थाहा नगरपालिकालाई पालुङ जेसिजकप फुटबलको उपाधि । पृष्ठ ५ मा

विकास

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

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

www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक

● मकवानपुर, वर्ष-१७, अंक-२० ● २०८१ मंसिर १७ गते सोमबार, ● 02 December, 2024, ● नेपाल सम्वत्-११४५, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

कुन्छाल सहकारीको ४ वर्षे व्यवसायिक योजनाको छलफल

◆ विकास संवाददाता

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १ मा रहेको कुन्छाल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडले ४ वर्षे व्यवसायिक योजनाको विषयमा छलफल गरेको छ । सहकारी संस्थाको आयोजनामा भएको कार्यक्रममा ४ वर्षमा संस्थाले के के काम गर्ने, कतिसम्मको वासलात पुर्याउने भन्ने विषयमा एकदिने कार्यक्रम भएको व्यवस्थापक मनराज गोपालीले जानकारी दिए ।

संस्थाका अध्यक्ष सुबिन्द्र गोपालीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा सचालक समिति, लेखा समिति, ऋण उपसमिति, शिक्षा उपसमिति, महिला उपसमिति तथा कर्मचारीहरूको सहभागिता रहेको थियो । सहभागीहरूलाई संस्थाका व्यवस्थापक मनराज गोपालीले सहजीकरण गरेका थिए । सहकारीको कार्य योजना सदस्य केन्द्रित गर्दै कारोबारलाई प्रोत्साहन गर्ने, कृषिमा लगानी गर्ने, सदस्यलाई वित्तीय साक्षरता कार्यक्रम संचालन गर्ने, मोबाइल बैकिङ सेवालाई व्यवस्थित गर्ने, एसएमएस सेवालाई

व्यवस्थित गर्ने तथा एटिएमसम्मको ब्यवस्था गर्ने विषयमा कार्यक्रममा छलफल भएको थियो ।

सो अवसरमा सहकारीले संचालन गर्दै आएको विगतका गतिविधिको समीक्षा तथा भावि योजनामा केन्द्रित भई संस्थाको अवसर, चुनौति र बजारको बारेमा छलफल भएको थियो । कार्ययोजनाको छलफलको क्रममा संस्थाको ४ वर्षे योजना तथा त्यसको लागि बजेट समेत अनुमान गरि एको व्यवस्थापक गोपालीले जानकारी दिए । कार्यक्रम संस्थाका सचिव प्रमोद गोपालीले संचालन गरेका थिए ।

हिउँदे फलफुल विरुवा माग सम्बन्धी सूचना !

सूचना प्रकाशित मितिः २०८१।०८।०५

यस थाहा नगरपालिका कृषि विकास शाखा ईन्द्रायणी चौर, मकवानपुरको आ.व. २०८१/०८२ को स्वीकृत कार्यक्रम अनुसार तपसिलका हिंउदे फलफूलको बिरुवाहरु ५०% अनुदानमा वितरण गर्ने कार्यक्रम रहेकोले थाहा नगरपालिका भित्रका इच्छुक कृषक समुह, कृषि सहकारी र कृषि फर्महरुले यो सूचना प्रकाशित मितिले ३० दिन भित्रमा बिरुवाको माग र रकम सहित यस शाखामा सम्पर्क राख्न हुनका लागि सूचित गरिन्छ ।

तपसिलः

सि.नं.	कार्यक्रमको विवरण	परल मूल्य अनुमानित	अनुदानित मूल्य ५०%	कैफियत
१.	ओखर बिजु	रु.४० प्रति बोट	रु.२० प्रतिबोट	दर रेटमा घटी बढी भए लिने दिने
२.	किवी कलमी	रु.१०० प्रतिबोट	रु.५० प्रतिबोट	
३.	जापनिज हलुवावेद	रु.६० प्रतिबोट	रु.३० प्रतिबोट	

अन्य जानकारीको लागि सम्पर्कः ९८४५१०३३४१/९८४५०७२२०० वा इमेल adsthahamun@gmail.com मा सम्पर्क गर्न सकिने छ ।

नोट : म्याद नाघी आएका र रित नपुगेका निवेदनलाई यस कार्यक्रममा समावेश गरिने छैन ।

थाहा नगरपालिका
कृषि विकास शाखा
इन्द्रायणी चौर मकवानपुर

पालिका उपचुनावः उपमहानगरमा माओवादीको वडाध्यक्ष शुन्य

हेटौंडा १२ मा तिवारी विजयी

विकास संवाददाता
थाहानगर

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-१२ को उपनिर्वाचनबाट नेपाली कांग्रेसले जित निकालेसँगै नेकपा माओवादी केन्द्रलाई धक्का लागेको छ । उपमहानगरको १९ वटा वडामध्ये गत २०७९ को स्थानीय तह निर्वाचनमा एउटै १२ नम्बर वडा जितेको माओवादी २ वर्ष पछिको उपनिर्वाचनबाट कुनै पनि वडामा प्रतिनिधिविहीन बन्न पुगेको हो ।

यसअघि माओवादीका लिलतबहादुर घलानले जितेका थिए । उनले २०७४ मा पनि जितेका हुन् । तर वडाको ४ सदस्य एमालेबाट विजयी भएका थिए । घलान जिल्ला समन्वय समितिको प्रमुख बन्न गएपछि रिक्त पदमा आइतबार उपनिर्वाचन भएको हो । लगातार २ पटक माओवादीले जितेको १२ नम्बर वडा कांग्रेसका अर्जुन तिवारीले खोसे । उनले २०६३ मत ल्याए । माओवादीका उम्मेद्वार युवा उमेरका रविकुमार प्रधानले १५६० मत ल्याएर पनि पराजित भए । नेकपा एमालेका राजेश नगरकोटी तेस्रो भए । उनले १३९८ मत पाए । बागमती प्रदेशको राजधानीसमेत रहेको एकमात्र उपमहानगर हेटौंडामा गत २०७९ को निर्वाचनमा मेयर र उपमेयर पदमा नेपाली कांग्रेस, नेकपा माओवादी र नेकपा (एकीकृत समाजवादी) को गठबन्धन थियो । वडा अध्यक्षमा पनि सबै दल प्रतिस्पर्धी थिए ।

मेयरमा नेकपा एसकी मिनाकुमारी लामा र उपमेयरमा कांग्रेसका राजेश बानियाँले जिते । मेयरमा एमालेका अनन्त पौडेल र राप्रपाका दिपक सिंह प्रतिस्पर्धामा थिए । सिंह मकवानपुरको क्षेत्र नम्बर १ बाट प्रतिनिधिसभा जितेर हाल संसदको पुर्वाधार विकास समिति सभापति छन् । एमालेका पौडेल संविधानसभा सदस्य हुन् । गत स्थानीय तह निर्वाचनबाट हेटौंडाको १९ वटा वडामा एमालेले ९ वटा वडा र कार्यपालिकामा ५६ सदस्यसहित बहुमत जोगाउन सक्यो । २०७४ मा मेयर र उपमेयर जितेको एमाले ०७९ मा ११ बाट ९ वटा वडामा झरेको हो ।

कांग्रेसले उपनिर्वाचनमा जित निकालेर एमालेसँग बराबर ९ वडा जित्न सफल भएको छ । नेकपा एसले १ वटा वडा जितेको थियो । हेटौंडामा प्रत्यक्ष निर्वाचनबाट हालसम्म गैरकम्युनिष्टले नेतत्व जित्न सकेका छैनन् । अब हेटौंडामा

कांग्रेससँग १, २, ३, ६, ७, ८, १२, १६ र १७ नम्बर वडा अध्यक्ष छन् । एमालेसँग ४, ५, ९, १०, ११, १३, १४, १५, १८ र १९ नम्बर वडामा अध्यक्ष छन् । गत निर्वाचनमा मकवानपुरका १० वटा स्थानीय तहमध्ये कांग्रेसको ५ वटा गाउँपालिकामा, एमालेको २ वटा गाउँपालिका, माओवादीको एउटा नगर पालिका र अर्को गाउँपालिका तथा नेकपा एसको उपमहानगरमा नेतृत्व छ ।

२०७४ मा एमालेको १ उपमहानगर सहित ५ वटा गाउँपालिकामा र कांग्रेसको २ वटा पालिकामा मात्रै नेतत्व थियो । माओवादीको एउटा नगरपालिका र अर्को गाउँपालिका नेतृत्व थियो ।

पालुङ जेसिजद्वारा १० जनालाई सम्मान

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहानगरमा सामाजिक कार्यमा क्रियाशील पालुङ जेसिज सप्ताहको समापन तथा सम्मान समारोह सकिएको छ । पालुङ जेसिज सभाहलमा १५ मंसिरमा एक समारोहकाबीच सप्ताह समापन गरिएको हो । नेपाल सरकारका प्रमुख सचेतक तथा मकवानपुर-२ का संसद महेश कुमार बर्तौलाको प्रमुख आतिथ्यतामा कार्यक्रम भएको हो ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथी बर्तौलाले पालुङ जेसिजले सामाजिक नेतृत्व विकासको काममा ठूलो योदान पुर्याएको बताए । बर्तौलाले जेसिज शासन व्यक्तिको नभै विधिको हुनुपर्ने 'थिम'मा अघि बढ्ने हुँदा आफू संघीय सरकारको 'ल मेकर' को रूपमा प्रतिनीधित्व गर्ने जनप्रतिनीधि भएकोले कानून निर्माणका विषयमा सुझाव दिन आग्रह गरे । 'म चुनाव नजितुनजेलसम्म नेकपा एमालेको उमेद्वार भएको बताउँदै अब सबै पार्टीको संसद भएको छु, सबैले सुझाव दिनूस म त्यही अनुसार कानून निर्माणमा अघि बढ्छु ।' बर्तौलाले भने-'संघ, प्रदेश र स्थानीय तहबीचको समन्वय अभाव भएकै कारण विकासले गति लिन सकेको छैन, यो समन्वय आजको आवश्यकता हो ।' उनले जेसिज सबैको साझा सामाजिक

