जि.प्र.का. सप्तरी द.नं. २२/०४८/०४९
स.नि.हु.का.द.नं. ५/०६४/०६५

राजविराज दैनिक

वर्ष ३३ अंक २३६ २०८१ साल बैशाख १२ गते बुधबार (24 Apr. 2024 Wednesday) मूल्य रु. ५/-

सामाजिक संजालको प्रयोग गर्दा सावधानी अपनाऔं, सामाजिक मर्यादाको ख्याल गरौं ।

Log in : rajbirajdainik.com.np

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : लोकतन्त्रमा लोकको... ३ पृष्ठमा : कतारमा पानी निर्यातको ... ३ पृष्ठमा :इथियोपियामा द्वन्द्वका कारण ५० ...

प्रअलाई हातापात गरेको भन्दै व्यवस्थापन समितिका सदस्यमाथी कारवाहीको माग

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, ११ बैशाख ।

सप्तरीको राजगढ गाउँपालिका २ स्थित श्री खुवलाल जगन्नाथ शक्ती आधारभुत विद्यालय कमलपुर बनैनियाका प्रधानाध्यापक रवीन्द्र यादवमाथी हातापत तथा दुरव्यवहार भएको भन्दै घटनाको सत्यतथ्य छानवीन गरी दोषीमाथी कारवाहीको माग गरिएको छ ।

प्रअ यादवले आफूलाई विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्यको अगुवाईमा एक समुहले हातपात र दुरव्यवहार गरेको भन्दै मंगलवार नेपाल शिक्षक महासंघ सप्तरीलाई घट्ना विवरणसहित पत्राचार गरि दोषिमाथी कारवाहीका लागी आवश्यक पहल गर्न माग गरेका हुन् ।

उनले पत्रमा विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्य रघुनन्दन यादवको अगुवाईमा आएको एक समूहले बैशाख ६ गते विद्यालय द्वारा विद्यार्थी भर्ना अभियान, र्‍याली र अभिभावकत्व ग्रहण कार्यक्रम सुरु गर्न लागेकै वेला आफुमाथी हातपात र दुर्व्यवहार गरेको उल्लेख गरेका छन् ।

बाँकी दुई पृष्ठमा

पत्रकार यादवको मोटरसाइकल दुर्घटनामा मृत्यु

दैनिक समाचारदाता
जनकपुर, ११ वैशाख ।

धनुषामा सडक दुर्घटनामा परी मंगलबार एक जना पत्रकारको मृत्यु भएको छ । धनुषाको मिथिला नगरपालिका-६ ढल्केवरमा मोटरसाइकल दुर्घटनामा परी २८ वर्षीय पत्रकार विनयकुमार यादवको मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय धनुषाले जनाएको छ ।

मंगलबार बिहान आफैँले चलाएको प्रदेश ०२-००६ प ३०३५ नं को मोटरसाइकल ढल्केवर-जनकपुर सडकखण्डमा अनियन्त्रित भई सडक छेउको रेलिङमा ठोक्किएर पत्रकार यादव गम्भीर घाइते भएका थिए । दुर्घटनामा गम्भीर घाइते भएका उनको उपचारका क्रममा जनकपुरस्थित प्रादेशिक अस्पतालमा मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक रञ्जन आवाले जानकारी दिए ।

मोटरसाइकलको पछाडि सवार रहेका यादवका छिमेकी लक्ष्मीनारायण यादव घाइते भएको र निजको उपचार सोही अस्पतालमा भइरहेको बताइएको छ । धनुषाधाम नगरपालिका वडा नं ५ का स्थानीय बासिन्दा रहेका मृतक पत्रकार रेडियो धनुषाधामका सञ्चालक तथा ई-न्युज ब्युरोका कार्यकारी सम्पादक थिए ।

ट्र्याक्टर दुर्घटनामा एकको मृत्यु, चार जना घाइते

दैनिक समाचारदाता
सर्लाही, ११ वैशाख ।

सर्लाहीको बरहथवा नगरपालिकास्थित पिप्राभित्तामा ट्र्याक्टर दुर्घटना हुँदा एक जनाको

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

बार एशोसिएसनको पहिलो तल्लाको शिलान्यास

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, ११ बैशाख ।

राजविराज उच्च अदालत बार एशोसिएसनको पहिलो तल्ला भवनको मंगलबार शिलान्यास गरिएको छ ।

राजविराज नगरपालिकाको कार्यवाहक नगरप्रमुख ईसरत परविन तथा राजविराज नगरपालिका वडा नं ७ का वडा अध्यक्ष सुभाष यादवले संयुक्त रूपमा भवनको शिलान्यास गरेका हुन् ।

राजविराज नगरपालिकाको २५ लाखको सहयोगमा भवन निर्माण सुरू गरिएको राजविराज उच्च अदालत बार एशोसिएसनका कोषाध्यक्ष उमाशंकर देवले बताए । पाँच कोठा भवन र एउटा हल बनाउने योजना रहेको बार एसोसिएसनको अध्यक्ष हरेराम यादवले बताए ।

भवन निर्माण समितिका अध्यक्ष नेपाल वार एसोसिएसनका पूर्व अध्यक्ष श्यामनारायण साहले नगरपालिकाको सहयोग रकमले भवनको पिलर र छत ढलानसम्म मात्र पुग्ने भएपनि स्थानीय, प्रदेश सरकार वा आमनागरिकको सहयोग लिएर भएपनि निर्माण कार्य पूरा गर्ने प्रतिबद्धता जनाए ।

राजविराज उच्च अदालत बार एशोसिएसनका अध्यक्ष हरेराम यादवको अध्यक्षता तथा वरिष्ठ न्यायाधीश वामदेव ज्ञवालीको प्रमुख आतिथ्य आयोजित कार्यक्रममा बार एशोसिएसनका पूर्व अध्यक्ष श्यामनारायण यादव, हेमनारायण साह, रमानन्द साह,

बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

भर्ना खुल्यो । भर्ना खुल्यो ॥ भर्ना खुल्यो ॥।

Wisdom School
Rajbiraj 2, (Near Rajdevi Mandir)
Play Group to Class 9
"गुणस्तरिय शिक्षा हाम्रो प्रतिबद्धता"

हाम्रो विशेषताहरु
- दक्ष तथा अनुभवी शिक्षक शिक्षिकाबाट पठनपाठन गराइन्छ ।
- कम्प्युटर ल्याबको व्यवस्था भएको ।
- विज्ञान प्रयोगशालाको व्यवस्था भएको ।
- CC Camera को निगरानीमा पठनपाठन गराइन्छ ।
- Monthly Test को व्यवस्था भएको ।

सम्पर्क फोन नं. ०३१-५९०१९२
मोवाइल नं. ९८१२०२२१३५ (प्रिन्सिपल)
मो. नं. ९८०४७२६१९२, ९८४२८२३२७१

