकुमार ढकाल, प्रहरी निरीक्षक श्याम थापामगर, हेटौंढा उपमहानगरपालिका स्थानीय स्काउट समितिका स्थानीय प्रमुख आयुक्त अनिल आचार्य, लायन्स क्लब अफ पिस थाहाका अध्यक्ष गीता कार्की, पालुङ जेसीजका अध्यक्ष निरज रायमाझी, पत्रकार शम्भु अधिकारी लगायतको आतिथ्यता रहेको थियो । स्थानीय स्काउटका सुशासन, श्रोत विकास तथा वित्त आयुक्त कुमार नेगीले सञ्चालन गरेको कार्यक्रम स्थानीय प्रमुख आयुक्त गणेशमान श्रेष्ठको अध्यक्षतामा भएको थियो ।

सात वर्षपछि आग्राको सामुदायिक विद्युत प्राधिकरणलाई हस्तान्तरण

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ७ को सामुदायिक विद्युत सञ्चालनको सात वर्षपछि नेपाल विद्युत प्राधिकरणलाई हस्तान्तरण गरिएको छ । थाहा नगरपालिका ७ स्थित जलेश्वरी सामुदायिक विद्युत सहकारी संस्थाबाट वितरण भईरहेको विद्युत नेपाल विद्युत प्राधिकरण पालुङ वितरण केन्द्रलाई २६ जेठमा हस्तान्तरण गरिएको छ ।

कार्यक्रममा विद्युत स्वामित्व हस्तान्तरण प्रक्रियामा सहज सहजीकरण र प्रयासको कदर गर्दै पालुङ वितरण केन्द्र प्रमुख माधव न्यौपानेलाई संस्थाले सम्ममान गरेको छ। थाहा नगर पालिका प्रमुख विष्णु बहादुर विष्टले प्रमुख न्यौपानेलाई सम्मान पत्र सहित दोसल्ला ओढाएर सम्मान गरेका हुन्। सामुदायिक संस्थाबाट वितरण भईरहेको विद्युत सुधारको प्रतिवद्धता र सामुदायिक संस्थाबाट स्वामित्व हस्तान्तरणमा प्रमुख न्यौपानेको सहयोग, अविभावकत्व र सकारात्मक प्रयारको प्रशंसा गर्दै सम्मान गरिएको सामुदायिक संस्थाका अध्यक्ष सोनाम सिंह मुक्तानले बताए ।

वि.सं. २०७४ सालमा स्थापना भई ७ नम्बर वडाको महादेवखर्क, छाप क्षेत्रमा १ सय १३ घर घुरीमा संस्था मार्फत विद्युतीकरण भएको थियो। संस्थाले २६ जेठमा आयोजना गरेको कार्यक्रमको अवसरमा विद्युत संरचनासहित स्वामित्व हस्तान्तरण गरेको हो । हस्तान्तरण कार्यक्रममा थाहा नगरपालिकाका प्रमुख विष्णु बहादुर विष्टले थाहा नगरपालिका सहित उत्तरी मकवानपुरमा दीगो र भरपर्दो विद्युत सेवा दिन पालुङ वितरण केन्द्रले धादिङ, ललितपुरबाट बिजुलीको स्रोत जोडिसकेको र हेटौंडा तथा कीर्तिपुरबाट पनि जोड्ने प्रयास भईरहेकोले उक्त कार्यले नगरमा दिगो बिजुली प्रवाह हुने भन्दै प्रशंसा गरे ।