बाँकी पेज ६ मा

उपचार खर्च सम्बन्धी थाहा नगरपालिकाको सूचना

यस थाहा नगरपालिकामा संघीय सरकारबाट प्राप्त अनुदान मार्फत मृगौला प्रत्यारोपन गरेका, डायलासिस गरिरहेका रोगी र मेरुदण्ड पक्षघाका विरामीलाई औषधि उपचार बापत खर्च उपलब्ध गराउने कार्यविधि, २०७८ अनुसार नामावली समावेश भएका लाभग्राहीहरुलाई मासिक रुपमा पाँच हजार रुपैयाँ उपचार खर्च उपलब्ध गराउँदै आएकोमा हाल भूमि व्यवस्था, सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्रालयबाट प्राप्त गरिब परिचय पत्र थाहा नगरपालिकाको सबै वडाहरुमा वितरण भैसकेकोले सोही कार्यविधिको नियम २ (ग) अनुसार गरिबीको परिचय पत्र पाएकाहरुलाई मात्र उक्त सुविधा दिने व्यवस्था भएको सम्पूर्णको जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ ।

थाहा नगरपालिका
स्वास्थ्य शाखा

• सम्पादकीय •

रैथाने बाली प्रवर्द्धनमा स्थानीय सरकार

कुनै बेला गरिव परिवारले मात्र खाने भनेर चिनिएका रैथाने बाली जोगाउनका लागि यतिबेला स्थानीय सरकार लागि परेका छन् । आयातित चामललगायत अन्य खाद्यबस्तुमा मानिसलाई आवश्यक पर्ने पौष्ट्रिक तत्व नहुँदा कुपोषणबाट बालबालिकालाई बचाउन स्थानीय सरकार रैथाने बाली जोगाउन लागेका हुन् । कोदो फापर चिनो, कागुनो सबैभन्दा बढी पौष्टिक तत्व पाइने हुँदा ती रैथानेबाली जोगाउन तीनै सरकारका लागि परेका छन् । पछिल्लो समय जंक फुडले व्यापकता पाएसगै पोषणको अवस्था नाजुक हुँदै गएको छ । आवश्यकता अनुसार पोषिलो खाना नपाउँदा यहाँका बालबालिकामा कुपोषणको समस्या देखिने गरेको छ । नेपालका अधिकांश जिल्लामा आवश्यकता अनुसार खाद्यान्न उत्पादन हुँदैन । खाद्यान्न अभावकै कारण स्थानीयले पोषणयुक्त खाना नपाउने अवस्था छ । यसको असर बालबालिका बढी पीडित बनेको अध्ययनले देखाएको हो । बालीमा पौष्टिक आहार कम हुने विषाद बढी हुने हुँदा स्थानीयसगै प्रदेश र संद्दीय सरकारले समेत रैथाने बाली जोगाउन लागेका हुन् । तर पहाडतिरका अधिकांश खेतबारीमा जैविक मलको साटो रासायिनक मलले गर्दा ती बाली लोप हुदै गएको स्थानीयबासी बताउँछ्न ।

आयातित चामलप्रति स्थानीयको आकर्षण बढ्ने स्थानीय बाली लगाउन छाड्ने प्रवृति बढेकाले रैथाने खाद्यान्न बाली संकटमा पर्न थालेका हुन् । स्थानीय जातका रैथाने बाली संकटमा परेकाले दैलेख क्षेत्रमा पाइने चिनो, कागुनो, कोदो, फापर, खाद्यान्नको बाली बचाउ अभियान सञ्चालन गरिएको छ । जडीबुटीदेखि पोषणयुक्त प्राङ्गारिक खाद्यान्न उत्पादनलाई सरकारले बेवास्ताले ओझेलमा परेको छ । विश्वका ब्राउन राइस आयात गरेर खाने प्रचलन नेपालमा बढिरहेको बेला मकवानपुर जिल्ला पनि यसबाट अछुतो छैन । स्थानीय तहमा जनचेतना फैलाई आफ्नै गाउँघरमा पाइने खाद्यान्न बाली, जडीबुटीको संरक्षण र प्रवर्द्धन लागे यहाँको विकासको लागि सिंहदरबारको मुख ताक्नु पर्दैन । मकवानपुर जिल्लामै उत्पादन भएका फापरको केक, कोदोको केक, कोदोको नमकिन, लट्टेको लड्डु, कोदोको हलुवा, स्याउको केक, चिनोको खिर पोषणयुक्त हुनाले पोषणबाट बालबालिकालाई पोषणयुक्त खानाबाट रोग मुक्त गर्न सकिन्छ ।

तीनै तहका सरकारले ल्याएको रैथानेबाली जोगाउने अभियानमा कृषकदेखि सबैले लाग्नुपर्दछ । मकवानपुरमा कागुनो, कोदो, उवा, फापर, मार्सी चामल, सिमीलगायतका खेती गरिन्छ । केही गैरसरकारी एवं सरकारी संस्थाले बढी उत्पादनको आशा देखाएर कृषकलाई विषाद प्रयोग गर्न लगाई रैथानेबाली लोप गर्न लगाएको बुढापााकाके आरोप छ । रैथाने बाली लोप गराउनेमा सरकारी र गैरसरकारी संस्थाको मुख्य जिम्मेवार हुन् । गैरसरकारी संस्थाले रोजगारीको नाममा किसानलाई तरकारीबारीमा विष छर्ने लगाई जीवनमाथि खेलवाड गरेको स्थानीयको आरोप समेत छ ।

मकवानपुर जिल्लाको अधिकांश पालिकाहरुमा पाइने लट्टे अति पोषकीय भएकाले स्वीटजरल्याण्डमा महंगोमा बिक्री हुन्छ, कोदो, फापर, कागुनोलगायतको रैथानेबाली संरक्षणमा मकवानपुरमा पहिलो पटक ध्यान दिने पालिका मकवानपुर गढी नै हो । यस पालिकाको सिको गर्दै भीमफेदी लगायत अन्य पालिकाहरुले पनि यसतर्फ ध्यान दिन थाल्नू सकारात्मक कुरा हो । तसर्थ स्थानीय तहहरुले आफ्नो वार्षिक कार्यक्रम, नीति र बजेटमै रैथाने बाली संरक्षणको सवाल अटनुलाई सकारात्मक रुपमा लिनु पर्दछ ।

थाहा नगरपालिकाको शिखरकोट काउण्टरबाट दिवा बस सेवा

विहान	६:१५	बजे काठमाण्डौ (हाइस)
विहान	६:१५	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	७:१५	बजे काठमाण्डौ (बस)
विहान	८:00	बजे हेटौंडा (बस)
विहान	८:१५	बजे सिमभन्ज्याङ हुँदै काडमाण्डौ (फोर्स)
विहान	९: 00	बजे काठमाण्डौ (मिनीबस)
विहान	९:00	बजे हेटौंडा जम्बो हाइस
विहान	९:४५	बजे काठमाण्डौ फोर्स
विहान	१0:१५	बजे मार्खु, पालुङ हुँदै हेटौंडा (मिनीबर्स)
विहान	१0:१५	बजे काठमाण्डौ(फोर्स)
विहान	१0:३0	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	११:१५	बजे काठमाण्डौ (मिनिबस)
विहान	१२:३0	बजे हेटौंडा (बर्स)
मध्यान्ह	१२:३0	बजे काठमाण्डौ (बस)
मध्यान्ह	१:३0	बजे हेटौंडा (मिनीबस)
दिउँसो	१:३0	बजे पालुङ गोगने पकने (मिनीबस)
दिउँसो	१:३0	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो	२:३0	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो	३:00	बजे पालुङबाट मार्खु (बस)
दिउँसो	३:३0	बजे पालुङबाट काठमाण्डौं (बस)

थप जानकारीको लागि नारायणी यातायात दिवा बस सेवा तथा टिकट काउण्टर दामन शिखरकोट इन्चार्ज अरुण लामा 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

वायु प्रदूषण नियन्त्रण कसको जिम्मेवारी ?

