बालबालिकालाई विद्यालयमै खाजा । पृष्ठ ५ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-८
मिडिया चोक, मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७२९५०७२
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

● मकवानपुर, वर्ष-१३, ● अंक-२९ ● २०७७ माघ १९ गते सोमबार, ● 01 Feb.. 2021, ● नेपाल सम्वत्-११४१, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

थाहाको ३ स्कूलमा 'विद्यालय नर्स'

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकाका तीन विद्यालयमा 'एक विद्यालय, एक नर्स' कार्यक्रम शुरू भएको छ । गत आर्थिक वर्षमा एउटा विद्यालयबाट शुरू भएको विद्यालय नर्स कार्यक्रम चालु आर्थिक वर्षमा थप दुई विद्यालयमा पनि लागू भएको छ ।

सामाजिक विकास मन्त्रालय बागमती प्रदेशको सहयोगमा संचालित यस कार्यक्रम अन्तर्गत गत आर्थिक वर्षमा

विद्यालय नर्सलाई बज्रवाराही उच्च माविमा स्वागत गर्दै ।

थाहा-३ को जनकल्याण माध्यमिक विद्यालयमा विद्यालय नर्स कार्यक्रम शुरू गरिएको थियो भने चालु आर्थिक वर्षमा थाहा-६ को बज्रवाराही उच्च मावि र थाहा-११ को बागेश्वरी माविमा कार्यक्रम विस्तार भएको थाहा नगरपालिका स्वास्थ्य शाखाका मेघराज बलामीले जानकारी दिए । जनकल्याणमा समिता भुजेल, बज्रवाराही उच्च माविमा रोजी गोपाली र बागेश्वरीमा अस्मिता भुसाल विद्यालय नर्सको रूपमा कार्यरत रहेका छन् । नयाँ थपिएका विद्यालयमा खटिएका विद्यालय नर्सहरूलाई ति विद्यालयहरूले एक कार्यक्रमको आयोजना गरी स्वागत गरेका छन् ।

विद्यालय नर्स कार्यक्रम विस्तार भएपछि विद्यालयहरूमा स्वास्थ्य सम्बन्धी कार्यक्रम र पठनपाठनमा सहजता आएको छ भने छात्रामैत्री स्वास्थ्यका कार्यक्रमहरूमा समेत सहजता भएको विद्यालयहरूले जनाएका छन् ।

थाहानगरमा कृषि प्रवर्द्धनात्मक कार्यक्रम

अनुदान नै अनुदान !

विकास संवाददाता
थाहा नगर

स्थानीय तहहरूले लोकप्रिय कार्यक्रमहरू सार्वजनिक गरिरहेका बेला मकवानपुर थाहा नगरपालिकाले कृषकहरूका लागि अनुदानका कार्यक्रमहरूलाई प्राथमिकताको साथ संचालन गरिरहेको छ । थाहा नगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ का लागि किसानहरूका लागि विभिन्न किसिमका अनुदानका कार्यक्रमहरू संचालन गरिरहेको कृषि विकास शाखा प्रमुख सञ्जय तिवारीले जानकारी दिए ।

कृषिलाई आधुनिकीकरण तर्फ उन्मुख गर्नका लागि प्लाष्टिक टनेलमा खेती गर्नका लागि ५० प्रतिशत अनुदानमा सिल्पोलिन टनेल वितरणका लागि नगरपालिकाको कृषि विकास शाखाले ५ लाख रूपियाँ बजेट विनियोजन गरेको छ । यसका किसानहरूले थप ५ लाख रूपियाँ थपेर उक्त अनुदानको कार्यक्रम संचालन गरिने कृषि शाखाले जनाएको छ । 'यो अनुदानको कार्यक्रमको टेण्डर भैसकेको छ, लाभग्राही कृषक छनोट प्रक्रियामा छ,'-तिवारीले भने ।

किसानहरूका लागि ७५, ९० र १०० माइक्रोनको यु.भि.प्लाष्टिकमा पनि कृषि विकास शाखाले ५० प्रतिशत अनुदान दिने कार्यक्रम रहेको छ । यसका लागि कृषि विकास शाखाले ६ लाख रूपियाँ बजेट विनियोजन गरेको छ । प्रमुख तिवारीले भने-'यस कार्यक्रमको लागि प्लाष्टिक खरिदका गर्न टेण्डर भैसकेको छ, लाभग्राही कृषक छनोटको प्रक्रियामा रहेको छ ।' त्यस्तै मल्चिङ प्लाष्टिकमा पनि शाखाले ५० प्रतिशत अनुदानको कार्यक्रम राखेको छ । यो कार्यक्रम १० लाखको बजेट व्यवस्था गरेकोमा नगरपालिकाले ५ लाख रूपियाँ अनुदान दिने व्यवस्था गरेको छ ।

नगरपालिकाले चालु आर्थिक वर्षमा सबैभन्दा बढि बजेट समेटेर नमुना टनेलमा ५० प्रतिशत अनुदानको कार्यक्रम ल्याएको छ । १ रोपनी क्षेत्रफलमा खेती गर्ने गरी यो कार्यक्रममा कृषकहरूका लागि कार्यक्रम ल्याएको शाखाले जनाएको छ । यसका लागि ३० लाख ३० हजार रूपियाँ नगरपालिकाले अनुदान दिनका लागि बजेट व्यवस्था गरेको छ भने कृषकले पनि यति नै बजेट थप गर्ने कृषि विकास शाखाकी बालकुमारी भट्टराईले जानकारी दिइन् । कुल ५२ किसानहरूलाई यो कार्यक्रम प्रदान गर्ने भट्टराइले बताईन् । कृषकहरू टनेल खेतीतर्फ उन्मुख भएको बताउँदै थाहा-१० की कृषि प्राविधिक कमला सुवेदीले भनिन्-'पहिले-पहिले फाट्ट फुट्ट मात्र टनेल हुन्थे अहिले फाँटैभरी टनेल खेती बढेको छ ।' 'टनेल खेतीतर्फ उन्मुख भैरहेको चित्लाङको वडा नम्बर १० मा नमुना टनेल सहयोगबाट कृषकहरू थप लाभान्वित भएका छन्', कृषि प्राविधिक सुवेदीले भनिन् । थाहा-१० मा मात्र १४ वटा नमुना टनेलमा कृषकहरूले खेती प्रारम्भ गरेका छन् ।

थाहा नगरपालिका कृषि विकास शाखाले फलफूलको विरूवामा पनि ५० प्रतिशत अनुदान दिने योजना अनुसार कार्यक्रम संचालन गरिरहेको छ । थाहानगरको कृषि विकास शाखाले किवी ३ हजार र जापनीज हलुवावेद ५ सय विरूवा ५० प्रतिशत अनुदानमा वितरण गरिसकेको कृषि प्राविधिक राजकुमार श्रेष्ठले जानकारी दिए । उनका अनुसार-'१० हजार कागतीको विरूवा बाँड्न बाँकी छ ।' प्राविधिक श्रेष्ठ भन्छन्-'कागती सार्ने समय असारमा हो, त्यही बेला कृषकको माग अनुसार त्यो पनि वितरण गर्छौं ।' थाहा नगरपालिकाले तरकारी नर्सरी स्थापना गर्ने दुई कृषकलाई पनि ५० प्रतिशत अनुदान वितरण गरेको छ । दुई कृषकलाई जनही १/१ लाख रूपियाँ अनुदान वितरण भएको कृषि प्राविधिक भट्टराईले जानकारी दिइन् । मकैको बिउमा भने कृषि विकास शाखाले ७५ प्रतिशत अनुदान दिने भएको छ । यसका लागि कृषकहरूबाट माग संकलननका लागि सूचना प्रकाशन गरेको छ । मकैको विउको वितरणका लागि ३ लाख ५० हजार रूपियाँ बजेट विनियोजन भएको शाखा प्रमुख तिवारीले बताए ।

त्यसोतः धानको बीउ भने निःशुल्क विवतरण गर्ने कृषि विकास शाखाले जनाएको छ । धानको विउ वितरणका लागि पालिकाको कृषि विकास शाखाले ५० हजार रूपियाँ बजेट व्यवस्था गरेको छ । १० लाख १५ हजार रूपियाँ कृषि विकास शाखाले कृषि यान्त्रिकरणका लागि छुट्याएको छ । ५० प्रतिशत अनुदानमा

बाँकी पेज ५ मा

व्यक्तिगत घटना दर्ता सम्बन्धी जरुरी सूचना !

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

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणीचौर, मकवानपुर

नेपाल सरकारको सूचना !

