बजेट खर्च सन्तोषजनक भएन-गोपाली । पृष्ठ ५ मा

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-८
मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७१५३३००
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com

खबरपत्रिका साप्ताहिक

● मकवानपुर, वर्ष-१४, ● अंक-२७ ● २०७८ माघ ०३ गते सोमबार, ● 17 Jan. 2022, ● नेपाल सम्वत्-११४२, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

'रुदानेको हत्या भयो' अध्यक्ष विडारी

◆ विकास संवाददाता

रूपचन्द्र विष्ट स्मारक समितिका केन्द्रिय अध्यक्ष रामनारायण बिडारीले रूपचन्द्र विष्ट (रूदाने)को मृत्यु नभइ हत्या भएको भनेका छन् । २६ पुसमा रूपचन्द्र विष्टको ८८ औ जन्मजयन्ती तथा थाहा दिवस को कार्यक्रममा आफ्नो मन्तव्य राख्दै विडारीले यस्तो भनेका हुन । विडारीले रूदानेलाई त्यतिबेला चौतर्फी भैरहने,आक्रमण गरिरहने भएपछि आफू मारिय जनमुखी सहकर्मिहरू जेलजाने डरले आफुलाई समाप्त पारेको बताउदै रूदानेलाई आक्रमण गरिरहनेहरू अहिले मुलधारको राजनितिमा हालिमुहाली गरिरहेको बताउदै कुनै दिन बहादुर जनमुखी सहकर्मीले नामसहित किताब प्रकाशित गर्ने बताए ।

रूपचन्द्रलाई बाचुन्जेल खोइरो खन्नेहरू विष्टको मृत्यु पश्चात् वहाँ नै ठिक भनेर दौडिरहेको बताउदै रूदानेलाइ किम्बदन्ती बनाउनु भन्दा वहाँको पृष्ठभुमि, सिद्धान्त, रूदानेको त्याग र दर्शनलाई व्यापक गर्दै किम्बदन्ती हुने खतराबाट रोक्न सहकर्मिहरूलाई आग्रह गरे । उनले रूदानेको बारेमा दन्त्यकथा खालका हावाहुरी कुरा गर्नुभन्दा रूदानेको सिद्धान्त र पर्चाहरूलाइ बहसको रूपमालगि आमजनता सामु पुर्याउन स्थानीय सरकार र नयाँ पुस्ताले पहल गर्नुपर्नेमा जोड दिए । रूपचन्द्र विष्ट नेपालको इतिहासमा जनमुखी घोषणापत्र राखेर चुनाव लड्ने पहिलो नेता र आफ्नो चुनावी पर्चा बेचेर चुनाव जित्ने संसारको पहिलो नेता भएको दाबीगर्दै नेपालमा भएका कुनैपनी राजनीतिक दल र तिनका नेताहरूमा रूदानेको अलिकती सिद्धान्त पनि नपाइने ठोकुवा गरे । वि.सं. २०४८ सालबाट आफुहरूले नै रूदानेको राजनिती सक्कायको स्वीकार्दै वि.सं. २०३८ सालदेखी सुरू भएको थाहा आन्दोलनमा नयाँ पुस्ताको आगमनले आश जगाउने काम गरेकोले अब बृहत् छलफलको आबश्यकता रहेको औल्याउँदै थाहा दिवस मनाउने सन्दर्भमा पनि कसरी मनाउने भन्ने विषयमा पुराना र नयाँ पुस्ताबिच बहसको जरूरत रहेको बताए ।

आफुले रूपचन्द्र बिष्ट र थाहा आन्दोलनको बारेमा प्रचारप्रसार गर्न पाउने भएपछि मात्र माओबादी केन्द्रमा प्रवेश गरेको भन्दै रूदाने र थाहा दर्शनको बारेमा बोल्न बन्देज गरे आफुले माओवादी नै छाडिदिने बताए ।

कार्यक्रममा जनमुखी सहकर्मी ज्योती रायमाझीले रूदानेले उहिले देखेको सपना पुर्ण समानुपातिक निर्बाचन प्रणाली यो देशमा नहुन्जेल छाप्रे, महिला दलित, उत्पीडित र पिछडिएका बर्गको शासन ब्यबस्था नहुने बताउदै त्यसकालागि जनमुखी राजनीती र थाहा आन्दोलनको आवश्यकता रहेको बताउदै स्थानीय सरकारले रूपचन्द्र विष्ट स्मृति प्रतिस्ठान स्थापना गरेर थाहा दर्शन र जनमुखी राजनितिको अध्यनकेन्द्र बनाइ नयाँ पुस्तामा रूदाने चिनाउन पहलगामी कदम चाल्नुपर्नेमा जोड दिए । मनहरी गाउँपालिकाका अध्यक्ष एकराज उप्रेतीले जनमुखी राजनिती लाई ओथारो बसेर चल्ला कोरालेको स्थान थाहानगर भएकोले यहाँका आम जनतामा अझैसम्म जनमुखी व्यबहार रहेको उल्लेख गर्दै २४ घण्टामा ५ मिनेट मात्रै पनि हामीले जनमुखी राजनीति र थाहा दर्शनको बारेमा चिन्तन, अभ्यास गरेमात्र पनि हामीलाई पुग्ने भयतापनी हामीहरूले त्यतिपनी गर्न नसकेको भन्दै थाहा दर्शनमा चिन्तन दिन आग्रह गरे । आफ्नो पालिकामा जनमुखी कार्यहरू थाहा स्वास्थ बिमा, जनमुखी जनता आवास कार्यक्रम, थाहा मार्ग, जनमुखी स्वास्थ इकाई , थाहा पुस्तकालय जस्ता कार्यक्रम संचालनमा ल्यायर रूदानेको व्यबहारलाई अलिकति भएपनी उतार्न सकिन्छ कि भनेर कोशिस गरेको बताउदै सबै नेताहरूलाई रूदानेको सिद्धान्तलाई ब्यबहारमा उतार्न आग्रह गरे । बरिष्ठ पत्रकार प्रताप बिष्टले रूदानेको ब्याख्या गर्न असम्भव रहेको बताउदै रूपचन्द्र बिष्ट निस्ठा र त्यागको पर्याय रहेको बताए ।

जिल्ला च्याम्पियन बन्यो बज्रवारही युवा क्लब

विकास संवाददाता
थाहानगर

थाहानगरको बज्रवाराही युवा क्लबले मकवानपुर जिल्लास्तरीय भलिवल प्रतियोगिताको उपाधि चुमेको छ । थाहानगरको चित्लाङस्थित माझगाउँमा २६ पुसदेखि जारी जिल्लास्तरीय भलिवल प्रतियोगिताको फाइनलमा तलेजु युवा क्लबलाई उपविजेतामा सीमित गर्दै बज्रवाराही युवा क्लब जिल्ला भलिवल च्याम्पियन हुन सफल भएको हो ।

१ माघमा भएको बज्रवाराही र तलेजुबीचको प्रतियोगिता निकै प्रतिष्पर्धात्मक र रोमाञ्चक भएको थियो । दुबै टिमले २/२ सेट जितेपछि भएको अन्तिम पाँचौ सेटमा बज्रवाराहीले तलेजुलाई पराजित गरेको थियो ।

सेमीफाइनलमा विनयबावु स्मृति प्रतिष्ठानलाई पराजित गरेर बज्रवाराही युवा क्लब बज्रवाराही फाइनलमा पुगेको थियो भने ड्रिमर्स क्लब फुर्केलाई हराएर तलेजु युवा क्लब चित्लाङ फाइनलमा प्रवेश गरेको थियो । विजेता घोषणा भएसँगै बज्रवाराही युवा क्लबले रू. ५१,००० नगद पुरस्कार पाएको छ भने उपविजेता तलेजुले रू. २५,००० पाएको छ । प्रतियोगितामा तेस्रो विनयबाबु स्मृति प्रतिष्ठानले नगद रू. १५,००० पुरस्कार पाएको छ । विजेताहरूले शील्ड, मेडल र प्रमाणपत्र पाएका छन् ।

समापन कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि स्वास्थ्य मन्त्री विरोध खतिवडाले विजेताहरूलाई पुरस्कार प्रदान गरेका थिए ।

प्रतियोगितामा इन्टरनेशनल रेफ्री चन्द्रबन्दना राई तथा नेशनल रेफ्रीहरू कपिल जिसि, हिमाल केसी र सत्यराम न्हिसुतु निर्णायकको भूमिकामा रहेका थिए ।

स्वचछन्द भैरव युवा क्लबले प्रतियोगिताको आयोजना गरेको हो । २५ वर्षदेखि लगातार प्रतियोगिता आयोजना गरिँदै आएको क्लबका अध्यक्ष पुण्यमान बलामीले बताए ।

थाहामा प्रस्ताव, चितवनमा सिफारिस

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहा नगरपालिका १० मा शिक्षक अस्पताल निर्माणका लागि प्रस्ताव गरेकोमा 'ठाउँ खोज्न गठित अध्ययन समति'ले चितवनको भरतपुर सिफारिस गरेको छ ।