◆ हसना श्रेष्ठ

विगत केही हप्तादेखि हामीले सामाजिक सञ्जालमा भारतको दिल्ली र पाकिस्तानको लाहोरमा बढेको प्रदूषण बारे लगातार सुन्दै आएका छौं । मंसिर महिना शुरू हुनुअगाडि देखि नै यी दुई शहर प्रदूषणको चपेटामा परिरहेका छन् । लाहोरमा नोभेम्बर १४ (कात्तिक ३०) मा पीएम २.५ को मात्रा ६०० μg/m3 नाघेको थियो, जुन डब्ल्यूएचओले निर्धारण गरेको २४ घण्टाको औसत सीमाभन्दा ४० गुणा बढी हो। धुलोको कणलाई अंग्रेजीमा पार्टिकुलेट म्याटर (पीएम) भनिन्छ र २.५ माईक्रोमिटरभन्दा सानो कणलाई पीएम २.५ भनिन्छ। पिएम २.५ श्वासप्रश्वाससम्बन्धी रोगको प्रमुख कारक तत्‌व मानिन्छ। यसले फोक्सोसम्बन्धी समस्या, मुटु रोग, दमलगायत कम तौल भएको बच्चा जन्मिने समस्या निम्त्याउँछ ।

प्रदूषणकै कारण भारतको दिल्ली र लाहोरमा स्कुल र क्याम्पस बन्द गरिएका छन् भने प्रदूषण उत्सर्जन गर्ने मुख्य उद्योगहरू सीमित अवधिका लागि सञ्चालनमा रोक लगाइएका छन्। अस्पतालमा श्वासप्रश्वासका बिरामी बढेका छन् । हरेक वर्ष कार्तिक–मंसिरमा प्रदूषणको चपेटा दोहोरिइरहनु निरन्तर प्रक्रियाझैँ भएको छ । भारतको पंजाब र हरियाणामा, पाकिस्तानको पंजाबमा नयाँ बाली लगाउनुपूर्व पहिले रहेका बालिका अवशेष ठुटा आदि जलाइँदा त्यसबाट निस्कने धुवाँको प्रदूषण ठूलै समस्याको रूपमा रहेको छ ।

यिनै समाचार दिनदिनै सुन्दै गर्दा नेपाल यस्तो अवस्थामा नपुग्ला भनेर हामी भन्न सक्दैनौं । वायुसँगै बहने हुनाले उत्सर्जन हुने स्थानमा मात्र प्रदूषण सीमित रहँदैन । विगत केही दिनयता काठमाडौंको रत्नपार्क र खुमलटारमा रहेको वायु प्रदूषण मापन यन्त्रले पि एम २.५०को मात्रा बढेको देखाएको छ। हरेक वर्ष दशैंतिहार सकिएलगत्तै नेपालमा पनि प्रदूषणको चाप बढ्न थाल्छ । कार्तिक मंसिरबाट पानी कम पर्न थालेसँगै प्रदूषण बढ्छ । नेपालमा पनि देशका विभिन्न भागमा अवशेष बाली जलाउन शुरू गरिन्छ र त्यसबाट निस्किने धूवाँ देशभर फैलिन्छ। काठमाडौंको अवस्था निकै अस्वस्थकर हुन्छ। सडकमा गुड्ने गाडी, खुला रूपमा जलाइने फोहर, इँटा भट्टा आदिबाट निस्कने धूवाँ, थुप्रै साना तथा मझौला उद्योगबाट निस्कने धूवाँ र सडकमा उड्ने धुलो काठमाडौं उपत्यकामा प्रदूषणका आन्तरिक स्रोत हुन् । कचौरा आकारको संरचना भएको कारणले तापक्रम कम हुँदा वायुको ठाडो तहीय प्रसार हुन पाउँदैन र काठमाडौँ उपत्यकाभित्र सतह नजिकको प्रदूषण त्यहीँ थिग्रिन्छ । यस्तो अवस्थामा बाह्य प्रदूषणसमेत भित्रँदा जटिल अवस्था सिर्जना हुन्छ । काठमाडौँ उपत्यकाको जनघनत्वको कारण पनि वायु प्रदूषणको प्रभाव व्यापक हुन्छ ।

वायु प्रदूषणका तीन प्रमुख कारक तत्व छन्ः वायु प्रदूषणका स्रोत, मौसमको अवस्था र भौगोलिक अवस्था । मौसम र भौगोलिक अवस्था हाम्रो नियन्त्रण बाहिर को कुरा भएकाले वायु प्रदूषण कम गर्न स्रोतमै नियन्त्रण गर्नुपर्छ। वायु प्रदूषण नियन्त्रणको पहिलो कदम वायु प्रदूषण मापन हो । वातावरण विभागले देशभरको वायु प्रदूषण मापनका लागि देशका ३० स्थानमा वायु प्रदूषण मापन केन्द्र जडान गरेको छ । वायु प्रदूषण मापन जति सटिक हुन्छ, त्यति नै यसका स्रोत पहिचानमा मद्दत पुग्छ ।

हुनलाई महँगा उपकरणले वायु प्रदूषणको अझ सही आँकलन/मापन गर्छ, तर ती उपकरण निकै जटिल प्रविधियुक्त भएकाले महँगा पनि छन् र उपकरणका बिग्रिएका पुर्जा फेर्नसमेत विज्ञ आवश्यक पर्छ । त्यस्ता उपकरण संचालनमा केही न केही जटिलता बेलाबेला आइरहन्छ । तथापि, वातावरण विभाग वायु प्रदूषण मापनमा लागिरहेको छ। बेलाबेला सार्वजनिक सूचना जारी गरी जनमानसलाई सुसूचित गराउने कार्य विभागले गरिरहेको छ ।

त्रिभुवन विश्व विद्यालयअन्तर्गत वातावरण विज्ञान केन्द्रीय विभागले पनि अमेरिकाको ड्युक विश्व विद्यालयको सहायतामा २०२२ देखि नेपालका विभिन्न स्थानमा वायु प्रदूषण मापनको लागि सस्तो विधि प्रयोग हुने सेन्सरहरू जडान गरी वायु प्रदूषणको अध्ययन गरिरहेको छ। कतिपय स्थानीय तह त्यत्तिकै सजग भएर वायु प्रदूषण नियन्त्रणको अभियानमा जुटेका छन् । काठमाडौंका कतिपय स्थानीय तहले पनि सस्तो विधि प्रयोग हुने सेन्सरहरू आफ्नो कार्यालयमा जडान गरेका छन् । यस्ता सेन्सरको आयु करिब तीन वर्षको हुन्छ र यसले दिएको तथ्याङ्क सही छ भनेर जाँच्न 'क्यालिब्रेसन' भएको उपकरण चाहिन्छ । एउटा उपकरण क्यालिब्रेसन भएपछि त्यसलाई एक अर्कासँग भिडाएर तथ्याङ्कको शुद्धता जाँच्न सकिन्छ ।

सरकारी, गैरसरकारी निकाय र अध्ययनहरू वायु गुणस्तर मापन र व्यवस्थापनमा लागेका छन् । वातावरण विभागको पहलमा नेपाल सरकारले काठमाडौँ उपत्यकाको वायु प्रदूषण न्यूनीकरणको लागि वायु गुणस्तर व्यवस्थापन कार्य योजना, २०७६ लागु गरेको छ । प्रदूषण गर्ने उद्योग, कलकारखाना, अस्पताल, सवारी साधन आदीको वातावरण विभागले अनुगमन गर्छ भने अन्य निकायलाई वायु गुणस्तर व्यवस्थापनका लागि झकझकाउने काम पनि गरिरहेको छ ।

काठमाडौँ महानगरपालिकाले प्रदूषण नियन्त्रण मापदण्ड २०८१ जारी गरी सवारी साधनको आकस्मिक चेक जाँच शुरू गरेको छ र महानगरभित्र मापदण्ड विपरीतका सवारी साधनलाई कारबाहीको दायरामा ल्याउने गरेको छ। 'यूएसएड क्लिन एयर नेपाल'ले वातावरण विभागको सहकार्यमा वायु प्रदूषणसम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ । अन्तर्राष्ट्रिय एकीकृत पर्वतीय विकास केन्द्र (इसिमोड) ले वातावरण विभागको वायु प्रदूषण अनुगमन निरीक्षण क्षमता अभिवृद्धिमा विशेष सहायता प्रदान गरिरहेको छ । के बुझ्नुपर्छ भने वायु प्रदूषण नियन्त्रणमा विभिन्न निकायले हातेमालो गरेर मात्र पुग्दैन, सर्वसाधारणले पनि त्यति नै जिम्मेवारीसाथ कर्तव्य निर्वाह गर्नुपर्छ ।

काठमाडौँ उपत्यकाको हकमा, सवारी साधनलाई प्रदूषणको प्रमुख स्रोत मानिन्छ। सरकारले समय समयमा सवारी छड्के जाँच पनि गर्ने गरेको छ । त्यस जाँच पासमा करिब ३४ प्रतिशत सवारी फेल हुने गरेको छ। तिनै सवारी साधन नियमित सर्भिसिङ गराएर गुडाउने हो भने त्यसबाट उत्सर्जन हुने पि एम २.५० करिब ६० प्रतिसतले कम हुन्छ । मान्छेको झैं सवारीसाधनको स्वास्थ्यको समेत हामीले नियमित जाँच र उपचार गर्नुपर्छ । दिनानुदिनको कामको चपेटाका बाबजुद पनि सवारी साधन मर्मत गर्नुपर्छ, नत्र आफूसँगै समाजका अन्य सदस्यलाई पनि प्रदूषणको चपेटामा पारेर हामीले गलत कर्म गरिरहेका हुन्छौं ।

अर्को प्रदूषणको स्रोत हाम्रो भान्छाकोठामा हुने उत्सर्जन र निस्कने फोहर पनि हो । चुलो बाल्न अब सकेसम्म बिजुली प्रयोग गरौँ, ग्याँस कम गरौँ या छाडौं । घरबाट निस्किने जैविक फोहोरलाई सकिन्छ घरमा नै व्यवस्थापन गरौँ, नत्र कम्तीमा वर्गीकरण गरौँ । समाजका सबै मिलेर फोहोर जलाउने कामलाई निरूत्साहन गरौँ । जाडो बढ्दै छ । आगो वरवर बसेर गफिन रमाइलै हुन्छ, तर आगोबाट निस्कने धुवाँसँगै निस्कने अन्य तत्त्वले वरपरका सबैलाई असर गर्छ । जाडो याममा जमिनको सतह नजिकको हावा छिटो चिसिन्छ, घाम मधुरो हुन्छ र हावाको बेग पनि कम हुँदै जान्छ । तापक्रम घट्दै जाँदा वायुको ठाडो तहीय प्रसार हुन पाउँदैन । अंग्रेजी भाषामा यसलाई 'टेम्परेचर इन्भर्जन' भनिन्छ । सतह नजिकको प्रदूषण त्यहीँ थिग्रिने हुँदा वरपरको प्रदूषण ह्वात्त बढ्छ, जसले गर्दा स्वास प्रश्वासको बिरामीको संख्या बढ्छ ।

हामी सबै मिलेर वायु प्रदूषणको नकारात्मक प्रभावबारे पैरवी गरौँ । घर वरपर बोटबिरूवा रोपौँ । कतै कुनै उद्योगले धूवाँ फालेको देख्नेवित्तिकै वातावरण विभागमा उजुरी गरौँ । वातावरण विभागको वेबसाइटमा वायु प्रदूषणसम्बन्धी जानकारीसहित दैनिक वायु प्रदूषणको जानकारी राखिएको छ। मौसमको जानकारी लिएजस्तै वायु प्रदूषणको अवस्थाको जानकारी लिने बानी बसालौँ । वायु प्रदूषणको इन्डेक्स १०० भन्दामाथि पुग्दा भरपर्दो मास्क सही तरिकाले लगाएरमात्र घर या भवनबाहिर निस्कौँ । सानो प्रयासले प्रदूषणबाट जोगिन सकिन्छ भने हामीले किन त्यसबाट पछि हट्ने?

