जि.का.सप्तरी द.नं. १(१०३९/०६/१८)-०३९/०४०

म.जि.हु.का.द.नं. ६/०६४/०६५

नवीन साप्ताहिक

वर्ष ४२ अंक २३ २०८० साल माघ ७ गते आइतवार (21 Jan. 2024 Sunday) मूल्य रु. ७/-

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले सावधानी अपनाऔं ।

यस अंक भित्र – **पृष्ठ २ मा :** कहाँ छ सुशासन मेरो ... **पृष्ठ ३ मा :** सशस्त्र प्रहरीद्वारा अवैध ... **पृष्ठ ४ मा :** भरोत्तोलनका खेलाडीहरु ... **पृष्ठ ५ मा :** हाइटीमा छ भिक्षु अपहरित ...

चार दलका शिर्ष नेताहरुको इसारामा मुलुकको शासन व्यवस्था चलिरेहको छ : डा. सीके राउत

राजविराज/प्रतिनिधिसभा सदस्य डा. सीके राउतले चार दलका शिर्ष नेताहरुको इसारामा मुलुकको शासन व्यवस्था चलिरेहको बताएका छन् ।

जनमत पार्टीका राष्ट्रिय अध्यक्ष समेत रहेका डा. राउतले शनिबार नेपाल पत्रकार महासंघ सप्तरी शाखामा आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा यस्तो बताएका हुन् ।

सप्तरी क्षेत्र नं. २ बाट प्रतिनिधिसभा सदस्यमा निर्वाचित भएपछि उनले पहिलो पटक गृहजिल्लामा पत्रकार सम्मेलन गर्दै नेपाली काँग्रेस, नेकपा एमाले, नेकपा माओवादी र नेकपा एकिकृत समाजवादीका शिर्ष नेताहरुले मुलुकको शासन प्रणाली आफ्नो अनुकुल चलाइरहेको बताए । उनले भने, "सरकारमा १० सिट ल्याउनेको हाली मुहाली छ, १२ सिट ल्याउनेको केही चल्दैन्, १२ सिट ल्याउनेले ५० सिट ल्याएपनि मुलुकको शासन व्यवस्थामा केही चल्दैन् ।"

एक अर्को प्रसङ्गमा उनले आफ्नो पार्टी सरकारमा सहभागि हुनुका कारण प्रस्ट्याउँदै उनले भने, "जनताको सेवाका लागि पनि सत्तामा जानुको विकल्प नरहेकोले सरकारमा सहभागि भएका हौं, हाम्रो पार्टीको सानो उपस्थिति रहेपनि सरकारमा रहेर पूर्णरुपमा उपलब्धि नपाएपनि आंशिक रुपको उपलब्धिबाट जनताको सेवा गरिरहेका छौं ।"

यस्तै मधेश प्रदेशमा लोकप्रिय मतले आफ्नो पार्टी पहिलो रहेको र सरकारमा पालैपालो मुख्यमन्त्री हुने सहमति भएको तर, त्यो सहमति कुनै बेला पनि धरापमा पर्ने भएकोले आफ्ना मन्त्रीहरुलाई राजिनामा खल्तीमै बोकेर हिड्न उनले भनेको बताए ।

बहुमतको दम्भमा जायज मुद्दाको समेत सुनुवाई हुन सकेको छैन्, उनले भने, "अब आन्दोलनमै जानु पर्ने अवस्था देखिएको छ ।" उनले संसद तथा मन्त्रीपरिसद्मा चार ठूला दलकै सहमतिमा प्रत्येक काम हुने गरेकाले आफू चाहेर पनि जनताका मूल मुद्दा सम्बोधन गराउन नसकिरहेको लाचारी व्यक्त गरे ।

राजनीति हस्तक्षेप र आस्थाका आधारमा प्रधान न्यायाधिश, निर्वाचन प्रमुख, अख्तियार जस्ता निकायका प्रमुखको नियुक्ती हुँदा उनीहरुले निश्पक्ष र स्वतन्त्र रुपमा काम गर्न नसकिरहेको भन्दै यस्ता निकायहरुमा जनताको अभिमत "निर्वाचन प्रक्रिया" बाट नियुक्तिको व्यवस्था गर्न माग गरे ।

उनले आफ्नो कार्यकालमा जिल्लाको विकासका लागि थुप्रै काम सुरु गरेको दाबी गर्दै सोको सम्पूर्ण विवरण राजविराजस्थित पार्टी कार्यालय सूचना पाटीमा टाँस गरिएको जानकारी पनि दिए ।