समयमै श्रम अडिट गरौं ।

जिम्मेवार प्रतिष्ठानको परिचय दिऔं ।

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

• सम्पादकीय •

खेलकुद विकासमा स्थानीय तहको सक्रियता

केही दिनदेखि मात्र मकवानपुर थाहा नगरपालिकामा दोस्रो 'थाहा गोल्डकप' प्रतियोगिता सम्पन्न भएको छ । एकसाता बढि संचालन भएर प्रतियोगिता समापन भएको हो । थाहानगरको इन्द्रायणी चौरमा खेल महोत्सवकै रुपमा संचालन भएको प्रतियोगितामा ऋषेश्वर ११ क्लबले आयोजना गरेको हो । प्रतियोगितामा जिल्ला तथा जिल्ला बाहिरका गरी ३२ टिमको सहभागिता रहेको थियो । विगत केही वर्षदेखि वार्षिक रुपमा संचालन हुँदै आएको मेयर कप भलिबल प्रतियोगिता वार्षिक क्यालेण्डर कै रुपमा सम्पन्न हुने चरणमा रहेको छ भने उपमेयर कप ब्याडमिन्टन प्रतियोगिता सम्पन्न भैसकेको छ । केही समयपछि शुरु हुने राष्ट्रपति रनिङ शिल्डको तयारीका लागि थाहा नगरपालिका जुटि सकेको छ । विद्यालय स्तरमा अर्को खेल महोत्सवकै रुपमा संचालन हुने राष्ट्रपती रनिङ शिल्डले खेलकुददमा थप रौनकता ल्याउने छ । नयाँ संविधानमार्फत संघीयता कार्यान्वयनमा आएसँगै नेपालमा स्थानीय तहहरु निकै अधिकारसम्पन्न र शक्तिशाली बनेका छन्। अब भौतिक र मानवीय दुबैखाले विकासमा स्थानीय तहले जनताको नजिकको अभिभावकको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्ने संवैधानिक र व्यवहारिक दायित्व थपिएको बेला यस्ता कार्यक्रमले एकातिर स्थानीय तहप्रति युवालाई आकर्षित र एकाकार गर्न सहयोग पुग्छ भने अर्कोतिर गाउँठाउँमा लुकेर रहेका खेल प्रतिभाहरुलाई उजागर गरेर क्रमशः जिल्ला, प्रदेश र राष्ट्रियस्तरमा प्रतिस्पर्धा गर्नलायक खेलाडी बनाउन मद्दत पुग्छ। सबैभन्दा पहिले त स्थानीय तहहरु नीतिगतरुपमा स्पष्ट हुनुपर्छ। विश्व समुदायले अवलम्बन गरिरहेको विकासको नीतिलाई पछ्याउँदै आफ्नो पालिकाको सर्वाङ्गीण विकासमा स्थानीय तहले आफ्ना नागरिकप्रतिको अभिभावकीय भूमिका निर्वाह गर्नुपर्छ।

कुनै बेला विकास भन्नेबित्तिकै भौतिक विकासलाई मात्र प्राथमिकता दिइन्थ्यो। सडक, पुल, धारा, भवन आदिमा मात्रै सबै बजेट केन्द्रित गरिन्थ्यो। तर सन् १९८० को दशक आसपासपछि र खासगरी अल्पविकसित देशहरुलाई लक्षित गरी शुरु गरिएको सहस्राब्दी विकास लक्ष तथा त्यसको निरन्तरतास्वरुप सन् २०१६ देखि सन् २०३० सम्मका लागि जारी दिगो विकासका लक्षहरु पूरा गर्न सञ्चालित कार्यक्रमअन्तर्गत भौतिक र मानवीय विकासलाई सँगसँगै अघि बढाउनुपर्नेमा जोड दिइएको छ। मानव विकास सूचकांकमा नेपालको उल्लेख्य प्रगति हुन सकिर हेको छैन। यसमा प्रगति गर्न हामीले शिक्षा, स्वास्थ्य र प्रतिव्यक्ति आयमा छलाङमयरुपमा विकास गर्नु जरुरी छ। त्यसका लागि स्थानीय तहदेखि नै जग बसाल्नुपर्छ। समग्र मानवीय विकासका लागि शिक्षा, स्वास्थ्य, खेलकूद, कला, साहित्य, विज्ञान प्रविधि, सामाजिक न्यायलगायत हरेक क्षेत्रमा प्रगति गर्नुपर्नेछ। त्यसको शुरुवात स्थानीय तहबाटै गर्न खेल, कला, साहित्य आदिको विकासका लागि स्थानीय तहले नै नेतृत्व गर्नुपर्छ। स्थानीय तहले हरेक क्षेत्रमा भूमिका बढाउनुपर्ने आजको अपरिहार्यता हो ।

खेलकुदका विकासका लागि जुनसुकै राजनीतिक विचारप्रति आस्थावान वा कसैसँग पनि नजिक नरहेका लुकेका प्रतिभाको खोजी गरेर राष्ट्रियस्तरमा प्रतिस्पर्धा गर्नलायक बनाउनुपर्छ। त्यसका लागि एकातिर स्थानीय तहहरुले थाहा नगरपालिकाले चलाएजस्ता प्रतियोगिताको क्रम बढाएर लैजानुपर्छ भने अर्कोतिर त्यस्ता खेल सञ्चालन गर्नेदेखि खेलाडी छनोटलगायत सबै काममा कुनै आस्था वा भूगोलभन्दा माथि उठेर निष्पक्षरुपमा खेल विकासका लागि अभिभावकीय भूमिका निर्वाह गर्नसक्नुपर्छ। यसले गर्दा खेलाडीहरुले पनि स्थानीय सरकारको महशुस गर्न पाउनेछन् ।

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

सिमसार संरक्षणमा रामसार महासन्धिको भूमिका

डा. माधव अधिकारी

वर्तमान समयमा जैविक वस्तु संरक्षण र वातावरण सुधार शब्द निकै लोकप्रिय बनेको कुरा तपाईं–हामी सबैलाई ज्ञात नै छ । यसले केकति कुराहरू समेट्छ भन्नेबारेमा सम्बन्धित विज्ञहरूमा मतैक्यता पाइन्न । विभिन्न विद्वान् तथा पर्यावरण विज्ञहरूका विचारमा गहिरिएर विचार गर्ने हो भने पर्यावरण वा जैविक वस्तु हामी हाम्रै वरिपरिका प्राकृतिक वस्तुहरू, जैविक तथा अजैविक भौतिक वस्तुहरू, सामाजिक तथा मानव निर्मित सांस्कृतिक संरचना तथा तिनबाट मानव तथा अन्य प्राणी र मानिसका आर्थिक तथा जैविक गतिविधिको अन्तर्क्रीयाबाट सिर्जित सम्पूर्ण सजीव तथा निर्जीव वस्तुलाई असर पार्ने परिवेशले हरेक तत्वलाई एकआपसमा आत्मनिर्भर बनाएको हुन्छ ।

पृथ्वीमा भएका अनेकौं तत्वहरूमध्ये कुनै एकको घटी वा बढीले अरूलाई समेत प्रभाव पार्छ । अझ भन्ने हो भने अन्य प्राणी, वनस्पति तथा समग्रमा मानव जातिको अस्तित्वमा समेत प्रश्नचिह्न खडा गर्न सक्छ । त्यसकारण पृथ्वीमा भएका विविध तत्वको आत्मनिर्भरताका कारणले गर्दा नै मानवजातिले पर्यावरणको बचावट र संरक्षणका लागि चिन्तित हुनुपर्ने अवस्था देखा परेको छ । पर्यावरणमा देखिने असन्तुलनले मानिसका आर्थिक, सामाजिक, जैविकलगायतका समग्र क्रियाकलाप प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष रूपमा प्रभावित हुन्छन् ।

यस लेखमा रामसार महासन्धि र नेपालका रामसार क्षेत्रको विकासबारे चर्चा गर्ने प्रयास गरिएको छ । जैविक विविधताको दृष्टिकोणले सिमसार क्षेत्रलाई अत्यन्त धनी क्षेत्रका रूपमा लिएको पाइन्छ । विश्वव्यापी रूपमा सिमसार क्षेत्रको संरक्षण, संवर्द्धन र विकासका साथै त्यस्ता क्षेत्रको बुद्धिमतापूर्ण प्रयोग गरी आर्थिक, सामाजिक एवम् सांस्कृतिक विकासमा टेवा पुऱ्याउने उद्देश्यले अन्तराष्ट्रिय महत्वका सिमसार खासगरी जलचरको बासस्थानसम्बन्धी सिमसार महासन्धि २ फेब्रुअरी १९७१ मा इरानको रामसार भन्ने सहरमा सम्पन्न भएको थियो । यो महासन्धि १९७५ देखि कार्यान्वयन हुन थालेको छ । महासन्धि जम्मा १२ धारामा विभाजित छ । हालसम्म आबद्ध देश १ सय ७० पुगेको छ । २ हजार ३ सय १४ वटा सिमसार रामसारको सूचीमा सूचीकृत छन् ।

यी सिमसारले २ सय ४५, ७ सय १४, १ सय १२ हेक्टर क्षेत्र ओगटेको छ । रामसार सूचीमा नेपालमा १० वटा सिमसार सूचीकृत भएका छन्, जुन कोसी टप्पु वन्यजन्तु आरक्षण, घोडाघोडी ताल, जगदीशपुर जलाशय, बीसहजारी ताल समूह, राराताल, फोक्सुन्डो ताल, गोसाइँकुण्ड ताल, गोक्यो ताल समूह, माईपोखरी र पोखराका तालहरू । पोखराका तालअन्तर्गत फेवा, वेगनास, रूपा, मैदी, दिपाङ, खास्टे, कमलपोखरी, न्युरिनी र गुँदे ताल पर्छन् ।