(श्रेष्ठ वातावरण विभागमा वातावरण निरीक्षकका रूपमा कार्यरत छिन्।)

आयुर्वेदमा जाइफलको महत्व

मासुमा थोरै जाइफल मिसाइदिनुपर्छ, स्वाद र सुगन्ध दोब्बर हुन्छ । मासु मात्र होइन, अरू झोलिलो खानेकुरामा जाइफल प्रयोग गर्न सकिन्छ । जाइफललाई आयुर्वेद तथा संस्कृतमा 'जाति फल' भनिन्छ । जाति फलभित्र हुने कडा भागलाई सामान्य भाषामा जाइफल भनिन्छ । यसको स्वाद तीतो र पीरो हुन्छ । यसले शरीरमा गर्मी उत्पन्न गराउँछ । जाइफलको धुलो मसला वा औषधिको रूपमा प्रयोग मात्र गरिदैन । यसबाट तेल र परफ्युम पनि तयार हुन्छ ।

जाइफलको प्रयोगले स्वास्थ्यलाई धेर फाइदा गर्ने भएकाले आयुर्वेदमा यसलाई बहुउपयोगी जडीबुटी मानिन्छ ।

जाइफलबारे रोचक इतिहास

पहिलो शताब्दीमा यसको बिरूवा रोममा देखिएको थियो । छैटौं शताब्दीमा अरब व्यापारीले यसलाई कोन्स्टेन्टिनोपल भित्र्याए । त्यस समयमा 'डच युद्ध' चलिरहेको थियो । जसमा धेरै मानिस मारिएका थिए । यसैबीच ब्रिटिश इस्ट इण्डिया कम्पनीले जाइफलको बिरूवालाई कोन्स्टेन्टिनोपलबाट भारत ल्याउँदै अन्य देशमा पठाउने गरेको थियो । जसकारण भारतबाट एसियाली मुलुकमा जाइफल फैलिएको पाइन्छ । 'ग्रीन गोल्ड' भनिने यस बिरूवा इण्डोनेसियामा उत्पत्ति भएको मानिन्छ ।

जाइफलको बिरूवा रोपेको पाँच वर्षमा बल्ल फूल फुल्छ । र, रूख परिपक्व हुन १५ वर्ष लाग्छ । जब यो रूखको रूपमा बढ्छ, तब ५० वर्षसम्म फल लाग्छ । एउटा रूखमा दुई हजारभन्दा बढी जाइफल फल्छ । यो फल सुरूको काँचो अवस्थामा पहेंलो रङको हुन्छ । जब यसको रूखमा पहेंलो रङको फूल फक्रिन थाल्छ, यसको सुन्दरता थप बढ्छ ।

राम्रोसँग पाकेपछि यसको बाहिरको भाग खस्रो हुन्छ । पाकेपछि यसलाई सुकाइन्छ । यो फललाई सुक्न मात्र दुई महिना लाग्छ । ज्वालामुखी भएका क्षेत्रमा यसको उत्पादन बढी हुन्छ । यसको आश्चर्य लाग्ने कुरा भनेको यसको भाले पोथी दुवै जात हुन्छ । जुन भिन्न भिन्न फुल्छ ।

यसमा के कस्ता तत्व पाइन्छ ?

यसमा एन्टिअक्सिडेन्ट, एन्टिडायबेटिक, एन्टिहाइपरलिटी, एन्टि-इन्फाल्मेटरी र एनालजेसिक, माइलिस्टिसिन, ट्राइमाइ युजामोल र सायनिक तत्त्व पाइन्छ । भिटामिन सी, बी, बी १२, सोडियम, पोटासियम, आइरन, म्यागनेसियम र खनिज पनि प्रचुर मात्रामा पाइन्छ ।

यसमा हुने एन्टि-हाइपरलिटी तत्वले लिपिड (कोलेस्टेरोल) बढेको अवस्थामा घटाउन काम गर्छ । एन्टि-इन्फाल्मेटरी र एनालजेसिक तत्वले दुखाइ र अंग सुन्निएको कम गर्छ । र, एन्टि-डायबेटिकले शरीरमा ब्लड सुगर नियन्त्रण गर्छ ।

के छन् फाइदा ?

पुरूषको शरीरमा शुक्राणु बन्ने प्रक्रिया कम भयो वा वीर्यको संख्या पातलियो भने जाइफलको सेवन उपयोगी हुन्छ । जाइफलले यौन शक्ति बढाउने धेरैजसो अध्ययनमा उल्लेख गरिएको छ । नेसनल मेडिसिन इन्स्टिच्युटमा प्रकाशित अध्ययनअनुसार यसमा उत्तेजित पार्ने तत्व हुन्छ । जसकारण यसको प्रयोग दिनहुँ थोरै मात्र गर्ने हो भने पुरूषमा उत्तेजना, यौन इच्छा ल्याई यौनशक्ति बढाउँछ ।

अफ्रिकामा जाइफल हालेर एक पारम्परिक खाद्य पदार्थ 'पोरेज' तयार गरिन्छ । सो पकवान यौन इच्छामा रूचि नहुने महिलालाई औषधिको रूपमा दिइन्छ । किनकि जाइफलमा उत्तेजक पार्ने तत्व हुन्छ ।

ब्रेन टनिक : जाइफललाई रोमन र ग्रीक सभ्यतामा मस्तिष्कको टोनिकको रूपमा प्रयोग गरिन्थ्यो । अर्थात्, यसको सेवनले थकान र तनाव कम गर्न गरी मस्तिष्कलाई आराम दिन्छ । यसले एकाग्रता पनि बढाउँछ ।

दुखाइ निवारक : जाइफल दुखाइ कम गर्न प्रयोग गर्न सकिन्छ । प्राचीन चिनियाँ औषधिहरूमा जाइफलको प्रयोग शीर्ष स्थानमा रहेको पाइएको छ । आज पनि जाइफलको तेल जोर्नी दुखाइ, मांसपेशी दुखाइ र बाथरोगमा राहत पाउन उत्कृष्ट मानिन्छ ।

अपच : नेपालमा शताब्दीयौंदेखि अपचबाट छुटकारा पाउन जाइफलको प्रयोग हुँदै आएको छ । पखाला, कब्जियत र बान्ताको समस्या जाइफल खानु लाभदायक मानिन्छ । पेट फुल्ने समस्याबाट छुटकारा पाउन पनि जाइफलको प्रयोग गरिन्छ । यसले पेटको जुका मार्न एन्टिएलर्जीको रूपमा काम गर्छ ।

सासको दुर्गन्ध हटाउन: जाइफललाई धुलोको रूपमा प्रयोग गरेर सासको दुर्गन्ध हटाउन सकिन्छ । यसमा हुने एन्टिब्याक्टेरियल गुणले मुखमा हुने कीटाणुलाई नष्ट गर्छ ।

कलेजो र मिर्गौला सफा राख्न : धेरै प्रकारका विषाक्त पदार्थ खानाबाट शरीरमा प्रवेश गर्न सक्छन् । दूषित हावापानी, सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन र मद्यपानले पनि शरीरमा जटिल विषाक्त पदार्थ छोड्छ ।

जाइफलले यसबाट छुटकारा पाउन जाइफलले मद्दत गर्छ । शरीरबाट विषाक्त पदार्थ बाहिर निकाल्ने बित्तिकै यसले कलेजो र मिर्गौला स्वास्थ्यमा सुधार आउँछ ।

रूघाखोकी, दम तथा पिनास : यसमा एन्टिएलर्जी गुण हुने भएकाले खोकी, दम पिनासको समस्यामा राहत दिन्छ । साथै, यसलाई पानीमा मिसाएर खाँदा जमेको खकार तथा सिंगान निकाल्छ ।

अन्य फाइदा

जाइफल घोटेर दूधमा मिसाई पिउनाले निद्रा लाग्छ । तर बढी मिसाएमा हानिकार क हुनसक्छ । जीउ दुखेमा, हातगोडा गलेमा जाइफललाई पानी वा दूधमा पकाई पिउने गर्दा त्यो समस्या केही क्षणमै सुधार हुन्छ ।

कसरी प्रयोग गर्ने ? कति मात्रा खाने ?