जिल्लामा रोजगारीको अवस्था सृजनाका लागि वातावरण बनाउन सम्पूर्ण जिल्लावासीलाई आग्रह पनि उनले गरे । पत्रकार सम्मेलनमा मधेश प्रदेशका शिक्षा तथा संस्कृती मन्त्री महेश प्रसाद यादव, श्रम तथा यातायात मन्त्री चन्दन सिंह, प्रदेश सांसद सतिश सिंह, जिल्ला इन्चार्ज रामगमन साह लगायतको पनि उपस्थिति रहेको थियो ।

प्रतिष्ठान निर्माणको माग गर्दै एक सय दिनदेखि अनशन निरन्तर

राजविराज/रामराजा प्रसाद सिंह स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानको काम सुरु गर्नका लागी प्रस्तावित निर्माण स्थलमा रिले अनशन वस्न थालेको शनिवार १०० औं दिन पुगेको छ ।

शिलान्यास भएको २८ महिना भन्दा बढी वितिसक्दा पनि राजविराज १० मा निर्माण हुने भनिएको प्रतिष्ठानको काम हालसम्म अघि बढ्न नसक्दा आक्रोशित स्थानीयवासीयले संघर्ष समिति नै गठन गरी गत असोज २६ गतेदेखि रिले अनशन सूरु गरेका थिए ।

यस अघि थुप्रै नेता, साँसद र मन्त्रीले आश्वासन दिएर घर फर्काउने प्रयास गरे पनि माँग अनुसारको काम सुरु नभएसम्म आफुहरु घर न फर्किने उनीहरुको अडान छ ।

संघर्ष समितीका संयोजक रामकुमार दासले अलपत्र परेको प्रतिष्ठानको निर्माण कार्यलाई यथासिघ्र अघि बढाउनु पर्ने, प्रतिष्ठानको पुर्वाधार तयारी विकास समितिमा रिक्त भएका पदहरुमा अविलम्ब पदाधिकारी र कर्मचारी नियुक्ती गर्नु पर्ने, प्रतिष्ठान निर्माणका लागी आवश्यक बजेटको व्यवस्थापन गर्नू पर्ने लगायतका ५ बुंदे माघ अघि सार्दै रिले अनशन सूरु गरिएको बताए ।

प्रतिष्ठान निर्माण स्थलमा बोर्ड राख्ने, तारजालीले घेरबार गर्ने र डिपीआर निर्माण गर्ने बाहेक अरु केही काम अघि न बढेकाले रिले अनशनलाई १०० औं दिन पनि जारि राखेको संर्घष समितिका संयोजक दासको भनाई छ ।

एक प्रदेश एक स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान निर्माण गर्ने नीति अनुसार २०७५ साल पुष १६ गते मन्त्री परिषदको बैठकले मधेश प्रदेशको राजविराजमा गणतन्त्रवादी नेता रामराजा प्रसाद सिंहको नाममा प्रतिष्ठान निर्माण गर्ने निर्णय गरेको थियो ।

यसका लागी २०७८ जेठ २१ गतेको मन्त्री परिषदको बैंठकले प्रतिष्ठानका नाममा राजविराज नगरपालिका १० विरौल स्थित ६२ विघा जग्गा ३० वर्षका लागी लिजमा दिने निर्णय गरेको थियो । जग्गाको टुंगो लागे पछि सोही जग्गामा २०७८ असार २२ गते तत्कालिन प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले प्रतिष्ठान भवन निर्माणको भर्चूअल माध्यमबाट शिलान्यास गरेका थिए । तर २८ महिना भन्दा बढी भईसक्दा पनि भवनको त कुरै भएन, एउटा इट्टा समेत नथालिएकाले आन्दोलन थाल्नु परेको स्थानीयको गुनासो छ ।

भगवान रामको प्राण प्रतिष्ठा गर्ने दिन सप्तरीको दुई पालिकामा बिदा

राजविराज/भारतको उत्तर प्रदेश राज्यस्थित आयोध्यामा राम मन्दिरमा भगवान रामको प्राण प्रतिष्ठा गर्ने दिन सोमबार सप्तरीको डाक्नेश्वरी र शम्भुनाथ नगरपालिकाले सार्वजनिक बिदा दिने निर्णय गरेको छ ।

डाक्नेश्वरी नगरपालिकाका मेयर रामलअन मुखियाद्वारा माघ ४ गते जारि सूचनामा सोमबार मित्र राष्ट्र भारतको अयोध्यामा नवनिर्मित राम मन्दिरको प्राण प्रतिष्ठा भएकोले सनातन हिन्दु धर्मावलम्बीहरुको लागि विशेष दिन हुने हुँदा हर्सोलासका साथ मनाउने भएकोले पालिकामा बिदा दिइएको उल्लेख छ ।

सोही सूचनामा पालिका र अन्तरगतकासम्पूर्ण वडा कार्यालयहरु, सामुदायिक विद्यालयहरु र स्वास्थ्य संस्थाहरुमा सार्वजनिक विदा रहने जनाइएको छ ।

