थाहानगरका १३३ लाई खोप । पृष्ठ ५ मा

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-४
मिडिया चोक, मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७२९५०७२
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक

● मकवानपुर, वर्ष-१३, ● अंक-३२ ● २०७७ फागुन १० गते सोमबार, ● 22 Feb.. 2021, ● नेपाल सम्वत्-११४१, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

कोरोनाबाट ज्यान गुमाएका परिवारलाई १ लाख राहत

◆ विकास संवाददाता

थाहा नगरपालिकाले कोरोना भाइरसको संक्रमणका कारण ज्यान गुमाएका परिवारलाई राहत रकम वितरण गरेको छ । नगरपालिकाको आर्थिक वर्ष २०७७/०७८ को नीति तथा कार्यक्रम अनुसार ज्यान गुमाएका परिवारलाई प्रति परिवार १ लाख रूपियाँको दरले राहत उपलब्ध गराएको हो । कोरोना भाइरसका कारण ज्यान गुमाए प्रति परिवार १ लाख रूपियाँ दिने सातौ नगरसभाले निर्णय नै गरेको थियो ।

थाहानगरमा कोरोना संक्रमणका

कारण हालसम्म ५ जनाले ज्यान गुमाएका छन् । ज्यान गमाएका परिवारलाई नगर प्रमुख लवशेर विष्ट तथा प्रशासन महाशाखा प्रमुख अजित घिमिरेले राहत रकमको चेक हस्तान्तरण गरेका हुन् ।

वितरण कार्यक्रममा प्रमुख विष्टले ज्यान गुमाउने परिवारका लागि थोरै भएपनि आपिर्थक सहायता हुने भएकोले सहयोग गरिएको बताए । विष्टले नगरका नागरिकहरूका लागि कोरोनाबाट सुरक्षित हुने र नगरले गर्न सक्ने कार्यलाई सँधै निरन्तरता दिने प्रतिवद्धता व्यक्त गरे ।

थाहानगरमा कोरोनाबाट मृत्यू हुने अधिकांश पुरूष छन् । मृत्यू हुनेमा थाहा-२ का ७७ वर्षिय, थाहा-३ का ३३ वर्षिय पुरूष, थाहा-४ का ५१ वर्षिय, थाहा-६ को ७६ वर्षिय र १० को ४८ वर्षिय पुरूष रहेको स्वास्थ्य शाखाका मेघराज बलामीले जानकारी दिए ।

स्थापित हुँदै 'स्ट्रोङ सोउल'

विकास संवाददाता
थाहा नगर

'स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउ' मकवानपुर थाहा नगरको अहिलेको चर्चित 'डान्स ग्रुप' हो । यसका अगुवा हुन्, २६ वर्षिय रोशन तामाङ । आर्थिक अवस्था कमजोर भएको परिवारमा जन्मेका रोशनले ४ वर्ष अघि दुखजिलो आफ्नो पढाइए अघि बढाउँदै थिए । उनलाई लाग्थ्यो-'गाउँका भाइबहिनीहरूले किन कुलतमा लाग्छन् होला ?' उनमा पीडा भैरहन्थ्यो । रोशनमा एक्कासी जुक्ति पलायो, अब एउटा डान्स ग्रुप संचालन गर्ने । रोशनको बाबु आमा दुवैको निधन भैसक्यो । बीस वर्षको उमेरमा उनलाई बाबु आमाले छोडे । वि.सं. २०७२ सालको विनासकारी भुकम्पको विपत्ति नआउँदै उनको परिवारमा पारिवारिक आपत्तीले अन्धकारमय भैसकेको थियो । परिवारको ज्येष्ठ सदस्य हजुर बुबा बिते । लगतै बाबु र आमाले पनि उनलाई छोडे । २०७२ साउनमा हजुर बुबाले छोडे भने पुसमा बुबा र चैत्र महिनामा आमाले पनि यस धर्तीबाट छोडेपछि निकै भौतारिए । थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ३ दम्कीको घरमा अहिले रोशन एक्लै बस्छन् । घरको सबै जिम्मेवारी उनकै काँधमा छ । दाजु र भाउजु दुवैजना वैदेशिक रोजगारमा रहेका रोशनमा देशमै केही गर्ने चाहना छ । सानैदेखि नाच्न मन पराउने उनलाई नाचेरै केही गर्न सक्छु भन्ने भइरहन्थ्यो । रोशन पारिवारिक एक्लोपनाकाबीच आफ्नो लक्ष्यलाई हुर्काउनतिर लागे । उनले भारतमा गएर डान्स सिक्ने निधो गरे । पारिवारिक पीडा भुलाउन र सीप पनि सिक्ने विचारमा

रोशन तामाङ

रोशन भारत पुगे । उनले छ महिना भारतको गोरखपुरमा डान्स सिके । उनको मनको चाहनालाई बढवा मिल्यो भने सीपमा निखारता ल्यायो । उनको सिक्ने चाहानालाई थप मद्दत मिल्यो । नेपाल आएर उनले डान्स ग्रुप बनाए । र, ग्रुपको नाम राखे 'स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउ' ।

थाहानगर रोशनलगायत उनको समूहका अन्य सहकर्मीहरू जन्मे, हुर्केको ठाउँ हो । उनको ग्रुपमा एकजना कैलाश गाउँपालिकाका कलाकार पनि छन् । प्रायः जिन्स प्यान्ट, लुज टिसर्ट र क्यापमा देखिने यो ग्रुलाई देख्दा लाग्छ, यिनीहरू हिपहप डान्स गर्छन् । तर यो ग्रुपको उद्देश्य भनेको प्रत्येक गीतमा नेपालीपन झल्कने मौलिक नृत्य गर्नु हो । गाउँमै डान्स सिकाउने र कलाकार उत्पादन गर्ने सोच बोकेका रोशनले भारतबाट सीप सिकेर आएपछि गाउँमै डान्स सिकाउन थाले । 'डान्स सिक्न आउनेहरूमध्ये क्षमता भएकालाई मैले ग्रुपमा सामेल गराएँ,' उनी भन्छन् । सुरूमा त थुप्रै केटाहरू ग्रुपको सदस्य बने । तर अहिले ती सबै ग्रुपमा छैनन् । कति पढ्नका लागि ग्रुप छोडे, कतिपयको आचरण सुधार्नै नसकेपछि अवकाश दिए'-रोशनले थपे । पछि समूहमा दश जना बाँकी भए, दुई जना फेरि बाहिरिए । सुमित पाख्रिन काठमाण्डौको द जोकर क्रियुमा आवद्ध हुन पुगे भने युवराज विष्ट अध्ययनका लागि गए । अहिले 'स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउ' आठ जनाको समूहले सम्हालेका छन् ।

ग्रुपमा रहेका माइलो (नाम परिवर्तन) ले पढाइ अगाडि बढाउन सकेनन् । 'घरबाट पढ्न दबाब आइरहन्छ तर मलाई पढाइमा ध्यान नै गएन,' उनी भन्छन् । 'एक समय कुलतमा फस्नै लागेको म यस ग्रुपमा सामेल भएपछि सुध्रिए', माइलोले भने-'रोशन दाइले कुलतमा फस्न दिनु भएन, अहिले डान्समा नै रमाइरहेछु ।' बोलिरहनुपर्ने माइलो जस्तै समूहमा अरू केटाहरू पनि छन् । समूहमा बस्दा सबै रमाइलो गर्न रूचाउँछन् । माइलो जस्तै रितेश (नाम परिवर्तन)ले पनि एसएलसीसम्म मात्र पढे । उनी पनि झन्डै कुलतमा फस्न लागेका थिए रे । 'डान्स गर्दा सुरूमा परिवार त्यति

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 !

घरेलु हिंसा-अपराधको जघन्य प्रकार
सबै मिली गरौं यसको प्रतिकार

नेपाल सरकार
सूचना तथा सञ्चार प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

• सम्पादकीय •

पालुङ क्याम्पस: उच्च शिक्षाको केन्द्र

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ३ खेल्पुडाँडामा त्रिभुवन विश्वविद्यालयसंग सम्बन्धन प्राप्त गरी वि. सं. २०६० सालदेखि पालुङ बहुमुखी क्याम्पस सञ्चालन हुँदै आएको छ । यो उत्तरी मकवानपुरकै एउटा मात्रै स्नातक तह अध्ययन सामुदायिक क्याम्पस हो । मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पस विस्तारित कार्यक्रमको रुपमा वि.सं. २०५३ सालमा प्रवीणता प्रमाणपत्र तह व्यवस्थापन एवं मानविकी संकायको अध्ययन आरम्भ गरेसगै यस क्षेत्रमा उच्च शिक्षाको प्रारम्भ भएको हो । नत्र, यहाँ १० कक्षा उतीर्णपछि काठमाण्डौं कि हेटौंडा अध्ययनका लागि जानू पर्ने बाध्यता थियो । उच्च शिक्षाको आलोकमा रमाउन आरम्भ गरेको लगभग ७ वर्षपछि स्वायत्त शैक्षिक संस्थाको रुपमा पालुङ बहुमुखी क्याम्पसको जन्म भएको हो । वि.सं. २०६५ सालसम्म घट्टेचौरमा संचालन हुँदै आएकोमा त्यसपछि खेल्पुडाँडा स्थित आफ्नै भवनबाट अध्यापन थालिएको हो । शैक्षिक गुणस्तरीयता, आत्मनिर्भरता, सामाजिक जिम्मेदारिता, साँस्कृतिक समानताले भरिपूर्ण, राष्ट्रिय अन्तरराष्ट्रिय मागस्तरको शिक्षा प्रदान गर्ने शैक्षिक धरोहरका रुपमा विकास गर्ने उदेश्यका साथ पालुङ बहुमुखी क्याम्पस सञ्चालनमा रहेको छ।

