मूल्यसूची नराख्ने र म्याद गुज्रेका सामान बेच्ने पुरानै रोग। 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-१५, ● अंक-१२ ● २०७९ असोज १७ गते सोमबार, ● 03 Oct. 2022, ● नेपाल सम्वत्-११४२, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

सूचना प्रविधिमा थाहानगर जिल्लामै उत्कृष्ट

थाहानगर जिससबाट पुरस्कृत

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहा नगरपालिका सूचना प्रविधिको प्रयोग र यस क्षेत्रमा नवीनतम कार्यहरू संचालन गरेकोमा पुरस्कृत भएको। जिल्ला समन्वय समिति (जिसस) मकवानपुरको आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ को जिल्लास्तरीय वार्षिक समीक्षा कार्यक्रमको अवसरमा ११ असोजमा हेटौंडामा थाहा नगरपालिकालाई सम्मान गरिएको हो। कार्यक्रमका प्रमुख अतिथी तथा बागमती प्रदेशका सामाजिक विकास मन्त्री कुमारी मोक्तानले नगरपालिकालाई सम्मान पत्र वितरण गरेकी हुन्। पालिकाको तर्फबाट नगर प्रमुख विष्णु विष्ट, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत होमनाथ काफ्ले र सूचना अधिकारी सुरजकुमार भुजेल सहभागी थिए।

जिल्ला समन्वय समितिले जिल्लाका अन्य विधामा पनि पुरस्कृत गरेको छ। जिससले सामुदायिक विद्यालयमा सञ्चालित ईसीडी तर्फ बकैया गाउँपालिकाको शंखरेश्वरी प्रावि, कर्मचारी तर्फ पनि बकैयाँ गाउँपालिकाका अनमी सर्मिला जिम्मा र भीमफेदी गाउँपालिकाका लेखापाल तोयानाथ तिवारी र जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका कार्यालय सहयोगी सोममायाँ स्याङतानलाई सम्मान गरिएको थियो।

हेटौंडाका समाजसेवी सिद्धीलाल श्रेष्ठ, महिला तर्फ बबीता बानियाँ जिल्ला समन्वय समितिबाट सम्मानित भएका छन्। यस्तै सहकारी तर्फ मकवानपुर गढी स्थित मनकामना दुग्ध उत्पादक सहकारी संस्था, महिला मिलन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था, कृषित तर्फ थाहा नगरपालिका स्थित झम्केश्वरी कृषि समुह पालुङ र हेटौंडा-१६ कि गीता कृषि फार्मकी सञ्चालक गीता रेग्मीलाई सम्मान गरिएको छ भने गैरसरकारी संस्था तर्फ सिवीन नेपाल, राडो नेपाल र माइती नेपाललाई सम्मान गरिएको निमित्त जिल्ला समन्वय अधिकारी सुनिता कुमारी गजुरेले बताइन्।

कार्यक्रमका अतिथी तथा सहभागीहरूलाई जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका उपप्रमुख सानुकाजी लुईटेलले स्वागत गरेका थिए। जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका प्रमुख ललित बहादुर घलानको सभाध्यक्षता सम्पन्न कार्यक्रममा मकवानपुरका निमित्त प्रमुख जिल्ला अधिकारी गुणराज न्यौपानेलगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए। कार्यक्रममा मकवानपुरका १० वटै स्थानीय तहका प्रमुख/उपप्रमुखहरू, जिल्ला स्थित राजनैतिक दलका प्रमुख एवम् प्रतिनिधिहरू, निमित्त जिल्ला समन्वय अधिकारी सुनिता कुमारी गजुरेल, १० वटै पालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, विभिन्न सरकारी कार्यालयका प्रमुखहरू तथा गैरसरकारी संस्थाका प्रमुख एवम् प्रतिनिधिहरूको सहभागिता थियो।

जिल्ला समीक्षामा जिल्लाका १० वटै स्थानीय तह एवम् जिल्ला स्थित सरकारी कार्यालय र गैरसरकारी संस्थाहरूले आर्थक वर्ष २०७८/०७९ मा सम्पन्न गरेका कार्यक्रमहरूको प्रस्तुति गरेका थिए।

थाहाकी कृपालाई मिस चन्द्रागिरीको उपाधि

◆ विकास संवाददाता

मोडल प्रतियोगिता 'मिस्टर एण्ड मिस ट्यालेन्ट नेपाल, चन्द्रागिरी २०७९' को उपाधि सिद्धान्त पौडेल र कृपा गोपालीले जितेका छन्। काठमाडौंको सतुङ्गलस्थित डीजे लन्जमा असोज ८ गते भएको प्रतियोगितामा पुरूषतर्फ सिद्धान्त पौडेल र महिलातर्फ थाहा नगरपालिका कृपा गोपाली विजेता बनेका हुन्।

यस्तै पुरूषतर्फ विकास परियार उपविजेता बनेका भने महिलातर्फ शायना शर्मा उपविजेता बनेकी छन्। विजेताहरूलाई प्रमाणपत्र र ट्रफी प्रदान गरिएको छ। प्रतियोगिताको निर्णायकमा टिकटक कलाकार सौगात करन्जित,

विभिन्न नेपाली फिल्ममा प्रोडक्सन म्यानेजरका रूपमा काम गरेका शंकर पाण्डे, कोरियोग्राफर प्रतिमा विष्ट, कलाकार तथा गायक अमेन्द्र आचार्य रहेका थिए। उपाधिका लागि १२ जना प्रतियोगीले फरक फरक सिक्वेन्सु प्रस्तुत गरेका थिए।

कार्यक्रममा चन्द्रागिरि नगर पालिकाका मेयर घनश्याम गिरी प्रमख अतिथि थिए भने अमिर कलाकेन्द्रका अध्यक्ष अमिर बज्राचार्य कार्यक्रमका सभापति थिए। यस्तै कार्यक्रममा चन्द्रागिरी नगरपालिकाकी उपमेयर वसन्ती श्रेष्ठ, चलचित्र कलाकार संघका अध्यक्ष रवीन्द्र खड्का, राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीका केन्द्रीय सदस्य देवेन्द्र प्रधान, चन्द्रागिरी नगरपालिकाका विभिन्न वडाका वडाध्यक्ष तथा वडा सदस्यहरू लगायत उपस्थित थिए। बिजेता बनेसंगै सामाजिक संजाल र विभिन्न माध्यमबाट कृपालाई बधाईको ओहिरो लागेको छ।

पर्यटन मन्त्रालयद्वारा थाहानगरको अध्याय रिट्रिट सम्मानित

◆ विकास संवाददाता

छ वर्षदेखि ग्रामिण पर्यटन प्रवर्द्धनमा योगदान दिएको रिसोर्टलाई संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयले सम्मान गरेको हो।

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ६ मा रहेको ओम अध्याय रिट्रिट रिसोर्ट सम्मानित भएको छ। छ वर्षदेखि ग्रामिण पर्यटन प्रवर्द्धनमा योगदान दिएको रिसोर्टलाई संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयले सम्मान गरेका हो।

पर्यटन बोर्ड भृकुटीमण्डपमा आयोजित एक बिशेष कार्यक्रममा ३ तारे रिसोर्ट ओम अध्यायलाई मन्त्रालयको सचिव सुरेश अधिकारीले सम्मान स्वरूप कदरपत्र प्रदान गरेका थिए। कार्यक्रममा देशैभरीका आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटनमा संलग्न विभिन्न विधाका: ट्राभल एजेन्सी, ट्रेकिंग एजेन्सी, होटेल रिसोर्ट, एयर लाइन्स, पर्वतारोही आदि मध्येबाट नेपालको पर्यटनमा विशिष्ठ योगदान पुर्याउने व्यक्ति तथा संस्थालाई हरेक बर्ष प्रदान गरिने यो सम्मान मन्त्रीस्तरीय निर्णयबाट सम्मान गरिएको हो।

