थाहामा नि:शुल्क आँखा शिविर ... । पृष्ठ ४ मा

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com

खबरपत्रिका साप्ताहिक

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

● मकवानपुर, वर्ष-१५, ● अंक-३४ ● २०७९ फागुन २२ गते सोमबार, ● 06 March. 2023, ● नेपाल सम्वत्-११४३, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

उपमेयरकप ब्याडमिन्टन

बिसिङ्खेललाई उपाधि

विकास संवाददाता
थाहानगर

मकवानपुरको थाहा नगरपालिकामा भएको 'चौथो उपमेयर ब्याडमिन्टन कप प्रतियोगिता-२०७९' को उपाधि बिसिङ्खेल 'ए'ले जितेको छ । थाहा नगरपालिकाको प्रायोजनमा सामाजिक संस्था फरक सोचद्वारा आयोजित प्रतियोगिताको २० फागुनमा भएको फाइनल खेलमा नरेन्द्र मोक्तान र देवकुमार अर्यालको थाहा-१० बिसिङ्खेल 'ए' टिमले ओम नमः शिवायका डा. शक्ति चौरासिया र संग्राम खत्रीको टिमलाई सोझो सेटमा पराजित गरेको हो । १९ फागुनमा भएको सेमिफाइनल खेलमा थाहा-१० ले थाहा नगरपालिका 'डी' र ओम नम शिवायले ईलाका प्रहरी कार्यालय 'ए' लाई पराजित गर्दै फाइनल यात्रा तय गरेको थियो । प्रतियोगिताअन्तर्गत् ईलाका प्रहरी कार्यालय 'ए'ले थाहा नगरपालिका 'डि' टिमलाई पराजित गर्दै तेश्रो स्थान हासिल गरेको छ ।

प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने टिमहरूलाई नगद पुरस्कार क्रमशः २० हजार, १५ हजार र १० हजारसहित शिल्ड, मेडल र प्रमाणपत्र प्रदान गरिएको छ । प्रतियोगिताको उत्कृष्ट खेलाडी थाहा-१० का देव कुमार अर्याल हुन सफल भए । *'उन्नत समाजको निर्माण गरौं, सहयोगी भावनाको विकास गरौं'* भन्ने मुल नाराका साथ ब्याडमिन्टन खेलाडी उत्पादन गर्ने उद्देश्यले फरक सोचले प्रतियोगिता आयोजना गरेको हो । खुल्ला मेन्स डबल प्रतियोगितामा १६ टिमको सहभागिता रहेको थियो । आयोजक फरक सोचका संयोजक यादव जंग रायमाझीको अध्यक्षतामा भएको समापन तथा पुरस्कार वितरण समारोहमा थाहा नगरपालिकाका उपप्रमुख भरत गोपालीको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा थाहा नगरपालिकाको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अजित घिमिरे, वडा नम्बर ३ का अध्यक्ष हिरेन्द्रकुमार रायमाझी, ४ का अध्यक्ष नारायण लामा, नेकपा एमाले नगर सचिव रामकृष्ण बस्नेत, माओवादी केन्द्रका नगर अध्यक्ष विनोदकुमार लामा, थाहानगर खेलकुद विकास समिति सदस्य सचिव अनिल लामिछाने, पालुङ बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्थाका उपाध्यक्ष अरूण रायमाझीलगायतको आतिथ्यता थियो ।

शिखर क्लब सहआयोजक रहेको प्रतियोगिताको थाहा नगरपालिकाको मुख्य प्रायोजन रहेको छ । प्रतियोगिताको प्रथम नगद पुरस्कार ओम अध्याय रिसोर्टले प्रायोजन गरेको छ । दोश्रो नगद पुरस्कार गोर्खा ब्रुअरी र तेस्रो नगद पुरस्कार च्वाइस नेपालले प्रायोजन गरेको हो । प्रतियोगितालाई पालुङ बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था, महालक्ष्मी बिकास बैंक पालुङ शाखा, प्यासेफिक बचत तथा ऋण सहकारी संस्था, होटल टिस्टुङ कटेज बज्रबाराही, शिव एग्रो भेट थाहा-३ घर्तिखोलाको सहयोग रहेको थियो ।

तीन देशलाई पछिपार्दै थाहानगरका बलामीलाई कराँतेमा स्वर्ण पदक

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ९ का सोनम बलामीले अन्तरराष्ट्रिय कराँते प्रतियोगितामा स्वर्णपदक पाएका छन् । अनुराधा श्रीलंकमा ४ मार्चबाट भएको खुल्ला आइ.एस.के.डी.जे. कप कराते च्याम्पियनसिप, २०२३ मा उनले स्वर्णपदकको उपाधि हासिल गरेका हुन् । बलामीले ८४ केजी तौल समूहको प्रतियोगितामा स्वर्ण पदक प्राप्त गरेका हुन् ।

८४ केजी तौल समुहमा थाहानगरका बलामीले भारत, बङ्लादेश र श्रीलंकाका खेलाडिलाई पराजित गर्दै स्वर्ण प्राप्त गरेका हुन । नेपालको तर्फबाट ६० केजी तौल समुहमा स्वर्ण र ६७ केजीमा रजत प्राप्त गर्न सफल हुँदै प्रतियोगितामा तेस्रो भएको छ ।

प्रतियोगितामा ६० केजी समूहमा बुद्धिमान माझीले स्वर्ण र ६७ केजिमा एटन कुमार मल्लले रजत प्राप्त गरेका थिए ।

ऋषेश्वरमा तेस्रो विश्वशान्ति पुजा

◆ विकास संवाददाता

प्रसिद्ध ऋृषेश्वरमा दुईदिने विश्वशान्ति बौद्ध पुजा सकिएको छ । १६ र १७ फागुनमा पवित्र धार्मिक स्थलको रूपमा परिचित ऋषेश्वरको प्रचारप्रसार र महत्व दर्शाउने उद्देश्यले आयोजना गरिएको थियो । हेटौंडाका लामा पवन तितुङको प्रमुख भुमिकामा भएको पुजामा विभिन्न स्थानका अवतारी बौद्ध लामा गुरूहरूको उपस्थिती रहेको थियो । ऋषेश्वरमा यो तेस्रो पटक लगाइएको विश्वशान्ति बौद्ध पुजा हो ।

बौद्ध ऐतिहासिक तिर्थ स्थल संरक्षण तथा सम्वर्द्धन समितिको आयोजनामा पुजा भएको हो । पुजामा अवतारी बौद्ध लामा गुरू टुल्कु साङ्गे सेडुपलाई आमन्त्रित गरिएको थियो। उनले आफ्नो यो दोस्रो जन्म भनेका छन् । पहिलो जन्ममा उनको पार्थिव शरीरको अन्त्योष्टी दामन स्थित ऋषेश्वर मन्दिर क्षेत्रमा गरिएको भनाइ छ । ऋषेश्वर गुम्बाका संरक्षक अनि संचालक छोकी लामाको भनाइ अनुसार-'उहाँको स्वर्गीय बुवा र उहाँ मिलनसार मित्र हुन् ।'

बौद्ध धर्मको इतिहास अनुसार ऋषेश्वर धाममा प्राचीन कालमा अद्धितीय शक्ति भएको महाज्ञानी, महायोगी बौद्ध तपस्वी, भिक्षु गुरू पद्मसम्भवले ध्यान गरी अनेकौं सिद्धीहरू प्राप्ति गरेको विश्वास छ । विश्वशान्ति पुजाको स्थानीय व्यवस्थापन दामन तथा सिमभन्ज्याङ बजार व्यवस्थापन समितिले गरेको हो ।

समितिले ऋषेश्वर मन्दिरको मुल प्रवेशद्वारदेखि मन्दिरसम्म सरसफाइ गरेको थियो भने स्वयंसेवक परिचालन समेत गरेको थियो ।

नेवि संघ पालुङ क्याम्पस अध्यक्षमा गोपाली

◆ विकास संवाददाता

थाहानगरको पालुङ बहुमुखी क्याम्पसमा नेपाल विद्यार्थी संघ (नेवि संघ) ईकाई समितिको गठन गरेको छ । रोशनी गोपालीको नेतृत्वमा १७ सदस्यीय इकाई समिति १७ फागुनमा गठन गरिएको हो ।

कार्यक्रममा नेपाल विद्यार्थी संघका राजु खतिवडा, नेविसंघ जिल्ला सभापति सुभाष सापकोटा र नेपाली कांग्रेस जिल्ला सदस्य नवराज लामा, काँग्रेस थाहानगर अध्यक्ष प्रमोदकृष्ण जोशी लगायतकाको उपस्थिती थियो । नेपाल विद्यार्थी संघले ५ चैतमा हुने स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियनको निर्वाचनलाई लक्षित गर्दै आफ्नो राजनैतिक सक्रियता बढाउँदै आएको छ ।

