ग्याङ्स्टार कैलाशलाई उपाधि । पृष्ठ ५ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-८
मिडिया चोक, मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७२२५०७२
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

● मकवानपुर, वर्ष-१३, ● अंक-२८ ● २०७७ माघ १२ गते सोमबार, ● 25 Jan. 2021, ● नेपाल सम्वत्-११४१, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

सम्पदा सूचीको मन्दिरबाट दुर्लभ पाँच मूर्ति चोरी

विकास संवाददाता
थाहा नगर

मकवानपुरको थाहा नगरपालिका-९ चित्लाङस्थित ३ गजुर भएको शिवालयको मन्दिरबाट चार र ढुङ्गेधाराबाट एउटा गरी पाँच मूर्ति चोरी भएका छन् । तीन गजुर भएको शिवालय चित्लाङ प्रहरी चौकी नजिकेको मन्दिर हो । गत २८ पुस राति पाँचवटै मूर्ति चोरी भएका हुन् । स्थानीय भक्तजनले २९ पुस बिहान नित्य पूजा गर्न जाँदा मूर्ति नदेखेपछि मूर्ति चोरी भएको थाहा भएको हो ।

'सदा झै हामी बिहान पूजा गर्न जाँदा मूर्ति चोरी भइसकेको रहेछ, हामी शिव लिङ्गको दर्शन गरेर फर्कियौं', मन्दिर नजिकै घर भएका विक्रम लामाले भने । चोरी भएका मूर्तिमा दुर्गा, भैरव, कुमार र नारायणको छन् । नजिकै सरावत पौवामा रहेको ढुङ्गेधाराबाट हराएको मूर्ति भने गणेशको रहेको लामाले जानकारी दिए । तीन गजुर भएको शिवालय मन्दिर विश्वमै दुर्लभ मानिन्छ। पहिले सुनकै गजुर रहेको भए पनि चोरी भएपछि पुरातत्व विभागले पुनःनिमार्ण गरेको थियो । यो मन्दिर पुरातत्व विभागको सम्पदा सूचीमा रहेको छ । स्थानीयवासीले किराँतकालमै तीन गजुर भएको शिवालय निर्माण गरेको बताउँछन् ।

गणेशको मूर्ति चोरी भएको सरावत पौवाको ढुङ्गेधारा पनि ऐतिहासिक महत्वको छ। मध्यकालमा काठमाडौंस्थित पशुपति दर्शन गर्न जाने भक्तजनलाई शिवरात्रीमा सर्वत खुवाउने ठाउँ भएकाले ढुङ्गेधारा रहेको पौवाको नाम सरावत पौवा हुन गएको स्थानीय वुद्धिजिवी शान्तलाल नेवाः ले जानकारी दिए । तीर्थयात्री सरावत पौवामा आराम गरेर ढुङ्गेधाराको पानी खाएर हिँड्ने गर्दथे । पहिले तीन गजुर भएको शिवालयको गणेशको मूर्ति लगेर ढुङ्गेधारामा प्रतिस्थापना गरिएको स्थानीयवासीको भनाइ छ ।

भिमफेदी-कुलेखानी सडक दुई महिना बन्द

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडाबाट काठमाडौं प्रवेश गर्ने वैकल्पिक छोटो मार्ग २ महिना बन्द हुने भएको छ । हेटौंडा–भीमफेदी–कुलेखानी, फाखेल, सिस्नेरी–दक्षिणकाली फर्पिङ सडकको भीमफेदी–कुलेखानी सडक खण्डमा ढलान र कालोपत्रे गर्न लागेकाले माघ १० गतेदेखि चैत १० गतेसम्म सवारी साधन सञ्चालनमा रोग लगाएको हो ।

उक्त सडकको खण्डको भीमफेदीदेखि देउरालीसम्मको विभिन्न भागमा ढलान र देउरालीदेखि कुलेखानीसम्म कालोपत्रे गर्न लागेकाले २ महिना सवारीसाधन आवतजावत गर्न रोक लगाएको बागमती प्रदेश यातायात पूर्वाधार निर्देशनालयका निम्ति निर्देशक डा. सहदेव भण्डारीले बताए । 'साँघुरो र घुमाउरो उक्त सडक खण्डमा ढलान र कालोपत्रे गर्न सवारीसाधन बन्दै गर्नुपर्ने भएकाले आवतजावत गर्न रोक लगाएका हौं ।', उनले भने । बागमती प्रदेश यातायात पूर्वाधार निर्देशनालयले भीमफेदी–कुलेखानी सडक खण्डको स्तरोन्नति गरिरहेको छ । उक्त सडक खण्ड अत्यन्त जोखिमयुक्त भएकाले नालासहितको फराकिलो बनाउने कार्य प्रदेश सरकारले गर्दै आएको छ । उक्त छोटो मार्ग भएर हेटौंडा–काठमाडौं दैनिक ८ सय भन्दाबढी हलुका सवारीसाधनहरू आवतजावत गर्ने गरेका छन् ।

वैकल्पिक मार्ग भएर आवतजावत गर्ने सवारी साधनहरूलाई त्रिभुवन राजपथ वा चितवन–मुग्लिन नौबिसे सडक प्रयोग गर्न प्रहरीले अनुरोध गरेको छ । कान्तिलोकपथ ललितपुरतर्फ अत्यन्त जोखिमयुक्त भएकाले प्रयोग नगर्नसमेत प्रहरीले आग्रह गरेको छ । कान्तिलोकपथमा सवारीसाधन सञ्चालन गर्न सवारी साधनहरूलाई परमिट पनि दिएको छैन ।

यसैबीच कोरोना माहामारी नियन्त्रणसंगै थाहानगर तथा इन्द्रसरोवर मा घुम्न पुग्ने पर्यटकहरूले पनि छोटो मार्ग प्रयोग गर्न नपाएपछि पर्यटक घट्ने अँाकलन गरेका छन् । पर्यटकीय आवागमनलाई समेत ध्यान दिएर निर्धारित समय भन्दा अगावै सडक निर्माण सक्न पर्यटन व्यवशायीहरूले अनुरोध गरेका छन् ।

विद्यार्थी परिवारलाई न्यानो सामाग्री वितरण

◆ विकास संवाददाता

मिस नेपाल अर्थ ट्वान्टी- ट्वान्टी सुप्रिया श्रेष्ठले थाहा नगरपालिका वडा नम्बर २ का २ विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीलाई न्यानो सामाग्री वितरण गरिन् ।

श्रष्ठले आफ्नो सामाजिक अभियान अन्तर्गत जाडो मौसमका लागि आवश्यक सामाग्री सहयोग गरेको प्रतिक्रिया दिइन् । उनले थाहा-२ भाङखोरिया स्थित मंगलेश्वर प्राथामिक विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीलाई टोपी मोजा र सेनिटाइजर सहयोग हस्तान्तरण गरिन् भने अंगारे स्थित सरस्वति आधारभुत विद्यालका विद्यार्थीलाई टोपी, मोजा वितरण गर्दै खाजा समेत खुवाइन् ।

त्यसै गरि विद्यालयमा अध्ययनरत भाङखोरिया र ठोस्नेखालाका ४३ परिवारलाई एक/एकथान ब्ल्याङकेट र म्याट्रिक्स वितरण गरेकी थिइन् ।

व्यक्तिगत घटना दर्ता सम्बन्धी जरुरी सूचना !

जन्म दर्ता बालबालिकाको नैसर्गिक अधिकार हो । जन्मेको ३५ दिन भित्रै आफ्नो स्थानीय तहमा गई दर्ता गरौं । जन्म र मृत्यु दर्ताको सूचना परिवारको मुख्य व्यक्तिले र निजको अनुपस्थितिमा परिवारको उमेर पुगेको व्यक्तिले सूचना दिन सक्छन् । जन्म, मृत्यु, बसाई सराई, विवाह एवं सम्बन्ध विच्छेदका घटना दर्ता गर्नु नागरिकको कर्तव्य हो । बसाई सराई गर्दा व्यक्ति आफू मात्र बसाई सरी गए व्यक्तिले र परिवार नै बसाई सरी गए परिवारको मुख्य व्यक्तिले दर्ता गर्नु पर्छ ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणीचौर, मकवानपुर

नेपाल सरकारको सूचना !