जाइफल धुलो र तेलको रूपमा प्रयोग गरिन्छ । यसको धुलो पानी, दूध वा तर कारी र खीरमा मिसाउन सकिन्छ । तर यसलाई पिनेर धुलो बनाएर लामो समयसम्म राखियो भने यसको बास्नामा कमी आउँछ । जहाँसम्म मात्राको कुरा छ, दैनिक खाने हो भने २५० एमएलदेखि एक ग्रामसम्म मनतातो पानी वा दूधसँग मिसाएर खान सकिन्छ । जाइफलको दुई ग्राम धुलोमा दुई ग्राम मिश्री मिसाएर दैनिक खाएमा शरीरलाई हृष्टपुष्ट बनाउँछ ।

ध्यान दिनुपर्ने कुरा भनेको जाइफलभित्र एउटा पातलो पत्र हुन्छ, त्यससलाई झिक्नुपर्छ । त्यसले स्वास्थ्यलाई फाइदा गर्दैन । यसको तेलले दुखाइमा राहत दिन्छ । यसको छालामा हुने घाउ र खटिरा तथा डण्डीफोरमा प्रयोग हुन्छ । यो तेल १६ थोपा भन्दा बढी लगाउनु हुँदैन । स्वाद र स्वास्थ्यका लागि राम्रो हो भन्दैमा अत्यधिक खान भने हुँदैन । एक ग्रामभन्दा बढी खाएमा विषाक्त लक्षण देखिन्छ ।

तेजपात प्रयोग कसरी गर्ने ?

खानाको स्वाद र बास्ना बढाउन तेजपात अर्थात् तेजपत्ताको प्रयोग गर्ने चलन पुरानै हो । सामान्यतया चिया वा तरकारीमा स्वादको लागि मसलाको रूपमा उपयोग गरिने तेजपात स्वास्थ्यको दृष्टिले पनि निकै फाइदाजनक हुन्छ । सुगन्धित स्वाद हुने यसको पातमा आवश्यक पोषक तत्व र खनिज हुन्छ । तेजपातमा भिटामिन ए, भिटामिन सी, आइरन, पोटासियम, क्याल्सियम र म्यागनेसियम उच्च मात्रामा पाइन्छ । यसमा इन्जाइमहरू पनि हुन्छन्, जसले प्रोटिनलाई तोड्न र पाचन सुधार गर्न मद्दत गर्छन् ।

आयुर्वेदिक भाषामा यसलाई सिनामोम्मम् टमला भनिन्छ । नेपालमा रूखको पातलाई तेजपात र बोक्रालाई दालचिनी भन्ने गरिन्छ । दालचिनी भनेको फरक प्रजाति, सिनामम्मम् भेरम (पर्यायवाची सिनामम्मम् जेलेनिकम) हो । यो तराईदेखि मध्यपहाडी क्षेत्रमा पाइन्छ ।

के-केका लागि उपयोगी हुन्छ ?

आयुर्वेदमा तेजपातलाई स्वादको लागि मात्र नभई औषधिको रूपमा पनि प्रयोग गरिन्छ । यसलाई ज्वरो, रूघाखोकी, अपच, कब्जियत जस्ता समस्यामा औषधिको रूपमा प्रयोग गरिन्छ । छालासम्बन्धी रोग र कपालका लागि पनि यो उपयोगी हुन्छ । त्यस्तै घर मा झिंगा र साङ्ला हटाउन पनि प्रयोग हुन्छ ।

चियामा दैनिक तेजपात राखेर खाँदा मोटोपनको समस्याबाट बचाउनुका साथै रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता पनि बढाउँछ । आधुनिक अनुसन्धान अनुसार तेजपात मधुमेहमा पनि प्रभावकारी देखिएको छ । सन् २०१६ मा जर्नल अफ बायोकेमिकल न्यूट्रिसनमा प्रकाशित शोधमा टाइप २ मधुमेहबाट पीडित व्यक्तिले तेजपात खानु उपयोगी हुने उल्लेख गरिएको छ । यसबाट बिरामीको रगतमा ग्लुकोजको मात्रा सामान्य बनाउन मद्दत गर्छ । त्यस्तै यसमा एन्टिहाइपरलिपिडेमिक इफेक्ट पनि भनिन्छ । यसले शरीरमा खराब कोलेस्टेरोल र अनावश्यक तरल पदार्थलाई घटाएर गुड कोलेस्टेरोल सुधार गर्न पनि मद्दत गर्छ ।

तेजपात एन्टिइन्फ्लेमेटरी गुणले भरपुर हुन्छ । यसमा हुने भिटामिन सीले दाँत र गिजालाई स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ र दाँत दुखाइबाट पनि राहत दिन्छ । बाथरोगमा बिरामीलाई यसको तेल प्रयोग गर्न सकिन्छ, जसले जोर्नीको दुखाइ कम गर्छ । तेजपातमा भिटामिन ए र सीका साथै फोलिक एसिड पनि हुन्छ । यसले पेटसम्बन्धी समस्या मुक्त गर्न मद्दत गर्छ । कब्जियत र एसिडिटीको समस्यामा तेजपातले औषधिकै काम गर्छ ।

यसबाहेक हृदयरोगको जोखिम कम गर्न र माइग्रेनसँग लड्न तेजपातले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । यसले एसिडिटी, डन्डीफोर, निद्रा नलाग्ने समस्या हटाउनुका साथै क्यान्सर जस्तो रोगमा राहत पुर्‍याउँछ ।

कसले खान मिल्दैन ?

रगत पातलो गर्ने औषधि खाइरहेका व्यक्तिले तेजपात खानु हुँदैन । तेजपातको अत्याधिक प्रयोगले शरीर सुन्निने समस्या हुनसक्छ ।

कहिले खाने ?

तेजपातलाई बिहान र बेलुका खान सकिन्छ । मधुमेह, मोटोपन, कोलेस्टेरोलको लागि तेजपात बिहान खाली पेटमा चिया बनाएर वा पाउडर बनाएर एक चम्चा खानुपर्छ । त्यस्तै पेट फुल्ने, एसिडिटी तथा ग्यासको समस्या हुनेले खानापछि खानुपर्छ ।

कसरी प्रयोग गर्ने ?

खानासँगै पकाउँदा तेजपातको औषधीय गुण नष्ट हुन्छ । त्यसैले यसलाई खानेकुरा आधा पाकिसकेपछि वा पाक्न लागेपछि माथिबाट हाल्नुपर्छ । तर हामीकहाँ भने सुरूमा नै तेलमा हाल्ने चलन छ । स्वाद र बास्ना आउँछ तर त्यसमा भएको औषधीय गुण प्राप्त हुँदैन ।

नगरौं विवाहका कुरा:
भएको छैन बीस वर्ष पुरा
बालविवाह सामाजिक अपराध हो, बालविवाह नगरौं, नगराऔं ।

बालविवाह गर्नु वा गराउनु सामाजिक अपराध हो र यो दण्डनीय छ । बालविवाह गरे वा गराएको पाइएमा नजिकको प्रहरी/वडा कार्यालय, बालक्लव, बालसञ्जालमा खबर गरौं । बालविवाह रोकौं, बालबालिकाको सुनौलो भविश्य निर्माणमा आजै देखि सबै लागौं ।
"सानै छु बढ्न देउ, विवाह हैन पढ्न देउ"
थाहा नगरपालिका
सामाजिक विकास शाखा
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

थाहा नगरपालिकाको सूचना !

- आफ्नो घर भान्छाको फोहर सड्ने र नसड्ने (प्राङ्गारिक, अप्राङ्गारिक) गरि विभाजन गरौं । सड्ने फोहरलाई मल बनाऔं । नसड्ने फोहरलाई वर्गिकरण 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 वस्तु 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 पुर्‍याऔं । 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

'थाहानगरलाई प्रदेशले हेर्ने दृष्टिकोण विशेष छ'-मुख्यमन्त्री लामा

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको पर्यटकीय नगरी थाहा नगरपालिका संभावनायुक्त पालिका भएको बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री बहादुरसिंह लामाले बताएका छन्। कृषि तथा धार्मिक पर्यटनको क्षेत्रमा नगरको योजनावद्ध विकास गर्नुपर्ने मुख्यमन्त्री लामाको धारणा रहेको थियो ।

गोरख संवत् २८१८ को अवसरमा ११ मंसिरमा थाहानगरको३ नम्बर वडामा रहेको गोरखनाथ मन्दिर परिसरमा गोरखनाथ कल्याण केन्द्रले आयोजना गरेको माता पाथीभरा मुर्तिको अनावरण तथा शुभकामना आर्दान प्रदान कार्यक्रममा लामाले यस्तो बताएका हुन् । मुख्यमन्त्री लामाले गोरख संवत्को उपलक्ष्यमा सम्पुर्णलाई शुभकामना व्यक्त गरे । सो अवसरमा गोरखनाथ मन्दिरसम्म पुग्ने सडकको स्तरोन्नतिको लागि सहयोग गर्ने प्रतिवद्धता जनाए । उनले भने- 'स्थानीय तह डिपिआरसहित प्रदेश सरकार समक्ष आउनुस् प्रसिद्ध धार्मिक क्षेत्रमा पुग्ने सडक र पाथिभरा मन्दिर जाने बाटो निर्माणको लागि सहयोग गर्छु ।' मुख्य मन्त्री लामाले थाहा नगर पालिकालाई प्रदेशले हेर्ने दृष्टिकोण विशेष रहेको उल्लेख गर्दै धार्मिक तथा कृषि पर्यटकीय क्षेत्रको रूपमा विकास गर्न प्रदेश सरकार तत्पर रहेको धारणा राखे ।