शिक्षक अस्पतालको पूर्वसम्भाव्यता अध्ययन एवम् जग्गा पहिचान समितिले बुधबार शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्री देवेन्द्र पौडेललाई प्रतिवेदन बुझाउँदै शिक्षक अस्पतालका लागि चितवनको भरतपुर महानगरपालिका-१५ भगवानपुर उपयुक्त हुने भनी सिफारिस गरेको हो । समतिले अस्पताल निर्माणका लागि थाहा १० मा पुगेर सम्भाव्यता अध्ययन गरेको थियो । थाहा १० सङ्गै भक्तपुरको सुर्यविनायक नगरपालिका-८ जागती, सुर्यविनायक नगरपालिका-४ गुन्डु र चितवनाको भरतपुर ५ भगवानपुरमा अध्ययन गरेको थियो ।

अध्यनपश्चात समितिले भरतपुर महानगरपालिका-५ भगवानपुर (कित्ता नम्बर ५०, ५१, ५२, ६०, ६१, ६२ र ६३) प्रस्तावित शिक्षक अस्पतालका लागि २१ विद्या जग्गा उपुयक्त रहेको निष्कर्ष निकालेको हो । समितिका संयोजक डा. विमल शर्मा चालिसले देशको लगभग सबै क्षेत्रका लाभग्राहीले सुविधा लिन सक्ने ठाउँ रहेको र भौतिक संर चना निर्माण गर्नका लागि जग्गा सम्याउने, पर्खाल लगाउने जस्ता साईट डेभलपमेन्ट कार्यमा चितवन किफायति हुने देखिएको बताए । ३ सय शैय्या क्षमताको संघीय शिक्षक अस्पताल बनाउने सरकारको तयारी छ ।

एमाले मकवानपुरको अध्यक्षमा श्रेष्ठ

◆ विकास संवाददाता

नेकपा (एमाले) मकवानपुर जिल्ला कमिटीको ११ औं जिल्ला अधिवेशनमा एकालाल श्रेष्ठको अध्यक्षतामा १०५ सदस्यीय जिल्ला कमिटी गठन गरेको छ ।

अधिवेशनले एमाले मकवानपुर जिल्ला उपाध्यक्षमा लाल बहादुर थापा, सचिवमा नविन सिग्देल, उपसचिवमा हिदम लामा र सिता बिष्टलाई सर्वसम्मत चयन गरेको हो । अरू पुराना र पाटीमा लगनशिल भएका आधारमा चयन गरिएको छ । आइतबार बिहान हेटौंडा-५ स्थित पार्टी कार्यालयबाट सर्वसम्मत नयाँ नेतृत्व चयन भएको निर्वाचन मण्डलका अध्यक्ष रामेश्वर रानाले जानकारी दिए ।

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

• सम्पादकीय •

भूकम्पीय जोखिम घटाउन जिम्मेवार बनौं

वि.सं. १९९० माघ २ गते नेपालमा आएको विनाशकारी महाभूकम्पका कथाहरु अझै नेपाली जनमानसमा व्याप्त छन् । वि.सं. २०७२ सालमा आएको भूकम्प त हाम्रो मानसपटलमा ताजै छ । नब्बे सालमा भूकम्प आएको दिन पारेर भविष्यमा आउन सक्ने भूकम्पका बारेमा सचेतना प्रवाह गर्ने उद्देश्यले सरकारको अगुवाइमा २०५५ सालदेखि माघ २ गते राष्ट्रिय भूकम्प सुरक्षा दिवस मनाउने गरिएको छ । यो वर्ष पनि 'भूकम्पीय सचेतना सुरक्षित संरचना' भन्ने नाराका साथ हिजोमात्र दिवस मनाइएको छ । औपचारिकतामा सीमित बन्दै गएको यो दिवसमा जनचेतना अभिबृद्धिका लागि सार्थक प्रयास भने गरेजस्तो देखिँदैन ।

वि.सं. २०७२ वैशाख १२ गते गोरखाको बारपाक केन्द्रबिन्दु भएर आएको भूकम्पले करिब नौ हजार मानिसको ज्यान लियो भने २२ हजार तीन सय २१ जना घाइते भए । छ लाख दुई हजार पाँच सय ९२ घर पूर्णरुपमा क्षति भएका र दुई लाख ८४ हजार चार सय ८२ जनाको घर आंशिकरुपले क्षति भएको सरकारी आँकडा छ । महाभूकम्पका कारण २० लाख भन्दा बढी प्रजनन उमेरका महिला प्रभावित भएका र एक लाख २६ हजार भन्दा बढी गर्भवती महिला अति जोखिम अवस्थामा रहेको भूकम्पपश्चात युएनएफपीएले दिएको तथ्याङ्कमा उल्लेख थियो । मानवीय क्षति अनि दुःख पीडाको यो तथ्यांक सँगसँगै अर्बौंको भौतिक संरचना ध्वस्तको कहालीलाग्दो अवस्था हामीले भोग्यौं । कैयौं ऐतिहासिक धरोहर ध्वस्त भए । यो भूकम्पले नौ सयभन्दा बढी पुरातात्विक सम्पदा भत्किए । सिन्धुपाल्चोक, दोलखा, गोरखा, रामेछाप, ओखलढुङ्गा, सिन्धुली, काभ्रेपलाञ्चोक, मकवानपुर, धादिङ, नुवाकोट, रसुवा, काठमाडौं, ललितपुर र भक्तपुरमा भूकम्पले बढी क्षति पुऱ्यायो । अन्य जिल्लाहरुमा आंशिक क्षति पुग्यो । भूकम्प प्राकृतिक प्रकोप हो र यसलाई रोक्न नसके पनि यसबाट हुनसक्ने सम्भावित जोखिमबाट आफूलाई जोगाउन सकिन्छ । भूकम्प आफैले हामीलाई मार्ने हैन बरु भूकम्प आएपछि हामीहरुले बनाएका भौतिक संरचनाले किचेर हाम्रो ज्यान जाने हो । २०७२ सालको भूकम्पमा धेरैको ज्यान जानुमा गलत तरिकाले बनाएका भौतिक पूर्वाधारहरु कारक थिए । यससँगै गलत सूचना पनि जिम्मेवार रहेको कुरा आएको थियो । भूकम्पीय सुरक्षासम्बन्धी सूचना प्रवाह गर्दा टेबल मुनि लुक्ने, खाटमुनि लुक्ने अनि आड लाएर घरभित्रै बस्ने जस्ता सूचनालाई सहीढंगले सम्प्रेषण नहुँदा धेरै जनाले समय पाउँदा पाउँदै पनि आफूलाई बचाउन सकेका थिएनन् । तसर्थ भूकम्पसम्बन्धी जानकारीहरु सही तरिकाले अझ ब्यापकरुपमा नेपालमा प्रवाह गर्न अझै जरुरी देखिएको छ ।

भूकम्प प्रतिरोधी संरचना निर्माणबारेका केही भ्रमपूर्ण विषयहरु पनि जनमानसमा व्याप्त छन् । भूकम्पले पार्ने क्षति शून्य गर्न मानिसका लागि असम्भव कुरा हो तर विभिन्न संरचना र घर निर्माणको क्रममा होशियारी पुऱ्याउनाले भूकम्पबाट हुने क्षतिलाई धेरै हदसम्म कम गर्न भने सकिन्छ । त्यसैले नयाँ घर बनाउँदा भूकम्प प्रतिरोधी बनाउनैपर्ने नियमलाई अझ कडाइका साथ लागु गर्नु गराउनु जरुरी छ । पुराना तथा भूकम्प प्रतिरोधी नभएका घरहरुलाई पनि ठीकढंगले मर्मत सम्भार गर्ने हो भने भूकम्प प्रतिरोधी बनाउन सकिन्छ । यससम्बन्धी विज्ञका अनुसार भूकम्प प्रतिरोधी घर बनाउँदा थपिने अतिरिक्त खर्च भनेको ५/१० प्रतिशत मात्र हो । हाम्रो समाजमा पिलरवाला घर मात्र भूकम्प प्रतिरोधी हुनसक्छ भन्ने गलत सोचाइ पनि छ । विचार पुऱ्याएर सही तरिकाले बनाएको खण्डमा पहिलेदेखि नै चलनमा रहेका ईंटा, ढुङ्गा वा काठबाट बन्ने घर पनि भूकम्प प्रतिरोधी बन्न सक्छन् । आफ्ना लागि सुरक्षित बासस्थान बनाउँदै गर्दा भूकम्पीय सुरक्षाको विषयलाई कसैले पनि नजरअन्दाज गर्नुहुँदैन । गाउँ होस् या शहर सबैतिर निर्माण हुने घरहरु भूकम्प प्रतिरोधी हुनुपर्छ । भूकम्पीय जोखिम न्यून गर्न नागरिकलाई सचेत गराउनुका साथै सरकारले ब्यापक बन्दै गएको जग्गा प्लटिङ र पहाडहरुको कटानी र फडानी, गतिलो इञ्जिनियरिङ विना जहाँतहीं डोजर चलाउने कामलाई पनि अंकुश लगाउन ढिला भैसकेको 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 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