यस्तै जिल्लाको शम्भुनाथ नगरपालिकाकी उपप्रमुख अनिता कुमारी चौधरीले पनि एक सूचना प्रकाशित गरि भगवान रामको प्राण प्रतिष्ठा गर्ने दिन सोमबार सार्वजनिक बिदा दिएको जनाइएको छ ।

क्यान्सर रोग लाग्नबाट बच्ने उपाय

- मदिरा, धुम्रपान तथा सुर्तिजन्य वस्तु सेवन नगरौं,
- खानपानमा ध्यान पुर्‍याऔं,
- पर्याप्त व्यायाम गर्ने गरौं,
- सक्रिय जीवनशैली अपनाऔं,
- बोसोयुक्त मासु नखाऔं,
- तारेको, झानेको, पोलेको खाना नखाऔं,
- गालेका तथा पुराना अचार कम खाऔं,
- नियमित स्वास्थ्य परीक्षण गराऔं,
- सरसफाईमा विशेष ध्यान दिऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सम्पादकीय

व्यापारको अवस्था खस्कदो

सप्तरी जिल्लामा व्यापारको अवस्था खस्किदै गइरहेको छ । जिल्लामा उद्योगहरु बन्द हुने अवस्था पुगेको छ भने व्यापार अवस्था समेत दयनिय बन्दै गएको छ । विभिन्न नाकाहरुबाट चोरी निकासी भई जिल्लामा सामानहरु भित्रिनुले व्यापार चौपट बन्दै गएको हो । स्थानिय बजारमा व्यापारको अवस्था खस्किदो छ । यता बैंकहरुले ऋणको ब्याज दोब्बर गर्नु र विगतको भन्दा व्यापारको प्रतिशत पनि झरेको छ ।

यसका लागि प्रशासन कार्यालय तथा सुरक्षा निकायले नाकाहरुमा कडाई गर्नु पर्ने अवस्था रहेको छ । नियमपूर्वक सामानहरुको ढुवानी गर्दा समेत अवैध भनेर प्रहरी प्रशासनले ती सामानहरु पक्रने प्रविधिले समेत उद्योग व्यापारीहरु झनै मारमा पर्ने गरेका छन् । भ्याट वा पानमा बिल देखाउँदा समेत त्यसलाई नमानी प्रहरीले ती सामानहरुलाई राजश्व कार्यालय पठाउने गर्दा व्यापारीहरुलाई ठूलो घाटा हुने गरेको छ । एकातिर नाकाहरुबाट भन्सार छलेर ल्याउने सामान, प्रहरी प्रशासनको ज्यादती तथा बैंकको ब्याज दरका कारण उद्योगी व्यापारीहरु थप मारमा परेका छन् ।

तसर्थ यस्ता समस्याप्रति सरोकारवाला निकाय, प्रहरी प्रशासन तथा उद्योगी व्यापारीहरुले ठोस निकास निकाल्न पहल आवश्यक छ ।

कहाँ छ सुशासन मेरो देशमा ?

हरि गौतम

केही दिनअघि वीरगन्ज सुक्खा बन्दरगाह कार्यालयमा लामो समयदेखि बवारिसे अवस्थामा रहेका करिब ३५० कन्टेनर खोलिए, कन्टेनर खोलिँदा आश्चर्यको अवस्था थियो । अधिकांश कन्टेनरमा बिल बिजकभन्दा फरक सामान आयात गरिएको थियो ।

४० फिटे कन्टेनरको पहिलो लहरमा बिल बिजक अनुसारको सस्तो सामान, दोस्रो र तेस्रो लहरमा महँगो सामान रहेको थियो । यी कन्टेनर छुटेका भए सिधै ग्रिन च्यानलबाट बिल बिजक अनुसारको सस्तो भन्सार तिरी बजार जाने थिए । भन्सारमा व्यवसायीको सहजताका लागि ग्रिन, एल्लो र रेड च्यानल खडा गरिएको हुन्छ । ग्रिन च्यानलबाट जाने सामानको ट्रक खोलिँदैन, चेक गरिँदैन । अर्थात् सोझै बिल बिजक अनुसार भन्सार पास हुन्छ ।

यसो हेर्दाखेरि व्यवसायीलाई सहुलियत दिन यो व्यवस्था गरे जस्तो गरे पनि माफिया र भ्रष्ट कर्मचारीको ठूलो साँठगाठ अनुसार वर्षौंदेखि सस्तो बिल बिजकको नाममा महँगो सामान ग्रिन च्यानलबाट सामान पास गराएर अर्बौंको राजस्व चोरी भइरहेको रहेछ । यो कुनै एक पक्ष वा व्यक्तिले गर्न सक्ने विषय भएन । यसमा राज्य सञ्चालनका भ्रष्टहरू, माफियाहरू र भन्सारमा खटिएका भ्रष्ट कर्मचारी बिचको साँठगाँठ नभई सम्भवै छैन । तर यसमा कुन समयमा को को संलग्न थिए भन्ने खोज्न केही प्रमाण छैन । तैँ चुप मै चुपको अवस्था छ ।