थाहा नगरपालिकाका नगर उपप्रमुख भरत गोपालीले गोरखनाथ मन्दिरलाई थाहा नगरपालिकाको प्रमुख धार्मिक पर्यटकीय क्षेत्रको रूपमा विकास गर्न विभिन्न तरिकाले प्रचारप्रसार गरिरहेको बताए । उपप्रमुख गोपालीले मन्दिरसम्म पुग्ने सडक पूर्वाधारका लागि बजेट व्यवस्थापन गरिदिन मुख्यमन्त्री लामासंग अनुरोध गरे ।

गोरखनाथ कल्याण केन्द्रका अध्यक्ष फणीप्रसाद रेग्मीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा गोरखनाथ कल्याण केन्द्रका संरक्षक अनन्त प्रसाद खनाल, नेपाली काँग्रेस थाहानगर सभापति प्रमोदकृष्ण जोशी, वडा नम्बर ११ का वडा अध्यक्ष दिनेश बललगायतका आतिथ्यता रहेको थियो। कार्यक्रमको अवसरमा गोरखनाथ कल्याण केन्द्रद्वारा पालुङमा निर्मित वायु मण्डलिय शक्तिपिठको निर्माणमा

अतुलनीय योगदान दिएको भन्दै कल्याण केन्द्रले थाहानगरका युवा समाजसेवी तथा निर्माण व्यावसायी राजन ढकाल र शम्भु सिं कार्कीलाई सम्मान गरेको छ । सम्मानित द्वय ढकाल र कार्कीलाई प्रमुख अतिथी मुख्यमन्त्री लामाले दोसल्ला र सम्मानपत्र सहित सम्मानित गरेका हुन् ।

यसैबीच मुख्यमन्त्री लामाले ११ मंसिरमै नेपाली काँग्रेस थाहानगर समितिको पार्टी कार्यालय समेत उद्घाटन गरेका छन् । काँग्रेस नगर समितिको कार्यालय थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ३ थाना बजारमा रहेको छ ।

प्याब्सन थाहानगरको अध्यक्षमा पुनः प्रधान

◆ विकास संवाददाता

निजी तथा आवासीय विद्यालय अर्गानाइजेशन नेपाल (प्याब्सन) थाहानगर समितिको तेस्रो अधिवेशनले सुरेन्द्रमान प्रधानलाई पुनः अध्यक्ष पदमा सर्वसम्मत निर्वाचित गरेको छ ।

होटल फेमिलीमा १० मंसिरमा भएको अधिवेशनले प्रधानको अध्यक्षतामा ७ सदस्यीय कार्यसमिति चयन गरेको हो । समितिको उपाध्यक्षमा सजिनभक्त श्रेष्ठ, सचिव संगम कार्की र कोषाध्यक्षमा श्यामकृष्ण जोशी चयन भएका छन् । समितिको सदस्यहरूमा मनोज रायमाझी, सुदर्शन कार्की र सुशील ओस्ती चयन भए । समितिको सल्लाहकारद्वयमा रामकृष्ण बस्नेत र रामशरण थापा चयन भएका छन् । समितिको कार्य अवधी ३ वर्षको रहनेछ ।

अधिवेशनमा प्रमुख अतिथि प्याब्सन मकवानपुरका अध्यक्ष बिनोद सुवेदीले थाहा नगरमा प्याब्सनले सकारात्मक पारेको प्रभावको बताउँदै अबको कार्यकाल शिक्षक र संस्थापकहरूको क्षमता अभिवृद्धिमा ध्यान दिन सुझाव दिए ।

कार्यक्रममा प्याब्सन मकवानपुरका वरिष्ठ उपाध्यक्ष राजकुमार नहर्की, प्याब्सन थाहा नगरका पदाधिकारीहरूलगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

थाहानगरका दुई शिक्षक ढकाल र श्रेष्ठ सेवा निवृत्त

◆ विकास संवाददाता

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर २ स्थित मत्स्यनारायण माविका दुई शिक्षक सेवा निवृत्त भएका छन् । विद्यालयका प्राथमिक तहका शिक्षक विणुहरि ढकाल र कृष्णमान श्रेष्ठ सेवा निवृत्त भएका हुन् । दुवै शिक्षकलाई विद्यालयमा १४ मंसिरमा एक कायक्रमको आयोजना गरी विदाइ गरिएको छ ।

सेवा निवृत्त भएका शिक्षक ढकाल वि.सं. २०५१ सालदेखि र श्रेष्ठ २०६१ सालबाट शिक्षण पेशामा स्थायी नियुक्तिसहित सेवारत रहेको प्रधानाध्यापक श्याम तामाङले जानकारी दिए । शिक्षकद्वयलाई विद्यालय व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष युवाराज विष्टको विशेष उपस्थितीमा शैक्षिक योगदानको प्रशंसासहित विदाइ गरिएको हो ।

सो कार्यक्रममा विद्यालय व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरू, शिक्षकहरू तथा विद्यार्थीहरूको उल्लेख्य सहभागिता रहेको थियो ।

हेटौंडाको १९ बालमैत्री घोषणा

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा उपमहानगरपालिका १९ नम्बर वडालाइ निकृष्ट बालश्रम, बालविवाह मुक्त तथा बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा गरिएको छ । बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा समारोहमा प्रमुख अतिथि हेटौंडा उपमहानगरपालिकाकी नगर प्रमुख मिनाकुमारी लामाले बालमैत्री वडा घोषणा गरिन् ।

बालमैत्री वडा हुन थोरै सूचक यताउता भएता पनि बालमैत्री हुन पुग्ने सूचक वडाले पार गरेको वडाध्यक्ष नरनाथ सुबेदीले बताए । हेटौंडा १९ नम्बर वडा कार्यालय र बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा मुलसमारोह समितिको आयोजनामा हेटौंडा १९ पन्चशोलामा भएको कार्यक्रममा हेटौंडा उपमहानगर पालिकाका उपमेयर राजेश बानियाँ, उपमहानगरका प्रवक्ता तथा हेटौंडा १ का वडाध्यक्ष सबिन न्यौपाने, उपमहानगर भित्रका वडाध्यक्षहरू जुना दाहाल, सुशील घिमिरे, सुकराम के. सी., दामोदर गौतम, रामकृष्ण थापा, पेम्बा लामालागायत सरोकारवाला सरकारी, गैर सरकारी संघ संस्थाका प्रमुख तथा प्रतिनिधिहरूको उपस्थिति रहेको थियो । १९ नम्बर वडा साविकको बसामाडी गाबिस वडा १ ,२ , ४ , ६ र ७ मिलेर बनेको वडा हो ।

बसिफाँटका शिक्षक सिंहको स्वेच्छिक अवकाश

◆ विकास संवाददाता

भीमफेदी गाउँपालिकाको लेकाली बसिफाँट माविका शिक्षक सोनेलाल सिंहले स्वेच्छिक अवकाश लिएका छन् । लामो समयदेखि प्राथमिक तह शिक्षकको रूपमा कार्यरत सिंहको विद्यालयमा एक समारोहकाबीच विदाइ गरिएको छ ।

वि.सं. २०४८ साल चैत्र महिनामा शिक्षण सेवामा प्रवेश गरेका सिंहले ३२ वर्ष ८ महिना १ दिन अध्यापन गराएका छन् । उनलाई विदाइको अवसरमा शैक्षिक क्षेत्रमा पुर्‍याएको योगदानको मूल्याङ्कन गर्दै सम्मान समेत गरेको छ ।

प्रधानाध्यापक एलएल मण्डलसहितको उपस्थितमा भएको विदाइ तथा सम्मान

कार्यक्रममा विद्यालय व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरू, शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूको उल्लेख्य उपस्थिती रहेको थियो ।

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 पुन: 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 गर्न 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 पहुँच, गुणस्तरीय वस्तुको छनौट, मुल्य परिणाम, परिणाम शुद्धता र गुणस्तर स्वस्थ्यमा हानि पुर्‍याउने वस्तु तथा सेवाको बिक्री वितरणबाट सुरक्षा अनुचित व्यापारिक तथा व्यवसायजन्य क्रियाकलाप विरुद्ध उजुरी प्रयोग गरिएका वस्तुबाट भएको हानि नोक्सानी विरुद्ध क्षतिपूर्ती अधिकार प्राप्त अधिकारीबाट सुनुवाई र उपभोक्ता शिक्षा पाउने तपाईको अधिकार हो। आफ्नो कर्तव्य र अधिकारप्रति सचेत रहौं ।

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 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
9855068340/9802068340

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

थाहा नगरपालिकालाई पालुङ जेसिजकप फुटबलको उपाधि

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकाले पालुङ जेसिजकप फुटबलको उपाधि चुमेको छ। पालुङ जेसिजको सप्ताहव्यापी कार्यक्रम अन्तर्गत १५ मंसिरमा भएको संघसंस्थाबीचको फुटबल प्रतियोगितामा आयोजक पालुङ जेसिजलाई ४-१ को गोल अन्तरले पराजित गर्दै उपाधि चुमेको हो ।

थाहा नगरपालिकाको इन्द्रायणी चौर खेलमैदानमा भएको फाइनल खेलमा उपाधि चुमेसंगै थाहा नगरपालिकाले शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र पुरस्कार पाएको छ। विजयी खेलाडी तथा टिमलाई जेसिज सप्ताह समापन तथा पुरस्कार वितरण कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी मकवानपुर-२ का संघीय सांसद तथा नेपाल सरकारका प्रमुख सचेतक महेश कुमार बर्तौलाले पुरस्कार वितरण गरेका हुन् ।