क्याम्पसको सकारात्मक उपलब्धी, विचार, व्यवहार अनि मातृ संस्था त्रि.वि. तथा मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पस एवम् अन्य संघसंस्थाहरुसँगको सम्बन्ध, अध्ययन/अवलोकन, नीति नियमहरुको अध्ययनबाट प्राप्त ज्ञान तथा यसका सहयोगी, हितैषीहरुबाट प्राप्त सल्लाहलाई आत्मसात गरी पूर्वघोषित सुसंकल्पको जगमा अडिएर विश्व महामारी कोभिड–१९ को यो प्रशव कालसमेतलाई अनलाईन कक्षा र दूर शिक्षा कार्यक्रम मार्फत आफ्ना शैक्षिक गतिबिधिलाई निरन्तरता दिएको थियो । यो क्याम्पसको भरोसा र विद्यार्थी प्रतिको कठोर उत्तरदायित्व पालना हो । क्याम्पसको विद्यार्थी हकहितका लागि खोलिएको साझा संस्था स्ववियूले ल्याएका विद्यार्थी हकहितका शैक्षिक उन्नयनका विविध कार्यक्रमहरुलाई उचित प्रकृतिले संचालन गरेर संस्थामा गुणात्मक सुधार ल्याउन अझै उच्च प्रयास भैरहेकै छ । बौद्धिक प्रतियोगिता बुद्धिचाल, शारीरिक क्रियाकलाप भलिबल, बास्केट कियाकलाप, टीटी बल प्रतियोगिता, दौड हाजिरीजवाफ, वक्तृता, वादविवाद, गीत/कविता प्रतियोगिता तथा साँस्कृतिक कार्यक्रम गर्ने जस्ता क्रियाकलापमा समेत स्ववियूले महत्वपुर्ण भुमिका निवाह गर्दै आइरहेको छ । पढ्नु पर्ने वा पढेको पढाइलाई बल पुर्‍याएर परीक्षामा उच्च तहमा प्रश्न हल गर्न तथा उत्कृष्ट ज्ञान आर्जन गर्ने प्रकृतिको कक्षा विगत धेरै वर्षदेखि संचालन गर्दै आएको छ ।

यी यावत सेवा सुविधा र किर्याकलाप संचालनमा आउदा पनि भौगोलिक विविधता र शैक्षिक जनचेतनाको कमिले विद्यार्थि सख्यामा भने कम रहेपनि स्थानिय तह, प्रादेशिक निकाय र विश्वबिद्याय अनुदान आयोगका महत्वपुर्ण अनुदान र सहयोगमा आजको दिन सम्म सञ्चालनमा रहेको छ । शैक्षिक गुणस्तरमा बृद्धी संगसगै विश्वविद्यालय शिक्षाप्रतिको मोह र लगनशिलताको कारण केहि वर्षयता विद्यार्थी सख्यामा उल्लेखनिय बृद्धी भइरहेको छ । विभिन्न दानविर व्याक्ति तथा संघ/संस्थाले पनि यस क्याम्पसको शिक्षाको गुणस्तरीय शिक्षा तथा गरिव तथा जेहेन्दार विद्यार्थीहरुलाई विश्वविद्यालय शिक्षामा पहुँच पुगोस भन्ने अभिप्रायकासाथ छात्रबृति वितरण गर्न थालेको कारण अझ बढी विद्यार्थीमा हौसला बढेको छ।

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 काठमाण्डौ (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 ९८५५0७२३२२ र नरेन्द्र अधिकारी ९८५५0७0५६१

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

विश्वविद्यालय शिक्षा स्वच्छिक जनशक्ति उत्पादन गर्ने थलो

राजन मिश्र

मानिसले जन्मेदेखि नमरून्जेलसम्म केहि न केहि सिकि रहेको हुन्छ । यो निरन्तर चलिरहने प्रक्रिया शिक्षा हो । शिक्षा भनेको स्कूल र क्याम्पस आदिमा नियमित रूपले अध्ययन गर्ने–गराउने कार्य हो । सिकेर, पढेर, सूनेर वा अन्य कुनै पनि प्रकारले ग्रहण गर्ने सैद्धान्तिक तथा व्यवहारिक बिषयको बोध वा ज्ञान नै शिक्षा हो । शिक्षाको महत्व भनेको कुनै विषयमा सिकेर र पढेर पोख्त भई त्यो ज्ञानलाई व्यवहारमा लागू गरी जीवनोपयोगी बनाउनु हो । शिक्षा मानव जातिको तेस्रो चम्किलो आँखा भएकाले आजको यूगमा यसको निकै ठूलो महत्व रहेको छ । यस एक्काइसौ शताब्दीमा शिक्षालाई सर्म्पूण मानव जातिको गहनाको रूपमा लिनु पर्ने हुन्छ ।

सहश्राब्दी विकास, २००० को ८ उद्देश्यहरूमा एक प्राथामिक तकको शिक्षा अनिवार्य र दिगो विकास २०१५ का १७ उद्देश्यहरू मा ४ नंम्बरमा समतामूलक गुणस्तरीय समावेशी शिक्षालाई निश्चित गरी जीवनर्पयन्त शिक्षाको सबैलाई समान अवसर प्रदान गर्ने कुरा उल्लेख छ । यसरी शिक्षालाई मौलिक हकअधिकारको रूपमा नेपालको संविधान, २०७२ को भाग ३ को धारा ३१ मा प्रत्यक नेपाली नागरिकलाई आधारभूत तहको शिक्षा अनिवार्य र माध्यमिक तहको शिक्षा नि:शुल्क प्रदान गरिने कुरा उल्लेख छ ।

नेपालमा उच्च शिक्षा भन्नाले राज्यद्धारा प्रदान गरेको आधारभूत तह र माध्यमिक तहको शिक्षा ग्रहण गरी सकेका विद्यार्थीहरूलाई प्रदान गरीने सैद्धान्तिक वा व्यवहारिक शिक्षालाई नै उच्च शिक्षा अर्थात विश्व विद्यालय शिक्षा भनिन्छ । उच्च शिक्षालाई मौलिक हक अधिकारको रूपमा कुनै पनि देशले उल्लेख गरेको पाईदैन । यो शिक्षा अनिवार्य छैन । यो माध्यमिक तह पूरा भैसकेका र थप अरू शिक्षा लिन चाहनेहरूको लागि मात्र उपलव्ध हुन्छ । यस शिक्षा सैद्धान्तिक, व्यवहारिकका साथै जीवनोपयोगी पनि हुन्छ । यस शिक्षा अनुसन्धानमूलक हुनका साथै विश्व बजारमा आवश्यक पर्ने दक्ष र सिपमूलक जनशक्ती उत्पादन गर्ने काम गर्दछ । जस्तै मेडिकल, नर्सिङ्ग, इन्जीनियरिङ, आर्युवेद त्यस्तै प्रत्येक्ष रोजगार उपलब्ध गराउने उद्योग कलकार खाना संचालन गर्न आवश्यक पर्ने बौद्दिक जनशक्ती तयार विश्व विद्यालय शिक्षाले अर्थात विश्व विद्यालय शिक्षाका विभिन्न संकायले मात्र गर्दछ ।

नेपालमा उच्च शिक्षाको छुट्टै नियम र नियमावली, कार्यविधि निर्माण गरिएको छ । विश्व विद्यालय शिक्षाका विभिन्न संकायले आ–आफ्नो विद्यार्थीहरूलाई समय, देश, काल र परिस्थितीसंग समायोजन हुदै जान सक्ने प्रकारका विषय विशेषज्ञ र आफ्नो क्षेत्र, भूगोल, राष्ट्रिय र अन्तराष्ट्रिय बजरकालागि आवश्यक पर्ने राष्ट्रियहितको असल, चरित्रवान र दक्ष नागरिक तयार गर्दछ ।

क्याम्पस व्यवस्थापन तथा विकास परिषद्मा क्याम्पसभित्रका प्राध्यापक प्रतिनिधि,स्वतन्त्र बिध्यार्थी युनियनका विद्यार्थी प्रतिनिधि, सरोकारवालाको अतिरिक्त बाहिरका स्थानीय समुदायको नगरपालिका/गाउँपालिका प्रमुख/अध्यक्ष, समाजसेवी, दाता, अभिभावक लगायत तथा त्रिविका केन्द्रीय विभागका प्रमुख/प्रतिनिधि पनि संलग्नता रहने व्यवस्था हुने भएकोले विश्व विद्यालय शिक्षा समुदायको उच्च जनचासोको क्षेत्रभित्र पर्दछ ।

यो विश्व विद्यालय तहको शिक्षा लिईसकेपछि राज्यको सर्वोच्च निकायको निमित्त आवश्यक पर्ने शिक्षित नागरिक पि. एच. डी. वा कुनै विषयको खोजकर्ता, अनुसन्धानकर्ता वा वैज्ञानिक बनी समग्र राष्ट्रको हितका कार्य गरी समाज र देशलाई आधुनिकता तर्फ रूपान्तरीत गर्नु हो ।

वि.सं. २००७ सालको प्रजातन्त्रपछि मुलुक बन्द समाजबाट केहि मात्रामा भए पनि खुला समाजमा रूपान्तरित भयो जसको प्रभावले शिक्षामा रहेको बन्देज पनि फुकाउने काम भयो । चाहने र क्षमता हुनेले शिक्षाको विकास र विस्तार मा केहि गर्न सक्ने अवसरको शुरूवात भयो यसैको नतिजास्वरूप विद्यालय र शिक्षण संस्था खोल्ने क्रम बढ्दै गए पनि उच्च शिक्षाको लागि भने वि.सं. २०१६ सालमा त्रि.बि को स्थापनापछि मात्र सर्वसाधारण जनताका छोरा छोरीले विश्व विद्यालय शिक्षा हासिल गर्ने अवसरको बल्ल थालनी भयो ।

(-पालुङ बहुमुखी क्यम्पसको सहायक क्याम्पस प्रमुख हुन्)