गर्मी मौसममा संक्रामक रोगबाट बचौं र बचाऔं ।

➤गर्मी मौसममा मलेरिया, कालाजार, डेंगु, हैजालगायतका विभिन्न संक्रामक रोगहरु फैलिन सक्दछन्,
➤संक्रामक रोग फैलाउने झिंगा, लामखुट्टे, भुसुना आदिको नियन्त्रण गरौं,
➤संक्रामक रोगबाट बच्न शुद्ध र उमालेको पानी पिऔं,
➤बासी तथा सडेगलेका खाना नखाऔं,
➤घरभित्र र वरपरको सरसफाईमा ध्यान दिऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

लोकतन्त्रमा लोकको कल्याण होस्

धर्मेन्द्र झा

काठमाडौँ, ११ वैशाख (रासस)।

सम्पूर्ण देशवासीका लागि आज निकै महत्वपूर्ण छ। आज नेपालका जनता लोकतन्त्र दिवस मनाइरहेका छन्। दोस्रो जनआन्दोलनका रुपमा चर्चित र स्थापित २०६२/६३ को राजनीतिक आन्दोलन सफल भएको दिन हो आज अर्थात वैशाख ११। यस तिथिमा मनाइने यो दिवस नेपाल र नेपालीका लागि विशेष छ। थुप्रै शहीदको शहादतपछि आम नेपालीका माझ आएको यो दिनको महत्व हाम्रा लागि भावनात्मक रुपमा विस्तारित छ। यस दिनपछि मात्र नेपालीले स्वयंलाई देशको सम्प्रभू नागरिकका रुपमा स्थापित र परिभाषित गर्ने अवसर प्राप्त गर्न सकेका हुन्। यस दिवसलाई औपचारिकतामा सीमित नराखी कर्तव्यबोध गर्ने दिनका रूपमा सबैले मनन् गर्न आवश्यक छ।

लोकतन्त्रको संस्थागत सुदृढीकरणको महाअभियानमा जनता नै सर्वोपरि शक्तिको स्रोत हुन भन्ने तथ्यलाई यस दिनले पुष्टि गरेको छ। लोकतन्त्रको विकल्प भन्नु अझै उन्नत लोकतन्त्र भन्ने मान्यताको विकास हुँदै आएको सन्दर्भमा लोकतन्त्र घोषणा गरिएको दिनको विशेष महत्व रहेको छ। लोकतन्त्र दिवस मनाइरहँदा यससँग जोडिएर थुप्रै विषय हाम्रासामु आएका छन्। हामीले लोकतन्त्रको विद्यमान अवस्था र चित्रका सन्दर्भमा विश्लेषण गर्नु आवश्यक छ। मूल विषय जनताले अनुभूत गर्ने उपलब्धि (?) र राजनीतिक प्रणालीको संस्थागत विकासको कुरा हो। आम नेपाली जनताको ठूलो सङ्घर्षपछि प्राप्त लोकतन्त्रको विद्यमान अवस्था र चित्रका सन्दर्भमा हामीले गम्भीर वस्तुगत विश्लेषण गर्नु आवश्यक छ।

यस सन्दर्भमा सर्वप्रथम लोकतन्त्रको अर्थ र परिभाषाकै सन्दर्भमा कुरा गरेर नेपाली लोकतन्त्रको विश्लेषण गर्नु जरुरी छ। प्रसिद्ध दार्शनिक एरिस्टोटलले लोकतन्त्रमा धनीभन्दा गरिबहरु बढी शक्तिशाली हुन्छन् किनकी समाजमा गरिबहरुको बर्चस्व हुन्छ भनेर लोकतन्त्रलाई परिभाषित गर्ने प्रयत्न गरेका थिए। यसैगरी प्रसिद्ध विचारक एवं अमेरिकाका पूर्व राष्ट्रपति अब्राहम लिंकनले जनताद्वारा जनताको लागि जनतामार्फत नै गरिने शासन व्यवस्था नै वास्तविक लोकतन्त्र हो भन्ने भनाइबाट आजको युगमा कोही पनि अनभिज्ञ छैनन्। लोकतन्त्रका बारेमा अलिकति पनि जानकारी राख्ने बालबालिकादेखि वृद्धवृद्धा सबैले लिंकनको उपयुक्त भनाइको स्मरण नगर्ने बिरलै होलान्।

यस्तै यस शताब्दीका महान विचारक नोवेल पुरस्कार विजेता अमर्त्य सेनले लोककल्याणकारी राज्य र सरकारको सन्दर्भमा लोकतन्त्रको महत्व प्रष्ट्याउँदै भनेका छन्– समकालीन समाजमा लोकतान्त्रिक मूल्य मान्यतालाई आत्मसात् गरेको सरकारले मात्र जनताका आधारभूत आवश्यकता र चाहनालाई सम्बोधन गर्ने सामर्थ्य राख्दछन्। यसै शताब्दीका अर्का महान विचारक समाजशास्त्री जेम्स माहोनीले व्यक्त गरेको विचार पनि मननीय छ। जेम्सका विचार मननीय मात्र छैन, विश्लेषण गर्ने हो भने उनको विचारलाई आजको लोकतन्त्रको सन्दर्भमा शासनको परीक्षण गर्ने कसीका रुपमा बुझ्न सकिन्छ। उनले भनेका छन्– लोकतन्त्रले सहभागितामूलक शासन व्यवस्थामा विश्वास गर्दछ, पारदर्शिताको वकालत गर्दछ र उत्तरदायित्वलाई सधैँभरि आत्मसात गर्दछ।

माथिका विभिन्न विचारको आलोकमा विश्लेषणको प्रयत्न गर्ने हो भने नेपाली लोकतन्त्रको विद्यमान अवस्थाबाट सन्तुष्ट हुन सकिने अवस्था छैन। माथिका सबै विचारले नागरिक र जनतालाई केन्द्रमा राखेको छ। तर नेपाली लोकतन्त्रको अवस्थाको मूल्याङ्कन गर्ने हो भने यहाँ जनता होइन, नेता राजनीतिको केन्द्रमा रहने गरेको पाउन सकिन्छ। लोकतन्त्र दिवसको सन्दर्भमा एउटा कुरा स्वीकार्नै पर्छ, नेपाली लोकतन्त्र अझै पनि सुदृढ र संस्थागत हुने दिशामा अगाडि बढ्न सकेको छैन। लोकतन्त्र केवल शासनको स्वरूप मात्र नभएर सामाजिक व्यवस्था, मूल्यमान्यता र संस्कारसमेत हो भन्ने तथ्यलाई आम नागरिक, राजनीतिक दल एवं सरकारले आत्मसात् नगरेसम्म यस दिन औपचारिकतामा मात्र सीमित हुन जान्छ।

