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

राजविराज दैनिक

वर्ष ३१ अंक २४६ २०७९ साल बैशाख २१ गते बुधबार (4 May 2022 Wednesday) मूल्य रु. ५/-

ट्राफिक नियमको पालना गरौं।

- बाटो काट्दा जेब्रा क्रसिंगको प्रयोग गरौं,
- सडक बत्ति हेरेर मात्र बाटो काटौं,
- सडक तथा सडक किनारामा सवारी साधन जथाभावी पार्किङ्ग नगरौं,
- तोकिएको स्थानमा मात्र सवारी साधन पार्किङ्ग गरौं,
- पैदलयात्रीले फुटपाथ तथा आकासे पुलको प्रयोग गरौं।

सडक दुर्घटनाबाट आफू पनि बचौं, अरुलाई पनि बचाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

Log in : rajbirajdainik.com.np

यस अंक भित्र : २ पृष्ठमा : अटिजम रोग होइन,... ३ पृष्ठमा : सरकार र संसद्को भूमिकामा.. ३ पृष्ठमा : सांघाइमा घटे कोरोना भाइरसका..

चुनावी प्रचारका क्रममा झगडा हुँदा एकै परिवारका चार जना घाइते

दैनिक समाचारदाता
राजविराज, २० बैशाख ।

सप्तरीमा चुनावी प्रचारमा झगडा हुँदा एकै परिवारका चार जना घाइते भएका छन् ।

चुनावी प्रचारको विषयलाई लिएर विवाद बढ्दै जाँदा छिमेकीको कुटाइबाट जिल्लाको छिन्नमस्ता गाउँपालिका ७ का मधुराम यादव, उनका पत्नि संगिता, नाती पंकज र नातीनी सोनाली घाइते भएका हुन् ।

सोमवार साँझ एक पार्टीको पक्षमा प्रचारमा गएका बेला सोही वडा निवासी अर्को पार्टी पक्षधरका योगेन्द्र यादव, उनका छोरा रंजित र संजिव लगायको समूहले लाठी तथा अन्य घरेलु हतियारले आक्रमण गरेको पिडित घाइतेहरुले बताएका छन् ।

घाइते सबैको स्थानीय छिन्नमस्ता अस्पतालमा उपचार भइरहेको छ । पार्टी उम्मेदवारको प्रचारको शिलशिलामा निस्किेका छोरा विशाललाई अर्को राजनीतिक दलका समर्थक मानिएका योगेन्द्र, रंजित र संजिव लगायतको एक समूहले कुटपिट गर्दै गरेको खब आएपछि बचाउन जाँदा आफुहरुमाथि समेत आक्रमण भएको घाइते मधुरामले बताए । उनको देब्रे हात भाँचिएको छ भने टाउकोमा ११ वटा टाका लगाइएको छ ।

यस्तै उनको पत्नि संगिता र नाति पंकजको टाउँको पुटेको छ । उनको १२ वर्षिया नातिनी संगिताको पनि देब्रे हातको दुई वटा औंला भाँचिएको छ । मंगलवार इद पर्वको विदा रहेकाले बुधवार मात्र इलाका प्रहरी कार्यालय छिन्नमस्तामा आरोपीहरु उपर जाहेरी दिने तयारी भएको घाइते मधुरामका दाजु देवराम यादवले बताए । उनको सांघतिक आक्रमण गर्नेहरुलाई अविलम्ब पक्राउ गरी कानून बमोजिम कडा कार्वाही गर्न माग गरेका छन् ।

उता राजेन्द्र पक्षधरले चुनावी विषयमा विवाद हुँदा शुरुमा मधुराम पक्षबाट नै आक्रमण भएको दावी गर्दै आत्मरक्षाका लागि प्रतिकारको क्रममा उनीहरु घाइते भएको बताएका छन् । प्रहरीले घटनाबारे अनुसन्धान भइरहेको र दोषी जो सुकै भएपनि कानून दायरामा ल्याई आवश्यक कार्वाही प्रक्रिया अघि बढाइने जनाएको छ ।

विश्व प्रेस स्वतन्त्रता दिवस मनाइयो

दैनिक समाचारदाता
काठमाडौँ, २० वैशाख ।

'प्रविधि नियन्त्रित पत्रकारिता' मूल नाराका साथ विश्व प्रेस स्वतन्त्रता दिवस मंगलबार मनाइएको छ ।

दिवसका अवसरमा प्रेस तथा अभिव्यक्ति स्वतन्त्रताको पक्षमा खटिदा दिवङ्गत भएका पत्रकारप्रति श्रद्धाञ्जलि अर्पण गरिएको छ ।

दिवसको अवसरमा नेपाल पत्रकार महासङ्घले प्रेस तथा अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतासम्बन्धी प्रतिवेदन सार्वजनिक, फोटो प्रदर्शनी गर्नुका अन्तरक्रिया कार्यक्रमको आयोजना गरेको छ ।

काठमाडौंमा मंगलबार आयोजित कार्यक्रममा राष्ट्रिय मानवअधिकार आयोगका अध्यक्ष तपबहादुर मगरले प्रेस स्वतन्त्रता मानवअधिकारको रक्षक रहेको भन्दै पत्रकारको नीतिगत र पेशागत सुरक्षालाई सबैले ध्यान दिनुपर्ने बताए ।

महासङ्घका अध्यक्ष विपुल पोखरेलले जुनसुकै राजनीतिक दल सरकारमा पुगेपनि प्रेस स्वतन्त्रताको सवालमा निर्धक्क हुने अवस्था नरहेको बताए । उनले प्रेस स्वतन्त्रताले समाजका सबै वर्गको आवाजलाई बुलन्द पार्ने भन्दै राज्यलाई प्रेस स्वतन्त्रताको सवालमा संविधानको दायरामा रहन आग्रह गरे ।

कांग्रेसको निर्वाचन केन्द्रीय परिचालन समिति सचिवालय गठन

काठमाडौँ, २० वैशाख (रासस) ।

नेपाली कांग्रेसका उपसभापति एवं स्थानीय तह निर्वाचन केन्द्रीय परिचालन समितिका संयोजक पूर्णबहादुर खड्काले 'स्थानीय तह निर्वाचन केन्द्रीय परिचालन समिति सचिवालय' गठन गर्नुभएको छ ।

उहाँले मंगलबार पार्टीका केन्द्रीय सदस्य नानु बाँस्तोलाको संयोजकत्वमा सचिवालय गठन गर्नुभएको पार्टी कार्यालयले जनाएको छ । सचिवालय सदस्यमा डा सुरेश आचार्य, डा प्रभु बुढाथोकी, राजेन्द्रप्रसाद पौडेल, कृष्ण केसी र गेजा शर्मा वाग्ले रहनुभएको छ ।

सचिवालयले समिति र उपसमितिहरूले गरेका निर्णयको कार्यान्वयन, पार्टीका विभिन्न साङ्गठनिक संरचनाहरूले निर्वाचनमा पार्टीको विजय अभियानलाई सफल बनाउन गरिरहेका कामको जानकारी लिने र संयोजकको परामर्शमा समन्वय र संयोजनसहित आवश्यक कार्य गर्नेछ ।

जन ज्योती कृषि सहकारी संस्था लि. स्था.-२०६८ मलेठ, सप्तरी

जनज्योती कृषि सहकारीमा सदस्यता किन ...?