गत हप्ता सङ्घीय वन मन्त्रालयमा अनौठो दृश्य देखियो । मन्त्रालयको मन्त्री कक्षमा वनमन्त्री, सत्तारुढ दलका एक सांसद, सचिव, सह-सचिव, महानिर्देशकसहित करिब १५-२० जना थिए । सांसद भन्दै थिए, 'यो काम नभए म यहीं अनशन बस्छु, तपाईंहरूलाई पनि जान दिन्नँ, काम आजै हुनुपर्छ भएन भने यसको कागज यही जलाउँछु ।'

मन्त्री निरीह भएर सुनिरहेका थिए । भएको के रहेछ भने आजभन्दा चार वर्षअघि बूढानीलकण्ठमा करिब साढे तीन अर्ब रुपैयाँको लागतमा एक भव्य होटल खोल्न वातावरण मूल्यांकनका लागि वन मन्त्रालयमा निवेदन दिइएको रहेछ । वन मन्त्रालले अनेकौँ बहानामा यो काम गरेन । प्रक्रिया पुऱ्याएर निवेदन दिएपछि काम हुने आशामा लगानीकर्ताले लगानी गर्दै गए । चार वर्ष बित्यो, वन मन्त्रालय काम गर्दैन । सयौँ रोजगारी सिर्जना हुने, पर्यटन विकासमा टेवा पुग्ने, स्थानीय उत्पादन खपत हुने यो आयोजना सबै दृष्टिबाट उपयुक्त आयोजना थियो । अब लगानीकर्ता बिचल्लीमा परे, उनको केही लाग्दैन र सांसद गुहारे ।

अचम्मको कुरा त वनमन्त्री भन्दै थिए, 'खरदारले गरेन, सुब्बाले गरेन, मैले भनेको कोही मान्दैनन्, म अब कुर्सीमा बस्नलायक रहिनँ' आदि आदि । दृश्य यस्तो थियो कि मन्त्रालय मन्त्रीले नचलाएर कसले चलाउँछ थाहा छैन ।

हालसालै एउटा समाचार आयो, यातायात विभागबाट एक लाखभन्दा बढी लाइसेन्सहरू परीक्षा नै नलिई गैरकानुनी तरिकाले वितरण गरियो । वर्षौंदेखि त्यहाँका महानिर्देशकसहित भ्रष्ट कर्मचारीको काम गैरकानुनी लाइसेन्स वितरण गर्नु र घुस खानु रहेछ । एक दिन वा एक वर्षमा त लाखभन्दा बढी लाइसेन्स त्यसरी वितरण हुँदैन, अनि यातायातको सम्पूर्ण भ्रष्ट संरचना संलग्न नभई यो सम्भव छैन ।

म यातायात सेवासँग नजिक छु । त्यहाँ बिचरा एउटा गरिब केटाले हेभी गाडीको लाइसेन्स पाउन डेढ लाखसम्म घुस खुवाउनुपर्छ । सहायक चालक हुँदै ड्राइभर भएका कति युवाले गाडी चलाउन त सक्छन् तर घुस खुवाउन नसकेर विदेश गएका छन् । हरेक सवारीको अलग-अलग घुसको दर छ, न्यूनतम स्कुटरमा १० हजारदेखि सुरु हुन्छ । सत्तासीनहरू सबैलाई यो थाहा छ । सबै राजनीतिक दलहरूलाई पनि थाहा छ, तर उनीहरू यसबाट कमिसन लिन्छन्, प्रक्रिया सुधार्दैनन् । यातायात क्षेत्रमा परीक्षा पास गरेको डेढ वर्षसम्म लाइसेन्स पाइँदैन ।

केही वर्षहिले एक मन्त्रीले करोडौँ कमाउने लोभमा अनावश्यक रूपमा जग्गाको कित्ताकाट रोक्का गरे । भूमिसुधार मन्त्रालयले कित्ताकाट नगर्ने निर्णयको परिपत्र गऱ्यो, तर कहीँ पनि कित्ताकाट रोकिएन र हरेक दिन भएका कित्ताकाटको रेकर्ड मन्त्रालयमा गयो । पहिलेभन्दा बढी कित्ताकाट हुन थाल्यो, तर आफूले रोकेको कित्ताकाट कसरी हुन गयो भनेर कहिल्यै सोधखोज भएन । अब कित्ताकाटमा महँगो घुसको दर कायम भयो । सहरी क्षेत्रमा एक कित्ताकाटमा २५ हजारदेखि दुई लाखसम्म घुसको रेट कायम भयो भने ग्रामीण क्षेत्रमा ५० हजारसम्म । राज्यलाई यो सबै थाहा छ, यहाँ अख्तियार छ, सतर्कता केन्द्र छ, मन्त्रालयले आफैँ कारबाही गर्न सक्छ, तर खै किन हो सबै तैँ चुप मै चुप भए ।