लोकतन्त्रलाई बलियो बनाउने भनेकै सुशासन हो। आमनागरिकलाई सुशासनको प्रत्याभूति दिनसक्दा मात्रै लोकतान्त्रिक शासन व्यवस्था बलियो हुन सक्दछ। मुलुकको आर्थिक समृद्धिको मूल आधारस्तम्भ भनेकै सुशासन हो। सुशासन कायम नहुँदासम्म विकास र समृद्धिले गति लिन नसक्ने मात्र होइन, लोकतन्त्रप्रतिको जनविश्वास पनि गुम्ने खतरा रहन्छ। लोकतन्त्र धेरै हदसम्म जनतालाई आवश्यक सेवा प्रदान गर्ने सेवा प्रदायक संयन्त्र हो। तर दुःखका साथ भन्नुपर्ने हुन्छ नेपाली लोकतन्त्रले आफूमा यो चरित्रको विकास गर्न सकेको छैन। विभिन्न नाममा हुने अनियमितता र भ्रष्टाचार नेपाली लोकतन्त्रका प्रमुख चुनौती बनेका छन्। यसैगरी नातावाद र कृपावाद अर्काथरि धमिरा बनेका छन्। जबकी यी विसङ्गतिहरुको लोकतन्त्रसँग कुनै साइनो हुँदैन।

यस्तै विसङ्गतिहरुबाट समाजलाई मुक्त पारी जनतालाई आवश्यक सेवा सहज रुपमा प्रदान गर्ने प्रक्रियालाई चुस्त बनाउनु लोकतन्त्रको महत्वपूर्ण गुण हो, जो आजको सन्दर्भमा चुनौतीका रुपमा उपस्थित छ। तर, बिडम्बना नै भन्नुपर्छ, लोकतन्त्रलाई यी गुण सम्पन्न गराउनुभन्दा स्वार्थपूर्ति गर्ने संयन्त्रका रुपमा प्रयोग भैरहेको देखिन्छ। यो अवस्थाले गर्दा लोकतन्त्र विरोधीहरुले लोकतन्त्र नै अफाप भयो भन्ने प्रचार गर्ने अवसर पनि पाइरहेका छन्। लोकतन्त्रका पक्षपातीहरु यी विषयमा गम्भीर हुन नसक्दा लोकतन्त्र विरोधीहरुका लागि यो स्थिति अनुकूल हुने खतरा बढेको कुरालाई अस्वीकार गर्न सकिँदैन। यो समस्या आजको सन्दर्भमा नेपालको मात्र नहुन सक्छ। कुनै न कुनै रुपमा विश्वमै यसबारे वहस चलिरहेका छन। अन्तरव्यवस्थापिका परिषद्ले यस विषयमा चासो राख्ने गरेको छ र लोकतन्त्रलाई जनताको जिम्मेबार शासन प्रणालीका रुपमा विकसित गर्ने प्रयत्न थालेको छ।

लोकतन्त्रको विकल्प भनेको पनि निरन्तर लोकतान्त्रीकरण मात्र हो। लोकतन्त्रका मूल्य पद्धतिमा परिष्कृत गर्दै मानव चाहनाको उच्चतम सम्बोधनमार्फत् प्रणालीगत सुधारमा चिन्तन-प्रवाह जारी छ। यसैक्रममा लोकतन्त्रले सामाजिक जीवनमा पारेको अद्भूत प्रभावले गर्दा अन्तर व्यवस्थापिका परिषद्ले लोकतन्त्रलाई अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा स्वीकार्य संस्थाको रुपमा अङ्गीकार गरेको छ। अन्तर व्यवस्थापिका परिषद् सन् १८८९ मा स्थापित भएको विश्वका १५४ वटा सार्वभौम राष्ट्रका व्यवस्थापिकाहरू र आठ क्षेत्रीय संसद्हरूको साझा सङ्गठन हो। नेपाल यसको सदस्य राष्ट्र हो। यसको केन्द्रीय कार्यालय जेनेभा, स्विट्जरल्याण्डमा छ। यो संयुक्त राष्ट्र सङ्घको शान्तिको लक्ष्य प्राप्त गर्न सहयोग पुऱ्याउने विश्वको साझा राजनीतिक सङ्गठन हो।

इजिप्टको कायरोमा बसेको परिषद्को १६१ औँ सभाले सन् १९९७ मा लोकतन्त्रको विश्वव्यापी घोषणापत्र स्वीकार गर्दै पारित गरेको थियो। कायरोमा उपस्थित परिषद्का १३७ राष्ट्रहरूले यो घोषणापत्रलाई पारित गरेका थिए। त्यसैले लोकतन्त्रको यो विश्व घोषणापत्र संयुक्त राष्ट्र सङ्घका सदस्यहरूका लागि आवश्यक तथा राज्य सञ्चालनका लगि निर्देशक सिद्धान्त बन्न पुगेको छ। लोकतन्त्रको विश्वव्यापी घोषणापत्रप्रति नेपालको पूर्ण प्रतिवद्धता छ। यो प्रतिवद्धतामा आँच आएमा नेपालको लोकतान्त्रिक छविमाथि चुनौती थपिनेछ। यो घोषणापत्रमा हस्ताक्षर गर्ने नेपाली प्रतिनिधि मण्डलका नेता वर्तमान राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेल हुनुहुन्थ्यो, जो त्यसबेला प्रतिनिधिसभाको सभामुख हुनुहुन्थ्यो। उहाँलाई यस कुराको स्मरण हुनैपर्छ। सभामुखका हैसियतले सभामा सहभागी भई हस्ताक्षर गर्नुभएका पौडेल यतिखेर नेपालको राष्ट्रपति हुनुहुन्छ। आशा गरौं, उहाँको राष्ट्रपतिको कार्यकालमा नेपाली लोकतन्त्र थप जिम्मेबार, उत्तरदायी र सुदृढ हुनेछ।

तर यति हुँदाहुँदै पनि एउटा कुरा भने सोचनीय छ, यति महत्वपूर्ण दस्तावेजप्रति आम नेपालीको त्यति धेरै चासो र अध्ययनको रुची छैन। नेपालका राजनीतिक दलले भावी दिनमा आफूलाई जनताबीच स्थापित गर्न अन्तर व्यवस्थापिका परिषद्ले पारित गरेको घोषणापत्र कार्यान्वयन गर्ने वातावरण निर्माण गर्न लागि पर्नु आवश्यक छ। मूल कुरा हो जनताको जीवनस्तरमा सुधार। यति कुरा गर्न सकिए नेपाली जनता लोकतन्त्रप्रति थप विश्वस्त हुन सक्नेछन्। लोकतन्त्रप्रति आम जनताको अपनत्व हुन आवशयक छ। लोकतन्त्रमा लोकको कल्याण होस्। *(लेखक राष्ट्रिय समाचार समितिका कार्यकारी अध्यक्ष हुनुहुन्छ)*

प्रअलाई हातापात...