नीति, कार्यविधि र सुशासनमा चलेको संस्था
रणनीतिक योजना एवं लक्ष्य र उद्देश्यका आधारमा संचालित संस्था ।
आर्थिक समृद्धिका विभिन्न अवसरहरु भएको संस्था ।
विभिन्न घटना एवं दुर्घटनामा सुरक्षाको प्रत्याभुती गर्ने संस्था ।
प्रभावकारी व्यवस्थापन र सुशासनका लागि राष्ट्रिय सहकारी बैंकको राष्ट्रिय स्तरको care कार्यक्रममा आवद्ध संस्था ।
नेतृत्व विकासका लागि प्रसस्त अवसरहरु भएको संस्था ।
उद्यमशिलता विकासका लागि विभिन्न कार्यक्रमहरु भएको संस्था ।
सामाजिक उत्तरदायित्व वहन गर्ने संस्था ।
सहकारी अभियानमा राष्ट्रिय तहको नेतृत्व गर्न सफल संस्था ।
सदस्य मैत्री बचत र ऋण सेवा सहितको संस्था ।
व्यवसायिक कार्यक्रम संचालन गरेको संस्था ।
कृषि पेशालाई प्रात्साहन गर्ने संस्था ।
सदस्यहरुको कृषि उत्पादनको उचित मुल्यमा आकर्षक बजारीकरण गर्ने संस्था ।
त्यसैले आजै संस्थामा जुटौं, **"बचत गरौं समृद्ध वनौं"**

जनज्योति कृषि सहकारी संस्था लि.
राजविराज ९ मलेठ, सप्तरी
सम्पर्क नं. ०३१-५९०६०१, ०३१५९०६०२, www.janajyoticoop.com.np

मनाइयो इदुल फित्र

काठमाडौं, २० वैशाख (रासस)। अरबी पात्रो हिजरी संवत्अनुसार दशौं महिना (सौवाल) को पहिलो दिन मंगलबार देशभरका मुस्लिम समुदायले नमाज पाठ गर्नाका साथै ठूलाबडाबाट आशीर्वाद लिएर इदुल फित्र पर्व मनाएका छन्।

दशौं महिनाको पहिलो दिन नमाज पाठ सकेपछि तीन दिनसम्म आफ्ना मान्यजनबाट आशीर्वाद लिइन्छ। यसपर्वमा आफूभन्दा सानालाई आशिर्वाद दिने र आशीर्वाद लिन आउने आफन्तलाई सेवई, खजुरलगायत मीठा खानेकुरा खान दिने चलन छ। घरभन्दा टाढा(टाढा भई फर्कन नभ्याउनेले पनि मान्यजनबाट आशिर्वाद लिन्छन्।

खुसीपूर्वक दान गरेर दीनदुःखी एवं गरिबलाई बाँडिने भएकाले यो पर्वलाई इदुल फित्र भनिएको हो। अरबी पात्रो अनुसार नवौं महिनाको अन्तिम दिन चन्द्रमा देखिएपछि इदुल फित्र मनाउने कार्यक्रम तय हुने भए पनि यसवर्ष उक्त दिन आइतबार बेलुकी चन्द्रमा नदेखिएकाले मंगलबार यो पर्व मनाइएको हो।

अरबी पात्रो अनुसार कुनै पनि महिना ३१ दिनको नहुँने भएकाले सोमबार बेलुकी अर्थात् ३०औं दिन चन्द्रमा नदेखिए पनि त्यसपछिको दिनलाई १०औं महिना मानिन्छ। यसैकारण मंगलबार इद उल फित्र पर्व मनाइएको नेपाली जामे मस्जिदका सचिव मन्सुर हुसेनले रासससलाई जानकारी दिनुभयो। यो पर्वको अर्को उल्लेखनीय पक्ष दीनदुःखी र गरिबलाई दान दिनु हो। यस पर्वमा मुस्लिम धर्मावलम्बीले एक वर्षभित्रको बचतको साढे दुई प्रतिशत नगद वा जिन्सी दान गर्नुपर्ने विधान धर्मग्रन्थ कुरानमा उल्लेख गरिएको राष्ट्रिय मुस्लिम आयोगका पूर्वअध्यक्ष निर्दोष अलिले बताउनुभयो।

यसरी दान गरिएको नगद वा जिन्सी दीनदुःखी एवं गरिबलाई बाँडिन्छ। जसलाई जकात भनिन्छ। इद उल फित्रमा प्रत्येक व्यक्तिले आफ्नो गच्छेअनुसार गहुँ वा सो बराबरको नगद दान गर्छन्। जसलाई सत्कार फितर भनिन्छ। यो दान आमाको पेटमा आएको बच्चाको नाममा पनि गरिनुपर्छ भन्ने नियम मुस्लिम ग्रन्थमा उल्लेख छ। यो दान पनि दीनदुःखी र गरिबलाई नै दिइन्छ।

यसवर्ष (गत चैत २० गतेदेखि) मुस्लिम समुदायको एक महिना लामो व्रत (रोजा) सुरु गरिएको थियो। एक वर्षभित्र गरेका पाप कटाउन रमजानसमेत भनिने यो व्रत गरिने उहाँले बताउनुभयो। एक महिनासम्म दिनभर व्रत बसेर साँझ सूर्यास्तपछि नमाज पाठ गरिन्छ। बिहान सूर्योदय अघि र बेलुकी सूर्यास्तपछि मात्र मुस्लिम समुदायले नवौं रमजान महीनामा भोजन गर्ने परम्परा छ।

मनाइयो अक्षय तृतीया

काठमाडौं, २० वैशाख (रासस)। वैशाख शुक्ल तृतीयाका दिन मंगलबार दान, होम, जप, तप गरी अक्षय तृतीया पर्व मनाइएको छ। आजका दिन गरिएको दान, होम, जप, तपको फल अक्षय अर्थात् कहिल्यै नष्ट नहुने भएकाले वैशाख शुक्ल तृतीयाको दिनलाई अक्षय तृतीया भनिएको हो। जौको सातुमा गुड, चिनी, घीउ, दही र सक्खर मिसाएर सर्वत् बनाई ब्राह्मणलाई दान गरे कहिल्यै नाश नहुने अक्षय फल पाइने धार्मिक विश्वास छ।

दान गरेपछि सबपरिवार सर्वत् र सातु खाएर यो पर्व मनाइन्छ। आजका दिन विवाह आदि शुभकामका लागि साइत हेर्नु नपर्ने मान्यता छ। शिव र पार्वतीको विवाह पनि सत्ययुगमा वैशाख शुक्ल तृतीयाकै दिन भएको विभिन्न ग्रन्थमा उल्लेख छ।

मत्स्य, भविष्यलगायत पुराणग्रन्थमा आजका दिन गरिएको कर्म फलदायी हुने बताइएको छ। यसै दिन त्रेता युगको सुरुवात् भएको मानिन्छ। अक्षय तृतीयाकै दिन भगवान् विष्णुको सातौं अवतारका रुपमा परशुरामको जन्म जमदग्नि र रेणुकाको सुपुत्रका रुपमा भएको थियो। परशुरामले नकारात्मक शक्तिको नाश गरी सात्विक गुणको प्रसार गर्नुभएको थियो। यसैले आजको दिनलाई परशुरामजयन्ती भनी मनाउने चलन पनि छ।

पुरानो रोगको उपचारका लागि सम्पर्क गरौं।
होमियोप्याथिक रिसर्च इन्स्टिच्युट
डा. सुशील मोहन दास
(बी.एच.एम.एस)
सिरहा रोड, राजविराज फोन : ०३१-५२१९६८

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

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar
MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics
(BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

अटिजम रोग होइन, लुकाउनु हुँदैन

काठमाडौं, २० वैशाख (रासस)। बालबालिकामा देखिने अटिजम कुनै रोग नभई मस्तिष्कको बनावटका क्रममा उत्पन्न असन्तुलनबाट देखिने समस्या हो। विज्ञहरू भन्छन्, "समाजमा अटिजमलाई रोग भन्ने गलत बुझाइ छ तर यो रोग नभएर बालबालिकाको मस्तिष्क विकासका क्रममा आउने समस्या हो।"

यसलाई 'न्यूरो डेभलपमेन्ट डिसअर्डर' पनि भनिन्छ। अटिजम भएका बालबालिकाको शारीरिक अवस्था सामान्य देखिए पनि सामाजिक तथा सञ्चारसम्बन्धी सीप सिकाइको क्षमता कम हुन्छ। जसले गर्दा उनीहरू कक्षामा पनि आफ्ना अरु साथीहरूका तुलनामा कम बुझ्ने हुन्छन्।