सामाजिक सुरक्षा कोषमा आवद्धता

सुरक्षित जीवनको सुनिश्चितता ।

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

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

• सम्पादकीय •

विकासमा निराशाजनक वित्तिय प्रगती

विकास सधैं निरन्तरताको सवाल हो । यो एकपछि अर्को भैरहनू पर्दछ । नागरिक अर्थात जनता पनि यहि चाहान्छन् । दुई तिहाइको स्थिर सरकारले शासन गरेको समयमा सबैले एकै स्वरमा प्रतीक्षा गरेको विषय हो तीव्रतर विकास। मंसिरदेखि यो सरकार चौथो वर्षमा प्रवेश गरेको छ । तर यो समयमा विकास निर्माणका खास काम केही देखिएको छैन । यद्यपि यसबीचमा विगतमा कहिल्यै नभएका काम भए भनी प्रधानमन्त्रीले दाबी गरिरहेका छन् । प्रतिनिधिसभा भङ्ग गरेर मध्यावधि निर्वाचनको मिति घोषणापछिका समयमा उनेले दैनिकजसो गरेका भाषणमा आफ्नै पार्टीभित्र काम गर्न दिएन भन्दै त्यसबीचमा पनि विगतका कुनै सरकारले गर्नै नसकेका काम गरेको भनी बताउँदै आएका छन्। तर उनले नै अध्यक्षता गरेका निकायका अनुभव समेत यसका विपरीत छन् । हालै सम्पन्न राष्ट्रिय विकास समस्या समाधान समितिको ४८औँ बैठकले यो चालू वर्षमा पनि विकास बजेट खर्च गर्न नसकिएको नै देखायो। त्यसमा यस्तो खर्च बढाउनेतर्फ अलिकति पनि सक्रियता बढेको पाइएन । प्रधानमन्त्री नै अध्यक्ष रहेको योजना आयोगको राष्ट्रिय विकास समस्या समाधान समितिको यही माघ २ गते सम्पन्न बैठकले बितेका समयको अवस्थाले भावी योजनाहरू समेत अलपत्र पर्ने तथा विकास बजेट नै खर्च नहुने निचोड निकालेको छ । यो भनेको चालू आर्थिक वर्षको पूरै आधा समय सकिएको अवस्था हो । विकास खर्च बढाउने भनी हरेक वर्ष निर्णयहरू हुन्छ र दृढता पनि व्यक्त गरिन्छ ।

योजना आयोगको ४५औँ बैठकले बजेट खर्चका लागि दर्जनजति निर्णय गरेको थियो तर ती निर्णय कार्यान्वयनमा आएनन् । त्यसको पछिल्लो वर्ष अर्थात् ४६औँ बैठकले पनि अरु आठवटा निर्णय गर्‍यो । ४७औँ बैठकले गरेका आठवटा निर्णयमध्ये पाँचवटा पूर्ण र तीनवटा आंशिक कार्यान्वयन भए । यसले विकास खर्चका लागि निर्णय गरिरहने तर त्यसलाई कार्यान्वयनमा नल्याउने प्रवृत्ति स्थायी भएको देखाउँछ । यसरी प्रधानमन्त्रीकै अध्यक्षतामा बसेका बैठकबाट भएका निर्णयहरूको अवस्था नै यस्तो छ भने अरुको अवस्था अनुमान मात्र गर्न सकिन्छ ।

विकास खर्चको यो हविगत त्यस्तो बेला दोहोरिरहेको छ, जनुबेला देशमा संघीय शासन र तीन तहको स्वतन्त्र सरकारको अवधारणाले काम गरिरहेको छरु। २०७२ सालमा नेपालको संघीय गणतान्त्रिक संविधानले यस्तो व्यवस्था गरेको थियो र २०७४ सालमा स्थानीय, प्रदेश र संघीय तीनै तहका सरकारका लागि निर्वाचन सम्पन्न भएको थियो । तीन तहका सरकार निर्माण भएर काम गरेको चौथो वर्ष प्रवेश भएको छ । के विकास निर्माणतर्फका काममा तीव्रता ल्याउन सबै असफल नै भएका हुन त ? विकासको कामले किन तीव्रता पाएन ? आयोग भन्छ, तीन तहका योजनाबीच समन्वय गर्ने संयन्त्रको अभाव रहेको हुँदा संघ, प्रदेश र स्थानीय तहका योजनाबीच समन्वय र सहकार्य गर्ने एक संयन्त्रको निर्माण हुनुपर्ने भयो । त्यसो हो भने, संयन्त्रकै खोजीमा बित्ने भए अबका वर्षहरू पनि । यो अवस्था भनेको शाकसकीयरूपमा नै विकासका रकमको उचित रूपले खर्च हुने वातावरण बनाउनेभन्दा केवल निर्णयका लागि निर्णय गर्ने काम भइरहेका छन् । यस्तो शैलीबाट देशको विकास कहिले होला ? त्यसैले नागरिकसंग नजिक हुने र रहने स्थानीय सरकार तहबाटै यो अवस्थाको विश्लेषण गरी योजनावद्ध रुपमा अघि बढ्नु 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	८:००	बजे हेटौडा (बस)
विहान	८:१५	बजे सिमभन्ज्याङ हुँदै काडमाण्डौ (फोर्स)
विहान	९: ००	बजे काठमाण्डौ (मिनीबस)
विहान	९:००	बजे हेटौंडा जम्बो हाइस
विहान	९:४५	बजे काठमाण्डौ फोर्स
विहान	१०:१५	बजे मार्खु, पालुङ हुँदै हेटौंडा (मिनीबर्स)
विहान	१०:१५	बजे काठमाण्डौ(फोर्स)
विहान	१०:३०	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	११:१५	बजे काठमाण्डौ (मिनिबस)
विहान	१२:३०	बजे हेटौंडा (बर्स)
मध्यान्ह	१२:३०	बजे काठमाण्डौ (बस)
मध्यान्ह	१:३०	बजे हेटौंडा (मिनीबस)
दिउँसो	१:३०	बजे पालुङ गोगने पकने (मिनीबस)
दिउँसो	१:३०	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो	२:३०	बजे काठमाण्डौ (फोर्स)
दिउँसो	३:००	बजे पालुङबाट मार्खु (बस)
दिउँसो	३:३०	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

कृषि उपजको लागि बजार

विश्वनाथ खरेल

कृषि क्षेत्र नेपाली अर्थतन्त्रको आधारशीलाको रूपमा रहेको छ। मुलुकको करिब ६६ प्रतिशत जनता अझै पनि कृषिमा नै आश्रित छन्। यसको योगदान अझैं पनि देशको कुल गार्हस्थ्य उत्पादनमा ३३ प्रतिशत रहेको छ । मूलतः कृषि क्षेत्रको विकास नै दिगो आर्थिक विकास र बहुसंख्यक नेपालीहरूको आय तथा रोजगारीको आधारस्तम्भ भएकाले उपलब्ध स्रोत र साधनको आधारमा विगतका आवधिक योजनाहरूदेखि नै यस क्षेत्रलाई उच्च प्राथमिकता दिंदै आइएको छ । तसर्थ नगदेवालीको उत्पादन र उपभोगमा उल्लेखनीय वृद्धि भएको छ ।

सामान्य अर्थमा बजार भन्नाले त्यस्तो ठाउँ हो जहाँ वस्तु वा सेवाहरूको खरिद तथा बिक्री हुने गर्दछरू। बजारको परिभाषाले त्यस्तो स्थान भन्ने जनाउँदछ जहाँ क्रेता र बिक्रेताले एक अर्कालाई भेटेर वस्तु वा सेवाको खरिदबिक्री गर्दछन् र स्वामित्वको हस्तान्तरण गर्दछन् । बजारले वस्तु तथा सेवाको विनिमय गर्ने, बस्तु तथा सेवा संग्रह गर्ने, उपभोक्ताका लागि थरिथरिका बस्तु सजिलै उपलब्ध गराउने, खाद्य पदार्थको गुणस्तरमा सुधार गर्ने र उत्पादनपछि हुने क्षतिमा न्यूनीकरण गर्नेजस्ता कार्यहरू गर्दछ । व्यावसायिक कृषि उत्पादन वृद्धि गर्न कृषि बजारको अहम् भूमिका रहेको हुन्छ ।

कृषि बजार सञ्चालनका लागि कृषि बजारसित सम्बन्धित बजारका पूर्वाधारहरूको निर्माण हुनु पनि त्यत्तिकै आवश्यक हुन्छ। हाम्रोजस्तो देशमा विभिन्न पञ्चवर्षीय योजनाकालमा कृषि क्षेत्रको उत्पादनमा मात्रै विशेष जोड दिइयो भने यसको बजार विकासको क्षेत्रलाई गौण रूपमा हेरियो जस्को कारण आज विभिन्न फलफूल तथा तरकारी पकेट क्षेत्रहरू जस्तैः मुस्ताङ, जुम्ला, डोल्पा आदि ठाउँका स्याउ उत्पादक कृषकहरू बजार पूर्वाधार को कमीले गर्दा आफूले लगाएका फलफूलका बिरूवाहरू नष्ट गर्न समेत पुगेका छन् ।

त्यसरी नै खाद्य तथा कृषि संगठनको परिभाषाअनुसार बजार सूचना प्रायशः सरकारी क्षेत्रबाट सञ्चालित सेवा होरू। जसमा नियमितरूपमा मूल्यसम्बन्धी जानकारी र केही हदसम्म उल्लेखरूपमा ग्रामिण संकलन केन्द्र, थोक बजार तथा खुद्रा बजारहरूबाट कारोबार भएका वस्तुहरूको परिमाण नियमितरूपमा संकलन गर्ने तथा यी सूचनाहरूलाई विभिन्न सञ्चार माध्यमहरूद्वारा कृषक, व्यापारी, सरकारी निकायहरू, नीति निर्माताहरू र अन्य क्षेत्रहरूलाई समयमै नियमितरूपमा पठाउने कार्यहरू समावेश हुन्छन् ।