२०७१ सालमा सरकारले पुराना बक्यौता कर उठाउने प्रयोजनका लागि लुम्बध्वज खाँडको अध्यक्षतामा तीन सदस्यीय कर फर्स्योट आयोग गठन गऱ्यो । आयोगले सही काम गरेन र अर्बौं कमाउने राजस्व गैरकानुनी रूपबाट छुट दिएको आरोप लागि विशेष अदालतमा मुद्दा चल्यो । विशेष अदालतले १० अर्बभन्दा माथि भ्रष्टाचार गरेको ठहर गऱ्यो । नेपालको इतिहासमा ठूलो भ्रष्टाचार काण्डमध्ये यो पनि एक हो । राजनीतिक तहको संलग्नताबिना यो भ्रष्टाचार सम्भव छैन भन्ने कुरा घामजस्तै छर्लङ्ग छ ।

भुटानी शरणार्थीको अर्को दुःख छ । बहालवाला गृहमन्त्री, गृहसचिव, पूर्वउपप्रधानमन्त्री, पूर्वगृहमन्त्रीसहित उच्च पदस्थहरू मिलेर नेपालीलाई भुटानी भनी बेच्ने कतिसम्म घृणित कार्य थियो त्यो केस ? यो केस साम्य नभएसम्म ठूला राजनीतिक दलमा अभूतपूर्व एकता देखियो । हरेक दिन उनीहरू आपसमा खुला तथा गोप्य भेटघाट, छलफल गर्न थाले । सञ्चारको यस्तो विकास भएको अवस्थामा उनीहरूको छटपटी सबैले बुझ्ने नै भए ।

त्यस्तै ललिता निवास जग्गा प्रकरण पनि राजनीतिक नेतृत्वको घिनौलो कार्य थियो । जसमा एक पूर्वमन्त्री र एक बहालवाला सर्वोच्चका न्यायाधीशलाई जोगाउन घुस लिएको जग्गा फिर्ता गरियो । भ्रष्टाचारको फायल अख्तियारले कमजोर बनायो, सीबीआईले संगठित अपराधमा मुद्दा चलाउन अनुसन्धान गरेको फायल सरकारी वकिललाई प्रभावमा पारेर संगठित अपराधमा मुद्दा नचलाई मुद्दा कमजोर बनाइयो र अन्तिममा यो छानबिन त्यसै फासफुस भएर जाने प्रबल सम्भावना छ । एयरपोर्ट वा उत्तरी नाकाबाट हुने सुन तस्करीमा मुख्य राजनीतिक दल नेकपा माओवादीका शीर्षस्थ नेताको प्रत्यक्ष संलग्नता देखिन्छ ।

नेपाल वायुसेवा निगममा एक अध्यक्ष थिए, खाने खुवाउने मामिलामा माहिर । उनले अनेकौं प्रपञ्च गरेर सम्पूर्ण स्वार्थ समूह, उच्च राजनीतिक नेतृत्व, माफिया आदिलाई मिलाएर निगमका लागि चारवटा जहाज किने, जहाज खरिदमा नियम-कानुनको पालना गरिएको थिएन । संसदीय समितिको प्रतिवेदनकै आधारमा ६ अर्ब रुपैयाँभन्दा बढी भ्रष्टाचार भएको थियो । त्यसमा सबै राजनीतिक दलका उच्च नेतृत्व संलग्न थिए । संसदीय समितिले अख्तियारलाई कारबाही गर्न निर्देशन गऱ्यो, तर अख्तियारले केही कारबाही गरेन । उसले गर्न सक्ने पनि थिएन । राजनीतिक दलको उच्च नेतृत्व संलग्न केसमा उसले हात हाल्ने कुरै भएन ।