पर्यटन प्रवर्द्धनका लागि योगदान दिदै आएको अवस्थालाई बुझेर सम्मानित हुन अत्यन्तै खुसी लागेको ओम अध्यायका संचालक अर्जुनसिं ठकुरीले बताए। उनले व्यवसायका साथै पर्यटन प्रवर्द्धनमा योगदान दिन सहयोग गर्नेहरू सबैप्रति ठकुरीले आभार व्यक्त गरे। आफ्नै गाउँ ठाउँमा विविध जटिलता र जोखिमकाबीच स्थानीय उत्पादन र स्थानीय रोजगारी सहितको ग्रामिण पर्यटन प्रवर्धनमा निरन्तर लागेको हुनाले राज्यले सम्मान गरेको उनको प्रतिक्रिया थियो। टिस्टुङ् पालुङ् र समग्र थाहानगरकै नाम पर्यटकीय स्थानको रूपमा नेपाल भित्र र बाहिर चिनाउने काममा सानो ढुंगा थप्ने काम भएको उनको भनाइ थियो। 'अबका दिनमा नयाँ र नविन सोच र विभिन्न पर्यटकीय परियोजनाका साथ यसलाई अझै विश्वस्तरीय पर्यटकीय गन्तव्यको रूपमा विकास गर्दै लैजानु पर्नेमा हामी सबैको जोड हुनुपर्दछ' उनले भने-'ठकुरीले यस दौरान साथ र सहयोगका लागि स्थानीय सरकार, स्थानीय नागरिक तथा हाम्रो गाउँ ठाउँ हेर्न आउनुहुने सम्पूर्ण पाहुनाहरूप्रति आभार व्यक्त गर्दछु।'

हरेक वर्ष २७ सेप्टेम्बरमा मनाइने विश्व पर्यटन दिवसको ४३ औं संस्करणको अवसरमा सम्मानसहितको कार्यक्रम गरिएको हो। कार्यक्रममा संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयका सचिव सुरेश अधिकारीले सभाध्यक्षतामा भएको थियो। कार्यक्रममा नेपाल पर्यटन बोर्डका सीईओ धनन्जय रेग्मी, पर्यटन विभागका महानिर्देशक होम प्रसाद लुइटेल, ट्रेकिंङ एजेन्सी एसोसियसन अोफ नेपालका अध्यक्ष निलहरी बास्तोला, होटेल एसोसियसन अोफ नेपालका प्रतिनिधि, पर्यटन संग सम्बन्धित विभिन्न संघ संस्थाहरूको उपस्थिति रहेको थियो भने संस्कितिक कार्यक्रम र नेपाल पर्यटन प्रहरीद्वारा निर्मित वृतचित्र समेत प्रस्तुत गरिएको थियो।

• सम्पादकीय •

दशैंको शुभकामना

आम हिन्दुहरुको महान चाड विजया दशमीले नेपालीको घरआँगनमा प्रवेश गरेको छ । आम नागरिक अहिले दशैंको उल्लासमा खुसी छन् । बिजयादशमी सत्यको बिजय र असत्तको पराजय भएको चाडको रुपमा लिने गरिन्छ । त्यसैले शक्तीको स्वरुप महाकाली, महालक्ष्मी र महासरस्वतीको पूजा गरिने चलन छ । दशैलाई धेरै दृष्टीले मनाउने र हेर्ने गरिन्छ । शक्तीको पूजा, शक्ती प्राप्तीकालागि देवी भाकल गर्ने एकातर्फ चलन छ । अर्को तर्फ दशैंको सामाजिक महत्व छ । देशबिदेशमा भएका दाजुभाई दिदीबहिनी भेट हुने पर्वको रुपमा दशैंलाई लिइन्छ । यो चाडले बिछोड पछिको मिलनको सन्देश दिएको छ । ठूलाबडाबाट टिका प्रसाद लगाएर आर्शिवाद थाप्ने पर्वको रुपमा पनि दशै चिनिन्छ । मिठो मसिनो खाने चलन पनि दशैमा छ । नयाँ कपडा लगाउने, कतिपयले यो मौकामा घुम्न जाने चलन पनि बसालेका छन् । यी सबै क्रियाकलापले दशै रमाइलो, हर्सोल्लास र शुभकामना साटासाट गर्ने पर्वकै रुपमा स्थापित छ । तर दशैलाई पछिल्लो समय तडक भडकमा मनाउन थालिएको छ । देखाउनकालागि मन्दिर जाने, मन्दिर जाँदा गहना वा फेसन प्रर्दशन गर्ने प्रवृत्तिले समाजलाई एकीकृत गर्ला भन्दा बिखण्डन गरिरहेको छ । धनीले धेरै धन खर्च गर्ने, गरिबले दुइछाक खान नपाउने अबस्थापनि छ । त्यसैले अब दशैलाई शुभकामना साट्ने र सबै खुसी बन्नुपर्ने पर्वको रुपमा लिनुपर्छ । दशैका नकारात्मक प्रवृत्ति धेरै छन् । मदिरा पिउने, माछामासु अत्याधिक खाने र झगडा गर्ने प्रवृत्तिले चाडपर्व खल्लो बन्न थालेका छन् ।

वर्षदिनमा भेट भएकाहरुले समाज बिकास, मायाप्रेम र सकारात्मक बिषयमा छलफल र अन्तरक्रिया गर्नुपर्नेमा नगरी झैझगडामा उत्रने अबस्थाले दशै सोचेजस्तो भएको छैन । दशै सहित चाडपर्वमा घर फर्कने मानिसको भीड लाग्ने, बाध्यात्मक रुपमा यात्रा गर्ने समयमा सवारी साधनले कोचाकोच यात्री राख्ने, ग्रामीण क्षेत्रका अप्ठयारा सडकमा जवरजस्ती सवारी गुडाउने र समयमा सडक मर्मत नगर्ने प्रवृत्तिले दुर्घटना पनि बढाएको छ । चाडपर्वको रुपमा हुने दुर्घटनाले कतिपय मानिसको ज्यान समेत जाने गरेको छ । ज्यानै जाने गरी हुने दुर्घटनाले चाडपर्वलाई खल्लो बनाउने गर्छन् । हुनपनि सडक दुर्घटनाका धेरै घटना सुनिने अबस्था आउनु दशैकालागि राम्रो पक्ष होइन । दशैलाई दशा भन्ने पुरानो चलनपनि छ ।

हाम्रा लापरवाहीले पनि ती घटनाहरु निम्तेका छन् । त्यसैले दशैलाई सामान्य रुपमा मान्ने र सन्तोष बन्ने बानी बिकास गर्नु पर्छ । किनकी ठूलो रकमको फजुल खर्चले अन्तत गरिवी बढाउने हो । त्यसैले घाँटी हेरेर हाड निल्ने र कम खर्चमा धेरै र प्रभावकारी काम गरेर देखाउने बानी बसाल्नुपर्छ । दशै भनेको ठूलाको हातबाट टिका प्रसाद लगाएर आर्शिवाद लिने चाड पनि भएकोले सामान्य खर्चमा पनि पुरा गर्न सकिन्छ । नभएको ऋण काढेर दशै मनाउने चलन बसालियो भने बर्षभरी ऋणले थिच्ने र त्यसबाट उम्कनै नपाउने अबस्था निम्त्याउन हुँदैन । यी विषयमा सजग र सचेत हुँदै दशैं भब्य रुपमा मनाऊ, सवैमा बडादशैंको हार्दिक मंगलमय शुभकामना ।

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

बालश्रम शोषण अन्त्य नहुँदासम्म बालअधिकार हल्लामा

सीमा बन

बालबालिकाको क्षेत्रमा सबै देशले चासो राखेका हुन्छन्। सबैको कानुनमा फरक परिभाषा भए पनि बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धिले १८ वर्षमुनिका सबै मानिसलाई बालबालिकाका रूपमा स्वीकार गरिएको पाइन्छ। हाम्रो देशमा बालबालिका ऐन, २०७५ अनुसार १८ वर्षमुनिका नानीबाबुहरू बालबालिकाहरू हुन् र देशको जनसांख्यिक अवस्था हेर्दा नेपालको जनसंख्यामध्ये करिब ४० प्रतिशत १८ वर्षमुनिका बालबालिका छन् । बाल अधिकारका विषयमा चर्चा गर्ने हो भने वयस्कभन्दा फरक रूपले पाउने विशेष अधिकारलाई बाल अधिकार भनी बुझ्नुपर्ने हुन्छ। सन् १९४८ को विश्व मानव अधिकार घोषणापत्रले बाल अधिकारलाई मानव अधिकारका रूपमा औपचारिक रूपमा स्वीकारेको हो। बाल अधिकार महासन्धि १९८९ ले बालबालिकाको अधिकारको संरक्षण एवं संवर्द्धनको भूमिका खेलेको देखिन्छ । सन् १९८९ नोभेम्बर २० मा संयुक्त राष्ट्र संघले पारित गरेको यो दस्तावेज हालसम्मकै मानव अधिकार सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय ठूला महासन्धिमध्ये धेरै राष्ट्रले एकैपटक अनुमोदन गरेको महासन्धि पनि हो ।