विभिन्न चार टिमको सहभागीता रहेको मैत्रीपूर्ण टिमको सहभागिता र हेको प्रतियोगिताको संयोजक श्रीकृष्ण श्रेष्ठ रहेका थिए ।

थाहा नगरपालिकालाई नमुना बनाउन हातेमालो गरौं ।

- जन्म, मृत्यु, बिवाह, बसाईसराई र सम्बन्धविच्छेद जस्ता व्यक्तिगत घटनासमयमै दर्ता गरौं ।
- खानेपानिका मुहान, संरचनाहरु सफा र सुरक्षित राखौं, आगलागि तथा बाढीपहिरो जस्ता प्राकृतिक प्रकोपमा सावधानी अपनाऔं ।
- नगरपालिकाभित्र सञ्चालन हुने सबै प्रकारका व्यापार व्यवसाय नगरपालिकामा दर्ता गरेर मात्र सञ्चालन गरौं ।
- बालश्रम, बालबिवाह रोकौं, निर्णायकमा बालबालिका सहभागीता थपौं ।
- बालवालिकाको पालपोशण र शिक्षामा लगानि गरौं ।
- समयमै कर तिरौं सभ्य नागरिकको परिचय दिऔं ।
- हरेक बालवालिकाले शिक्षा पाउनु उनिहरको नैसर्गिक अधिकार हो, त्यसैले बिद्यालय भर्ना गर्न उमेर पुगेका आफ्ना नानिबाबुहरुलाई समयमै विद्यालय पठाऔं ।
- नगरपालिकालाई बालमैत्रि बनाउने अभियानमा सहभागी बनौं ।
- छोराछोरीमा भेदभाव नगरौं, सबै बालबालिकालाई विद्यालय पठाऔं ।
- घरेलु हिंसा विरुद्ध डटेर लडौं, सभ्य समाज निर्माणमा सहयोग गरौं ।
- नियमित रुपमा लगाउनुपर्ने खोपहरु स्वास्थ्यसस्थामा बच्चालाई लिई समयमै खोप लगाई बाल मृत्यूदर घटाऔं ।
- आ-आफ्नो घर वरिपरि आफै सफा सुग्घर गरौं । स्वच्छ र शान्त वातावरण कायम गरौं ।
- प्रत्येक घरधुरि, संघसस्था, सार्वजनिक स्थानहरुमा चर्पि निर्माण गरी चर्पीमा मात्र दिसापिसाव गरौं ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

पाथिभरा सहकारीको १८ औं साधारणसभाः

कारोबार ५ करोड नाघ्यो

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर २ फाँटबजारमा रहेको पाथिभरा बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाको कारोबार ६ करोड नाघेको छ। संस्थाका अध्यक्ष नवराज कार्कीले १४ मंसिरमा भएको १८ औं वार्षिक साधारणसभामा पेश गरेको वार्षिक प्रतिवेदनमा यस्तो कारोबारको अंक उल्लेख भएको हो । अध्यक्ष कार्कीले सस्थाको भावी योजना र कार्यक्रम प्रस्तुत गर्दै २९ जना सेयर सदस्यबाट वि.सं. २०६४ सालमा शुरू भएको सहकारीमा सदस्य संख्या १ हजार ८२५ जना पुगेको उल्लेख गरे ।

अध्यक्षका साथै सचिव भुपेन्द्र हमाल, कोषाध्यक्ष राधाकृष्ण बिष्टले सभामा पेश गरेको प्रतिवेदन पारित भएको छ। पालुङ जेसीजको सभाहलमा भएको साधारणसभा जिल्ला बचत सहकारी संघका कोषाध्यक्ष विष्णु माया लामाको प्रमुख आतिथ्यतामा भएको थियो। सभामा सुभकामना व्यक्त गर्दै प्रमुख अतिथी लामाले सहकारी नाफामुलक नभएर सेवा मुलक पनि हुनुपर्नेमा जोड दिइन् । 'केही गलत संचालकहरूले गर्दा सहकारीलाई हेर्ने दृष्टिकोण नकारात्मक भएको छ, यसलाई सुधारेर लैजानू चुनौतीपूर्ण छ'-प्रमुख अतिथी थिङ्ले भनिन्। पालुङ बहुउद्देश्यीय सहकारीका अध्यक्ष कृष्ण बहादुर विष्टले सहकारी देशको अर्थतन्त्रको तेस्रो खम्बा भएकोले सहकारी-सहकारी मिलेर देश विकासको लागि योगदान गर्नुपर्ने बताए। अध्यक्ष विष्टले सहकारी बीचको समन्वय र सहकार्यबाट थाहामा शीतभण्डार निर्माण गरेर संचालन गर्ने सुनाए ।

संस्थाका सचिव भुपेन्द्र हमालले स्वागत गरेको कार्यक्रममा थाहा नगरपालिका वडा नम्बर २ का कार्यवाहक अध्यक्ष युवराज बिष्ट, संस्थाका पूर्व अध्यक्ष गोकर्ण बरूवाल, पालुङ क्याम्पस प्रमुख राजन मिश्रलगायतले शुभकामना दिएका थिए । सभाको अवसरमा उत्कृष्ट कारोबार गर्ने सदस्यहरूलाई नगदसहित सम्मान गरिएको थियो । सम्मानित हुनेहरूमा दैनिक बचत तर्फ सर्मिला जिम्बा, बिजय तामाङ, ऋण कारोबार तर्फ सोल्टुका किरण थापा, अस्मिता बिष्ट थापा रहेका छन भने मोबाईल बैकिंङ तर्फ निरन्जन थापा सम्मानित भएका थिए। साधारण सभाको अवसरमा सभाकी प्रमुख अतिथी समेत रहेकी जिल्ला सहकारी संघका कोषाध्यक्ष लामाले वित्तीय साक्षरता सम्बन्धि सहजीकरण समेत गरेकी थिइन् ।

संस्थाका अध्यक्ष नवराज कार्कीको सभाध्यक्षताम भएको कार्यक्रममा थाहा नगरपालिका ३ नम्बर वडाका कार्यवाहक अध्यक्ष कृष्ण कुमार कार्की, पाथिभरा बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाका पूर्व अध्यक्षहरू जीवन बस्नेत, अर्जुन कार्की, लाली गुराँस महिला बहुउद्देश्यीय सहकारीकी अध्यक्ष रिता प्रधान, चेतनशिल महिला बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाकी अध्यक्ष शकुन्तला गोपाली, सहयोगी बचतका व्यवस्थापक मोहनमान श्रेष्ठ, संस्थाका व्यवस्थापक जनक तामाङ लगाएतका विभिन्न सहकारीका प्रतिनिधि, पत्रकार तथा सेयर सदस्यहरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

पालुङ जेसीज सप्ताहः विपन्नलाई न्यानो कपडा वितरण

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहानगरमा क्रियाशील पालुङ जेसीजको सप्ताहव्यापी कार्यक्रम अन्तर्गत ११ मंसिरमा न्यानो कपडा वितरण गरिएको छ । पालुङ जेसीजका अध्यक्ष निरज र ायमाझीले दिएको जानकारी अनुसार नगरको वडा नम्बर ३ का बिपन्न हरी बहादुर गोपाली, श्रीजना बस्तिका विपन्न दलित राजकुमार सुनार, थाहा ४ शिखरकोटकी विपन्न महिला चिनीमाया नेपाली, थाहा ४ धारापानीकी सुन्तली बिक र थाहा २ पालुङका बैकुण्ठ श्रेष्ठलाई न्यानो कपडा वितरण गरिएको हो ।

पालुङ जेसीजका निवर्तमान अध्यक्ष संगम कार्कीको हजुर बुबा हजुरआमा कृष्ण-ताराको सम्झनामा न्यानो कपडा वितरण गरिएको कार्यक्रम संयोजक अजय कार्कीले जानकारी दिए। कार्यकारिणी उपाध्यक्ष एवम् जेसीज सप्ताह मूल कार्यक्रम संयोजक मानसिं दोङ, उपाध्यक्ष एवम् सह-मूल कार्यक्रम संयोजक नारायण कार्की, उपाध्यक्ष स्मिता बिष्टलगायत बोर्डका पदाधिकारी र सदस्यहरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

ऋषेश्वर प्रावि दामनमा भरत-रत्न छात्रवृत्ति वितरण

◆ विकास संवाददाता

थाहानगरमा क्रियाशील सामाजिक संस्था पालुङ जेसिज वर्ष २०२४ को सप्ताहव्यापी कार्यक्रम अन्तरगतको पाँचौं दिन थाहा नगरपालिका ४ स्थित ऋषेश्वर प्रावि दामनमा भरत-रत्न छात्रवृत्ति वितरण गरिएको छ । १३ मंसिरमा ऋषेश्वर प्रावि दामनमा अध्ययनरत कक्षा १ देखि ५ सम्म अध्ययनरता ५ जना विद्यार्थीलाई भरत-रत्न छात्रबृत्ति वितरण गरिएको पालुङ जेसिजको वर्ष २०२४ का महासचिव विक्रम गोपालीले बताए ।

छात्रबृत्ति पालुङ जेसीजका पूर्व अध्यक्ष भरत गोपाली र उहाँको श्रीमति रत्न गोपालीले प्रायोजन गरेका थिए । पालुङ जेसीज बर्ष २०२४ का अध्यक्ष निरज रायमाझीको अध्यक्षतामा सञ्चालन भएको छात्रवृत्ति वितरण कार्यक्रममा थाहा नगरपालिका उपप्रमुख एवम् पालुङ जेसीजका पूर्व अध्यक्ष भरत गोपालीको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो ।