परिवारले ख्याल राख्ने र सामान्य हेरचाह गर्ने गर्दा पनि यो समस्याको निदान हुन्छ। तर यसलाई ठूलो समस्या या निको नहुने रोगका रूपमा लिने सामाजिक सोचले गर्दा समस्या परिवारभित्रै झन् बल्झिँदै जाने गरेको देखिन्छ। अटिजमसम्बन्धी समाजको यही गलत बुझाइलाई चिर्न तथा समाजमा यो समस्याको पहिचान र निदान गर्न भ्वाइस अफ ओमन नामक संस्थाले विविध चेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ। भ्वाइस अफ नेपालले अटिजम निको नहुने रोग होइन भन्ने चेतनाका साथै यसलाई समाधान गर्न सकिने उपायका बारेमा घरपरिवार, शिक्षक र समाजमा विशेष कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको सदस्य मोनिका मानन्धर श्रेष्ठ बताउनुहुन्छ।

विश्व स्वस्थ्य सङ्गठनको मान्यतामा प्रत्येक ६४ जनामध्ये एक जनामा कुनै न कुनै अटिजमको लक्षण रहेको हुन्छ। तर नेपालमा भने अहिलेसम्म यो समस्याका बालबालिका के-कति छन् भन्ने तथ्याङ्क भेटिँदैन। फरक क्षमता भएका यस्ता व्यक्तिका लागि विशेष खालको व्यवहार आवश्यक पर्दछ। साथै घरपरिवार तथा समाजले सकारात्मक दृष्टिकोण राख्ने हो भने यो समस्या धेरै सहज हुने बुझाइ श्रेष्ठको छ। उहाँका अनुसार अटिजमका बारेमा परिवारका सदस्यहरू पनि खुल्नुपर्छ र आफ्ना घरपरिवारमा यस्तो समस्या भएका बालबालिका भएमा उनीहरूको समस्या समाधानका लागि लाग्नुपर्छ।

परिवारका सदस्यहरूले वास्तविकता नबताइदिँदा वास्तविक तथ्याङ्क सङ्कलन हुन नसकेको सम्बद्ध क्षेत्रमा लागेका व्यक्तिहरूको भनाइ छ। समाजमा यी व्यक्तिको अवस्था र सङ्ख्या नै पहिचान हुन नसक्दा यस विषयमा राज्यले नीति बनाउन पनि कठिनाइ हुने गरेको बताइन्छ। श्रेष्ठका अनुसार पछिल्लो समयमा परिवारका सदस्यहरू पनि विस्तारै खुल्दै गएका छन्। परिवारका सदस्यहरू खुल्दा भित्रभित्रै गुम्सिएका धेरै पिरमर्का पनि हल्का हुने गर्दछ। यसरी कुनै पनि समाजमा समस्या खुलेर बाहिर आयो भने त्यसको समाधान पनि सहज बन्दै जानेछ।

नेपाली समाजमा अहिले कतिपय अभिभावकहरू आफ्ना नानीबाबुमा यस्तो समस्या देखिएमा घरभित्रै समस्या लुकाउने र बाहिर नल्याउने गर्दा समस्या झनै थुप्रिएर रहने गरेको र यसले बाबुआमा नै डिप्रेसनमा जाने गरेको पनि देखिएको छ। आफ्ना सन्तानको भविष्यको पिरले गर्दा अभिभावक पनि प्रताडित भएको पाइने गर्दछ। जसका कारण परिवार नै विखण्डनतिर जाने गरेको देखिएको छ।

यस्ता बालबालिकाको थेरापीबाट उपचार गरे सहज हुने गर्दछ। सामान्यतया सातामा तीनपटक थेरापी गराउने हो भने बालबालिकालाई धेरै नै सहज हुने र यसले जीवनमा परिवर्तन ल्याउने अनुभव धेरै अभिभावकको छ।

आगामी शनिबार, (मे ७) मा भ्वाइस अफ नेपालले २५० भन्दा बढी महिलाको सहभागितामा सोल्टीमोडबाट काठमाडौंका विभिन्न स्थानसम्म स्कुटर र्‍यालीको आयोजना गरेको छ। यसमार्फत पनि विभिन्न जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरूको आयोजना गरिएको उहाँले जानकारी दिनुभयो। सो र्‍यालीमा प्रायः आमा र शिक्षिकाहरू सहभागी हुने र उनीहरूले अटिजमबारे जानकारी लिएर घरपरिवार र समाजमा विस्तार गर्ने अपेक्षा गरिएको उक्त संस्थाले जनाएको छ।

अटिजमका सामान्य लक्षण

बालबालिकामा देखिने केही सामान्य लक्षणबाट उनीहरूमा रहेको अटिजम थाहा पाउन सकिन्छ। एक्लै खेल्न मन पराउने, आँखा जुधाउन नसक्ने, अस्वाभाविकरूपमा हाँस्ने वा कराउने, उमेरअनुसार बोली नफुट्ने, आफू समान उमेरसमूहका साथीसँग घुलमिल हुन मन नपराउने, घाउचोट लाग्दा दुखाइ महसुस नहुने अटिजमका सामान्य लक्षण हुन्।

अटिजम भएका बालबालिकाले सामान्य दुखाइ हुँदा चिच्याएर रुने कराउने गर्छन्। यसबाहेक उनीहरूले साङ्केतिक भाषाको प्रयोग गर्न सक्दैनन्। उनीहरूमा उमेरअनुसार बौद्धिक क्षमता पनि उत्कृष्ट हुँदैन। सामान्यभन्दा कुनै ठूलो आवाज सुन्दा कान थुन्छन् र झर्को लागेजस्तो व्यवहार देखाउँछन्। यस्ता बालबालिकालाई सामान्य शिक्षण विधिबाट पठनपाठन गराउन सकिँदैन।

अटिजम भएका बालबालिकाको जीवन कसरी सहज बनाउने ?

आमाबुवाले बालबालिकालाई यथेष्ट समय दिनुपर्छ। उनीहरूलाई रचनात्मक काममा क्रियाशील गराउनुपर्छ र आफ्नो बच्चाको मानसिक क्षमताबारे बुझ्न चिकित्सक वा विशेषज्ञको सल्लाह, सुझाव लिनुपर्छ। किनकि जति छिटो बच्चाको अवस्था थाहा हुनसक्यो, त्यति नै उनीहरूमा भएका समस्याको पहिचान गर्न र उनीहरूमा आवश्यक अन्य सञ्चार प्रक्रियालाई सहज तुल्याउन मद्दत पुग्ने हुन्छ।

अटिजम केन्द्रमा थेरापीका माध्यमबाट पनि सहज तरिकाले सञ्चार प्रक्रियाका लागि सक्रिय बनाउन सकिन्छ। यस्तो बेला बालबालिकाका अतिरिक्त उनीहरूका अभिभावकले पनि यससम्बन्धी थेरापी लिनु आवश्यक हुन्छ।

अटिजमको उपचार

अटिजमको कुनै औषधि छैन। यसको मुख्य उपचार भनेको थेरापी नै हो। व्यवहार थेरापी सबैभन्दा उत्तम हुन्छ। त्यसैले अभिभावकले यससम्बन्धी थेरापी लिनु आवश्यक छ भनिएको हो।

अटिजम भएका बालबालिकालाई फिजियोथेरापी, स्पिच थेरापी, अकुपेसनल थेरापी, सङ्गीत चिकित्सा, कला थेरापी, व्यवहार थेरापी, प्राकृतिक चिकित्सा थेरापी आदि दिन सकिन्छ।

यस्ता थेरापीबाट अटिजम भएका बालबालिकाको शारीरिक तथा मानसिक क्षमताको विकास हुने, उनीहरू रमाउने र खुसी हुने, उनीहरूलाई आराम दिने र यसका कारण उनीहरूमा रोग-प्रतिरोधक क्षमताको पनि विकास गर्न मद्दत पुग्दछ।

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- बिहान 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 बिहान 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 घर 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, गैती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म ब्यवस्था गरी राखौं।

अनुरोधकर्ता - रुपनी गाउँपालिका, गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, रुपनी, सप्तरी