केही वर्षपहिले आयल निगममा एक इन्जिनियर ठूलो सेटिङमा कार्यकारी निर्देशक भएर आए । उनी खान-खुवाउनमा अत्यन्तै उदार थिए । नियुक्ति पाएर आउँदाको खर्च, उच्च राजनीतिक नेतृत्वलाई बुझाउनुपर्ने खर्च अनि आफूलाई पनि केही चाहियो । उनलाई ठूलो रकम चाहिएको थियो, तत्काल जुक्ति निकाले । निजले आयल निगमका लागि जग्गा किन्ने प्रपञ्च मिलाए । स्थापित सम्पूर्ण नियम-कानुन मिच्दै उनले सिधै खोला बगर कमसल आदि जग्गालाई परल मोलको तेब्बर मोल दिएर अर्बौं रुपैयाँको जग्गा किने र उदारतापूर्वक उच्च राजनीतिक नेतृत्वलाई पैसा बाँडे । केही आफूले पनि राखे । त्यसबेलाका आपूर्ति मन्त्रालयको सचिव चलाख थिए, छन् । जग्गा खरिद प्रक्रिया सञ्चालक समितिमा आए उनी फस्ने थिए । उनले आफू नफस्न र काम पनि गर्न कार्यकारी निर्देशकलाई अख्तियारी दिए । अन्ततः उनलाई यस प्रकरणमा कुनै कारबाही भएन, राज्यको अर्बौं रुपैयाँ नोक्सान भयो ।

केही वर्षपहिले एक सञ्चारमन्त्रीले हाकाहाकी ७० करोड रुपैयाँ घुसको बार्गेनिङ गरे । संसदमा कुरा उठ्यो, उनले पदबाट राजीनामा दिए । उनको त्यो टेप कारबाहीका लागि अख्तियारमा गयो । अख्तियारले उनीमाथि कुनै कारबाही गरेन, संसदीय समितिले पनि केही गर्न सकेन ।

हालसालै टेरामेक्स खरिद प्रक्रियामा विभिन्न मन्त्रीसहित उच्च पदस्थ कर्मचारीले गैरकानुनी काम गरी अर्बौं रुपैयाँ घोटाला गरेका छन् भनी संसद्मा कुरा उठ्यो, तर कारबाही हुँदैन ।

बडो अचम्म छ, यो मुलुकमा माफिया, सिन्डिकेटधारी र उच्च राजनीतिक नेतृत्वको स्वार्थ नमिली कुनै ठूलो आयोजना आउँदैन । स्वार्थ मिले मुलुकले जे चुकाउनुपरे पनि त्यस्तो आयोजना आएर छोड्छ ।

नेपालमा अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थल निजगढमा चाहिएको छ तर आयो पोखरा र लुम्बिनीमा, जहाँ आवश्यकता नै थिएन । करिब पाँच अर्ब खर्च गरेर सिमरामा सेजको स्थापना भयो, उद्योगीहरूलाई चाहिएकै छैन । त्यस्तै रकम खर्च गरेर चोभारमा सुक्खा बन्दरगाह सञ्चालन भयो । जुन आवश्यक नै छैन । यी आयोजना किन आए भन्दा यहाँ माफिया, बिचौलिया र उच्च राजनीतिक नेतृत्वको आर्थिक स्वार्थ पूरा भयो । आयोजना चलोस् वा नचलोस्, मुलुकलाई जतिसुकै घाटा परोस् उनीहरूलाई मतलब हुने विषय नै भएन ।

२०७० को दशकमा सरकारले राष्ट्रिय प्राथमिकता प्राप्त आयोजना घोषणा गऱ्यो । त्यसलाई प्राथमिकता दिएर सम्पन्न गर्ने भन्यो । जनता खुसी भए तर घोषणा गरिएका २७ आयोजना आज भ्रष्टाचारको अखडा भएका छन् । पूरा हुने छाँटकाँटै छैन । हरेक वर्ष बजेट बढ्दो छ, बजेट भनेको आम जनताको सम्पत्ति हो, आम जनताको ऋण हो । त्यसलाई दुरुपयोग गर्नु अपराध हो, तर

बाँकी पाँच पृष्ठमा

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. यमेश यादव
Dr. Yamesh Yadav
MBBS (T.U), MS (Nobel Medical College, K.U.)
General and Laproscopic Surgeon
NMC Reg. No. : 16392
जेनरल सर्जन

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

सशस्त्र प्रहरीद्वारा अवैध मालसमान नियन्त्रणमा

राजविराज/सशस्त्र प्रहरीले जिल्लाको विभिन्न नाकाबाट अवैधरुपमा ल्याइएको ठूलो परिमाणको दुध पाउडर प्याकेटदेखि न्यानो पार्ने ज्याकेटसम्म अवैध मालसमान नियन्त्रणमा लिएको छ ।

सोमवार विहान हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिका १ स्थित भारदह सडकखण्डमा चेकजाँचको क्रममा गाडीमा लोड गरेर अवैधरुपमा ल्याइएका २७ बोरा दुधको पाउडर बरामद गरिएको सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल नं.६ गण हेडक्वाटर सप्तरीका सुचना अधिकारी सशस्त्र प्रहरी नायब उपरिक्षक मोहन राज विष्टले जानकारी दिएका छन् ।