हस्तान्तरण कार्यक्रममा पालुङ वितरण केन्द्रका प्रमुख माधव न्यौपानेले विद्युत सेवालाई दिगो र भरपर्दो बनाउन कार्ययोजना बनाई काम भई रहेको बताए। न्यौपानेले तत्कालिन अवस्थाको आवश्यक्ता बमोजिम सामुदायिक संस्था मार्फत विद्युत सेवा विस्तार भएको भए पनि अहिलेको जनचाहाना विद्युत प्राधिकरणबाटै सेवा लिने देखिएकाले समुदायिक संस्थाबाट प्राधिकरणले स्वामित्व लिएको र अबका सेवा तथा सुधार प्राधिकरणले गर्ने उल्लेख गरे । कार्यक्रममा थाहा नगरपालिकाका पुर्व प्रमुख लवशेर विष्टले थाहा नगर पालिकाको आग्रा क्षेत्रमा विद्युत विस्तार को लागि तत्कालिन आवश्यक्ता सामुदायिक विद्युतिरण नै देखेर जनताको स्वामित्वको संस्था बनाई विद्युतिरण गरिएको स्मरण गराए ।

ढल जन्य फोहोर ब्यबस्थापन सम्बन्धि अत्यन्त जरुरी सूचना ।

थाहा नगरको बजार क्षेत्रहरुमा घरहरुबाट निस्कने शौचालय जन्य ढललाई खुल्ला रुपमा छोडिने गरेको तथा कहिँ कतै बर्षाको समयमा नाली वा कुलोमा खोल्ने गरेको जनगुनासो आएकोले, त्यस्तो नगर्न जानकारी गराईन्छ । नगरका बजार तथा विभिन्न स्थानका घर धनिहरुलाइ समयमै सेफटि ट्याङ्की बनाई शौचालय जन्य ढललाई व्यवस्थापन गर्न गराउन समेत जानकारी गराइन्छ ।

साथै थाहा नगरपालिकाले सेफटि टयाङ्की ब्यबस्थापनको लागि टयाङ्की सेवा सुरू गरेकाले सम्पर्क गर्नु हुन समेत अनुरोध गरिन्छ।

टयाङ्कर सेवाको लागि सम्पर्क :-
९७६७५७०९००, ९७०४१२५७५७,९८४५४६४००३

थाहा नगरपालिका
ईन्द्रायणिचौर मकवानपुर ।

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 ।

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
विकास
www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक
कार्यालय: थाहा-४ सम्पर्क नं. ९८०७१५३३००
२०८१ जेठ २८ गते सोमबार, 10 Jun, 2024, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

हेटौंडामा उठ्यो रुपचन्द्र विष्ट राजमार्गको सवाल

◆ विकास संवाददाता

जिल्ला समन्वय समिति (जिसस) मकवानपुरको तेस्रो त्रैमासिक समीक्षा कार्यक्रम भएको छ । समिक्षिामा संघ तथा बागमती प्रदेशस्तरका कार्यालय र मकवानपुरका स्थानीय तहहरूले चालु आर्थिक वर्षको तेस्रो त्रैमासिकका गरेका कामको विवरण प्रस्तुत गरेका थिए ।

कार्यक्रमको मकवानपुर क्षेत्र नम्बर–२ का सांसद तथा नेकपा एमाले संसदीय दलका प्रमुख सचेतक महेश बर्तौलाले उद्घाटन् गरे । उनले बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडा फराकिलो हुनुपर्ने बताएका छन् । उनले हेटौंडाको सडक २५ मिटर फराकिलो हुनुपर्नेमा जोड दिए । उनले सडक बिस्तार गर्दा कसैलाई पनि आकाशमुनिको बास बनाउन नहुने स्पष्ट पारे ।

उनले साझा योजना बनाएर अगाडि बढे जिल्लाको विकास गर्न सकिने बताए । विकास निर्माणका विषयमा साझा संकल्प गरेर अगाडि बढ्नुपर्ने बताए । प्रसंग जोड्दै उनले मकवानपुरको भीमफेदी सुरूङ मार्ग निर्माणको नाममा पूर्वाधार कम्पनीले जनताको पैसा लिएर फरार भएको स्मरण गराउँदै भीमफेदी कुलेखानी सुरूङ मार्ग निमार्णका लागि जिल्लाका सबै एक भए मात्रै सम्भव हुने बताए । उनले मकवानपुरको उत्तरी क्षेत्र दामन, पालुङ, चित्लाङमा पर्यटन प्रवर्द्धन गर्न पर्यटनको केन्द्र बनाउनुपर्ने बताए । उनले पर्यटनको विकास गर्नसके रोजगारी सिर्जना हुने विश्वास गरे ।