कृषि बजार प्रणालीमा समयानुकूल परिवर्तन गर्नका लागि उपयुक्त विषय र समस्याहरूलाई उचित प्रकारले सम्बोधन र समाधान गरिनु पर्दछ। बजार प्रणालीमा गरिने यस प्रकारको सुधारले उपभोक्ताको हितका साथै उचित मूल्यमा वस्तुको निमित आपूर्तिलाई समेत सुनिश्चित गर्दछ । यसबाट व्यावसायिक कृषि उत्पादनमा संलग्न किसानहरूले आफ्नै उत्पादनको उचित मूल्य पाउनुका साथै बजारको सुनिश्चितताले गर्दा उत्पादन वृद्धिमा समेत निरन्तरता रहेन गर्दछ । यसर्थ कृषि बजार सेवाले व्यवस्थित बजार क्रियाकलापहरू एवं सेवाहरूलाई जनाउँदछ ।

बजार सेवाभित्र कुनै वस्तु वा उपजको उत्पादन स्थलदेखि उपभोक्तासम्म पुग्ने क्रियाकलापका साथै बजारको लागि आवश्यक सूचना उपलब्ध गराउने कार्यहरू समेत पर्दछन् । यसैगरी व्यावसायिक कृषि उत्पादनका साथसाथै कृषि उपज बजार पूर्वाधार निर्माणसम्बन्धी माग पनि दिनप्रतिदिन बढ्ने क्रममा रहेको छ। तर बजार पूर्वाधारका लागि नेपाल सरकारबाट स्वीकृत मापदण्ड बिनाका बजारहरू अव्यवस्थितरूपले सञ्चालन भएका पाइन्छन् । यस्ता बजारहरू दीर्घकालसम्म सञ्चालनमा समेत आउन सकेका छैनन् ।

व्यवस्थितरूपमा सञ्चालन भएका कृषि बजारहरूले किसान तथा उपभोक्ताहरूलाई दीर्घकालसम्म सेवा पुर्‍याएको पाइन्छ, र यस्ता बजारहरूले आ–आफ्नो ठाउँमा निरन्तरता समेत पाएको पाइन्छ । व्यवस्थित बजारमा उत्पादन योजना, बाली लिनु, केलाउनु वा सफा गर्नु, किसान थलोबाट ढुवानी गर्ने वा भण्डारण गर्ने, उपज ग्रेडिङ गर्ने, प्याकेजिङ साधनको खोजी, प्राप्ति र प्याकिङ, ओसारपसार र ढुवानी, भण्डारण, प्रशोधन तथा क्रेतासँग सम्पर्क, बजारको खोजी, बिक्रीवितरण, उत्पादनस्थल र बजारबीच दोहोरो पार दर्शी बजार सूचना आदान प्रदान गर्ने आदि कार्यहरू गर्दछ ।

> *समग्रमा कृषि क्षेत्रको विकासका लागि अनुसन्धान, प्रसार, खाद्य प्रविधि र गुणस्तर नियन्त्रण, गुणस्तरीय उत्पादन समग्री आपूर्ति तथा ग्रामीण पूर्वाधार निर्माण र संवर्द्धन सँगसँगै बजार विकास तथा व्यवसाय प्रवर्द्धन कार्यको समन्वयात्मक परिचालन हुन अत्यन्त जरूरी छ ।*

समग्रमा भन्नुपर्दा कृषि क्षेत्रको विकासका लागि अनुसन्धान, प्रसार, खाद्य प्रविधि र गुणस्तर नियन्त्रण, गुणस्तरीय उत्पादन समग्री आपूर्ति तथा ग्रामीण पूर्वाधार निर्माण र संवर्द्धन सँगसँगै बजार विकास तथा व्यवसाय प्रवर्द्धन कार्यको समन्वयात्मक परिचालन हुन अत्यन्त जरूरी छ । विश्व बजारमा सन् १९६५ पछि अमेरिकालगायत युरोपियन देशहरूमा खडेरी, बाढी, पहिरो, भू–क्षय, मौसम परिवर्तन आदि कारणहरूले गर्दा खाद्यान्नको उत्पादनमा कमी आई मूल्य वृद्धि हुने कुरा सम्बन्धित क्षेत्रका विज्ञहरूले औंल्याएका थिए ।

हाम्रो देशमा पनि विभिन्न किसिमका प्राकृतिक घटनाहरू धेरै भएका छन्रू। जसले गर्दा धेरै नै धनजनको नोक्सान व्यहोर्नु परेको छरू। जसले गर्दा खाद्यान्नहरूदेखि लिएर विभिन्न भौतिक सम्पतिहरूको नष्ट भएको छरू। त्यसै कारणले गर्दा हाम्रो देशमा पनि नेपाल राष्ट्र बैंकको सर्भेक्षणअनुसार यसवर्ष चार प्रतिशतभन्दा बढीले मूल्य वृद्धि भएको आँकडा प्रस्तुत गरेको छ ।

यस वर्ष पनि समयमा मल तथा बीउबिजन उपलब्ध नहुनु र कृषकहरूले धान रोप्ने बेलामा वर्षा भएको कारणले गर्दा धान र मकैजस्ता प्रमुख खाद्यान्न बालीहरूको उत्पादनमा केही प्रतिशतले हुने कुरा सम्बन्धित क्षेत्रका अधिकारीहरूले बताएका छन्। यसर्थ कुनै पनि देशका किसानहरूले बजार सूचनाका आधारमा नै आफ्नो उपजको बढी मूल्य पाउन सक्दछन्रू। यस्ता बजार सूचनाहरू कृषि प्रसार कार्यकर्ता, गैरसरकारी संस्था, योजना अधिकृतलगायतका व्यक्तिहरूले किसानहरूलाई उपलब्ध गराई सधाउ पुर्‍याउन सक्दछन्। यस्ता सूचना पाएर कृषकहरूले थोक बजारमा लगेर बिक्री गर्दा उचित फाइदा लिन सकिन्छ भन्ने विषयमा सोच्न सक्दछन् ।

किसानहरूको व्यापारीसँग मोलमोलाई गर्ने क्षमता यस्ता बजार सूचनामा भर पर्दछ । विशेषतः थोक बजार, हाटबजार, संकलन केन्द्रमा धेरै व्यापारीहरू जम्मा भएभने मोलमोलाई धेरै गर्न सकिने संभावना रहन्छ। स्थानीय संकलन केन्द्र वा हाटबजारमा किनिएका कृषि उपजहरूको मूल्य उपभोक्तासँग धेरे तह पार गरेर आउनुपर्दा बढी हुने गर्दछ। यसमा किसानहरूले आफूले पाउने मूल्य र उपभोक्ताले तिर्ने मूल्यबीच जे-जति फरक छ त्यसबारे पनि जानकारी लिएर उचित निर्णय लिन सक्दछन्रू। बजार सूचना दिने बजार प्रसार कार्यकर्तारसंस्थारव्यक्तिले किसानहरूलाई कुरा बुझाउन सक्नु पर्दछ। उदाहरणको लागि अनुमान गर्ने हो भने यदि टाढाको बजारमा कुनै वस्तुको मूल्य १५ रूपैयाँ छ र स्थानीय संकलन केन्द्रमा सोही वस्तुको किसानले १० पाउँछ भने त्यसबीचको मूल्य अन्तरलाई केलाएर ठीक/बेठीक छुट्याउनु पर्दछ ।

यसर्थ कृषि बजार योजना तयार गरी उत्पादन गरेमा निश्चय पनि आफ्नो उत्पादनबाट चाहेजस्तो फाइदा लिन सकिन्छ। आज विकसित देशहरूले कम लगानी तथा कम श्रम गरेर कृषि क्षेत्रबाट अधिकभन्दा अधिक फाइदा लिएको हामी पाउँछौं । जबकि हाम्रोजस्तो अविकसित मुलुकहरूले बढी लगानी र बढी श्रम खर्च गरेर पनि नगन्यरूपमा नाफा लिएको हुन्छ। यो कृषि बजार योजनाको अभावले गर्दा नै हो भन्नुमा अतियुक्ति नहोला ।

चिसो महिनामा पनि किन प्रयाप्त पानी पिउने ?