नेपाल शिक्षक संघ, नेपाल शिक्षक संगठन, एकिकृत नेपाल शिक्षक संगठन, संघिय शिक्षक फोरम नेपाल र नेपाल शिक्षक मञ्चलाई बोर्ढाथ समेत दिइएको उक्त पत्रमा विद्यार्थी भर्ना अभियान ऱ्याली र अभिभावकत्व ग्रहण कार्यक्रम विथोल्ने उदेश्यले आएको सो समूहले आफूमाथी हातपात, गालीगलौच, धाक धम्की र लुगा च्यात्नुका साथै मोबाइल र विद्यालयको साँचो खोसेर डेढ घण्टा कार्यकक्ष मै थुनेर राखेको उनले उल्लेख गरेका छन्।

उनले पिडक विरुद्ध प्रहरीमा उजुरी समेत दिएका छन्। बाल विकास देखि ८ कक्षा सम्म पढाई हुने उक्त विद्यालयमा ५ सय छात्र/छात्रा अध्यनरत छन। जसमध्ये ९० प्रतिशत गरिब, दलित र पिछडिएका समुदायका बालबालिका छन्।

उनले कार्यक्रम विथोल्न व्यवस्थापन समितिका सदस्यको अगुवाईमा ३०/४० जनाको समुह आउँदै छ, भनी पूर्व सूचना प्राप्त भएपछि तत्कालै नजिकै रहेको झुटकी प्रहरी चौकीमा जानकारी गराउँदा पनि प्रहरी समयमा न आएको र आफूले यस्तो दुर्व्यवहार खेप्नु परेको गुनासो पोखे। उनले यो पटक समेत गरी आफुमाथी विभिन्न बहाना र निहुमा विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्य यादवको अगुवाईमा चौथो पटक आक्रमण भएको बताएका छन्।

यस्तो अपमान सहेर पनि विद्यालयको पठन पाठन सुचारु राखेका प्रअ यादवले दोषीमाथी कारवाही नगरिए विद्यालयको पठन पाठन रोक्न बाध्य हुने जनाएका छन्। उनले गाउँपालिका कार्यालयको शिक्षा शाखाको निर्देशन अनुसार समय मै विद्यार्थीको हातमा पाठ्यपुस्तक पुऱ्याउन बैशाख ३ गते एक कार्यक्रम गरी पाठ्यपूस्तक वितरण गरिएकोमा किन पुस्तक बाँड्न हतार गरिस ? भन्दै विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्य यादवले पटक पटक निहुँ खोज्ने गरेको दोषारोपण पनि गरे। उनले विद्यालयमा काम गर्ने बातावरण र सुरक्षा प्रत्याभुतीको माग समेत गरेका छन्। नेपाल शिक्षक महासंघले समेत शिक्षकको पेशागत सुरक्षा, हकहित र सम्मानको मागँ गरेको छ। नेपाल शिक्षक महासंघ सप्तरीका अध्यक्ष सुरेश कुमार यादव र सचिव लखिन्द्र प्रसाद साहले मंगलवार प्रेस विज्ञप्ती मार्फत घट्नाको सत्य तथ्य छानवीन गरी दोषीमाथी कारवाहीको मागँ गरेको छ।

यता विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्य रघुनन्दन यादवले आफुहरुले प्रअ यादवमाथी हातपात नगरेको दाबी गरेका छन्।

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar
MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ

डा. सन्तोष प्रसाद शाह
Dr. Santosh Prasad Sah
MBBS (T.U.), MD Internal Medicine (NAMS, Bir Hospital Kathmandu)
NMC Reg. No. : 15019
कन्सलटेन्ट फिजिसियन

डा. सरोज कुमार साह
Dr. Saroj Kumar Sah
MBBS, MS Orthopaedics (BPKIHS) Dharan
Fellowship in Hand Surgery (CMC Vellore)
NMC Reg. No. : 13288
हाड जोर्नी, नशा तथा बाथ रोग विशेषज्ञ

डा. जयन्ती यादव
Dr. Jayanti Yadav
M.B.B.S. MD (Obstetrician and Gynaecologist)
हाल कार्यरत गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराज
NMC Reg No. : 15312
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ

सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

गर्मीबाट बच्न निम्न सावधानी अपनाऔं

- प्रसस्त मात्रामा पानी खाऔं। साथमा पानीको बोतल राख्ने गरौं।
- प्रचण्ड गर्मीमा घरबाहिर नजाऔं। जानै परे सुरक्षित भएर मात्र जाऔं।
- गर्मीको समयमा पूरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं।
- कागती पानी, नरिवल पानी, ताजा फलफुलको रस नियमित रुपमा सेवन गरौं।
- हल्का रंगको सुतिको कपडा लगाऔं।
- बालबालिकालाई १२ बजेदेखि ४ बजेसम्म सकेसम्म घरबाहिर निस्कन नदिऔं।
- यदि बालबालिकालाई रिंगटा लागेमा, वान्ता भएमा, धेरै टाउको दुखेमा वा सास फेर्न अप्ठ्यारो भएमा तुरुन्त नजिकको अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्था लैजाऔं।
- बालबालिकालाई टाउको ढाकी राख्न लगाऔं, कपडा, टोपी, छाताको प्रयोग गरौं।
- काँचै खाने फलफुल तथा अन्य कुराहरु राम्ररी धोइपखाली मात्र खाऔं।
- गर्मीको कारण स्वास्थ्यमा कुनै समस्या देखापरे तुरुन्तै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं।
- गर्मीको समयमा झुलभित्र सुतौं। झ्याल ढोकामा जाली लगाऔं।
- बासी, सडेगलेका तथा झिङ्गा भन्केका खानेकुरा नखाऔं।
- खानेपानी सधैं छोपेर राखौं।
- दिसापिसाब चर्पीमा मात्र गरौं।
- घर वरिपरि सरसफाई गरी फोहरमैलाको उचित व्यवस्थापन गरौं।
- गर्मीको बेला अत्यधिक चिसो पानी वा पेय पदार्थ नखाऔं।

अनुरोधकर्ता
छिन्नमस्ता गाउँपालिका, सप्तरी

कतारमा पानी निर्यातको अवसर

प्रगति ढकाल

काठमाडौं, ११ वैशाख (रासस)।

नेपालले पानी निर्यात गरी आर्थिक समृद्धि हासिल गर्नसक्ने सम्भावना खोजिरहेका बेलामा कतार पनि पानी निर्यातको राम्रो गन्तव्य हुनसक्नेमा सरोकारवालाहरुले बताउनुभएको छ। नेपालको खानेपानीले अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा व्यापारिक सम्भावना खोजिरहेको बेलमा कतार पनि मुख्य गन्तव्य हुनसक्ने उहाँहरुको भनाइ छ।