हेटौंडामा बन्द रहेको रोपवेको सदुपयोग गर्नपर्नेमा जोड दिंदै साझा दृष्टिकोण बनाएर अगाडि बढ्नुपर्ने बताए । उनले मनहरी–थाहा जोड्ने रूपचन्द्र बिष्ट राजमार्ग बनाउन सबैको साझा धारणा आवश्यक रहेको बताए । हेटौंडा औद्योगिक नगरी भए पनि एकपछि अर्को उघोगधन्दा बन्द भएकोमा चिन्ता व्यक्त गर्दै हेटौंडा औद्योगिक क्षेत्रमा पहुँचवालाले जग्गा कब्जा गरेर उद्योग नचलाएको बताए । उनले विकास निर्माणको क्षेत्रमा सबै दल र स्थानीय तहले साझा योजना बनाएर अगाडि बढ्न सबैलाई आग्रह गरे ।

माइन्युट लेखन र भाषण कला सम्बन्धि तालिम

◆ विकास संवाददाता

बालबालिकाहरूमा माइन्युट लेखन भाषण कला तथा असल संस्कार अभ्यास आवश्यक रहेको हेटौडा उपमहानगरपालिका वडा २ को सदस्य तथा बाल अधिकार सम्पर्क व्यक्ति सुरज बर्तौलाले बताएका छन् । बालबालिकाहरूमा भाषण कलाको सिपले उनीहरूलाई विद्यालयस्तरमा हुने विभिन्न प्रतियोगिताहरूमा अब्बल बनाउने, बैठक व्यवस्थापन, माइन्युट लेखनको अभ्यासले क्लब तथा संस्था सञ्चालनको सिप सेमत विकास हुने विश्वास उनले व्यक्त गरे ।

वडा कार्यालयको आर्थिक सहयोग तथा साझ जगत मल्टीमिडियाको आयोजनामा बाल समूहका सदस्यहरूको लागि भाषण कला, माइन्युट लेखन तथा असल संस्कार सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रमको उद्घाटन गर्दै बर्तौलाले यस्तो बताएका हुन् ।

उपमहानगरपालिका बालमैत्री स्थानीय शासन लागु भएको घोषणाको तयारीमा रहंदै गर्दा बालबालिका लक्षित कार्यक्रमहरूमा स्थानीय सरकारले चासो प्रकट गर्ने गरेको उनले बताए । उनीहरूलाई पारिवारीक तहमा असल संस्कारदेखि विद्यालय, बालसमूह तथा अन्यत्र सहभागिताको लागि पनि लक्षित सिपको विकासले नेतृत्वमा पुग्न सहज हुने बर्तौलाले बताए । 'अहिलेको समय भनेको हरेक सवालमा कडा प्रतिष्पर्धा छ, आफूमा सबै अब्बल हुनु आवश्यकमात्रै हैन अनिवार्य भएको छ,हामी चाहन्छौ हाम्रो वडाका बालबालिकाहरू अन्यत्रका भन्दा अब्बल होउन्'–बर्तौलाले भने ।

तातो हावा "लु" बाट जोगिने उपाय

– सकेसम्म दिउँसो घरबाट बाहिर ननिस्कने,
– निस्कनै परे पातलो कपडाले टाउको छोप्ने वा छाता ओड्ने,
– फलफूलको रस र पानी प्रशस्त पिउने,
– धेरै पसिना आएमा जीवनजल पिउने,
– चिसो पानीले नुहाउने,
– कामकाज सकभर बिहान वा बेलुका गर्ने,
– मदिरा सेवन नगर्ने,
– सकेसम्म चिया, कफी, सोडा जस्ता पेय पदार्थ नपिउने,

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

थाहा नगरपालिकाको सूचना !