खोप लगाएपछि पनि सतर्क बनौं

गोविन्द चापागाईं

कोरोना महामारीका कारण थलिएको अर्थतन्त्र पुनरूत्थान गर्न अझै केही समय लाग्ने देखिन्छ । विगत केही महिनादेखि सामान्य अवस्थाजस्तै रहेको मानिसहरूको दैनिकी कोरोनासँगै केही स्वरूप फेरि एको छ । कोरोनाको भ्याक्सिन आइसकेको छ । विभिन्न संघ-संस्थाहरू पूर्ण रूपमा खोलिएका छन् । मानिसहरूको अवस्था पनि सामान्य दैनिकीजस्तै भइसकेको छ । लामो समयदेखि बन्द रहेका स्कुल, कलेजलगायत अरू जोखिमयुक्त संघ–संस्थाहरू पनि स्वास्थ्य मापदण्ड पालना गरेर ठाउँठाउँमा सञ्चालित भएका छन् त धेरैजसो ठाउँमा पूर्ण रूपमा खोलिएका छन् । आर्थिक क्षेत्रमा नकारात्मक प्रभाव परे पनि यसले धेरै मानिसलाई कोरोनाको जोखिमसँगै एउटा गतिलो संस्कार पनि सिकाइदिएको छ ।

पहिले–पहिले मानिसहरू हात मिलाएर हिँड्थे, अहिले त्यो पूरै हटेको छ । हात मिलाउने ठाउँमा अहिले जतातत‍ै नमस्कार गरौं भन्ने संस्कारको विकास भएको छ । अरू बेलामा भन्दा यो समयमा मानिसहरूले धेरैभन्दा धेरै पटक साबुनपानीले मिची–मिची हात धुने बानी बसालेका छन् भने महत्वपूर्ण कुरा त भीडभाडमा जाँदा होस् या कुनै जमघटमा बस्दा होस्, मानिसहरूले माक्स र सेनिटाइजरको नियमित प्रयोग गर्न थालेका छन् ।

अहिले भारतले अनुदानमा दिएको कोरोनाको औषधीको भ्याक्सिन फ्रन्टलाइनमा खटिने सबैलाई सरकारले दिएको छ । तैपनि कोरोनाको जोखिम भने राजधानीलगायत धेरै ठाउँहरूमा बढिरहेको छ । मुलुकमा कोरोनाको अन्त्य भइसकेको छैन । खोप लगाउँदैमा कोरोनाको अन्त्य भएको मानिँदैन । सतर्क भने अवश्य रहनैपर्छ । जो घरमा वृद्ध बावुआमा, दीर्घरोगी, ससाना बालबच्चा छन् यिनीहरू घरभित्रै सुरक्षित रूपमा बसे पनि घरकै सदस्य बाहिरफेर आउजाउ गर्नाले त्यो छिटै सर्न सक्ने भएकाले विशेष गरी कामविशेषले बाहिर जाने परिवारका सदस्यले अत्यन्तै ख्याल गर्नुपर्ने हुन्छ ।

सरकारले सम्पूर्ण क्षेत्र खुला गरेसँगै मानिसहरूको चहलपहल र भीडभाड केही महिनादेखि अत्यन्तै बढिरहेको छ भने विभिन्न राजनीतिक दलले मुलुकमा दिनहुँजसो जुलुस प्रदर्शन गर्दा उत्तिकै भीडभाड भएको छ । कुनै सावधानी अपनाइएको छैन । यसरी आन्दोलनमा जाने मानिसहरूले गर्दा घरमा बस्ने ती ससाना भाइबहिनीहरूलाई कोरोना सर्‍यो भने यसको जिम्मेवारी के विद्यालयले लिन सक्छ ? यतिका लामो समयसम्म त भर्चुअल माध्यमबाट पठनपाठन भएकै थियो । सरकारले पनि केही समय विद्यालयहरू खोल्न हतार नगरौं भनेकै थियो । उदाहरणका लागि युरोपको युकेमा पहिला पनि धेरै लामो समयसम्म स्कुल, कलेज सञ्चालनमा नआउँदा धेरै विद्यार्थीको पठनपाठन अन्योल रहेको थियो । त्यहाँको सरकारले बिस्तारै सबै क्षेत्र खोलेसँगै विद्यालय क्षेत्रलाई पनि खोलिदियो । तर नभन्दै त्यहाँ केही समयपछि विद्यार्थी भाइबहिनीहरूलाई धेर ैभन्दा धेरै कोरोना संक्रमण देखियो र त्यसले बालबालिकाहरूमा धेरै संक्रमण देखा पर्न थालेपछि सरकारले पुन: लकडाउन गरेको यथार्थ रहेको छ । हाम्रो मुलकमा पनि अहिले ठीक त्यस्तै हुँदै गइरहेको छ । त्यसैले सतर्क बन्नु जरूरी देखिन्छ ।

त्यसमाथि पनि अहिले मुलुकमा मौसमी परिवर्तन भई अत्यधिक चिसो बढेको अवस्थामा जोकोहीलाई पनि रूघाखोकीले छिटै समातिहाल्छ । विशेष गरी बालबालिका तथा वृद्धवृद्धाहरूलाई चाँडै नै मौसमी प्रकोप रूघाखोकीले समात्छ । त्यतिमात्र नभएर यो जाडो समयमा शरीरका विभिन्न अंगहरूका मांसपेशी दुख्नेदेखि लिएर हड्डीसमेत कमजोर हुने देखिन्छ । त्यसैले मौसममा हुने परिवर्तनसँगै बालबालिका तथा दीर्घरोगीहरूलाई बचाउनु जरूरी देखिन्छ ।

गुलियो चिनीको तीतो यथार्थता

डा. हेमराज कोइराला

स्वादमा गुलियो भए तापनि स्वास्थ्यका दृष्टिले चिनीलाई अत्यन्त तीतो खाद्यान्न मानिन्छ। यसैले होला आधुनिक पोषण शास्त्रीहरूले यसलाई खानेभन्दा पनि छोड्ने वस्तुको सूचीमा राखेका छन्। साथै धेरैले यसलाई छोड्न पनि थालिसकेका छन् तर अधिकांश जंकफुड, फास्टफुड र प्रोसेस्ड फुडमा चिनी मिसाइएको हुँदा हामी जानी नजानी चिनी खाइरहेका हुन्छौं। चिनी हालेपछि खानेकुराहरूको स्वाद, आकर्षण, आयु र बनावट राम्रो हुने हुँदा धेरैजसो व्यापारिक प्रयोजनको खानेकुरामा चिनी हालिएको हुन्छ। यति मीठो मानेर खाइने चिनीको गुणभन्दा धेरै दोषहरू छन्। तर चिनीको सेवन गर्दा हामीले यी सबै तथ्यहरूको ख्याल राख्ने गर्दैनौं। फलतः हामी जानी नजानी अनेकौं समस्यामा फसिरहेका हुन्छौं। चिनी सेवनको कारणले निम्नलिखित स्वास्थ्य समस्याहरू देखा पर्न सक्छन्।

चिनीको सेवनले निम्त्याउने रोगहरू:

१. मुटुरोगः

संसारमा प्रत्येक वर्ष एक करोड ७७ लाख मानिस मारेर नम्बर एक हत्यारा कहलिएको मुटु तथा रक्तनलीका रोगहरूको एउटा जोखिम कारक तत्व चिनीको सेवन पनि हो। लामो समयसम्म चिनीको सेवन गरिरहँदा तौल बढ्ने, रक्तनलीका भित्री पत्र सुन्निने, कोलेस्ट्रोल र ट्राइग्लिसिराइड बढ्ने रक्त ग्लुकोज र रक्तचाप बढ्ने, तनाव, चिन्ता, भए र उदासिनता बढ्ने जस्ता मुटु रोगको जोखिम कारक समस्याहरू थपिने हुँदा मुटु तथा रक्तनलीको रोग लाग्छ। यसैगरी उच्च मात्रामा चिनीको सेवन गर्दा वा हाइ-फुक्टोज-डाइट लिँदा नशाहरूमा कोलेस्ट्रोल जमेर नशा सागुँरिने अथेरोस्क्लेरोसिस भनिने रोग लाग्छ। मुटुलाई रक्त आपूर्ति गराउने कोरोनरी धमनीमा अथेरोस्क्लेरोसिर भए यसलाई हामी कारोनरी मुटु रोग भनेर भन्छौं।

२. मधुमेहः

संसारभर झण्डै ४५ करोड मानिसहरू मधुमेहको समस्याबाट ग्रस्त छन् र यो संख्या पछिल्लो ४० वर्षमा गुणाले वृद्धि भएको हो। यसरी दिन दुई गुणा रात चौगुणाको दरले यो समस्या बढ्नुको प्रमुख कारक तत्वमध्ये चिनी एवं प्रशोधित चिल्लो पदार्थको सेवनलाई नै लिइएको छ। चिनीको सेवन गर्दा यसरी मधुमेह विकसित हुनुमा लामो समयसम्म चिनी सेवनले निम्त्याएको इन्सुलिन प्रतिरोधकता प्रमुख कारण हो भने चिनीको सेवनले निम्तिने मोटोपन र भुँडी लाग्ने समस्यालाई अर्को कारण मानिएको छ।

३. इन्सुलिन प्रतिरोधकताः

चिनीको सेवन गर्दा हाम्रो रक्त ग्लुकोजमो मात्रा बढ्छ। जसको साथसाथै इन्सुलिनको रक्त मात्रा पनि बढ्छ। यसरी लामो समयसम्म यो क्रिया दोहोरिइरहे यसले इन्सुलिन प्रतिरोधकता विकसित गराउँछ। इन्सुलिन प्रतिरोधकताले मधुमेहलाई जन्म दिन्छ।