डा. कालीप्रसाद यादव
Dr. Kali Prasad Yadav
MBBS, MD Internal Medicine
(NAMS, Bir Hospital Kathmandu)
NMC Reg. No. : 13203
कन्सलटेन्ट फिजिसियन
मधुमेह (चिनी रोग), मुटु, दम तथा श्वासप्रश्वास, पेट तथा कलेजो, मृगौला, छाती, थाईरोइड सम्बन्धी रोग
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. जयन्ती यादव
Dr. Jayanti Yadav
M.B.B.S. MD (Obstetrician and Gynaecologist)
हाल कार्यरत गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराज
NMC No. : 15312
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ
बाझपन, कमजोरी, लिकोरिया, महिनाबारी समस्याको सफल उपचार
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

सरकार र संसद्को भूमिकामा छन् स्थानीय तहका जनप्रतिनिधि

रमेश लम्साल

काठमाडौँ, २० वैशाख (रासस)।

जनताको घर आँगनमा जोडिने स्थानीय सरकारको चयनका लागि मतदाता व्यग्र प्रतीक्षामा छन् । नेपाली सामाजिक मान्यताअनुसार मर्दा पर्दा भेटिने सरकार भनेकै स्थानीय सरकार हो । नेपालको संविधान जारी भएपछि दोस्रो पटक यही वैशाख ३० गते स्थानीय तहको निर्वाचन हुन गइरहेको छ ।

प्रमुख राजनीतिक दल तथा स्वतन्त्र उम्मेदवार यतिबेला मतदातासँग मत माग्न गाउँ टोल र बस्तीहरुमा छन् । आआफ्ना एजेण्डा लिएर जनताको घर दैलोमा पुगेका उम्मेदवारले विकास निर्माण र त्यसमा पनि भौतिक पूर्वाधारलाई नै केन्द्रमा राखेका छन् । निर्वाचनको तयारीलाई निर्वाचन आयोगले पनि युद्धस्तरमा अगाडि बढाएको छ । नेपालले आत्मसात गरेको सङ्घीयता तीन तहको मान्यतामा आधारित छ । राष्ट्रियस्तरमा सङ्घीय रुपमा नेपाल सरकार, सात प्रदेश सरकार र स्थानीय तहको ७५३ वटा सरकार । यी तीनवटै सरकारलाई संविधानले स्पष्ट रुपमा आआफ्ना दायरा र क्षेत्र छुट्याइ दिएको छ ।

संविधानको प्रस्तावनाले पनि मुलुकलाई बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहसांस्कृतिक तथा भौगोलिक विविधतायुक्त विशेषता भएको मान्दछ । संविधानको अनुसूचीअनुसार स्थानीय तहका विभिन्न २२ अधिकार छन् । नगर प्रहरी, सहकारी संस्था, एफएम सञ्चालन, स्थानीय कर उठाउने अधिकार स्थानीय तहलाई नै दिइएको छ । स्थानीय करमा सम्पत्ति कर, घर बहाल कर, घर जग्गा रजिष्ट्रेशन शुल्क, सवारीसाधन कर, सेवा शुल्क दस्तुर, पर्यटन शुल्क, विज्ञापन कर, व्यवसाय कर, भूमि कर र मालपोत, दण्ड जरिवाना, मनोरञ्जन कर र मालपोत सङ्कलनको अधिकार पनि स्थानीय तहकै हो ।

खानेपानी, साना जलविद्युत् आयोजना, वैकल्पिक ऊर्जा, कृषि प्रसारको व्यवसथापन, सञ्चालन र नियन्त्रण, स्थानीय बजार व्यवस्थापन, वातावरण संरक्षण र जैविक विविधता, ज्येष्ठ नागरिक, अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा अशक्तको व्यवस्थापन, स्थानीयस्तरका विकास निर्माणको काम गर्ने अभिभारा पनि स्थानीय सरकारकै हो । विपद व्यवस्थापन, जलाधार, वन्यजन्तु, खानी तथा खनिज पदार्थको संरक्षण, भाषा, संस्कृति र ललितकला संरक्षण गर्ने जिम्मेवारी संविधानअनुसार प्राप्त भएको छ ।

हरेक स्थानीय सरकार शासकीय अधिकार सम्पन्न छ । यो संरचना विगतको एकात्मक शासन प्रणालीअन्तर्गत स्थानीय निकाय होइन । संविधानले कुनै पनि तहलाई सानो ठूलोको रुपमा भेदभाव गरेको छैन । हालको स्थानीय तह 'टप डाउन' प्रणाली होइन ।

सङ्घीय संसद् जस्तै हो, स्थानीय कार्यपालिका

स्थानीय तह आफैँमा अधिकार सम्पन्न भए पनि बुझाइमा रहेको कमजोरीका कारण यसलाई कम आँकिएको छ । संविधानले सबै सरकारलाई शासकीय र कानुन निर्माणका हकमा संसदीय अधिकार समेत दिइए पनि कार्यान्वयनका आधारमा भने आत्मसात गरिएको देखिदैन । कार्यपालिकाले स्थानीय सरकारको निकायका रुपमा काम गर्ने र सबै वडाका सदस्य सङ्घीय संसद्का सांसद जस्तै हुन् भन्ने बुझाउनु र महत्व दर्शाउनु आवश्यक छ ।

नेकपा(माओवादी केन्द्र)का बागमती प्रदेश अध्यक्ष सरल सहयात्री पौडेलका अनुसार स्थानीय सरकार आफैँमा बलियो र सक्षम सरकार हो भन्ने बुझाउनु जरुरी छ । स्थानीय तहका सबै वडा सदस्य, कार्यपालिका र प्रमुख तथा उपप्रमुख आफैँमा सरकार र संसद्को भूमिकामा रहेका छन् । स्थानीय सरकारको भूमिकाको महत्वपूर्ण छ । यो आफैँमा सरकार र संसद् हो भन्ने विषयमा रहेको बुझाइको कमजोरीका कारण पनि कार्यान्वयनमा कठिनाइ भएको हुनसक्छ । स्थानीय सरकार आफैँमा शक्ति सम्पन्न हो भन्ने कुरा कम्तीमा हाम्रा उम्मेदवारले मतदातालाई बुझाउनु आवश्यक छ ।

नगर वा गाउँसभा बोलाउने, सदस्यको उपस्थिति र शासन, सभाको गणपुरक सङ्ख्या, बैठकको सञ्चालन र स्थगन, कार्यसूची र समायवधि प्रकाशन, समयावधि निर्धारण, सभामा मतदान, संशोधन, बैठकको प्रारम्भ, बैठकमा पालना गर्नुपर्ने आचरण, बैठकमा भाग लिने सदस्यले पालना गर्नुपर्ने नियम, छलफलमा बोल्ने क्रमलगायत प्रक्रियाले पनि स्थानीय सरकार र संसद् दुवै भूमिकामा छ भन्ने स्पष्ट देखिन्छ ।

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐनले सभाको बैठक वर्षको दुई पटक बस्ने व्यवस्था गरेको छ । सङ्घीय संसद्को बैठक पनि विशेष परिस्थितिबाहेक वर्षमा दुई पटक नै बस्छ । सभामा कार्यरत विषयगत समिति, स्थानीय कानुन मस्यौदा गर्ने प्रक्रिया, विधेयक दर्ता, छलफल र पारित गर्ने प्रक्रिया, राजस्व र व्यय(बजेट) छलफल, विनियोजन तथा आर्थिक विधेयकसम्बन्धी कार्यविधि, शून्य र विशेष समय, प्रश्नोत्तर, सार्वजनिक महत्वको विषय, सङ्कल्प, सभा र सदस्यको विशेषाधिकार, सदस्यको आचरण तथा विविधलगायत व्यवस्था ऐनले गरेको छ ।