फोहोरमैलाको उचित व्यवस्थापन : आजको आवश्यकता

डा. माधव अधिकारी

हाम्रो देशको काठमाडौंलगायत विभिन्न सहरका फोहोरमैला व्यवस्थापनमा डम्पिङ साइट बेलाबेलामा बन्द वा समस्या आउँदा पनि सम्बन्धित निकायले समस्या निराकरण गर्न नसकी फोहोरमैला व्यवस्थापन राष्ट्रिय समस्याको रूपमा खडा भई जनस्वास्थ्यमा प्रभाव परिरहेको हुन्छ । साँच्चै भन्नु नै पर्दा ६ वटै महानगरपालिका, ११ वटा उपमहानगर-पालिका, २ सय ७६ नगरपालिका र ४ सय ६० गाउँपालिकाका सहरहरूमा फोहोर मैला व्यवस्थापन भोग्नेलाई भोगिनसक्नु, बुझ्नेलाई बुझिनसक्नु छ । बेलाबखत विभिन्न प्रकारका निहुँ तथा कारणले गर्दा सहरहरूको फोहोरमैला उठ्न नसकी सहर दुर्गन्धित बन्दै आइरहेको छ । सो कारणबाट काठमाडौं उपत्यकालगायत हाम्रो देशका अन्य सहरी क्षेत्र दूषित भई सडक, गल्ली र चोकमा थुप्रिएको फोहोरमैला नउठी, उच्च तापक्रम र अविरल वर्षाको समयमा सहरी क्षेत्रमा दुर्गन्धित भई जनस्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर परी हजारौं व्यक्ति झाडापखाला, विषमज्वरो, हैजा, उच्च रक्तचाप आदिबाट ग्रसित भई अस्पताल भर्ना हुने अवस्था बेलामौकामा सिर्जना भएको नौलो होइन । योबाट बढी बालबालिका र वृद्धाहरू बढी प्रभावित हुने गर्छन् ।

फोहोरमैला पारिवारिक तथा आर्थिक क्रियाकलापको उपज हो । काठमाडौं महानगरपालिका, ललितपुर, भक्तपुर, बनेपा, विराटनगर, धनगढी, सुर्खेत, वीरगन्ज र पोखरा, भरतपुरलगायत देशका विभिन्न सहरमा फोहोरमैलाको व्यवस्थापन समस्याको रूपमा रहेको छ । काठमाडौं उपत्यकाको हाल दैनिक निष्कासन हुने करिब १२ सय मे.टन फोहोरमैला व्यवस्थापन प्रमुख समस्या भएको देखिन्छ । विभिन्न बहानामा फोहरमैला डम्पिङ गर्न नपाई काठमाडौंलगायत अन्य सहरमा जतातत‌ै फोहोरमैलाले वातावरण प्रदूषण भई जनस्वास्थ्यमा तीव्र असर पारेको हुन्छ । साथै, ट्राफिकमा समेत अस्तव्यस्त तुल्याएको पाइन्छ ।

सरकारले कोभिडजन्य फोहोर बिक्रीमा पूर्ण रोक लगाएको छ, तर अधिकांश ठूला अस्पतालले समेत आम्दानीको स्रोत भन्दै संक्रमण फैलाउन सक्ने यस्ता फोहोर बेचिरहेका छन् । क्वारेन्टाइन, आईसोलेसन, होल्डिङ क्षेत्र, संक्रमित व्यक्तिका घरबाट उत्पादित फोहोर सीधै संकलककहाँ भने गाउँघरतिरको सो फोहोर वन, खाली क्षेत्र, नदी आदिमा फ्याँकिएको पाइन्छ । माथि भनेजस्तै सरकारले स्वास्थ्य संस्थालाई कोभिडजन्य फोहोरमैला बिक्री-वितरणमा पूर्ण रोक लगाएको छ । ल्यान्डफिल्ड साइट पुगेका नकुहिने फोहोरसमेत पुनः प्रयोग गर्न नमिल्ने गरी व्यवस्थापन गर्नुपर्ने व्यवस्था छ । कोभिड-१९ महामारी आपत्कालीन स्वास्थ्यजन्य फोहोरमैला व्यवस्थापन अन्तरिम निर्देशिका, २०७७ को दफा ५ ले कोभिडजन्य फोहोरमैला पुनः प्रयोगमा नै बन्देज लगाएको छ । फोहोरमैलाबाट कोभिड संक्रमण हुन सक्छ/सक्दैन भन्ने ठोस प्रमाण नभेटिए पनि विश्व स्वास्थ्य संगठनले कोरोना संक्रमितबाट निस्केको फोहोरलाई संक्रमण मानेको छ । जथाभावी विसर्जन गरी खुला छाडेमा अर्को महामारी फैलाउन सक्ने खतरा रहन्छ । त्यसकारण कोभिडजन्य संक्रमित फोहोर बिक्री तथा अव्यवस्थित व्यवस्थापन गर्नु भनेको अपराध नै हो भन्नुमा कुनै अत्युक्ति नहोला । त्यसकारण सम्बन्धित निकायले समयमै सोको आवश्यक व्यवस्था मिलाउनु अपरिहार्य छ ।

फोहोरमैला व्यवस्थापनको विवेचना गर्दा राजधानी काठमाडौंको गर्नु उपयुक्त होला । काठमाडौं उपत्यकाको फोहोर मैला नुवाकोटको सिसडोलमा बनाइएको ल्यान्डफिल साइटमा फोहोरमैला निष्कासन गर्न थालेको करिब १६ वर्ष पुगिसक्यो । दुई-तीन वर्षका लागि मात्र तयार गरिएको सो डम्पिङ साइट २०६२ जेठ २२ देखि प्रयोगमा आएको हो । काठमाडौं, ललितपुर र कीर्तिपुरको फोहोर फाल्न भनी बनाएको सो डम्पिङ साइटमा हाल १८ वटा पालिकाको फोहोर फालिँदै आएको छ । वैकल्पिक ल्यान्डफिल्ड साइटका रूपमा नुवाकोटको बन्चरे डाँडामा स्यानिटरी ल्यान्डफिल्ड साइट निर्माण कार्य सम्पन्न हुँदै छ । दुई वर्षका लागि भनेर बनाएको डम्पिङ साइटमा करिब १६ वर्ष निरन्तर फोहोर थुपार्दा फैलिएको दुर्गन्धले स्थानियवासी आक्रान्त हुनु स्वाभाविक नै हो । फोहोर कुहिई बगेको अर्धठोसका कारण प्रभावित क्षेत्रका बासिन्दाको जनस्वास्थ्य, गाईवस्तु एवम् कृषि उपज, जलथल, वातावरणमा नै नकरात्मक असर परेको गुनासो छ । सो ल्यान्डफिल्ड साइटको क्षमता सकिएकाले बन्चरे डाँडा ल्यान्डफिल्ड साइट बनाउने निर्णय भएको थियो । बन्चरे डाँडामा सिसडोलको जस्तो नभइ फोहोर छुट्ट्याएर मात्र राख्ने स्यानेटरी ल्यान्डफिल्ड साइट हुने कुरा प्रकाशमा आएको छ । सो पनि ढिलाइ भइरहेको छ । यसै सिलसिलामा सिसडोल ल्यान्डफिल्ड साइट हाल पूर्ण रूपमा भरिएपछि उपत्यकाको फोहोरमैला व्यवस्थापनमा ठूलो चुनौती आएको छ ।

यसै सिलसिलामा केही किलोमिटर सडक फोहोर पुरी बनाएकाले फोहोर बोक्ने गाडी चिप्लेर सो उचाइ चढ्न नसकी फोहोरमैला व्यवस्थापनमा समस्या भई सो प्रभावले जनस्वास्थ्यमा असर परेको सर्वविधितै छ । ल्यान्डफिल्ड साइटको फोहोर कुहिएर बगेको लेदोले फोहोर बोक्ने गाडी ल्यान्डफिल्ड साइटमा पुग्नसमेत मौसमी समयमा कठिन हुने गरेको छ । दैनिक १२ सय मेट्रिक टनभन्दा बढी फोहोर फालिँदै आएको सिसडोल ल्यान्डफिल्ड साइट माथि भनेजस्तै पूर्ण रूपमा भरिई समस्याग्रस्त भएको भएको छ । पूर्ण समाधानका लागि बन्चरे डाँडाको ल्यान्डफिल्ड साइट निर्माण सम्पन्न गरी फोहोरमैला व्यवस्थापनका लागि स्रोत परिचालन गरी प्रयोग गर्नु आजको आवश्यकता हो ।

बन्चरे डाँडा काठमाडौंबाट २७ किलोमिटर उत्तरपश्चिममा पर्छ । स्यानिटरी ल्यान्डफिल्ड साइटले बाहिरी क्षेत्रसहित १७ सय रोपनी जग्गा ओगटेको जानकारीमा आएको छ । स्यानिटरी ल्यान्डफिल्ड साइट फोहोरमैलाको वैज्ञानिक आधारित सेमिएरोबिक विधिअनुसार निर्माण गरिएको जानकारीमा आएको छ । यस ल्यान्डफिल्ड साइटले हाल सिसडोलमा फालिँदै आएको फोहोर २० वर्षसम्म धान्ने प्राविधिकहरूले बताएका छन् । फोहोरलाई स्रोतमै छुट्ट्याएर अधिकतम पुनः प्रयोग तथा उत्पादन गरी बाँकी फोहोरमात्र ल्याएमा यो ल्यान्डफिल्ड साइट १ सय वर्ष फोहोर व्यवस्थापन गर्न सकिने सम्बन्धित पक्षको भनाइ छ । आशा गरौँ, बन्चरे डाँडा ल्यान्डफिल्ड साइटबाट कोभिडजन्य संक्रमित फोहोरको पनि आवश्यक व्यवस्थापन हुनेछ । साथै, स्थानीय जनतालाई वातावरण प्रदूषण हुने कार्य नभई वातावरणमैत्री हुने कुरा प्रकाशमा आए पनि उचित प्रयोगको आधारमा कतिसम्म टिक्ने हो, अहिले किटान गर्नचाहिँ नसकिएला कि ? जे होस्, सोच चैं सकारात्मक नै राखौँ ।