सन् १९९० सेप्टेम्बर १४ मा नेपालले अनुमोदन गरेको यो महासन्धिमा १८ वर्षमुनिका बालबालिकाको संरक्षण गर्नु राज्यको दायित्व हो भनी स्पष्ट पारेको छ। बाँच्न पाउने जन्मसिद्ध अधिकार, आमा-बाबुसँग बस्न पाउने अधिकार, उनीहरूको नाम र राष्ट्रियताको अधिकार, पारिवारिक पुनर्मिलनको अधिकार, विवेक र धर्मसम्बन्धी अधिकार शिक्षा, स्वास्थ्य, सामाजिक सुरक्षाको अधिकार, उनीहरूको अभिव्यक्तिको स्वतन्त्रता, अपांगता भए हेरचाहको अधिकार, यौन र अन्य शोषणविरूद्धको अधिकार आदि छन्। राज्यले भेदभाव गर्न नहुने, जिम्मेवार मानिसले बेवास्ता गरे राज्यले हेर्नुपर्ने, अधिकारको कार्यान्वयन गर्नुपर्ने बाबु आमाबाट विछोड भए संरक्षण दिनुपर्ने, अपहरणबाट जोगाउनुपर्ने, बेचबिखन वा सौदाबाजीबाट जोगाउनुपर्ने, उचित न्यायिक कारबाही, सामाजिक पुनर्स्थापना, दुर्व्यवहारबाट बचाउनुपर्ने, कुनै अमानवीय र अपमानजनक काम/कारबाही हुन नदिने, कुनै पनि बालबालिकाको अपहरण हुन नहुने र स्वतन्त्र अदालतबाट यसको उपचार पाउनुपर्ने कानुनी प्रावधान पनि छ ।

२०३१ भदौ ४ देखि नेपालमा बाल दिवस मनाउने चलन चलेको हो। जनआन्दोलन २०६३ पछि यसलाई भदौ २९ गते गर्नेगरी सारियो। सन् १९९० सेप्टेम्बर १४ मा नेपालले महासन्धिलाई अनुमोदन गरेको दिन पारेर हरेक वर्ष भदौ २९ गते देशव्यापी रूपमा मनाउन लागिएको हो । निर्दोष आँखा, निर्दोष हाँसो, निर्दोष मन, हैरान पार्ने गरी दोहोरिने सामान्य प्रश्न, दोहोर्याइरहने गल्ती, तोते बोली, बदमास र सैतानी व्यवहार, अबोध गतिविधि, सानो कुरामा खुसी र दुःखी हुने बानी, कार्टुनमा र माउने, अनि असीमित सपना बोकेका ती कलिला बालबालिका र तिनको सुरक्षा एवं संरक्षणका लागि बाल दिवस मनाउने गरिन्छ । बालबालिकालाई हेरचाह, पालनपोषण र संरक्षण गर्नु, शिक्षा, स्वास्थ्य उपचारलगायत व्यात्तित्व विकासका अवसरहरू उपलब्ध गराउनु, ममतापूर्ण वातावरण उपलब्ध गराउनु र सुनिश्चित भविष्यका लागि उचित मार्गदर्शन गर्नु प्रत्येक बाबु, आमा, परिवारका अन्य सदस्य वा संरक्षकको दायित्व हुन्छ ।

कतिपय रोजगारीका लागि विदेशिएका बाबुआमाका सन्तान धेरैले स्कुलका छतबाट अभिभावक आउने जहाजको बाटो हेरेका छन्। स्कुल छुट्टीपछि संगीका अभिभावकले उनीहरूलाई समाएका औंलाहरू हेरी टोलाएर विवशतामा अध्ययन गरेका छन्। आमाको न्यानो काखसँग लालायित छन्। आमाबाबुको काखमा संसार मान्दै सुनौलो भविष्य कोर्न विद्यालय जाने बाल्यअवस्थाका कतिपय बालबालिकाहरू अनाथ, गरिब र अपांग भई सडकमा प्रवेश गर्न बाध्य छन्। नौ-नौ महिनासम्म कोखमा राखेका आमाहरूले नै जन्मनासाथ बच्चाहरूलाई खोला किनार झाडीहरूमा फालेर हिँडेका घटनाहरू पनि सुन्न पाइन्छ। कतै पारिवारिक विखण्डनका सिकार कैयौं अबोध बच्चा बनेका छन्।

कमजोर आर्थिक अवस्था, श्रीमान्-श्रीमतीबीच सम्पत्तिको लडाइँ र पारिवारिक किचलोका कारण आफ्नै आमाबाबुको हातबाट मारिनुपरेका क्रूर घटना पनि हुने गरेका छन्। आफ्ना अभिभावक गुमाई टुहुरा बनेका, जन्मसिद्ध अपांग भएका र विभिन्न दुर्घटनामा शारीरिक मानसिक सन्तुलन गुमाउन पुगेका बालबालिका आज वर्षातको पानी र पुसको जाडो नभनी सहर-बजारका गल्ली र चोकचोकमा खुला आकाशमुनि बस्न बाध्य छन्। सडक बालबालिकाको समस्या पनि उल्लेख्य रूपमा घटेको छैन। महिला बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक मन्त्रालयको वार्षिक प्रतिवेदन आ.व.२०७८/७९ को तथ्यांक हेर्दा ३५५ जनालाई उद्धार तथा व्यवस्थापन गरिएको देखिन्छ भने यस आवसम्म जम्मा १ हजार ८०१ जनालाई उद्धार तथा व्यवस्थापन गरिएको देखिन्छ। यसबाट धेरै बालबालिका उद्धारको पर्खाइमा छन् भन्ने पनि देखिन्छ।

कतिपय बालबालिका घरेलु र मानवीय दुर्व्यवहारको सिकार भइरहेका छन्। उद्योग, कलकारखाना, यातायात क्षेत्रमा बालबालिकाको प्रयोग भइराखेको देखिन्छ। होटल मजदुर, खाजा घर, सडक, मठमन्दिर वरपर बालबालिकाको भीड नै देखिन्छ। बालबालिका यौन शोषण र कुपोषणमा परेका छन्। देशमा गरिबीको अवस्था गम्भीर छ, आमा-बाबुविहीन, बेसहारा, आयस्रोत नहुने अवस्था, बाध्यता, विवशता, हेरचाह, औषधिमूलो, बालविवाहजस्ता अनेक कारणले बालबालिका जेखिममा छन्। श्रम रोजगारी क्षेत्रमै बालबालिका असुरक्षित रहनेजस्ता चुनौती पनि छन्। सहारा दिने नाममा उनीहरूलाई श्रममा लगाइन्छ र श्रममा बेचिन बाध्य पारिएको हुन्छ। त्यस्तै उमेर ढाँटेर बालबालिकालाई जोखीमपूर्ण काममा समेत संलग्न गराएका घटना पनि प्रकाशमा आएका हुन्छन् । पछिल्लो समय अनलाइनमार्फत बालबालिकाविरूद्ध हुने यौन दुर्व्यवहार गम्भीर समस्याका रूपमा देखिएको छ। यस स्थितिलाई विश्लेषण गरी यथाशक्य चाँडो सम्बोधन गर्न जरूरी देखिएको छ ।

विद्यालयमा बालबालिकालाई उनीहरूको शैक्षिक एवम् नैतिक पक्ष सुधारी अनुशासनमा राख्ने भन्दै मानसिक तथा शारीरिक सजाय दिने गरेको समेत पाइन्छ। प्रायः सबै उमेरका मानिसविरूद्ध हेपाइ वा बुलिङ हुने गरेको सुनिन्छ। हेपाइबाट प्रभावित व्याक्तिहरूमा यसको असर अल्पकालीन तथा दीर्घकालीन दुवै पर्न सक्छ। यसले व्यक्तिको व्यक्तिगत विकासमा नै नकारात्मक प्रभाव पर्छ। घर परिवार, खेल मैदान, छरछिमेक, समुदायलगायत विद्यालयमा शारीरिक, बौद्धिक, आर्थिक वा अन्य कारण बालबालिकालाई साथीहरूले तथा ठूलाहरूले हेप्ने, गिज्याउने, दुःख दिनेजस्ता थुप्रै घटना हुने गरेका छन्। हेपाइले बालबालिकाको मानसिक तथा बौद्धिक विकासमा नकारात्मक असर पर्छ। यदाकदा पीडित विद्यार्थीले आत्महत्यासम्म गरेका घटना सुनिन्छ। विभिन्न स्थानमा हुने हेपाइमध्ये विद्यालयमा हुने हेपाइ अझ जोखिमपूर्ण हुने हुँदा यसलाई न्यूनीकरण गर्न विशेष ध्यान दिनुपर्ने देखिन्छ।