कार्यपालिकाले विधेयक तर्जुमा गर्नुअघि त्यस्तो विषयको कानुन निर्माण गर्न आवश्यक रहे नरहेको विषयमा आवश्यकताको पहिचान पनि गर्न सक्छ । त्यसका लागि कार्यपालिकाले स्थानीय कानुन बनाउनुपर्ने आधार र कारण, त्यस्तो विषयमा प्रदेश र सङ्घीय कानुन भए नभएको, स्थानीय कानुनबाट हासिल गर्न खोजिएको लाभ, लागत र उपलब्धिका विषयमा आवश्यक अध्ययन गरेर अवधारणापत्र तयार गर्नुपर्नेछ ।

यो अभ्यास कलैया उपमहानगरपालिकाको सभा सञ्चालन कार्यविधिले गरेको देखिन्छ । कानुनको संशोधनका लागि विधेयक तर्जुमा गर्दा संशोधन गर्नुपर्ने आधार र कारणसहितको दफाबार तीन महले विवरण तयार गर्नुपर्ने उल्लेख गरिएको छ । कार्यविधिले कुनै प्रस्ताव स्वीकारयोग्य छ वा छैन भन्ने कुराको निर्णय अध्यक्षले गर्ने र त्यसरी निर्णय गर्दा निजले कारण खुलाई प्रस्तावको कुनै अंश वा पूरै प्रस्ताव अस्वीकार गर्न सक्ने अधिकार दिइएको छ । यस आधारमा स्थानीय तह सरकार र संसद् दुवै भूमिकामा छ भन्ने स्पष्ट हुन्छ ।

नेपाल कन्सल्टिङ लयर्स इन्कका तर्फबाट कानुनका जानकार विपीन अधिकारी र उमेश गौतमले सात प्रदेशका सात स्थानीय तहको कानुन निर्माण, कार्यान्वयनका सन्दर्भमा गर्नुभएको अध्ययनले स्थानीय सरकार आफैँमा शक्ति सम्पन्न सरकार र संसद् दुवै भूमिकामा रहेको पाइएको छ । नगरसभामा केही सक्रिय सदस्य भए पनि अधिकांशले भने त्यस्तो भूमिका निर्वाह गर्न नसकेको सो अध्ययनले देखाएको छ ।

कार्यपालिकाले पठाएको विधेयक विस्तारमा छलफल हुन नसकेको, विधेयकमा तयारी नभएको तथा प्रर्याप्त छलफल नभएको पाइएको छ । सभा नबसे पनि समितिले काम गर्न सक्ने अवस्था हुनुपर्नेमा त्यसो नभएकाले अब निर्वाचित हुने जनप्रतिनिधिले यो भूमिका प्रयाप्त रुपमा निर्वाह गर्नुपर्ने आवश्यकता महसुस भएको छ । प्रमुख राजनीतिक दलले आफ्ना घोषणापत्रमा स्थानीय सरकारलाई थप प्रभावकारी बनाउने प्रतिबद्धता जनाएका छन् ।

प्रतिबद्धतालाई व्यावहारिक रुपमा कार्यान्वयन गर्नुपर्ने दायित्व पनि दलहरुकै भएकाले निर्वाचित हुने उम्मेदवारले यसमा ख्याल गर्नुपर्नेछ ।

प्रेस स्वतन्त्रता सूचकाङ्कमा नेपालको प्रगति

काठमाडौँ, २० वैशाख (रासस)।

नेपालले प्रेस स्वतन्त्रता सूचकाङ्कमा उल्लेखनीय प्रगति गरेको छ । रिपोर्टर्स विदाउट बोर्डर्स (आरएसअफ) ले १८० देशमा पत्रकारिताको अवस्थाको मूल्याङ्कन गर्दै मंगलबार सार्वजनिक गरेको विश्व प्रेस स्वतन्त्रता सूचकाङ्क २०२२ मा अघिल्लो वर्ष १०६औँ स्थानमा रहेको नेपाल यो वर्ष ७६औँ स्थानमा उक्लेको देखाएको हो ।

विश्व प्रेस स्वतन्त्रता सूचकाङ्कअनुसार छिमेकी मुलुक भारत १५० औँ स्थानमा झरेको छ । गतवर्ष भारत १४२ औँ स्थानमा थियो । पाकिस्तान पनि १५७ औँ स्थानमा झरेको छ । नर्वेसँगै डेनमार्क र स्वीडेन क्रमशः प्रथम, द्वितीय र तृतीय स्थानमा छन् भने चीन, सिरिया, इराक, उत्तर कोरिया, इरान, क्युवा र म्यान्मा अतिकम प्रेस स्वतन्त्रता भएका देशका रुपमा दरिएका छन् । इस्टोनिया, फिनल्याण्ड, आयरल्याड, पोर्चुगल, कोष्टारिका क्रमशः चौथो, पाँचौ, छैटौँ, सातौ र आठौँ भएका छन् ।

सूचकाङ्कले समाचार र सूचना अराजकताको विनाशकारी प्रभाव र भ्रामक समाचार एवं प्रचारलाई प्रोत्साहन गर्ने अनियमित 'अनलाइन' सूचनाको प्रभावलाई गम्भीर विषयका रुपमा प्रस्तुत गरेको छ । हरेक वर्ष मे ३ अर्थात् मंगलबार विश्व प्रेस स्वतन्त्रता दिवसलाई सरकारले प्रेस स्वतन्त्रताप्रतिको आफ्नो प्रतिबद्धताको सम्मान गर्नुपर्ने आवश्यकतामा जोड दिँदै मनाइने गरेको छ भने प्रेस स्वतन्त्रता र व्यावसायिक नैतिकताका विषयहरूमा सञ्चारकर्मीहरू पनि उत्तिकै गम्भीर र संवेदनशील हुनुपर्ने वास्तविकतालाई मार्गदर्शकका रुपमा लिइन्छ ।

डा. आदर्श कुमार सिंह
Dr. Adarsh Kumar Singh
MBBS, MD TU
NMC Reg. No. : 9413
कन्सलटेन्ट फिजिसियन
मधुमेह (चिनी रोग), मुटु, दम एवम् श्वास प्रश्वास, पेट तथा कलेजो रोग मृगौला, छाती, थाइराइड सम्बन्धि रोग

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

सम्पर्क : जयश्री कृष्ण फार्मेशी
गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल (दक्षिण गेट), हनुमाननगर रोड, राजविराज, सप्तरी
Phone : 031-533774 / Mo. No : 9819721526, 9852820734

विश्व समाचार

सांघाइमा घटे कोरोना भाइरसका संक्रमित

सांघाइ, २० वैशाख (रासस/सिन्ह्वा)।

चिनियाँ सहर सांघाइमा कोरोना भाइरसका संक्रमित घटेका छन् । सांघाइका स्वास्थ्य अधिकारीहरुले गएको २४ घन्टामा यहाँ २७४ जनामा मात्र संक्रमण देखिएको बताएका छन् ।

अधिकारीहरुले यहाँ अहिले पनि पाँच हजारभन्दा बढी सक्रिय संक्रमित भने रहेका बताएका छन् ।

यसअघि हरेक दिन कम्तीमा पनि एक हजार जना संक्रमित पाइने गरेकामा अहिले त्यसमा कमी आएको हो ।

यहाँको म्युनिसिपल हेल्थ कमिसनले सांघाइमा पछिल्ला केही दिनमा कोरोनाका संक्रमितहरु घट्दै गएको बताएका हुन् ।

युक्रेनको द्वन्द्वले अफ्रिकामा संकट

डाकार, २० वैशाख (रासस/सिन्ह्वा)।

युक्रेनका द्वन्द्वले अफ्रिकाका देशहरुमा आर्थिक तथा खाद्यान्न संकट देखा परेको संयुक्त राष्ट्रसंघले जनाएको छ ।

राष्ट्रसंघका महासचिव एन्टोनियो गुटरेसले सो कुरा बताउनुभएको हो । उहाँले भन्नुभएको छ- युक्रेनमा पछिल्ला दिनहरुमा बढ्दै गएको द्वन्द्वका कारण अफ्रिकामा आर्थिक लगायतको समस्या परेको छ ।