पछिल्लो समय जलवायु परिवर्तनको असरका कारण विश्वमा पानीको स्रोत सुक्दै गइरहेको भन्दै यसबारे विश्वव्यापी छलफल सुरु भइसकेको छ। कतारलगायतका खाडीमुलुक पनि पानीको सङ्कटग्रस्त क्षेत्र मानिन्छ। कतारमा पानी निर्यातक्रम बढिरहेको अध्ययनले देखाएको छ। विभिन्न देशमा स्वच्छ खानेपानीको अभाव बढ्दो रहेको अवस्थामा हिमालको पानीको माग उच्च हुनसक्ने उहाँहरुको आकलन छ।

एक प्रतिवेदनअनुसार कतारमा हाल वार्षिक चार करोड डलरभन्दा बढी बोतलको पानीको व्यवसाय छ। यो प्रत्येक वर्ष बढ्दो छ। यस्तो अवस्थामा नेपालले हिमालको पानी कतारमा पुऱ्याएर आम्दानी गर्न सक्ने सरोकारवालाको भनाइ छ। नेपालबाट पनि बोतल बन्द पानी कतारमा निर्यात गर्न सके त्यसबाट राम्रो आम्दानी गर्न सक्ने सम्भावना छ।

लगानी सम्मेलनको पूर्वसन्ध्यामा राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलको मैत्रीपूर्ण निमन्त्रणामा कतारका अमिर शेख तमिम बिन हमाद अल थानी मंगलबार नेपाल भ्रमणमा आउनुभएको छ। कतारी अमिरको भ्रमणले नेपालको स्वदेशी वस्तुहरुको निर्यात प्रवर्द्धनका लागि पहल गर्ने सुनौलो अवसरका रुपमा लिन सकिने उहाँहरुको बुझाइ छ।

व्यापार तथा निकासी प्रवर्द्धन केन्द्रको तथ्याङ्कअनुसार चालु आर्थिक वर्षको चैतसम्म विश्वका दुई वटा मुलुकमा नेपालको पानी निर्यात भएको छ। तथ्याङ्कअनुसार यस अवधिमा रु १५ लाख २१ मूल्य बराबरको पानी भारत निर्यात भएको छ भने रु २० लाख ९० हजार बराबरको पानी जापान निर्यात भएको छ।

भन्सार विभागका अनुसार आव २०७८/७९ मा नेपालले १८ हजार चार सय तीन लिटर पानी कतार निर्यात गरेको थियो। जसबाट नेपालले रु २५ लाख ४४ हजार आम्दानी गरेको थियो। तर त्यसपछिका वर्षमा कतारमा पानी निर्यात हुन सकेको छैन। अब त्यसलाई निरन्तरता दिन सके कतार पानी निर्यातको राम्रो गन्तव्य बन्न सक्ने देखिएको छ।

केन्द्रकाअनुसार अघिल्लो वर्ष जर्मनी, जापान, भारत, अष्ट्रेलियामा खानेपानी निर्यात भएको थियो। केन्द्रका शाखा अधिकृत कृष्णराज बज्राचार्यले पानी व्यापार पनि मुलुकको आर्थिक समृद्धिको महत्वपूर्ण आधार भएको भन्दै पानी निर्यात प्रवर्द्धनलाई जोड दिनुपर्ने बताउनुभएको छ।

खानेपानी मन्त्रालयका सहसचिव माधव अधिकारीले कतारमा खानेपानी निर्यातको राम्रो सम्भावना रहेको बताउनुभयो। "हाम्रो हिमाली क्षेत्रको स्वच्छ खानेपानीको विज्ञापन गर्नसकेमा कतार पनि पानी निर्यातको राम्रो सम्भावना भएको मुलुक बन्न सक्छ", उहाँले भन्नुभयो, "अहिलेसम्म केही निजी क्षेत्रहरुले पिउने पानी निर्यात गर्न थालेका छन्। अब यसलाई अझै व्यापाक प्रचार प्रसार गर्दै कतारलगायतका खाडी मुलुकमा पनि व्यापारको गन्तव्य खोजिनुपर्छ।"

लगानी सम्मेलन र कतारी राजाको भ्रमणका अवसरमा नेपालको पानीको निर्यात प्रवर्द्धनका लागि पहल गरिनुपर्नेमा उहाँले जोड दिनुभएको छ। उहाँका अनुसार पानी निर्यातसम्बन्धी ऐन नभएको भन्दै ऐन बनाउन पहल पनि थालिनुपर्नेमा जोड दिनुभएको छ। "अहिले उद्योग विभागले निर्यातका लागि केही काम गरिरहेको छ। अब अन्तरसरकारी निकायबीच समन्वय बढाएर पानी निर्यातको नीतिगत व्यवस्था गर्न जरुरी छ", अधिकारीले भन्नुभयो, "स्वदेशी पानी विश्वबजारमा बेच्नसकेमा स्वदेशी वस्तुको निर्यात प्रवर्द्धन हुने र मुलुकको आर्थिक समृद्धि सम्भव छ।"

बीना मगर खानेपानी मन्त्री भएको समयमा नेपालको पानी विदेश निर्यात गर्ने विषयमा छलफल सुरु गर्नु भएको थियो। खानेपानी मन्त्रालयले यसैको निरन्तरता दिँदै छलफल चलाइरहेको छ।

कतार वातावरण तथा ऊर्जा अनुसन्धान संस्थानले गरेको एक सर्वेक्षणअनुसार कतारको ३० प्रतिशत जनसङ्ख्याले मात्र दैनिक धाराको पानी पिउँछन्। अधिकांशको रोजाइ बोतलको पानीमा छ। खानेपानीको बढ्दो मागबीच ती क्षेत्रमा बोतलको पानीको उद्यम वार्षिक आठ प्रतिशतले बढेको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। बढ्दो जनसङ्ख्या, उच्च खपत उपभोग्य आय, सहज बजार पहुँच, स्वास्थ्यमा बढ्दो जनचेतनालगायतका कारण त्यहाँका जनता धाराको पानीको साटो 'मिनिरल वाटर'को खपत बढेको अध्ययनले देखाएको छ।

गैरआवासीय नेपाली सङ्घ (एनआरएनए) का पूर्वअध्यक्ष भवन भट्टले पनि लगानी सम्मेलनको पूर्वसन्ध्यामा कतारी राजा नेपाल भ्रमणमा आएको मौकामा खानेपानी निर्यातका लागि पहल गरेमा मुलुकको अर्थतन्त्र सुधार हुने बताउनुभएको छ। "कतारको समृद्धिका लागि हाम्रा नेपाली कामदारहरुले गर्नुभएको योगदान महत्वपूर्ण छ", उहाँले भन्नुभयो, "अब कतारले पनि हाम्रो मुलुकको समृद्धिका लागि खानेपानीलगायत स्वदेशी वस्तु आयात गरिदिन कतारलाई आग्रह गर्नुपर्छ।"