बाल अधिकारका कुरा दस्तावेज र नारामा सीमित देखिएका छन्। नेपाल सरकारले बालबालिकाका थुप्रै हकको प्रत्याभूति गरे पनि कार्यान्वयनको पाटो फितलो भइदिँदा कैयौं बालबालिका अधिकारबाट वञ्चित छन्। बाल दिवस मनाइरहँदा यो औपचारिकतामा मात्रै सीमित रहेको र तमाम अधिकार प्रत्याभूतिमा असफल रहेको भनी आलोचना पनि भएको पाइन्छ। सरकार र निजी क्षेत्र दुवै मिलेर बालबालिकाको अधिकारको क्षेत्रमा काम गर्ने गरे तापनि बालबालिकाको अवस्थामा अपेक्षित सुधार आउन नसक्नुलाई मुख्य कमजोरीका रूपमा लिइएको छ।

फ्रान्सका दार्शनिक जिन ज्याक्स रूसोले मानव जन्मिँदा स्वतन्त्र जन्मिन्छ तर बिस्तारै ऊ दायित्वको डोरीले बाँधिदै जान्छ भनेका थिए। संसारमा बालबालिकाबाहेक अरू कोही स्वतन्त्र छैनन्। निर्दोष र स्वतन्त्र त्यो बालापन नै सिकाइको महत्त्वपूर्ण समय हो। बालापनमा प्रशस्त माया पाएका बालबालिकाले मात्र अरूलाई माया र विश्वास गर्न सकेका हुन्छन्। बालापनमा आमाको स्पर्शले माया-ममता सिकाउँछ, बाबाको हातको ठेलाले संघर्ष सिकाउँछ। स्कुलमा गुरूहरूले दिएका

बाँकी पृष्ठ ३ मा

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
विकास खबरपत्रिका साप्ताहिक
www.bikaskhabar.com
कार्यालय: थाहा-४ सम्पर्क नं. ९८०७५३३००
२०७९ असोज १७ गते सोमबार, 03 Oct. 2022, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

बदलिँदो मौसममा बिरामी नहुन डाक्टरको यस्तो सल्लाह अपनाउनुहोस्

बिहान चिसो हावा, दिउँसो तातो, बेलुका पानी र राती फेरि चिसो, यो मौसमले जो कोहीलाई बिरामी बनाउन सक्छ । मौसम बदली भईरहेको छ, कतै पानी परिरहेको छ त कतै गर्मी छ । यस्तो अवस्थामा बदलिँदो मौसममा स्वास्थ्यको ख्याल कसरी गर्ने भन्ने जान्न जरूरी छ । यो मौसममा बालबालिकाको स्वास्थ्यमा चाँडै असर पर्छ । भारतका पूर्व मेडिकल इन्चार्ज युनानी डा. डा. सुवास रायले बदलिँदो मौसममा आफ्नो ख्याल कसरी राख्ने भन्ने जानकारी दिएका छन् ।

बदलिँदो मौसममा बिरामी नहुनुहोस्

असोज महिना चलिरहेको छ र मौसम परिवर्तन हुन थालेको छ । वर्षाका कारण जाडो महशुस हुन थालेको छ । यही कारणले गर्दा यो बदलिँदो मौसममा चिसो, रूघा–खोकी, ज्वरो, शरीर दुख्ने, टाउको दुख्ने, आँखा पोल्ने, पेट दुख्ने, फ्लू जस्ता रोग लाग्नेको सत्त्या बढ्दै गएको छ, विशेषगरी रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कमजोर भएकामा । यस्तो अवस्थामा बदलिँदो मौसममा रोगबाट बच्न आफ्नो ख्याल राख्नुहोस् र अपनाउनुहोस् यी महत्वपूर्ण टिप्सः

लापरवाहीले तपाईंलाई बिरामी बनाउन सक्छ

रोगहरू टाढा रहन मौसमसँग तालमेल राख्नु महत्वपूर्ण छ । बिहान उठेर एक गिलास मनतातो पानी पिउनुहोस् । यसले शरीरलाई डिटोक्सिफिकेसन गर्छ, पाचन सुधार गर्छ र छालालाई सुख्खा हुनबाट रोक्छ । खानपान र फिटनेसमा विशेष ध्यान दिनुहोला । ओखर र बदाम खानुहोस् । यसले स्वस्थ राख्न मद्दत गर्नेछ ।

आजकल मौसममा निकै उतार चढाव भइरहेको छ । खुल्ला हावामा जाँदा टाउको र निधार छोप्नुहोस् । बिहानको नास्ता गर्नुहोस्, ताकि संक्रमण नहोस् । मनतातो पानी पिउनुहोस् । स्वस्थ आहार लिनुहोस् । खानामा सुप, हरियो सागसब्जी, फलफूल र ग्रीन टी समावेश गर्नुहोस् । यसले प्रतिरक्षा प्रणाली बलियो बनाउँछ । सरसफाईको ख्याल गरौँ । न्यानो लुगा लगाउनुहोस् ।

बेसार, तुलसी र अदुवा एन्टिबायोटिक हुन् । यसले प्रतिरक्षा प्रणालीलाई बलियो बनाउँछ । तिनीहरूलाई दैनिक उपभोग गर्नुहोस् । यसबाहेक सुन्तला, मौसमजस्ता रसदार फलफूलमा खनिज र भिटामिन सी प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ । फलफूलमा एन्टिअक्सिडेन्ट हुन्छ जसले शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउन महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ, त्यसैले दैनिक फलफूल खानुहोस् ।

यो मौसममा स्वस्थ आहार, पूर्ण निद्रा आवश्यक छ । निद्रा पुरा भएपछि ताजा महसुस हुन्छ । गाजर र टमाटर प्रशस्त मात्रामा प्रयोग गर्नुहोस् । दुबैमा बिटा क्यारोटिन र अन्य एन्टिअक्सिडेन्ट हुन्छ, जसले शरीरबाट विषाक्त पदार्थ बाहिर निकाल्न मद्दत गर्छ ।

मौसम अनुसार खाना परिवर्तन गर्नुहोस्

रोगबाट बच्न आहारले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । बदलिँदो मौसममा खानपानमा पनि परिवर्तन गर्नुपर्छ । बदलिँदो मौसममा मुड स्विङ बढी हुन्छ । यस्तो अवस्थामा खानामा कार्बोहाइड्रेट बढी लिनुपर्छ । यसले हामीलाई मूड स्विङ र डिप्रेसनबाट टाढा राख्छ, मुटु र दिमागलाई राम्रो महसुस गराउँछ । अण्डाको सेतो भाग, टमाटर, चामल, गहुँ, स्याउ र ड्राई फ्रुट्समा कार्बोहाइड्रेट बढी पाइन्छ ।

भिटामिन डी – कसैको हड्डी एकदमै कमजोर हुन्छ र हल्कासँग लड्दा पनि भाँचिन्छ । यो भिटामिन डी को कमीको कारण हो । भिटामिन डीको कमी धेरै मानिसमा पाइने भएतापनि यसको भिन्नता व्यक्तिपिच्छे फरक हुन्छ । यो सामान्यतया घामबाट लिइन्छ, तर अब यसको लागि धेरै औषधीहरू पनि उपलब्ध छन् ।

फलफूल र तरकारीको सेवन–फलफूल र तरकारी बढी सेवन गर्नुपर्छ । विशेष गरी हरियो तरकारी । गाजर, मूला, टमाटर जस्ता सागसब्जी बढी खाने । यसमा एन्टिअक्सिडेन्ट हुन्छ, जसले शरीरबाट विषाक्त पदार्थ बाहिर निकाल्न मद्दत गर्छ । फलफूलको सेवनले शरीरलाई ताजा र रोगबाट टाढा राख्छ ।

बाहिरको खाना नखाने

जब तपाईं घुम्न जानुहुन्छ वा कामको लागि बाहिर जानुहुन्छ, बाहिरको तेलयुक्त खानाबाट टाढा रहनुहोस् । बाहिर प्रयोग हुने तेलको गुणस्तर त्यति राम्रो हुँदैन । जसका कारण पेट खराब हुने वा खानामा संक्रमण हुने खतरा रहन्छ । यसले सजिलै रोगको चपेटामा पार्ने गर्छ र रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता पनि कम हुन्छ ।