- आफ्नो घर भान्छाको फोहर सड्ने र नसड्ने (प्राङ्गारिक, अप्राङ्गारिक) गरि विभाजन गरौं । सड्ने फोहरलाई मल बनाऔं । नसड्ने फोहरलाई बर्गिकरण गरि महानगरपालिकाको फोहर बोक्ने गाडीमा पठाऔं ।
- महानगर क्षेत्रभित्र हर्नको प्रयोग नगरौं । ध्वनी प्रदुशणको न्युनिकरणमा सवै सचेत बनौं ।
- जथाभावी सडक पेटीमा फोहर नफालौं, सम्भावित जरिवानाबाट बचौं ।
- सडेगलेका बस्तु बिक्रि वितरण र प्रयोग नगरौं ।
- पशु चौपायाहरुलाई खुला र छाडा नछाडौं ।
- सडकपेटी र बाटो अवरुद्ध हुनेगरि निर्माण लगायत कुनैपनि सामाग्री नराखौं ।
- १६ बर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिकालाई श्रममा नलगाऔं ।
- भूकम्प प्रतिरोधात्मक संरचना र आवास निर्माण गरौं ।
- खुल्ला राखिएका, फोहरपानी प्रयोग गरिएका, झिंगा भन्केका माछा मासु खरिद बिक्रि नगरौं/नगराऔं ।
- घर तथा भवन निर्माण पूर्व आफ्नो जग्गाको भूबनोट आदिमा विचार पुऱ्याऔं । विज्ञ प्राविधिकहरुको राय सल्लाह लिएर मात्र कार्य गरौं ।
- समयमै कर तिरौं । सभ्य नागरिकको परिचय दिऔं ।
- जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाईसराई लगायतका घटनादर्ताहरु समयमै गरौं ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

रेबिजबारे जानकारी

रेबिज, कुकुर तथा अन्य जंगली जनावरहरुको टोकाईबाट मानिसमा सर्ने प्राणघातक रोग हो ।

कुकुरले टोकेको स्थानमा तुरुन्तै साबुनपानीले कम्तीमा १५ मिनेटसम्म राम्रोसँग धोऔं ।

सबै उमेरका कुकुरले टोकेपछि तुरुन्तै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरी स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह बमोजिम रेबिज विरुद्धको खोप लगाऔं ।

याद राखौं, रेबिज रोग लागेपछि उपचार हुँदैन, तर समयमै रेबिज विरुद्धको खोप लगाउन सकेमा बच्न सकिन्छ ।

थाहा नगरपालिका
स्वास्थ्य शाखा
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

बाल विवाह नगरौं

नेपालको कानूनले विवाह गर्दा केटा र केटी दुवैको उमेर २० वर्ष पूरा भएको हुनुपर्ने व्यवस्था गरेको छ। त्यसैले २० वर्षभन्दा कम उमेरमै विवाह गर्नु/गराउनु अपराध हो। बाल विवाह गर्ने, गराउने र सहभागी हुने सबैलाई कानूनले कारवाहीको दायरामा ल्याएको छ । बालबालिकालाई विवाह होइन, शिक्षा प्रदान गरौं ।

मुलुकी अपराध संहिता २०७४

विवाह गर्ने व्यक्तिको उमेर बीस वर्ष नपुगी कसैले विवाह गर्न वा गराउन हुँदैन (दफा १३३)।	तीन वर्षसम्म कैद र तीस हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना हुनेछ ।

विवाह गर्न पूरा हुनुपर्ने उमेर पूरा नभएको व्यक्तिले दिएको मञ्जुरीलाई मञ्जुरी मानिने छैन ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

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