४. फ्याट्टी लिवरः

कलेजोमा बोसो जम्ने समस्या आज हरेक घरको समस्या जस्तै बनिसकेको छ र यो समस्या यसरी भयावह हुनुमा चिनी र उच्च फ्रुक्टोज भएका प्रशोधित कार्बोहाइड्रेटसको सेवन मुख्य कारक तत्वहरू हुन्। चिनीको सेवनले कलेजोमा बोसो जम्ने समस्यालाई बढाउँछ। किनकि चिनीमा उच्च मात्रामा फ्रुक्टोज पाइन्छ। फ्रुक्टोज कलेजोका लागि हानिकारक तत्व हो। किनकि फ्रुक्टोजको उपपाचन केवल कलेजोमा मात्र हुने गर्छ जबकि ग्लुकोजको उपपाचन शरीरका सबै कोषहरूमा हुने गर्छ। उच्च मात्रामा फ्रुक्टोजको सेवन गर्दा कलेजोले फ्रुक्टोजलाई ग्लाइकोजनको रूपमा भण्डारण गरेर राख्छ तर लिमिटभन्दा ज्यादा भएमा यो फ्रुक्टोज बोसोको रूपमा कलेजोमै जमेर बस्छ जसलाई हामी फ्याट्टी लिवर रोग भनेर भन्छौं।

५. उच्च तौल र मोटोपन :

हाल संसारमा रहेका ७ अरब ८० करोड मानिसहरूमध्ये २ अरब (२०० करोड) मान्छेहरूको तौल हुनुपर्नेभन्दा उच्च रहेको छ। ती २ अरबमध्ये पनि ६५ करोड मान्छेहरू मोटोपन रोगद्वारा ग्रसित छन्। यसरी अप्रत्यासित रूपमा मोटाउनमा हाम्रो खानपानको मुख्य हात छ र खानपानमा पनि चिनीको सेवनलाई उच्च तौल र मोटोपनको प्रमुख कारक तत्वको रूपमा लिइएको छ। त्यसमा पनि सबैभन्दा ठूलो हात संसारभरि शितल पेयको रूपमा बेचिने गरिएको उच्च मात्रामा चिनी हालिएका कोकाकोला, पेप्सीकोला, फन्टा, मिरिण्डा, ड्यु जस्ता कार्बोनेटेड ड्रिङ्क, सोडा, बजारिया जुस, इनर्जी ड्रिङ्क आदिको ठूलो हात छ। यी शितल पेयहरूमा उच्च मात्रामा चिनी वा हाइ-फुक्टोज-कर्न-सिरप वा हाइ-फुक्टोज-राइस-सिरप हालिएको हुन्छ।

यी सिरपहरू वा चिनीको पाचनपश्चात् उच्च मात्रामा फुक्टोज बन्छ। फुक्टोजको सेवन गर्दा भोक लागिरहने, र खाएपछि सन्तुष्टि कम हुने हुँदा मान्छेले धेरै खाएर तौल बढाउने गर्छ। यसैगरी चाहिनेभन्दा उच्च मात्रामा फुक्टोजको सेवन गर्नेगर्दा उच्च फुक्टोजले लेप्टिन नामक खानापछि तृप्ति गराउने हार्मोनको प्रतिरोधकता विकसित गराउने हुँदा मान्छे धेरै खान्छ र तौल बढाउँछ। यसैगरी चिनी हालिएका वा उच्च मात्रामा फुक्टोज भएका खानेकुराहरूको सेवन गर्दा शरीरका कोमल अङ्गहरूमा बोसो लाग्ने समस्या देखापर्छ। कोमल अङ्गको बोसोलाई धेरै रोगहरूको कारक तत्व मानिएको छ।

६. चाया, पोतो र डण्डीफोर आउनेः

हुन त चाया पोतो एवं डण्डीफोर अनेकौं कारणले आउने गर्छ। तर चिनी तथा प्रशोधित कार्बोहाइड्रेटसको सेवन डण्डीफोर आउनुको मुख्य कारण हो। यसो हुनुको मुख्य कारण चिनी एवं प्रशोधित कार्बोहाइड्रेटसको ग्लाइसेमिक इन्डेक्स उच्च हुनाले यी तत्वहरूको सेवन गर्दा रक्त ग्लुकोज वात्त बढ्ने गर्छ। रक्त ग्लुकोजको मात्रा बढेसँगै रक्तइन्सुलिनको मात्रा पनि बढ्छ र इन्सुलिनको मात्रा बढेपछि एन्ड्रोजेनको रक्तमात्रा बढ्ने, अत्यधिक चिल्लो पदार्थ उत्पादित हुने र डण्डीफोर आउने गर्छ।

७. क्यानसरको जोखिमः

यसैगरी लामो समयसम्म चिनीको सेवन गर्नाले केही क्यान्सर रोगको जोखिमलाई पनि बढाउँछ। यसो हुनुको मुख्य कारण लामो समयसम्म चिनीको सेवन गरिरहँदा तौल बढ्ने र माटोपन विकसित हुने, शरीरमा अप्रत्यासित रूपले इन्फ्लामेसन भइरहने, इन्सुलिन प्रतिरोधकता विकसित हुने फलतः विभिन्न किसिमका क्यान्सरहरू विकसित हुने गर्छ।

८. नैराश्यता :

संसारभर साढे २६ करोड जनमानसहरू नैराश्यताको समस्याले ग्रसित छन्। नैराश्यताको समस्या लामो समयसम्म रहिरहेमा मान्छेमा आत्महत्याको चाहना बढ्छ। नैराश्यताका पनि धेरै कारणहरू हुन्छन्। यी कारणहरूमध्ये चिनी एवं प्रशोधित कार्बोहाइड्रेटसको सेवन नैराश्यताको प्रमुख कारण हो। चीनी हालिएको चिया, शितल पेय, बजारिया जुस, बेकरी उत्पादन, जंकफुड, फास्टफुड आदिको सेवन गरिरहँदा यी खानेकुराले हाम्रो मुड खराब गरिरहने हुँदा अन्ततोगत्वा मानिस नैराश्यताको शिकार हुनपुग्छ। यसरी चिनी एवं प्रशोधित कार्बोहाइड्रेटसको सेवनले नैराश्यता जन्माउनुमा चिनी सेवनपश्चात् बढेको रक्तग्लुकोजलाई निवारण गर्न सँगसँगै बढेको रक्त-इन्सुलिन र उच्च रक्त-इन्सुलिनल सँगसँग बढ्ने एन्ड्रोजेन हार्मोनको मात्रा हो। एन्ड्रोजेनलाई स्ट्रेस हार्मोन पनि भनिन्छ। यसैगरी उच्च मात्रामा चिनीको सेवन गर्नेगर्दा यसले न्युरोट्रान्समिटरको पनि गडबडी गर्ने हुँदा मान्छे निराशाको शिकार हुन पुग्छ।

९. असामयिक जरणः

जरण अथवा बुढ्यौली सबैको जीवनमा घट्ने घटना हो। तर आजकल धेरै जनामा देखिएको समय नपुग्दै सुरू हुने बुढ्यौली चाहिँ चिनी सेवन र प्रशोधित कार्बोहाइड्रेटसको सेवनसँग सम्बन्धित छ। बुढ्यौली सुरू हुँदा छाला चाउरिने, कपाल फुल्ने, दाँत झर्ने, ज्ञानेन्द्रीयहरूको कार्य क्षमता कम हुनेजस्ता लक्षणहरू देखापर्ने गर्छ र बुढ्यौलीका यी लक्षणहरूलाई बढाउनका लागि चिनी वा प्रशोधित कार्बोहाइड्रेटसको सेवनले मद्धत गर्ने विभिन्न स्वास्थ्य अनुसन्धानहरूले दर्शाएका छन्। यसरी चिनीको सेवनले बुढ्यौली निम्त्याउनुमा चिनी सेवन पश्चात् चिनी र प्रोटिनको प्रतिक्रियाबाट उत्पन्न हुने एड्भान्स-ग्लाइकेसन-एण्ड-प्रोडक्ट नामक जैविक रसायन जिम्मेबार छ। एडभान्स-ग्लाइकेसन-एण्ड-प्रोडक्टले विशेषतः छालाको तान, वर्ण र कान्तिलाई जीवन्त राख्ने कोल्याजीन र इलास्टिन प्रोटिनको नाश गर्ने गर्छ र छाला चाउरी परी चाँडै बुढो देखिन्छ।

१०. कोषकीय जरण :

हाम्रो शरीर झण्डै १० नीलकोषहरू छन्। यी कोषहरूको पनि आ-आफ्नै आयु छ र यी कोषहरू पनि जरण (बुढ्यौली) र मरण (मृत्यु) को चपेटामा आउने गर्छन्। यसरी हुने कोषहरूको जरण (बुढ्यौली) का लागि टेलोमरेज नामक कोषकीय संरचना छोट्टिने प्रक्रिया जिम्मेवार छ। टेलेमरेजले विशेषतः क्रोमोजोमहरूको हरेक छेउलाई ढाकेर राखेको हुन्छ र क्रोमोजोमहरूलाई अन्य तत्वहरूबाट विकृत हुन र क्रोमोजोमहरूलाई आपसमा विलय हुन दिँदैन तर टेलोमरेज छोट्टिएको अवस्थामा क्रोमोजोमहरू चाँडै विकृत हुने र कोषहरू चाँडै बुढो हुने गर्छ। विभिन्न वैज्ञानिक अनुसन्धानहरूले दर्शाए अनुरूप लामो समयसम्म चिनीको सेवन गर्दा वा टेलोमरेज छोट्टिएर कोषहरू चाँडै बुढो हुने गर्छ।

कलेज जीवनलाई कसरी स्मरणीय बनाउने ?