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
कार्यालय: थाहा-८ सम्पर्क नं. ९८०७५५३३००
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५५/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

• सम्पादकीय •

होली पर्वको शुभकामना

नेपालीको विभिन्न पर्व मध्ये होली पनि एक हो । नेपालीहरुले परम्परागत र सांस्कृतिकरुपमा होलीलाई महत्वपूर्ण पर्वको रुपमा मनाउँदै आएका छन् । पहाडी र हिमाली जिल्लाहरुमा फरक फरक दिन यो पर्व हर्ष र उल्लासमय वातावरणमा होली पर्व मनाइन्छ । सरकारले संवद्ध भू-भागमा एक दिन सार्वजनिक विदा दिएर नागरिकहरुलाई होली मनाउन सहज बनाइदिदै आएको छ । हिन्दू संस्कृति अनुसार होली पर्व प्रत्येक वर्ष फागुन शुक्ल पूर्णमिाका दिन मनाइन्छ । होलीलाई रङहरुको पर्व मानिन्छ । होलीका दिन मानिसहरु एक अर्काप्रति मैत्रीभाव प्रकट गर्न एक आपसमा रङ लगाएर जीवनलाई रङजस्तै रंगीन र उत्साहपूर्ण बनाउने गर्दछन् । कतिपयले यसलाई विगतका तीता पीरा बिर्सेर भावी जीवनलाई मैत्रीपूर्ण बनाउने अवसरका रुपमा लिने गर्दछन् ।

पौराणिक कथन अनुसार होली पर्वको शुरुवात हिरण्यकश्यपुको पालादेखि भएको मानिन्छ । कथन अनुसार भगवानभक्त छोरा प्रल्हादलाई मार्न राक्षस बाबु हिरण्यकश्यपुले अनेक प्रयास गरे पनि उनी सफल भएनन् । प्रल्हादलाई मार्न नसकेपछि हिरण्यकश्यपुले आगोबाट नजल्ने नमर्ने बरदान पाएकी होलिकाको काखमा प्रल्हादलाई बसालेर आगो लगाउने योजना बनाए । होलिका आगोमा बस्दा भक्त प्रल्हादलाई क्यै भएन तर होलिका जलेर नष्ट भइन् । यसरी होलिका दहनको खुशियालीमा रङ, अविर लगाएर होली पर्व मनाउने परम्पराको शुरुवात भएको धार्मिक कथन पाइन्छ । यस्तै अर्को प्रसंग अनुसार द्वापर युगमा श्रीकृष्णलाई दूध खुवाउन गएकी कंशको सेना पुतना नामकी राक्षसनीलाई उल्टै कृष्णले मारि दिएका थिए । पुतनाको शवलाई यसै दिन जलाएर रङ अविर छरेर खुशियाली मनाएकोले त्यसैको सम्झनामा होली खेल्ने परम्परा चलेको भनाइ रहेको पाइन्छ । त्यसैले पौराणिककालदेखि नै होली पर्वले असत्यमाथि सत्यको जीत हुने मान्यता बोकेको विश्वास समाजमा रहेको पाइन्छ । होली पर्वको धार्मिक र पौराणिक मान्यता जे जस्तो भए पनि वा त्यसको वैज्ञानिक धरातल कमजोर भए पनि अहिलेको आधुनिक समाजले प्रेम, सद्भाव र भाइचारा स्थापित गर्ने महत्वपूर्ण अवसरको रुपमा यो पर्वलाई स्वीकार गर्दै आएको छ । होलीको दिन एक अर्कालाई रङ लगाएर पुरानो कटुता र दुश्मनी बिर्सदै एक अर्काप्रति मेलमिलापको वातावरण बनाउने अवसरका रुपमा लिने गर्दछन् कतिले यो पर्वलाई । हिमाल, पहाड, तराई वा संसारका जुनसुकै ठाउँमा बस्ने नेपालीबीच मेलमिलाप, एकता र भाइचारा कायम गर्न यो पर्वले महत्वपूणर् योगदान पुऱ्याउँदै आएको छ ।

सिंगो राष्ट्रले शान्ति र समृद्धिको चाहना राखेको अहिलेको सन्दर्भमा नागरिकको आशालाई धर्मराउने काम कहीं कतैबाट हुनुहुँदैन । बाँच्नका लागि, जीविका चलाउनका लागि देशभित्र उपयुक्त वातावरण नपाएर विदेशिनेहरुको संख्या दिनदिनै बढ्दै गएको छ । हाम्रो संविधानले परिकल्पना गरेको समाजवादको लक्ष्य एकातिर र मुलुकको धरातलीय यथार्थ अर्कोतिर भयो भने नागरिकका रंगीन सपनाहरु त्यत्तिकै ओइलाएर जानेछन् । त्यसैले नागरिक जीवन होली पर्वजस्तै रंगीन, सद्भावपूर्ण एवं सुखद बनाउन यो बेला भित्रैबाट दृढ संकल्प र अठोट गर्न सक्नुपर्छ । नेपाली-नेपालीबीचको एकता र भाइचारबाट नै बलियो राष्ट्र निर्माण गर्ने संकल्प पूरा गर्न सकिनेछ । यतिबेला मुलुकलाई द्वन्द्व र मुठभेड हैन, एकता र सहकार्य चाहिएको छ । राजनीतिक उठापट्की जारी राखेर मुलुक उँभो लाग्ने छैन । एकता र सद्भावको पर्व होलीले सबैलाई सत्कर्मतर्फ लाग्ने प्रेरणा मिलोस् । होलीको शुभकामना ।

थाहा नगरपालिकाको शिखरकोट काउण्टरबाट दिवा बस सेवा

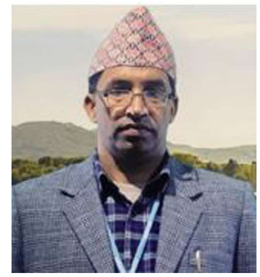
विहान	६:१५	बजे काठमाण्डौ (हाइस)
विहान	६:१५	बजे हेटौंडा (फोर्स)
विहान	७:१५	बजे काठमाण्डौ (बस)
विहान	८:00	बजे हेटौडा (बस)
विहान	८:१५	बजे सिमभञ्ज्याङ हुँदै काडमाण्डौ (फोर्स)
विहान	९: 00	बजे काठमाण्डौ (मिनीबस)
विहान	९:00	बजे हेटौंडा जम्बो हाइस
विहान	९:४५	बजे काठमाण्डौ फोर्स
विहान	१0:१५	बजे मार्खु, पालुङ 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

नवीकरणीय ऊर्जामा लगानीको नयाँ अभ्यास



◆कृष्ण अधिकारी

नेपालमा नवीकरणीय ऊर्जाको प्रशस्त सम्भावना रहेको छ । नवीकरणीय ऊर्जाका मख्य स्रोतहरूमा लघु तथा साना जलविद्युत्, सौर्य ऊर्जा, जैविक ऊर्जाका विभिन्न प्रकार, वायोग्यास, वायु ऊर्जा आदि रहेका छन् । नवीकरणीय ऊर्जाको प्रशस्त सम्भावना भए पनि अझै कुल ऊर्जा खपतको ६८ प्रतिशत परम्परागत जैविक ऊर्जाबाट पूर्ति भइरहेको छ भने करिब सात प्रतिशत जनसंख्यामा विद्यत् पहुँच पुग्न सकिरहेको छैन । विद्युत् ऊर्जाको हिसाबले हेर्दा देशको करिब ९६ प्रतिशत भू-भागमा विद्युत् पुगेको छ । यसमा राष्ट्रिय ग्रिड (प्रसारण लाइन) बाट करिब ९२ र वैकल्पिक ऊर्जाका माध्यमबाट ४ प्रतिशत भू-भागमा विद्युतीकरण भएको छ । सरकारले आगामी आर्थिक वर्षभित्र सबै पालिकामा पूर्ण विद्युत् पुऱ्याउने लक्ष्य राखेको छ । हाल राष्ट्रिय ग्रिडको पहुँच नभएको क्षेत्रमा लघु तथा साना जलविद्युत्, मिनी ग्रिड, सौर्य प्रणालीलगायत नवीकरणीय माध्यमबाट प्राधिकरणले विद्युतीकरण गर्दै आएको छ । दिगो विकास लक्ष्य पूरा गर्ने अवधि सन् २०३० सम्ममा सबै जनतालाई स्वच्छ, भरपर्दो र सर्वसुलभ रूपमा नवीकरणीय ऊर्जा उपलब्ध गराउने उद्देश्य १५औं योजनामा रहेको छ । देशका ७५३ पालिकामध्ये करिब ३०/३५ गाउँपालिकामा मात्र विद्युतीकरण हुन बाँकी रहेको छ । विद्युतीकरणसँगै विद्युत्बाट खाना पकाउने ऊर्जाको सुनिश्चित गर्नु पनि अहिलेको आवश्यकता बनेको छ ।