नेपालको पैठारी व्यापारमा प्रमुख मुलुकमा भारत, चीन, युएई, युक्रेन, मलेसिया, संयुक्तराज्य अमेरिका, फ्रान्स, अष्ट्रेलिया, इण्डोनेसिया, अर्जेन्टिना, थाल्याण्ड, संयुक्त अधिराज्य, साउदी अरेयिबा र ओमान प्रमुखरुपमा रहेको उद्योग मन्त्रालयको भनाइ छ। चालु आर्थिक वर्ष २०८०/८१ प्रथम आठ महिनामा अघिल्लो आर्थिक वर्षको सोही अवधिको तुलनामा व्यापारघाटामा दुई दशमलव पाँच प्रतिशतले ह्रास आई कूल व्यापारघाटा रु नौ खर्ब २९ अर्ब ६१ करोडमा सीमित भएको मन्त्रालयको तथ्याङ्क छ।

कतारमा पानी निर्यातको गन्तव्य बनाउनसकेमा मुलुकको व्यापार घाटा कम गर्न सकिने विज्ञहरुको भनाइ छ। नेपाल खानेपानी सरसफाइ तथा स्वच्छता नीति २०८० अनुसार पनि खानेपानी निर्यात मुलुकको अवसर रहेको छ। "विदेशमा समेत खानेपानी निर्यात गर्न यस क्षेत्रका अवसरका रुपमा रहेको छ", नीतिमा उल्लेख छ।

समुदायस्तरमा आयोजना पहिचान, तर्जुमा र कार्यान्वयनबाट उत्तरदायित्व वृद्धि हुने, जीवनशैलीमा आएको सुधारसँगै गुणस्तरयुक्त खानेपानी र सरसफाइ सेवाको बढ्दो माग, नदीनाला, तालतलैया तथा जलाशयलगायत अन्य वातावरणीय स्वच्छताका विषयमा जनचेतनामा आएको नकारात्मक अभिवृद्धि, सामुदायिक, गैरसरकारी तथा विकास साझेदारको सहयोग र सहभागिता, पर्यटकीय क्रियाकलापको अभिवृद्धि तथा पर्यटकलाई आकर्षण गर्न सकिने नीतिमा उल्लेख छ

नीतिनिर्माणको आवश्यकता पहिचान संविधान प्रदत्त स्वच्छ खानेपानी सेवामा पहुँच तथा स्वच्छ वातावरणमा बाँच्न पाउने मौलिक हकको परिपूर्ति, संरक्षण, सम्वर्द्धन गरी दिगोरूपमा उपभोग गर्नका लागि दिशानिर्देश गर्न, विद्यमान ग्रामीण खानेपानी तथा सरसफाइ नीति र सहरी खानेपानी तथा सरसफाइ नीतिलाई एकीकृत गरी संघीय संरचना अनुकूल बृहत्तर राष्ट्रिय नीति निर्माण गर्न, यस क्षेत्रमा रहेका वर्तमान समस्या तथा चुनौतीलाई सम्बोधन गर्न र भविष्यमा उत्पन्न हुनसक्ने समस्याहरूलाई न्यूनीकरण गर्नै आवश्यक रहेको पनि नीतिमा उल्लेख छ।

गर्मीबाट बच्न निम्न सावधानी अपनाऔं

- प्रसस्त मात्रामा पानी खाऔं। साथमा पानीको बोतल राख्ने गरौं।
- प्रचण्ड गर्मीमा घरबाहिर नजाऔं। जानै परे सुरक्षित भएर मात्र जाऔं।
- गर्मीको समयमा पूरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं।
- कागती पानी, नरिवल पानी, ताजा फलफुलको रस नियमित रुपमा सेवन गरौं।
- हल्का रंगको सुतिको कपडा लगाऔं।
- बालबालिकालाई १२ बजेदेखि ४ बजेसम्म सकेसम्म घरबाहिर निस्कन नदिऔं।
- यदि बालबालिकालाई रिंगटा लागेमा, वान्ता भएमा, धेरै टाउको दुखेमा वा सास फेर्न अप्ठ्यारो भएमा तुरुन्त नजिकको अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्था लैजाऔं।
- बालबालिकालाई टाउको ढाकी राख्न लगाऔं, कपडा, टोपी, छाताको प्रयोग गरौं।
- काँचै खाने फलफुल तथा अन्य कुराहरु राम्ररी धोइपखाली मात्र खाऔं।
- गर्मीको कारण स्वास्थ्यमा कुनै समस्या देखापरे तुरुन्तै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं।
- गर्मीको समयमा झुलभित्र सुतौं। झ्याल ढोकामा जाली लगाऔं।
- बासी, सडेगलेका तथा झिङ्गा भन्केका खानेकुरा नखाऔं।
- खानेपानी सधैं छोपेर राखौं।
- दिसापिसाब चर्पीमा मात्र गरौं।
- घर वरिपरि सरसफाई गरी फोहरमैलाको उचित व्यवस्थापन गरौं।
- गर्मीको बेला अत्यधिक चिसो पानी वा पेय पदार्थ नखाऔं।

अनुरोधकर्ता
शम्भुनाथ नगरपालिका, सप्तरी

विश्व समाचार

इथियोपियामा द्वन्द्वका कारण ५० हजारभन्दा बढी विस्थापित

नैरोबी, ११ वैशाख (रासस/एएफपी)।

उत्तरी इथियोपियाको एउटा विवादित क्षेत्रमा भएको झडपका कारण ५० हजारभन्दा बढी मानिस विस्थापित भएको संयुक्त राष्ट्रसङ्घले जनाएको छ। अन्तर्राष्ट्रिय समुमदायले प्रतिद्वन्द्वी क्षेत्रहरूमा लडाकूहरू संलग्न हिंसाप्रति चिन्ता व्यक्त गरेका छन्।

"अप्रिल १३/१४ पछि टाइग्रे र छिमेकी अमहाराले दाबी गरेको अलामाता टाउन र राया अलामाता, जाटा र ओफलामा सशस्त्र झडपहरूबाट विस्थापित मानिसको सङ्ख्या ५० हजारभन्दा बढी भएको छ", स्थानीय अधिकारीहरूलाई उद्धृत गर्दै राष्ट्रसङ्घले भनेको छ, "मानवीय अवस्था गम्भीर छ, हजारौं महिला र बालबालिकालाई बाँच्नका लागि व्यापक मानवीय सहायताको आवश्यकता छ।"

इथियोपियाको सरकार र क्षेत्रीय टाइग्रेयन अधिकारीहरूबीच दुई वर्षको युद्धमा अमहारा बलले दक्षिणी टाइग्रेमा राया अलामाता कब्जा गरेका छन्।

प्रधानमन्त्री अबी अहमदी सरकार र टाइग्रेयन अधिकारीहरू बिचको शान्ति सम्झौताअन्तर्गत सङ्घर्षका क्रममा सङ्घीय सेनालाई समर्थन गरेको अमहारा सेनाले सन् २०२२ नोभेम्बरमा प्रिटोरियामा सम्झौतामा हस्ताक्षरपछि राया अलमाताबाट फिर्ता हुनुपर्ने थियो।