चिसो सुरू हुनासाथै हाम्रो खानपानको मात्रा बढ्छ तर, पानी पिउने मात्रा भने घट्दै जान्छ । हाम्रो शरीरको बनावटमा ५५ देखि ७५ प्रतिशत जल हुन्छ । शरीरले आफ्नो गतिविधि सञ्चालनमा धेरै पानी खर्च गर्छ ।

जस्तो कि, दिनरात सासफेर्दा करिव सवा गिलास पानी खर्च हुन्छ । पसिना र मुत्रको रूपमा शरीरको विषाक्त पदार्थलाई बाहिर निकाल्नमा पनि पानीको महत्वपूर्ण मात्रा खर्च हुन्छ ।

त्यसैले बारम्बार पानी पियरमात्रै हामी उपयोगमा आइसकेको जलको क्षतिपूर्ती गर्न सक्छौं । शरीरमा पानीको मात्रा भएर जाडोमा मानिसहरूलाई कब्जियतको समस्या, ग्यॉस वा अन्य समस्याहरूले सताउन पनि सक्छ । त्यसैले यस्ता समस्याबाट बच्न खानपानमा ध्यान दिनुपर्छ ।

मानव शरीर जति कम बोसोयुक्त हुन्छ मांसपेसीमा जलधारण गर्ने क्षमता त्यति नै धेरै हुन्छ । यसैले मोटा मानिसहरूको तुलनामा पातला मानिसहरूको शरीरमा धेरै जल पाइन्छ । शरीरमा १० प्रतिशत तरल पदार्थ कम भएमा कुनै पनि मौसममा डिहाइड्रेसनको खतरा बढ्छ । त्यसैले शरीरलाई स्वस्थ, उर्जामय राख्न तथा किड्नी जस्ता अंगको कार्यसम्पादन ठिक गर्नको बारम्बार पानी पिउन जरूरी छ ।

शुद्ध खानेपानीको कमीको कारण हामीलाई विभिन्न रोग लाग्न सक्छ । जाडोयाममा प्यास कम लाग्ने कारण हामी कम पानी पिउँछौं । शरीरमा पानीको कमी स्वास्थ्यको लागि खतर नाक हुन्छ । त्यसैले हामीले जाडो याममा पनि कम्तीमा २-३ लिटर पानी वा तरल पदार्थ जस्तै कागती पानी, नरिवल पानी, ग्रिन टी लस्सी आदि पिउनुपर्छ ।

हाम्रो शरीरको प्रणाली यति सजिलो छ कि जब शरीरलाई पानीको आवश्यकता हुन्छ उसले प्यास लागेको जानकारी दिन्छ । फेरि पनि कोही मानिसहरू कामको व्यस्ततामा पानी पिउन भुल्छन् ।

केहीलाई पानी पिउन मन लाग्दैन । दिनभरमा कति पानी भन्ने कुरा हाम्रो शारीरिक संरचना, काम गर्ने तौर तरिका तथा वातावरणमा निर्भर रहन्छ । अमेरिकन इन्स्टिच्युट अफ मेडिसिनले शरीरको लागि पानीको पर्याप्त ग्राह्यतामाथि एक अध्ययन गरेको छ । पुरूषले एक दिनमा ३ लिटर र महिलाहरूले दिनमा २.२ लिटर पानी पिउनुपर्ने अध्ययनले सुझाएको छ । जाडोमा हामीलाई पानी पिउन मन लाग्दैन । हुन त जाडोमा चिया, कफी वा अन्य झोल तरल पदार्थबाट शरीरलाई केही पानी त मिल्छ तर त्यसले पानीको क्षतिपूर्ती गर्न सक्दैनन् ।

कम क्यालोरी भएका तरल पदार्थले मात्रै शरीरलाई धेरै राम्रोसँग चुस्तदुरूस्त राख्छ । जाडोमा चिसो पानी पिउनको सट्टा चिया कफी वा सुपको सेवनले पानीको क्षतिपूर्ती हुन्छ भन्ने सोच्छौं तर, त्यसले मात्रै पुग्दैन । हामीले पर्याप्त पानी पिउनै पर्ने हुन्छ ।

पानी कहिले पिउने कहिले नपिउने भन्ने विषयलाई लिएर मानिसहरूमा विभिन्न किसिमका भ्रम व्यप्त छन् । कसैले भोजनभन्दा आधा घन्टा पहिले वा आधा घन्टा पछि सम्म पानी नपिउनु पाचनप्रणालीको लागि श्रेष्ठ बताउँछन् भने केही मानिसहरू भोजन गर्दैगर्दा बीचबीचमा पानी पिउनु राम्रो हुने बताउँछन् ।

अमेरिकन केमिकल सोसाइटीले यस सम्बन्धमा एक अध्ययन गरेको थियो । अध्ययन अनुसार खाना खानुभन्दा पहिले पानी पिउनाले ३ महिनामा करिब सवा २ किलो तौल कम हुने परिणाम देखियो ।

भोजनको बीचमा पिइएको पानी भोजन पाचनमा धेरै लाभदायी हुन्छ । त्यस्तै फलफूलको सेवन गर्दा पानी पिउनु राम्रो होइन किनभने पेटमा रहेका एसिड फलको ब्याक्टेरियासँग लड्छ यस्तोमा पानीले एसिडको उर्जा र तागत घटाइदिन्छ ।

भोजनभन्दा पहिले ग्रहण गरिएको पानी भोजनमा ७५ देखि ९० प्रतिशत क्यालोरी कम ग्रहण गर्नमा मद्धतकारी साबित अध्ययनबाट देखियो । खाना खाएपछि सानो आन्द्रामा भोजन पुग्छ । त्यहाँ भोजनमा रहेको भिटामिन मिनरल, कार्बोहाइड्रेट प्रोटी आदि अलग अलग गर्ने प्रक्रिया आरम्भ हुन्छ । यो प्रक्रियामा पानीले प्रोपर लुब्रिकेन्टको काम गर्छ ।

अध्ययनअनुसार भोजनको बीचमा पिइएको पानी भोजन पाचनमा धेरै लाभदायी हुन्छ । त्यस्तै फलफूलको सेवन गर्दा पानी पिउनु राम्रो होइन किनभने पेटमा रहेका एसिड फलको ब्याक्टेरियासँग लड्छ यस्तोमा पानीले एसिडको उर्जा र तागत घटाइदिन्छ ।

पर्याप्त पानीको सेवनले शरीर थकान र तनावरहित हुन्छ । मानिसलाई तरोताजा राख्नुको साथसाथै यसले छालाको चमकमा पनि ठूलो भूमिका निभाउँछ । पानी प्राकृतिक पोषक र क्लिन्जर हो । यसले रूखो र डन्डीफोरयुक्त अनुहारलाई चम्किलो र बेदाग बनाउँछ ।

जाडो यामममा सताउने रोगहरु

जाडो यामममा अनेकन स्वास्थ्य समस्याले सताउने गर्छ । जस्तो कि, रूघाखोकी, जोर्नीको दुखाई, दम । यतिबेला हृदयरोगको जोखिम समेत बढ्छ । त्यसैगरी जाडो यामले कतिपयलाई डिप्रेसनको अवस्थामा पुऱ्याउन सक्छ । त्यसैले जाडो याममा हुने शारीरिक समस्याबारे थाहा हुन र त्यस सम्बन्धि आवश्यक सर्तकता अपनाउन जरूरी छ ।

हृदयघात

हामी मध्ये धेरैलाई यो कुरा थाहा नहुन सक्छ कि जाडो मौसम हृदयघात हुने प्रमुख मौसम हो । जब तापक्रम घट्दै जान्छ रगत बग्ने धमनीहरूले संकुचित हुँदै जान्छन् । यसले मुटुलाई रगत पम्प गर्न गाह्रो हुन्छ ।

विशेषज्ञका अनुसार ३० वर्षभन्दा धेरै उमेरका मानिसहरूले चिसो मौसममा आफूलाई आवश्यकता भन्दा धेरै थकाउनु हुँदैन । चिसो बिहानमा घुम्नुको सट्टा थोरै घाम लागेको स्थानमा जानुहोस् ।

दमको आक्रमण

यदि तपाईं दमको रोगी हुनुहुन्छ भने तपाईंलाई जाडो समयमा दम धेरै बढ्छ भन्ने थाहा हुन सक्छ । यस्तोमा चिसो र सुख्खा हावाले वायुमार्गलाई कस्न थाल्छ र श्वासप्रश्वासलाई अझै खराब बनाउँछ ।

त्यसैले जाडोमा आफ्नो जीवनशैलीमा केही परिवर्तन गर्नु निश्चित रूपले सहायक हुन सक्छ । आफ्नो घरलाई धुम्रपान मुक्त राख्नुहोस् किनभने यसले दमको रोगीलाई धेरै गाह्रो बनाउँछ । साथै सातामा कम्तीमा पनि एकपटक आफ्नो ओछ्यान धुनुहोस् ।

छाला चिलाउने

चिसो समयमा मानिसहरूले सामना गर्ने सबैभन्दा आम समस्याहरूमा एक छाला चिलाउने पनि हो । चिसोमा कम आर्द्रताको कारण छाला चिलाउन थाल्छ ।

छाला चिलाउनबाट रोक्नको लागि तपाईंले छालामा बदाम, नरिवल वा जैतुनको तेलले मालिस गर्न सक्नुहुन्छ । त्यस्तै चिल्लो स्ट्रिट फूड खानबाट बँच्नुहोस् । छाला चिलाउने समस्याबाट मुक्त हुने सख्खरको चिया पनि पिउन सक्नुहुन्छ ।

जोर्नी दुख्ने

शीतकालिन मौसममा जोर्नीको दुखाईबाट धेरै मानिसहरू पिडित हुन्छन् । जोर्नीको दुखाईबाट राहत पाउनको लागि सबैभन्दा पहिले आफू र खुट्टालाई पनि न्यानो राख्नुपर्छ ।

त्यसैले एक जोर न्यानो कपडा लगाउनाको सट्टा दुई तीन जोर पातलो कपडा तीन जोर लगाउनुहोस् । चिसोको समयमा जोर्नीको दुखाई र मांसपेसीको दुखाईबाट बँच्नको लागि व्यायाम गर्नुपर्छ । जोर्नीको दुखाईबाट छुटकारा पाउने अर्को उपाय एकछिन भनेपनि घाम ताप्ने हो ।