धेरै तातो वा चिसो खानाबाट बच्नुहोस्

पानी पर्ने मौसम नभएपनि आजकाल पानी परिरहेको छ । यस्तो अवस्थामा खानपानमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ । मौसम अनुसार आहार लिनुहोस् । विशेष गरी बालबालिकालाई धेरै चिसो वा तातो खाना नदिनुहोस् । यस्तो मौसममा बालबालिकालाई आइसक्रिम वा चिसो पेय पदार्थ पिउन निषेध गर्नुहोस् ।

बिरामी मानिसहरूबाट टाढा रहनुहोस्

आफ्नो स्वास्थ्य खराब छ भने घरमै आराम गर्नुहोस् वा घरबाटै काम गर्नुहोस् ताकि अरू बिरामी पर्नबाट जोगिउन् । यस बाहेक यदि तपाई बदलिँदो मौसममा संक्रमणबाट बच्न चाहनुहुन्छ भने भीडभाड भएको क्षेत्रमा नजानुहोस् । यदि कुनै व्यक्तिलाई पहिले नै रूघाखोकी वा ज्वरो आइरहेको छ भने उसको हात नछुने वा अँगालो नहाल्ने र दुरी कायम गर्ने ।

पंखा नचलाऊनुहोस्

मौसम परिवर्तन भइरहेकोले बिहान बेलुका चिसो र दिउँसो तातो हुने गरेको छ । यस्तो अवस्थामा दिउँसो बाहिर गएर आएका मानिसहरू घरमा आउनेबित्तिकै पंखा चलाउँछन्, जुन परिवर्तनको मौसममा रोग लाग्नुको सबैभन्दा ठूलो कारण हो । चिसो र तातो हुन्छ, जसका कारण केही समयपछि ज्वरो आउन थाल्छ । त्यसैले बाहिरबाट आउँदा तुरून्तै पंखा नचलाउनुहोस्, केही समय आरामसँग बस्नुहोस् । तापमान सामान्य हुनको लागि पर्खनुहोस् ।

सरसफाईको ख्याल गर्नुहोस्

रूघाखोकी र फ्लू जस्ता रोगबाट बच्ने सबैभन्दा सजिलो उपाय हात सफा राख्नु हो । यदि तपाईं आफ्नो हात अगाडि राखेर खोक्नुहुन्छ वा हाच्छ्युँ गर्नुहुन्छ वा धेरैजसो हातले नै सिँगान पुछ्नुहुन्छ भने साबुन र पानीले राम्ररी हात धुनुहोस् । कम्तिमा २० सेकेन्डका लागि हत्केला, औंलाको टुप्पो, हातको पछाडि र नङको वरपरको भागलाई राम्ररी सफा गर्नुपर्छ । यदि तपाईं हात धुने प्रयोग गर्न सक्नुहुन्न भने, सेनिटाइजर प्रयोग गर्नुहोस् ।

प्रतिरक्षा बलियो बनाउनुहोस्

रूघाखोकी, ज्वरोजस्ता रोग चाँडै लाग्ने व्यक्तिको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कमजोर हुन्छ । त्यस्ता व्यक्तिहरूले रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउने चीजहरू जस्तै ग्रीन टी वा कालो चिया खानुपर्छ तर दिनमा एक वा दुई कप मात्र पिउनुपर्छ । धेरै पिउनाले तपाईंको स्वास्थ्य खराब हुन सक्छ। यस बाहेक काँचो लसुन, ओट्स, भिटामिन डी र सी भएको खाना खानुहोस् ।

बच्चाको आवश्यकताहरू

बदलिँदो मौसमको असर सबैको स्वास्थ्यमा देखिएको छ । विशेष गरी, यसले बालबालिकाको स्वास्थ्यमा गहिरो प्रभाव पार्छ । यस्तो मौसममा बाहिर जानु पर्यो वा कुनै काममा बालबालिकालाई सँगै लैजानु पर्यो भने बालबालिकाका सबै सामान सँगै लैजानुहोस् । बालबालिकालाई चाहिने सबै सामान सबै ठाउँमा सजिलै उपलब्ध हुँदैनन् ।

न्यानो लुगा राख्नुहोस्

गर्मी होस् वा चिसो, बच्चाहरूका लागि केहि न्यानो लुगा राख्नुहोस् । मौसम धेरै उतारचढाव हुन्छ, कहिले गर्मी, कहिले जाडो, कहिले वर्षा । यस्तो अवस्थामा बालबालिकाका लागि एक जोडी न्यानो कपडा राख्नुहोस् ।

–एजेन्सीको सहयोगमा

बालश्रम शोषण अन्त्य.... ... ..

गृहकार्यले अनुशासन सिकाउँछ । बेन्चमा सँगै बस्ने साथीले मित्रता सिकाउँछ। बाटोमा हिँड्दा लागेका ठेसहरूले अघि बढ्न सिकाउँछ।

तसर्थ यो समयमा बालबालिकालाई सत्य र आशावादी बन्न हरेक हिसाबले सिकाउन जरूरी छ। हरेक बुबा आमाले पनि आफ्नो छोराछोरीसँग आफ्नो सम्बन्ध र आफूले दिएको समयको बारेमा सोच्न जरूरी छ। मानिसहरूको जीवनशैली एकदमै व्यस्त हुँदै गइरहेको वर्तमान अवस्थामा बालबालिकालाई पैसाभन्दा धेरै समय दिन जरूरी छ।

बालबालिकामा लगानी गर्नु भनेको मानव पुँजीमा लगानी गर्नु हो। गर्भाधानदेखि दुई वर्षसम्मको समयावधि अर्थात् सुरूका हजार दिनमा दिइने उचित हेरचाह र पोषणले उनीहरूको हुर्कने, सिक्ने र गरिबीबाट उम्किन सक्ने क्षमतामा प्रभाव पार्छ। यसले समाजको दीर्घकालीन स्वास्थ्य, स्थिरता र समृद्धिमा पनि प्रभाव पार्छ।

हिंसा, शोषण, दुर्व्यवहार र उपेक्षाबाट सुरक्षित हुनु सम्पूर्ण बालबालिकाको अधिकार हो। तथापि नेपालसहित विश्वभरका सबै प्रकारका आर्थिक–सामाजिक पृष्ठभूमि, उमेर समूह, धर्म तथा संस्कृतिका लाखौं बालबालिका हिंसा, शोषण र दुर्व्यवहारबाट पीडित छन्। अझै पनि बालबालिकाको मुद्दा दिनहुँ खतरामा परिरहेका छन्। उनीहरूले उचित शिक्षा, स्वास्थ्य सेवा, पोषण र हिंसाबाट सुरक्षा पाउन सकेका छैनन्।

बालश्रम शोषणको अन्त्य नहुनु भनेको बाल अधिकारको हल्ला मात्रै गर्नु हो। त्यसैले शोषण न्यूनीकरण गर्न बाल अधिकारलाई सम्मान र संरक्षण गर्नुपर्छ। जब प्रत्येक सरकार र नागरिकले बाल अधिकारसम्बन्धी आफ्ना कर्तव्यको पालना गर्छ र प्रत्येक बालबालिकाले ती अधिकार दाबी गर्न सक्छन् तब मात्र बालअधिकार पूर्ण रूपमा सुरक्षित हुनेछ।

(-इमेल प्राप्त)

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

नेवारी समुदायको भजन संग्रह 'दाफा भजनमाला' विमोचन

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहानगर स्थित ऐतिहाँसिक कुन्छाल र कुलगाउँको नेवारी समुदायको प्रचलित तथा परम्परगत भजन 'दाफा भजन'को संग्रह प्रकाशन गरिएको छ । नयाँ पुस्तालाई आफ्नो रीतिरिवाज र परम्परा हस्तान्तरण गर्ने उद्देश्यसहित भजनको लिपीलाई संरक्षण गर्नको लागि संग्रहित गरिएको हो । थाहा नगरपालिका सामाजिक विकास शाखाको आर्थिक सहयोगमा प्रकाशन गरिएको 'दाफा भजनमाला'को बागमती प्रदेशको सामाजिक विकास मन्त्री कुमारी मोक्तान र थाहानगर प्रमुख विष्णु विष्टले संयुक्त रूपमा १४ असोजमा विमोचन गरे ।