यी सिमसार क्षेत्रले ओगटेको कुल क्षेत्रफल ६० हजार ५ सय ६१ हेक्टर रहेको छ । रामसार क्षेत्रको पहिचानका लागि निम्न आधारहरू हुनुपर्छ । उपयुक्त जैविक विविधता क्षेत्रभित्र प्रतिनिधिमूलक, दुर्लभ वा विशिष्ट प्रकारको प्राकृतिक वा मानवनिर्मत सिमसार संरचना, अति संवेदनशील वा संकटापन्न वा खतरापूर्ण जैविक प्रजाति परिस्थितिकीय समुदायलाई आश्रम प्रदान गर्ने सिमसार संरचना, खास क्षेत्रको जैविक विविधता कायम गर्नका लागि वनस्पति वा प्राणीको संख्या कायम गर्ने सिमसार संरचना, वनस्पति वा प्राणीको जीवनचक्रको अति संवेदनशील अवस्थामा आश्रय प्रदान गर्ने सिमसार संरचना, नियमित रूपमा २० हजार वा सोभन्दा बढीको संख्यामा पानीहाँसलाई आश्रय प्रदान गर्ने सिमसार संरचना, नियमित रूपमा कुनै एक प्रजाति वा उपप्रजातिका पानीहाँसको एक प्रतिशत जनसंख्या वा सोभन्दा बढीलाई आश्रय प्रदान गर्ने सिमसार संरचना, भूमण्डलीय जैविक विविधता संरक्षण गर्न वा सिमसारको फाइदा वा मूल्य कायम गर्न तत्स्थानीय माछाका उपप्रजाति वा प्रजाति वा परिवार, जीवनचक्रका अवस्था, प्रजाति अन्तर्क्रिया वा तिनीहरूको जनसंख्याले प्रतिनिधिमूलक योगदान गर्ने सिमसार संरचना, माछाका लागि आहारको महत्वपूर्ण स्रोत, फुल पार्ने वा बच्चा हुर्काउने स्थल, आवागमन मार्ग सिमसार क्षेत्रभित्र वा बाहिरको संरचना, नियमित रूपमा कुनै एक गैरपन्छी प्रजाति वा उपप्रजातिका सिमसारमा निर्भर प्राणीको १ प्रतिशत जनसंख्या वा सोभन्दा बढीलाई आश्रय प्रदान गर्ने सिमसार संरचना हुनुपर्छ ।

> पर्यावरण संरक्षण गरी सिमसारको संरक्षण गर्नु अति आवश्यक एवम् महत्वपूर्ण हुन्छ । पर्यावरणको संरक्षणले विभिन्न स्थान, अवस्था तथा परिवेशमा विद्यमान विविधताको संरक्षणका उपायहरु अवलम्बन गर्नुपर्छ ।

सन् १९९७ देखि रामसार महासन्धिमा हस्ताक्षर गरेको दिन २ फेब्रूअरी (माघ २०) लाई स्मरण गर्दै सिमसारको महत्वपूर्ण र मूल्यबारे जनचेतना अभिवृद्धि गर्ने लक्ष्यसहित विश्व सिमसार दिवस मनाउन सुरू गरेको पाइन्छ । सन् १९९८ देखि प्रत्येक वर्ष विगतमा भएगरेका कार्यको समीक्षा गर्ने र भविष्यमा गरिने कार्यको खाका तयार गरी सिमसारको महत्व, आवश्यकता र उपयोगिताका बारेमा जनचेतना अभिवृद्धि गर्न तपसिलअनुसारको नारासाथ मनाउँदै आएको पाइन्छ । सन् २०२० सिमसार र जैविक विविधता, सन् १०१९ सिमसार तथा जलवायु परिवर्तन, सन् २०१८ दिगो सहरी भविष्यका लागि सिमसार, सन् २०१७ प्रकोप न्यूनीकरणका लागि सिमसार, सन् २०१६ भविष्यका लागि सिमसार : दिगो जीविकोपार्जनको आधार , सन् २०१५ हाम्रो भविष्यका लागि सिमसार, सन् २०१४ सिमसार र कृषि उन्नतिका लागि साझेदार, सन् २०१३ सिमसार पानीको हेरविचार, सन् २०१२ सिमसार पर्यटन : एक अनुपम अनुभव, सन् २०११ वन : पानी र सिमसारका लागि, २०१० गरे सिमसारको स्याहार, न्यून हुन्छ जलवायु परिवर्तनको भार, सन् २००९ हिमालदेखि तराई, सिमसारले समेट्छ सबैलाई, सन् २००८ स्वस्थ सिमसार, स्वस्थ जीवन, सन् २००७ भविष्यका लागि माछा, सन् २००६ पानी छैन त सिमसार छैन, सिमसार छैन त जीवनको आधार छैन, सन् २००५ सिमसारमा अपार विविधता छ, यसलाई गुम्न नदिऔं , सन् २००४ पहाडदेखि समुद्रसम्म, सिमसार छ त हाम्रा लागि, सन् २००३ सिमसार छैन त पानी छैन, सन २००२ सिमसार जल, जीवन र संस्कृतिको आधार, सन् २००१ सिमसारको संसार, नियाल्नुपर्ने संसार, सन् २००० विश्वव्यापी महत्वका हाम्रा सिमसार, यसैमा रमाऔं, सन् १९९९ जनता र सिमसार एक जीवन्त नाता, सन् १९९८ पानी, सिमसार र हामी आदि ।

वातावरण संरक्षणमा तथा सिमसार संरक्षणमा रामसार महासन्धिको योगदान रहेको पाइन्छ । रामसार महासन्धिमा प्रवेश गरेदेखि नेपालले सिमसार संरक्षण तथा व्यवस्थापनमा विभिन्न उपायहरू अपनाउँदै आएको छ । तीमध्ये विभिन्न पारिस्थितिकीय प्रणालीको प्रतिनिधित्व हुने गरी दसवटा रामसार क्षेत्रहरू सूचीकृत र व्यवस्थापन, रामसारको लागत संकलन, सहभागितामूलक प्रयास, नेपालका तालको सूचीकरण र कार्यनीति योजना तर्जुमा, स्थलगत कार्ययोजना तर्जुमा र कार्यान्वयन, संयुक्त व्यवस्थापनका लागि नमुना कार्यक्रम कार्यान्वयन, राष्ट्रिय जैविक विविधता रणनीति तथा कार्ययोजना र विकास योजनामा सिमसार समावेश गराउने, सिमसार आबद्ध राष्ट्रिय–अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाको सञ्जाल बनाउने, राष्ट्रिय, स्थानीय स्तरमा क्षमता वृद्धि विकास, सिमसारबारे जनचेतनामूलक कार्यक्रम ल्याउने, उत्पादनशील क्षेत्रसँग सिमसारलाई मिलाउने, राष्ट्रिय सिमसार नीति तयार गरी कार्यान्वयनमा ल्याउने कार्य तथा राष्ट्रिय सिमसार समिति गठन, राष्ट्रिय रामसार रणनीति तथा कार्ययोजना तर्जुमा गरी कार्यान्वयनमा ल्याउने कार्य गरेको पाइन्छ । अतः पर्यावरण संरक्षण गरी सिमसारको संरक्षण गर्नु अति आवश्यक एवम् महत्वपूर्ण हुन्छ । पर्यावरणको संरक्षणले विभिन्न स्थान, अवस्था तथा परिवेशमा विद्यमान विविधताको संरक्षणका उपायहरू अवलम्बन गर्नुपर्छ । यसका लागि स्थानीय सरकारको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ ।

सुविधाभोगी हुँदा रोगको जोखिम बढ्छ !

अहिले हामी सुविधाभोगी भएका छौं । बढी सौखिन भएका छौं । फेसनेबल भएका छौं । यसले अनेक स्वास्थ्य समस्या देखिन थालेका छन् । गाडी, मोटरसाइकल चढ्नेहरू अहिले कम्मर दुखाईबाट ग्रसित हुन थालेका छन् । किनभने उनीहरूले बाइकराइडिङमा, गाडी ड्राइभिङमा जुन पोजिसन लिन्छ, त्यो एकदमै गलत छ । त्यस किसिमको पोजिसनमा लामो समय बस्नु नै समस्याको जड हो ।

गाडीमा, बाइकमा बस्ने सहि पोजिसन छ । खासमा मेरूदण्डलाई सिधा पारेर सिटमा सहज रूपमा बस्नु राम्रो हो । त्यसो भन्दैमा झुक्नु हुँदैन भन्ने होइन । झुक्ने, घोप्टो पर्ने सबै सहि पोजिसनमा गर्नुपर्छ । हामी कार्यलयमा पनि लामो समय एउटै कुर्सीमा बस्छौ, एउटै पोजिसनमा । त्यसरी बस्दा हाम्रो मेरूदण्ड लगायत शरीरका भित्री अंगहरूलाई समेत असर पुगिरहेको हुन्छ । झट्ट त्यसको प्रतिक्रिया नदेखिने भएकाले हामीले आफ्नो पोजिसन बदल्दैनौ । तर, समयक्रममा त्यो पोजिसनले हामीलाई समस्या आउन थाल्छ ।