साइनसाइटिस

टाउको दुख्ने, नाक बग्ने, रूघाखोकी आदि चिसोमा हुने आम समस्या हुन् । साइनससाइटिसको समस्या त्यतिखेर हुन्छ जब घर बन्द हुन्छ र कुनै उचित भेन्टिलेसन हुँदैन ।

यो मौसममा साइनसाइटिसबाट टाढा रहनको लागि तपाईंले पर्याप्त मात्रामा आराम गर्नुपर्छ । त्यस्तै स्वस्थ भोजन गर्नुहोस्, चिसोबाट बँच्नुहोस् र धेरै तरलपदार्थ खानुहोस् । यसैगरी धुलोबाट पनि टाढै रहनुहोस् ।

पेट दुख्छ ? यि हुन् गम्भीर रोगका लक्षण

हामी कतिपय समयमा स्वास्थ्यसँग जोडिएका साना समस्यालाई सामान्य ठानी बेवास्ता गर्छौं । आम मानिसले पेट दुख्ने, सुन्निने, बारम्बार पिसाब लाग्ने आदि लक्षणहरू वास्ता गरिरहेका हुँदैनन् । यस्तो सामान्य लाग्ने लक्षण ठुला रोगका संकेत पनि हुन सक्छन् । यहाँ खतरा हुन सक्ने यस्ता केही लक्षणलाई प्रस्तुत गरिएको छ :

पेटमा ऐंठान

खाना खाने बित्तिकै पेट बटारिए जस्तो हुनु क्रोहन रोगको लक्षण हो । यो पाचन प्रणालीमा हुने जलनका कारण हुने गर्छ । बिरामी व्यक्ति सक्रिय हुँदा यस्तो समस्या झन बढेर जान्छ । यसले गर्दा पखाला चल्ने, जोनी दुख्ने तथा वजन घट्ने जस्ता समस्या आउँछन् ।

दिसामा रगत आउनु

पाइल्सका कारण पनि दिसामा रगत आउने गर्छ । यदि तपाईंको दिसामा रगत देखा परे यसको बिलकुलै नजरअन्दाज नगर्नुहोस् । तुरून्त चिकित्सकको सल्लाह लिनुपर्छ । पाइल्सका अलवा पेटको क्यान्सर पनि हुन सक्छ । त्यसैले यसलाई कदापि नजरअन्दाज गर्नु हुँदैन ।

बारम्बार पखाला चल्नु

तपाईंलाई केही दिनसम्म लगातार पखाला चलेको छ भने यो पेटको संक्रमणका कारण हुन सक्छ । यसबाट तपाईंलाई इरिटिएबल बोवेल सिन्ड्रोम हुन पनि सक्छ । यो संक्रमण थाइराइड गडबडी तथा 'फुड पोइजन' का कारण हुन सक्छ ।

पेट सुन्निनु

केही खानेबित्तिकै पेट फुल्ने वा सुन्नि भयो भने यो खतराको संकेत हुन सक्छ । यसको बेवास्ता गर्नु हुँदैन । पेटभित्र भएका कोषिकाको वृद्धि, संक्रमण वा हर्निया जस्ता कारणले खाएका खानेकुरा पच्दैन । यसले गर्दा पेट सुन्निने, पेट फुल्ने, ग्यास भरिने आदि हुन्छ । यस्ता समस्या भएमा तुरून्त चिकित्सकसँग परामर्श लिनुपर्छ ।

बान्तामा रगत देखिनु

बान्तामा रगत देखिनु गम्भीर रोगको लक्षण हुन सक्छ । त्यसैले यस्तो भएमा सावधान हुनुपर्छ । यस्तो हुनुको कारण आँत वा पेटमा भएको घाउ हो ।

समावेशी आयोगले प्रदेश प्रमुखलाई प्रतिवेदन बुझायो

◆ विकास संवाददाता

राष्ट्रिय समावेशी आयोगले विभिन्न सिफारिसहरू समेटिएको वार्षिक प्रतिवेदन बागमती प्रदेश प्रमुखलाई बुझाइएको छ । राष्ट्रिय समावेशी आयोगको कार्यवाहक अध्यक्ष विष्णुमाया ओझाले आयोगद्वारा तयार पारीएको प्रतिवेदन ९ माघ शुक्रबार बागमती प्रदेश प्रमुख विष्णुप्रसाद प्रसाईंलाई बुझाइन् । वार्षिक प्रतिवेदन ग्रहण गर्दै प्रदेश प्रमुख प्रसाईंले आयोगको बोर्ड पूर्ण नहुँदा पनि मेहनतका साथ प्रतिवेदन तयार पारेर बुझाएकोमा खुसी व्यक्त गरे ।

अन्य आयोगहरूले पनि यसैगरी खोज तथा अनुसन्धानको कार्य गर्नुपर्ने तर यस्तो नपाइएको प्रदेश प्रमुख प्रसाईले बताउनुभयो । आर्थिक वर्ष २०७६/०७७ र ०७७/०७८ को प्रतिवेदन प्रदेश प्रमुखलाई बुझाइएको कार्यवाहक अध्यक्ष ओझाले बताइन् । दुई वटा प्रतिवेदनमा गरी झण्डै ६० वटा सिफारिसहरू रहेको ओझाले जानकारी दिइन् ।

समावेशिता भित्र पर्ने ११ वटा समूहको समृद्धिमा सरकारले गर्नुपर्ने कामको लागि आयोगले गरेको सिफरिसहरू समेटिएको बताइएको छ ।

प्रदेश प्रमुख कार्यालयका सचिब नारायणप्रसाद भट्टसमेतको उपस्थितिमा आयोगले वार्षिक प्रतिवेदन बुझाएको छ । आयोगले यसअघि प्रदेश १ को प्रदेश प्रमुखलाई समेत वार्षिक प्रतिवेदन बुझाइसकेको ओझाले जानकारी दिइन् । अन्य प्रदेश प्रमुखहरूलाई पनि २ महिनाभित्र वार्षिक प्रतिवेदन बुझाउने तयारी रहेको ओझाले बताइन् ।

लक्षित वर्गको जीवन अवस्था साह्रै कष्टकर रहेको र सरकारले यि क्षेत्रमा धेरै काम गर्न बाँकी रहेको उनले बताइन् । आयोगले औपचारिक अनौपचारिक क्षेत्रका श्रमिकहरू, उखु किसान, ज्येष्ठ नागरिकलगायतको समावेशि न्यायको लागि काम गर्न आवश्यक सिफारिस गरेको र ति बिषयमा सरकारले छिट्टै सम्बोधन हुनुपर्ने उनको भनाइ थियो ।

अविश्वास प्रस्ताव सदनमा पेस, अर्को बैठक माघ १९ गते

◆ विकास संवाददाता

बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेलविरूद्ध प्रदेश सभामा दर्ता भएको अविश्वासको प्रस्ताव सदनमा पेस भएको छ ।

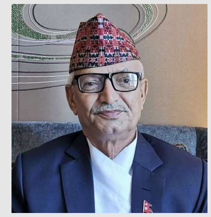
९ माघमा बसेको प्रदेश सभाको बैठकमा सभामुख सानुकुमार श्रेष्ठले सांसद अरूण नेपाललाई मुख्यमन्त्री पौडेलविरूद्धकोअविश्वासको प्रस्ताव सदनमा पेस गर्न अनुमति दिएका थिए । अब प्रदेश सभाको आउँदो १९ माघ २ बजे बस्ने बैठकमा अविस्वास प्रस्तावमाथि छलफल हुनेछ । प्रदेश सभाका सभामुख श्रेष्ठले अर्को बैठकमा छलफल गर्ने गरि बैठक सकिएको जानकारी गराए ।

गएको पुस १० गते सत्तारूढ नेकपाका प्रचण्ड–नेपाल समूहका ४५ जना सांसदहको हस्ताक्षरसहित अविश्वासको प्रस्ताव प्रदेश सभामा दर्ता भएको थियो । प्रदेश सभामा एक सय १० जना सदस्य रहेकामा ५६ जनाले बहुमत पुग्छ । प्रदेश सभामा कांग्रेसका २२, विवेकशील साझाका तीन जना, राप्रपाका दुई जना, नेपाल मजदुर किसान पार्टीका दुई जना र स्वतन्त्र सांसद एक जना छन् ।

अविश्वासको प्रस्ताव प्रदेशसभामा पेस गर्दै पूर्व उद्योग, वन, वातावरण तथा पर्यटनमन्त्रीसमेत रहेका नेपालले मुख्यमन्त्री पौडेलले तीन वर्षको अवधिमा प्रदेशलाई स्थापित गर्नबाट चुकेको, कोरोना महामारीमा प्रदेश सरकारको भूमिका कमजोर रहेको र प्रदेशप्रति जनताको विश्वास कमजोर बन्दै गएको कारण अविश्वासको प्रस्ताव दर्ता गरिएको जानकारी गराएका थिए ।

सदनमा मुख्यमन्त्री पौडेललाई नेकपाको संसदीय दलको नेताबाट पदमुक्त गरिएको र नयाँ मुख्यमन्त्रीको रूपमा अष्टलक्ष्मी शाक्यलाई प्रस्ताव गरिएको समेत बताएका थिए ।