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १ र सुनौलो सिकाइ केन्द्र र जीवन्त शिक्षाको सहकार्यमा आयोजित कार्यक्रममा भजनमालाको विमोचन गरिएको हो । विमोचन कार्यक्रममा सुनौलो विकास केन्द्र बारे साक्षात्कार तथा स्वयंसेवी शैक्षिक अभियान जिवन्त शिक्षाद्वारा जीवन, जगत र योगाको बारेमा जानकारी दिदै पुर्वीय दर्शनको आध्यात्मिक विशेषताको बारेमा प्रष्ट पार्दै साधना र योगको फाइदाको बारेमा चर्चा गरिएको थियो । भजनमालामा कुन्छाल र कुलगाउँका नेवार समुदायले विभिन्न चाड तथा पुजापर्वमा गायिने धार्मिक ग्रन्थहरूको नेवारी भाषामा लिपिवद्ध गरिएको भजन मालाका सम्पादक तथा संकलक रूपचन्द्र गोपालीले बताए ।

दशै विशेष शुभकामना आदानप्रदान तथा चियापानसहितको कार्यक्रममा प्रमुख अतिथी मन्त्री मोक्तानले नेवारी संस्कृति र परम्पराको महत्व र संरक्षणका विषयमा चर्चा गरिन् । सो अवसरमा थाहानगरका प्रमुख विष्णु विष्टले नेवारी संस्कृतिको साथै योग साधना र आध्यात्मको विषयमा जानकारी गराएका थिए । कार्यक्रममा कुन्छाल कुलगाउँको नेवारी संस्कृति र परम्परा सहित दाफा भजनलाई जिवित राख्न योगदान गर्ने कुलगाउँका मुलगुरू हर्ष बहादुर गोपाली र कुन्छालका मुलगुरू धन बहादुर गोपालीलाई प्रमुख अतिथी मन्त्री मोक्तानले सम्मानपत्र तथा दोसल्ला र नगद सहित सम्मान गरिन् । सो अवसरमा कुन्छाल महिला बासुरी समुहलाई प्रसंसापत्र सहित गरिएको थियो ।

थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १ का वडा अध्यक्ष हेरमान गोपालीको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा थाहा नगरका उपप्रमुख भरत गोपाली, जिल्ला समन्वय समिती मकवानपुरका सदस्य सुवर्ण गोपाली, वडा सदस्यहरू पार्वती सुनुवार, अनिता बल, थाहा नगरपालिका सामाजिक विकास शाखा प्रमुख अनिल लामिछाने, जिवन्त शिक्षाका अध्यक्ष राजन विंडारी, सुनौला माविका अध्यक्ष प्रमोद गोपाली, प्रधानाध्यापक कृष्ण प्रसाद लामिछाने, सुनौलो सिकाइ केन्द्रका अध्यक्ष, रूपचन्द्र गोपाली, एकीकृत समाजवादी थाहा नगर अध्यक्ष सानुकाजी गोपाली, नेकपा माओवादी बागमती प्रदेश सदस्य इन्द्र श्रेष्ठलगायतकाको उल्लेख्य उपस्थिती रहेको थियो ।

थाहानगरको पालुङ शहरमा फुलपाती भित्र्याइयो

◆ विकास संवाददाता

पालुङको ऐतिहासिक दशै घरमा फुलपाती भित्र्याइएको छ । मकवानपुरको आग्राबाट फुलपाती ल्याएर थाहानगरको पालुङ स्थित दशै घरमा भित्र्याउने परम्परा अनुसार बढाइसहित फुलपाती भित्र्याइएको हो । नगरका जनप्रतिनीधिहरूको उपस्थितीमा इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङले शुभ साइतमा बढाई गरी दशै घरमा फुलपाती भित्र्याइएको हो ।

आग्राको चल्तीबाट अर्यालहरूले पालुङको मत्स्यनारायणसम्म बेलपत्र सहितको फुलपाती ल्याउने र त्यहाँबाट स्थानीय मगर, नेवार, भुजेल, ब्राम्हण सहितको सातजना कर्ताहरूले पालुङको फुलपाती चौरसम्म बाजागाजा सहित ल्याउने परम्परा छ । डोलीमा राखेर हर्षोल्लासका साथ ल्याइने फलुपातीले थाहानगरमा दशैं आएको संकेत गर्दछ । दशैमा मात्र प्रयोगमा आउने पालुङको खोला किनारामा रहेको उक्त चौरलाई सबैले फुलपाती चौरको नामले चिन्छन् । फुलपाती चौरमा ल्याइएको फुलपातीलाई पुजाविधि अनुसार शुभ साइतमा बली सहित बढाई गरेपछि पालुङको दशै घरमा फुलपाती भित्र्याउने पुरानो चलन हो । शुभ साइतको बढाईको कार्यक्रमलाई इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङका प्रमुख दुर्गा खनालले संयोजन गरेका थिए ।

परापूर्व कालदेखिदेखि नै संचालन हुँदै आएको परम्परा तत्कालिन प्रधानपञ्चको नेतृत्वमा हूदै आएको भए पनि मुलुकमा बहुदल आएपछि दामनपालुङ आर्थिक विकास सहयोग

समितिले व्यवस्थापन गर्दै आएको थियो । हाल उक्त परम्परालाई थाहा नगर पालिकाले सहयोग गर्दै आएको छ । पालुङ स्थित दशै घरमा फुलपाती भित्र्याएपछि स्थानीयहरूले घरघरमा फुलपाती लगेर आफ्नो घर-घरमा लगि भित्र्याउने परम्परा छ । त्यसोतः स्थानीय गुठीहरू तथा थाहानगर प्रमुख विष्णु विष्ट र उपप्रमुख भरत गोपालीलाई घरमा भित्र्याउनको लागि दशैघरबाट फुलपाती पठाइएको छ ।

यस संस्कृति र परम्परा जोगाउँदै धार्मिक तथा पर्यटकीय गन्तव्यको रूपमा नगरलाई विकास गर्न समेत सघाउ पुग्ने भएकोले पुरानो परम्परा ब्युताउन सहयोग पुग्ने नगर प्रमुख विष्णु विष्टले प्रतिक्रिया दिए । पुरानो परम्परामा नै पहिचान हुने भएकोले यस्तो चालचलन जोगाउन सँधै प्रतिवद्ध हुने उनको भनाइ थियो । फुलपाती भित्र्याउने कार्यक्रममा नगर प्रमुख विष्णु विष्ट, उपप्रमुख भरत गोपाली, थाहा-२ का वडा अध्यक्ष बम बहादुर सिन्तानको विशेष उपस्थिती रहेको थियो । कार्यक्रममा वडा सदस्यहरू, इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङका प्रमुख दुर्गा खनाल, पाण्डुकेश्वर क्षेत्र विकास समितिका अध्यक्ष जनक हमाल, नेकपा एमाले थाहानगर अध्यक्ष अच्युतम प्रसाद ढकाल, पूर्व जनप्रतिनीधि श्यामभक्त श्रेष्ठ तथा पत्रकार र सुरक्षा निकायको उपस्थिती उपस्थिती रहेको थियो ।

दशै घरमा घटस्थापनाको दिन स्थानीयहरूले सामुहिक जमरा राखेका छन् । पालुङको दशै घरमा महाअष्टमी राती कालरात्री गरिन्छ । महानवमीको दिन दशै घर नजिकैको कोतमौलामा कोतपुजा र विजयादशमीको दिन टीका तथा जमराको कार्यक्रम समेत हुने स्थानीय निरोज प्रधानले जानकारी दिए । यस अघिसम्म निवर्तमान नगर प्रमुख लवशेर विष्ट टिका जमरा कार्यक्रममा सहभागी हुने गरेका थिए ।

'राष्ट्रिय एकता र सद्भाव कायम गर्न चाडपर्व महत्वपूर्ण'–उपप्रमुख गोपाली

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकाका उपप्रमुख भरत गोपालीले राष्ट्रिय एकता र सद्भाव कायम गर्न चाडपर्वको भूमिका महत्वपूर्ण हुने बताएका छन् । पालुङ बहुउद्देश्यीय सहकरी संस्थाले १५ असोजमा आयोजना गरेको शुभकामना आदानप्रदान कार्यक्रममा उपप्रमुख गोपालीले यस्तो बताएका हुन् ।