सङ्घीय सरकार र टिग्रेयन अधिकारीहरूले उत्तरी इथियोपियामा मिडियाको पहुँचमा कडा प्रतिबन्ध लगाइएको हुनाले स्वतन्त्र अवस्थालाई प्रमाणित गर्न असम्भव छ।

संयुक्त राज्य अमेरिका, जापान, बेलायत र फ्रान्सलगायत धेरै राष्ट्रका दूतावासहरूले शनिबार वार्ताको आह्वान गर्दै नागरिकको सुरक्षा गर्न आग्रह गरेका छन्।

युद्धको सुरुआती समयमा अमहारा सेनाहरूले पश्चिमी टिग्रे कब्जा गरी नियन्त्रणमा लिँदा विवादित दुवै क्षेत्रहरूले दावी गरेका छन्।

इथियोपियाको दोस्रो बढी जनसङ्ख्या भएको क्षेत्र अमहारा सन् २०२३ अप्रिलदेखि द्वन्द्वग्रस्त छ भने सङ्घीय सरकारको देशका क्षेत्रीय सेनाहरूलाई ध्वस्त पार्ने निर्णयले द्वन्द्व निम्त्याएको थियो। टिग्रे शान्ति सम्झौताबाट विश्वासघात भएको महसुस गरिसकेका अमहारा राष्ट्रवादीहरूले यो कदमले आफ्नो क्षेत्रलाई कमजोर पार्ने बताएका छन्।

चिनियाँ प्रहरीद्वारा विदेशमा आर्थिक फरार व्यक्तिको खोजी अभियान सुरु

बेइजिङ, ११ वैशाख (रासस/सिन्ह्वा)।

चीनको सार्वजनिक सुरक्षा मन्त्रालयले विदेशमा फरार रहेका आर्थिक भगौडाहरूलाई पक्रन यस वर्षका लागि अभियानको योजना बनाएको छ।

राष्ट्रिय सुरक्षा र सामाजिक स्थिरताको रक्षा गर्न 'फक्स हन्ट-२०२४' कोड नामको अभियानले भ्रष्टाचार विरुद्धको अभियानलाई तीव्रता दिने र प्रमुख जोखिमहरूलाई रोक्ने र निरुत्साहित गर्ने अपेक्षा गरिएको छ।

सन् २०२४ देखि लगातार १० वर्षमा चीनको 'फक्स हन्ट' सञ्चालनहरूले एक सय २० भन्दा बढी देश र क्षेत्रमा नौ हजारभन्दा बढी आर्थिक भगोडालाई पक्राउ गरेको र लगभग ४९ अर्ब युआन (लगभग छ अर्ब ८० करोड अमेरिकी डलर) को आर्थिक नोक्सानलाई पुनः प्राप्त गरेको छ।

कुवेतमा अन्तर्राष्ट्रिय युवा फोटोग्राफी प्रदर्शनी सुरु

कुवेत सिटी, ११ वैशाख (रासस/सिन्ह्वा)।

कुवेतको हवाली गभर्नरेटमा सोमबारदेखि अन्तर्राष्ट्रिय युवा फोटोग्राफी प्रदर्शनी सुरु भएको छ। कुवेत चाइना कल्चरल सेन्टर र कुवेत सोसाइटी फर फोटोग्राफी आर्ट्सले ७० वटा फोटोग्राफिक कार्यहरू प्रदर्शन गर्ने 'संयुक्त भिजन साझा भविष्य' ले सहआयोजना गर्दैछन्।

कुवेत चाइना कल्चरल सेन्टरले बेल्ट एण्ड रोड साझेदार देशहरूसहित धेरै देशका युवा फोटोग्राफद्वारा ५० पुरस्कार-विजेता फोटोहरू उपलब्ध गराएको छ। कुवेत सोसाइटी फर फोटोग्राफी आर्ट्सले १६ युवा कुवेती फोटोग्राफरद्वारा २० शीर्ष फोटोग्राफिक कार्य प्रस्तुत गरको छ। यसले देशका सहर, प्रकृति, समाज र अन्य दृष्टिकोण देखाएको छ।

कुवेत चाइना कल्चरल सेन्टरका निर्देशक सिया जियानफेङले प्रदर्शनी चीन र कुवेतबीचको सांस्कृतिक आदानप्रदानको अर्को प्रमाण भएको र यसले दुई देशका जनताबीच आपसी समझदारी बढाउन मद्दत गर्ने बताउनुभयो। कुवेत सोसाइटी फर फोटोग्राफी आर्ट्सका अध्यक्ष सुआद अल-हमारले यी कामले चीन र कुवेतका युवा फोटोग्राफरहरूको जीवन शक्तिलाई प्रतिबिम्बित गर्दछ भन्नुभयो। फोटोग्राफी प्रदर्शनी जेठ २२ गतेसम्म चल्नेछ।

महिला हिंसा रोक्न सबै एकजुट हुनु पर्छ : उपाध्यक्ष

दैनिक समाचारदाता
राजबिराज, ११ बैशाख ।

महादेवा गाउपालिका अध्यक्ष अर्चना यादबले महिला हिंसा न्युनिकरण गर्न महिलाहरू एकजुट हुनुपर्नेमा जोड दिएकी छिन् ।

मंगलवार महादेवा गाउपालिकाको सहयोगमा तथा मानव अधिकार प्रवर्द्धन छिन्नमस्ता १ बरहीबिरपुरद्वारा आयोजित महिला हिंसा बिरूद्ध जनचेतनामुलक ५ दिने सम्बन्धी तालिम सो कुरामा जोड दिएक हुन् ।

उपाध्यक्ष यादबले महिला बिरूद्धको हिंसा राज्य, परिवार, समुदायवाट हुने गरेकोले यस्ता हिंसा न्युनिकरण सबै एकजुट हुनुपर्ने बताइन् ।

उनले समुदायमा छोराछोरीमा भेदभाव नगरी सम्मान व्यवहार गर्नुको साथै छोराछोरीलाई नियमित बिधालय पठाउनुपर्नेमा जोड दिईन । समाजमा हुने हिंसाका घटनाहरू रोक्नका लागि समुदायका अगुवाहरू एकजुट भई त्यस्ता घटनालाई निरूसाहित गर्नुपर्ने उल्लेख गरिन् ।

साक्षरता दर बढाउन, नियमिति छोरीलाई बिधालय पठाउनु पर्ने बताउदै पालिकालाई साक्षरदर बढाउन योजना ल्याउने बताईन ।

कार्यक्रममा महादेवा गाउपालिका वडा १ का अध्यक्ष जय किशोर दास, मानव अधिकार प्रवर्द्धन छिन्नमस्ता १ का अध्यक्ष हुलसित यादब, पत्रकार चन्दन यादब, प्रशिक्षक कंचन यादब, त्रिकोलन यादब लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