कोरोना महामारीपछि अहिले धेरै कलेजहरू खुल्न थालिसकेका छन्। नयाँ सेमेस्टरमा भर्ना हुन चाहने विद्यार्थीहरूको लागि यो वर्ष अरू समयभन्दा महत्वपूर्ण हुनेवाला छ। नयाँ सेमेस्टरमा प्रवेश लिने विद्यार्थीहरूले कलेजको वातावरण अनुकूलको नियममा आबद्ध पनि हुनुपर्छ। कलेज जीवनले हामीमा नयाँ किसिमको साहस र स्वतन्त्रता दिने गर्छ। यस समयमा हुने कुनै नराम्रो सुरुवातले जीवनभरि नै यादहरू भरिराख्न पनि मद्दत गर्छ। कलेज जीवनका केही परिघटनाहरूलाई ख्याल गर्दा तपाईंको विगतलाई सधैंको लागि अविस्मरणीय बनाउन मद्दत गर्नेगर्छ।

१. सुरूवातको हरेक कक्षामा जानुहोस्

तपाईंको पृष्ठभूमि कस्तो हो रू भन्ने कुराले तपाईंलाई फरक पार्दैन। नयाँ प्रवेशीहरूले कलेजमा कक्षाको तालिका प्रिन्ट गर्न भुल्नु हुन्न। कलेज जीवनले तपाईंलाई नयाँ कुरा सिक्नुपर्छ र नियमित रूपमा अगाडि बढ्नुपर्छ भन्ने कुरा सिकउँछ। त्यसैले प्रारम्भिक दिनहरूका सबै कक्षामा सामेल हुने कोसिस गर्नुपर्छ। किनकि कलेजको प्रारम्भिक कक्षा तपाईंको लागि धेरै महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

२. हुँदैन भन्न सिक्नुहोस्

यदि तपाईं नयाँ सेमेस्टरमा भर्ना हुँदै हुनुहुन्छ भने तपाईंले शिक्षाको साथ धेरै कुरा सिक्न बाँकी छ। त्यहाँ धेरै त्यस्ता केसहरू हुन्छन् जुन तपाईंको युवा दिमागका लागि महत्वपूर्ण हुन्छ। तर तपाईंलाई सिक्ने ज्ञानबाट टाढा लैजान्छ। त्यस्ता गतिविधिलाई समयमा नै ध्यान दिनुहोस् गलत संगत छाड्नुहोस्। कलेजमा साथीहरू र अन्य गैरशैक्षिक गतिविधिहरू जस्ता व्याकुलताबाट टाढा जान पनि यो उमेरमा सजिलो छैन। त्यसैले साथीहरूले गरेको अनुचित प्रस्तावलाई हुँदैन भन्न सक्ने हुनुपर्छ।

३. राम्रो र सच्चा साथी बनाउनुहोस्

कलेज समयका साथीहरूको विशेष महत्त्व हुन्छ, तिनीहरू केवल तपाईंको पढाइका सारथि मात्रै होइनन्। उनीहरूले तपाईंलाई चाहिने नोटमा सहयोग मात्रै गर्दैनन्, तपाईंलाई कलेजमा पर्ने हरेक समस्यामा मद्दत गर्न तिनै साथीहरू आवश्यक पर्छ। साथीहरू तपाईंको कक्षाका हुन् या बाहिरका नै किन नहुन्। जब तपाईं अरूलाई आफ्नो परिचय दिनुहुन्छ, ती साथीहरूसँग राम्ररी कुराकानी गर्नुहोस्। समय समयमा उनीहरूसँग घुम्न जाने गर्नुपर्छ। जो असल र आफूलाई आवश्यक परेको बेलामा सहयोग दिने खालका साथीहरू हुन्छन्। उनीहरूको सर्कल बनाएर पनि उनीहरूसँग सेंगत बढाउन सकिन्छ।

तपाईंको परिवारले तपाईंलाई कलेजमा सपना साकार बनाउन पठाएका हुन्। तपाईंको ध्यान अध्ययनमा केन्द्रित गर्नुहोस् र अनावश्यक कार्यदेखि टाढा रहने प्रयास गर्नुहोस्। तपाईंको लागि आवश्यक चीजहरू जस्तै किताब, खाना र भाँडाको लागि र बाँकी बचत गर्नको लागि तपाईंलाई के चाहिन्छ भनेर निर्धारण गर्नुहोस्। तपाईंलाई कहिले थाहा हुँदैन कहिले तपाईंलाई नगद आवश्यक पर्नेछ तर आकस्मिक कोषले तपाईंको बोझ कम गर्नेछ। त्यसैले खर्च व्यवस्थापनको लागि कोष खडा गर्ने गर्नुहोस्।

४. आपसमा हुने कुराकानीमा प्रत्येक प्रश्नको उत्तर खोज्नुहोस्

यदि तपाईंसँग मिल्ने साथीहरूको एउटा समूहमा तपाईंले आफ्नो सकारात्मक छवि विकास गर्न सक्नुभयो र आफैंलाई तिनीहरूसामु परिचय गराउनुभयो भने पनि आफूलाई सोध्न मन लागेका प्रश्नहरू छन् भने सोध्न नहिच्किचाउनुहोस्। किनकि कसैसँगको कुराकानीमा जति धेरै जिज्ञासाको उत्तर खोज्यो उति नै मान्छेले अर्को मान्छेलाई चिन्ने गर्छ। आवश्यक पर्यो भने आफ्ना सहयोगीहरूसँग कोही व्यक्तिको बारेमा जान्न सहयोग लिन पनि सकिन्छ।

बागमतीमा १ हजार ९२ पीडित

बागमती प्रदेशमा मानव अधिकार उल्लङ्घनका घटनामा १९ जना महिला र २ सय १९ पुरुष गरी जम्मा २ सय ३८ जना तथा ज्यादतीका घटनामा ७ सय ८२ जना महिला, ७१ जना पुरुष, एक तेस्रो लिङ्गीसहित जम्मा ८ सय ५४ जना पीडित भएका छन् ।

◆ विकास संवाददाता

नेपाल मानव अधिकार वर्ष पुस्तक २०२१ सार्वजनिकीकरण तथा सन् २०२० को मानव अधिकार अवस्था विषयक अन्तरक्रिया कार्यक्रम ७ फागुनमा हेटौँडामा भएको छ । बागमती प्रदेशका मुख्य न्यायाधिवक्ता ओमप्रसाद थपलियाले नेपाल मानव अधिकार वर्ष पुस्तक २०२१ को सार्वजनिकीकरण गरेका हुन् । उक्त नेपाल मानव अधिकार वर्ष पुस्तकमा सन् २०२० मा बागमती प्रदेशमा मानव अधिकार उल्लङ्घन तथा ज्यादतीका घटनामा १ हजार ९२ जना पीडित भएको तथ्याङ्क सार्वजनिक गरिएको छ ।

वर्ष पुस्तक सार्वजनिकीकरण कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि मुख्य न्यायधिवक्ता थपलियाले अधिकारका बारे जनचेतना अभिवृद्धिमा इन्सेकको भूमिका महत्वपूर्ण रहेको भन्दै मानव अधिकारको अवस्था कुनै पनि हालतमा संकुचित हुन नहुने समेत बताए । उनले वर्ष पुस्तकको २९ औँ संस्करणमा आइपुग्दा इन्सेकले तथ्याङ्कको अभिलेखिकरणसँगै सङ्घीय संरचनाका तीन तहको सरकारले गरेको महत्वपूर्ण कामबारे चर्चा गरेको बताए । बालबिवाह मुक्त प्रदेशको अभियान चलाइएको बेला स्थानीय तहले भोगेको समस्या र चुनौती समेत वर्ष पुस्तकमा समेट्न उनले सुझाव दिए । मुख्य न्यायाधिवक्ता थपलियाले अबका दिनमा इन्सेकलले घटना अभिलेख मात्र नभई घटना हुनाको कारण तर्फ पनि खोजी गर्न आग्रह गर्नुभयो । समाजमा हुने कुनै पनि घटनाको पछाडि कारणहरू हुने हुनाले त्यसतर्फको खोजीबाट समस्या पहिचानसँगै समस्या न्युनीकरणको लागि समेत तीनै तहका सरकारलाई सहयोग पुग्ने बताए ।

कार्यक्रममा इन्सेक बागमती प्रदेश संयोजक कृष्ण गौतमले राज्यलाई जवाफदेही बनाउन र नागरिकको बाँच्न पाउने अधिकारको रक्षा गर्नका साथै सरकारले मानव अधिकारको क्षेत्रमा प्रत्येक वर्ष गरेको कामको मूल्याङ्कन गर्न नेपाल मानव अधिकार वर्ष पुस्तकमार्फत सार्वजनिक हुने गरेको बताए । वर्ष २०२० मा कोभिड महामारीका कारण मानव अधिकार उल्लङ्घन तथा ज्यादतीका सबै घटनाहरू कानुनी प्रक्रियासम्म नआइपुगेको साथै घटनाहरूको अनुगमन तथा प्रलेख गर्ने कार्यमा समेत बाधा पुगेको कारणले गर्दा घटनाहरूको संख्यामा कमी देखिएको इन्सेक बागमती प्रदेशका संयोजक कृष्ण गौतमले बताए ।

कार्यक्रममा इन्सेक बागमती प्रदेशका कार्यक्रम संयोजक गणेश भण्डारीले सन् २०२० मा बागमती प्रदेशमा मानव अधिकार उल्लङ्घन र ज्यादतीका घटनामा १ हजार ९२ जना पीडित भएको बताए । इन्सेक जिल्ला प्रतिनिधिहरूमार्फत संकलित अभिलेख अनुसार यस वर्ष बागमती प्रदेशमा मानव अधिकार उल्लङ्घनका घटनामा १९ जना महिला र २ सय १९ पुरूष गरी जम्मा २ सय ३८ जना तथा ज्यादतीका घटनामा ७ सय ८२ जना महिला, ७१ जना पुरूष, एक तेस्रो लिङ्गीसहित जम्मा ८ सय ५४ जना पीडित भएका छन् ।