अहिले हाइ हिल लगाउने चलन व्यापक छ । फर्मल वेयरमा हाइ हिल अनिवार्य जस्तै भएको छ । यसले पनि ब्याक पेनको समस्या चाडै निम्त्याउने गरेको छ । अक्सर अहिले धेरैले ल्यापटपमा काम गर्छन् । ल्यापटपमै फिल्म हेर्ने, फोटो, भिडियो हेर्ने, फेसबुक चलाउने गरिन्छ । काखमा ल्यापटप राखेर एउटै पोजिसनमा घन्टौ बस्दा ढाँड, गर्दन दुख्छ ।

यस्तो समस्या साना बालबालिकामा समेत देखिन थालेको छ । चिकित्सकहरूको अनुसार अहिले गर्दन दुख्ने समस्या लिएर बालबच्चाहरूलाई अस्पताल ल्याउन थालिएको छ । मोवाइल, ट्याब्लेटमा एकोहोरि एर गेम खेल्ने, भिडियो हेर्ने बच्चाहरूमा यस्तो समस्या देखिएको छ ।

बस्नु, हामीलाई एकदमै सामान्य जस्तो लाग्छ । तर, बस्ने सहि पोजिशन छ । अक्सर बस्दा हामी कतै झुकेर, लत्रेर, मोडिएर बस्छौ । तर, बस्दा मेरूदण्डलाई एकदम सिधा राखेर बस्नुपर्छ । यसले गर्दा हाम्रो शरीर भित्रको कार्यसंचालन राम्ररी हुन पाउँछ । मुटु, मृगौला, पाचनयन्त्र, फोक्सो सबैले सहज रूपमा काम गर्न पाउँछ । मांशपेसीमा असर पर्दैन । रक्त प्रवाह राम्ररी हुन पाउँछ । यसले गर्दा हामीलाई कुनै समस्या आउँदैन ।

तर, हामी अधिकांश नेपाली अर्थात ९० प्रतिशतलाई बस्न नै आउँदैन । चाहे कार्यलयको कुर्सीमा होस्, चाहे गाडीमा, चाहे बाइकमा । सहि ढंगले बस्न आउँदैन । आर्मी एवं फौजमा भएका मान्छेहरू सिधा पोजिसन उभिन्छन् । पहिले यसको कारण थाहा थिएन । खासमा त्यस किसिमको पोजिसनमा उभिनु, बस्नु स्वस्थ्यमैत्री शैली रहेछ ।

हाम्रो सुत्ने पोजिसन पनि ठीक छैन । सुत्दा कसरी सुत्ने भन्ने सहि पोजिसन छ । त्यस्तो पोजिसनमा सुत्दा रक्त प्रवाह, श्वासप्रश्वास, पाचन प्रक्रियामा असर गर्दैन । तर, हामीलाई सुताइको त्यो ढंग थाहा छैन । हामी कार्यलयमा बसेर काम गर्दा घण्टौ एकै पोजिसनमा बस्छौं, जसले शारीरिक जटिलता ल्याउँछ । कामको धुनमा आफु कुन अवस्थामा बसिएको छ भन्ने हेक्का राखिदैन । यदि भूलले पछि समस्या निम्त्याउँछ । जब समस्या आइसक्छ, त्यसबेला सुधार गर्न निकै समय लाग्छ । उपचारमा समय लाग्छ, पैसा लाग्छ ।

तपाईं जहाँसुकै बसेर काम गर्नुहुन्छ, एउटै पोजिसनमा घन्टौ नबस्नुहोस् । बढीमा एक घण्टामा पोजिसन परिवर्तन गर्नुहोस् । यताउता टहल्नुहोस् । रिल्याक्स महसुष गर्नुहोस् । सहज ढंगले काम गर्नुहोस् । यस क्रममा गहिरो सास लिने र छाड्ने उपक्रम दोहोऱ्याइरहनुहोस् । पानी पर्याप्त पिउनुहोस् । पानी पिएपछि पिसाब फेर्नका लागि पनि उठिन्छ ।

व्यायाम गर्नुहुन्छ ? भनेर सोधियो भने धेरैले जबाफ फर्काउँछन्, दिनभर काम गर्छु किन व्यायाम गर्नु ? भ्रम के छ भने, काम गर्नु वा शारीरिक काम गरेपछि व्यायामको आवश्यक हुँदैन । त्यही व्यायाम हो । यो गलत धारणा हो ।
काम गर्दा हाम्रो शरीरको सबै अंगको सन्तुलित रूपमा व्यायाम हुँदैन । एकातिर बढी दबाव हुन्छ । तनाव हुन्छ । त्यसैले काम गर्दा शरीरले पाउनुपर्ने व्यायाम पाउँदैन । व्यायाम त्यो व्यवस्थित कर्म हो, जसले शरीरका अंग-प्रत्यंगलाई सहि रूपमा संचालन गराउँछ ।

नसा च्यापिने, हड्डी खिइने, गर्दन अर्रो हुने, ढाँड दुख्ने समस्याको जड हाम्रो खराब जीवनशैली हो । हाम्रो खराब बसाई, सुताई, काम गराई हो । त्यसैले यसको प्राकृतिक समाधान भनेको जीवनशैली परिवर्तन नै हो । तपाई रोग बोकेर अस्पताल धाउनुहुन्छ, तर जीवनशैली परिवर्तन गर्नुहुन्न भने अस्पताल धाउने क्रम निरन्तर जारी रहन्छ । त्यो कहिल्यै टुंगिदैन ।

त्यसैले कसरी सुत्ने, कसरी बस्ने, कसरी काम गर्ने भन्ने कुरामा ध्यान दिनुपर्छ । घोप्टो नपर्नुहोस्, नझुक्नुहोस्, नखुम्चिनुहोस् भन्न मिल्दैन । तर, कसरी घोप्टो पर्ने, कसरी झुक्ने भन्ने कुरा जान्नुपर्छ ।

१. बस्दाँ सधै सिधा ढाँड बनाएर बस्नुहोस् ।
२. कुर्सी, गाडीको सिट वा कतैपनि बस्दा हिप र घुँडाको पछाडिको भाग कुर्सीमा मिलेको हुनुपर्छ ।
३. एकै ठाउँमा लामो समय नबसौं । बेलाबखत बिश्राम लिने, यताउता गर्ने । शरीरलाई चलाउने ।
४. गाडी कुदाउँदा धेरै झुकेर होइन, सिटमा सिधा बसेर कुदाउने । बाइक कुदाउँदा पनि मेरूदण्डलाई खुम्चन नदिने ।
५. सुत्दा घोप्टिने, बाँया कोल्टो परेर सुत्ने, कुप्रो परेर सुत्ने पोजिसन सहि होइन ।
६. उपरखुट्टी लगाएर बस्नु पनि स्वास्थ्यका लागि घातक हुनसक्छ ।

अहिलेका मान्छेको जीवनशैली मात्र होइन, रोगको प्रकृति पनि बदिलएको छ । यी रोग विगतमा थिएन । वा हाम्रा पिता-पूर्खालाई नलागेको रोगले हामीलाई गाँजिरहेको छ ।

ल्याब जाँच लागि सही तरिकाले पिसाब संकलन कसरी गर्ने ?

तपाईंहरू पिसाब जाँच गर्न एक न एक पटक ल्याब जानु भएकै होला । तर के सही तरिकाले पिसाब संकलन गर्नु भयो/भएन ? यो निकै महत्वपूर्ण कुरा हो ।

महिलाहरुले सफा रूपमा पिसाब संकलगन गर्ने तरिका:
- साबुन पानीले हात धुने, पखाल्ने र सुकाउने
- योनीको बाहिरी भाग साबुन पानीले वा तरल साबुनमा भिजाइएको सफा गज प्याडले सफा गर्ने
- त्यो भाग पानीले वा भिजेको गज वाइपले राम्रोसँग सफा गर्ने
- पिसाब संकलन गर्दा योनीको बाहिरी भागलाई हातले छुट्याउने
- केही मात्रामा पिसाब फेरिसकेपछि मात्र किटाणु रहित स्वस्थ भाँडामा पिसाब संकलन गर्ने

पुरुषहरुले सफा रुपमा पिसाब संकलन गर्ने तरिका:
- साबुन पानीले हात धुने, पखाल्ने र सुकाउने
- लिङ्गलाई पखाल्ने, अगाडिको छालालाई लगेर साबुन पानीले पखाल्ने
- अगाडिको छालालाई पछाडि केही मिलिमिटर पिसाब निस्कन दिने
- केही मात्रामा पिसाब फेरिसकेपछि मात्र किटाणु रहित स्वस्थ भाँडामा पिसाब संकलन गर्ने ।

बालबालिका 'बुलिङ'को शिकार होलान् है ?