भौगोलिक कठिनाइ र ग्रिडको लाइन पुग्न नसक्ने क्षेत्रमा सरकारले विभिन्न दातृ निकायहरूको सहयोगमा नवीकरणीय ऊर्जाका माध्यमबाट विद्युतीकरणका कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ । मुलुक दैनिक १८ घण्टासम्म विद्युत्भार कटौती गर्नुपरेको अवस्थामा यसको महत्व अझै बढेको थियो र सहरी क्षेत्रमा समेत यसको प्रयोग निकै भएको थियो । दुर्गम तथा पिछडिएका क्षेत्रमा बसोबास गर्ने गरिब तथा निम्नवर्गका जनतालाई लक्षित गरी वैकल्पिक ऊर्जाका प्रविधिहरूमा अनुदानको व्यवस्थासमेत हुँदै आएको छ । यसले गर्दा छोटो अवधिमै नवीकरणीय ऊर्जाको पहुँच ग्रामीण क्षेत्रमा विस्तार हुन सक्यो ।

अनुदानको व्यवस्थाले मुलुकको समग्र ऊर्जा क्षेत्रमा सकारात्मक विकास भए पनि यसले केही चुनौतीहरू पनि ल्याएको छ । खासगरी अनुदान परिचालन प्रक्रियाका अनेक प्रावधानहरूले अनावश्यक खर्च बढ्न गएको छ भने अनुगमनको कमीले गर्दा कतिपय ऊर्जा प्रणालीहरू राम्ररी सञ्चालन हुन सकेका छैनन् । नवीकरणीय ऊर्जा प्रणालीहरूको माग अझै धेरै भए पनि आवश्यक अनुदानको स्रोत नहुँदा सबैलाई अनुदान उपलब्ध गराउन सक्ने अवस्था छैन । कतिपय निजी कम्पनी र तिनका डिलर तथा उपभोक्ताको गैरजिम्मेवारीका कारण पनि अनुदान वितरण प्रक्रियामा केही विकृतिहरू रहेका छन् ।

नेपालमा पछिल्लो समय सानादेखि ठूला जलविद्युत् आयोजनाहरूको निर्माण भइरहँदा त्यसको दिगोपनमा पनि चुनौती देखिएको छ । खासगरी जलवायु परिवर्तन र प्राकृतिक प्रकोपका घटनाहरूका कारण पानीका स्रोतहरू सुक्ने, खडेरी, अतिवृष्टि, बाढी पहिरोजस्ता समस्याले जलविद्युत्मा मात्रै निर्भर रहनसक्ने अवस्था नहुन सक्छ । त्यसैले आज विश्वका धेरै देशहरूमा एकभन्दा बढी ऊर्जाका स्रोतहरूलाई समिश्रण गरी ऊर्जा सुनिश्चितता खोजिएको छ । युरोपेली मुलुकहरू आज रसियाको ग्यासमा मात्र निर्भर हुँदा ऊर्जा संकटको सामना गरिरहेका छन् ।

नवीकरणीय ऊर्जाका लागि आवश्यक स्रोत सरकारी तथा दातृ निकायबाट मात्र सम्भव छैन । प्रविधितर्फ जनतालाई आकर्षित गराउन अनुदानको व्यवस्था निकै प्रभावकारी भए पनि अहिले अनुदानभन्दा पनि सहुलियतपूर्ण कर्जा वा अन्य सुविधा उपलब्ध गराउनु उपयुक्त देखिएको छ । पछिल्लो समय नवीकरणीय ऊर्जामा निजी क्षेत्र उत्साहका साथ अगाडि आएकाले पनि अब अनुदानभन्दा सरल कर्जाको सुविधा उपलब्ध गराउन आवश्यक देखिन्छ । नवीकरणीय ऊर्जा अनदान नीति २०७८ ले नवीकरणीय ऊर्जा प्रविधिहरूको सफलतापूर्वक विकास गरे तापनि थुप्रै चुनौतीहरूका कारण पर्याप्त मात्रामा यस्ता प्रविधिहरूमा व्यावसायिक रूपमा लगानी परिचालन हुन सकिरहेको छैन ।

निजी क्षेत्रका लगानीकर्ता तथा सेवा प्रदायकहरूको अनुदानमा पहुँचको नीतिगत व्यवधानले गर्दा उनीहरूको लगानी, व्यवस्थापकीय क्षमता र प्रविधिको विस्तारमा कमी आएको छ । अनुदानमा रहेको उच्च निर्भरता र कर्जा न्यून परिचालनले गर्दा नवीकरणीय ऊर्जा प्रविधिको प्रवर्द्धन अपेक्षाकृत रूपमा हुन सकिरहेको छैन । लामो समयसम्म अनुदानमा आधारित प्रणालीलाई हेर्दा नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादनका लागि त्यसको न्यून उपयोगको अवस्था तथा व्यवसायीहरूले समयमै अनुदान पाउन नसक्नु पनि थप चुनौती बनेको छ । आपसी लाभको आधारमा नवीकरणीय ऊर्जाको क्षेत्रमा लगानी आकर्षित गर्न हालसम्म प्रदान गरिँदै आएको अनुदान बाधक बनेको स्पष्ट देखिन आएको छ ।

विश्वव्यापी रूपमा बढ्दो आर्थिक मन्दीका कारण अब विगतमा जस्तो लगानी गर्नसक्ने अवस्था छैन । त्यसलै यसमा निजी क्षेत्रलाई आकर्षण गर्नुको विकल्प देखिँदैन । अब घरायसी प्रयोजनका लागिभन्दा पनि समुदायस्तरमा कार्यान्वयन हुने नवीकरणीय ऊर्जा आयोजनाहरूको कार्यान्वयन गर्नुपर्ने देखिन्छ । विगतमा वैकल्पिक ऊर्जा प्रवर्द्धन केन्द्रले समेट्न नसकेका र नेपाल विद्युत् प्राधिकरण र विद्युत् विकास विभागको कार्यक्षेत्रमा नपरेका स्थानमा एक मेगावाटसम्मका आयोजनाहरू जुन वित्तीय प्रतिफलका हिसाबले नभएका नै किन नहुन् त्यस्ता आयोजनाहरूमा सहयोग गर्नुपर्ने देखिन्छ ।

अनुदानमाथिको निर्भरतालाई कम गर्न सरकारले केन्द्रीय नवीकरणीय ऊर्जा कोषको निर्देशिका संशोधन गरी नवीकरणीय ऊर्जा प्रवर्द्धनमा भायविलिटी ग्याप फण्डिङका लागि दिगो ऊर्जा चुनौती कोषको स्थापना गरेको छ । यसबाट निजी क्षेत्रका व्यवसायीहरूलाई उपकरण बेच्ने मात्र नभई ऊर्जा उद्यमीको रूपमा प्रवर्द्धन गर्ने अवसर प्राप्त हुन्छ । त्यस्तै थोरै मात्र सार्वजनिक क्षेत्रको लगानीले धेरै निजी लगानीलाई परिचालन गर्न सकिन्छ । नवीकरणीय ऊर्जाका आयोजनाहरूको दिगोपनमा योगदान पुऱ्याउनुको साथै ती आयोजनाहरूको प्रतिफल जनतासम्म निरन्तर पुऱ्याउने तथा कर्जाका लागि वित्तीय मध्यस्थतासमेत हुने भएकाले कोष निकै प्रभावकारी हुने देखिन्छ ।

सन् २०३० सम्म सबै जनतालाई स्वच्छ, भरपर्दो र सर्वसुलभ रूपमा नवीकरणीय ऊर्जा उपलब्ध गराउने दिगो विकास लक्ष्यको उद्देश्य हासिल गर्न भायविलिटी ग्याप फन्डिङको अवधारणा निकै प्रभावकारी हुने देखिन्छ । अनुदानमाथिको निर्भरतालाई कम गर्ने उद्देश्यले गत वैशाखमा ऊर्जा जलस्रोत तथा सिँचाइ मन्त्रालयले केन्द्रीय नवीकरणीय ऊर्जा कोष (सञ्चालन) निर्देशिकाको पहिलो संशोधन गरेको छ । ग्रामीण तथा नवीकरणीय ऊर्जा प्रविधिको क्षेत्रमा अनुदान, भायविलिटी ग्याप फन्डिङ तथा उपभोक्ता कर्जाको प्रभावकारी परिचालन गर्न र नवीकरणीय ऊर्जा प्रविधिबाट प्राप्त हुने कार्बन आम्दानी उपयोग तथा व्यवस्थापन गर्न वित्तीय व्यवस्थापनसहितको केन्द्रीय नवीकरणीय ऊर्जा कोष सञ्चालन गर्न आवश्यक भएकाले वैकल्पिक ऊर्जा विकास समिति गठन आदेश २०५३ को दफा १३ अनुसार निर्देशिका तयार गरिएको छ ।

यस कोषबाट वित्तीय मध्यस्थकर्तामार्फत सहुलियत दरमा कर्जा उपलब्ध गराउने, सार्वजनिक-निजी साझेदारीमा नवीकरणीय ऊर्जा प्रविधिको विकास र प्रवर्द्धन गर्ने, नवीकरणीय ऊर्जा प्रविधिको विकास तथा प्रवर्द्धनमा निजी क्षेत्रलाई प्रोत्साहित गर्ने, स्वच्छ विकास संयन्त्र तथा स्वेच्छिक उत्सर्जन न्यूनीकरणसम्बन्धी कार्बन परियोजनाबाट प्राप्त भएको आम्दानीको उपयोग र प्रभावकारी व्यवस्थापन गर्ने, प्रदेश सरकार, स्थानीय तह, सार्वजनिक तथा निजी क्षेत्रको लागत साझेदारीमा दिगो ऊर्जा, ऊर्जा दक्षताजस्त प्रविधिहरूको क्षेत्रमा लगानीको उपयुक्त वातावरण तयार गर्न आवश्यक सहकार्य गर्ने उद्देश्य रहेको छ ।

कोषमार्फत लगानीका थुप्रै क्षेत्रहरू रहेका छन् । कोष लगानीका क्षेत्रहरूमा सौर्य ऊर्जा, वायु ऊर्जा, जैविक ऊर्जा, वायोग्यास आयोजनाहरू, खाना पकाउने बिजुलीलगायत अन्य स्वच्छ चुलोको विकास, प्रवर्द्धन र विस्तार, फोहोरबाट ऊर्जा उत्पादन, लघु तथा साना जलविद्युत्, सुधारिएको पानीघट्ट, हाइड्रोजन, भूपातीयलगायत अन्य नवीकरणीय ऊर्जामा लगानी गर्न सकिन्छ । त्यस्तै उत्पादनमूलक ऊर्जा

बाँकी पृष्ठ ३ मा

यस कारण

हातखुट्टा झमझमाउँछ

योग र ध्यानजस्ता अभ्यासले पनि रक्तसञ्चारमा सुधार गर्छ । स्नायुहरू स्वस्थ रहन मद्दत गर्छ ।

धेरैबेरसम्म एउटै पोजिसनमा बस्दा हातखुट्टा झमझमाएको प्रायःले अनुभव गरेका हुन्छन् । तर यस्तो हुनुको कारणबारे भने धेरैले जान्ने प्रयास गरेका हुँदैनन् । हातखुट्टा झमझमाउने समस्या धेरैजसो स्वास्थ्य अवस्थासँग सम्बन्धित हुन्छ । हातखुट्टा झमझमाउनुका विभिन्न कारण हुन्छन् ।

भिटामिनको कमी हुँदा

शरीरमा भिटामिनको कमीका कारण पनि हातखुट्टा झमझमाउन सक्छ । स्वस्थ शरीरका लागि पर्याप्त पोषक तत्वको जरूरी हुन्छ । यसको कमीले शरीरका नसाहरू कमजोर हुने भएकाले झमझमाउने समस्या हुन्छ ।

एउटै स्थितिमा बस्दा

लामो समयसम्म एउटै पोजिसनमा बस्दा पनि हातखुट्टा झमझमाउन सक्छ । कहिलेकाही झमझमाउनु सामान्य भएपनि दिनमा चार–पटक नै यस्तो हुन्छ भने चाँडो परीक्षण गराइहाल्नुपर्छ ।

शरीरमा रक्तसञ्चार प्रभावित नहुँदा

शरीरमा रक्तसञ्चार सामान्य नहुँदा हातखुट्टा झमझमाउन सक्छ । शरीरमा रक्तसञ्चार नहुनु वा अवरोध भएमा यसले स्नायुमा असर पार्छ, जसकारण शरीरका धेरै भागमा अक्सिजन पुग्दैन ।

यीबाहेक हातखुट्टा झमझमाउने कारण विभिन्न रोगको संकेत हुन सक्छ । थाइराइड, हातखुट्टामा झुकेर काम गर्दा नसा च्यापिनु, मिर्गौला, मधुमेहका बिरामीमा पनि लक्षणको रूपमा हातखुट्टा झमझमाउनु एक संकेत हो । मिर्गौलाका समस्या भएका व्यक्तिमा प्रत्यक्ष असर स्नायुमा पर्छ, जसकारण स्नायु कमजोर हुन्छ । मिर्गौला फेल हुँदा पनि शरीरमा केही तरल पदार्थ जम्मा हुन थाल्छ, जसले स्नायुमा नराम्रो प्रभाव पार्छ र हातखुट्टा झमझमाउने हुन थाल्छ ।

त्यस्तै, महुमेहका बिरामीमा झमझम हुनु एक लक्षण हुन सक्छ । मधुमेह रोगीको शरीरमा रगतमा चिनी र इन्सुलिन बढ्न थाल्छ, जसले स्नायुमा असर गर्छ । मधुमेह अनियन्त्रित हुँदा बारम्बार यस्तो महसुस हुन्छ । यसैगरी बाथरोगका बिरामी, डिप्रेसन वा एन्जाइटीको समस्या भएकालाई पनि हातखुट्टा झमझफाउने समस्या देखा पर्न सक्छ ।

कुन बेला अस्पताल जाने ?

हातखुट्टा झमझम एक वा दुईपटक हुनु सामान्य हो । तर बारम्बार भइरहेको छ, शरीर कमजोर भएको महसुस हुँदैछ, हातखुट्टा सुन्निने र दैनिक जीवनमै प्रभाव पारेको खण्डमा तुरून्त परीक्षण गराउनुपर्छ । किनकि यो विभिन्न रोगको लक्षण हुन सक्छ ।

समाधान के ?

हातखुट्टा झमझमाउने समस्याको समाधान भनेको रोग पत्ता लगाएर उपचार गर्नु नै हो । स्नायुमा अक्सिजन पुऱ्याउन रक्तसञ्चार हुनु आवश्यक छ । त्यसका लागि शरीरको कुनै पनि अंगमा एकतर्फी भार हुन दिनु हुँदैन । वरपर हिंड्ने प्रयास गर्ने, हात झमझमाउँदा औंलालाई चलाइर हने, आफ्नो खुट्टा र हातको मसाज गर्ने गर्दा मांसपेशीलाई आराम मिल्छ र रक्तप्रवाह सुधार गर्न सकिन्छ ।

योग र ध्यानजस्ता अभ्यासले पनि रक्तसञ्चारमा सुधार गर्छ । स्नायुहरू स्वस्थ रहन मद्दत गर्छ । पोषणको कमीले झमझमाउने हुँदा दैनिक आहारमा विभिन्न प्रकारका स्वस्थकर खाना समावेश गर्नुपर्छ । यसले शरीरमा भिटामिन र खनिजको मात्रा कायम राख्न मद्दत गर्छ ।

यसरी गुम्न सक्छ आँखाको दृष्टि

आँखाको दृष्टि नै भएन भने के होला ? यसको जवाफले हामीलाई झस्काउँछ । हुन त दृष्टिविहीन भएर पनि कतिले जीवनयापन गरिरहेका छन् । तर दृष्टि हुँदा र नहुँदाको अन्तर सामान्य छैन ।

कतिपय जन्मजात नै दृष्टिविहीन हुन्छन् भने कतिपयको पछि दृष्टि गुमेको हुन सक्छ । आखिर के कारणले हामी आफ्नो दृष्टि गुमाउन सक्छौं त ? दृष्टि धेरै कारणले गुम्न सक्छ । त्यसमा पनि बच्चा र बच्चामा छुट्टाछुट्टै कारण हुन्छन् । जन्मजात दृष्टिविहीन हुनेबाहेक मूलतः यी कारणले आँखाको दृष्टि गुम्न सक्छ ।

१. कुनै दुर्घटनामा परेर अचानक दृष्टि गुम्नु
२. मोतीबिन्दु तथा जलबिन्दुको कारण
३. उमेर ढल्किंदै गएपछि
४. मधुमेह र उच्च रक्तचापका कारण

हामीलाई आँखामा कतिपय समस्या हुन सक्छ । त्यस्तो समस्या आउँदा हामी परीक्षण वा उपचार गराउँदैनौं । यस्तो हेलचेक्राइँले समेत आँखाको दृष्टि गुम्न सक्छ । हाम्रो उमेर ढल्किंदै जाँदा मोतीबिन्दु जस्ता समस्या आउन सक्छन् । यसले आँखाको नसामा चाप दिन्छ र नसा सुक्दै जान्छ । यस्तो स्थितिमा पनि आँखाको दृष्टि गुम्न सक्छ ।

आँखाको संक्रमणले दृष्टि गुम्दैन

आँखा पाक्ने समस्या धेरैलाई हुन सक्छ । यो एकअर्कालाई सर्न पनि सक्छ । आँखाको सेतो भागमा संक्रमण हुने यो समस्या औषधि लगाएपछि निको हुन्छ । यदि आँखाको बीच भाग अर्थात् नानीसम्म असर गरेको छ भने यस्तो अवस्थामा आँखा पाकेको निको त हुन्छ तर फुलो आउँछ । फुलो भनेको आँखाको भित्री भागमा सेतो देखिने हो । त्यसले हेर्न अप्ठयारो हुनुका साथै आँखा धमिलो बनाउँछ । तर दृष्टिविहीन नै चाहिं हुँदैन ।

जन्मजात दृष्टिविहीन हुने कारण

गर्भभित्र नै कुनै संक्रमण भएमा, जलबिन्दु भएमा, बच्चा जन्माउने बेला आमालाई कुनै समस्या छ भने पनि त्यसले बच्चाको आँखामा असर गर्न सक्छ । यस्तै बच्चा जन्मिएपछि कुनै कारणवश आईसीयूमा राख्नुपर्ने भएमा बच्चाको दृष्टिमा समस्या ल्याउन सक्छ ।

यस्तो अवस्थामा सुरूमै शल्यक्रिया गरेर आँखाको दृष्टि फर्काउन सकिन्छ । तर ढिलो गरियो भने त्यो समस्या ज्यूँका त्यूँ रहन सक्छ ।

आँखाको दृष्टि जोगाउन के गर्ने ?

आँखाको दृष्टि जोगाउने उपाय भनेकै आँखामा कुनैपनि समस्या हुनासाथ सतर्क हुनु र जाँच गराउनु हो । बर्सेनि आँखाको जाँच गराउनुपर्ने हुन्छ तर हामीकहाँ त्यस्तो परिपाटी छैन । बाहिर केही समस्या नदेखिएपनि भित्र समस्या हुन सक्छ । जस्तो जलबिन्दु भएको पनि सुरूमा लक्षण देखिंदैन । तर पछि नसा सुक्दै जान्छ र दृष्टि नै गुम्छ ।

मधुमेह, उच्च रक्तचाप, मुटुरोग, थाइराइड, मिर्गौलाको समस्या भएका व्यक्तिले लामो समयदेखि औषधि खाइरहेका छन् भने त्यसले आँखामा कुनै न कुनै असर गरिरहेको हुन सक्छ । त्यसैले कम्तीमा पनि वर्षको एक पटक आँखाको जाँच गराउनुपर्छ ।

आँखालाई धुलो, धुँवाबाट जोगाउनुपर्छ । स्वस्थ्य खानपान, दिनचर्याले पनि आँखालाई राम्रो बनाउन सहयोग गर्छ ।

नवीकरणीय ऊर्जामा ... .

उपयोग तथा परिप्रयोग, नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादन, ऊर्जा सम्मिश्रण, ऊर्जा दक्षता तथा संरक्षण एवं ऊर्जा पहुँच विस्तार, नवीकरणीय ऊर्जा प्रविधिसम्बन्धी उपकरण उत्पादन तथा प्रशोधनमा कोषको लगानीका क्षेत्रहरू हुन् ।

कोषमा जम्मा हुने रकम नेपाल सरकार र विकास साझेदारबीच सम्पन्न सम्झौताबमोजिम अनुदान वा भायबिलिटी ग्याप फन्डिङ वा कर्जा वा प्राविधिक सहयोगका लागि परिचालन गरिनेछ । भायबिलिटी ग्याप फन्डिङका प्राथमिकताका क्षेत्रहरूमा हरेक बस्ती ऊर्जा बस्तीको अवधारणाअनुसार खानेपानी, सिँचाइ, सौर्य सडक बत्ती, राष्ट्रिय प्रशारण लाइनमा आबद्ध गरिने विकेन्द्रीकृत ऊर्जा प्रणालीबाट ऊर्जा उत्पादन, नेट मिटरिङ, ऊर्जा सम्मिश्रण र रूफटप सौर्य प्रणालीमा लगानी गर्न सकिन्छ । उपभोक्ता कर्जा सुविधा व्यवस्थापनको जिम्मेवारी प्रबन्ध बैंक वा साझेदार बैंकहरूबाट हुनेछ । विभिन्न विकास साझेदारहरूबाट दिगो ऊर्जा विकासका लागि प्राप्त हुने लगानी तथा सहयोग एवं कार्बन आम्दानी आदिलाई एकद्वार प्राणालीमार्फत सञ्चालन गरिने निर्देशिकामा उल्लेख छ ।

सार्वजनिक निजी साझेदारीमा सञ्चालन गरिने आयोजनाहरूले स्थानीय सरकारका लागि दिगो आम्दानीको स्रोत हुन सक्दछ । राष्ट्रिय प्रशारण लाइन पुगिसकेका क्षेत्रमा रहेका साना, लघु जलविद्युत् तथा अन्य मिनीग्रिड आयोजनाहरू राष्ट्रिय प्रशारणमा जोड्न सकिने सम्भावना रहन्छ । उद्योग व्यवसायीले आफ्नो घर, उद्योगका छतहरू प्रयोग गरी सौर्य प्रणालीहरू जडान गरी आफ्ना लागि आफैं विद्युत् उत्पादन पनि गर्न सक्दछन् । आफूलाई बढी भएको विद्युत् नेटमिटरिङमार्फत राष्ट्रिय प्रशारण प्रणालीमा जोड्न सकिने भएकाले विद्युत् खेर जाँदैन । साथै साना एवं घरेलु नवीकरणीय तथा स्वच्छ ऊर्जाका प्रविधिको प्रवर्द्धन विकासलाई बजारमा आधारित विभिन्न ढाँचाहरूको विकास पनि गर्न सकिन्छ ।

यसरी भायविलिटी ग्याप फन्डिङको उपयोग गरी ऊर्जाको पहुँच, ऊर्जाको विश्वसनीयता र परम्परागत ऊर्जाबाट स्वच्छ ऊर्जामा रूपान्तरण गर्न सकिने अवसर रहेको छ । नेपालको संविधानले साना खालका नवीकरणीय ऊर्जाका प्रविधिहरूको प्रवर्द्धनको जिम्मा स्थानीय निकायलाई दिएको अवस्थामा संघीय सरकारले भायबिलिटी ग्याप फन्डिङ उपलब्ध गराएर नवीकरणीय ऊर्जाको प्रवर्द्धन र विकासमा निजी क्षेत्रलाई आकर्षित गर्न सक्छ । यसले सरकार, दातृ निकाय, निजी क्षेत्र र आम उपभोक्ता सबैलाई स्वच्छ ऊर्जाको पहुँच विस्तार गरी जीवनस्तरमा सुधार ल्याउने अवसर मात्र दिएको छैन, आयातित तथा परम्परागत ऊर्जाको निर्भरतालाई कम गरी मुलुकलाई ऊर्जा आत्मनिर्भर हुन सहयोग पुग्दछ । साथै बढ्दो व्यापार घाटालाई न्यून गर्न पनि सहयोग पुग्ने हुँदा मुलुकको अर्थतन्त्रमै सकारात्मक प्रभाव पर्नेछ ।

थाहामा नि:शुल्क आँखा शिविर: ९ सयको परीक्षण, ८६ जनाको अप्रेशन

◆ विकास संवाददाता

थाहानगरमा भएको नि:शुल्क आँखा परीक्षण शिविरमा ९ सय जनाको आँखा परीक्षण गरिएको छ । परीक्षण गरिएका मध्ये मोतिबिन्दु भएका र २ जना आँखामा मासु पलाएका विरामीको शल्यक्रिया (अप्रेशन) गरिएको छ ।

हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालको आयोजनामा तिलगंगा सामुदायिक आँखा अस्पताल पालुङ्मा निशुल्क आँखा शिविर भएको हो । शिविरको स्थानीय व्यवस्थापन थाहा नगरपालिका र पालुङ जेसीजले गरेको थियो । शिविरमा अप्रेशन गर्नु पर्ने अवस्था भएकाहरूको १८ र १९ फागुनमा पालुङ आँखा केन्द्रमा अप्रेशन गरिएको तिलगंगा सामुदायिक आँखा अस्पताल पालुङकी प्रमुख बिनी महर्जनले जानकारी दिएइन् ।

शिविरमा थाहा नगरपालिका, इन्द्रसरोवर गाउँपालिका, कैलाश गाउँपालिकाका आँखाका बिरामीहरूले १२ देखि १७ फागुनसम्म आफ्नो आँखा परीक्षण गराएका थिए । शिविरमा पालुङ जेसीजका अध्यक्ष संगम कार्की, महासचिव सञ्जय गोपाली, कोषाध्यक्ष माधव कार्कीको उपस्थिति रहेको थियो । शिविरमा तिलगंगा आँखा अस्पताल काठमाडौंका चिकित्सकको टोलीले आँखा परीक्षण र शल्यक्रिया गरेका थिए ।

शौचालयको निकास नहुँदा भिमफेदी कारागारमा समस्या

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको पूर्वसदरमुकाम भीमफेदीस्थित भीमफेदी कारागारमा शौचालयको उचित निकास नहुँदा कैदीबन्दीसहित कारागार प्रशासनले विगत लामो समयदेखि समस्या बेहोर्दै आएको छ। कारागारमा शौचालयको संरचना पर्याप्त संख्यामा भए पनि शौचालयमा जम्मा हुने मानव मलमूत्रलगायतको फोहोर निकासका लागि उचित व्यवस्था नहुँदा वर्षौंदेखि समस्या हुँदै आएको हो ।

बागमती प्रदेशका आन्तरिक मामिला तथा कानुनमन्त्री गंगानारायण श्रेष्ठले कारागारको अनुगमनका क्रममा कारागार प्रशासनले शौचालयबाट निस्कने फोहोर व्यवस्थापन गर्न ढल वा उचित निकासको आवश्यकता देखिएको बताए । कारागारका अधिकृत मदन लामा थिङले शौचालयबाट निस्कने फोहोर व्यवस्थापन लामो समयदेखि पेचिलो बन्दै गएको भन्दै मन्त्री श्रेष्ठलाई तत्काल समस्याको सम्बोधनका लागि माग गरे ।

कारागारको शौचालयबाट निस्कने मलमूत्र खुला रूपमा छोड्दा वातावरण प्रदूषण हुँदै गएकाले तत्काल मलमूत्र व्यवस्थापनका लागि वैकल्पिक ऊर्जा (बायो ग्यास) प्लान्ट स्थापना गरी दीर्घकालीन रूपमा समस्या समाधान गर्न अधिकृत लामाले सुझाउँदै यसका लागि प्रदेश सरकारलाई सहयोग गर्न आग्रह गरे । यस्तै कारागारमा स्वास्थ्यकर्मीको दरबन्दी भए पनि लामो समयदेखि कर्मचारी नहुँदा कैदीबन्दीको उपचारमा समस्या हुँदै आएको छ। कारागारमा स्वास्थ्यका पाँचौँ र छैटौँ तहका कर्मचारीको दरबन्दी छ तर कर्मचारी नआउँदै औषधोपचारका लागि कारागारबाट २३ किलोमिटरको दूरीमा सदरमुकाम हेटौँडामा रहेको हेटौँडा अस्पतालमा कैदीबन्दीलाई पुऱ्याउनुपर्ने बाध्यता छ । उनले भने, "पहिले भएका कैदीबन्दीभन्दा अहिले सङ्ख्या बढेको छ तर बजेट भने घटेर आउँछ, नियमित खर्च धान्नसमेत धौ-धौ छ।" एक हजार १५० कैदीबन्दी क्षमता रहेको भीमफेदी कारागारमा ९८० पुरूष, २० महिला कैदीबन्दी र एक जना आश्रित नाबालक छन् ।

कारागारमा रहेकामध्ये ६२ जना विदेशी नागरिक छन् । गत दुई महिनाअघिबाट महिला कैदीबन्दी कारागारमा राख्न थालिएको हो । सवारीसाधन र इन्धनको समस्या उस्तै छ। अदालतमा बयान वा हाजिरका लागि हेटौँडासम्म पुऱ्याउन इन्धन र सवारीसाधनको समस्या खेप्दै आएको अधिकृत थिङले कारागार निरीक्षणमा पुगेका मन्त्री श्रेष्ठलाई सुनाए । कैदीबन्दीले खाना पकाउनेलगायतका काममा विद्युत् खपत गर्दै आएका छन् तर केन्द्रबाट विद्युत् खपत घटाउन र खर्च कटौती गर्न भन्दै आएको अधिकृत थिङले बताए ।

रैथाने बाली: मकवानपुरगढीले कोदो ब्रान्डिङ थाल्यो

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर जिल्लाको मकवानपुरगढी गाउँपालिकाले कोदो र कोदोको पिठो ब्रान्डिङ, लेबलिङ र प्याकेजिङको तयारी थालेको छ ।

मकवानपुरगढी गाउँपालिकाको १७ फागुनमा भएको गाउँ कार्यपालिका बैठकमा र अपाङ्ग तथा विपन्न कृषि सहकारी संस्थामा प्याकेजिङका विभिन्न तरिकाहरू नमूना प्रदर्शनी गरिएको छ । सो अवसरमा बाक्लो कागजको डिब्बा, पेपरको प्लाष्टिक कोटेड प्याकेट, कपडाको सुर्के थैली, प्लाष्टिकको प्याकेट, प्लाष्टिकमा साधारण स्टिकर राखिएकाहरू प्रदर्शनी गरिएको थियो ।

रैथाने बाली प्रवर्द्धनन कार्यक्रम अन्तर्गत मकवानपुरगढी गाउँपालिका कृषि विकास शाखाको सहयोगमा अपाङ तथा विपन्न कृषि सहकारी संस्था लिमिटेड मकवानपुरगढी ४, कालिखोला मार्फत बजारीकरण गर्ने गरि कालिखोला ब्रान्डको नाममा कोदोको दाना र पिठोको लेबलिङ र प्याकेजिङको तयारी भईरहेको पालिकाका कृषि विकास शाखा प्रमुख चन्द्रकान्त चौधरीले जानकारी दिए ।

ब्रान्डिङ, लेबलिङ र प्याकेजिङको कार्यमा स्टोरी साइकलले प्राविधिक सहयोग गरिरहेको छ ।

राक्सिराङले पालिकाको हाटबजारमै अनुदानको मल बाँड्यो

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको राक्सिराङ गाउँपालिकाले अनुदानको कोटामा प्राप्त रासायिनिक मल हाटबजारमार्फत वितरण गरेको छ । पहिलो लटमा प्राप्त २ सय २० बोरा युरिया मल हाटबजारमा लगेर बितरण गरिएको हो । गाउँपालिका अध्यक्ष राजकुमार मल्ल, उपाध्यक्ष बनस्तम थिङ, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत देवचन्द्र गर्तौलासहित कार्यपालिका सदस्यहरू सहभागी भएको हाट बजारमा किसानहरूलाई कुपन बितरण गरी मल वितरण गरिएको हो ।

मल बितरण कार्यक्रममा बोल्दै गाउँपालिका अध्यक्ष मल्लले कृषि उपज बढी भएको राक्सिराङ गाउँपालिकाका लागि अझै मलको कोटा बढाउनका लागि पहल गरिने बताए । उनले पहिलो लटमा २२० बोरा मल बितरण गरिएपनि दोस्रो लटमा ३ सय किसानको नागरिकताको फोटोकपी र आवश्यक डकुमेन्ट वितरण तयार गरिएको जानकारी दिए । राक्सिराङ ५ चैनपुरस्थित मनहरी खोला किनारमा हरेक महिनाका १ गते र १५ गते हाट बजार सञ्चालन हुन थालेको छ ।

फागुन १ गतेबाट हाटबजारको सुरूवात गरिएको हो । हाटबजारमा स्थानीय उत्पादनहरूको बिक्री वितरण र प्रवर्द्धन गर्ने कार्य भइरहेको छ ।

किसानको समस्या सुन्न टोल फ्रि नम्बर

◆ विकास संवाददाता

बागमती प्रदेश सरकारले किसानको गुनासो सुन्नको लागि पैसा नलाग्ने टोल फ्रि नम्बर सञ्चालनमा ल्याएको छ । प्रदेश सरकारको कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयले किसानसहित मन्त्रालयसँग सरोकार राख्नेहरूको समस्या सुन्नको लागि नि:शुल्क सेवाको रूपमा 'टोल फ्रि नम्बर' सञ्चालनमा ल्याएको हो ।

बागमती प्रदेशका कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्री केशवप्रसाद पोखरेलले नि:शुल्क टेलिफोन सेवाको सुरूवात गर्दै टोल फ्रि नम्बरले किसानहरूले सिधै मन्त्रालयसँग पहुँच राख्नसक्ने बताए । मन्त्री पोखरेलको अनुसार मन्त्रालयप्रति किसान वा सरोकारवालाले टोल फ्रि नम्बर १८१०५०००११ नम्बरमा नि:शुल्करूपमा फोन गरेर आफ्ना समस्या, गुनासोहरू टिपाउन सक्नेछन् । यो सेवा हाललाई कार्यालय समयमा मात्र हुने मन्त्रालयले जनाएको छ ।

फोनको चाप बढेको अवस्थामा समय पनि बढाउने मन्त्री पोखरेलको भनाइ रहेको छ । टोल फ्रि नम्बरले किसानको समस्या पहिचान हुने र प्राथमिकताको आधारमा उनीहरूको समस्यालाई समाधान गर्न मन्त्रालयले काम गर्ने उनले बताए ।

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
Thaha-1, Okharbazar, 9855068340/9802068340
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
- बिभिन्न डिजाइनका फ्रेमिङ
- फोटो स्टुडियो/पि.भि.सी. कार्ड
9855068340/9802068340

थाहानगरमा मिसन ग्रासरुट अभियान:

सरकारको नालायकीपनका कारण किसानले मल पाएनन्

◆ विकास संवाददाता

नेकपा (एमाले) का नेता तथा मकवानपुर २ बाट प्रतिनिधि सभामा निर्वाचित साँसद महेश बर्तौलाले सरकारको नालायकीपनको कारण किसानले मल पाउन नसकेको बताएकाछन् । सांसद वर्तौलाले आफ्नो क्षेत्रमा अहिले बाली लगाउने बेला भएको र किसानहरू अनुदानको मल समेत महंगोमा खरिद गर्न बाध्य भएको बताए ।

नेकपा (एमाले) को थाहानगरमा आयोजित, 'मिसन ग्रासरूट' अभियानमा बर्तौलाले आफु किसानका लागि मल माग्दै जिल्ला देखी संघिय मन्त्रालयसम्म "किसानलाई मल देउ सरकार" भनेर मन्दै हिडिरहेको स्पष्ट पारे । आफुले संघीय संसदमा पनि ०७९ माघ २९ गते सभामुख र सदन माफत मल मागेका स्मरण गरे । सांसद, बतौलाले आफुले चुनाव जितेर निर्वाचन आयोगबाट प्रमाणपत्र लिनासाथ मल माग्न कृषि सामाग्री कम्पनी तथा साल्ट ट्रेडिङ पुगेको बताए ।

नेकपा (एमाले) ले अहिले देशब्यापी "मिसन ग्रासरूट सञ्चालन गरिरहेको छ । थाहानगरमा यस मिसनमा एमाले केन्द्रिय कमिटी मार्फत खेम लोहनी खटिएकाछन् । पालुङ बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्थाको सभाहलमा भएको कार्यक्रममा एमाले थाहानगर अध्यक्ष अच्युतम प्रसाद ढकाल तथा पदाअधिकारीहरू र एमाले नेता तथा कार्यकर्ताहरूको सहभागिता रहेको थियो ।

थाहानगरका जनप्रतिनिधिहरुलाई संसदिय बैठक प्रणाली सम्बन्धि जेसिजले तालिम दिने

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको थाहा नगरपालिकामा क्रियाशील सामाजिक संस्था पालुङ जेसिजले वर्ष २०२३ को दोश्रो पुर्ण बोर्ड बैठकको निर्णय सार्वजनिक गरेको छ । पालुङ जेसिजले थाहानगरको शिखर कोटमा १५ फागुनमा पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गर्दै १३ फागुनमा भएको बैठकले गरेको निर्णय सार्वजनिक गरेको हो ।

पालुङ जेसिज बर्ष २०२३ का कार्यक्रम संयोजक मानसिं दोङको संयोजक तथा बर्ष २०२३ का शाखा अध्यक्ष संगम कार्कीको सभाध्यक्षतामा भएको पत्रकार सम्मेलनमा अध्यक्ष संगम कार्कीले नेपाल जेसिज बर्ष २०२३ को प्रकरण र पालुङ जेसिज बर्ष २०२३ को प्रकरण तीन ुसु मा रहेर वर्ष २०२३ मा गरिने विभिन्न कार्यक्रमको कार्यतालिका सार्वजनिक गरे ।

अध्यक्ष कार्कीले दोश्रो बैठकले रोवर्ट रूल्स अफ अडर अनुसार थाहा नगरपालिकासंग सहकार्य र समन्वय गरेर नगरका जनप्रतिनिधिहरूलाई संसदिय बैठक प्रणाली सम्बन्धि तालिम दिने र त्यसका लागि आवश्यक प्रशिक्षकको व्यवस्था मिलाउने, तथा पालुङ जेसिज बर्ष २०२२ मा रहेका १०३ जना सदस्यको सदस्यता नविकरण तथा बर्ष २०२३ का कार्यसमितिबाट एक सदस्य एक नयाँ सदस्यको रूपमा सिफारिस गर्न १८ देखि ४० बर्ष उम्मेरका युवा हरूलाइ नयाँ सदस्य बन्न आव्हान गर्ने र प्री इन्डक्सन तालिम लिएकालाई विशेष प्राथमिकता दिइएको पत्रकार सम्मेलनमा जानकारी गराइएको थियो ।

अध्यक्ष कार्कीले १७ र १८ मा ऋषेश्वर महादेव मन्दिर परिसरमा आयोजना हुन लागेको विश्वशान्ती पुजामा स्वयंसेवकको भुमिका निर्वाह गर्ने तथा नजिकिँदै गरेको चाड होली पर्वमा होली मिलन तथा शुभकामना आदानप्रदान कार्यक्रम गर्ने निर्णय गरिएको जानकारी गराए । पत्रकार सम्मेलनमा पालुङ जेसिजका वर्ष २०२३ का कार्यकारिणी उपाध्यक्ष दिपा बल अखिल नेपाल शिक्षक संगठनको बागमती प्रदेश सदस्य निर्वाचित भएको र जेसिज बर्ष २०२१ का शाखा अध्यक्ष नवराज लामा नेपाल जेसिज बर्ष २०२३ का लागि नेपाल जेसिज क्षेत्र ख इभेन्ट म्यानेजमेन्ट कमिटी मेम्बरमा मनोनित भएकोमा बधाई तथा शुभकामना दिएको बताएको छ ।

दोश्रो बैठकले विभिन्न प्रतिवेदनहरू पनि पारित गरेको पनि पत्रकार सम्मेलन मार्फत अध्यक्ष कार्कीले जानकारी गराए । पत्रकार सम्मेलनमा पालुङ जेसिज बर्ष २०२० का शाखा अध्यक्ष तथा २०२३ का प्रमुख बोर्ड सल्लाहकार मनोज रायमाझी, पुर्व अध्यक्ष नवराज लामा, पत्रकारहरू, पालुङ जेसिज वर्ष २०२३ का बोर्ड सदस्यहरूको समेत उपस्थिति रहेको थियो ।

थाहानगरको ९ र १० नम्बर वडाका किसानलाई तालिम

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ९ मा व्यवसायिक कृषकहरूका लागि माटो तथा तरकारी व्यवस्थापन सम्बन्धि दुईदिने तालिम दिइएको छ ।

मदनभण्डारी विश्वविद्यालयको सहयोगमा भएको तालिम स्वच्छन्द साना किसान कृषि सहकारी संस्थाले आयोजना गरेको तालिम थाहानगरको ९ नम्बर वडा कार्यालयको सभाहलमा भएको हो । १५ र १६ फागुनमा भएको तालिममा थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ९ र १० का ५० जनाभन्दा बढि व्यवसायिक कृषकहरूको सहभागिता रहेको कृषि प्राविधिक कमला सुवेदीले जानकारी दिइन् । तालिमका सहभागीहरूलाई नार्कका डाक्टर सुरेन्द्रलाल श्रेष्ठ, मदनभण्डारी विश्वविद्यालय चित्लाङका डाक्टर अनुपम श्रेष्ठ, भुषण श्रेष्ठ, डाक्टर

सर्बेशदास डंगोल, डाक्टर रामेश्वर राइले तालिम दिएका थिए ।

स्वच्छन्द साना किसान कृषि सहकारीकी उपाध्यक्ष संगिता भुजेलको अध्यक्षतामा भएको तालिम समापन कार्यक्रममा वडा नम्बर ९ का वडा अध्यक्ष राजकुमार बलामी, सहकारीकी व्यवस्थापक शुक्ला गोपाली, वडा नम्बर ९ र १० की कृषि प्राविधिक कमला सुवेदी, स्थानीय किसानहरू, वडा कार्यालय र सहकारीका कर्मचारीहरूको समेत उपस्थिती रहेको थियो ।

झम्केश्वरी माविका 'हेडसर'को राजिनामा

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिका वडा नम्बर १ मा रहेको झम्केश्वरी माध्यमिक विद्यालयका प्रधानाध्यापक (हेडसर) उद्धव प्रसाद आचार्यले राजिनामा दिएका छन् । आचार्यले १७ फागुनबाट लागू हुने गरी राजिनामा दिएका छन् । उनको राजिनामा सामाजिक सञ्जाल सञ्चार माध्यममा सार्वजनिक भएका छन् ।

विद्यालय व्यवस्थापन समितीले अन्यत्र विद्यालयबाट सरूवा गराइ शिक्षक ल्याएर प्रधानाध्यापक बनाएकोमा उनले असन्तुष्टि पोखेका छन् । हालै थाहानगरको जनकल्याण माविबाट शिक्षक गणेशमान श्रेष्ठ सरूवा भई झम्केश्वर गएका छन् । श्रेष्ठलाई प्रधानाध्यापक बनाइएको तर्फ आचार्यले संकेत गरेका छन् । श्रेष्ठ १४ फागुनमा झम्केश्वरीमा हाजिर भएका हुन् ।

थाहानगरमा स्थानीय कराते महासंघ गठन, अध्यक्षमा बलामी

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर थाहा नगरपालिकामा स्थानीय कराते महासंघ गठन गरिएको छ । शिखरकोटको शंकर होटलमा १९ फागुनमा भएको भेलाले कराते खेलाडी रोशन बलामीको अध्यक्षतामा १३ सदस्यीय थाहा नगरपालिका कराते महासंघको गठन गरिएको हो ।

नवगठित समितिको उपाध्यक्षमा किरण कुमार बलामी, सचिब सम्राट बलामी, कोषाध्यक्ष मानसिं दोङ र सदस्यहरूमा इनेश बलामी, सुशील रूम्बा, मल्लिका खत्री, प्रमिला थोकर, विनिता खत्री, गौरव थापा मगर, सुमित स्याङ्तान, आर्जन भक्त श्रेष्ठ र मेचिना स्याङ्तान रहेका छन् । कराते खेलाडी मानसिं दोङको अध्यक्षतामा भएको भेलामा थाहानगर खेलकुद विकास समिती संयोजक टिकाराम स्याङ्तानको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो ।

भेलाले जिल्ला कराते महासंघको लागि प्रतिनिधि समेत चयन गरेको छ । जिल्ला महासंघमा रोशन बलामी, मानसिं दोङ, सम्राट बलामी र किरण कुमार बलामीलाई प्रतिनिधि तोकिएको कोषाध्यक्ष दोङले जानकारी दिए ।

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 ।

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
विकास खबरपत्रिका साप्ताहिक www.bikaskhabar.com
कार्यालयः थाहा-८ सम्पर्क नं. ९८०७५५३३००
२०७९ फागुन २२ गते सोमबार, 06 March, 2023, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५५/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

अन्तरपालिका फुटबल प्रतियोगिता चैतको पहिलो साता

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुर जिल्ला खेलकुद विकास समितिको आयोजनामा आगामी चैत पहिलो सातादेखि अन्तरपालिका जिल्लास्तरीय फुटबल प्रतियोगिता हुने भएको छ ।

दोस्रो संस्करणको प्रतियोगिताका लागि जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरले ७ लाख रूपैयाँ बजेट उपलब्ध गराएको छ । चैत ११ गतेसम्म हुने प्रतियोगिताको विजेता नगद २ लाख रूपैयाँसहित ट्रफी प्राप्त गर्नेछ । यस्तै उपविजेताले नगद १ लाख रूपैयाँ प्राप्त गर्नेछ । प्रतियोगिताको उत्कृष्ट खेलाडीले नगद १० हजार रूपैयाँ प्राप्त गर्ने मकवानपुर जिल्ला खेलकुद विकास समितिका कार्यालय प्रमुख माधव कोइरालाले जानकारी दिए । प्रतियोगितामा सहभागी हुने टिमको सदस्य खेलाडी सोही पालिकाको स्थायी बासिन्दा हुनुपर्नेछ ।

कैलाशबासीले गाउँमै पाउने भए 'आँखा उपचार सुविधा

◆ विकास संवाददाता

कैलाश गाउँपालिकामा सामुदायिक आँखा केन्द्र संचालनमा आउनेभएपछि स्थानिय नागरिकले आफ्नै गाउँबाट आँखा उपचार सुविधा पाउने भएका छन् । मकवानपुरको विकट कैलाश गाउँपालिकाको कालिकाटारमा आँखा केन्द्र सञ्चालन गर्नेसम्बन्धी ११ फागुनमा तिलगंगाा आँखा प्रतिष्ठान र गाउँपालिकाबिच सम्झौता पत्रमा हस्ताक्षर भएपछि यस्तो सुविधाको सुनिश्चितता भएको हो । तिलगंगा आँखा प्रतिष्ठान हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालका व्यवस्थापक सुधिर श्रेष्ठ र कैलाश गाउँपालिकाका अध्यक्ष लोकबहादुर मुक्तानले सम्झौता पत्रमा हस्ताक्षर गरेका थिए ।

आउँदो चैतको अन्तिम सातादेखि सामुदायिक आँखा केन्द्र सञ्चालनमा आउने गाउँपालिकाका अध्यक्ष लोकबहादुर मुक्तानले बताए । 'अहिलेसम्म कैलाशमा आँखा सम्बन्धी उपचार गर्ने स्वास्थ्य केन्द्र नभएको अवस्थामा सामुदायिक आँखा केन्द्रको स्थापना पछि कैलाशका स्थानीयका साथै राक्सिराङ गाउँपालिकाका नागरिकले समेत सेवा प्राप्त गर्दछन् ।' उनले भने-'अहिले पालिका भवनसँगै निर्माण भैरहेको अस्पतालको निर्माण कार्य सकिएपछि आँखा केन्द्रलाई सोहि अस्पतालबाट सञ्चालनमा ल्याइने छ ।'

सम्झौता अनुसार केन्द्रलाई आवश्यक पर्ने मेडिकल उपकरण प्रतिष्ठानले उपलब्ध गराउने हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालका व्यवस्थापक श्रेष्ठले जानकारी दिए । केन्द्रमा सम्पुर्ण किसिमको आँखा जाँच र चस्मा जाँच हुने गाउँपालिका अध्यक्ष मुक्तानले बताए । कैलाश-३ कालिकाटारमा रहने आँखा केन्द्रमा १ जना नेत्र सहायकसहित ३ जना कर्मचारी रहने उनले बताए । चैत अन्तिम साता कालिकाटारमा बृहत आँखा शिविर गरेर केन्द्रको उद्घाटन गर्ने तयारी रहेको उनको भनाई छ ।

थाहा नगरपालिका

सार्वजनिक यातायातलाई व्यवस्थित गरौं !

- सार्वजनिक यातायातका साधनमा यात्रा गर्दा सामाजिक मर्यादा र शिष्टाचारको पालना गरौं ।
- यात्रु, चालक र सहचालकको एक-आपसमा मर्यादित र शिष्ट व्यवहार गरौं ।
- सार्वजनिक यातायातका साधनमा हानी नोक्सानी नपुऱ्याऔं ।
- सवारी साधनमा भाडादर देखिने गरी टाँसी तोकिएको भाडादर मात्र लिने दिने गरौं ।
- सार्वजनिक यातायात सञ्चालनको समय तालिका सार्वजनिक गरी त्यसको पालना गरौं ।
- तोकिएको स्थानमा मात्र यात्रुले उकल्ने र ओराल्ने गरौं ।
- आरक्षित सिटमा सम्बन्धित यात्रुलाई नै प्राथमिकता दिऔं ।
- ट्राफिक नियमको पालना गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

गर्मी मौसममा सरुवा रोगबाट बच्ने विशेष सन्देश

गर्मी मौसम सुरु भएको छ । स्वास्थ्यमा थोरै पनि हेलचेक्र्याइँ गर्दा विभिन्न किसिमका सरुवा लाग्न सक्ने सम्भावना उच्च हुन्छ । झाडापखाला, टाइफाइड, जन्डिसजस्ता सरुवा रोगबाट बच्न सरसफाइमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ ।

- सरुवा रोग लाग्नबाट बच्न दूषित पानी र फोहोर खानपान नगर्ने ।
- साबुनपानीले हात धोएर मात्र खानेकुरा खाने बानी गर्नुपर्छ ।
- सँधै उमालेको शुद्ध पानी मात्र पिउने गर्नुपर्छ । बासी खानेकुरा खानुहुँदैन ।
- घर बाहिरबाट आएपछि र शौचालय गएपछि साबुनपानीले राम्ररी हातखुट्टा धुने बानी बसाल्नुपर्छ ।
- बाटोछेउमा अव्यवस्थित रुपमा बनाइएका खाना खानुहुँदैन ।
- फोहोर र झिँगा भन्केका खानेकुरा खानाले चाँडै रोगको संक्रमण गराउँछ ।
- काँचो मासु र राम्ररी नपाकेको खानेकुरा खान हुँदैन । खानेकुरालाई राम्ररी छोपेर राख्नुपर्छ ।
- फलफूललाई सफा पानीले पखालेर मात्र खाने गर्नुपर्छ । सकेसम्म ताजा खाना खाने गर्नुपर्छ ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

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