यो संख्य गत वर्षभन्दा ४ सय २ जनाले कमी हो । यस वर्ष राज्यपक्षबाट एक जनाको हत्या भयो भने यातनाका घटनामा चार जना, गिरफ्तारीका घटनामा १ सय ६ जना, जातीय विभेदका घटनामा चार जना, भेला तथा सङ्गठित हुने अधिकारमा ५६ जना, धम्कीका घटनामा ६ जना र कुटपिटका घटनामा ४० जना पीडित भएको इन्सेकमा अभिलेख भएको उनले बताए । यस्तै महिलाविरूद्ध हुने सबै प्रकारका दुर्व्यवहार घटनामा सन् २०२० मा यस प्रदेशमा ४ सय १९ जना पीडित भएको इन्सेक वर्ष पुस्तकमा अभिलेख गरिएको छ । यस वर्ष बेचबिखनका प्रयासका घटनामा पाँच जना, घरेलु हिंसाका घटनामा ७० जना, कथित बोक्सीको आरोपमा आठ जना, बलात्कारका घटनामा २ सय १० जना, बलात्कार प्रयासका घटनामा ३४ जना, यौन दुर्व्यवहारको घटनामा ११ जना र बेचबिखनका घटनामा पाँच जना महिला पीडित भएको अभिलेख भएको छ । यस वर्ष बाल अधिकार उल्लङ्घनका घटनामा ३ सय ३० जना पीडित भए । जसमध्ये बलात्कारका घटनामा २ सय ३५, यौन दुर्व्यवहारको घटनामा ६ जना बालक सहित ८७ जना, बालबालिका बेचबिखनमा आठ जना, नवजात शिशु हत्या पाँच जना, बालबिवाहका तीन र विद्यालयमा शारीरिक सजाय दिइएका घटनामा दुई जना बालबालिका पीडित भएको इन्सेकको वर्ष पुस्तकमा राखिएको छ ।

अघिल्लो वर्ष सन् २०१९ मा मानव अधिकार उल्लङ्घन र ज्यादतीका घटनामा १ हजार ४ सय ९४ जना पीडित भएका थिए । कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुर उपप्रमुख भगवती पुडासैनी, आन्तरिक मामिला मन्त्रालयका उपसचिव नारायणप्रसाद पोखरेलगायतको उपस्थिति रहेको कार्यक्रममा बालकल्याण समाज मकवानपुरका प्रकाश खतिवडा, सेलर्डका सदस्य जगन्नाथ सुवेदी, अधिवक्ता मनप्रसाद भट्टराई, सिविन बाल हेल्पलाइनका झबिन्द्र ज्ञावली, मानव अधिकार संरक्षण तथा मानव बेचविखन विरूद्धको जिल्ला जिल्ला सञ्जाल संयोजक आरती पाठक, अधिवक्ता मुकुन्द अधिकारीलगायतले आर्थिक सामाजिक तथा साँस्कृतिक अधिकारका विषयलाई पनि वर्ष पुस्तकमा समेट्न सुझाव दिनु भएको थियो ।

अन्तरक्रियामा सहभागीहरूले बाल श्रमिक, आफूखुसी बालबिवाह गर्ने बालबालिकाको तथ्याङ्क, लैङ्गीक तथा अल्पसंख्यकमाथि हुने गरेका दुर्व्यवहारका घटनालाई समेत वर्ष पुस्तकमा समेट्न सके समाजमा हुने विसंगतिलाई उजागार गर्न सोही अनुसारको नीति निर्माण गर्न सरोकार वालाहरूको ध्यानाकर्षण हुने धारण व्यक्त गरेका थिए ।

इन्सेक बागमती प्रदेश संयोजक कृष्ण गौतमको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा बागमती प्रदेशबाट मानव अधिकार उल्लङ्घन तथा ज्यादतीका घटना संकलन र पीडितको न्यायका लागि बागमती प्रदेशबाट उत्कृष्ट प्रतिनिधिमा छनौट हुनु भएका चितवन जिल्ला प्रतिनिधि दीपेन्द्र अधिकारीलाई नगद सात हजार रूपैयाँ सहित सम्पान पत्र र इन्सेकको लोगोसहितको प्रतिक चिह्नद्वारा सम्मान तथा पुरस्कृत गरिएको थियो ।

सन् १९९२ देखि इन्सेकले हरेक वर्ष प्रजातन्त्र दिवसको दिन नेपाल मानव अधिकार वर्ष पुस्तक सार्वजनिक गर्दै आएको छ ।

पद जोगाउँदै मनिला उपाध्यक्षकै कामकाजमा

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष मनिला विष्टको पद जोगिएको छ ।

उच्च अदालत पाटनको हेटौँडा इजलासमा न्यायाधीशद्वय मोहम्मद साबीर हुसेन र चण्डिराज ढकालले परमाधेश उत्प्रेषण मार्फत राजीनामा खारेज गरेको आदेश गरेसँगै उनको पद जोगिएको हो । गत २९ मंसिरमा उपाध्यक्ष विष्टले राजीनामा दिएको भन्दै पुस १७ गते गाउँपालिका अध्यक्ष एकराज उप्रेतीले राजीनामा स्वीकृत गरेको घोषणा गरेका थिए । तर उपाध्यक्ष विष्टले भने आफूले राजीनामा नदिएको दाबी गर्दै आएकी थिइन् ।

मुद्दा जितेसँगै उपाध्यक्ष विष्टलाई गाउँपालिकाको उपाध्यक्ष पदमा रहेर काम गर्न बाटो खुलेको छ । उनले राजीनामा दिएको भन्दै पदमुक्त गरिएपछि विष्टले उच्च अदालतमा मुद्दा हालेकी थिइन् ।

मकवानपुरमा १६५ मतदान स्थल, ३३८ मतदान केन्द्र

◆ विकास संवाददाता

जिल्ला निर्वाचन कार्यालय मकवानपुर ले आगामी वैशाखमा हुने निर्वाचनलाई लक्षित गरेर तयारी पूरा गरेको छ । जिल्लामा १ सय ६५ मतदानस्थलका ३ सय ३८ मतदान केन्द्रबाट मतदान गर्ने व्यवस्था मिलाइएको जनाइएको छ ।

निर्वाचनमा मकवानपुरका दुई लाख ७२ हजार ४ सय ७८ मतदाता मतदान प्रक्रियामा सहभागी हुन पाउने जिल्ला निर्वाचन कार्यालय मकवानपुरका प्रमुख गोविन्दप्रसाद पौडेलले जानकारी दिए ।

निर्वाचनका लागि आवश्यक सुरक्षा रणनीतिसमेत तयार पारिएको मकवानपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी गोविन्द रिजालले बताए । उनले निर्वाचन आचारसंहिताको पूर्ण पालना गराइने बताए । चुनावको समयमा हुने गाडीका लावा लस्कर र भोज भत्तेरलाई नियमन र नियन्त्रण गरिने उनले बताए ।

यसैबीच, निर्वाचन आयोगले निर्वाचन आचारसंहिता २०७७ को मस्यौदामा भएका व्यवस्थाका सम्बन्धमा सरोकारवालासँग अन्तर्क्रिया गरेको छ ।

कार्यक्रममा जिल्लाका राजनीतिक दलका प्रतिनिधि, मकवानपुरका सुरक्षा निकायका प्रमुख, पत्रकारलगायतकाको सहभागिता थियो ।

परेवाभीरमा सडक बन्न थाल्यो

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको राक्सिराङ गाउँपालिका-४ स्थित परेवाभीरको सडक निर्माण कार्यले तिब्रता पाएको छ । वर्सैनि पैदल हिँड्ने बाटो समेत नहुँदा धेरै मानिस भीरबाट लडेर र खोलाले बगाएर मर्ने गरेको सो भिरमा सडक निर्माण कार्य धमाधम भइरहेको छ ।

मनहरी बजारबाट धादिङ जिल्लाको मलेखु जोड्ने छोटो बाटोमा पर्ने परेवाभीरको यही पिरलोलाई हल गर्न स्थानीय सरकारले गरेको प्रयास सफलता उन्मुख हुँदै गएको छ । पाएको परेवाभीरको सो सडक निर्माणका लागि बागमती प्रदेश सरकारले परेवाभीर खण्डमा बजेट खर्च नगर्ने जनाएपछि राक्सिराङ गाउँपालिकाले चालू आर्थिक बर्षमा दुई करोड रूपियाँ बिनियोजन गरी बहुबर्षीय ठेक्का लगाएर काम सुरू गरेको हो ।

धमाधम बलियो जगसहितको निर्माणाधीन सो सडक निर्माणका लागि मकवानपुर क्षेत्र नं २ का प्रतिनिधिसभा सदस्य सदस्य विरोध खतिवडाको पहलमा प्राप्त दुई करोड समेत बजेट विनियोजन भयो । स्थानीय सरकारको कामलाई समेत प्रोत्साहन गर्नेगरी तत्कालीन प्रतिनिधिसभा सदस्य खतिवडाले मन्त्रीस्तरीय निर्णयबाट २०७७ भदौ ९ गते सशर्त अनुदानमा अर्थ मन्त्रालयमार्फत दुई करोड रूपियाँ सो सडकका लागि व्यवस्था गरेका थिए ।

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
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

जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

स्थापित हुँदै ...