सहकारीले आयोजना गरेको दशै, तिहार, नेपाल संवत्, छठ र ल्होसार पर्वको शुभकामना आदानप्रदान तथा चियापान कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै उपप्रमुख भरत गोपालीले नेपाल जस्तो बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुसांस्कृतिक एवं भौगोलिक विविधताले भरिपूर्ण देशमा चाडपर्वले आपसमा सदभाव अभिवृद्धि गर्न योगदान दिएको बताए । गोपालीले भने-'चाडपर्वले सहिष्णुता, सद्भाव र एकतामा सहयोग पुऱ्याउँछ, त्यसैले चाडपर्वको महत्व कम आँक्न हुँदैन, यिनको संरक्षण गर्नुपर्छ ।' पालुङ बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्थाको अध्यक्ष पुरूषोत्तम कार्कीको अध्यक्षतामा सम्पन्न शुभकामना आदानप्रदान कार्यक्रमको विशेष अतिथी जिल्ला सहकारी संघका कोषाध्यक्ष बिमल कुमार ढकाल रहेका थिए । सहकारीका संस्थापक अध्यक्ष बिष्णुहरी ढकाल जंगली, पुर्व संचालक समितिका पदाधिकारी, वर्तमान संचालक समितिका सदस्यहरू, कर्मचारीहरू शेयर सदस्यहरूको उल्लेख्य उपस्थिति रहेको थियो ।

यसैबीच पालुङ जेसिजले पनि नजिकिदै गैरहेको दशै, तिहार, छठ, नेपाल सम्बतको उपलक्ष्यमा शुभकामना आदानप्रदान तथा चियापान कार्यक्रम गरेको छ । होटल उत्सव प्लाजामा भएको कार्यक्रममा जेसिज २०२२ का पदाधिकारी तथा पुर्व अध्यक्षहरूको उपस्थिति रहेको थियो । जेसिज बर्ष

२०२२ का अध्यक्ष जयराम खत्रीको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा पुर्व अध्यक्ष भरत गोपालीलाई थाहानगरको उपप्रमुखमा निर्वाचित भएको उपलक्ष्यमा नेपाल जेसिजले प्रदान गरेको सम्मानपत्र हस्तान्तरण गरियको थियो।

त्यस्तै १५ असोजमै इलाका प्रहरी कार्यालय पालुङले पनि शुभकामना आदानप्रदान तथा चियापान कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ । पालुङ प्रहरीको कार्यक्रममा थाहा नगरका संघसंस्थाका प्रतिनिधि, पुर्व जनप्रतिनिधी हालका जनप्रतिनिधिहरूको उपस्तिथीमा कार्यक्रम भएको हो ।

झोलुङ्गे पुल सम्वन्धि क्षमता अभिबृद्धि तालिम

◆ विकास संवाददाता

बागमती प्रदेशका स्थानीय तहहरूका झोलुङ्गे पुलका फोकल पर्सनहरूलाई (इन्जिनियर/सबइन्जिनियर) झोलुङ्गे पुल सम्वन्धि क्षमता अभिबृद्धि तालिम प्रदान गरिएको छ ।

यातायात पुर्वाधार निर्देशनालयम बागमती प्रदेशको आयोजना तथा ट्रेल ब्रिज सपोर्ट युनिटको सहयोगमा भाद्र २६ गते देखि हेटौँडामा सन्चालन गरिएको तालिम ३ असोजमा समापन भएको छ । प्रदेशका धादिङ चितवन मकवानपुर काभ्रे सिन्धुली र रामेछाप जिल्लाका विभिन्न २० स्थानीय तहका फोकल पर्सनहरूलाई छोटो तरिकाको पुल निर्माण सम्वन्धि ९ दिन तालिम प्रदान गरिएको निर्देशनालयका प्रवक्ता एवम् तालिम संयोजक हरि प्रसाद ओझाले जानकारी दिए । निर्देशनालयले प्रदेशका ११९ तहमध्ये ९३ वटा झोलुङ्गे पुल कार्यक्रम सन्चालन भएका स्थानीय तहहरूलाई प्रादेशिक प्राविधिक सहयोग कार्यक्रम ९पिटिएपी० मार्फत् प्राविधक सहयोग गरिरहेको तालिम संयोजक ओझाले जानकारी दिए ।

थाहानगरमा बजार अनुगमन

मूल्यसूची नराख्ने र म्याद गुज्रेका सामान बेच्ने पुरानै रोग

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहा नगरपालिकाले आफ्नो क्षेत्रभित्र रहेको बजारको अनुगमन गरेको छ। पालिकाले नजिकिँदै गरेको वडादशै लगायतको पर्वहरूलाई लक्षित गरी विशेष अनुगमन गरेको हो । थाहानगरले दुईदिनसम्म बजार अनुगमन गरेको प्रशासन शाखा प्रमुख उमेश श्रेष्ठले जानकारी दिए ।

पालिकास्तरीय अनुगमन समितिले खाद्यान्न, इन्धन, माछामासु, तरकारी, फलफूललगायतका थोक तथा खुद्रा पसलमा अनुगमन गरेको छ । चाडपर्वको समयमा व्यापारीहरूबाट हुने कित्रिम मुल्यवृद्धि, म्याद गुज्रिएका अखाद्य वस्तुलाई बेच्ने लगायतका समस्या देखिने गरेकाले पालिकाले विशेष अनुगमन गरेको श्रेष्ठले बताए । समितिले भूगोल नै तोकेर अनुगमन गरेको उपभोक्ता हित संरक्षण समिति थाहानगरका संयोजक उपप्रमुख भरत गोपालीले बताए । अनुगमन समितिले शिखरकोट, गोपालीगाउँ, घर्तिखोला, पालुङ, फाटबजार, थानाबजार, ओखरबजार र बज्रवाराहीको सरस्वती बजारका पसलहरू अनुगमन गरियको थियो ।

बजार अनुगमन व्यवसायीहरूलाई आतंक फैलाउने र तत्काल जरिवाना गरेर तर्साउने उद्देश्यले शुरू नभए पनि पहिलो पटकलाई सचेत पारिने संयोजक गोपालीले स्पष्ट पारे । बढी मूल्य लिने, मूल्य सूची नराख्ने, गुणस्तरीय वस्तु विक्री वितरण नगरी उपोभोक्ता ठग्ने, नगरमा व्यवसाय दर्ता तथा नविकरण नगर्ने व्यापारीलाई मात्र अनुगमनको क्रममा चेतावनी दिइएको उनले बताए । थाहानगरले चार्डपर्वको सन्दर्भमा अनुगमनलाई प्रभावकारी बनाउन पहिलो चरणमा दसैं र त्यपछि क्रमशः सबै नगरका बजार निरीक्षण गरिने बजार अनुगमन समितिका संयोजक अजित घिमिरेले बताए ।

अनुगमनका क्रममा मूल्य सुची नराखेको तथा म्याद गुज्रिएको सामान फेला परेका व्यावसायीहरूलाई चेतावनी दिइएको घिमिरेले बताए । अनुगमनमा उपभोक्ता हित संरक्षण समिती संयोजक भरत गोपाली, बजार अनुगमन समिति संयोजक अजित घिमिरे, बजार अनुगमन समितिका सदस्य अनिल लामिछाने, उमेश श्रेष्ठ, उपभोक्ता हित संरक्षण समितिका गणेशमान श्रेष्ठ, राष्ट्रिय उपभोक्ता महासंघका प्रतिनिधि प्रमोद कृष्ण जोशी, ईलाका प्रहरी कार्यालय पालुङका प्रतिनिधि चन्दन साह तेली, संचारकर्मी शम्भु अधिकारीको सहभागिता रहेको थियो ।

थाहानगरमा जिल्लास्तरीय बिच भलिबल प्रतियोगिता शुरू, ४० टिमको सहभागिता

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहा नगर पालिकाको जनकल्याण माविको खेल मैदानमा जिल्लास्तरीय पुरूष बिच भलिबल प्रतियोगिता शुरू भएको छ । १४ असोजबाट शुरू भएको प्रतियोगिताको बागमती प्रदेशकी सामाजिक विकास मन्त्री कुमारी मोक्तानले उद्घाटन गरिन् ।

प्रतियोगिता उद्घाटन कार्यक्रमकी प्रमुख अतिथी तथा मन्त्री मोक्तानले प्रदेशमा खेलकुद विकासलाई प्राथमिकतामा राखिएको बताइन् । उनले प्रदेशको शिक्षा र खेलकुदमा बराबरी बजेट व्यवस्था गरिएको बताइन् । प्रदेशभरको माध्यामिक विद्यालयहरूमा खेल प्रशिक्षकको व्यवस्था गर्न प्रदेश सरकारले नीति तथा कार्यक्रममा नै उल्लेख गरेकोले विद्यालयस्तरबाटै खेलाडी उत्पादन हुने मन्त्री मोक्तानको भनाइ थियो ।