खासगरी विद्यालयमा पढ्न गएका बालबालिकामाथि शारीरिक मात्र होइन, मानसिक यातना पनि दिइरहेका हुन्छन् । यस्ता यातना न बाहिर देखिन्छन्, न बालबच्चाले खुलेर त्यसको विरोध गर्न सक्छन् । तर, त्यस्ता यातनाले उनीहरूलाई भित्रभित्रै सताइरहेको हुन्छ । यस्तो यातना शिक्षक, विद्यालयका कर्मचारी वा आफ्नै सहपाठीबाट समेत हुनसक्छ ।

नेसनल सेन्टर फर एजुकेसनल स्टाटिस्टिक्सका अनुसार १२ देखि १८ वर्ष उमेरका विद्यार्थीहरूमध्ये एक तिहाइलाई विद्यालयमा बुलिङ हुने गरेको छ ।

भौतिक बुलिङमा शारीरिक दुर्व्यवहार, सजाय दिने, धकेल्ने, पिट्ने, थुक्ने झगडा गर्नेजस्ता कार्यहरू पर्छन् । त्यस्तै शारीरिक हानि गर्ने किसिमका धम्की दिने र जबरजस्ती केही कार्यहरू गर्न लगाउने पनि यसैमा पर्छन् ।

भावनात्मक बुलिङमा कसैलाई होच्याउने, कसैलाई नराम्रो नाम राखेर बोलाउने, नराम्रो प्रतिक्रिया दिने, जिस्क्याउने, गालीगलौज गर्ने आदि कुरा पर्छन् । यसमा पीडितलाई बहिष्कार गर्ने प्रयास पनि पर्छ । जस्तै : एक्लै छोडिदिने वा वास्ता नगर्ने आदि ।

भावनात्मक रूपमा गरिने बुलिङमा कसैको सामान लुकाइदिने वा अर्कै ठाउँमा राखिदिने कामहरू पनि हुन्छन् । भावनात्मक बुलिङ प्रत्यक्ष रूपमा वा साइबर बुलिङको माध्यमले पनि हुनसक्छ ।

नेसनल सेन्टर फर एजुकेसनल स्टाटिस्टिक्सका अनुसार १२ देखि १८ वर्ष उमेरका विद्यार्थीहरुमध्ये एक तिहाइलाई विद्यालयमा बुलिङ हुने गरेको छ ।

अनेकथरी बुलिङ

प्याक बुलिङ भनेको समूहले गर्ने बुलिङ हो । अष्ट्रेलियामा गरिएको एक अध्ययन अनुसार प्याक बुलिङ विद्यालयहरूमा अत्यधिक मात्रामा हुने गरेको छ र यो व्यक्तिगत बुलिङभन्दा धेरै लामो समयसम्म चलिरहन्छ ।

प्याक बुलिङमा शारीरिक, भावनात्मक बुलिङ वा साइबर बुलिङ पर्छन् । यस्तो बुलिङ विद्यालयको चौरमा, विद्यालयको हलवेमा, भऱ्याङमा, खेलमैदानमा, जिमखानामा, कक्षाकोठामा वा स्कूल बसमा पनि हुनसक्छ ।

व्यक्तिगत बुलिङ भनेको एकले अर्कोलाई गर्ने (वान-अन-वान) बुलिङ हो । जुन अनलाइन मार्फत, प्रत्यक्ष गरिने शारीरिक वा भावनात्मक बुलिङ हुनसक्छ । सन् २००९ मा अष्ट्रेलियामा गरिएको एक अध्ययनअनुसार यो प्राथमिक विद्यालयमा धेरै हुने गरेको छ ।

व्यक्तिगत बुलिङ प्याक बुलिङ हुने जुनसुकै स्थानमा पनि हुनसक्छ र प्याक बुलिङ नहुने सानो क्षेत्र जस्तै बाथरूममा पनि हुनसक्छ ।

विद्यालय बुलिङका माध्यम

फेस-टु-फेस बुलिङ

यसमा विद्यार्थीले एक अर्कालाई प्रत्यक्ष रूपमा चुनौती दिन्छन् ।

साइबर बुलिङ

अनलाइन मार्फत प्रत्यक्ष रूपमा गरिने बुलिङमा इमेल, च्याट रुम, सामाजिक सञ्जाल, टेक्स्ट म्यासेज, इन्स्ट्यान्ट म्यासेज, वेवसाइट पोस्टिङ वा ब्लग आदिको माध्यमबाट हुन्छ । साइबर बुलिङकर्ताले आफ्नो परिचय लुकाउन सक्छन् र पीडितले अज्ञात आक्रमणको रूपमा त्यस्तो बुलिङ खेप्न सक्छन् । साइबर बुलिङमा इमोसनल बुलिङमा हुने सबै थोक पर्छन् ।

विद्यालयमा हुने बुलिङको लक्षित समूह
- होमोफोबिक बुलिङ कहिलेकाहीं अरूभन्दा अलि फरक मानिन्छ किनभने यसको निश्चित लक्षित समूह छ ।
- शारीरिक अपाङ्गता भएका विद्यार्थीहरूमाथि हुने बुलिङको पनि लक्षित समूह हुन्छ ।
- रंगभेदी बुलिङमा कुनै विशेष वर्णको वा संस्कृतिको मानिसलाई लक्षित गरिएको हुन्छ ।
- धार्मिक बुलिङले विशेष धार्मिक मान्यता भएका मानिसहरूलाई लक्षित गरेको हुन्छ ।

बुलिङसम्बन्धी केही तथ्य
- एनसिइएसको रिपोर्ट अनुसार मध्य कक्षाहरू ६/७ मा सिनियर स्कूलमा भन्दा पनि धेरै बुलिङ हुन्छ ।
- भावनात्मक बुलिङ सबैभन्दा धेरै प्रचलित बुलिङ हो । त्यस्तै शारीरिक रूपमा गरिने बुलिङ दोस्रो प्रचलित बुलिङमा पर्छ ।
- साइबर बुलिङ मध्यम कक्षाका विद्यार्थीमा खासै हुँदैन तर यो विद्यालयको अन्तिम तीन वर्षमा भने धेरै हुन्छ ।
- धेरैजसो बुलिङ विद्यालय परिसरभित्रै हुन्छ जुन खेलकुद मैदानमा अलि कम र विद्यालयमा अझै कम हुन्छ ।
- मध्यम कक्षाका विशेषगरी ६ कक्षाका विद्यार्थीलाई बसमा धेरै बुलिङ गरिएको हुन्छ ।
- बुलिङबाट ६ कक्षामा पढ्नेहरूलाई धेरै शारीरिक चोट लाग्ने, ८-९ पढ्नेलाई अलि कम र हाइस्कूलकालाई निकै कम चोट लाग्ने गरेको छ ।

बुलिङबाट पीडितहरुमा विभिन्न प्रकारका समस्याहरु देखिन्छन्
- आत्मसम्मानको कमी
- अरूलाई विश्वास गर्न गाह्रो हुने
- आत्मविश्वासको कमी
- चाँडो रिसाउने
- रिस नियन्त्रण गर्ने
- एक्लै बस्ने

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

ड्राइगनफुडको पकेट क्षेत्र बन्दै मकवानपुरगढी

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरगढी गाउँपालिकाका विभीन्न वडामा ड्राइगनफुड खेतीगर्नका लागि किसान उत्साहीत भएका छन् । खानका लागि पोसीलो रहेको यस ड्राइगनफुड अहिले मकवानपुर गढी गाउँपालिका वडा नम्बर ३ गाउँपालिका कार्यालय नजिक केदार लम्सालले खेती थालेका छन् ।

त्यसैगरी गढी ४ मक्रान्चुलीमा विष्णु कठाएतले यसको खेती सुरू गरेका छन् । मकवानपुरगढी गाउँपालिका वडा नम्बर ५ नयाँगाउँमा नबराज हुमागाँई, गढी ५ कै धादिङ्मा नारायण रेग्मी, गढी ५ कै सोलीथुम दमारमा खिला सापकोटाले ड्राइगनफुड खेती सुरू गर्नु गरेका हुन् । गढी गाउँपालिकालाई ड्राइगनफुडको पकेट क्षेत्रका रूपमा विकास गरिने ड्राइगनफुड पकेट क्षेत्र समन्वय समितिका अध्यक्ष नबराज हुमागाईले बताए । ड्राइगनफुड खेतीका लागि तीनै तहका सरकारले अनुदानका कार्यक्रम ल्याउन थालेका छन् । यसको खेतीमा लाग्ने किसानलाई प्रोत्साहन गर्ने उद्देश्यले सरकारले पनि सहयोग गर्न लागेको हो ।

मकवानपुरगढी गाउँपालिकाका अध्यक्ष विदुर हुमागाईले धादिङ्मा ड्राइगनफुडको विरूवा रापेर उद्घाटन् गरे । यसको लागि स्थानीय सरकारले सहयोग समेत गर्ने उनले बताए । मकवानपुरगढी किसानका लागि उर्बर भूमी समेत रहेको र यसका लागि धेरै खालका सहयोग आफुहरूले गरेको अध्यक्ष हुमागाईले बताए ।

मनहरीमा भूमिहिनको तथ्याङ्क संकलन थालिने

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको मनहरीमा भूमिहिन दलित, भूमिहिन सुकुम्बासी, र अव्यवस्थीत बसोवासीको बिवरण र तथ्याङ्क संकलन सुरू गरिने भएको छ । त्यसका लागि कार्यालयको स्थापना भएको छ । भूमि व्यावस्थापन साखा मनहरीको रजैयामा स्थापना गरेर काम सुरू गर्न लागिएको हो ।