उहाँले युक्रेनमा रुसले गरेको हमलापछि बढेको द्वन्द्वका कारण अफ्रिकी देशहरुमा खाद्यान्न, उर्जा र आर्थिक संकट परेको उल्लेख गर्नुभएको समाचारमा जनाइएको छ ।

महासचिव गुटरेसले पछिल्लो समयमा यस्तो संकट झनै बढ्दै गएको भन्दै यसलाई कम गर्नका लागि विश्वका दाता देशहरु, अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाहरुलाई पनि आग्रह गनुएभययो ।

उहाँले यस्तो संकटको अवस्थामा कमी ल्याउन युक्रेन सहयोग समूह नै स्थापना भएको र यस मार्फत् पनि के कसो गर्न सकिन्छ भनेर तयारी भएको पनि बताउनुभएको समाचारमा जनाइएको छ ।

रुसले युक्रेनमा आक्रमण गरेपछि विश्वमा तेलको समस्या उत्पन्न भएको बताइएको थियो । जसका कारणले पछिल्लो समयमा आर्थिक संकट मात्र नभएर खाद्यान्न लगायतको समस्या पनि उत्पन्न भएको हो ।

भवन भत्किँदा नौ जनाको मृत्यु

लागोस, २० वैशाख (रासस/सिन्ह्वा)।

नाइजेरियामा एक भवन भत्किँदा त्यसमा परेर मृत्यु हुनेको संख्या नौ पुगेको जनाइएको छ । सोमबार दक्षिणी नाइजेरियाली लागोस राज्यको एक नगरमा तीन तले भवन भत्किएको र त्यसमा परेर नौ जनाको ज्यान गएको प्रहरीले जनाएको छ ।

प्रहरीका अनुसार ओनिग्बो नगरमा रहेको तीन तले भवन भत्किँदा त्यसमा परेर आठ जनाको मृत्यु भएको ताइएकोमा सोमबार राति थप एक जनाको शव भेटिएको हो ।

सोमबार सो भत्किएको भवनको भग्नावशेषबाट एक चार वर्षको बच्चाको शव निकालिएको थियो । सो भवनमा अरु पनि व्यक्ति पुरिएको हुनसक्ने आशंकामा उद्धारको काम जारी राखिएको छ । सो भवनमा के कति मानिस थिए भन्ने बारेमा यकिन भने हुन सकेको छैन ।

भारतमा २४ घण्टामा दुई हजार ५६८ जना कोरोनाका नयाँ सङ्क्रमित

नयाँ दिल्ली, २० वैशाख (रासस/सिन्ह्वा)।

भारत २४ घण्टाको समयावधी अर्थात सोमबार मध्यरातिसम्म दुई हजार ५६८ व्यक्ति कोरोनाका थप सङ्क्रमति भएपछि यहाँ कूल सङ्क्रमतिको सङ्ख्या चार करोड ३० लाख ८४ हजार ९१३ जना पुगेको केन्द्रीय स्वास्थ्य मन्त्रालयले मङ्गलबार बिहान जानकारी दिएको छ ।

विगत केही महिनायता न्यून विन्दुमा पुगेको कोरोना भाइरस सङ्क्रमणको पुनः नयाँ सङ्क्रतिको सङ्ख्या तीन हजार नाघेको लगातार पाँचौँ दिन भएको थियो । यद्यपि गत २४ घण्टामा भने केही कमी आएको पाइएको छ ।

थप एक दिनमा भएका कोरोनाका नयाँ सङ्क्रमतिमध्ये ४२ प्रतिशत दिल्लीका रहेका समाचारमा जनाइएको छ । हाल राष्ट्रिय राजधानी दिल्लीमा पाँच हजार ७४४ सक्रिय सङ्क्रमित रहेका छन् ।

यसका साथै २४ घण्टाको समयमा महामारीका कारण थप २० जनाको मृत्यु भएपछि देशभर कोरोनाबाट मृत्यु हुने व्यक्तिको सङ्ख्या पाँच लाख २३ हजार ८८९ पुगेको छ । भारतभरि अझै पनि सक्रिय सङ्क्रमित १९ हजार १३७ जना रहेका पनि सो मन्त्रालयले जानकारी दिएको छ ।

भारतमा केही महिनायताबाट सक्रिय सङ्क्रमित घट्ने क्रम जारी रहेको थियो तर केही हप्तायताबाट सक्रिय सङ्क्रमति बढेको पाइए तापनि गत २४ घण्टामा केही हप्तापछि पहिलो पटक ३६३ जना सक्रिय सङ्क्रमित घटेको छ ।

२४ घण्टाको समयावधि अर्थात सोमबार मध्यरातिसम्म दुई हजार ९११ जना कोरोना निको भएका छन् । यसैसँगै हालसम्म चार करोड २५ लाख ४१ हजार ८८७ जना सफलतापूर्वक कोरोना सङ्क्रमण निको भएका छन् ।

मतदाताको अधिकारप्रति सचेत गराउन प्रमुख आयुक्तको आग्रह

काठमाडौँ, २० वैशाख (रासस)। प्रमुख निर्वाचन आयुक्त दिनेशकुमार थपलियाले सञ्चारमाध्यम निर्वाचन आयोग, राजनीतिक दल र मतदातालाई जोड्ने बलियो पुल भएकाले निर्वाचन आचारसंहिताको सही पालना गर्दै मतदाताको अधिकारप्रति सचेत गराउन आग्रह गर्नुभएको छ।

आसन्न स्थानीय तह निर्वाचनका सन्दर्भमा आफ्ना सदस्य रेडियोहरुका लागि सामुदायिक रेडियो प्रसारक सङ्घ (एओराब) ले तयार गरेको आचारसंहिता जारी गर्न आयोजित कार्यक्रममा उहाँले सार्वभौम जनताले आफ्नो जनप्रतिनिधि रोजेर शासनसत्तालाई वैधता दिने विधिका रुपमा रहेको निर्वाचन र निर्वाचनका समयमा सञ्चारमाध्यम राजनीतिक सञ्चार प्रवाह गर्ने सही मञ्च भएको बताउनुभएको हो।

प्रमुख आयुक्त थपलियाले नागरिकको प्रतिनिधि छान्न पाउने अधिकारप्रति सचेत गराउँदै कतर्व्यबोध गराउन सञ्चारमाध्यम महत्वपूर्ण सारथी भएकाले निर्वाचन आयोगले जारी गरेको आचारसंहिता र सञ्चार क्षेत्रका आचारसंहिताको सही पालना हुने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो। "आचारसंहिता आफैमा एक नैतिक बन्धन हो। यो स्व-नियन्त्रण र स्व-अनुगमनको औँजार पनि हो। यसलाई आत्मसमीक्षाको हतियार प्रयोग गरेर कार्यान्वयन गर्न सकिन्छ। सबैले पालना गर्छु भनेर मानेको आचारसंहिता पालना हुँदैन भनेर हामी कल्पना पनि गर्न सक्दैनौँ", उहाँले भन्नुभयो, "निर्वाचनका समयमा सामाजिक सञ्जालमा असामाजिक चरित्र प्रदर्शन गर्ने र अरुको चरित्रमा प्रश्न उठाएर आत्मसम्मानमा ठेस पुऱ्याउने काम गर्नु अमानवीय हो। त्यसैले सञ्जालहरुमा मिथ्या सूचना, भ्रमपूर्ण सूचना र द्वेशपूर्ण अभिव्यक्ति नदिन हामी सबै प्रतिबद्ध होऔँ।"

प्रमुख आयुक्त थपलियाले आचारसंहिताको पालना गरेर नेपालका सबै निर्वाचनलाई व्यवस्थित, मर्यादित र भयरहित वातावरणमा सम्पन्न गर्न सकिन्छ भन्ने सन्देश दिन आग्रह गर्दै आचारसंहितालाई छाताको रुपमा चित्रण गर्नुभयो। उहाँले भन्नुभयो, "आचारसंहिता एउटा त्यस्तो छाता हो, जसको बिँड आयोगले समातेको छ। यहाँ छातालाई ओढाउन खोज्ने र पन्छ्याउन खोज्ने दुई पक्ष हुनुहुँदैन। त्यसो हुँदा हामी दुवै पक्ष निधुक्क भिज्न सक्छौँ। त्यसैले हामीले मिलेर बनाएको आचारसंहितालाई देशव्यापी रुपमा कार्यान्वयन गर्नुको विकल्प छैन।"