'प्रस्ताव फेल हुन्छ'–मुख्यमन्त्री



बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेल विरूद्धको अविस्वासको प्रस्तावलाई नेकपा केपी ओली पक्षका सांसदले फेल गरिदिने तयारी गरेका छन् । नेकपाकै माधव नेपाल र प्रचण्ड समुहका ४५ जना सांसदले मुख्यमन्त्री पौडेलका विरूद्धमा अविश्वासको प्रस्ताब प्रदेशसभामा दर्ता गराएका थिए ।

९ माघको प्रदेशसभा बैठकमा औपचारिक रूपमा अविस्वासको प्रस्ताब टेबल गर्ने कार्यसूची थियो । तर, ओली पक्षका प्रदेशसभा सदस्यहरूले अविश्वासको प्रस्ताब फेल गरिदिने तयारी पनि थालेका हुन् । बहुमत सदस्य आफ्नो पक्षमा भएको बताउँदै मुख्यमन्त्री पौडेलले भन्नुभयो–'प्रदेशसभामा अविश्वासको प्रस्ताव टेबुल मात्र हुन्छ । पास हुन दिदैनौं । किनकी हामीसंग बहुमत सदस्य रहेका छन् । अविस्वासको प्रस्ताव पास हुनै नदिने हाम्रो तयारी छ ।'

प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीनिकट मुख्यमन्त्री पौडेलविरूद्ध नेकपाकै दाहाल–नेपाल समूहका ४५ जना प्रदेशसभा सदस्यले हस्ताक्षरसहित पुस १० गते प्रदेशसभामा अविश्वास प्रस्ताव दर्ता गरेका थिए । अधिवेशनको पहिलो दिन दलका नेताहरूले बोल्ने क्रम सकिएसँगै सभामुख श्रेष्ठले बैठक अनिश्चितकालका लागि स्थगन गरेका थिए । कार्यव्यवस्था परामर्श समितिको बैठकमा दलका प्रतिनिधिहरूको निरन्तर दबाबपछि सभामुख श्रेष्ठले ९ माघ दिउँसो १ बजेका लागि बैठक आह्वान गरेका थिए ।

अविश्वासको प्रस्तावका प्रस्तावक शालिकराम जमकट्टेलले मुख्यमन्त्रीविरूद्ध अविश्वासको प्रस्ताव दर्ता भएको अवस्थामा उनकै मन्त्री रामेश्वर फुयाँललाई कार्यव्यवस्था परामर्श समितिमा राखेर छलफल गरेको भन्दै सभामुखको आलोचना गरेका थिए । मुख्यमन्त्री पौडेल निकट सांसद दीपक निरौलाले अविश्वासको प्रस्ताव फेस गर्न तयार रहेको प्रतिक्रिया दिए ।

मकवानपुरगढीको तीनवटा वडा बालमैत्रीका लागि तयार हुँदै

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको मकवानपुरगढी गाउँपालिकाका तीन वटा वडालाई बालमैत्री वडा घोषणाका लागि आवश्यक तयारी तिब्र पारिएको छ । गाउँपालिकाको ३, ५ र ६ नम्बर वडालाई बालमैत्री वडा घोषणाका लागि वडास्तरीय बालमैत्री स्थानीय शासन समिति गठन तथा छलफल गरिएको छ ।

वडा अध्यक्षको अध्यक्षता तथा वडा कार्यालयका सचिव सदस्य सचिव रहेको समिती गठन गरी बालमैत्री घोषणाका लागि आवश्यक योजना निर्माण तथा कार्यान्वयनको काम अघि बढाइएको हो । मकवानपुरगढीको वडा नम्बर ३ मा अध्यक्ष भागवत घिमीरेको अध्यक्षतामा गठित बालमैत्री स्थानीय शासन समितिका सदस्य सचिवमा वडा कार्यालयका सचिव सोनु खड्का रहेका छन् ।

समिति सदस्यमा कार्यपालिका सदस्य मन्जु योन्जन, वडा सदस्य सरिता सापकोटा, बाल संरक्षण समितिका देवी दुइटेल, टोल विकास संस्थाका तर्फबाट प्रेमप्रसाद दहाल, लक्ष्मी फुयाल, विद्यालयका तर्फबाट विष्णुबहादुर खड्का, बालक्लवका तर्फबाट अप्सरा लम्साल, सुशान्त दहाल, प्रहरीबाट जंगबहादुर मोक्तान रहेका छन् ।

'उपाध्यक्षको निर्वाचन अघि नबढाउनू'

◆ विकास संवाददाता

उच्च अदालतले मनहरी गाउँपालिका, मकवानपुरको उपाध्यक्षको निर्वाचन प्रक्रिया अगाडि नबढाउन आन्तरिम आदेश दिएको छ ।

उच्च अदालत पाटनको हेटौंडा इजलासका न्यायाधीश राजकुमार वन र मेरिना श्रेष्ठको इजलासले उपाध्यक्षले मनिला विष्टले दिएको राजीनामा पत्रमा मिति नभएको र राजीनामा लागू हुने मिति समेत उल्लेख नभएकाले मुद्दाको अन्तिम टुंगो नलागेसम्म पदपूर्ति प्रक्रिया अगाडि नबढाउन आन्तरिम आदेश दिएको हो ।

गाउँपालिकाका अध्यक्षसँग असन्तुष्ट उपाध्यक्षले मंसिर अन्तिममै राजीनामा दिएको चर्चा चलेको थियो । तर पुस पहिलो साता बसेको गाउँ कार्यपालिका बैठकले त्यसको खण्डन गर्दै राजीनामा

नदिएको प्रष्ट पार्‍यो ।

तर सत्तारूढ नेकपा विभाजन भएको केही समयपछि पुस १७ गते एकाएक उनको राजीनामा स्वीकृत भएको निर्णय सार्वजनिक भएको थियो । उपाध्यक्ष विष्टले भने आफूले राजीनामा नै नदिएको दाबी गर्दै आएकी छन् ।

चन्द्रागिरीको आइपीओ बाँडियो

◆ विकास संवाददाता

चन्द्रागिरि हिल्स लिमिटेडको साधारण सेय(आईपीओ) बाँडफाँट भएको छ । कम्पनीको सेयर बिक्री तथा निष्काशनको जिम्मा पाएको ग्लोबल आइएमई क्यापिटलले ९ माघ विहान आईपीओ बाँडफाँट गरेको हो ।

आवेदन दिएका मध्ये १ लाख ३९ हजार ६०२ जनाले १० कित्ताका दरले सेयर हात पारेका छन् । त्यसबमा पनि भाग्यमानी २ जनाले भने ११र११ कित्ता सेयर हात पारेको क्यापिटलले जनाएको छ । १० कित्ताका दरले बाँडफाँट गरेपछि उभ्रिएको २ कित्ता गोलाप्रथाबाट २ जनालाई दिइएको हो ।

कम्पनीले पुस २४ गतेदेखि सर्वसाधारणको आईपीओ बिक्री खुला गरेको थियो ।

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

पालुङको ढुङ्गेधारा जीर्णोद्धार हुँदै

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहा नगरपालिका पालुङमा जीर्ण अवस्थामा रहेको मध्यकालीन ढुङ्गेधाराको जीर्णोद्धार हुने भएको छ । ऐतिहासिक महत्व बोकेको ढुङ्गेधारा जीर्ण भएपछि संरक्षणको लागि स्थानीयवासीले निरन्तर पहल गर्दै आएकोमा वाग्मती प्रदेश सरकारको सहयोगमा जीर्णोद्धार हुन लागेको हो ।

यसअघि पछिल्लोपटक ऐतिहासिक तथा पुरातात्विक सम्पदाको संरक्षणमा जोड दिँदै आएका वागमती प्रदेशका भौतिक पूर्वाधार विकासमन्त्री रामेश्वर फुयाँलले जीर्ण ढुङ्गेधाराको अवलोकन–निरीक्षण गरेका थिए । प्रदेशको खानेपानी तथा सरसफाइ डिभिजन–१ कार्यालयले पालुङमा ऐतिहासिक ढुङ्गेधाराको जीर्णोद्धार गर्न लागेको मन्त्री फुयाँलले जानकारी दिए । ढुङ्गेधारा जीर्णाद्धारको काम शुरू गर्नु अघि खानेपानी तथा सरसफाइ डिभिजन–१ कार्यालयका इञ्जिनीयर शेखर कोइराला, प्राविधिक यदुनाथ न्यौपाने र पुरातत्व विभागका ध्रुब अधिकारीसहितको टोलीले आज उपभोक्ता समितिसँग छलफल गरेको छ ।

ढुङ्गेधारा जीर्णाद्धारको लागि लागत स्टमेट तयार भई बजेटसमेत स्वीकृत भइसकेको र अब तुरून्तै उपभोक्ता समितिसँग सम्झौता गरेर पुनर्निर्माणको काम शुरू गरिने इञ्जिनीयर खनालले जानकारी दिए । जीर्णोद्धारका लागि रू १६ लाख खर्च हुने अनुमान गरिएको कार्यालयले जनाएको छ ।