खुसी नभए पनि अहिले खुसी छन्', उनी भन्छन्, 'काम गर्दै आउँदा अहिले डान्सर भनेर चिनिन थालेको छु ।' हाल रितेश आफैं पनि डान्स सिकाउन सक्ने भएका छन् ।

रोशन तामाङ समूहमा अभिभावकको भूमिका निभाउँछन् । उनी भन्छन्,–'भाइ बहिनीहरूलाई राम्रो काम गर्नुपर्छ भनेर म सधैं सम्झाउँछु, घरमा बुवाआमालाई कहिल्यै दुःख नदिनु भन्छु ।' भाइ बहनीहरू साथमा हुँदा आफू बलियो भएको पनि महसुस हुन्छ । रोशन भन्छन्, 'भाइ बहिनीहरूको परिवार पनि आफ्नो छोराछोरी मेरो साथमा छ भन्दा ढुक्क हुन्छन्, कहिँ सुटिङमा लैजानू पर्‍यो भने उनीहरूको बाबुआमालाई बारम्बार फोन गरेर अपडेट गराइरहन्छु ।' सुरूआतको समयमा गीतको कन्सेप्ट, कोरियोग्राफीदेखि क्यामेरा एडिटिङ सबैमा ध्यान दिनुपर्दा रोशनलाई धेरै गाह्रो हुन्थ्यो । तर अहिले बाँडेर काम गर्दा टिम मिलेको छ ।

स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउले डान्स गरेको *'रनन रन्किने-२ तिउन भुटनु..., 'तिम्रो जोवन ढल्कियो...'* लगायतका गीतहरू निकै चर्चित छन् । आफ्नो नृत्यमा सकेसम्म राष्ट्रप्रेम र नेपालीपन झल्काउन 'स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउ' माहिर छ । म्युजिक भिडियो बनाउँदा पनि सकेसम्म कथावस्तु जोड्ने गरेका छन् । ती कथाहरूमा कहिले बेरोजगार युवा त कहिले गाउँले केटोको भूमिकामा यो ग्रुप हुन्छ । साथै कहिले कमेडियन त कहिले लभरबोइको रूपमा यो ग्रुपले अभिनय पनि गर्दै आएका छन् । खास गरेर यो ग्रुपले तामाङ भेषभुषामा नाचेको थुप्रै अनुभव सँगालेका छन् । नेपालमा कभर संगहरू चलाउन नेपालीपन झल्काउनु नै राम्रो हुने ठहर 'स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउ'को छ । रोशनको नेतृत्वमा सुरज मोक्तान, राजेश मुक्तान, अस्मिता तामाङ, दीपशिखा केसी, श्रीना रायमाझी, राजाराम तामाङ र एलिसा सुनार उनको टिमका कलाकार हुन् । यो ग्रुपलाई अन्यत्रबाट पनि डान्सको लागि अनरोधहरू आइरहन्छ । कामको चापचाप छ । जोसँग काम गर्दा पनि राम्रै पारिश्रमिक पाएको उनीहरू बताउँछन् ।

उनका अनुसार यो ग्रुपले थाहा नगरपालिकाको सहयोगमा बाल विवाह विरूद्धको सन्देश मुलक भिडियो डकुमेन्ट्री बनाएको छ । उक्त डकुमेन्ट्रीमा बाल विवाहका कारण र त्यसको असरहरू समेटिएको छ । नगरपालिकाले बनाएको उक्त डकुमेन्ट्री बालविवाह न्यूनीकरणका लागि सहयोगी सावित भएको नगरपालिकाका सामाजिक विकास शाखा प्रमुख अनिल लामिछानेले बताए ।

हिजोआज एउटा गाउँको ग्रुपको रूपमा चिनिएको यो समूहले ट्रेन्डलाई तोडेको छ । ग्रुप इन्टरनेटबाट स्थापित भएको छ । त्यो हो, 'स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउ युट्युब च्यानल' । जसलाई सहरका योङ गाइजले पनि लाइक र सब्सक्राइब गरिरहेका छन्, यूट्युबमा । 'स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउले आफ्नो अफिसियल युट्युब च्यानल पनि निर्माण गरेका छन् । लगभग ३८ गीतमा डान्स गरेको भिडियो च्यानलमा भेटिन्छन् । अपलोड गर्न बाँकी धेरै गीत छन् । डान्ससँगै चेतनामूलक सर्ट फिल्म पनि निर्माण गरिरहेका छन् ।

यो कुनै व्यावसायिक कलाकारको समूह होइन । व्यावसायिक कलाकार भन्दा कम्ती कला उनीहरूमा छैन । 'स्ट्रोङ सोउल डान्स क्रिउ'मा १५ देखि २६ वर्षसम्मका कलाकारहरू आवद्ध छन् ।

थाहानगरका जनप्रतिनीधि र वडा सचिवहरुलाई अभिमुखीकरण

◆ विकास संवाददाता

थाहा नगरपालिकाका वडा सचिव तथा जनप्रतिनीधिहरूका लागि तीनदिने क्षमता अभिवृद्धि तथा अभिमुखकिरण कार्यक्रम गरिएको छ । अभिमुखीकरण थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ४ नयाँगाउँको साहारा रिसोर्टमा भएको हो ।

गृह मन्त्रालय अन्तर्गत रहेको राष्ट्रिय परिचयपत्र तथा पञ्जिकरण विभागको एम.आइ.एस. सेवा इकाई थाहा नगरपालिकाको आयोजनामा कार्यक्रम भएको हो । अभिमुखीकरणमा थाहानगरका वडा सचिवहरू, वडा अध्यक्ष तथा सदस्यहरको समेत उल्लेख्य सहभागिता रहेको थियो ।

सहभागीहरूलाई राष्ट्रिय परिचयपत्र तथा पञ्जिकरण विभागका उज्ज्वल मिश्र, राजिव राई, छवि न्यौपाने र प्रदीप बुढाथोकीले पञ्जिकरण तथा सामाजिक सुरक्षाको कानूनी प्रावधानहरूको विषयमा सहजीकरण गरेका थिए । त्यस्तै जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरका प्रशासकीय अधिकृत देवचन्द्र गर्तौलाले प्रशासनको सेवा प्रवाह र विधि, मालपोत कार्यालय शिखरकोटका रामकुमार कार्की र नापी कार्यालय शिखरकोटकी प्रमुख निर्जला थापाले कार्यालयले उपलब्ध गराउने सेवा तथा विधिहरूको विषयमा सहजीकरण गरेका थिए ।

कार्यक्रम समापनको अवसरमा नगर प्रमुख लवशेर विष्ट तथा उपप्रमुख खड्ग गोपालीले सहभागीहरूलाई प्रमाणपत्र वितरण गरेका थिए । समापनका अवसरमा नगर प्रमुख विष्ट तथा उपप्रमुख गोपालीले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए । मन्तव्यमा सिकेका कुरालाई व्यवहारमा उर्तान सहभागीहरूलाई आग्रह गरिएको थियो ।

तालिम संचालन पश्चात् पञ्जिकरण तथा साममाजिक सुरक्षाका कार्यमा थप सहजता हुने थाहा नगरपालिकाका एमआइएस अपरेटर रूपक कार्कीले प्रतिक्रिया दिए ।

थाहा नगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७३/०७४ बाटै सामाजिक सुरक्षा तथा घटना दर्तालाई अनलाईनबाटै संचालन गर्दै आइरहेको छ । नगरपालिका अनलाईनमा राम्रो काम गरे वापत विभागबाट पुरस्कृत पालिका हो ।

शिक्षक संघको स्थानीय प्रतिनीधी सभा

◆ विकास संवाददाता

नेपाल शिक्षक संघ थाहानगर कमिटिको तेश्रो स्थानीय प्रतिनिधि सभा सम्पन्न भएको छ । कार्यक्रम थाहानगर कार्य समिति र इन्द्रसरोवर गाउँपालिका कार्य समितिको संयुक्त, रूपमा भएको हो ।

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १ कुन्छाल भन्ज्याङमा भएको कार्यक्रम नेपाल शिक्षक महासंघका संघिय महासचिव लक्ष्मी किशोर सुवेदीको प्रमुख आतिथ्यमा भएको हो । थाहानगर अध्यक्ष बिनोद सुवेदी सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा थाहानगर उपप्रमुख खड्ग बहादुर गोपाली, काँग्रेस थाहानगर सभापती योगेन्द्रमान श्रेष्ठ, काँग्रेस नेता प्रमोद जोशी, नेपाल शिक्षक संघ मकवानपुर जिल्ला अध्यक्ष रामकुमार अधिकारी लगायतले शुभकामना मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

थाहानगर सचिव विक्रम गोपालीले कार्यक्रम संचालन गरेको सो कार्यक्रममा केशव सुवेदीले प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका थिए । कार्यक्रमको अवसरमा थाहानगर का चारजना शिक्षक नेपाल शिक्षक संघमा प्रवेश गरेका छन् । नवप्रवेशी शिक्षकहरूलाई प्रमुख अतिथिले सुवेदीले सदस्यता दिई स्वागत गरेका थिए ।

बसिफाँटलाई राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड भिमफेदीको उपाधी

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको भिमफेदी गाउँपालिकामा संचालन भएको दोश्रो राष्ट्रपति रनिङ्ग शिल्ड प्रतियोगिताको उपाधि लेकाली बसिफाँट मावि प्रथम भएको छ ।

भिमफेदी गाउँपालिकाका ७ वटा माध्यमिक विद्यालय सहभागी रहेको खेलकुद प्रतियोगितामा भिमफेदी-९ मा रहेको लेकालीले २६ खेलमा प्रतिस्पर्धा गरेको थियो । प्रतियोगितामा ११ खेलमा प्रथम, ९ खेलमा द्धितिय र ५ खेलमा तृतीय भई लेकाली बसिफाँट माबि प्रथम भएको हो । प्रतियोगितामा महेन्द्र मा.वि. भिमफेदी द्धितीय भएको छ ।

७ फागुनबाट सुरू भएको प्रतियोगिता दुईदिन सम्म संचालन भएको थियो । प्रतियोगितामा बिजयी खेलाडी तथा विद्यालयलाई भिमफेदी गाउँपालिकाका अध्यक्ष हिदम लामाले पुरस्कार तथा प्रकाणपत्र र शिल्ड वितरण गरेका थिए ।

कार्यक्रममा गाउँपालिकाका जनप्रतिनीधि तथा कर्मचारी र शिक्षक विद्यार्थीहरूको उल्लेख्य उपस्थिती रहेको थियो ।

थाहाका १३३ ले कोरोना विरुद्धको खोप लगाए

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकामा १ सय ३३ जनाले कोरोना भाइरस विरूद्धको खोप लगाएका छन् । मकवानपुरमा गएको साताबाट सुरू भएको दोस्रो चरणको खोप अभियानमा थाहानगरका महिला स्वाथ्य स्वयम्‌सेविका, स्वास्थ्यकर्मी, नगरपालिका कर्मचारी तथा जनप्रतिनिधिले खोप लगाएका हुन् ।