तराईमा अत्याधिक गर्मी हुने, तातो लहरबाट बच्न अनुरोध

काठमाडौँ, ११ वैशाख (रासस) ।

जल तथा मौसम विज्ञान विभागले विगत केही दिनदेखि देशका अधिकांश भूभागको अधिकतम तथा न्यूनतम तापक्रम क्रमिक रूपमा वृद्धि भइरहेकाले गर्मी बढी हुने जनाएको छ ।

विभागले लुम्बिनी प्रदेश तथा मधेस प्रदेशको तराई भूभागका थोरै स्थानमा बिगत दुई दिनदेखि तथा सुदूरपश्चिम प्रदेशको तराईका भूभागको थोरै स्थानमा बिगत एक दिनदेखि अधिकतम तापक्रम ४० डिग्री सेल्सियस वा सोभन्दा बढी मापन गरिएको भन्दै तापक्रम बढ्ने हुँदा सचेत हुन सोमबार विशेष बुलेटिन सार्वजनिक गर्दै अनुरोध गरेको छ ।

विभागको मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले जारी गरेको उक्त बुलेटिनमा आगामी केही दिनसम्म देशभरको तापक्रमको अवस्थाको विश्लेषणअनुसार तराईका भू-भागमा अत्यधिक गर्मीको सम्भावना रहने भएकाले आवश्यक तयारी गर्न तथा आवश्यक सतर्कता अपनाउनहुन अनुरोध गरिएको छ ।

"ती भूभागमा आगामी ५ दिन (२०८१ वैशाख १० गते देखि २०८१ वैशाख १४ गते) सम्म तातो हावा तथा तातो लहरको सम्भावना रहको हुनाले सो को असरबाट बच्न आवश्यक सतर्कता अपनाउन हुन अनुरोध छ । साथै पहाडी भूभागका उपत्यका तथा खोचमा तापक्रम क्रमिक रूपमा बढ्न सक्ने सम्भावना रहेकोले यस महाशाखाबाट जारी हुने सूचना तथा पूर्वानुमानमा अध्यावधिक रहनुहुन अनुरोध छ", बुलेटिनमा उल्लेख छ ।

महाशाखाले तातो हावा तथा तातो लहरबाट हुने सम्भावित असर जस्तैः थकाइ लाग्ने, कमजोरी हुने, बढी तिर्खा लाग्ने, टाउको दुख्ने, खुट्टा बाउँडिने, चक्कर आउने, बेहोस हुने, मांसपेशी दुख्ने, बान्ता आदि हुनसक्ने देखिएकाले सोबाट बच्न पनि अनुरोध गरेको छ ।

तातो हावा तथा तातो लहरबाट बच्न बढी गर्मीको समयमा घरभित्र अर्थात चिसो स्थानमा रहने, बाहिरी वातावरणमा बढी नजाने, हल्का लुगा लगाउने, सुती कपडा लगाउने, बाहिर निस्कँदा टाउको छोप्ने, टोपी लगाउने, नियमित (पटक-पटक) पानी तथा झोल पदार्थ (जुस, सर्वत, आदि) प्रशस्त मात्रामा पिउने र स्वास्थ्यमा समस्या भएमा स्वास्थ्यकर्मीसँग नियमित सम्पर्कमा रही थप सल्लाह सुझाव लिन अनुरोध गरिएको छ ।

ट्र्याक्टर ...

मृत्यु भएको छ भने एकै परिवारका चार जना घाइते भएका छन् ।

सोमबार मध्यरात हरिपुर्वाबाट पिप्राभित्ता जाँदै गरेको ट्र्याक्टर बरहथवा नगरपालिका-१५ स्थित नहरको बाटोमा दुर्घटना भएको हो । दुर्घटनामा १७ वर्षका राजकुमार सिंहको मृत्यु भएको हो ।

दुर्घटनामा परेका अन्य चार जनाको स्थानीय स्वास्थ्य संस्थामा उपचार भइरहेको छ ।

बार एशोसिएसनको ...

वरिष्ठ अधिवक्ता हिम्मम सिंह, रामजी साह वडा नं ७ का वडा अध्यक्ष सुभाष यादव, प्रमुख जिल्ला अधिकारी किरण थापा लगायतले मन्तव्य राखेका थिए । कार्यक्रमको संचालन सचिव दानो कुमारी चौधरी तथा स्वागत उपाध्यक्ष धर्मेन्द्र यादवले गरेका थिए ।

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीं कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
कंचनरुप नगरपालिका, सप्तरी

गर्मीबाट बच्न निम्न सावधानी अपनाऔं

- प्रसस्त मात्रामा पानी खाऔं । साथमा पानीको बोतल राख्ने गरौं ।
- प्रचण्ड गर्मीमा घरबाहिर नजाऔं । जानै परे सुरक्षित भएर मात्र जाऔं ।
- गर्मीको समयमा पूरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाऔं ।
- कागती पानी, नरिवल पानी, ताजा फलफुलको रस नियमित रुपमा सेवन गरौं ।
- हल्का रंगको सुतिको कपडा लगाऔं ।
- बालबालिकालाई १२ बजेदेखि ४ बजेसम्म सकेसम्म घरबाहिर निस्कन नदिऔं ।
- यदि बालबालिकालाई रिंगटा लागेमा, बान्ता भएमा, धेरै टाउको दुखेमा वा सास फेर्न अप्ठ्यारो भएमा तुरुन्त नजिकको अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्था लैजाऔं ।
- बालबालिकालाई टाउको ढाकी राख्न लगाऔं, कपडा, टोपी, छाताको प्रयोग गरौं ।
- काँचै खाने फलफुल तथा अन्य कुराहरु राम्ररी धोइपखाली मात्र खाऔं ।
- गर्मीको कारण स्वास्थ्यमा कुनै समस्या देखापरे तुरुन्तै नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं ।
- गर्मीको समयमा भुलभित्र सुतौं । झ्याल ढोकामा जाली लगाऔं ।
- बासी, सडेगलेका तथा झिङ्गा भन्केका खानेकुरा नखाऔं ।
- खानेपानी सधैं छोपेर राखौं ।
- दिसापिसाब चर्पीमा मात्र गरौं ।
- घर वरिपरि सरसफाई गरी फोहरमैलाको उचित व्यवस्थापन गरौं ।
- गर्मीको बेला अत्यधिक चिसो पानी वा पेय पदार्थ नखाऔं ।

अनुरोधकर्ता
तिहुत गाउँपालिका, सप्तरी

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीं कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता

सुरुङ्गा नगरपालिका, सप्तरी

प्रकाशक : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सहसम्पादक** : दीपककुमार गुप्ता (९८४१५१३२९९), **लेआउट** : संजय शेखर, **मुद्रण** : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, फोन : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : *rajbirajdainik@gmail.com*, **वेबसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*