यसका लागि ७ जना कर्मचारी छनौट गरेर तालिम दिएपछी काम सुरू गरिने मनहरी गाउँपालिकाका अध्यक्ष एकराज उप्रेतीले बताए । जग्ग भएका तर, पुर्जा नभएका र जग्गानै नभएका दलितहरू कति छन् भनेर तथ्याङ्क संकलन गर्न लागिएको उनले बताए । तालिमपछि छनौट भएका कर्मचारीहरूलाई फिल्डमा खटाउने उनले बताए । सरकारले गठन गरेको सुकुम्वासी समस्या समाधान आयोगमा यसको विवरण बुझाएपछी उसैले निर्णय गर्ने छ ।

सामुदायिक वनमा देखिएका समस्या समाधान गर्न महासंघको माग

◆ विकास संवाददाता

सामुदायिक वनमा सृजना गरिएका समस्या तत्काल समाधान गर्नका लागि वन उपभोक्ता महासंघले आग्रह गरेको छ । सामुदायिक वन उपभोक्ता महासंघ मकवानपुरको आयोजनामा १७ माघमा हेटौंडामा आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा बोल्दै केन्द्रीय अध्यक्ष भारती पाठकले सामुदायिक वनमा समस्या सृजना गर्ने भन्दा पनि देखिएका समस्याहरूलाई तीनै तहका सरकारले समाधान गर्दै लैजानुपर्ने बताइन् ।

सामुदायिक वनमा रहेका ढलापढा, सुखाखडा, प्रकोपले ढलेका, बुढा तथा उमेर पुगेका रूखलाई कटान गरेर उपभोक्तालाई वितरण गर्न पाउनुपर्ने उनले बताइन् । डिभीजनवन नै पिच्छे डिएफओहरूले कानून तेर्सयाएर काम गर्न नदिएको र आम वन उपभोक्ताहरूलाई समस्यामा पारेको उनले बताइन् । समुहले पहिचान गरेका रूखहरूबाट दिगो र निरन्तरता काठ दाउरा लगायतका वन पैदावर तत्काल संकलन, सदुपयोग, बिक्री वितरण र ओसार पसार गर्न पाउने कुराको सुनिश्चितताका लागि अनुरोध समेत उनले गरिन् ।

वन ऐन २०७६ अनुसार तर्जुमा गरिने नयाँ वन नियमावलीमा सामुदायिक वन मैत्रि र दिगो वन व्यावस्थापन गर्ने किसीमका व्यावस्थाहरू समावेस गर्न अनुरोध गरिएको अध्यक्ष पाठकले बताइन् । लामो समयदेखि सालको काठ दाउरा बिक्री वितरणमा लगाइएको प्रतिबन्ध खुल्ला गर्ने निर्णय गरिएकोमा नेपाल सरकार प्रति धन्यवाद समेत महासंघले व्यक्त गरेको छ ।

फोहोर व्यवस्थापनका लागि जग्गा खोज्दै हेटौंडा

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले नगर क्षेत्रमा उत्पादन हुने फोहोरको दिगो व्यावस्थापनका लागि जग्गाको खोजी सुरू गरेको छ ।

हेटौंडा १० मा रहेको ल्याण्डफिल्ड साइडमा फोहोर थुप्रिएर आगजनी हुनेक्रम धेरै बढेपछी दिगो व्यावस्थापनका लागि जग्गाको खोजी भइरहेको उपमहानगरपालिकाका मेयर हरि बहादुर महतले बताए ।

बजार क्षेत्रबाट छुट्टै व्यावस्थापन गर्दा पनि आगलागी हुने, ठाउँ समेत भरिएर समस्या आएपछी अर्को स्थानको खोजी गरिएको मेयर महतले बताए । महतले हेटौंडा १९ वस्तिपुर भन्दा माथी रहेको खाली जमिनको अवलोकन समेत गरेका छन् । अझै धेरै ठाउँहरू हेर्ने र उचित स्थान पाउने वित्तिकै फोहोरको व्यावस्थापन गर्न सुरू गर्ने मेयर महतले बताए ।

दैनिक १५ ट्याक्टर हेटौंडामा फोहोर उत्पादन हुने गरेको छ । अहिले व्यावस्थापन गरिरहेको स्थानमा वरपरका हरेक व्यक्तिले आगो लगाइदिने समस्या उपमहानगरपालिकाले भोग्दै आएको छ । यसको नियन्त्रणका लागि सवारीका साधन, कर्मचारीले दिनहुँ तनाबका विच काम गर्नु परेको छ । यसको उचित व्यावस्थापनका लागि जग्गाको खोजी भएपछी काम सुरू गर्ने उपमहानगरपालिकाको तयारी छ ।

बागमतीमा नेकपा अस्तव्यस्थ, काँग्रेस मस्त

◆ विकास संवाददाता

पार्टी दुई खेमामा बाँडिएपछि सत्तारूढ दल नेकपा अहिले फुटको चरणमा छ । पार्टीको विवाद केन्द्र, प्रदेश हुँदै स्थानीय तहसम्म पुगिसकेको छ। नेकपाको विवादको सुरूवाती चरणदेखि नै चर्चामा रहेको बागमती प्रदेश यतिखेर अस्तव्यस्त देखिन्छ ।

बागमती प्रदेश सरकारका तीन मन्त्रीले राजीनामा दिएका छन्। प्रदेशसभा सचिवालयमा अविश्वासको प्रस्ताव दर्ता भएको छ । अविश्वासको प्रस्ताव दर्तासँगै प्रदेशसभामा सदस्यहरूको खिचातानी सुरू भइसकेको छ।

प्रदेशसभामा अविश्वासका प्रस्ताव दर्ता गर्ने बेलामा हस्ताक्षर गरेका ३ जना नेकपा सांसदले हस्ताक्षर फिर्ता लिएका छन् । ओलीनिकट मानिने काभ्रेबाट निर्वाचित प्रदेशसभा सदस्य बसुन्धरा हुमागाईं प्रचण्ड–नेपाल पक्षमा खुलेका छन् । प्रदेशका संसदीय समितिका सभापतिहरू नेकपाको गुट–उपगुटको भेलामा सहभागी हुने, सम्बोधन व्यस्त छन् । सरकारले पर्याप्त विजनेस दिन नसकेका कारण समितिको बैठक बस्न नसकेको कृषि समितिका सभापति घनश्याम दाहाल बताउँछन् ।

निर्णायिक कांग्रेस मस्त

प्रदेशमा ११० प्रदेशसभा सदस्य छन् । जसमा नेकपाका ८० जना छन् । प्रमुख प्रतिपक्षी दल नेपाली कांग्रेसका २२, विवेकशील साझा दलका ३, राप्रपाका २, नेमकिपा २ र स्वतन्त्र सांसद् १ जना छन् । बहुमतका लागि ५६ जना आवश्यक पर्छ। अविश्वासको प्रस्ताव सामना गर्न मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेललाई कांग्रेसको साथ चाहिन्छ । अविश्वास प्रस्ताव पास गर्न प्रचण्ड–नेपाल पक्षलाई पनि कांग्रेसकै साथ चाहिने देखिन्छ। कांग्रेसबिना सबै साना दलले साथ दिँदा पनि प्रचण्ड–नेपाल पक्षको अविश्वासको प्रस्ताव पारित हुने देखिँदैन ।

कमजोर प्रमुख प्रतिपक्षको भूमिकामा रहेको नेपाली कांग्रेस नेकपा विभाजनसँगै बार्गेनिङ गर्न सक्ने हैसियतमा पुगेको छ । सदनबाट सरकारको चर्को आलोचना गर्न नसकेको कांग्रेस नेकपा अस्तव्यस्त हुँदा मस्त रूपमा खडा भएको देखिन्छ। कांग्रेसको बागमती प्रदेश संसदीय दलको बैठकले मुख्यमन्त्री पौडेल विरूद्धको अविश्वास प्रस्तावबारे छलफल गर्ने जिम्मा संसदीय दलका नेता इन्द्रबहादुर बानियाँलाई दिएको छ । तर बानियाँले केन्द्रको निर्णय कुरेको भन्दै जवाफ नदिँदा कांग्रेसले नेकपाका दुई पक्षलाई धरमरमा राखेको छ ।

कांग्रेसले प्रतिनिधिसभा विघटन गर्ने प्रधानमन्त्री ओलीको कदमलाई असंवैधानिक र अलोकतान्त्रिक भन्दै यसको विरोध गरेको छ । तर बागमती प्रदेशमा कुन पक्षलाई समर्थन गर्ने भन्ने जिम्मा दलका नेता बानियाँलाई दिएको कांग्रेस संसदीय दल बागमती प्रदेशका सचिव निमा लामा बताउँछन् ।