ग.३च. ५१५९ नम्बरको भ्यानमा प्याकेट बनाएर बोरा भित्र राखिएको उक्त दुध पाउडरको तौल ६ सय ७५ केजी रहेको उनले जनाए । सशस्त्र प्रहरी नायब उपरिक्षक प्रदिप बुढाथोकी कमाण्डको टोलीले शंका लागी चेकजाँच गरिरहदा चालक भने गाडी छाडेर फरार भएको तथा उनको खोजी कार्य भईरहेको उनले जनाए । बरामद दुध पाउडरको अनुमानीत बजार मुल्य ३ लाख ७१ हजार २ सय ५० रुपैया रहेको उनको भनाई छ ।

यस्तै भारतबाट अवैधरुपमा ल्याइएको ज्याकेट, न्यानो लत्ता कपडा र औषधी लगायतका अवैध मालसमान सप्तरीको डाक्नेश्वरी नगरपालिका ३ बाट सशस्त्र प्रहरीले बरामद गरेको छ ।

सिमा सुरक्षा गुल्म पातोबाट सहायक प्रहरी हबल्दार धन बहादुर साउद नेतृत्वको टोलीले ४६ हजार ३ सय ३० रुपैयाको अवैध औषधी तथा सशस्त्र प्रहरी नायब निरिक्षक शुभ नारायण मण्डल नेतृत्वको टोलीले ५९ हजार ८ सय मुल्य बराबरको न्यानो लत्ता कपडा बरामद गरेको सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल नं ६ गण हेडक्वाटर सप्तरीका सुचना अधिकारी विष्टले बताए ।

सोमवार नै भारतबाट भन्सार छलेर ल्याइएका १ लाख ६२ हजार मुल्य बराबरको किरानाका ससमान जिल्लाको छिन्नमस्ता गाउँपालिका २ मोहनपुर क्षेत्रबाट सशस्त्र प्रहरीले बरामद गरेको छ । भारतबाट ना.५७प ४४७६ नम्बरको मोटरसाईकलबाट ल्याउदै गरेका १ लाख ६२ हजार मुल्य बराबरको किरानाका अवैध मालसमान सशस्त्र प्रहरी वरिष्ट हबल्दार विनोद विकको कमाण्ड टोलीले नियन्त्रणमा लिएको तथा चालक भने फरार भएको उनले जानकारी दिए ।

स्थानीय तहबाटै राहदानी बितरण

सिरहा/सिरहाको मिर्चैया नगरपालिकाले बुधबारदेखि स्थानीयस्तरबाटै राहदानी (पासपोर्ट) वितरण सेवा सुरु गरेको छ । नगरप्रमुख श्रवणकुमार यादवले मिर्चैया-६ की शर्मिलाकुमारी घिमिरेलाई राहदानी हस्तान्तरण गर्दै सेवा सुरु गरेको हो ।

"अब पालिकावासी राहदानीका लागि सदरमुकाम सिरहास्थित जिल्ला प्रशासन कार्यालय पटक-पटक धाउनुपर्ने बाध्यता हटेको छ", नगरप्रमुख यादवले भने, "आगामी दिनमा यसलाई अझै प्रभावकारी र चुस्त बनाउने छौं ।" उनका अनुसार बायोमेट्रिकबाहेक आवेदनलगायतका सम्पूर्ण काम पालिकाबाटै हुने भएको छ । स्थानीयस्तरबाट राहदानी पाउने भएपछि स्थानीय खुसी भएका छन् । नागरिकलाई सहज होस् भनेर जिल्ला प्रशासन कार्यालयसँगको समन्वयमा सो कार्यालयबाट प्राप्त राहदानी पालिकाबाट नै वितरण सुरु गरिएको उनले जानकारी दिए ।

जुनोटिक रोगको जोखिममा नेपाली किसानहरू

कोष विलास बगाले

नेपाल एक कृषि प्रधान देश हो । यहाँका अधिकांश मानिसहरू कृषि पेशामा आश्रित छन्, जुन प्राय निर्वाहमुखीर परम्परागत प्रणालीबाट नै हुने गरेको पाइन्छ । तर ज्ञानविज्ञान, प्रविधि तथा संचार क्षेत्रको प्रभावका कारण बिस्तारै यस क्षेत्रमा पनि व्यवसायिक पद्दति तथा आधुनिक प्रविधिको प्रयोगहुन थालेको पाइन्छ । नेपालमा कृषि क्षेत्रको अर्को विशेषता भनेको यहाँका किसानहरू मिश्रित प्रकारको कृषिकर्म गर्ने गर्दछन् । चाहे त्यो खेति गर्ने कुरामा होस वा पशुपालनको क्षेत्रमा । धान, मकै, तरकारी होस वा तेल,मसला सकभर किसानहरू आफ्नै खेतमा उत्पादन गर्ने गर्दछन् भने पशुपालनका क्षेत्रमा पनि प्राय किसानहरू एक भन्दा बढी प्रकारका पशुपंछीहरू आफ्नो घरमा पाल्ने गर्दछन् । त्यसो त देशको आर्थिक क्षेत्रमा पनि कृषि क्षेत्रको उल्लेख्य योगदान रहने गरेको पाइन्छ । देशको कुल ग्राहस्थ उत्पादनमा ३३ प्रतिशत हिस्सा कृषि क्षेत्रको रहेको पाइन्छ ।