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 ।

मकवानपुरका १० वटै पालिकामा खोरेत रोगविरूद्ध खोप अभियान

◆ विकास संवाददाता

पशुमा लाग्ने खोरेत रोग अन्त्यका लागि मकवानपुरमा खोरेत रोगविरूद्ध खोप अभियान थालिएको छ । मकवानपुरको हेटौंडा उपमहानगर पालिका र मनहरी गाउँपालिकामा खोरेत रोगविरूद्ध पशुमा खोप लगाउन थालिएको पशुसेवा कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ । १० पालिकामा रहेको मकवानपुरमा करिव एकलाख पशु (गाईं र भैंसी) लाई खोप लगाउने लक्ष्य राखिएको पशुसेवा कार्यालय मकवानपुरका पशुचिकित्सक डा.विजय पौडेलले जानकारी दिए ।

पहिलो चरणमा मकवानपुरको हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नं. ९, १२ र १५ मा चारहजार र मनहरी गाउँपालिका वडा नं. ६ र ७ मा दुईहजार डोज खोप लगाउन सुरू गरिएको उनले जानकारी दिए । पशुसेवा कार्यालय मकवानपुरले मङ्सिर पहिला साताबाट सुरू गरेको खोप अभियान पशुको ओसारपसार बढी हुने र रोग फैलने हेटौंडाको रातमाटे र मनहरीको लोथर क्षेत्रलाई बढी प्राथमिकता दिएर सञ्चालन गरिएको हो । बढी जोखिमयुक्त ठाउँमा छ/छ महिना र अन्य ठाउँमा वर्षमा एक डोज खोप लगाइने गरिएको छ ।

एक पकेट खोरेत रोगमुक्त अभियानअर्न्तगत प्रदेश सरकारबाट प्राप्त भएको छ हजार डोज खोप वितरण गरिएको र संघीय सरकारबाट गत बर्षहरूमा झैं यसवर्ष पनि करिव ९६ हजार बढी खोप प्राप्त हुने र यहाँको सबै स्थानीयतहमा खोरेत रोगविरूद्धको खोप अभियान सञ्चालन गरिने पशुसेवा कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ । गत आवमा हेटौंडाको १५ र १६ नं. वडाबाट खोरेत रोगको प्रकोप सुरू भएको थियो । जिल्लामा गत आवमा करिव ५५ हजार डोज खोरेतविरूद्धको खोप लगाइएको थियो ।

त्यस्तै चालु आवका लागि पशुसेवा विभागबाट पिपिआर खोप तीन लाख दुईहजार, बंगुर (क्लासिकल स्वाईन फिवर) ८ हजार र गाई भैंसीको लागि भ्यागुतेका लागि दश हजार डोज खोप प्राप्त भएको पशुसेवा कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ । खोरेत रोग लागेका पशुलाई ज्वरो, मुख तथा थुन वरिपरि फोका, खुरको कापमा घाउ, खान रूचि खट्नु, खान नसक्नु, झोत्राउनु, झुसिलो देखिनु, मुखबाट र्‍याल काढ्नु लगायत लक्षण देखापर्ने गरेका छन् ।

खासगरी खोरेत रोग सीधा सम्पर्क, हावामा फैलिएका जनावरको श्वासप्रश्वास, दुध, वीर्य, दानामा प्रयोग भएको सङ्क्रमित एनिमल प्रोटिनका स्रोतबाट फैलिने गरेको पशु प्राविधिकहरूको भनाइ छ । पशुमा बिषाणुको कारणले लाग्ने महामारी खोरेत नेपालमा अहिलेसम्म सात प्रजातिको भेटिएका छन् ।

पालुङ जेसिजद्वारा.....

'प्लेटफार्म'भएकोले सामाजिक सशक्तीकरणको माध्यमका रूपमा अघि बढाउनुपर्ने धारणा राखे । युवाहरूको साझा संस्था जेसिजका लागि आफू जहिल्यै सहयोग र सहकार्य गर्न तत्पर रहेको सांसद बर्तौलाको भनाइ थियो ।

कार्यक्रममा जेसिज सप्ताहका मूल कार्यक्रम संयोजक मानसिंह दोङले स्वागत गर्दै सप्ताहव्यापी कार्यक्रमको प्रगति विवरण कार्यक्रममा सुनाएका थिए । कार्यक्रममा नेपाल जेसिजका उपाध्यक्ष राजाराम गौतम, पूर्व जेसिज अध्यक्षहरू मध्येबाट सुरेन्द्रमान प्रधान, राजनीतिकदलहरूको तर्फबाट नकपा (माओवादी केन्द्र) थाहानगर सचिव लक्ष्मण विष्ट, पालुङ जेसिजका संस्थापक अध्यक्ष पुरूषोत्तम ढकाल, मकवानपुरगढी जेसिजका अध्यक्ष विजय पुडासैनी, हेटौंडा जेसिजका अध्यक्ष विकेशलाल श्रेष्ठलगायतले शुभकामना व्यक्त गरेका थिए ।

सो अवसरमा सप्ताहव्यापी कार्यक्रमका सहभागी तथा विजयीहरूलाई प्रमुख अतिथी बर्तौला र अन्य अतिथीहरूले स.युक्त रूपमा पुरस्कार वितरण गरेका थिए । पालुङ जेसिज वर्ष २०२४ का अध्यक्ष निरज रायमाझीको अध्यक्षतामा भएको समारोहमा थाहानगरमा रहेर विभिन्न क्षेत्रमा योगदान दिएका व्यक्तिहरूलाई सम्मान गरिएको थियो । सम्मानित हुनेहरूमा स्वास्थ्यतर्फ थाहा(३ की मधुमाया तामाङ, थाहा(१ की सुनमाया गोपाली छन् । तामाङ वि.सं. २०५२ र गोपाली वि.सं. २०४६ सालदेखि निरन्तर सामुदायिक महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाको रूपमा सेवारत छन् । त्यसैगरी कृषितर्फ थाहा-३ गोपालीगाउँका विकेश गोपाली र थाहा-६ का तेज बहादुर उप्रेती सम्मानित भएका छन भने शिक्षातर्फ थाहा-१ का कृष्णमान श्रेष्ठ छन् । श्रेष्ठ वि.सं. २०६२ सालदेखि निरन्तर २०८१ साल मंसिर १४ गतेसम्म सेवामा थिए । उनी पालुङ जेसिज वर्ष २००७ को अध्यक्ष समेत हुन् । त्यसैगरी पर्यटनतर्फ थाहा-४ दामन स्थित गौरी शंकर होटलका सञ्चालक शिव कुमार खत्री र थाहा-९ चित्लाङ स्थित नेपालकै पहिलो बाख्राको चिज उत्पादक अशोक सिं ठकुरी सम्मानित भएका छन् ।

त्यस्तै खेलकुदतर्फ दक्षिण एसियन खुल्ला अन्तराष्ट्रिय कराँते प्रतियोगितामा स्वर्ण पदक विजेता सुस्मिता दोङ, आशा तामाङ र प्रमिला थोकरलाई समेत समारोहमा सम्मान गरिएको छ । कार्यक्रममा पालुङ जेसिजका पूर्व अध्यक्षहरू, सिमरा जेसिजका अध्यक्ष लक्की रिमाल, पालुङ बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्थाका अध्यक्ष कृष्ण बहादुर विष्ट, पालुङ प्राथमिक स्वासथ्य केन्द्रका डाक्टर पवन कार्की, च्वाइस नेपालका कुल प्रसाद तिवारी, थाहा स्काउट संयोजक गणेशमान श्रेष्ठ, फरकसोच संयोजक यादवजंग रायमाझी, पालुङ क्याम्पस प्रमुख राजन मिश्र, थाहा नगर पालिका वडा नम्बर ७ का वडाध्यक्ष शिवराज थिङ, पालिकाका विभिन्न शाखाप्रमुखहरू तथा स्थानीय संघस.स्था र राजनीतिक दलका प्रतिनीधिहरूको उपस्थिती रहेको थियो ।

पालुङ जेसिज सप्ताहको समापन तथा सम्मान समारोह कार्यक्रम शाखा सम्पादक अञ्जय प्रधानको संयोजकत्वमा भएको कार्यक्रम पालुङ जेसिज वर्ष २०२४ का महासचिव विक्रम गोपालीले सञ्चालन गरेका थिए ।

आगो, हिटर वा गिजर प्रयोगमा होसियारी अपनाऔं !

- आगो वा हिटर नजिकबाट नतापौं,
- कागज, कपडा जस्ता छिटो जल्ने खालका सामग्री आगो वा हिटरको नजिकै नराखौं,
- कोठामा आगो वा हिटर बाल्दा हावा ओहोरदोहोर हुने व्यवस्था मिलाऔं,
- हिटरलाई समय समयमा बन्द गर्ने गरौं,
- आगो वा हिटर बन्द गरेरमात्र सुतौ,
- आगो, हिटर र बिजुलीको काम सकिने बित्तिकै बन्द गरौं,
- गिजरलाई बाथरुम बाहिर खुला ठाउँमा जडान गरौं,
- बाथरुममा गिजरको प्रयोग गर्दा भेन्टिलेसन खुला राखौं,
- गिजर खोलेर लामो समयसम्म बाथरुममा नबसौं,

जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी
नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

● दिगो विकास मल्टिमिडिया (प्रा.) लि.द्वारा प्रकाशित ● मुद्रण : संगम आर्टस्, हेटौंडा-२ ● कार्यालय : थाहा-४, मकवानपुर ● इमेल: bikaskhabar@gmail.com ● सम्पादक : कुमार नेगी