हामी बहुमतमा छौं, सरकार ढल्दैन : पाण्डे

बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेल नेकपा संसदीय दलभित्र अल्पमतमा रहेको प्रचण्ड–नेपाल पक्षले दाबी गर्दै आएको छ । तर संसदीय दलमा रहेका ८० जना नेकपा सासंदमध्ये मुख्यमन्त्री पौडेललाई ४० भन्दा धेरैको साथ रहेको संसदीय दलका मुख्य सचेतक केशव पाण्डेको दाबी छ ।

सामुदायिक विद्यालयका बालबालिकालाई स्कूलमै खाजा

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकाका सबै सामुदायिक विद्यालयमा दिवा खाजा कार्यक्रम शुरू भएको छ । पालिका अन्तर्गतका सामुदायिक विद्यालयहरूमा दिवा खाजा कार्यक्रम शुभारम्भ भएको थाहा नगरपालिका शिक्षा शाखाका प्रमुख शोभाकर रेग्मीले बताए ।

नगरपालिका भित्रका सबै सामुदायिक विद्यालयमा अध्ययनरत शिशु तहदेखि कक्षा ५ सम्मका विद्यार्थीलाई दिवा खाजा कार्यक्रम सञ्चालन शुरू गरिएको प्रमुख रेग्मीले बताए । थाहा नगरपालिकामा ८ मा दिवा खाजा संचालन गर्ने निर्णय भए पनि यही माघ देखि विद्यालयले खाजा खुवाउन शुरू भएको हो । खाजाका लागि विद्यार्थी संख्याको आधारमा प्रति व्यक्ती रू १५ का दरले व्यवस्थापन गर्ने निर्णय भएको छ ।

दिवा खाजा कार्यक्रम संचालन भएपछि विद्यार्थीहरू उत्साहित भएको शिक्षा शाखाले जनाएको छ । यसले विद्यार्थीको सिकाई उपलब्धी पनि बढ्ने शाखा प्रमुख रेग्मीले विश्वास व्यक्त गरे ।

विद्यालय पठाइएका आफ्ना बालबालिकाले दिनमा खाजा समेत खान पाउने भएपछि अविभावक पनि खुशी छन् । दिवा खाजा व्यवस्थापनका लागि गठित समितिले खाजाको व्यवस्थापन र प्रभावकारीता अनुगमन गर्ने रेग्मीले बताए ।

सबै सामुदायिक विद्यालयप्रति विद्यार्थीको आकर्षण बढाउने र विद्यार्थीलाई विद्यालयमा टिकाइ राख्ने वातावरणको सिर्जना गर्न कार्यक्रम अघि सारिएकोले यो प्रभावकारी हुने भन्दै विद्यालय व्यवस्थापन समितिको निर्णयमा खाजा खुवाउने व्यवस्था गर्नुपर्ने व्यवस्था छ । बालबालिकालाई खाजा खुवाउँदा आवश्यक मात्रा, स्वच्छता र पोषकतत्व सुनिश्चिततामा ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने पनि रेग्मीको भनाई छ ।

थाहानगरमा प्रतिपक्ष अन्तरपार्टी संजाल 'गुनासो बटुल्दै'

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकामा क्रियाशील प्रतिपक्ष अन्तरपार्टी संजालले नगरपालिकामा सुझाव पेटिका राखेको छ । संजालले नगरपालिका परिसरमा रहेको इजलास भवनमा आफ्नो भिन्दै सुझाव पेटिका राखेको हो ।

थाहा नगरपालिकाप्रति रहेको गुनासो तथा प्रतिक्रियाहरू उक्त पेटिका मार्फत राख्न सकिने नेपाली काँग्रेस थाहानगरका सभापति योगेन्द्रमान श्रेष्ठले जानकारी दिए । सुझाव पेटिका राख्न आयोजित १५ माघको कार्यक्रममा थाहानगरमा क्रियाशील नेपाली काँग्रेस नगर सभापति योगेन्द्रमान श्रेष्ठ, काँग्रेस नेता प्रमोद जोशी, जनता समाजवादी पाटीका मकवानपुर-२ इन्चार्ज इन्द्रबहादुर श्रेष्ठ, राष्ट्रिय जनमोर्चा थाहानगर अध्यक्ष दिनेश विष्ट र साझा पाटी थाहानगरका अध्यक्ष माधव कार्कीको सभागीता रहेको थियो ।

नगरपालिका कार्यालयमा राखिएको गुनासो पेटिकाको माध्यमबाट अब जनताको गुनासोलाई सरोकारवाला निकायसम्म पुऱ्याउन अन्तरपार्टी राजनीतिक दल सहयोगी बन्ने विश्वासका साथ पेटिका राखिएको जनता समाजबादी पार्टी

मकवानपुर-२ का ईन्चार्ज ईन्द्रबहादुर श्रेष्ठले बताए । थाहा नगरपालिका र नगरपालिका अन्तर्गतका निकायबाट पाउनु पर्ने कुनै सेवा सुबिधा प्रति गुनासो भए गुनासो पेटिका मार्फत गुनासो गर्न सहजताको लागि गुनासो पेटिका राखिएको नेपाली कांग्रेस थाहानगर सभापती योगेन्द्रमान श्रेष्ठले बताउँछन् । संजालले राखेको गुनासो पेटिका नियमित खोलिने र आएका गुनासाहरू सरोकारवाला निकायसम्म पुऱ्याई समाधानको प्रयास गर्ने नेपाली कांग्रेसका नेता प्रमोद जोशीले बताए ।

प्रतिपक्ष अन्तरपार्टी संजालले कुनै गुनासो भएमा पेटीका राखिदिनु आग्रह गर्दै गुनासो सम्बोधनका लागि सम्बन्धीत निकायसंग समस्या समाधानको लागि पहल गर्ने संजालले प्रतिवद्धता व्यक्त गरेको छ । संजालले यसअघि पनि नगरपालिकासंग सूचनामाग तथा अन्य पृष्ठपोषणका कार्यहरू गर्दै आएको थियो ।

सुरक्षित वैदेशिक रोजगार सम्बन्धी अन्तरक्रिया

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकामा सुरक्षित आप्रवासन परियोजना (सामी) को विषयमा जनप्रतिनिधि र सरोकारवालाहरूसंग सुरक्षित वैदेशिक रोजगार सम्बन्धि एक दिने अन्तरक्रिया कार्यक्रम भएको छ । थाहा नगरपालिकाको आर्थिक सहयोग तथा एकिकृत ग्रामिण विकास सेवाको आयोजनामा ११ माघमा भएको कार्यक्रममा सुरक्षित आप्रवासन परियोजना (सामी)ले थाहा नगरपालिका क्षेत्रमा गरेका कामको बारेमा जानकारी गराइएको थियो ।

थाहा नगरपालिकाका उपप्रमुख खड्ग गोपालीको प्रमुख आतिथ्यतामा भएको कार्यक्रममा नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकिय अधिकृत हरिलाल पुरी, सामी परियोजना मकवानपुर सचिब मिनराज पौडेल, सुरक्षकर्मी, पत्रकारलगायत विभिन्न संघ संस्थाका पदाधिकारीहरूको उपस्थिति रहेको थियो ।

कार्यक्रममा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत हरिलाल पुरीले सुरक्षित आप्रवासनको कानुनी तथा व्यवहारिक पक्षको विषयमा प्रस्तुतिकरण गरेका थिए । उनले थाहा नगरपालिकाले सुरक्षित वैदेशिक रोजगारको विषष्यमा भए गरेको कार्यहरूको विषयमा समेत प्रष्ट्याएका थिए । थाहा नगरपालिकामा सुरक्षित आप्रवासन परियोजना (सामी) परियोजनाले समुदाय स्तरमा सुरक्षित वैदेशिक रोजगार सम्बन्धी कार्य गर्दै आएको छ ।

अनुदान नै .... .

खेतबारी जोत्नका लागि ट्याक्टर वितरण गर्ने योजना छ । ट्याक्टर खरिदका लागि टेण्डर भैसकेको र कृषक समेत छनोट भैसकेको कृषि विकास शाखाले जनाएको छ ।

त्यस्तै नगरको खेती योग्य जमिनको उर्वरा जोगाउनका लागि बायोटिन कृषि चुन पनि पालिकाले ७५ प्रतिशत अनुदानमा वितरण गरेको छ । त्यस्तै तरकारी उत्पादनको प्रमुख ख्याती कमाएको थाहा नगरमा खेर जाने तरकारीलाई व्यवस्थित गर्ने योजना पनि ल्याएको छ । यसका लागि नगरपालिकाले ५० प्रतिशत अनुदानमा ड्रायर मेशिन खरिद गर्ने जनाएको छ । यसका लागि ७ लाख ५० हजार रूपियाँ बजेट विनियोजन गरेको छ । ड्रायर खरिदका लागि किसानहरूको मागसहित निवेदन परिसकेको र अन्य प्रक्रिया बाँकी रहेको कृषि विकास शाखाले जनाएको छ । वडा नम्बर ११ मा चिया बगान निर्माण सहित थालिएको अभियानमा पनि कृषि विकास शाखाले ५० प्रतिशत अनुदानमा चियाको विरूवा वितरण गर्ने कृषि शाखाको वार्षिक कार्यक्रम रहेको छ ।