प्रमुख आयुक्त थपलियाले नेपालको लोकतन्त्र, स्वतन्त्रता, मानवअधिकार र निर्वाचनका लागि नेपाली प्रेसले वकालत गर्दै रुपान्तरणको साक्षी बनेर निर्वाह गरेको भूमिकाको प्रशंसा गर्दै खुल्ला र सम्मुनत समाज निर्माणका लागि कलम र आवाज बोक्ने सञ्चार जगतले स्थानीय तहको निर्वाचनलाई स्वतन्त्र, निष्पक्ष र भयरहीत बनाउन पनि उत्तिकै भूमिका निर्वाह गर्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो।

आयोगका प्रवक्ता एवं सहसचिव शालीग्राम शर्मा पौडेल, पत्रकारिता क्षेत्रका अगुवा र संस्थका प्रतिनिधि सहभागी कार्यक्रममा सङ्घले तयार गरेको निर्वाचनका समयमा रेडियो र रेडियोकर्मीले गर्न हुने र नहुने बुँदामा आधारित आचारसंहिता जारी गरिएको थियो। सङ्घमा ३६० रेडियो आवद्ध रहेको र ती सबैले यसको पालना गर्ने सङ्घका अध्यक्ष अर्जुन गिरीले विश्वास व्यक्त गर्नुभयो।

प्रेस स्वतन्त्रता हननका ७५ घटना

काठमाडौँ, २० वैशाख (रासस)। वितेको वर्षमा प्रेस स्वतन्त्रता हननका ७५ वटा घटना भएका छन्। नेपाल पत्रकार महासङ्घ सञ्चार अनुगमन इकाइको तथ्याङ्कअनुसार यसवर्ष पत्रकारको पेशागत सुरक्षाको अभाव जनाउँदै ३०० भन्दा बढी उजुरी परेका छन्।

प्रेस स्वतन्त्रता हननका सबैभन्दा बढी घटना बागमती प्रदेशमा ५४ वटा घटना भएको अध्यक्ष विपुल पोखरेलले जानकारी दिनुभयो। १ नं प्रदेश र मधेस प्रदेशमा बराबरी अर्थात ६/६ वटा हननका घटना भएका छन्। त्यस्तै कर्णाली प्रदेशमा ५ र लुम्बिनी तथा गण्डकीमा २/२ वटा घटना भएका छन्। सुदूरपश्चिम प्रदेशमा भने यो पटक हननका घटना भएको पाइएको छैन।

प्रेस स्वतन्त्रता हननका यी ७५ वटा घटना हुँदा २७२ सञ्चारकर्मी, ९ सञ्चारगृह र ३३ महिला पीडित भएको पोखरेलले बताउनुभयो। "अघिल्लो वर्ष महासङ्घको अभिलेखमा प्रेस स्वतन्त्रतामाथिको प्रहारका ४५ घटना थिए भने ती घटनाबाट जम्मा ५८४ पत्रकार र तीन सञ्चार संस्था पीडित बनेका थिए, ५८४ पत्रकारमध्ये ७७ पत्रकार महिला थिए", उहाँले भन्नुभयो। महासङ्घको अभिलेखअनुसार यो वर्ष तीन पत्रकार गिरफ्तारीमा परेका छन् भने आक्रमण, दुर्व्यवहार र धम्कीबाट २९ जना पत्रकार पीडित भएका छन्। त्यस्तै पेशागत असुरक्षाको पीडा ३१ पत्रकारले खेप्देछन्। कानुन बनाएर प्रेस स्वतन्त्रतालाई सङ्कुचन गर्न खोज्ने काम तीन पटक भएको छ।

उल्लिखित तथ्याङ्कका आधारमा नेपाली प्रेस अझै पनि पेशागत र भौतिक सुरक्षाका सवालमा सन्तोष गर्न सकिने अवस्थामा नभएको महासङ्घको भनाइ छ। पत्रकार महासङ्घले तीन तहका सरकारले निर्माण गर्ने प्रेससँग सम्बन्धित कानून प्रेसमैत्री हुनुपर्ने माग गर्दै आएको छ। भखरै संशोधन गरिएको प्रसारण नियमावलीका प्रावधान सच्याउनुपर्ने महासङ्घको माग छ।

नागरिकको सुसूचित हुन पाउने संवैधानिक हकलाई प्रचलनमा ल्याउन प्रेस स्वतन्त्रता अनिवार्य हुने अध्यक्ष पोखरेलको भनाइ छ। "प्रेस स्वतन्त्रता समग्र समाजको लोकतान्त्रिकीकरणको अभियानको एउटा महत्वपूर्ण अङ्ग पनि हो, नेपालको संविधानको प्रस्तावमै पूर्ण प्रेस स्वतन्त्रता लेखिएको भए तापनि व्यवहारमा त्यसअनुरूप वातावरण बन्न सकेको छैन"उहाँले भन्नुभयो।

निर्वाचन आचार संहिता २०७८मा भएका बालबालिकासंग सम्बन्धित मुख्य प्रावधानहरू:

निर्वाचन आचार संहिता राजनीतिक दल, उम्मेदवार लगायत गैरसरकारी संस्था, विद्यालय समेतलाई लागू हुने

परिच्छेद १ दफा ३ त र थ अनुसार यो आचार संहिता गैरसरकारी संस्थाका पदाधिकारी तथा कर्मचारी र सामुदायिक विद्यालयका शिक्षक तथा कर्मचारी समेतलाई लागू हुने।

निर्वाचन प्रचार प्रसारमा बालबालिकालाई प्रयोग गर्न नहुने

परिच्छेद २ को दफा ४ छ अनुसार सबैले पालना गर्नु पर्ने आचरण अन्तरगत १८ वर्ष पुरा नभएका बालबालिकालाई निर्वाचन प्रचार प्रसार गर्न वा गराउन नहुने

परिच्छेद ४ को दफा १२ ट अनुसार राजनीतिक दल, उम्मेदवार तथा दलका भातृसंगठनले निर्वाचन प्रचार प्रसार, आम सभा तथा जुलुसमा १८ वर्ष उमेर पुरा नभएका बालबालिकालाई प्रयोग गर्न वा गराउन नहुने

निर्वाचन प्रचार प्रसारमा विद्यालय प्रयोग गर्न नहुने

१० परिच्छेद २को दफा ४ ग अनुसार कुनै सरकारी कार्यालय वा सामुदायिक विश्वविद्यालय वा सामुदायिक विद्यालयको क्षेत्र प्रयोग गरी निर्वाचन सम्बन्धि भेला वा प्रचार प्रसार गर्न वा गराउन नहुने

३० परिच्छेद ३ को दफा ९ क,ग, छ, ज, अनुसार सामुदायिक विद्यालय तथा शिक्षकहरूले पालना गर्नु पर्ने आचरण अन्तर्गत कुनै राजनैतिक दल वा उम्मेदवारको प्रचार प्रसार गर्न नहुने, विद्यालयको सवारी साधन, भवन वा अन्य सामग्री प्रयोग गर्न दिन वा सभा वा सम्मेलन गर्न वा प्रचार प्रसार गर्न नहुने, राजनीतिक प्रकृतिको कार्यक्रम गर्न नहुने, कार्यालयमा राजनैतिक दल वा उम्मेदवारको निर्वाचन प्रचार प्रसार सामग्री टाँस्न वा राख्न नहुने, सामाजिक सञ्जाल प्रयोग गरेर राजनैतिक दल वा उम्मेदवारको पक्ष विपक्षमा प्रचार गर्न, मत माग्न नपाइने

निर्वाचन प्रचार प्रसारमा गैरसरकारी, सरकारी तथा निजी संस्था, पदाधिकारीको प्रयोग हुन नहुने