थाहा नगरमा रहेका ४५ वटा ऐतिहासिक ढुङ्गेधारामध्ये पालुङको डबलीमा रहेको जीर्ण ढुङ्गेधारा मध्यकालमा निर्माण गरिएको मानिन्छ । कालन्तरमा जीर्ण बन्दै गएपछि ४२ मौजाको जिम्मावाल रहेको बेला तोयापानी प्रधानले विसं १९९९ मा उक्त ढुङ्गेधारा जीर्णोद्धार गरी पुनर्निर्माण गरेका थिए । त्यसयता उचित संरक्षणको अभावमा दुईवटै ढुङ्गेधारा जीर्ण बन्दै गएका थिए ।

इञ्जिनीयर खनालले पालुङमा रहेका दुईवटै ढुङ्गेधाराको पुरातत्व विभागको मापदण्डअनुसार पुरानै शैलीमा जीर्णोद्धार गरिने बताए । दुबै ढुङ्गेधारामा गरूड, नारायण र सरस्वतिका मूर्ति रहेका छन् । एउटा धारामा रहेको सिङ्गमरमरको मूर्ति चोरी भएपछि बुद्धको मूर्ति राखिएको छ । केही वर्षअघिसम्म धारामा तिरतिर पानी आइरहेकोमा अहिले सुकेको छ ।

दोस्रो थाहा गोल्डकप

ग्याङस्टार कैलाशलाई उपाधि

◆ विकास संवाददाता

दोस्रो थाहा गोल्डकप–२०७७ को उपाधि ग्याङ स्टार युवा क्लब कैलाश गाउँपालिकाले हात पारेको छ । ग्याङ स्टारले इन्द्रसरोवर गाउँपालिका फुटबल टिमले १–० गोल अन्तरले उपाधि हासिल गरेको हो ।

विजयी भएसंगै ग्याङ स्टारले नगद १ लाख सहित शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र पुरस्कार पाएको छ भने दोस्रो हुने इन्द्रसरोवरले नगद ५० हजार, शिल्ड मेडल तथा प्रमाणपत्र पाएको छ । विजेता तथा उपविजेता टिमलाई थाहा नगरपालिकाका प्रमुख तथा पुरस्कार वितरण समारोहका प्रमुख अतिथी लवशेर विष्टले पुरस्कार वितरण गरेका थिए ।

थाहा नगरपालिकाको प्रायोजनमा भएको प्रतियोगितामा उत्कृष्ट गोलकिपर इन्द्रसरोवर गाउँपालिका टिमका मनोज वाइवा घोषित भए । ग्याङस्टारका दिपक थापा, उत्कृष्ट डिफेण्डर, ग्याङस्टारकै रूपेश अधिकारी उत्कृष्ट खेलाडी घोषित भए । प्रतियोगिता अवधिभर सबैभन्दा बढि गोल गर्ने आयोजक ऋषेश्वर ११ क्लबका लक्ष्मण शाही र ऋषेश्वरकै

शुभराज गोले उदियमान खेलाडी घोषित भए । उत्कृष्ट खेलाडीहरूलाई नगदसहित ट्रफी वितरण गरिएको थियो ।

मकवानपुरको थाहा नगरपालिका इन्द्रायणी चौरमा ऋषेश्वर ११ युवा क्लबले आयोजना गरेको प्रतियोगितामा मकवानपुर सहित अन्य जिल्लाका समेत गरी ३२ टिमको सहभागिता रहेको थियो ।

प्रतियोगिताको पुरस्कार वितरण समारोहमा थाहा नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत हरिलाल पुरी, प्रशासन महाशाखा प्रमुख अजित घिमिरे, नेकपा थाहा बागमती प्रदेश सचिवालय सदस्य विष्णु विष्ट 'आदर्श', नेपाली काँग्रेस थाहानगरका उपाध्यक्ष भरत गोपाली, नेकपाका नेता राजु नापित, श्यामभक्त श्रेष्ठ, विमल कुमार ढकाल, बैक तथा वित्तिय संस्था र स्थानीय संघसंस्था अनि राजनीतिक दलका प्रतिनीधिहरूको उल्लेख्य सहभागिता रहेको थियो ।

सुमन विष्टको संयोजकत्वमा २६ पुसबाट शुरू भई ६ माघमा समापन भएको थियो । प्रतियोगिता समापन तथा पुरस्कार वितरण कार्यक्रम ऋषेश्वर ११ का अध्यक्ष रामकुमार खत्रीको सभाध्यक्षतामा भएको हो ।

पालुङ जेसीज पदाअधिकारीलाई तालिम

◆ विकास संवाददाता

पालुङ जेसीजको वर्ष २०२१ को आयोजनामा साहारा रिसोर्ट नयाँगाउँमा संसदीय बैठक प्रणाली तथा शाखा पदाधिकारी सम्बन्धी एक दिने तालिम भएको छ ।

मकवानपुर थाहानगरमा क्रियाशील पालुङ जेसिजको आयोजनामा भएको तालिममा पालुङ जेसीज वर्ष २०२१ का निर्वाचित तथा मनोनित पदाधिकारीहरू सहित पुर्व अध्यक्षहरूको सहभागिता थियो । सहभागीहरूलाई पालुङ जेसीजका पूर्व अध्यक्ष सुरेन्द्रमान प्रधानले संसदिय बैठक प्रणाली संचालनको विधी र पद्धती बारे र जेसीसमा आवद्ध पदाधिकारीका काम कर्तव्य अधिकारका बारेमा अर्का पूर्व अध्यक्ष कुमार नेगीले सहजिकरण गरेका थिए ।

पालुङ जेसीजका संस्थापक अध्यक्ष पुरूषोत्तम ढकालको प्रमुख आतिथ्यमा भएको तालिम पालुङ जेसीज वर्ष २०२१ का अध्यक्ष नवराज लामाको सभाध्यक्षतामा भएको थियो ।

थाहानगरका वडैपिच्छे काँग्रेसको प्रदर्शन

◆ विकास संवाददाता

संसद विघटनको विरोधमा नेपाली कांग्रेसले ८ माघमा वडास्तरमा प्रदर्शन गरेको छ । देशभरका ६ हजार ७ सय ४३ वडाहरूमा विरोध प्रदर्शन आयोजना गरिएको नेपाली कांग्रेसले जनाएको छ ।

यस अन्तर्गत मकवानपुर थाहा नगरपालिकाको पनि १२ वटै वडामा प्रदर्शन सहित कोण सभाको कार्यक्रम गरेको नगर सभापति योगेन्द्मान श्रेष्ठले जानकारी दिए । वडा–वडामा हुने कार्यक्रममा नेताहरूले जिम्मेवारी लिएका छन् । उनीहरूलाई नेपाली काँग्रेस मकवानपुरले प्रतिनीधिको रूपमा तोकेको हो । यसरी तोकिनेहरूमा, वडा नम्बर १ मा टेकनाथ शिवाकोटी, २ मा उमा दाहाल, ३ मा प्रमोद जोशी,, ४ मा सुजन गोपाली, ५ मा गणेश भेटवाल, ६ मा पवित्रा महत्त, ७ मा योगेन्द्रमान श्रेष्ठ, ८ मा खड्ग गोपाली, ९ मा जयराम लामिछाने, १० मा इश्वरनाथ पौडेल, ११ मा कृष्णभक्त श्रेष्ठ र १२ मा ज्ञानबहादुर डिमडुङको नेतृत्वमा प्दशृन गर्ने गरी काँग्रेस मकवानपुर जल्ला सचिवालयले प्रतिनीधि तोकेको सभापति श्रेष्ठले जानकारी दिए ।

बज्रवाराही उच्च माविमा अभिभावक भेला

◆ विकास संवाददाता

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ६ को बज्रवाराही उच्च मावि व्यवस्थापन समिति पुर्नगठन तथा अभिभावक भेला भएको छ ।

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ६ का अध्यक्ष तथा नगर शिक्षा समितिका संयोजक शशीधर सुवेदीको प्रमुख आतिथ्यमा भएको कार्यक्रमको विशेष अतिथी थाहानगर शिक्षा अधिकारी शोभाकर रेग्मीको विशेष आतिथ्यता रहेको थियो । कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका सदस्य चित्र बहादुर बलामी, साना किसान कृषि सहकारी संस्था लि. बज्रवाराहीका अध्यक्ष महेश्वर सुवेदीलगायतकाको आतिथ्यता रहेको थियो । भेलाको अवसरमा शैक्षिक वर्ष २०७६ मा विद्यालयमा एकदिन पनि गयल नभई अध्यापन गराउने शिक्षक सुनिल महर्जनलाई नगद २ हजारसहित सम्मान पत्र प्रदान गरिएको थियो ।

विद्यालयमा सम्पन्न अभिभावक भेला विद्यालय व्यवस्थापन समिति पुर्नगठनका लागि इश्वरलाल रूम्बा, ज्ञानीमायाँ मोक्तान, विजयलक्ष्मी महर्जन र राजिब अधिकार छनोट भएकाछन् । यि मध्येबाट अब अध्यक्ष छनोट गरी नियमानुसार विद्यालय व्यवस्थापन समितिले पुर्णता पाउने छ । त्यस्तै शिक्षक अभिभावक संघको अध्यक्षमा श्रीकृष्ण विडारी, सदस्यमा शम्भू विक र साधाकृष्ण बलामी चयन भएका छन् ।

विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष इश्वरलाल रूम्बाको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा अतिथी तथा सहभागीहरलाई शिक्षक निराजन गोपालीले स्वागत गरेका थिए ।

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
विकास
www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक
२०७७ माघ १२ गते सोमबार, 25 Jan. 2021, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

यो मौसम हावाहुरीको हो। यस्तो बेलामा सजिलै आगो लाग्ने किसिमका सलाई, लाइटर जस्ता सामाग्रीहरू बालबालिकाको पहुँच भन्दा टाढा राख्ने गरौं।

थाहा नगरपालिका

इन्द्रायणी चौर मकवानपुर

थाहा नगरपालिका कृषि विकास शाखाको सूचना !