बाइरोडमा सवारी चाप बढ्यो

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडाबाट भीमफेदी, कुलेखानी हुँदै काठमाण्डौ प्रवेश गर्ने छोटो दूरीको सडक मर्मत गर्न दुई महिनाका लागि बन्द भएपछि त्रिभुवन राजपथ (बाइरोड)मा सवारी चाप बढेको छ । भिमफेदी-कुलेखानी सडक बन्दका कारण बिहान सुनसान भएपनि दिउँसो बाइरोड निकै व्यस्त बन्ने गरेको छ ।

निर्माणाधीन भीमफेदी-कुलेखानी सडकखण्ड आउँदो चैत १० गतेसम्मका लागि बन्द भए पछि सो रूट भएर चल्ने टाटा सुमो लगाएत साना सवारी साधन त्रिभुवन राजपथ भएर संचालन भैरहेका छन् । बाइरोडमा सवारी चाप बढेसंगै बालबालिका र ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई सडकमा थप समेच भएर हिँडडुल गर्नका लागि अपील गरिएको छ ।

त्रिभुवन राजपथमा सवारीको चाप बढेसँगै यस क्षेत्रमा भएका होटलहरूमा खाना खाजा खाने यात्रुको चाप पनि बढेको छ । अहिले बाइरोड भएर दैनिक सयौ साना दुई पाङ्ग्रे तथा चार पाङ्ग्रे सवारीहरू संचालन भैरहेका छन् । बाइरोड अन्तर्गत पर्ने सिमभन्ज्याङ, दामन, शिखरकोट लगायतका बजार क्षेत्रहरूका होटलहरूमा ग्राहकको घुइचो लाग्ने गरेको छ । भीमफेदी-कुलेखानी सडक बन्द भएपछि हेटौंडाबाट काठमाण्डौ आउन अब त्रिभुवन राजपथ, कान्ति लोकपथ वा पृथ्वी राजमार्ग प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ ।

प्रचारमा आउँदै टिस्टुङको मुस्कान झरना

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका ११ टिस्टुङमा रहेको मुस्कान झरना प्रबर्द्धनका लागि प्रचार शुरू गरिएको छ । टिस्टुङ ठाडेमा रहेको प्राकृतिक झरनालाई पर्यटकिय गन्तब्यका रूपमा प्रबर्द्धन गर्न बाटो लगाएतका भौतिक पूर्वाधार निर्माण शुरू भएको छ ।

टिस्टुङको ठाडोखोलामा रहेको झरनालाई मुस्कान झरना नामाकरण गरि पहिलो चरणमा झरनासम्म जाने बाटो निर्माण गर्न शुरू गरिएको थाहा नगरपालिका ११ नंम्बर वडाध्यक्ष किरणमान बलले बताए । झरना प्रबर्द्धनका लागि वडा कार्यालय र जे.सिंवाई.सि.संस्थाको सहयोगमा बाटो तथा पिकनिक स्पोर्ट लगायतका संर चना निर्माण हुने अध्यक्ष बलले बताए ।

टिस्टुङको प्रख्यात खुकुरी ढुङ्गा र नर्बे ढुङ्गको बिचमा रहेको झरनाको पहिचान पछि टिस्टुङमा पर्यटकलाई मनोरञ्जन लिन अर्को थप गन्तब्य बन्ने अध्यक्ष बलको विश्वास छ । संरचना निर्माणकालागि दैनिक ४० जना स्थानिय मजदुर काममा खटिने र कामको लागि कोभिड र लकडाउनका कारण कामविहिन भएका स्थानियहरूलाई स्वरोजगार बनाउन प्राथमिकता दिईने पछि अध्यक्ष बलले बताए ।

प्राधिकरणको बक्यौता असुली अभियान

◆ विकास संवाददाता

नेपाल विद्युत प्राधिकरण पालुङ वितरण केन्द्रले बाँकी बक्यौता असुल अभियानलाई तिब्र बनाएको छ । लामो समयदेखि बाँकी बक्यौता नतिर्ने ग्राहकको लाईन काट्ने अभियान शुरू गरिएको हो ।

पालुङ वितरण केन्द्रको बक्यौता ३ करोड पुगेपछि असुलीका लागि अभियान सञ्चालन गरिएको र यस साता मात्र एक सय भन्दा बढी ग्राहकको लाईन काटिसकेको पालुङ वितरण केन्द्रका प्रमुख विनोद अधिकारीले जानकारी दिए । प्रमुख अधिकारीले पालुङ वितरण केन्द्र अन्तर्गत पहिलो चरणमा औद्योगिक र व्यावसायिक ग्राहकको लाईन काटिएको र दोस्रो चरण अन्तर्गत ग्राहस्त वर्गमा बाँकी वक्यौता रहेका ग्राहकको लाईन काट्न शुरू गरिएको पनि बताए ।

प्राधिकरणले बाँकी बक्यौता रहेका सरकारी कार्यालयलाई पनि वक्यौता महशुल बुझाउन पत्राचार गरेको छ । चुहावट नियन्त्रण र वक्यौता संकलन अभियानलाई एकै साथ प्रभावकारी रूपमा संचालन गर्न टोली परिचालन गरिएको र ६० दिन भन्दा बढी समयसम्म पनि महशुल नतिर्ने ग्राहकको लाईन क्रमशः काटिने पनि प्रमुख अधिकारीले बताए ।

बाल विवाहसम्बन्धी नेपल सरकारा कानूनी प्रावधानहरु

विवाह गर्ने व्यक्तिको उमेर बीस वर्ष नपुगी कसैले विवाह गर्न वा गराउन हुँदैन । यस विपरित भएको विवाह स्वत: बदर हुनेछ ।
- मुलुकी अपराध संहिता, २०७४ दफा १७३ उपदफा १ र २

बालविबाह गरे गराए हुने सजाँय :

बीस वर्ष उमेर नपुगी विवाह गर्ने र गराउने दुवै व्यक्तिलाई तीन वर्षसम्म कैद र तीस हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना हुनेछ ।
- मुलुकी अपराध संहिता, २०७४ दफा १७३ उपदफा (३)

बालबालिकाकाको विवाह तय गर्ने वा बालबालिकासँग विवाह गर्ने वा गराउने कार्य बालबालिका विरूद्धको कसुर गरेको मानिनेछ ।
- बालबालिका सम्बन्धी ऐन २०७५ दफा ६६ उपदफा (२) खण्ड (ण)

बाल विवाह गराए हुने सजाँय :

पचहत्तर हजार रुपैया सम्म जरिवाना र तीन वर्ष सम्म कैद हुनेछ ।

कसले, कहाँ र कति समयभित्र उजुरी गर्ने ?

पीडित वा जो कोहीले नजिकको प्रहरी कार्यालयमा बाल विवाह गराए, गरेको थाहा पाएको मितिले तीन महिना भित्र उजुरी दिई सक्नु पर्नेछ ।
- मुलुकी अपराध संहिता, २०७४ दफा १७६

बालबालिका विरूद्धको कसुरको सम्बन्धमा मुद्दा दायर गर्ने हदम्याद स्वयम् पीडित बालबालिका अठार वर्ष पूरा भएको मितिले एक बर्षसम्म कायम रहनेछ ।
- बालबालिका सम्बन्धी ऐन २०७५ दफा ७४ उपदफा २

थाहा नगरपालिका
सामाजिक विकास शाखा
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

कर्मचारी आवश्यकता सम्बन्धी सूचना !

सूचना प्रकाशित मिति: २०७७/१०/१५

थाहा नगरपालिका अन्तर्गत रहेको पालुङ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र संचालक समितिको मिति २०७७/१०/१४ को निर्णय अनुसार सो स्वास्थ्य संस्थाका लागि सुरक्षा गार्ड आवश्यक परेको हुँदा तपशिल बमोजिमको विज्ञापन आव्हान गरिन्छ ।

तपशिल:

पद	: सुरक्षागार्ड
सख्या	: ३ (तीन)
हस्त लिखित निवेदन	: १ थान
नागरिकता प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी	: २ थान
पासपोर्ट साइजको फोटो	: २ प्रति
उमेर	: ४५ वर्ष ननाघेको
तलब स्केल	: १२,०००/- (बाह्र हजार)
योग्यता प्राप्त	: भू.पू. सैनिक/प्रहरी तथा मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट सुरक्षागार्ड तालिम प्राप्त प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी
निवेदन दस्तुर	: रु.५००/-
दरखास्त बुझाउने अन्तिम मिति	: २०७७/१०/२८ कार्यालय भित्र मात्र
सम्पर्क मिति	: २०७७/१०/२९ गते कार्यालय समयमा
छनौट प्रक्रिया/परीक्षाको किसिम	: सम्पर्क मितिको दिन तोकिनेछ
निवेदन दिने स्थान	: पालुङ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र

थप जानकारीका लागि :
९८६०४९१९७५ र ९८४५७१८८४५
-पालुङ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र,
थाहा-४, मकवानपुर

NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

सर्बसाधारणका लागि जनचेतनामुलक संदेश

नोवेलकोरोनाभाइरसका 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 हाच्छ्युं 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 ● इमेल: bikaskhabar@gmail.com ● सम्पादक : कुमार नेगी