परिच्छेद ३ को दफा ११ अनुसार गैरसरकारी तथा निजी संस्थाका पदाधिकारी, कार्यरत कर्मचरीहरूले कुनै राजनैतिक दल वा उम्मेदवारको प्रचार प्रसार गर्न नहुने, आफ्ना सवारी साधन, भवन वा अन्य सामग्री प्रयोग गर्न दिन वा सभा वा सम्मेलन गर्न वा प्रचार प्रसार गर्न नहुने, राजनीतिक प्रकृतिको कार्यक्रम गर्न नहुने, कार्यालयमा राजनैतिक दल वा उम्मेदवारको निर्वाचन प्रचार प्रसार सामग्री टाँस्न वा राख्न नहुने, सामाजिक सञ्जाल प्रयोग गरेर राजनैतिक दल वा उम्मेदवारको पक्ष विपक्षमा प्रचार गर्न, मत माग्न नपाइने

आचारसंहिता उल्लङ्घन सम्बन्धि उजुरी जो कसैले जुनसुकै माध्यमबाट दिन सक्ने

परिच्छेद ९ को दफा ३९ अनुसार आचारसंहिता उल्लङ्घन सम्बन्धि उजुरी जो कसैले मौखिक, लिखित, सामाजिक संजाल, विद्युतीय माध्यम वा अन्य कुनै तरिकाले आयोग, मुख्य निर्वाचन अधिकृत, निर्वाचन अधिकृतको कार्यालय, निर्वाचन कार्यालय, आचारसंहिता अनुगमन समिति, टोली वा अनुगमन अधिकृतलाई उजुरी दिन सक्ने।

उजुरीकर्ताले चाहेमा निजको नाम नामेशी गोप्य रहने।

निर्वाचन आचारसंहिता २०७८ मा भएका बालबालिकासंग सम्बन्धित मुख्य प्रावधानहरूबारे
विद्यालय, शिक्षक, अभिभावक, राजनीतिका दल, उम्मेदवार तथा दलका भातृसंगठन
र बालबालिका समेतलाई सचेत गराऔं
निर्वाचन आचारसंहिता पालना भए नभएको अनुगमन गरौं
उल्लङ्घन भएको पाइएमा उजुरी गरौं

Save the Children

मत्स्य कृषकहरुका लागि जानकारी

पोखरीको तयारी

पोखरी सुकाउने वा पानी सुकाउन नसके वा पानीको स्रोत नभएको पोखरी भए त्यसमा पुराना र जँगली माछाहरु जाल तानेर निर्मूल पार्ने वा एमोनियम सल्फेट र चुनको मिश्रण १:५ को अनुपातमा एक कठ्ठा जलाशयको लागि एमोनियम सल्फेट ३.७५ के.जी र घर पोत्ने चुना १८.७५ के.जी.मिलाएर छरेर जंगली माछा मार्ने। पोखरीको डिल र साईडमा भएका झारपात हटाउने। आबश्यकता अनुसार मर्मत सम्भार गर्ने।

घर पोतने चुना :१०-१५ के. जी. चुनाप्रति कठ्ठाका दरले चारै तिर छर्ने।

मल: गोवर मल १०० के. जी. प्रति कठ्ठा शुरुमा र त्यसपछि हरेक हप्तामा १५ के. जी. प्रति कठ्ठाका दरले प्रयोग गर्ने तर नयाँ पोखरीको लागि १५० देखि ३०० के.जी. पाकेको गोबर मल प्रयोग गर्ने वा १.७ के.जी.डि. ए.पी. र १ के.जी. यूरियाप्रति कठ्ठा दरले प्रत्येक १५ दिनमा प्रयोग गर्ने। उपयुक्त डोज पानीको मलिलोपनमा भर पर्छ। कम्तिमा १.५ मि. पानी राखने (प्रवेशद्धारमा जाली राखेर)।

माछा भुरा फिगंरलिङ्गलको स्टोकिँग ५-६ दिन पछि १००० देखि १५०० गोटा प्रति कठ्ठाको दरले स्टक गरिन्छ। तर पालन प्रविधि अनुसार स्टोकिङ्ग डेन्सिटी फरक पर्न सक्छ।

स्टकिंग प्रतिशत

सि. नं.	माछाको नाम	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी-१ प्रतिशत	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी-२	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी-३	स्टोकिङ्ग डेन्सिटी-४
१	कमनकार्प	२५	२०	४०	२०
२	सिल्भर कार्प	३५	४०	२५	२०
३	बिगहेड कार्प	१०	२०	१५	४०
४	ग्रास कार्प	५	१०	१०	१०
५	रह	१५			१०
६	नैनि	१०	१०	१०	
७	भाकुर				

मछाको आहार विहार

माछाको नाम	आहाराको क्षेत्र	आहारा
भाकुर	पानीको माथिल्लो भाग देखीमध्य भाग	जुप्लाक्टन
रहु	पानीको मध्य भागदेखी पिंध सम्म	डेट्रिटस, दाना
नैनि	पानीको पिंधभागमा	सर्वाहारी दाना
सिल्भर कार्प	पानीको माथिल्लो भाग	फाईटोप्लांटन
बिगहेड कार्प	पानीको माथिल्लो भागदेखी मध्यभाग सम्म	जुप्लांक्टन
ग्रास कार्प	पानीको जुन सुकै भागमा	घाँस, दाना
कमनकार्प	पानीको पिंधभागमा	सर्वाहारी दाना

प्रयोग :

पेलेट दाना माछाको शारिरीक तौलको ५ प्रतिशतको दरले दिने (शुरुमा ५ देखी १० प्रतिशत शारिरीक तौलको र ठूलो माछाको हकमा १ देखी ३ प्रतिशत शारिरीक तौलको वा ग्रास कार्प ५० ग्रामभन्दा ठूला शारिरीक तौलको २० देखी ३० प्रतिशतसम्म घाँस खान्छ, त्यही अनुपातमा घाँस हाल्ने

वा

२५ प्रतिशत प्रोटिन भएको दाना बनाउनका लागि सामग्रीहरु

१. धानको ढुटो : १५% २. गहुँको पिठो : २०% ३. मकैको पिठो : ५% ४. गहको चोकर : १४.५% ५. माछाको सिद्रा : ७%, ६. भटमास : २३.५ % ७. पिना : १५% ८. मिनरल मिक्स २%

मत्स्य विकास केन्द्र, फत्तेपुर, सप्तरी
मोवाईल नं. ९८५२८२०९३५

सर्पको टोकाईबाट बचौं र बचाऔं ।

- सर्पले टोकेका व्यक्ति आत्तिन सक्छन्, सान्त्वना दिऔं,
- सर्पले टोकेका व्यक्तिलाई तुरुन्त अस्पताल वा सर्पदंश उपचार केन्द्र पुऱ्याऔं,
- सवारी साधनमा घाईतेलाई बसाएर सर्पले टोकेको ठाउँलाई मिलेसम्म मुटुको सतहभन्दा तल पारी लैजाऔं,
- गलत परम्परागत उपचार विधि (झारफूक) तिर नलागौं,
- आफ्नो नजिक सर्पदंश उपचार केन्द्र कहाँ छ ? जानकारी राखौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

देश विदेशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त भुक्तानी लिनका लागि सम्झनुहोस् । हाम्रो सेवाहरु

नेपाल सहकारी संस्था लि.
राजविराज ४, फोन नं. ०३१-५३१०९६

ipay remit
CITY EXPRESS MONEY TRANSFER Money Transfer Made Easy
Best Remit Quick & Easy
PRABHU Money Transfer प्रभुको इच्छा
रकम पठाउन तथा पाउनका लागि भरपर्दो माध्यम
IME International Money Express
himal remit हिमालरेमिट HBL Himalayan Bank Ltd BATAS
CG Money CHAUDHARY GROUP

प्रकाशक : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सहसम्पादक** : दीपककुमार गुप्ता (९८४१५१३२९९), **लेआउट** : संजय शेखर, **मुद्रण** : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, फोन : ०३१-५२०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : *rajbirajdainik@gmail.com*, **वेवसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*