सुचना प्रकाशित मिति: २०७७/०९/१५

थाहा नगरपालिका कृषि विकास शाखा इन्द्रायणी चौर मकवानपुरको आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ को स्वीकृत वार्षिक कार्यक्रम अनुसार सशर्त तर्फको ५० प्रतिशत अनुदानमा मकैको बिऊ कृषकहरुलाई उपलब्ध गराउने कार्यक्रम रहेकोले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ दिन भित्र वडा कार्यलयमा निवेदन दिनूहुन यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ ।

नोट:: समुहमा आवद्ध नभएका कृषकहरुलाई समेत बिऊ उपलब्ध गराउन सकिनेछ ।

थाहा नगरपालिकाको सूचना !

यस थाहा नगरपालिका नगर कार्यपालिकाको कार्यालयले स्थानीय उत्पादनलाई प्रोत्साहन गर्ने उद्देश्यले बागमती प्रदेश सरकारको सहकार्यमा कोशेली घर संचालन गर्ने कार्य गर्न खोजिएको हुँदा आ-आफ्नो क्षेत्र तथा समुदायमा उपलब्ध स्रोत र साधनको उपयोग गरी उत्पादन गर्न इच्छुक उद्यमशील व्यक्ति/समूहको विवरण मिति २०७७ माघ १५ गते भित्र सामाजिक विकास शाखाकाम पेश गर्नूहुन अनुरोध छ ।

थप जानकारीका लागि अनिल लामिछाने: ९८५५०७५३४१

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

धार्मिक कार्यका लागि आर्थिक सहयोगको आव्हान

धार्मिक तथा ऐतिहाँसिक एवं पर्यटकीय क्षेत्रको महत्वपूर्ण स्तम्भ थाहा नगरपालिकामा विभिन्न मठमन्दिर एवं तीर्थ स्थलहरु रहेको छ । यस क्षेत्रमा अधिकांश हिन्दु धमावलम्वीहरुको जनघनत्व रहेको व्यहोरा विदितै छ । थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ३ घर्तिखोलाको दम्कीमा हिन्दु धर्मावलम्बीहरुको आराध्यदेव लक्ष्मी नारायणको मन्दिर निर्माण गर्ने अभियानको प्रारम्भ यहाँको स्थानीय समाजसेवी, बुद्धिजीवीहरुको संलग्नतामा हुन लागेको व्यहोरा अवगत गराउँदछु । थाहा नगरपालिका क्षेत्रभित्र हालसम्म लक्ष्मी नारायणको मन्दिर नभएको र यस क्षेत्रमा उक्त मन्दिर निर्माण हुँदै धार्मिक पर्यटकीय क्षेत्रको विकास हुने कुरामा दुई मत नहोला । यसर्थ, लक्ष्मी नारायण मन्दिरको लागि तपाईबाट आर्थिक सहयोग उपलब्ध गराई यस महान अभियानलाई सार्थक तुल्याउनुहुन सादर अनुरोध छ ।

कमलकुमार केसी
(अध्यक्ष)

लक्ष्मी नारायण निर्माण समिति
थाहा-३, घर्तिखोला मकजानपुर

सवारी चालक अनुमति पत्र हराएको सम्बन्धी सूचना !

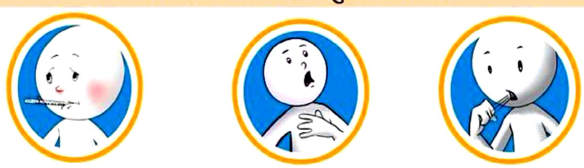
चितवन जिल्ला भरतपुर महानगरपालिका-२६ स्थायी घर भई मकवानपुर थाहा नगरपालिकामा क्रियाशील एक गैर सरकारी संस्थामा कार्यरत् प्रताप घिमिरेको सवारी चालक अनुमतिपत्र थाहा नगरपालिका वडा नम्बर-१२ देउरालीको खानेपानी सर्भे गर्न जाने क्रममा थाहा-४ स्वास्थ्य चोक-थाहा-१२ देउरादीसम्म पुग्दा मिति २०७७ माघ २ गतेदेखि हराएकोमा हालसम्म पनि फेला नपरेकोले फेला पार्नुहुने महानुभावहरुले खबर गरी उपलब्ध गराईदिनुहुन वा नजिकको प्रहरी कार्यालयमा बुझाई सहयोग गरिदिनुहुन अनुरोध छ ।

नाम : प्रताप घिमिरे
सवारी चालक अनुमतिपत्र नं. ०४-५०६६५९
सम्पर्क नं. : ९८५६०४६०३२

NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

सर्बसाधारणका लागि जनचेतनामुलक संदेश

नोवेल कोरोना भाइरसका मुख्य लक्षणहरू



ज्वरो (१००.४ °F भन्दा माथि) | श्वास प्रश्वासमा अत्याधिक समस्या | रुघा र खोकी

"कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरूबाट आउने मानिसहरूमा दुई हप्ता भित्र रुघाखोकी लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउको दुखेमा, श्वासप्रश्वासमा आत्याधिक समस्या भएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्ने।"

नोवेल कोरोनाभाइरसबाट कसरी आफू र अरूलाई बचाउने?

नियमित रूपमा साबुन-पानीले हात धुने

खोक्दा र हाछ्युं गर्दा नाक र मुख छोप्ने

यदि फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने

फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने

जंगली तथा घरेलु पशुपन्छी हरूसँग असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने

पशुजन्य मासु/अन्डा राम्रोसंग पाकेको मात्र खाने

नोवेल कोरोना भाइरस भनेको के हो?
यो नयाँ प्रजातिको भाइरस हो जुन मानव जातिमा पहिले पहिचान भएको थिएन। यस भाइरसले मानिस र पशुहरूमा संक्रमण गर्दछ। यस भाइरसले सामान्य रुघा खोकी देखि गम्भीर प्रकारको तीव्र श्वासप्रश्वास Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) सम्म गराउन सक्दछ ।

के मानिसमा जनावरहरूबाट नोवेल कोरोना भाइरस संक्रमित हुन सक्दछ?
नोवेल कोरोना भाइरस जनावरबाट मानिसमा संक्रमित भएको कुनै बैज्ञानिक आधार हाल छैन।

के नोवेल कोरोना भाइरस र SARS एउटै हुन्?
सन् २००३ मा देखिएको SARS र नोवेल कोरोना भाइरस एउटै प्रजातिका भाइरस हुन्। दुवै भाइरसले बिरामीलाई गम्भीर बनाउन सक्दछन्। सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा, नोवेल कोरोना भाइरस मानिसहरू बीच सजिलै सर्न सक्दछ भनेर अझै पुष्टी भएको छैन।

मानिस कसरी यो भाइरसबाट संक्रमित हुन सक्छ?
मानिस कसरी यो भाइरसबाट संक्रमित भएका छन् भन्ने बारेमा आज सम्म बैज्ञानिक तवरले पुष्टी भएको छैन। हाल यस बिषयमा अनुसन्धान भइरहेको छ।

के यो एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्न सक्दछ?
अहिले निश्चितताका साथ भन्न सकिने अवस्था छैन। एउटै परिवारका सदस्यहरू बिरामी भएको पाइएकोले, मानव-मानव बीचमा सिमित तवरले सर्ने सम्भावना रहेको अनुमान गरिएको छ। साथै, परिवारका सदस्यहरू एकै स्रोतबाट संक्रमण भएको हुन सक्ने सम्भावना पनि रहेको छ।

यस भाइरसको संक्रमणबाट कसरी बच्न सकिन्छ?
सामान्यत: यस भाइरसको संक्रमण कसरी हुन्छ भन्ने बारेमा एकिन जानकारी छैन। तथापि रुघा, खोकी तथा श्वास प्रश्वासका बिरामीको नजिक नजाने तथा हातको सरसफाई नियमित गरेमा संक्रमणको सम्भावना कम रहन्छ।

के कोरोना भाइरसको लागि उपचार छ?
नोवेल कोरोनाभाइरसले गर्दा हुने रोगको लागि कुनै खास उपचार छैन। यद्यपि यो भाइरसले निम्त्याएका धेरै लक्षणहरूको उपचार गर्न सकिन्छ, त्यसैले बिरामीको उपचार लक्षणको आधारमा गरिन्छ। साथै यस भाइरसको विरुद्ध हाललाई कुनै खोप उपलब्ध छैन।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय, स्वास्थ्य शाखा, इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

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