फोहोरमैलाको उचित व्यवस्थापनको बाधक तत्वहरू निम्न छन् : फोहोरमैला व्यवस्थापनको लागि स्रोत परिचालन नहुनु, नगरका बासिन्दामा फोहोरमैला व्यवस्थापन गर्ने जिम्मेवारी पालिकाको मात्र हो, आफ्नो जिम्मेवारी नसम्झिने, कानुनको उचित कार्यान्वयन हुन नसक्नु, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा संस्थागत अभावको समस्या, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा दक्ष जनशक्तिको कमी, फोहोरमैला व्यवस्थापन कार्यमा नगर पालिकाको प्रमुख प्राथमिकता परे पनि सोअनुसार कार्यान्वयन गर्न नसक्नु, फाहोरमैला व्यवस्थापनको सन्दर्भमा दीर्घकालीन योजनाको अभाव, फोहोरमैला व्यवस्थापनसम्बन्धी आवश्यक भौतिक पूर्वाधारहरू जस्तै पुनः प्रयोगशाला, ल्यान्डफिल्ड साइटको अभाव, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा जनचेतना अभिवृद्धि कार्यक्रमहरू प्रभावकारी रूपमा सञ्चालन गर्न नसक्नु, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा समुदाय र निजी क्षेत्रसँगको साझेदारी कार्यक्रममा न्यून सहभागिता, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा आवश्यक मेसिन तथा उपकरणको उचित प्रयोग नहुनु, फोहोरमैला व्यवस्थापनसम्बन्धी तथ्याङ्क र अध्ययनको अभाव, फोहोरमैला व्यवस्थापन कार्यको नियमित अनुगमन र मूल्याङ्कनको अभाव, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा निहित स्वार्थ, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा राजनीतिक खिचातानी, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा देशमा चलेको अशान्ति र द्वन्द्व तथा महामारीको प्रभाव, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा अन्तरनगरपालिका समन्वयको अभाव, फोहोरमैला प्रबन्ध तथा स्रोत परिचालन गर्न नसक्नु, संस्थागत रूपले तालिम तथा विकास हुन नसकेको, फोहोरमैला व्यवस्थापन सेवामा नगरपालिकाहरूको प्रतिबद्धता र प्राथमिकता निर्धारण नभइसकेको, कमजोर संस्थागत अभ्यास, फोहोरमैलालाई श्रोतको रूपमा परिचालन गर्ने दृष्टिकोण तयार नभई खर्बौं धनराशि नोक्सानी भएको । यी माथिका कारणबाट काठमाडौं उपत्यकालगायत देशका अन्य सहरी क्षेत्रमा फोहोरमैलाको व्यवस्थानमै चुनौतीपूर्ण बनेको छ ।

बाँकी पेज ३ मा

ओमिक्रोनले माथिल्लो श्वासप्रश्वास नलीमा संक्रमण

कोरोना भाइरसको ओमिक्रोन भेरियन्ट यसअघिको डेल्टा भेरियन्टभन्दा बढी संक्रामक रहेको बताइएको छ । ओमिक्रोन भेरियन्टले मानिसको स्वास्थ्यमा जटिलता कम गराए पनि संक्रामक दर गुणात्मक रूपमा फैलिने बताइएको छ ।

स्वास्थ्य तथा जनसत्त्या मन्त्रालयका सहप्रवक्ता डा समीरकुमार अधिकारीले ओमिक्रोन भेरियन्टको अन्य भेरियन्ट जस्तै मानिसमा लक्षण हुने गरेको बताए, 'अहिले गरिरहेका अणुवांशिक अध्ययन (जीन सिक्वेन्सिङ)ले ओमिक्रोन भेरियन्ट बढ्दै गएको देखाएको छ, यो भेरियन्टमा अरू भेरियन्टका तुलनामा जटिलता कम भए पनि संक्रामण गुणात्मक रूपमा धेरै हुने भएकाले जटिल हुने अनुपात बढेर जान्छ', उनले भने ।

अन्य भेरियन्टको तुलनामा यो भेरियन्ट तीव्र दरमा फैलिने गरेको छ । मन्त्रालयका प्रवक्ता डा सङ्गीता कौशल मिश्राले ओमिक्रोनले माथिल्लो श्वासप्रश्वास नलीमा संक्रमण हुने बताइन् । 'अन्य भेरियन्टले तल्लो श्वासप्रश्वास नली वा फोक्सोमा संक्रमण हुने गर्दथ्यो', उनले भनिन् ।

ओमिक्रोनले पार्ने असरका बारेमा थप अध्ययन अनुसन्धान भइरहेको उनको भनाइ छ । पछिल्लो एक हप्तामा कोरोना संक्रमण विश्वभर एक करोडमा पुष्टि भएको छ । यति धेरै संक्रमण हुनुको कारण ओमिक्रोन भेरियन्ट नै रहेको विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले जनाएको छ ।

ओमिक्रोनले कोरोना खोप लगाएका/नलगाएका दुवैलाई संक्रमण हुन सक्दछ । संक्रमित भएकामध्ये खोप नलगाएकालाई धेरै गाऱ्हो बनाउन सक्ने अहिलेसम्मको अध्ययनले देखाएको छ । खोप नलगाएका व्यक्तिको ज्यान जाने पनि खतरासमेत रहेको छ । जनस्वास्थ्यविद् डा सागरराज भण्डारीले ओमिक्रोन भेरियन्टले मानिसको घाँटीमा संक्रमण गराउने बताए । उनले घाँटी खसखस हुने, चिलाउने र श्वासप्रश्वासमा समस्या हुने जस्ता लक्षण देखिने जानकारी दिए । यस्तै ओमिक्रोन भेरियन्टले मानिसमा बढी हाछिउँ आउने, हल्का ज्वरो आउने, धेरै रूघा लाग्ने जस्तो लक्षण पनि देखिने गर्दछ ।

बच्ने उपाय

यसबाट बच्नका लागि कोरोना भाइरसको पूर्ण मात्रा खोप लगाउनुका साथै जनस्वास्थ्य मापदण्ड अर्थात् भीडभाड नगर्ने, सेनिटाइजरको प्रयोग र हात साबुनपानीले पटकपटक धुनु पर्छ । सही तरिकाले मास्कको प्रयोग गर्न र एक व्यक्ति तथा अर्को व्यक्तिबीचको भौतिक दूरी एक मिटर कायम गर्नुपर्दछ ।

यस्तै संक्रमणबाट बच्नका लागि सरकारले १२ वर्षदेखि माथिका सबैलाई कोरोनाविरूद्धको खोप एक वर्षअघिदेखि नै लगाउन थालेको छ । अहिलेसम्म नेपालमा लक्षित जनसंख्याको ७६.५ प्रतिशतले पहिलो मात्रा र ५६.९ प्रतिशतले पूर्ण मात्राको खोप लगाएका छन् ।

यस्तै कूल जनसंख्याको ५०.२ प्रतिशतले पहिलो मात्रा र ३७.३ प्रतिशतले पूर्ण मात्राको खोप लगाएका छन् । सरकारले कोरोना भाइरसको संक्रमण बढदै गएपछि आगामी माघ १५ गतेसम्म बन्द गर्नुका साथै २५ जनाभन्दा बढीको उपस्थिति हुने सभा, गोष्ठी जस्ता कार्यक्रम बन्द गरेको छ ।

संक्रमण दरको प्रवृति बढ्दै

संक्रमण दरको प्रवृत्ति पनि वृद्धि भएको छ । यही पुस १९ गते २.६ प्रतिशतमा रहेको संक्रमण दर पुस २७ गते १८.६ प्रतिशत पुगेको छ । यस्तै पुस २६ गते १२.७ प्रतिशत, पुस २५ गते ९.२ प्रतिशतमा मात्र संक्रमण दर रहेको थियो ।

पुस २० गते ४.२ प्रतिशत, पुस २१ गते ४.३ प्रतिशत, पुस २२ गते ४.५ प्रतिशत, पुस २३ गते ६.५ प्रतिशत र पुस २४ गते ७.१ प्रतिशत कूल संक्रमण दर रहेको थियो । पुस २७ गते १५ हजार ३३ जनाको परीक्षणमा दुई हजार ४४४ मा संक्रमण देखिएको थियो । पुस २६ गते एक हजार ४४६ संक्रमित र सात हजार ८५५ सक्रिय संक्रमित तथा पुस २५ गते संक्रमित एक हजार १६७ पुगेको र सक्रिय संक्रमित छ हजार ७५५ देखिएका छन् ।