उद्घाटन समारोहमा भलिबलको माध्यमबाट आफ्नो जीवनको युवा उमेरमा जिल्ला भित्र स्थापित थाहानगर भित्रका पुर्व खेलाडीहरूलाई सम्मानपत्र सहित कार्यक्रम उद्घाटन गरिएको थियो । पुर्व भलिबल खेलाडीहरू राजेश केसी, सानोभाई कार्की, उदयदाश श्रेष्ठ, मधुसूदन रायमाझी, कृष्ण बहादुर बिष्ट, रमेश कार्की, दिपक लामा, बिश्वमान श्रेष्ठ, विक्रम जोशी, र मनोज अधिकारीलाई प्रमुख अतिथि मन्त्री कुमारी मोक्तानले सम्मान गरेकी थिइन् ।

उद्घाटन समारोहमा जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका सदस्य सुवर्ण गोपाली, थाहा नगरपालिकाका नगर उपप्रमुख भरत गोपाली, थाहानगर खेलकुद विकास समिती संयोजक टिकाराम स्याङ्तान, थाहा नगर शिक्षा समिती संयोजक तथा वडा न ६ का अध्यक्ष राजेन्द्र भक्त श्रेष्ठ, वडा न ३ का अध्यक्ष हिरेन्द्र रायमाझी, ४ का नारायण लामा, थाहानगर खेलकुद विकास समितिको निवर्तमान संयोजक राजेश केसी, नेकपा एमाले थाहानगर अध्यक्ष अच्युत्तम प्रसाद ढकाल, नेपाली काँग्रेस नगर सभापति प्रमोद कृष्ण जोशी, नेकपा माओवादी केन्द्रका प्रदेश सदस्य इन्द्र बहादुर श्रेष्ठ, नेकपा माओवादी थाहानगर अध्यक्ष बिनोद लामा, वाइसीएल केन्द्रिय सदस्य नवराज थिङ, फरक क्षमता भएका कलाकार तथा चित्रकार अमिर भोम्जन, लगायतका उपस्तिथि रहेको थियो।

१७ असोजसम्म संचालन हुने प्रतियोगितामा मकवानपुरका ४० टिमको सहभागिता रहेको छ । कार्यक्रम बिच भलिबलका संयोजक युवराज बिष्टको सभाध्यक्षतामा भएको थियो । खेल बाहेक प्रतियोगिता अवधिभर थाहा नगर पालिकाको मुख्य पर्यटकीय स्थलको फोटो प्रदर्शनी, नेवारी खाजा, खानाको साथै विभिन्न परिकारको स्टल, चित्रकला प्रदर्शनी तथा बिक्री र हरेक दिन राष्ट्रिय ख्यातिप्राप्त कलाकारहरूको बेजोड प्रस्तुति रहने आयोजकले जनाएको छ । प्रतियोगिता थाहा कला केन्द्रको आयोजना तथा थाहानगर भलिबल संघको समन्वयमा भएको हो ।

इन्द्रसरोवर गाउँपालिकामा चाड लक्षित बजार अनुगमन

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाले बजार अनुगमन गरेको छ । पालिकाले चाडवाड लक्षित गरी बजार अनुगमन गरेको हो ।

गाउँपालिका उपाध्यक्ष उमा कुमारी लामाको नेतृत्वमा भएको अनुगमनमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत प्रल्हाद कार्की, २ नं. वडा अध्यक्ष सुमन श्रेष्ठ, स्वास्थ्य शाखा प्रमुख मन्नुनाथ अधिकारी, सुरक्षाकर्मीहरूको सहभागिता रहेको थियो । अनुगमनमा पसलबाट म्याद नाघेका खाद्य तथा पेय पदार्थ पाईएको छ । जफत

गरिएका खाद्य बस्तु तथा पेय पदार्थ नष्ट गरिएको पालिकाले जनाएको छ । गाउँपालिकाले म्याद गुज्रेका, सडेगलेका, अखाद्य वस्तु बिक्री गर्दै आएका तथा बिना इजाजत व्यवसाय सञ्चालन गरिरहेकाहरूलाई कारबाही गर्ने गाउँपालिकाले जनाएको छ ।

थाहानगरको सिमभन्ज्याङमा पर्यटन प्रचार बोर्ड स्थापना

◆ विकास संवाददाता

विश्व पर्यटन दिवसको अवसर पारेर पालुङ जेसिजले थाहानगरको पर्यटकीय क्षेत्र सिमभन्ज्याङमा पर्यटकीय सूचना बोर्ड स्थापना गरेको छ । पालुङ जेसिजले सेप्टेम्बर २७ मा एक कार्यक्रमको आयोजना गरी थाहा नगरपालिका क्षेत्रमा रहेका मुख्य धार्मिक तथा पर्यटक क्षेत्रको फोटो अंकित सुचना बोर्ड २४ सय ८८ मिटरको उचाईमा रहेको सिमभनज्याङमा स्थापना गरेको हो ।

पालुङ जेसिज बर्ष २०२२ को अध्यक्ष जयराम खत्रीको उपस्तिथि तथा जेसिज वर्ष २०२२ का पर्यटन शाखा संयोजक रविन खत्रीको सभाध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा जेसिज बर्ष २०२० का अध्यक्ष तथा २०२२ का शाखा निर्देशक मनोज रायमाझीको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो । कार्यक्रममा प्रमुख अतिथी रायमाझीले नगरको मुल नारा नै पर्यटन भएपनि विश्व पर्यटन दिवसको अवसरमा थाहा नगरपालिकाले कुनै औपचारिक कार्यक्रम नराखेकोमा दुःख व्यक्त गर्दै थाहा नगरको समृद्धिको आधार पर्यटन भन्ने नारा, नारामा मात्र सिमित नराख्न नगरका नेतृत्वलाई पालुङ जेसिजको यस्तो खाले कार्यक्रमले झकझकाउने विश्वास व्यक्त गरे ।

कार्यक्रमको अवसरमा पालुङ जेसिजका महासचिव निरज रायमाझी लगायत विक्रम गोपाली, अनिता बिष्ट,

अन्जय प्रधान, संगम कार्की, विस्मिता गोपाली, दिपा बल, मानसिं दोङ, संजय गोपालीको उपस्थित रहेको थियो । थाहा नगरपालिकाको प्रत्येक सिमानामा पर्यटन सूचना बोर्ड राखी नगरको पर्यटकिय क्षेत्रको प्रचारप्रसार गर्ने गरि तयारी भैरहेको महासचिव निरज रायमाझीले बताए ।

चाडपर्वको बेला सवारी सवारी साधनमा भीडभाड नगरौं,

मादक पदार्थ सेवन गरी सवारी साधन नचलाऔं ।

दुर्घटनाबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
राष्ट्रिय परिचयपत्र तथा पञ्जीकरण विभाग
सिंहदरबार, काठमाडौं

सामाजिक सुरक्षा परिचयपत्र
नवीकरण सम्बन्धी अत्यन्त जरुरी सूचना

सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गरिरहेका लाभग्राहीहरुले २०७९ श्रावण १ गतेदेखि २०७९ भाद्र मसान्तसम्म आफ्नो स्थायी ठेगाना रहेको वडा कार्यालयमा लाभग्राही स्वयं उपस्थित भई अनिवार्य रुपमा परिचयपत्र नवीकरण गरौं

तोकिएको समयमा नवीकरण नगराएमा सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्रदान गरिने छैन ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यलिय
इन्द्रायणी चौर मकवानपुर

डेंगी
सुरक्षित रहौं
रोकथाम गरौं
नियन्त्रण गरौं

डेंगी रोग डेंगी भाईरसबाट संक्रमित एडिज जातका लामखुट्टेको टोकाईबाट सर्दछ । एडिज जातका लामखुट्टे पानी जम्मा भएको जुनसुकै भाँडामा पनि हुर्कन सक्दछ ।

डेंगी रोग डेंगी भाइरसबाट संक्रमित एडिज जातको लामखुट्टेको टोकाईबाट मात्र सर्दछ ।

थोरै मात्र पानी जम्मा भएको भाँडामा पनि यो लामखुट्टेले फुल पार्दछ र यसको वृद्धि विकास हुन्छ ।

डेंगीका मुख्य लक्षणहरू

डेंगीबाट बच्ने उपायहरु

लामखुट्टेले फुल पार्न सक्ने संभावित घर भित्र र वरपरका पानी जमेको ठाउँहरू र पानी राख्ने भाडाँहरू खोजी खोजी सफा गरौं र लामखुट्टेको फुल नष्ट गरौं ।

थाहा नगरपालिका
स्वास्थ्य शाखा
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर