थाहाको वितिय प्रगती ८०.५९ प्रतिशत । पृष्ठ ५ मा

विकास खबरपत्रिका राष्ट्रिय साप्ताहिक

कार्यालय:
थाहा नगरपालिका-४
मकवानपुर
सम्पर्क नं.
९८०७१५३३००
इमेल:
bikaskhabar@gmail.com

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त

विकास

www.bikaskhabar.com
खबरपत्रिका साप्ताहिक

● मकवानपुर, वर्ष-१५, अंक-५२ ● २०८० असार २५ गते सोमबार, ● 10 July, 2023, ● नेपाल सम्वत्-११४३, ● पृष्ठ-६, ● मूल्य रु. १०/-

दुग्ध कसानलाई उत्पादनमा अनुदान, २ सय ९९ सय किसान लाभान्वित

◆ विकास संवाददाता

थाहा नगरपालिकाले दुग्ध उत्पादक किसानलाई अनुदान वितरण गरेको छ । नगरपालिकाले नगरभित्र रहेका दुग्ध उत्पादक किसानलाई उत्पादनका आधारमा अनुदान रकम प्रदान गरेको हो । किसानलाई पालिकाले प्रतिलिटर डेढ रूपैयाँका दरले गाईको दुधमा र भैंसी पकेट क्षेत्रमा २ रूपैयाँ ५० पैसाको दरले अनुदान उपलब्ध गराएको थाहा नगरपालिका पशु विकास शाखाका प्रमुख राघवेन्द्र मिश्रले बताए ।

चालु आर्थिक वर्ष २०७९/२०८० मा पालिकाभित्रका तीन डेरी र एक सहकारीमार्फत किसानलाई अनुदान वितरण गरेको पशु विकास शाखाले जनाएको छ । यस वर्ष थाहा नगर पालिका वडा नम्बर १२ को सुन्तलाबारी कृषि सहकारीमार्फत् २८ किसानको संकलित भैंसीको सत्ताइस हजार उनान्साठ्ठी लिटर दूधका लागि दुई रूपैयाँ पचास पैसाको दरले ६६ हजार ६ सय तेत्तीस रूपैयाँ, थाहा ६ बज्रवाराहीमा अवस्थित नन्दिकेशरी डेरी मार्फत ८५ जना किसानको १ लाख ३ हजार ४ सय ५८ लिटर दुधका लागि १ लाख ७८ हजार ३ सय ३६ रूपैयाँ त्यसैगरी देव दर्शन निष्ठा डेरी थाहानगरको शिखरकोटको १ सय ५३ जना किसानको २ लाख २६ हजार ४ सय ९२ लिटर दुधको लागि ३ लाख ९० हजार ४ सय १७ रूपैयाँ र थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ३ घर्तिखोलामा रहेको नवदुर्गा ट्रेडसको ३३ जना किसानको ९१ हजार ६३ लिटर दुधको लागि १ लाख ५६ हजार ९ सय ७९ रूपैयाँ अनुदान उपलब्ध गराएको थाहा नगरपालिकाका पशु प्राविधिक रूपेश कुमार मिश्रले बताए ।

पशु प्राविधिक मिश्रका अनुसार डेरी विकास, दुग्ध उत्पादनमा थाहाका तीन उत्कृष्ट किसानहरूलाई प्रोत्साहन सहित सम्मानित गरिएको छ । सम्मानित हुने किसानहरूमा थाहा २ का माधव कार्की, थाहा १२ का भिम बहादुर गोले र थाहा ६ का पार्वती ढुंगाना रहेका छन । सो अवसरमा थाहा १ को लामिछाने गाई तथा कृषि फार्म, थाहा २ को डाँडाघरे बा को कृषि तथा पशुपंछी फार्म, थाहा ३ को मंजिल कृषि तथा पशुपंछी फार्म र थाहा ६ को पिपि कृषि तथा पशुपालन फार्म पनि सम्मानित भएका छन् । किसान मार्फत दूध संकलन गर्ने चार वटा डेरीलाइ पनि प्रोत्साहन बापत सम्मान गरिएको पशु शाखाले जनाएको छ ।

थाहा नगरपालिकाले चार वर्षदेखि किसानलाई दूधमा अनुदान प्रदान गर्दै आएको छ । नगरप्रमुख विष्णु बिष्टले अनुदानबाट किसानलाई उत्पादनमा जोड दिन मद्दत पुग्ने बताए । किसानलाई उत्पादन लागत घटाउन, थप अनुदान, आवश्यक सहयोगसहित बजारीकरण सहज बनाउन आवश्यक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने नगरपालिकाको योजना छ । 'दूधको लागि दुहुनो गाई भैंसी पकेट क्षेत्र समेत बिस्तार गर्ने नगरको नीति तथा कार्यक्रममा समेत समेटेका छौं, नगरप्रमुख विष्टले भने । चालु आर्थिक वर्षमा उत्पादनका आधारमा दूधमा उपलब्ध गराएको अनुदानबाट २ सय ९९ सय किसान लाभान्वित भएका छन् ।

'पालुङ-आग्रा' ट्रेकिङ यात्राको कथा

विकास संवाददाता
थाहानगर

'ह्याप्पी हाइकर' टिमलाई थाहानगरका फोटो पत्रकार गणेश विष्टले खिचेको फोटोले ध्यान तान्यो । मुख्यत: पछिल्लो समय चर्चामा रहेको आग्राको उनीउ चौरले मोहित तुल्यायो । टिम लिडर फुयाँलले विष्टलाई फेसबुकै पछ्याइहाले । फुयाँलको रिक्वेस्ट विष्टलाई आयो, फेसबुकमा साथी भने र यहाँको विषयमा कुराकानी हुन थाल्यो । तर, थाहानगरको आग्रामा रहेको उनीउ चौरसम्मको ट्रेकिङ रुट कम्प्लिट थिएन । बरु, यसको शुरुवात आवश्यक थियो ।

◆

राजाराम फुँयाल नयाँ पदयात्री होइनन् । उनी हप्तैपिच्छे एक्लै भएपनि पदयात्रामा रमाउने व्यक्ति हुन् । पेशाले उनी प्रेसका संचालक हुन । तर, उनमा व्यवसायिकतासंगै पदयात्रामा असाध्यै रमाउने व्यक्ति हुन् । उनको 'ह्याप्पी हाइकर' नामको टिम नै छ । यहि टिममा करिब ४० जनाजती छन् । टिमको नेतृत्व भने उनै पदयात्री फुयाँलले गर्दछन् ।

फुयाँलको टिम व्यवसायिक नभई प्रवर्द्धनात्मक हो । नयाँ ठाउँ (ट्रेकिङ रूटहरू) सार्वजनिक गर्ने र प्रवर्द्धन गर्ने यो टिमको उद्देश्य हो । टिममा खर्च भएको कुललाई घुम्न जाने व्यक्तिले दामासायी भागमा पर्ने पैसा तिर्छन् र, घुम्छन् । यो पारदर्शिताको नमुना पनि हो । अघिल्लो साताको शनिबार १६ असारमा 'ह्याप्पी हाइकर' टिम थाहानगरको टिष्टुङ आएको थियो । त्यहाँको नर्बे ढुङ्गा, खुकरी पार्क, मुस्कान झरना, मुलाबारी चौर (प्रस्तावित राष्ट्रिय विभूति पार्क) लगायतको क्षेत्र उनीहरूले घुमेका थिए । यो घुमफिरको दृश्य थाहानगरका फोटो पत्रकार गणेश विष्टले नियाली रहेका थिए । विष्ट थाहाका पर्यटन प्रवर्द्धनका लागि योगदान दिने व्यक्ति हुन् । उनी पर्यटकीय क्षेत्रको फोटो

खिच्छन्, समाजिक सञ्जाल र सञ्चार माध्यममा प्रेषित गर्छन् ।

'ह्याप्पी हाइकर' टिमलाई थाहानगरका फोटो पत्रकार गणेश विष्टले खिचेको फोटोले ध्यान तान्यो । मुख्यतः पछिल्लो समय चर्चामा रहेको आग्राको उनीउ चौरले मोहित तुल्यायो । टिम लिडर फुयाँलले विष्टलाई फेसबुकै पछ्याइहाले । फुयाँलको रिक्वेस्ट विष्टलाई आयो, फेसबुकमा साथी भने र यहाँको विषयमा कुराकानी हुन थाल्यो । तर, थाहानगरको आग्रामा रहेको उनीउ चौर सम्मको ट्रेकिङ रूट 'कम्प्लिट' थिएन । बरू, यसको शुरूवात आवश्यक थियो । यहि कुरालाई लिएर पालुङका होमस्टे व्यवसायी माधव कार्की, यादवजंग रायमाझी र अरू केही उनका साथीहरूसंग हाइकिङ रूट बनाउनमा विष्टले छलफल चलाए । औपचारिक अनौपचारिक छलफल पश्चात् रूटको ड्राफ्ट तयार गरे । उनका साथीहरूले प्राविधिक सहयोग पनि गरे । विष्ट र कार्कीको 'कन्सेप्ट'लाई साथीहरूले खुलेर सघाए । नाम राखियो–'पालुङ–आग्रा ट्रेकिङ रूट ।' यो कुरा विष्टले बारम्बार फुयाँललाई अपडेट दिइरहेका थिए । २३ असारमा 'ह्याप्पी हाइकर' टिम आउने पक्का भयो । अतिथीहरूलाई स्वागत गर्न सरकारी तथा गैरसरकारी संघसंस्थाहरू एकमत भए । सबैले आ–आफ्नो ढंगले प्रचार गरे । सबैको उद्देश्य एउटै थियो– 'थाहाको पर्यटन प्रवर्द्धन गर्ने, २३ असारमा हुने 'पालुङ–आग्रा ट्रेकिङ' सफल पार्दै ट्रेकिङ रूटलाई प्रचार गर्ने ।

'ह्याप्पी हाइकर' टिम थाहानगरको शिखरकोट आउने वित्तिकै जनप्रतिनीधि र स्थानीयले स्वागत गरे । ट्रेकिङ रूटको शुरू बिन्दु नै शिखरकोट विकास घर स्थित रूपचन्द्र विष्टको शालिक भएकोले पनि अथितीहरूलाई यहीँ टिका लगाएर स्वागत गरिएको थियो । अतिथीहरूलाई थाहा नगरपालिकाका ३ नम्बर वडाध्यक्ष हिरेन्द्र कुमार रायमाझी तथा अन्य

बाँकी पेज ५ मा

• सम्पादकीय •

विकासे काममा असारे लत

अघिल्ला वर्षहरुमा जस्तै चालू आर्थिक वर्षमा पनि असारे विकासको बाढी आइरहेका छन् । असार मसान्तसम्म केही पनि खर्च नगर्ने र असारको अन्तिम दिनतिर भकाभक खर्च गर्ने प्रवृत्ति यस वर्ष पनि दोहोरिएको छ । चालू आर्थिक वर्षको बजेटको लक्ष्यमा संशोधन गर्दै अंक घटाइएको छ । एकपटक माघमा र अर्कोपटक जेठमा लक्ष्य घटाउँदा पनि यता करिब चार खर्ब रूपैयाँ बराबरको बजेट खर्च हुन सकेको छैन । विकास निर्माणका नाममा विनियोजन भएको रकमबाट असारमा दिनका दिन अर्बका अर्ब खर्च गरिएका विवरण आइरहेका छन् । असारको यस्तो खर्च दुरुपयोग भएको वा हुने सम्भावना बढी रहेको भनेर महालेखाले प्रत्येक वर्ष त्यसलाई रोक्न सुझाव दिँदै आए पनि त्यसको सुनुवाइ भएको छैन । यस्तो खर्चमा पहिले पनि यस्तै हुन्थ्यो र अहिले पनि त्यस्तै भइरहेको छ । अर्थात् बेथितिलाई सुधार्न खोजिएको छैन । चालू आर्थिक वर्षका लागि सरकारले १७ खर्ब ८३ अर्ब ७३ करोड ६३ लाख रूपैयाँको बजेट ल्याएको छ । तर खर्च भने वर्ष सकिन एक हप्ता मात्रै बाँकी रहेको बेला १३ खर्बको हाराहारीमा पहिलो विकास खर्च देखाउन असार मसान्तको सेरोफेरोमा मात्रै अत्यधिक खर्च गरिन्थ्यो । तर अब त साधारण खर्च पनि यसभित्र पर्ने सम्भावना देखिन थालको छ ।

अबको चार दिनमा करिब चार खर्ब बजेट खर्च भएमा मात्रै खर्चले लक्ष्य भेट्ने छ । महालेखा नियन्त्रक कार्यालयको तथ्याङ्कअनुसार असार तेस्रो हप्तासम्म आइपुग्दा यस्तो खर्च १३ खर्ब नाघेको देखियो । यो भनेको असार लागेपछि मात्रै एक खर्ब २५ अर्ब सात करोड रकम विभिन्न शीर्षकमा खर्च भएको देखियो । खासगरी विकास निर्माणमा यस्तो भुक्तानीले विकास निर्माणको गुणस्तरमा नै प्रश्न खडा गर्नेगरेको भन्दै महालेखा परीक्षकका प्रत्येक वार्षिक प्रतिवेदनमा लेखिँदै आएको पाइन्छ । त्यही सन्दर्भमा महालेखाले विनियोजनको ठूलो अंश असारमा भुक्तानी हुने प्रवृत्तिलाई तत्काल रोक्नुपर्ने सुझाव पनि दिने गरेको देखिन्छ । तर त्यसको विपरीत चालू वर्ष मात्रै पुँजीगत खर्च दैनिक एक प्रतिशत विन्दुले बढिरहेको छ । यसले विकासमा कामभन्दा खर्च देखाउने वा जसरी भए पनि रकम खर्च गरेर सिध्याउने परम्पराको निरन्तरता यो वर्ष पनि कायम नै रह्यो । यही कुरालाई महालेखाले आपत्ति जनाउँदै आएको हो ।महालेखा नियन्त्रक कार्यालयका अनुसार असार १७ गते पुँजीगत खर्च वार्षिक लक्ष्यको ४४ दशमलव ३४ प्रतिशतमा देखियो । त्यसको पाँच दिनपछि खर्च ४७ दशमलव ४४ प्रतिशतमा पुग्यो । खर्चको यो विवरणअनुसार जेठ मसान्तसम्ममा ४० प्रतिशत रहेको पुँजीगत खर्च असारको यो दिनसम्म आइपुग्दा एकैपटक सात प्रतिशतले बढेको देखिनु आफैँमा शंकास्पद नै हो । यो प्रवृत्तिले कागजी विकास त देखाउँछ नै साथै भ्रष्टाचारको पनि संस्थागत विकास गराउँछ । कतिपय समाचारहरू त्यसका साक्षी बनिरहेका पाइन्छ । जस्तो काटिएका चेकको भुक्तानी हुन ढिलो भइरहेको घटनाका पृष्ठभूमिमा ती चेक हाकिमका हातमा रहेका कारण भनी प्रष्टीकरण आउने गरेका छन् ।

महालेखाले आफ्नो प्रतिवेदनमा पनि यस्तो संकेत गरेको पाइन्छ । तर यसमा सुधार गर्न भने कहिल्यै चाहिएन । असारे विकासका नामबाट चिनिने यस्तो काम जुनसुकै असारमा कायम रहनु त्यसको उदाहरण हो । अपेक्षा हो अर्को वर्ष यस्तो नहोस, योजना तालिका बनाएर समयमै काम सम्पन्न हवस ।

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 हेटौंडा (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

विकासमा सामाजिक न्यायको आवश्यकता

◆ गम्भीरबहादुर हाडा

सामाजिक न्यायका दृष्टिले न्यायोचितता भन्नाले सकारात्मक विभेद गर्ने व्यवहारलाई जनाउँछ । न्यायोचितताको सवाललाई रावल्स् भन्ने सिद्धान्तकारले व्याख्या गरेका छन् र उनको भनाइअनुसार न्यायोचितताभित्र निष्पक्ष स्रोत वितरण, मानव अधिकार र अवसर वितरण पर्छन्, जसलाई सामाजिक, आर्थिक तथा राजनीतिक प्रणालीहरूले प्रभाव पारिरहेका हुन्छन् । अर्को अर्थमा भन्नुपर्दा विकास प्रक्रियाले जसलाई सबैभन्दा असर पुऱ्याउँछ उसैको निर्णय गर्ने प्रक्रियामा पहुँच तथा नियन्त्रण भयो भने त्यसलाई सामाजिक न्याय भन्न सकिन्छ ।

सामाजिक न्याय भन्नाले न्यायपूर्ण समाज निर्माण तथा सामाजिक समानता कायम गराउने सशक्त लोकतान्त्रिक अवधारणालाई बुझाउँछ । सामाजिक समानता भन्नाले समाजमा समानहरूबीच समान र असमानहरूबीच असमान गरी गरिने व्यवहार बुझिन्छ । सामाजिक न्यायले समानतामा पार्ने प्रभावहरूमा (क) सबैको पहुँच, पहिचान तथा मर्यादा र स्थापित हुने हुँदा समानता हासिल गर्न सहज हुन्छ । (ख) मानव अधिकारको पालना हुने भएकाले समानता कायम गर्न सहयोग पुग्छ । (ग) कमजोर वर्गको उत्थान र संरक्षण हुने हुँदा समान प्राप्तिमा योगदान पुग्छ । (घ) अधिकार र न्याय स्थापित हुने हुँदा समानताको अवसर उपलब्ध हुन्छ । (ङ) वर्गीय असमानता न्यून हुने हुँदा समानता प्राप्त गर्न मद्दत पुग्छ ।

सबै प्रकारका शोषण, अन्याय र विभेद अन्त्य गरी न्याय र नैतिकतामा आधारित स्वच्छ समाज स्थापित गर्नु हो । नेपालमा विगत ५० वर्षदेखि सामाजिक परिवर्तनले तीव्रता लिएको छ । तापनि सामाजिक कल्याणको क्षेत्रमा जति प्रगति हुनुपर्ने हो त्यति हुन सकिरहेको छैन । यतिसम्म चाहिँ के भन्न सकिन्छ भने नेपालमा योजनाबद्ध परिवर्तनको क्रममा ग्रामीण पुनर्निर्माण, श्रम कल्याण, दलित जातिहरूको उत्थान, जनजाति एवं महिलाहरूको स्थितिमा सुधार गर्ने हेतुले केही कार्य निःसन्देह गरिएका छन्, तर योजनाहरूको प्रगति भने राखिएको लक्ष्यअनुसार भएको छैन ।

योजनाबद्ध परिवर्तनको अधिकांश लाभ साधारणतया ती मानिसहरूले पाएका छन् जो पहिलेदेखि नै सम्पन्न थिए । विभिन्न समाजशास्त्रीय अध्ययनहरूबाट के स्पष्ट भएको छ भने योजनाबद्ध परिवर्तनले विभिन्न क्षेत्रमा इच्छित सफलता प्राप्त गर्न सकेको छैन । यसका केही मौलिक कारणहरू छन्, जुन यस प्रकार छन् : (क) अशिक्षा, (ख) लक्ष्य र साधनमा असन्तुलन, (ग) व्यावहारिक पक्षमा कम ध्यान, (घ) प्रशासनको अकुशलता र स्वार्थपरकता, (ङ) गुटबन्दी र दरबन्दी, (च) मानवीय तथा सांस्कृतिक कारकहरूको उपेक्षा, (छ) रूढी एवं अन्धविश्वास, (ज) राष्ट्रिय चरित्रको अभाव, (झ) विश्वासिलो तथ्या[illegible]को अभाव, (ञ) समाज वैज्ञानिक र प्रशासकबीच सहयोगको अभाव, (ट) साधारण जनतामा उत्साह एवं सहयोगको अभाव ।

नेपालमा योजनाबद्ध परिवर्तनलाई सफल पार्नका लागि उपयुक्त सीमा वा बाधाहरू हटाउन र समाज वैज्ञानिकहरूलाई सक्रिय सहयोग जुटाइदिन आवश्यक छ । प्रत्येक समाज सधैं स्थिर, संगठित, एकीकृत, सन्तुलित एवं समतुल्य अवस्थामा राख्नका लागि त्यसका अंग अथवा संरचनाका तत्वहरू क्रियाशील रहन्छन् । यसरी सामाजिक व्यवस्थालाई स्थिर राख्नका लागि संरचनात्मक तत्त्वहरूको प्रकार्यात्मक सम्बन्धको निकै महत्त्वपूर्ण भूमिका रहन्छ । मानव पनि सामाजिक एवं सांस्कृतिक व्यवस्थाको एक एकाइ हो । परिवर्तन शब्दले कुनै तथ्य, वस्तु वा संरचनामा आउने फेरबदललाई संकेत गर्छ । संसारका सबैजसो भौतिक एवं अभौतिक वस्तुहरू परिवर्तनशील छन् ।

त्यसैले समाज र संस्कृति पनि निरन्तर रूपमा समय, परिस्थिति, आवश्यकता र मानव विकाससँगै परिवर्तन भइरहेको छ । नेपालको संविधान, २०७२ को धारा २४. छुवाछूत तथा भेदभाव विरूद्धको हक : (१) कुनै पनि व्यक्तिलाई निजको उत्पत्ति, जात, जाति, समुदाय, पेसा, व्यवसाय वा शारीरिक अवस्थाका आधारमा कुनै पनि निजी तथा सार्वजनिक स्थानमा कुनै प्रकारको छुवाछूत वा भेदभाव गरिनेछैन । (२) कुनै वस्तु, सेवा वा सुविधा उत्पादन वा वितरण गर्दा त्यस्तो वस्तु, सेवा वा सुविधा कुनै खास जात वा जातिको व्यक्तिलाई खरिद वा प्राप्त गर्नबाट रोक लगाइने वा त्यस्तो वस्तु, सेवा वा सुविधा कुनै खास जात वा जातिको व्यक्तिलाई मात्र बिक्री-वितरण वा प्रदान गरिनेछैन ।

(३) उत्पत्ति, जात, जाति वा शारीरिक अवस्थाको आधारमा कुनै व्यक्ति वा समुदायलाई उच्च वा नीच दर्साउने, जात, जाति वा छुवाछूतका आधारमा सामाजिक भेदभावलाई न्यायोचित ठान्ने वा छुवाछूत तथा जातीय उच्चता वा घृणामा आधारित विचारको प्रचारप्रसार गर्न वा जातीय विभेदलाई कुनै पनि किसिमले प्रोत्साहन गर्न पाइनेछैन । (४) जातीय आधारमा छुवाछूत गरी वा नगरी कार्यस्थलमा कुनै प्रकारको भेदभाव गर्न पाइनेछैन । समावेशी लोकतन्त्र बहुजातीय र बहुसांस्कृतिक देशका लागि उपयुक्त मानिन्छ । फ्रेन्च क्रान्तिले वकालत गरेको व्यक्तिका लागि स्वतन्त्रता, समानता र भ्रातृत्वको नारालाई समावेशी लोकतन्त्रले समुदायका लागिसमेत विस्तारित गरेको छ ।

संयुक्त राष्ट्रसंघ, संयुक्त राष्ट्र विकास कार्यक्रम र अन्तर्राष्ट्रिय श्रम संगठनजस्ता विश्व संस्थाहरूले समेत यस पक्षमा आफ्नो नीति र व्यवहारलाई केन्द्रित गरेका छन् । समावेशीकरणले विकासशील देशहरूमा संसदीय प्रकृतिको बहुमतीय प्रणालीबाट उत्पन्न अस्थिरताको समस्या हल गरी लोकतन्त्रलाई स्थायित्व प्रदान गर्न मद्दत गर्छ । यसले राजनीतिक शक्तिहरूबीच सन्तुलन कायम गर्छ । तिनीहरूबीच संघर्ष समाधान गर्न र देश निर्माणका लागि सहमति खोज्न प्रेरित गर्छ । राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोगबाट प्रकाशित गरिएको लैंगिक समानता तथा सामाजिक समावेशीकरण नीति, २०७७ मा उल्लेख गरिएअनुसार यस नीतिको ढाँचा तथा परिकल्पनामा यसरी उल्लेख गरिएको छ ।

लैंगिक समानता तथा सामाजिक समावेशीकरण नीति अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार ढाँचा, मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्र, महिलाविरूद्ध हुने सबै प्रकारका विभेदको अन्त्यसम्बन्धी महासन्धिअनुरूप रहेको छ । लैंगिक समानताको अवधारणाले महिला, यौनिक/लैंगिक अल्पसंख्यक तथा पुरूषहरूको आआफ्ना आवश्यकता अनुसारका न्यायोचित व्यवहारलाई जनाउँछ । यसले समान व्यवहार वा फरक तर अधिकार, लाभ, दायित्व र अवसरका आधारमा समतुल्य मानिने व्यवहारलाई समेट्छ ।

लैंगिक समानता एक साझा एवं अन्तरसम्बन्धित विषय हो । यसले जात/जातीयता, उमेर, लिंग, यौन अभिमुखीकरण, अपांगता, धर्म र स्थानका अन्तरसम्बन्धले असमानता, भेदभाव र बेफाइदाहरूलाई आकार दिइरहेका हुन्छन् र सीमान्तकृत समूह, धार्मिक अल्पसंख्यक र यौनिक/लैंगिक अल्पसंख्यक समूहका मानिसहरू लैंगिकतामा आधारित असमानताको बढी जोखिममा हुने गर्छन् भन्ने स्वीकार गर्छ । सामाजिक न्यायको समस्या तथा चुनौती समाधान गर्न निम्न व्यवस्थाहरू गर्नु आवश्यक छ । जस्तै : अपांगता भएका बालबालिकाहरूको अवस्था, सिकाइ आवश्यकता तथा कार्यगत सीमितताको पहिचान गरी निरन्तर सहयोग गर्ने ।

प्रारम्भिक बालविकास तथा शिक्षा उमेरका सबै बालबालिका, विशेषलक्षित समूह तथा विशेष संरक्षणको आवश्यकता भएका बालबालिकाका लागि समताका आधारमा न्यूनतम मापदण्ड पूरा गरेका बाल विकास केन्द्र विस्तार गरी सेवामा पहुँच बढाउने । अपांगता भएका बालबालिकाका लागि निःशुल्क तथा अनिवार्य प्रारम्भिक बालविकासको अवसर सुनिश्चित गर्ने । प्रारम्भिक बालविकास कक्षा र बालविकास केन्द्रका शिक्षकहरूको न्यूनतम योग्यता निर्धारण गरी हाल कार्यरत बालविकास सहजकर्ताहरूलाई योग्यतामा आधारित वृत्ति विकास र स्तर वृद्धिको अवसर प्रदान गर्नुपर्छ ।

नेपालमा सामाजिक न्याय तथा समावेशी लोकतन्त्रका चुनौतीहरूमा प्रजातान्त्रिक संस्कार र शैलीको अभाव, दलहरूमा आन्तरिक प्रजातन्त्रको कमी, शासनमा जनसहभागिता र जनउत्तर दायित्वको बेवास्ता, निषेधको राजनीति, आर्थिक अनुशासनमा ह्रास, सत्ताधारीहरूमा सामन्तवादी र सुविधाभोगी चरित्र हावी, आफ्नो शासनशैली र राजनीतिक व्यवहारमा रहेका गम्भीर कमजोरीलाई महसुस गर्न नचाहने, त्यसको दोष संविधानलाई दिने र समाधान संवैधानिक परिवर्तनमा मात्र देख्ने प्रवृत्ति आदिजस्ता समस्याहरू देखिएका छन् ।

वर्तमान पन्ध्रौं योजना २०७६-२०८१ मा लैंगिक समानता, महिला विकास कार्यक्रम तथा समावेशी विकासअन्तर्गत लैंगिक समानतामूलक राष्ट्रको विकास गर्ने तथा राज्यका सबै नागरिकको उपस्थिति र अर्थपूर्ण सभागितामा समावेशी विकास गर्ने सोच राखिएको छ भने आर्थिक, सामाजिक तथा राजनीतिक अवसरबाट वञ्चितिमा परेका वर्गका लागि मुलुकमा उपलब्ध साधनस्रोत, सुविधामा

बाँकी पृष्ठ ३ मा

सलाद: स्वादका कि स्वास्थ्य ?

प्रकृतिले यस्ता खानेकुरा पनि दिएको छ, जुन काँचै खानु निकै लाभदायक हुन्छ । यसमा पर्छ सलाद । सलाद काँचो, उसिनेर, बफ्याएर तयार खान सकिन्छ । पहिला होटलको मेन्युमा राखिने सलाद अहिले हरेक घरघरमै हुन्छ । चिकित्सकहरूले स्वस्थ रहन सलाद दैनिक रूपमा खान सुझाउँछन् ।

सलाद के हो ?

प्राकृतिक रूपमा पाइने पोषण र फाइबरयुक्त विभिन्न तरकारी र फलफूललाई स-सानो टुक्रा बनाएर काँचै खाइने परिकारलाई सलाद भनेर चिनिन्छ । जसबाट शरीरलाई चाहिने मुख्य भिटामिन र खनिज प्राप्त हुन्छ । यसलाई हामीले नपकाई खान सक्छौं । सलाद खानु स्वस्थकर मानिए पनि के सलादले शरीरलाई फाइदा गर्छ ? यसको जवाफ खाने तरिका र खाने समयमा भर पर्छ ।

कसरी सुरू भयो सलाद खाने चलन ?

संसारमा कम्तीमा ५०० प्रकारका सलाद बनाइन्छ । अंग्रेजीमा 'सलाद' शब्द मूल रूपमा फ्रान्सेली शब्द 'सलाडे'बाट आएको हो । जुन बोलीचालीको भाषामा सलाद भयो । यो शब्द पहिलो पटक १४ औं शताब्दीमा अंग्रेजीमा प्रयोग भएको थियो । अहिले विश्वव्यापी रूपमै सलाद खाने चलन छ, कसैले त दिउँसो खाजाकै रूपमा पनि खाने गर्छन् ।

सलादमा के के खान सकिन्छ ?

सलाद विश्वव्यापी रूपमै खाने चलन छ । तर भूगोल, खानेकुराको उपलब्धता अनुसार फरक हुन जान्छ । प्रायः नेपाली भान्सामा सलादमा प्रयोग हुने भनेको कागती, गाँजर, चुकन्दर, मुला, काँक्रो, प्याज, गोलभेंडा, फलफूल हुन्छ ।

काँक्रो:

गर्मीमा सबैभन्दा रूचाइने र डिहाइड्रेसनलाई कम गर्ने मौसमी तरकारी काँक्रो हो । काँक्रोको रसिलो स्वाद मन नपराउने सायद होलान् । यसमा प्रशस्त मात्रामा पानी हुन्छ, जसले शरीरमा पानीको कमीलाई परिपूर्ति

गर्छ । प्रशस्त मात्रामा पौष्टिक तत्व हुनुका साथै यसमा एन्टिअक्सिडेन्ट पनि पाइन्छ । यसले धेरै रोगबाट बचाउन मद्दत गर्छ । कम क्यालोरी, अध्याधिक पानीको मात्रा र घुलनशील फाइबर धेरै हुन्छ, जसले यसलाई वजन घटाउने प्रभावकारी माध्यम बनाउँछ ।

चुकन्दर:

सलादमा चुकन्दर समावेश गर्नु निकै फाइदाजनक हुन्छ । चुकन्दर एन्टिअक्सिडेन्टको राम्रो स्रोत मानिन्छ । यसले रक्तचाप नियन्त्रण गर्न, स्टामिना बढाउन, मांसपेशी बलियो बनाउन र धेरै रोग निको पार्न प्रयोग गरिन्छ । यसमा भिटामिन बी १, बी २ र भिटामिन सी पाइन्छ । चुकन्दरले मांसपेशीहरूलाई लामो समयसम्म ऊर्जा प्रदान गर्छ । त्यसैले सलादमा चुकन्दर खानुपर्छ ।

प्याज:

प्याजबिना सलाद अधुरो मानिन्छ । काँचो प्याज औषधीय गुणले भरिपूर्ण हुन्छ, यसमा भिटामिन सी उच्च हुन्छ, जसले प्रतिरक्षा स्वास्थ्य, तन्तुलाई बनाउने स्वस्थ राख्ने र आइरनलाई ग्रहण गर्न मद्दत गर्छ । प्याजमा पाइने भिटामिन सीले शरीरमा शक्तिशाली एन्टिअक्सिडेन्टको रूपमा काम गर्छ । त्यस्तै यसमा प्रोबायोटिक पनि हुने कारणले पेटमा कीरा परेमा र प्रतिरक्षा शक्ति बढाउन यसको मुख्य भूमिका हुन्छ, शरीरमा त्यसैले यसलाई सलादको रूपमा सेवन गर्नुपर्छ ।

गाँजर:

गाँजर हेर्दा पनि आकर्षक देखिने र छुटाउन नहुने सलादको एक खानेकुरा हो । गाँजरमा उच्च भिटामिन ए, सी, के, पोटासियम, आइरन, तामा, खनिज पाइन्छ । पौष्टिक गुणले भरिपूर्ण गाँजर को पाइने भिटामिन एले आँखालाई स्वस्थ राख्छ, त्यसैले सलादमा गाँजर समावेश गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

मुला:

मुला माटोमुनि फल्ने फल हो । त्यसैले यसमा खनिज तत्व पनि प्रशस्त मात्रा पाइन्छ । यसले पेट र आन्द्राको विकार, पित्तनलीको समस्या, भोक नलाग्ने, मुख र घाँटीको समस्या, संक्रमण, ज्वरो, चिसो र खोकीको समस्यामा फाइदा गर्छ । मूलाले पाचन रस र पित्तको रसको प्रवाहलाई उत्तेजित गर्छ । जसले भोक जोगाउँछ ।

गेडागुडी:

सलादमा टुसा उम्रिएको वा एक रात भिजाएको गेडागुडी खान सकिन्छ । सलादमा चना, केराउ, मुगी, दाल, जस्ता अन्न समावेश गर्न सकिन्छ । यी खानेकुरामा भिटामिन ए, बी, सी र ई, प्रोटिन, फाइबर र फोलिक एसिड पाइन्छ ।

फलफूल:

फलफूलमा सबै प्रकारका भिटामिन र पोषक तत्व पाइन्छ, त्यसैले यसको सेवन गर्नु निकै फाइदाजनक हुन्छ । सलादका लागि अंगुर, अनार, सुन्तला, मेवा, खर्बुजा, एभोकाडो, ड्रागन समावेश गर्न सकिन्छ ।

यस्तै पालुंगो, चाइनिज साग, बन्दा, स्ट्रबेरी, लिची, खर्बुजा, ड्रागनफ्रुट्स, स्याउ, केरा लगायत फलफूललाई पनि सलादको रूपमा खान सकिन्छ ।

सलाद खाने सही समय

सलाद खाना खानुअघि, खाना खाँदा र खाएपछि तीनै चरणमा खान सकिन्छ । खाना खाएपछि केही समयपछि र बेलुका गरेर दिनको दुईपटक खाने बानी भएमा शरीरलाई पर्याप्त पोषण मिल्छ । सलाद खाने सबैभन्दा राम्रो समय यो खाना खानुअघि हो । यसो गर्नाले तौल घटाउन मद्दत पुग्छ । किनकि अगाडि सलाद खाँदा धेरै खाना खाने समस्या पनि हुँदैन र पाचन प्रणालीले पनि राम्रोसँग काम गर्छ ।

सलाद खाने सही तरिका

सकेसम्म काँचो र विभिन्न रङका तरकारी, फलफूल सलादमा समावेश गर्नुपर्छ । धेरैको सलादमा अत्यधिक चीज मिसाउने बानी हुन्छ । यसले पचाउनमा समस्या ल्याउनुका साथै क्यालोरी पनि बढी खाइन्छ, जसले वजन बढ्न सक्छ ।

कटहरमा के–के मिसाएर खानु हुँदैन

कटहरसँग दूध मिसाएर खानु हुँदैन । दूधमा मधुरस हुन्छ र त्यसको विपरीत गुण कटहरमा हुन्छ, जुन एकसाथ खाँदा विषाक्त बन्छ । त्यस्तै कटहर खाने बित्तिकै विपरीत गुण भएको मेवा पनि खानु हुँदैन । खाएपछि तुरुन्तै मेवा खाँदा शरीर सुन्निने सक्छ ।

धेरैलाई खाना खाएपछि पान खाने बानी हुन्छ । तर कटहर खाने बित्तिकै पान खानु हुँदैन । कटहर खाएपछि तुरुन्तै पान खाँदा विभिन्न स्वास्थ्य समस्या आउन सक्छ ।

त्यस्तै कटहर खाएपछि मह पनि खानु हुँदैन । मह र कटहर खानु शरीरको लागि विषाक्त हुन्छ ।

विजातीय खानेकुरा मिसाएर खाँदा के हुन्छ ?

हरेक मान्छेमा पाचन क्षमता छिन्नभिन्न हुन्छ । कसैले गरिष्ठ भोजन पनि मज्जाले पचाइदिन्छन् त कसैले सामान्य भोजन पनि पचाउन सक्दैनन् । कटहरसँग विजातीय खानेकुरा मिसाएर खाँदा पाचनसम्बन्धी समस्या हुन्छ । छालाको समस्या हुने, एलर्जी तथा शरीर सुन्निने लगायत समस्या हुन सक्छ ।

कटहरमा पाइने पोषक तत्व

कटहरमा फाइबर, पोटासियम, आइरन, क्याल्सियम, जिंक, भिटामिन-ए र भिटामिन-सीको तथा खनिज पदार्थको समृद्ध स्रोत हो, जसले शरीरको प्रतिरक्षा प्रणालीसमेत बलियो बनाउँछ ।

विकासमा सामाजिक ... .

समानुपातिक समावेशी पहुँचको सुनिश्चितता गर्ने ।

लैंगिक उत्तरदायी शासन व्यवस्थालाई संस्थागत गर्दै महिलाको सम्मानित जीवनयापनको वातावरण सुनिश्चित गर्ने उद्देश्य राखिनुका साथै मानव विकास सूचकांकका आधारमा पछाडि परेका समुदायको सशक्तीकरण र समानुपातिक विकास गर्ने, महिलाको सम्मान तथा अर्थपूर्ण सहभागितासहित सारभूत समानता कायम गर्ने, महिलाविरूद्ध हुने सबै प्रकारका भेदभाव, हिंसा र शोषणको अन्त्य गर्ने, आर्थिकविरूद्ध हुने सबै प्रकारका भेदभाव, हिंसा र शोषणको अन्त्य गर्ने, आर्थिक समृद्धि र दिगो विकासका लागि महिलाको समान अग्रसरता र नेतृत्वदायी भूमिका स्थापित गर्दै स्रोत, साधन, अवसर तथा लाभमा महिलाको समान पहुँच सुनिश्चित गर्ने लक्ष्य पनि राखिएको पाइन्छ ।

राज्य संयन्त्रमा महिला प्रतिनिधित्व न्यूनतम ३३ प्रतिशत पुगेको हुने, प्रत्यक्ष रूपले लैंगिक उत्तरदायी बजेट विनियोजनको अनुपात २५ प्रतिशत पुगेको हुने र महिला विकास कार्यक्रम सबै गाउँपालिकामा विस्तार हुनेछ । महिलाहरूको आर्थिक तथा सामाजिक रूपान्तरणका लागि ऐन, नियम, कार्ययोजनाका साथै सबै जिल्लामा विभिन्न कार्यक्रममार्फत लैंगिक समानता तथा महिला सशक्तीकरण गर्ने प्रयास भएका छन् । पैतृक सम्पत्तिमा समान हक, सामाजिक सुरक्षा र सामाजिक न्यायको क्षेत्रमा भएका प्रयासबाट केही सुधार देखिन थालेका छन् । राज्यले अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा जनाएका प्रतिबद्धताहरूलाई कार्यान्वयनमा लैजान मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार एवम् घरेलु हिंसा नियन्त्रण गर्न कानुनहरू कार्यान्वयनमा ल्याइएको छ ।

सिस्नेरी हुँदै काठमाडौं-रक्सौल रेलमार्ग- लोकेसन सर्भेमा भारतले सुझाव माग्यो

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको भूभागबाट चल्ने काठमाडौंरक्सौल रेलमार्गको भारतले 'फाइनल लोकेसन सर्भे' प्रतिवेदनको मस्यौदा नेपाल सरकारलाई हस्तान्तरण गरेको छ । गत १७-२० जेठमा भएको प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डको भारत भ्रमणका क्रममा नै हस्तान्तरण हुने भनिएको यो प्रतिवेदनको मस्यौदा नेपालको रायका लागि भन्दै हस्तान्तरण गरेको हो । प्रतिवेदन तयार भए पनि त्यसलाई अन्तिम रूप दिनुअघि भारतले नेपालको राय मागेको हो । अब भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालय र रेल विभागले यो प्रतिवेदन अध्ययन गर्ने छन् । भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालयका एक अधिकारीका अनुसार प्रतिवेदन अध्ययनपछि विभिन्न विषयमा नेपालले आफ्ना राय र प्रतिक्रिया दिनेछ ।

त्यसका आधारमा प्रतिवेदनले अन्तिम रूप पाउनेछ । र, नेपाललाई भारतले फाइनल प्रतिवेदन हस्तान्तरण गर्नेछ । भारतले सो प्रतिवेदन दिएपछि भारत भ्रमणका समयमा नै रेलमार्गको निर्माण अघि बढाउन भारतसँग आग्रह गर्ने तयारी थियो । काठमाडौं-रक्सौल रेलमार्गको फाइनल लोकेसन सर्भे १८ महिनाभित्र यो काम सकाउने गरी २२ असोज २०७८ मा नेपाल र भारतबीच द्विपक्षीय समझदारी (एमओयू) भएको थियो। एमओयू अनुसार रेलमार्गको विस्तृत परियोजना प्रतिवेदन भारतले आफ्नै खर्चमा भारतीय सरकारी कम्पनी मार्फत तयार गरेको हो ।

भारतले सम्झौताअनुसार नेपालमै काम गर्न टोली पठाएको थियो ।मकवानपुरको भूमि हुँदै गुड्ने भनिएको रेलमार्ग निर्माणले गति लिएको छ । दुई देशबीचको उच्च प्राथमिकतामा परेर रेलमार्ग निर्माण भएको अवस्थामा मकवानपुरको आर्थिक र सामाजिक विकासले फड्को मार्ने देखिन्छ । प्रस्तावित रेलमार्ग रौतहट र बारासँग सीमाना जोडिएको मकवानपुरको साविक धियाल गाविस हाल बकैया गाउँपालिकाको धियाल हुँदै सिस्नेरी पुग्ने जनाइएको छ । धियाल र सिस्नेरीको बीचमा शिखरपुरसँग पनि रेलमार्ग जोडिने भएको छ । मकवानपुर बाट रेलमार्ग मात्र नभई निजगढ-काठमाडौं फाष्ट ट्र्याक पनि निर्माणाधीन छ ।

रेलमार्ग र फाष्ट ट्र्याक निर्माण पश्चात मकवानपुर सडक पूर्वाधारले थप सुसज्जित हुने देखिएको हो । सरकारले गत आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ को बजेटमा काठमाडौं-रक्सौल रेलमार्ग र काठमाडौं-रसुवागढी रेलमार्गको डीपीआर सम्पन्न गर्ने जनाएको थियो । काठमाडौं-रक्सौल रेलमार्गको फाइनल लोकेशन सर्भे (एफएलएस) का आधारमा रेलमार्ग मकवानपुरको धियाल-शिखरपुर-सिस्नेरी हुँदै काठमाडौं पुग्ने देखिएको हो । प्रस्तावित रक्सौल-काठमाडौं रेलमार्गको लम्बाइ १३६ किलोमिटर हुने देखिएको थियो ।

प्रस्तावित रेलमार्गको करिब ४० किलोमिटर खण्डमा सुरूङ रहनेछ भने साना-ठूला गरी करिब ३५ वटा पुल पनि बनाउनुपर्ने देखिएको थियो । डीपीआर प्रतिवेदन प्राप्त भएपछि आयोजनाको निर्माणको मोडालिटीबारे छलफल अघि बढ्नेछ । रक्सौलबाट आउने क्रममा रेलबाराको जीतपुर, निजगढ, मनवानपुर को शिखरपुर, सिस्नेरी हुँदै काठमाडौं आइपुग्नेछ । यसबीचमा कुल १३ वटा रेल स्टेसन रहने छन् । जसमध्ये तीन वटा स्टेशन मकवानपुरमै पर्ने भएको छ । मकवानपुरमा रेलको स्टेशन धियाल, शिखरपुर र सिस्नेरीमा हुने जनाइएको हो । रेल रक्सौल, वीरगञ्ज, बगही, पिपरा, डुमरवाना, ककडी, निजगढ, चन्द्रपुर, धियाल, शिखरपुर, सिस्नेरी, साथीखेल र चोभारमा रोकिनेछ । रेलमार्गमा भारतीय प्रकारको ब्रोडगेज प्रयोगगरिने जनाइएको छ ।

मनहरीका २५ जना चेपाङ महिलालाई पोषणका लागि सहयोग

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिकाले चालू आर्थिक बर्ष अन्तर्गतको बहुक्षेत्रीय पोषण कार्यक्रम अन्तर्गत पालिका भित्रका सुनौलो हजार दिनका चेपाङ महिलाहरूको आयआर्जनको निमित्त अनुदान रकम हस्तान्तरण गरिएको छ । गाउँपालिकाको आयोजनामा र नारीमुक्ति बचत तथा सहकारी सस्था लिमिटेड मनहरी ३ को समन्वयमा भएको कार्यक्रममा मनहरी गाउँपालिका वडा नम्बर ३, ४ र ७ का सुनौलो हजार दिनका २५ जना चेपाङ महिलाहरूलाई जनही २५ हजारका दरले रकम वितरण गरेको हो ।

कार्यक्रमकी प्रमुख अतिथी तथा पालिका उपाध्यक्ष सीता पुलामी मगरले चेपाङ महिला दिदी बहिनीहरू जाग्ने बेला भएको भन्दै अन्य समुदायको महिला जसरी सशक्त भएर आउनु भएको छ त्यस्तै गरि चेपाङ महिला दिदी बहिनीहरू पनि अब घर बाहिरको परिवेशमा प्रतिस्पर्धामा आउनुपर्ने बताइन् । मगरले भनिन्-'म स्वयम् महिला हुँ आज यो समाजको अभिभावकत्व ग्रहण गर्दै यहाँहरूको अगाडि रहिरहँदा यहाहरूले पनि अब कम्तिमा पनि समाजमा के भईरहेकोछ भन्ने विषयमा जानकार रहन आवश्यक छ ।'

मनहरी गाउँपालिका ३ नम्बर वडाको कार्यालयमा २४ असारमा भएको कार्यक्रममा सुनौलो हजार दिनका आमाहरूलाई थोरै मात्रामा भएपनी यो र कम अनुदानले सहयोग पुग्ने उपाध्यक्ष मगरको विश्वास छ । मनहरी गाउँपालिका ३ नम्बर वडा अध्यक्ष अनन्त प्रकाश अर्यालको सभाध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा मनहरी गाउँपालिका ७ नम्बर वडाका कार्यबाहक वडा अध्यक्ष नवराज सुवेदीको आतिथ्यता रहेको थियो ।

नेपाल फलफुल तथा तरकारी ब्यवसायी संघको अध्यक्षमा हुमागाई

◆ विकास संवाददाता

नेपाल फलफुल तथा तरकारी ब्यवसायी संघ मकवानपुरको अध्यक्षमा कृष्णप्रसाद हुमागाई निर्वाचित भएका छन । २३ असारमा भएको संघको नयाँ कार्यसमिति चयन अन्तर्गतको निर्वाचनमा अध्यक्षपदका उम्मेदवार हुमागाईले कुल खसेको ३ सय ७ मत मध्ये १ सय ८० मत प्राप्त गर्दै संघको अध्यक्षमा निर्वाचित भएका हुन ।

उनका निकटतम प्रतिस्पर्धि मनु दहालले ७५ मत प्राप्त गरिन भने कमलकुमार रौनियारले ३२ मत प्राप्त गर्दा २० मत बदर भएको छ । यस्तै संघको कोषाध्यक्षमा ऋषि सापकोटाले १ सय ९१ मत प्राप्त गर्दै निर्वाचित भएका छन । उनका निकटतम प्रतिस्पर्धि मनोज खुलालले १ सय ९ मत प्राप्त गर्दा ७ मत बदर भएको निर्वाचन अधिकृत कृष्णप्रसाद संजेलले जानकारी दिए ।

यस्तै संघको महासचिवमा सन्तोषी बर्तौला यसअघि नै निर्विरोध निर्वाचित

भईसकेकी छिन । गत असार १६ र १७ गते भएको संघको १६ औ वार्सिक साधारणसभाबाट संघको उपाध्यक्षहरूमा आशिष रौनियार र बिमल पौडेल, सचिवमा नवराज शर्मा पौडेल र सहसचिवमा कृष्ण साह कानु निर्विरोध चयन भईसकेका छन । सदस्यहरूमा राम बहादुर ब्लोन, उमा खुलाल खड्का, क्षेत्रबहादुर खड्का, रेणु महत्तो सुडि, रामशरण बजगाई र आईतसिह घलान सर्वसम्मत चयन भएका छन ।

हेटौंडा बसामाडिको खानेपानी आयोजना बोर्डमा हस्तान्तरण

◆ विकास संवाददाता

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले नि:शुल्क खानेपानी व्यवस्थापन गर्दै आएको सुविधाबाट हेटौंडा-३ बसामाडिमा जनता लाभान्वित हुने भएका छन् ।

मंगलबार मिलनटोल बिकास संस्थाको व्यवस्थापनमा सञ्चालन हुँदै आएको खानेपानी आयोजना हेटौंडा खानेपानी बोर्डमा हस्तान्तरण भएसँगै स्थानियले न्यूनतम शुल्कमा खानेपानीको उपभोग गर्न पाउँने भएका हुन् ।

खानेपानी आयोजना हस्तान्तरण कार्यक्रममा हेटौंडा उपमहानगरपालिकाका नगर प्रमुख मीनाकुमारी लामाको प्रमुख आतिथ्यता र उपप्रमुख राजेश बानियाँको बिशेष आतिथ्यतामा भएको थियो । टोल बिकास सस्थाका अध्यक्ष धनबहादुर घलानले बोर्डका अध्यक्ष प्रताप बिष्ट र कार्यकारी निर्देशक बिष्णुप्रसाद सापकोटालाई जिम्मेवारी हस्तान्तरण गरे । हस्तान्तरण कार्यक्रममा नगर प्रमुख लामाले पानीको श्रोत व्यवस्थापनमा ध्यान

दिने समय आएको बताइन् । जमिन मुनि रहेको पानी बोरिङ गरेर निकाल्ने भन्दा पनि बगिरहेको मुलको पानी खोज्ने समय आएको उनको भनाई थियो । अहिले सम्म करिब २४ हजार घरधुरीका उपमहानगरवासीलाई नि:शुल्क खानेपानीको व्यवस्थापन गरीरहेको भन्दै नगरको समानुपातीक बिकासको अवधार णामा अघि बढिरहेको बताइन् ।

कार्यक्रममा उपप्रमुख बानियाँले नगरको बिकास मुख्य काम रहेको भन्दै जनतामाझ गरेको प्रतिबद्धता कार्यान्वयनमा अघि बढिरहेको बताए । उनले नगरमा खानेपानीको व्यवस्थापनमा कुनै समस्या नहुँने भन्दै समस्या समाधान गर्न हामी प्रतिवद्ध रहेको बताए । टोल विकास सस्थाका अध्यक्ष घलानको अध्यक्षतामा भएको हेटौंडा-३ का वडा अध्यक्ष ढलकबहादुर थापा, पुर्व वडा अध्यक्ष राकुमार पुडासैनी, पुर्व जनप्रतिनिधी कुमार सिंह लामा, टोल बिकास सस्था वडा समन्वय समितिका अध्यक्ष रोशन गोले लगाएकाले मन्तब्य ब्यक्त गरेका थिए । १४० धारा रहेको टोलमा खानेपानीको व्यवस्थापनमा समस्या रहँदा पानीको उपभोगमा समस्या रहँदै आएको थियो ।

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
विभिन्न डिजाइनका फ्रेमिङ
फोटो स्टुडियो/पि.भि.सी. कार्ड
9855068340/9802068340

प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
कार्यालय: थाहा-४ सम्पर्क नं. ९८०७५३३००
www.bikaskhabar.com
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

थाहाको वित्तिय प्रगती ८०.५९ प्रतिशत

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको दश स्थानीय तह मध्ये थाहा नगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७९/०८० को आफ्नो वित्तिय प्रगती सार्वजनिक गरेको छ । नगरपालिकाले चालु आर्थिक वर्षमा ८० दशमलव ५९ प्रतिशत वित्तिय प्रगती हासिल गरेको हो। यो प्रगती गत आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ को तुलनामा १ दशमलव ७९ प्रतिशत बढि हो ।

थाहानगरले चालू आर्थिक वर्ष २०७९/०८० का लागि विनियोजित १ अर्ब १९ करोड २६ लाख ११ हजार ८६२ मध्ये ९४ करोड ६७ लाख ३८ हजार ८ सय ५६ रूपियाँ खर्च भएको थाहा नगरपालिकाका लेखा अधिकृत हरि बहादुर खपाङ्गी मगरले जानकारी दिए । विनियोजित बजेट मध्ये चालुतर्फ ४७ करोड १० लाख ९४ हजार २७२ रूपियाँ ३१ पैसा अर्थात ९०.२८ प्रतिशत र पुँजीगततर्फ ४७ करोड ५६ लाख ४४ हजार ५८४ रूपियाँ त्रिसठ्ठी पैसा अर्थात ७०.९ प्रतिशत वित्तिय प्रगती हासिल गरेको छ ।

असारको अन्तिम साता अघि भुक्तानीको चाप बढ्ने भएकाले कार्ययोजनासहित भूक्तानी प्रक्रिया अघि बढाइएकोले सफलता हासिल भएको लेखा अधिकृत खपाङ्गीले प्रतिक्रिया दिए । आर्थिक कार्यविधि तथा वित्तिय उत्तरदायित्व नियमावली, २०७७ को नियम ३० को उपनियम १, ३, ७ र ८ बमोजिम आर्थिक वर्ष समाप्त हुनुभन्दा कम्तिमा ७ दिन अगावै निकासा र खर्चको लेखाङ्कन तथा भूक्तानी निकासा बन्द गर्नुपर्ने कानूनी प्रावधिानलाई थाहानगरले अक्षरसः अपनाएको छ। पालिकाले आफू मातहतका महाशाखा, शाखा र वडा कार्यालयहरूलाई १५ असारको म्यद दिएर भूक्तानी प्रक्रिया अघि बढाएको थियो । 'कानूनलाई कार्यान्वयन गर्न पालिकाले आफ्नै डेटलाइन बनाएर काम गर्दा भूक्तानीको चापलाई घटायौं'-प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कृष्ण गिरीले भने-'सेड्युल बनाएर काम नगरे अन्तिममा कागजात चेकजाँच र अनुगमनलाई प्रभावकारी बनाउनै सकिन्न ।' २४ असार अपरान्ह ४ बजे नगरपालिकाले प्रमुख प्रशारकीय अधिकृत गिरी र लेखा अधिकृत खपाङ्गीद्वारा हस्ताक्षरित सूचनामा चालु आर्थिक वर्षको खाता बन्द भएको समेत उल्लेख छ । सूचना मार्फत चालु आर्थिक वर्षको नीति कार्यक्रम र बजेट कार्यान्वयनमा सहयोग पु¥याउने निर्वाचित जनप्रतिनीधि, कर्मचारी र सरोकारवाला सबैलाई धन्यवाद दिइएको छ ।

यसैबीच थाहा नगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ मा ७८.८ प्रतिशत वित्तिय प्रगती गरेको थियो । पालिकाले चालुतर्फ ८८.६४ र पुँजीगततर्फ ६९.४८ प्रतिशत वित्तिय प्रगती भएको थियो । नगरपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ मा कुल १ अर्ब ३ करोड ६० लाख ८५ हजार ६०८ रूपियाँ वार्षिक बजेट रहेकोमा कुल ८१ करोड ६५ लाख १ हजार ७७७ रूपियाँ खर्च गरेको थियो । अघिल्लो आर्थिक वर्षमा थाहा नगरपालिकाले उक्त आर्थिक वर्षमा संघ, प्रदेश र स्थानीयको विभिन्न स्रोतहरूबाट गरी चालुतर्फ ५० करोड ४२ लाख ७९ हजार ६०८ रूपियाँ विनियोजन गरेकोमा ४४ करोड ६९ लाख ९८ हजार ९५० रूपियाँ खर्च गरेको छ। त्यस्तै पुँजीगतर्फ ५३ करोड १८ लाख ६ हजार विनियोजन भएकोमा ३६ करोड ९५ लाख २ हजार ८२७ रूपियाँ खर्च गरेको नगरपालिकाले जनाएको छ ।

'पालुङ-आग्रा' ट्रेकिङ... .. . .

स्थानीयहरूले भव्य स्वागत गरे । बाटोमा स्थानीयहरू पनि टिममा मिर्सिँदै ट्रेकिङमा सहभागी भए ।

वडा नम्बर ३ कै गोरखनाथ मन्दिर पुगेका टोलीलाई मन्दिर संरक्षण समिति र स्थानीयहरूले माला लगाएर स्वागत गरे । यो ठाउँबाट धार्मिकका साथै दृश्यावलोकनका लागि प्रशिद्ध छ । यहाँबाट दामनपालुङको फाँट, ऐतिहाँसिक गोपाली बस्ती तथा पालुङ क्षेत्र अवलोकन गर्न सकिन्छ। यस स्थानबाट कतै खेतको डिलैडिलको बाटो, कतै गोरेटो बाटो हुँदै पालुङ शहर पुगेको ट्रेकिङ टोलीलाई पालुङको महिला नौमती बाजा समूहले स्वागत गरेको थियो । महिला समूहले पालुङगढीलगायतको वरीपरीको क्षेत्रको विषयमा टोलीलाई स्थानीयहरूले पालै पालो बताए । होमस्टेको स्वागत र खानपान पछि ट्रेकिङको मुख्य आकर्षण उनीउ चौरतर्फ टोली अघि बढ्यो। टोलीले प्राकृतिक मनोरमताको अनुभव गर्दै डाँडाडाँडाबाट दृश्यावलोकन स्थानीयपनको अनुभव गर्दै उनीउ चौर पुगेको थियो । उनीउ चौरमा थाहा नगरपालिका वडा नम्बर ७ को कार्यालयको व्यवस्थापनमा तामाङ ड्याङ्ग्रो नाच प्रदर्शन सहित अतिथीहरूलाई स्वागत गरिएको थियो ।

उनीउ चौर पुगेका सबैले खोजेको र रोजेको ठाउँ पाए झैं गरे। सबै थकान

बजाएको बाजामा उनीहरू छमछमी नाचे, रमाए । टोलीका सदस्यहरूलाई पाण्डुकेश्वरमा मन्दिर क्षेत्र विकास समिति र स्थानीयले मन्दिर परिसरमै स्वागत गरे। खानेपानीको समेत व्यवस्था गरेका उनीहरूले संगै बसेर फोटो खिचाए । मन्दिरको विषयमा बेलीविस्तार लगाए, घुमफिरका लागि आइरहन अनुरोध पनि गरे ।

विहानै काठमाण्डौंबाट हिँडेका भएकोले टोलीको खानपानको व्यवस्था पालुङको प्रशिद्ध 'डाँडाघरे बा को होमस्टे'मा तय भएको थियो। ट्रेकिङमा नाच्दै रमाउँदै टोली होमस्टे पुगेर रैथाने खान्कीमा झन खुलेर रमाए । होमस्टे संचालक माधव कार्की आफै किसान भएकोले उनले आफ्नै बारीमा फलेका तरकारी छानी छानी पकाएका थिए । आफ्नै गोठमा पालेका गाईको दुधका परिकार अतिथीहरूले चाख्न पाए । होमस्टेबाटै नजिकै रहेको पाथीभरा मन्दिर, भकारी ढुङ्गा, ऐतिहाँसिक शुन्यमा झ¥यो। चौरमा रमाउँदै डाँडाबास पार्क पुगेका ट्रेकिङ टोलीलाई स्थानीय हिमशखिर बचत तथा अण सहकारी संस्थाका सदस्यहरूले उनीहरूलाई स्वागत गरे । घरैपिच्छे घडा राखेर पर्खिरहेका अथितीलाई स्वागत गर्न पाउँदा स्थानीयहरू निकै हौसिएको रत्न बहादुर गोले प्रतिक्रिया दिए ।

अतिथीहरू आउनु पहिले नै विहानै त्यो रूटमा ठाउँ ठाउँमा स्वागत व्यानर राख्न भ्याइ सकिएको थियो । यसका लागि विहानैबाट भगिरथ कार्की, विक्रम मल्ल र शुसान्त गोपाली खटिएका थिए। पर्यटकहरू डाँडाबास पुग्दा झमक्कै साँझ परेको थियो। विभिन्न संघस.स्थामा आवद्ध रहेका ट्रेकिङ टोली २३ असार बेलुकी नै काठमाण्डौं फर्केका छन् । उनीहरूले यात्रामा सहयोग गर्ने, सहकार्य गर्ने सबैलाई धन्यवाद दिए। र, फुयाँलले भने-'हामी फेरि आउँछौं, अर्को रूट तयार गर्नुहोस, प्रचार हामी गर्छौं ।'

नेपाल राष्ट्र बैंक-व्यवसायीबीच अन्तरक्रिया

◆ विकास संवाददाता

नेपाल राष्ट्र बैंक आर्थिक अनुसन्धान विभाग मूल्य महाशाखाद्वारा आयोजित मुल्य तथ्यांक प्रदायक स्रोत पसल तथा संस्थाहरूसंगको अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। थाहा नगरपालिकाको शिखरकोटको स्थित शंकर होटलमा २३ असारमा अन्तरक्रिया कार्यक्रम भएको हो। सहभागीहरूलाई विभागका निर्देशक डाम्बर राजनकृष्ण पन्त र उपमहानिर्देशक रबिन्द्र महर्जनले सहजीकरण गरेका थिए ।

कार्यक्रममा थाहानगर उद्योग वाणिज्य संघका महासचिव सुरेन्द्रमान प्रधानको प्रमुख आतिथ्यता तथा जनकल्याण माविका प्रधानाध्यापक सानोभाइ कार्कीको विशिष्ट आतिथ्यतामा भएको थियो । अन्तरक्रिया कार्यक्रममा नगरभित्र संचालनमा रहेका पसलहरूको संचालक तथा संस्थाहरूको प्रतिनिधि हरूको उपस्तिथिती रहेको थियो ।

नेपालमा आर्थिक वर्ष २०७४/०७५ लाई आधार वर्ष मानी २६२ वस्तुहरूको पाक्षिक, मासिक र त्रैमासिक रूपमा मूल्य संकलन गरी यी वस्तुहरूको थोक मूल्य गणना गर्ने गरिएको छ । यी वस्तुमध्ये प्राथमिक समूह अन्तर्गत दुई उप-समूह, इन्धन तथा ऊर्जा समूहअन्तर्गत दुई उपसमूह र उत्पादन समूहअन्तर्गत १३ उपसमूह रहेका छन् । यी समूहहरूको भाराङ्क क्रमशः ३३.५९ प्रतिशत, ८.७६ प्रतिशत र ५७.६५ प्रतिशत रहेको अन्तरक्रियाको अवसरमा जानकारी दिएको थियो ।

विभागले देशभर १० हजार पसल बाट मूल्य संकलनको कार्य हुँदै आइरहेको र तेसको लागि प्रत्येक स्थानमा २ जना स्थानीय शिक्षक खटाइएर मूल्य संकलन गर्दै आइरहेको जानकारी दिएको थियो । थाहाको ६१ पसलमा मुल्य संकलन हुने गरेको र देशभरबाट प्राप्त जानकारी पश्चात मासिक रूपमा मूल्य सुचांङ्क निर्माण गरी राष्ट्रू बैंकले प्रकाशित गर्दै आइरहेको कार्यक्रमको अवसरमा जानकारी गराइएको थियो ।

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 ।

विकास
प्रेस काउन्सिलबाट 'क' वर्गको मान्यता प्राप्त
www.bikaskhabar.com खबरपत्रिका साप्ताहिक
कार्यालय: थाहा-४ सम्पर्क नं. ९८०७१५३३००
२०८० असार २५ गते सोमबार, 10 July, 2023, Monday
जि.प्र.का. मकवानपुर दर्ता नं. ५९/२०६५/०६६ म.जि.हु.दर्ता नं. २३/२०६६/०६७

टोल विकास संस्थालाई सामग्री सहयोग

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरगढी गाउँपलिका वडा नम्बर ६ भित्र रहेका सबै टोल विकास संस्थालाई विभिन्न सामग्रीहरू सहयोग गरिएको छ । १९ असारमा एक कार्यत्रमका बीच मकवानपुरगढी गाउँपलिकाका उपाध्यक्ष मान कुमारी पाख्रिन नेपाली र वडा नम्बर ६ का वडा अध्यक्ष कृष्ण बजगाईले टोल विकास संस्थाका अध्यक्ष नकुल चौलागाईलाई संयुक्त रूपमा सामग्री वितरण गरेका हुन् ।

टोल विकास संस्थाहरूको सस्थांगत सुदृढीकरण गराउने, सामाजिक सेवामा जानउत्तरदायी बनाउने र अभ निखारता ल्याउने र आफ्नो वडामा भएका हरेक खाले समयास्याहरू टोल विकास मार्फत छलफलको बिषय बन्दै निकासा निकाल्न सहयोग पुग्ने वडा अध्यक्ष कृष्ण बजगाईले बताए । चालु आर्थिक वर्ष २०७९/८० कि विनियोजित ५ लाख बजेबाट ७ वटा टोल विकास संस्थालाई आवाश्यकताको आधारमा टेबल कुर्सि फोटो कपि मेसिन प्रिन्टर लगाएतका सामाग्रीहरू सहयोग गरिएको अध्यक्ष बजगाइले बताए ।

सामग्री वितरण कार्यक्रममा बोल्दै गाउँपलिका उपाध्यक्ष मान कुमारी पाख्रिन नेपालीले अब टोल विकास संस्थाहरू पनि जागरूक हुनुपर्ने बताउदै वडा नम्बर ६ भित्र रहेका सबै टोल विकास संस्थाहरूलाई आफ्नो काम कर्तब्य, अधिकार र जिम्मेवारीलाई पालना गर्न निर्देशन दिइन् । कार्यक्रमा नवदुर्गा टोल विकाश सस्थाको आयोजना तथा मकवानपुर गढी ६ को सहकार्यमा सम्पन्न भएको थियो ।

नवदुर्गा टोल विकास संस्थाका अध्यक्ष नकुल चौलागाईको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रमामा मकवानपुर गढी गाउँपलिकाको उपाध्यक्ष मानकुमारी पाख्रिन नेपालीको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो । कार्यत्रममा वडाका जनप्रतिनीधिहरू, टोल विकास संस्थाका पदाअधिकारीहरूलगायतकाको उपस्थिती रहेको थियो ।

इन्द्रसरोवरको उत्कृष्ट कर्मचारीलाई पुरस्कार

◆ विकास संवाददाता

मकवानपुरको इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाको १२ औ गाउँसभाको बजेट अधिबेशनको २३ असारमा समापन भएको छ ।

बजेट अधिवेशन समापनको अवसर मा पालिकामा कार्यरत कर्मचारी मध्ये उत्कृष्ट कर्मचारीहरूलाई सम्मान गरेको छ । पालिकाले सूचना प्रविधि अधिकृत राजन खतिवडालाई सर्वोत्कृष्ट कर्मचारी घोषणा गरी पुरस्कृत गरेको छ भने डिल बहादुर गोले सर्वोत्कृष्ट कार्यालय सहयोगी घोषित भई पुरस्कृत भएका छन् ।

बजेट अभिवेशन गाउँसभाको अवसर मा खेलाडी प्रबिन लामा समेत सम्मानित भएका छन् । यसैगरी गाउँपालिकाको वडा नम्बर १ को कार्यालयमा करिब २० बर्ष सेवा गरेका कार्यालय सहयोगी शंकर छुमीको विदाई गरिएको छ ।

स्तनपान बालबालिकालाई वरदान

– आमाको दुधमा बालबालिकालाई आवश्यक पर्ने पर्याप्त पानी र खनिज हुन्छ ।
– आमाको बिगौती दुधले बालबालिकालाई खोप सरहको काम गर्छ ।
– स्तनपानले शिशुको शारिरीक, मानसिक, बौद्धिक तथा सामाजिक विकासमा मद्दत गर्छ ।
– बजारमा पाइने प्याकेट दुध वा फर्मुला आमाको दुधजस्तो पोषिलो हुँदैन ।

त्यसैले बालबालिकालाई स्तनपान गराऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

थाहा नगरपालिकाको सार्वजनिक सूचना।

➢ नयाँ निजि तथा सार्वजनिक भवनहरु निर्माण गर्नु अगाडि अनिवार्य रुपमा पालिकाको कार्यालयमा गई नक्सा पास गरौं ।
➢ भवन मापदण्डको पालना गरौं, सुरक्षित भविष्य सुनिश्चित गरौं।
➢ घटना घटेको ३५ दिन भित्रमा नि:शुल्क रुपमा व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं ।
➢ समयमा नै कर तिरौं, नागरिक कर्तव्यको परिपालना गरौं ।
➢ सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्ने लाभग्राहीहरुले आ–आफ्नो वडा कार्यालयमा गई नाम दर्ता र विवरण अद्यावधिक गरौं ।
➢ बाल विवाह अन्त्य गरौं, बाल श्रम निर्मुल गरौं ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिका कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

कृषकहरुका लागि जनहितमा जारी सन्देश

❍ कृषि तथा पशु बिमा गरौं, व्यवसायमा हुने जोखिमबाट बचौं ।
❍ कृषिमा विषादी न्यूनीकरण गर्न आइपीएम प्रणाली अपनाऔं ।
❍ बेलाबेलामा खेतबारीको माटो परिक्षण गराई खेतिपाती गरौं ।
❍ घाँसमा आधारित पशुपालन गरौं, उत्पादन लागत घटाऔं ।
❍ जैविक र प्राङ्गारिक खेतीमा जोड दिऔं, उत्पादन बढाऔं ।
❍ घरपालुवा कुकुर र बिरालोलाई नियमित खोप लगाऔं, रेबिजबाट बचौं ।
❍ पशुलाई ६/६ महिनामा जुकाविरुद्ध औषधि खुवाऔं, पशुजन्य उत्पादन बढाऔं ।
❍ पशुलाई कुनै रोग लागेमा उपचारका लागि नजिकैको पशुसेवा केन्द्रमा सम्पर्क गरौं ।

थाहा नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
इन्द्रायणी चौर, मकवानपुर

राष्ट्रिय खोप-तालिका

पटक/भेट	कुन उमेरमा	कुन खोप
१	जन्मने बित्तिकै	बि. सि. जी.
२	६ हप्तामा	रोटा पोलियो पि. सि. भी. डि.पि.टी.-हेप बी-हिब
३	१० हप्तामा	रोटा पोलियो पि. सि. भी. डि.पि.टी.-हेप बी-हिब
४	१४ हप्तामा	पोलियो एफ.आई.पि.भी. डि.पि.टी.-हेप बी-हिब
५	९ महिनामा	एफ.आई.पि.भी. पि.सि.भी. दादुरा-रुबेला
६	१२ महिनामा	जापानिज इन्सेफलाइटिस
७	१५ महिनामा	दादुरा-रुबेला टाइफाइड

खोप लगाएता पनि सधै सरसफाईका सबै व्यवहारहरुको पालना गरौं ।

खोप नि:शुल्क पाइन्छ | खोप सुरक्षित छ | खोपले जीवन रक्षा गर्छ

थाहा नगरपालिका

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