ओमिक्रोन भेरियन्ट रोकथामको तयारी

सरकारले पहिलेको अनुभवबाट पाठ सिकेर अहिले सम्भावित तेस्रो लहरको जोखिम हुन नदिन अस्पताललाई तयारी अवस्थामा राखेको छ । मन्त्रालयका प्रवक्ता डा मिश्राका अनुसार ओमिक्रोन भेरियन्टको सम्भावित जोखिम रोक्न अस्पताललाई आवश्यक पर्ने अक्सिजन, सघन उपचार कक्ष (आइसियु), हाई डिपेडेन्सी युनिट (एचडियु), भेन्टिलेटर, आइसोलेशन र स्वास्थ्यकर्मीलाई पनि तयारी अवस्थामा राखेको छ । उनका अनुसार आइसियु दुई हजार ७९७, भेन्टिलेटर एक हजार आठ र एचडियु तीन हजार ८४६ रहेका छन् ।

यस्तै अक्सिजन सिलिण्डर १३ हजार ९३९ र अक्सिजन कन्सट्रेटर ६९३ रहेका छन् । यसैगरि २५ अक्सिजन टयाङ्कमा १९ वटा र १०७ मध्ये ८७ अक्जिसन प्लान्ट सञ्चालनमा आइसकेका छन् । उपत्यकामा दुई हजार ४९४ आइसोलेशन शय्या, ३२४ एचडियु, ४४५ सघन उपचार कक्ष र २५४ भेन्टिलेटर रहेका छन् ।

मन्त्रालयले समुदायमा ओमिक्रोन भेरियन्ट पत्ता लगाउनका लागि बढीभन्दा बढी एन्टिजेन किटबाट नै परीक्षण बढाउनुका साथै निगरानी बढाएको उनको भनाइ छ । केही दिनअघि एक हजार १४६ पोजेटिभ नमूनाको एस-जिन स्क्रिनिङ गर्दा २५० नमूनामा एस-जिन नेगेटिभ देखिएकाका र ती नेगेटिभ देखिएकाको अणु वांशिक अध्ययन (जीन सिक्वेन्सिङ) २४ मा ओमिक्रोन भेरियन्ट पुष्टि भएको थियो । हालसम्म २७ ओमिक्रोन भेरियन्ट भएको पत्ता लागेको छ ।

भातको माडको उपयोगिता

हामीले पकाउने भात आधा पाकिसकेपछि तयार हुने बाक्लो तरल पदार्थलाई भातको माड भनिन्छ। कान्जी समेत भनिने यो भातपानी स्वास्थ्यका दृष्टिले धेरै हितकर छ । छालाको समस्यादेखि स्वास्थ्यसँग प्रत्यक्ष सरोकार राख्ने अन्य समस्याको समाधानको लागि भातको माड (भात पानी) प्रभावकारी मानिन्छ। यसका फाइदा यस प्रकार रहेका छन्:

छाला कसिलो बनाउछ: भातको माडलाई अनुहारमा लेपन लगाउदा अनुहार सफा र चम्किलो हुन्छ । यसमा सफा गर्ने विशेष तत्व हुने भएकोले फेस वास वा टोनरको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसको नियमित प्रयोगले छाला कसिलो र जवान मानिसको जस्तै कलिलो र चम्किलो बनाउछ ।

पोषण तत्व: भाइरल संक्रमणको बेला वान्ता आउने तथा शरिरमा डिहाइड्रेसन हुने गर्छ । भातको माडले डिहाइड्रेसनबाट मात्र जोगाउदैन ज्वरो आउदा गुमाएको आवश्यक पोषण तत्वको पूर्ती गरिदिन्छ।

पखलाको औषधि: बालबालिकामा लाग्ने पखला रोक्न भातको पानी निकै प्रभावकारी औषधी हो। यो पानीले बालबालिकाको पेट गढबढ हुने पक्रियालाई नियन्त्रण गरी आनन्द प्रदान गर्छ। पखला लाग्दा शरीरबाट अत्यधिक पानी जाने भएकोले भातको पानीले पूर्ती गरिदिन्छ।

कब्जियतको समाधान: भातको पानीमा हुने फाइबरले पेट दुख्ने र पाचनसँग सम्बन्धित अन्य समस्यालाई समाधान गरिदिन्छ । पेट ड्रुम्म भयो वा शौच गर्न समस्या भएमा दैनिक एक गिलास भातको माड खाँदा कब्जियतबाट मुक्ति मिल्छ ।

स्वस्थ कपाल: भातको पानीले कपालमा चमक ल्याउनुका साथै कपाल उम्रन सहयोग गर्छ। गर्मी मौसममा भातको पानीलाई शिरमा दल्दा टाउकोमा शितल अनुभूति हुन्छ र यसले कपाललाई पनि छिटो छिटो वृद्धि गराउछ। स्याम्पु दलेपछि कपालमा कन्डिसनर मसाज गरेजस्तै गरी भातको पानी प्रयोग गर्नुहोस, र केही मिनेटपछि चिसो पानीले सफा गर्नुहोस, कपाल मुलायम र चम्किलो हुन्छ।

शितल स्नान: भातको पानीमा मा एउटा स्वभाविक चिस्याउने तत्व हुने भएकोले सूर्यको प्रकाशले डढेको छालालाई चिस्याउन र जलन रोक्न भातको पानी प्रभावकारी उपाय हुन सक्छ ।

थाहा नगरका जनप्रतिनिधिको सम्पर्क नम्बर

थाहा प्रमुख	लवशेर विष्ट	९८५५०६७६९२
थाहा उपप्रमुख	खड्ग बहादुर गोपाली	९८५५०६७०४५
१ नं. वडाध्यक्ष	हेरमान गोपाली	९८५५०८९३०१
२ नं. वडाध्यक्ष	गुप्तबहादुर कार्की	९८५५०८९३०२
३ नं. वडाध्यक्ष	राजेश के.सी.	९८५५०८९३०३
४ नं. वडाध्यक्ष	दिपक सिं लामा	९८५५०८९३०४
५ नं. वडाध्यक्ष	विष्णुबहादुर गुरुङ	९८५५०८९३०५
६ नं. वडाध्यक्ष	शशीधर सुवेदी	९८५५०८९३०६
७ नं. वडाध्यक्ष	सनमसिं मुक्तान	९८५५०८९३०७
८ नं. वडाध्यक्ष	टिकाराम रुम्बा	९८५५०८९३०८
९ नं. वडाध्यक्ष	परशुराम श्रेष्ठ	९८५५०८९३०९
१० नं. वडाध्यक्ष	हिराबहादुर गमाल	९८५५०८९३१०
११ नं. वडाध्यक्ष	किरणमान बल	९८५५०८९३११
१२ नं. वडाध्यक्ष	मानबहादुर स्याङ्तान	९८५५०८९३१२

फोहोरमैलाको उचित … … .

फोहोरमैला समाधानको सबैभन्दा उत्तम उपाय नगरपालिकाले फोहोरमैला व्यवस्थापन कार्यलाई उच्च प्राथमिकता राखी फोहोरबाट मोहोर आर्जन गर्ने दीर्घकालीन योजना बनाई काम गर्नुपर्ने, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा नगरवासीलाई सचेतना गराउनुपर्ने, प्रत्येक नगरपालिकाले आफ्नो संगठन तालिकामा फोहोरमैला व्यवस्थापन शाखाको स्थापना गरी फोहोरमैला व्यवस्थापनसम्बन्धी दक्ष जनशक्ति तयार गर्नका लागि कर्मचारी आवश्यक तालिम उपलब्ध गराउनुपर्ने, फोहोरमैला व्यवस्थापनको तथ्याङ्कलाई वैज्ञानिक ढङ्गले अद्यावधिक गरी राख्ने, फोहोरमैला व्यवस्थापनका लागि पूर्वाधारको विकास गर्ने, फोहोरमैला व्यवस्थापनमा नगरपालिकाहरूले समन्वय गरी छाता अवधारणको विकास गर्ने, नगरवासीहरूलाई फोहोरमैला व्यवस्थापनको मुख्य पक्षलगायतका कार्यको जनचेतना अभिवृद्धि गरी सो व्यवस्थापनमा सहभागी गराउने, फोहोर मैला व्यवस्थापनमा निजी क्षेत्रलाई आकर्षित गर्न नगरपालिकाहरूले विशेष कार्य योजना बनाई अगाडि ल्याउन आवश्यक छ यस्तो कार्ययोजना बढी पार दर्शी तथा नगरपालिकाहरूबाट निजी क्षेत्रलाई उपलब्ध गराउने सेवासुविधा स्पष्ट रूपमा उल्लेख हुनुपर्छ, नगरक्षेत्रको फोहोरमैला व्यवस्थापन बढीभन्दा बढी मात्रामा समुदायमा आधारित संस्था, गैरसरकारी संस्था, सरकारी संस्थाहरूलाई स्पष्ट कार्ययोजनाका साथ परिचालन गर्न सकिएमा फोहोरमैला व्यवस्थापनको सञ्चालन खर्चमा न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ, फोहोरमैलाको वैज्ञानिक व्यवस्थापन गरी सोबाट प्रशोधन गरी मल उत्पादन गर्नुपर्ने, सोबाट ठूलो धनराशिको बचत हुने, फोहोरमैला न्यूनीकरण गर्ने घरेलु उपायहरू अवलम्बन गर्न र उपयुक्त प्रविधि भित्र्याई आवश्यक व्यवस्थापन गर्ने नगर पालिकाले अल्पकालीन तथा दीर्घकालीन फोहोरमैला व्यवस्थापनमा योजना तर्जुमा गर्नुपर्ने, उपयुक्त प्रविधिको पहिचान गरी सही रूपले फोहोरबाट मोहोर आर्जन गरी कार्यान्वयन गर्ने, नगरपालिकाकै ल्यान्डफिल्ड साइटको व्यवस्था गर्ने, पब्लिक-प्राइभेट साझेदारी कार्यक्रमलाई अनुकूल बनाउँदै लैजाने, फोहोरमैला व्यवस्थापनसम्बन्धी विद्यमान कानुनले फोहोरमैला व्यवस्थापनका लागि विभिन्न निकाय, संस्था तथा व्यक्तिको जिम्मेवारी, कर्तव्य र दायित्वको विषयमा स्पष्ट व्यवस्था नगरेकाले कतै निकायगत जिम्मेवारीमा दोहोरोपना र कतै कर्तव्य र दायित्व स्पष्ट नभएको अवस्था हुँदा फोहोरमैला व्यवस्थापन सम्बन्धी काम गर्ने निकाय, संघसंस्थाको जिम्मेवारी र कर्तव्यको स्पष्ट व्यवस्था हुने गरी विद्यमान कानुनहरूलाई परिमार्जन गरिनुपर्ने, माध्यमिक तहको विद्यालयको पाठ्यक्रममा नै फोहोरमैलाको स्रोत परिचालनसम्बन्धी विषयवस्तु राख्नुपर्ने, प्राङ्गारिक मलको कारखाना खोल्न आवश्यक पहल गर्नुपर्छ । आशा छ, बन्चरे डाँडाको ल्यान्डफिल्ड साइट वातावरणमैत्री हुनेछ ।

यी माथिका कुराहरू कार्यान्वयन भएमा पक्कै पनि कोभिडजन्य संक्रमित फोहोर तथा अन्य फोहोरहरू काठमाडौं उपत्यका र देशका अन्य सहरमा व्यवस्थापन प्रभावकारी भई फोहोरबाट मोहोर आर्जन भई हामी सबैको स्वास्थ्यसमेत गुणस्तरीय हुनेछ ।

-इमेल प्राप्त

(डा. अधिकारीले गुणस्तर जीवन विषयमा विद्यावारिधि गरेका छन् ।)

तरकारी र फलफूलमा विषादी परीक्षणले उपभोक्ता ल्याएको खुशी

◆ हरि हुमागाई

तरकारी र फलफूलको लाइनै सटर । व्यापारी देखि उपभोक्तासम्मको घुइचो । थरीथरीका फलफूल र तरकारीका सटरनै पिच्छेका गोदाम । कुनै ट्रक तरकारी लिएर भित्रदै छन् त कुनै यस बजारबाट बाहिर निस्कदैछन् । बिहानको झिसमिसे साढे दुइ बजे देखि बिहान उज्यालो हुनजेल सम्म चितवनको नारायणगढ र भरतपुर बजार सुनसान हुन्छ तर, यहाँको तरकारी बजारमा ठुलै मेला लागेझै चहलपहल निकै हुने गरेको छ ।

भरतपुर महानगरपालिका वडा नम्बर–२ क्षेत्रपुरमा सञ्चालनमा रहेको महानगर तरकारी तथा फलफूल बजार भित्र पुगेपछी यस्तै दृस्य देख्न सकिन्छ । यही बजार भित्र कृषि ज्ञान केन्द्र चितवन, भरतपुर महानगरपालिका र कृषि प्रवर्धन विकास प्रालि चितवनले विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषशण प्रयोगशाला स्थापना गरेर सञ्चालनमा ल्याएको दुई वर्ष भयो । यस प्रयोगशालामा हरेक दिन कृषि ज्ञान केन्द्र चितवनका कृषि प्राविधिक स्वस्तिका ढकाल पुग्नुहुन्छ । बिहानको ३ बजे चितवन जिल्ला र बाहिर जिल्लाबाट यस बजारमा तरकारी तथा फलफूल विक्रीका लागि ल्याउने समयमै उहाँ तरकारीको नमुना उठाउन पुग्ने गर्नु भएको छ । हरेक स्टलमा आइपुगेको तरकारीको स्याम्पल उठाइसकेपछी विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषशण प्रयोगशालामा लगेर जाच गर्दै आउनु भएको छ । प्रयोगशालामा उहाँले तर कारीमा सिमी, काउली, टमाटर, भिण्डी, मुला, केराउ, ब्रोकाउली, बन्दा लगायतका तरकारी र फलफूल परि क्षणका लागि ल्याबमा परिक्षणका लागि राखेको करिब डेढ घण्टामा त्यसको नतिजा आउँछ ।

परीक्षणपछी नजिता आएपछी मात्र आम उपभोक्ताहरूले खान योग्य भएमा मात्र बजारमा बिक्री गर्न पाउने कृषि प्राबिधिक ढकाल बताउनुहुन्छ । उहाँको दैनिकी यसैगरी बितेको छ । बिहानको झिसमिसेमा प्रयोगशालामा आइपुग्यो, स्याम्पल उठायो र खान योग्य तरकारी मात्र बजारमा बिक्री गर्नका लागि पठायो बल्ल उज्यालो भएपछी ल्याब बन्द गरेर घर निस्कने गर्नु भएको छ ।

विषादीः ४५ भए नष्ट, ३५ प्रतिशत भन्दा माथी भएमा क्वारिन्टीनमा

यस बजारमा बिक्रीका लागि ल्याएका तरकारी तथा फलफूल विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषण प्रयोगशालामा परिक्षण गर्दा तरकारीमा बिषादीको मात्रा ४५ प्रतिशत भएमा नष्ट गर्ने गरीएको कृषि ज्ञान केन्द्र चितवनका प्रमुख युवर ाज पाण्डे बताउँछन् ।

तरकारी जाँच गरिसकेपछी ३५ प्रतिशत भन्दा माथी तर ४५ प्रतिशत भन्दा कम मात्र बिषादीको मात्रा भएको पाइएमा केही दिन तरकारीलाई बिक्री गर्न बजारमा जान नदिइकन क्वारीन्टीनमा राख्ने र खान योग्य भएपछी मात्र बिक्री गर्न दिने गरेको उनी बताउँछन् ।

तरकारीमा ३५ प्रतिशत भन्दा तल भएमा बिक्रीका लागि बजारमा पठाउने गरिएको उनी बताउँछन् । ४५ प्रतिषत विषादी भएको पाइएमा नष्ट गर्ने गरीएको छ । बिक्रीका लागि बजारमा लगिएको छ भनेपनि बजारबाट उठाएर फेरी नष्ट गर्ने गरिएको उनी बताउँछन् । चितवन र आसपासका जिल्लामा उत्पादन हुने तरकारी तथा फलफूल यस बजारमा आउने गरेका छन् । यहाँबाट काठमाण्डौं, हेटौंडा, धादिङ लगायतका जिल्लामा बिक्रीका लागि लगिने गरिएको छ । २०७६ साल पुस १ गतेबाट यहाँ तरकारी तथा फलफूलको विषादी परिक्षण गर्न थालिएको हो ।

उपभोक्ताले तरकारीसंगै विष खानुपर्ने समस्या हट्यो

बागमती प्रदेशको कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयले विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषण प्रयोगशालामा चाहिने ल्याब उपलब्ध गराएपछी तरकारी तथा फलफूलमा विषादी परिक्षण सुरू गरिएको हो ।

विषादी परिक्षण गरेपछी त्यसको रिपोर्ट आएपछी मात्र बिक्री गर्न पाइने भएकाले अहिले यस बजारबाट जाने तरकारी तथा फलफूल खाने गरेका उपभोक्ताहरूले यसमा प्रयोग गरिएको विष खानुपर्ने बषौं देखिको बाध्यता भने अहिले हटेको छ ।

तरकारी उत्पादन गर्ने किसानले आफ्नो उत्पादनमा बृद्धी गर्नका लागि बिषादीको प्रयोग गर्ने चलन छ । तर, तरकारीमा बिषादी बढी भए नभएको किसानलाई थाहै हुँदैन । यहाँ बिक्रीका लागि ल्याउने बित्तिकै परिक्षण गरिदा तर कारीमा विषको मात्र कती प्रतिशत छ

भनेर तत्काल परिक्षण गरिने र त्यसपछी व्यापारीले बिक्री गर्ने हुँदा तरकारीसंगै विषादी खानुपर्ने बाध्यता हटेको चितवनका उपभोक्ताहरू बताउँछन् । यसरी परिक्षण गर्ने गर्दा बजारमा बिक्रीका लागि राखिएका राम्रो तरकारी देख्न् वित्तिकै विषादी धेरै प्रयोग गरिएको छकी भनेर डराउनुपर्ने बाध्यता पनि हटेको उपभोक्ताहरू बताउँछन् ।

हरेक तरकारी प्रयोगशाला पठाउँछौं–ब्यावसायी

हरेक दिन किसानका खेतबारीबाट आएका जुनसुकै तरकारी विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषण प्रयोगशालामा परिक्षण गराएर मात्र बिक्री गर्ने गरिएको यहाँका ब्यापारीहरू बताउँछन् । यहाँ २ सय १४ वटा तरकारी तथा फलफूलका सटरहरू रहेका छन् ।

यहाँ नेपालका जुनसुकै स्थानबाट पनि तरकारी तथा फुलफूल ल्याउने वित्तिकै जाँच गरेर बजारमा बिक्री गर्ने गरिएको तरकारी तथा फलफूल व्यावसयीसंघ भरतपुरका महासचिब जयराम पाण्डे बताउँछन् ।

परीक्षण गरेर बजारमा पठाउँदा आम उपभोक्ताहरूलाई तरकारीसंगै विषादी पनि खानुपर्ने बाध्यता हटेको उनी बताउँछन् । पहिले झण्झट जस्तो लागेपनि अहिले भने आफुकहाँ बिक्रीका लागि ल्याउने तरकारी बिषादीको परिक्षण गरेपछी मात्र पठाउन पाउँदा झन ढुक्क भएको यस बजारका अर्का ब्याबसायी राजेन्द्र थापा बताउँछन् ।

किन त बिषादीको परिक्षण ?

बागमती प्रदेशको कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयले विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषशण प्रयोगशाला सञ्चालन गर्नका लागि ल्याब खरिद गरेको थियो । खरिद गरेका तीन वटा ल्याब मध्यमा चितवनमा एउटा प्रयोगमा ल्याउनका लागि लगिएको थियो ।

कृषि ज्ञान केन्द्र चितवनका तत्कालिन प्रमुख राजन ढकाल हुँदाको समयमा भरतपुर महानगर पालिकासंगको सहकार्यमा प्रयोगशाला सञ्चालनमा ल्याइएको हो । पहिले ढकाल आफै बिहानीको समयमा गएर तरकारीमा विषादीको परिक्षण पनि गर्नुहुन्थ्यो । तर, पछी कार्यालयको काम र बिहानीको समयमा तरिकारीको समेत परिक्षण गर्न नभ्याएपछी करारमा कृषि प्राबिधिक नियुक्त गरेर यो कामलाई निरन्तरता दिइएको हो ।

आम उपभोक्ताहरूलाई तरकारी खाँदा विषादी पनि खानु नपरोस भनेर यो प्रयोगशाला प्रयोगमा ल्याइएको कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयका योजना महासाखाका प्रमुख तथा प्रवक्ता राजन ढकाल बताउँछन् ।

मन्त्रालयले मेसिन मात्र खरिद गरेको थियो । भरतपुर महानगर पालिकाले भवन निर्माण र केमीकलका लागि सहयोग गरेपछी विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषशण प्रयोगशाला सञ्चालनमा ल्याइएको उनी बताउँछन् । यहाँबाट हरेक दिन परीक्षण गरिएको रिपोर्ट कृषि ज्ञान केन्द्र चितवनको वेवसाइटमा राखिन्छ । नमुना परिक्षणको रिपोर्ट सम्वन्धीत किसान र व्यापारीलाई समेत दिने गरिएको छ ।

चितवन तरकारी कारोबार हुने हब समेत भएकाले यसलाई प्रयोगमा ल्याइएको उउनले बताए । आम उपभोक्ताहरूलाई तरकारीसंगै किन बिष पनि खुवाउने भनेरनै विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषशण प्रयोगशाला प्रयोगमा ल्याइएको उनी बताउँछन् ।

सचेत हुँदै किसान

पहिले बिषादीको अत्यधिक प्रयोग गरेर बिक्रीका लागि बजार पठाउँदे आएका किसानहरू अहिले भने सचेत भएका छन् । यहाँ परिक्षण गरिन थालेपछी चितवन बिक्रीका लागि मकवानपुर, चितवन, दाङ, नुवाकोट, कपीलबस्तुका किसान सचेत भएका छन् ।

बिक्री गर्ने तरकारीमा बिषादीको प्रयोग अत्यन्त कम गर्ने गरेको व्यावसायीहरू बताउँछन् । पहिले बिषादीको मात्र तरकारीमा धेरै भएकै कारणले किसान र व्यापारीले नोक्सान बेहोर्नुपरेको भएपनि अहिले भने परेको छैन । कहिलेकाही मात्र बिषादीको मात्र धेरै भएकाले नष्ट गर्ने गरिएको यहाँका व्यापारीहरू बताउँछन् ।

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)
होर्डिङ 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

समुदायमा अदालत

थाहानगरमा अन्तरक्रिया कार्यक्रम

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर जिल्ला अदालतबाट सञ्चालित न्यायमा पहुँच बिस्तारको लागि समुदायमा अदालत कार्यक्रम अन्तर्गत थाहा नगरपालिकामा समुदायमा अदालत नामक अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न भयको छ। मकवानपुर जिल्ला अदालतको आयोजनामा थाहा नगरका जनप्रतिनिधि वडा कार्यालयका सचिब, न्यायीक समिती तथा वडा मेलमिलाप समितीका सदस्य इलाका प्रहरी कार्यालयका प्रमुख, पत्रकारहरूको उपस्थित रहेको थियो ।

स्थानीय निकाय अन्तर्गत नगरपालिकामा रहेको न्यायिक समितिको कामको प्रभाबकारिता र अनुगमन, नगरपालिका पदाधिकारीले गर्ने न्यायिक तथा प्रशासनिक काम कारबाहीमा आइपरेको समस्या र तिनको समाधानको कानुनी उपाय, जन्मदर्ता, विवाहदर्ता लगायतका सिफारिसमा आइपरेका समस्या र कानुनी समाधान, न्यायपालिका प्रतिको जनधारणा तथा स्थानिय निकायबाट अदालत सम्बन्धि गरिने सिफारिसको प्रभाबकारिता तथा शुद्धता समेत का विषयमा सहभागीहरूले न्यायाधीशहरूलाइ प्रश्न गरेका थिए ।

उठेका प्रश्नमाथी जिल्ला अदालत मकवानपुरका माननीय न्यायाधीश द्वय कमलराज बिष्ट, डिल्ली रत्न श्रेष्ठ तथा अधिवक्ता सुशील कुमार पोखरेलले सहजीकरण गरेका थिए । अन्तरक्रिया कार्यक्रममा स्थानिय जनप्रतिनिधिहरूले आफ्नो कार्यालयमा आउने मुद्दा तथा कानुनी समस्यालाई कसरी समाधान गर्न सकिन्छ ? भनेर जिज्ञासा राखेका थिए भने जिज्ञासामाथि न्यायाधीशहरूले न्यायिक उपचार कसरी गर्न सकिन्छ भनेर आफ्नो धारणा राखेका थिए ।

अन्तरत्रिरुया कार्यत्रम थाहा नगरपालिकाका न्यायिक समिती संयोजक खड्गबहादुर गोपालीको उपस्थिति तथा जिल्ला न्यायाधीश डिल्लिरत्न श्रेष्ठको अध्यक्षतामा सम्पन्न भयको थियो। कार्यक्रममा आफ्नो भनाइ राख्दै संयोजक गोपालीले थाहा नगरपालिकाको न्यायिक समितिमा धेरै मुद्दा आयकोमा धेरै जसो मुद्दा न्यायिक समितिले सुल्झायपनी केही मुद्दा अदालत पठाउन सिफारिस गरिएको तथा नगरमा हाल जग्गा सम्बन्धि बिबाद धेरै आइरहेको बताउदै न्यायिक निरूपण तथा उपचारलाई अदालतले सहज बनाउन आग्राह गरे ।

विद्यार्थीलाई न्यानो कपडा

◆ विकास संवाददाता

मिङ्मा फाउन्डेसन नेपाल द्वारा थाहा १ टाहाखेल मा अबस्थित श्री पन्चकन्या प्राथमिक विद्यालयका २१ विद्यार्थी लाई शैक्षिक सामाग्री तथा माक्स स्यानिटाइजर बितरण गरियको छ।

विद्यालय प्रागणमा एक कार्यक्रमका बिच फाउन्डेसनका अध्यक्ष मिङ्म्मा शेर्पा, फाउन्डेसनका सदस्य सुर्य पौडेल, ब्रायन श्रेष्ठ ले शैक्षिक सामाग्री विद्यार्थीहरूलाई हस्तान्तरण गरे ।

विद्यालयका पूर्व विद्यार्थी तथा स्थानीय समाजसेवी भरत गोपालीको सहकार्यमा विद्यार्थीहरू लाई उक्त सामाग्री बितरण गरियको हो। कार्यक्रम विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष युद्ध बहादुर थोकरको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा प्रधानाध्यापक रमेश कुमार लामा शिक्षिका कबिता अर्याल, विद्यार्थी, अभिभावकहरूको उपस्थिति रहेको थियो

दशौं थाहानगर अधिवेशन

बजेट खर्च सन्तोषजनक भएन–गोपाली

◆ विकास संवाददाता

जनप्रतिनिधिहरूको पहिलो कार्यकालको अन्तिम आर्थिक वर्षको पहिलो ६ महिनामा थाहा नगरपालिकाको प्रगति सन्तोषजनक देखिएको छैन ।

२८ पुसमा जेसीज सभाहलमा आयोजित थाहा नगरपालिकाको दशौं नगर सभामा आर्थिक वर्ष २०७८/०८९को संशोधित बजेट प्रस्तुत गर्दै नगर उपप्रमुख खड्गबहादुर गोपालीले नगरपालिका लक्ष्य अनुसार अघि बढ्न नसकेको सुनाए ।

उनले आगामी फागुन मसान्तसम्म सबै योजनाहरू सम्पन्न गरिसक्नुपर्नेमा २० पुससम्मको ६ महिनामा अवधिमा ९ प्रतिशत मात्र योजना सम्पन्न भएको जानकारी दिए । गोपालीका अनुसार ९ प्रतिशत योजनाहरूको फरफारकसमेत भइसकेको छ । नगरपालिकाको गत असारमा सम्पन्न नवौँ नगरसभाले पारित गरेको ९१ प्रतिशत योजना अबको दुई महिनामा सम्पन्न गर्न नगरपालिकालाई चुनौति छ ।

त्यस्तै नगरपालिकाको वित्तीय प्रगति पनि सन्तोषजनक देखिएको छैन। वित्तीय प्रगतिमा पनि नगरपालिका निकै पछाडि परेको बताउँदै उपप्रमुख गोपालीले फागुन मसान्तसम्म सबै योजना सम्पन्न गर्न र भुक्तानी प्रक्रिया पूरा गर्न सबैको सहयोग आवश्यक रहेको पटक–पटक दोहोर्याए । नगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ का लागि करिव रू. ९६ करोड बजेट पारित गरेकोमा २० पुससम्म रू. २९ लाख खर्च भएको छ । थाहा नगर पालिकाका प्रमुख लवशेर विष्टको अध्यक्षतामा भएको हो ।

थाहाको बजेट अर्ब नाघ्यो

आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ को लागि थाहा नगरपालिकाको वार्षिक बजेट बढेको छ ।

नगरपालिकाको दशौं नगरसभामा आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ को संशोधित बजेट प्रस्तुत गर्दै नगर उपप्रमुख खड्गबहादुर गोपालीले रू. १ अर्ब १० करोड ८७ लाख ३० हजारको बजेट पेश गरेका हुन्। सअघि गत असारमा सम्पन्न नगर सभाले आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ को लागि रू. ९५ करोड ६४ लाख ३२ हजार बराबरको बजेट पारित गरेको थियो। नगरपालिकाको आन्तरिक आयमा वृद्धि हुने देखिएपछि बजेट वृद्धि भएको हो। यसअघि आन्तरिक आयतर्फ रू. ११ करोड ८८ लाख ४९ हजार अनुमान गरिएकोमा संशोधित बजेटमा रू. २७ करोड ११ लाख ४७ हजार आय अनुमान गरिएको छ ।

तीन उत्कृष्ट कर्मचारी घोषणा

◆ विकास संवाददाता

उत्कृष्ट काम गरेवापत थाहा नगरपालिकाका ३ जना कर्मचारी पुरस्कृत भएका छन् । नगरपालिकाले सुरजकुमार भुजेल, मेघराज बलामी र पाल्साङ लामालाई पुरस्कार प्रदान गरेको हो ।

थाहा नगरपालिकाको दशौं नगर सभामा उनीहरूलाई नगद रू. १० हजार सहित पुरस्कार प्रदान गरिएको हो । नगरप्रमुख लवशेर विष्टले उनीहरूलाई सम्मान–पत्र प्रदान गरे ।

नगरको सूचना तथा सञ्चार क्षेत्रमा उत्कृष्ट काम गरेको भन्दै भुजेललाई, कोभिड नियन्त्रणमा भूमिका खेलेको भन्दै बलामीलाई र दुई वडाको सचिव भई उत्कृष्ट काम गरेको भन्दै लामालाई पुरस्कृत गरिएको हो ।

गणेशमान सिंह मार्गको रातारात निर्माण

◆ विकास संवाददाता

'गणेशमान सिंह मार्ग'को नामले परिचित चित्लाङ–चन्द्रागिरि सडकको स्तरोनती धमाधम भैरहेको छ। बितेको एक वर्षको अवधिमा थानकोटबाट दुई हजार ५ सय मिटरदेखि ८ हजार २५० मिटरसम्मको सडकको 'ट्र्याक क्लियर' भएको छ ।

यस अवधिमा ३ हजार १६० मिटर सडकमा मेसिनरी वाल उठाउने, ३ हजार ४२० मिटर सडकसम्म डाउन गर्ने, ३ हजार ५८० मिटर सडकसम्म २ मिटर माटो भर्ने, ३ हजार ७८० मिटरसम्म ढिस्को काट्ने, पहिरो हटाउने, खोल्सीको मोडलाई २५ मिटरको रेडियसमा घुमाउनेलगायतको काम भएको छ ।

यस्तै रक कटिङ गर्नेदेखि सेतो पहरालाई समेत छिचोलेको छ । यस्तै ७ हजार ९ सय मिटर सडकमा २२ मिटर अगाडि अर्को मोड बनाएर ढिस्को कटिङ गरेर नमूना प्राकृतिक वालसमेत निर्माण गरिएको छ ।

समयमै व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं।

थाहा नगरपालिका
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर
पञ्जीकरण शाखा

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

सार्वजनिक पद र जिम्मेवारीमा रहेका व्यक्तिहरुले शक्तिको दुरुपयोग गरी गर्ने गैरकानूनी आर्जन भ्रष्टचार हो ।

भ्रष्टचार विरुद्ध सचेत होऔं । भ्रष्टचार भएको शंका लागेमा तत्काल अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोग वा स्थानीय प्रशासनमा खबर गरौं ।

नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

उपभोग्य वस्तु खरिद गर्दा

उपभोग्य मिति

हेरेर मात्र खरिद गरौं ।

\- विकास खबरपत्रिका

कण्डम

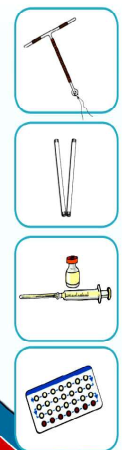
- कण्डम गर्भान्तरको लागि पुरुषले प्रयोग गर्ने परिवार नियोजनको एक मात्र अस्थायी साधन हो। यो प्रत्येक पटक यौन सम्पर्क गर्दा सहि तरिकाले प्रयोग गर्नुपर्छ।
- घर भन्दा बाहिर कामकाज गर्ने व्यक्ति घर फर्कदा अनिच्छित गर्भ रहनबाट रोक्न कन्डम एक सरल उपाय हो।
- यसले गर्भ निरोध र एच. आई.भी तथा यौन रोगको संक्रमणबाट पनि बचाउछ। कण्डमले दोहोरो सुरक्षा प्रदान गर्छ।
- यो प्रयोग गरिसकेपछि उचित ठाउँमा व्यवस्थापन गर्नुपर्छ।
- नजिकको स्वास्थ्य संस्था साथै आफ्नो वडाको महिला स्वास्थ्य स्वयंमसेविकाबाट पनि नि:शुल्क उपलब्ध हुन्छ।
- यदि यौन सम्पर्कको बेला कण्डम फुटेमा चाडो भन्दा चाडो १२० घण्टाभित्र आकस्मिक गर्भ निरोधकको उपाय अपनाउनु पर्छ।

थाहा नगरपालिका
स्वास्थ्य शाखा
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

परिवार नियोजन

- पहिलो बच्चा ढिलो पाउन
- कम्तीमा ३ बर्ष जन्मान्तर राख्न (बच्चा पाएको ४५ दिन भित्र शुरुवात)
- लामो समय गर्भ रोक्न
- सन्तानको रहर पुगेपछि

१ . अस्थायी साधनहरु



१.१ आई.यू.सी.डि (कपर टि) :
- आई.यू.सी.डि महिलाले प्रयोग गर्ने लामो अबधिको अस्थायी साधन हो। यो पाठेघरमा राखिन्छ। एकपटक राखेपछि यसले १२ वर्षसम्म गर्भ रहन दिदैन।

१.२ ईम्प्लाण्ट :
- ईम्प्लाण्ट महिलाको पाखुरामा राखिने परिवार नियोजनको अस्थायी साधन हो। यसले एक पटक लगाएपछि ५ बर्ष सम्म गर्भ रहन दिदैन।

१.३ डिपो (३ महिने) सुई :
- यो सुई लगाएपछि ३ महिना सम्म गर्भ रहन दिदैन।

१.४ खाने चक्का (पिल्स) :
- गर्भधारणबाट पूणरुपमा सुरक्षित रहनका लागि महिलाले प्रत्येक दिन नबिराई खाने चक्की (पिल्स) को सेवन गर्नुपर्छ।

थाहा नगरपालिका
स्वास्थ्य शाखा
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

NOVEL CORONA VIRUS (nCOV)

सर्वसाधारणका 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 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 पशुपन्छीहरूसँग 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?
सामान्यतः 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