नगरपालिकाले महामारूकि बेला अग्रभागमा रहेर काम गर्ने व्यक्तिहरूका लागि खोप लगाउन सवारी साधनको व्यवस्था गरेको थियो । १४ माघबाट सुरू भएको कोरोना भाइरस विरूद्धको खोप लागाउने अभियानको पहिलो चरणमा मकवानपुरमा २ हजार १६६ जनाले खोप लगाइसकेका छन् ।

पहिलो चरणमा खोप लिनेहरूमा प्रत्यक्ष उपचार सेवा दिने वा खोप व्यवस्थापनमा खटिने स्वास्थ्यकर्मी, एम्बुलेन्स तथा शव बाहनका चालक र सहचालक, फोहोर मैला व्यवस्थापनमा खटिने फोहोर संकलक र चालक, खोप केन्द्रमा खटिने सुरक्षाकर्मी, स्वयंसेवक, शव व्यवस्थापनमा खटिएकाहरू, स्वास्थ्य स्वयंसेवकहरू रहेका थिए ।

चित्लाङमा बजार अनुगमन

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकाले बजार अनुगमन गरेको छ । संयुक्त बजार अनुगमन समितिको सक्रियतामा थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ९ र १० चित्लाङ क्षेत्रका पसलहरूको ३ फागुनमा अनुगमन गरेको समितिका संयोजक अजित घिमिरेले जानकारी दिए ।

थाहा नगरपालिकाको बजार अनुगमन सम्बन्धी कार्यविधि बमोजिम गरिएको बजार अनुगमनका क्रममा अधिकांश पसलहरूबाट मिति गुज्रिएको उपभोग्य बस्तुहरू बिक्री भैरहेको, खाद्य र अखाद्य बस्तु एकै ठाउँमा राखेर बिक्रि गरिरहेको, मूल्यसूची नराखिएको तथा दर्ता तथा नविकरण नगरी व्यवशायहरू संचालन गरिरहेको पाइएको नगरपालिकाका प्रशासन महाशाखा प्रमुख तथा अनुगमन समिति संयोजक घिमिरेले जानकारी दिए ।

एकीकृत अनुगमन टोलमि थाहा नगरपालिकाका कर्मचारीहरू, राष्ट्रिय उपभोक्ता मञ्च, उपभोक्ता हित संरक्षण मञ्च, थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघका पदाअधिकारी नेपाल प्रहरी प्रतिनीधिलगायतकाको सहभागिता रहेको थियो । अनुगमन टोलीले मिति गुज्रिएको केही उपभोग्य सामाग्रीहरू समेत बरामद गरेको छ भने व्यवशायिहरूलाई सचेत पारिएको छ ।

इन्द्रसरोवर आवधिक योजना बनाउँदै

◆ विकास संवाददाता

गाउँपालिकाको आवधिक योजना निर्माणमा अघि बढेको छ । गाउँपालिकाले आवधिक योजना तथा मध्यकालीन खर्च संरचना तर्जुमा अभिमुखिकरण कार्यशाला संचालन गरेर यस कार्यमा अघि बढेको हो । गाउँपालिकाको आयोजना तथा गभर्नेन्स एण्ड डिजाइन सोलुशन चन्द्रागिरी, काठमाडौको सहजीकरणमा ६ फागुनमा मार्खुमा सञ्चालन भएको हो ।

कार्यशालामा बदलिँदो परिवेशमा तीन तहको सरकारको अन्तरसम्बन्ध र योजना तर्जुमा अभ्यास, योजना र विकास योजना, आवधिक योजना, विधि, प्रक्रिया र परिणाम, विषय क्षेत्रगत आधार सूचक र लक्ष्य सूचक, मध्यकालीन खर्च संरचना, योजना तर्जुमाको लागि आवश्यक निर्देशक समिती, विषयगत समिती र प्राविधिक समिती र तिनीहरूको कार्य जिम्मेवारी लगायतको विषयमा अभिमुखिकरण गरिएको थियो । कार्यक्रमको समापनमा मन्तव्य व्यक्त गर्दै गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष उमा कुमारी लामाले कार्यशालाले आवधिक योजना र मध्यकालीन खर्च संरचनाको विषय र महत्व छर्लङ्ग भएको र यसबाट बनेको दस्तावेजका आधारमा आगामी दिनमा अगाडि बढ्ने बताइन् ।

इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाका अध्यक्ष जीवन लामाले आवधिक योजना निर्माण गर्न हिजोका दिनमा कुरा उठाउँदा विषयगत क्षेत्रका व्यक्तिहरूले आ-आफ्नो कर्तव्य र जिम्मेवारी बोध नहुँदा ढिला भएको औंल्याउदै अब निर्माण गर्ने दस्तावेजको लागि सबै सरोकारवालाहरूले प्रतिबद्ध भै सहयोग गर्न अनुरोध गरे ।

आवधिक योजना निर्माणका लागि फाल्गुन महिनाभर विभिन्न चरणमा तयारीका कार्यक्रम तथा गतिविधि सम्पन्न गरि ३ दिने कार्यशाला गोष्ठी गरिने भएको छ । जनप्रतिनिधि, राजनीतिज्ञ, शिक्षक, नागरिक, कर्मचारी लगायत विभिन्न सरोकारवाला व्यक्तिहरूको सहभागीतामा विषेश महत्वका साथ योजना निर्माण गर्नु पर्ने भएकाले सेवाग्राहीहरूलाई असर नपर्ने गरि गोष्ठीको लागि मिती र स्थान तय गरिने भएको छ ।

थाहानगरमा उपभोक्ताको अधिकारबारे अन्तरक्रिया

◆ विकास संवाददाता

उपभोक्ता संरक्षण ऐन-२०७५ ले उपभोक्ताको हक-हितका सम्बन्धमा गरेको व्यवस्था, उत्पादक र व्यवसायीले पालना गर्नु पर्ने कानूनी प्रावधानहरू र बजार अनुगमनबारे मकवानपुरको थाहा नगरपालिकामा ४ फागुनमा अन्तरक्रिया भएको छ । थाहा नगर उद्योग-वाणिज्य संघको संयोजनमा बाणिज्य, आपुर्ति तथा उपभोक्ता संरक्षण कार्यालय पर्सा र थाहा नगरपालिकाका व्यवसायीहरूबीच अन्तरक्रिया भएको हो ।

कार्यक्रममा बणिज्य, आपुर्ति तथा उपभोक्ता संरक्षण कार्यालय पर्साका निमित्त कार्यालय प्रमुख जितबहादुर भण्डारीले उपभोक्ताको हक-हित र उत्पादक विक्रेताले पालना गर्नु पर्ने कानूनी प्रावधानहरूका बारेमा व्यवसायीहरूलाई जानकारी गराएका थिए । कार्यक्रममा बोल्दै भण्डारीले उपभोक्ता संरक्षण ऐन-२०७५ बमोजिम उपभोक्ताहरूलाई सहज पहुँचको अधिकार, स्वच्छ प्रतिस्पर्धात्मक मूल्यमा गुणस्तरीय वस्तु वा सेवाको छनोट गर्न पाउने अधिकार, वस्तु वा सेवाको मूल्य, परिमाण, शुद्धता, गुणस्तर आदिबारे सुसूचित हुने अधिकार सुनिश्चित गरेको गरेको बताए ।

त्यसैगरी समिश्रित वस्तुमा रहेको मात्रा, तत्व वा प्रतिशतको सम्बन्धमा जानकारी पाउने अधिकार, जीउ, ज्यान, स्वास्थ्य तथा सम्पत्तिमा हानी पुऱ्याउने वस्तु र सेवाको बिक्री वितरणबाट सुरक्षित हुन पाउने अधिकार, उचित कानुनी कारबाही गराउन पाउने अधिकार, हानी नोक्सानीविरूद्ध क्षतिपूर्ति पाउने अधिकार, उपचार पाउने वा सुनुवाइ हुने अधिकार र उपभोक्ता शिक्षा पाउने अधिकार पनि उपभोक्तालाई दिइएको उनले जानकारी दिए ।

भण्डारीले व्यवसायीहरूलाई सम्बन्धित निकायमा व्यवसाय दर्ता गरेर मात्र कारोबार शुरू गर्न, उत्पादकले आफूले उत्पादन गरेको वस्तुको 'लेवल' राख्न, कारोबार स्थलमा सबैले देख्ने ठाउँमा साइनबोर्ड राख्न, उपभोग्य वस्तुको थोक तथा खुद्रा मूल्य प्रष्टरूपमा विक्री स्थलमा सबैले देख्ने ठाउँमा राख्न र म्याद नाघेका तथा टुटफुट भएका सामानहरू छुट्टै स्थानमा राखी 'विक्रीका लागि होइन' भन्ने सूचना राख्न आग्रह गरे । कसैले माग, आपुर्ति र मूल्यमा प्रतिकूल प्रभाव पार्ने कार्य गरेमा, उपभोग्य बस्तुमा उल्लेख गर्नुपर्ने कुराहरू उल्लेख नगरेमा, उपभोक्ताको स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पर्ने किसिमको उपभोग्य वस्तु वा सेवा उत्पादन वा विक्री वितरण गरेमा वा तोकिए बमोजिमको दायित्व पूरा नगरेमा कसुरवालालाई उपभोक्ता संरक्षण ऐन २०७५ बमोजिम पाँच वर्षसम्म कैद वा रू. छ लाखसम्म जरिवाना वा दुवै सजाय हुन सक्ने उनले बताए ।

कार्यक्रममा भण्डारीले स्थानीय विक्रेता, उत्पादक तथा व्यवसायीहरूले राखेका जिज्ञासाहरूमो समेत सम्बोधन गरिएको थियो । थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष कविराज खत्री, वरिष्ठ उपाध्यक्ष पुरूषोत्तम ढकाल र सचिब प्रदिप प्रधानले अन्तरक्रियाको सहजीकरण गरेका थिए ।

स्थानीय खबर विचारका लागिः
thahatimes.com

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