नेपालमा कृषिकर्म गर्ने मानिसहरूलाई समाज तथा सरकारले समेत त्यती महत्व दिने गरेको पाईदैन । त्यसोत पढेलेखेका मानिसहरू पनि अन्य पेशा व्यवसायमा असफल भएभने मात्र कृषि पेशामा आउने गरेको पाइन्छ । जसले गर्दा यो पेशालाई सम्मानको पेशा बनाउन सकिराखिएको छैन । कृषि कर्मको कुरा गर्दा यसमा मुख्यगरी खेती किसान र पशुपालन किसान गरी दुई भागमा बाड्ने गरिन्छ । तर पनि नेपालमा अधिकांश किसानहरू मिश्रित प्रणाली अवलम्वन गरी खेती किसानी तथा पशुपालन गर्ने गरेको पाइन्छ । कृषि एक महत्वपूर्ण पेशा वा व्यवसाय होजुन मानिसका आधारभूत आवश्यकता खाना र नानासँग त सम्बन्धित छ नै, त्यससँगै मानव जीवनमा सुख र समृद्दिको आधार तथा देश विकासको मेरुदण्डका रुपमा पनि लिने गरिन्छ । त्यसैले यसलाई सम्मानित र सुरक्षित पेशाका रुपमा स्थापित गराउन सक्नुपर्दछ । सुरक्षाको कुरा गर्दा एउटा आर्थिक सुरक्षाको कुरा आउछ भने अर्को स्वास्थ्य सुरक्षा । तर यतिखेर यहाँ स्वास्थ्य सुरक्षाको कुरा गर्न खोजिएको छ र त्यो पनि पशुपालन व्यवसायमा संलग्न किसानहरूको स्वास्थ्य सुरक्षाको कुरा ।

जुनसुकै पेशा र व्यवसायमा पनि केही न केही स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित जोखिमहरू रहने गर्दछन् । त्यसैले उक्त पेशा वा व्यवसायमा संलग्न हुनु पूर्व व्यवसायीहरुलाई त्यस्ता पेशागत जोखिमहरुको बारेमा पूर्व जानकारी हुन अति जरुरी पर्दछ । जसलाई हामी प्रोफेशनल प्रिपरेशनको एक अभिन्न अङ्गका रुपमा लिने गर्दछौ । तर पनि हामीकहाँ बिना कुनै तयारी मानिसहरू पेशा वा व्यवसायमा संलग्न हुने गरेको पाइन्छ । जुन कुरा व्यवसायीहरूका लागि आर्थिक तथा स्वास्थ्यको दृष्टिकोणमा निकै जोखिमपूर्ण मानिन्छ ।

नेपालका अधिकाशं किसानहरू निर्वाहमुखी खेति तथा पशुपालन गर्ने हुनाले अधिकांश किसानहरूको घरमा खेतीसँगै विभिन्न प्रकारका पशुपंछीहरू पनि पालिराखेको पाइन्छ । उदाहरणको रुपमा कुनै किसानको घरमा गएर हेर्ने हो भने २-४ वटा हांस (कुखुरा, भेडा(बाखा तथा गाई(भैंसी तथा सुगुर बंगुरहरुजस्ता जनावरहरूपालिराखेका देख्न पाइन्छ । त्यतिमात्र होईन प्राय घरहरूमा कुकुर (बिराला जस्ता जनावरहरू पनि पालिराखेको पाइन्छ । र किसानहरू आफूले पालेका पशुपँछीहरू सँग निकै नजिकको सम्मपर्कमा रहने गरेको तथा कयौं किसानहरूको खाना खाने ठाउं तथा सुत्ने ओच्छयान समेत गोठ वा खोरसंगै रहेने गरेको पनि हामीले देखे सुनेका छौंर यस्ता अभ्यासहरूले वर्षौदेखि निरन्तरता पाइराखेकोपाइन्छ ।

निश्चय पनि पशुपन्छीहरुलाई मानिसले विभिन्न रुपमा प्रयोगमा ल्याउने गर्दछन् । मासुलाई प्रोटिनको राम्रो स्रोतमानिन्छ भनेऊन, छाला, हाड, मलमुत्र पनि त्यत्तिकै महत्वपूर्ण मानिन्छन् त्यसो त आजपनि कैयौं क्षेत्रमा जनावरहरूलाई यातयाततथा ढुवानीको साधनका रूपमा पनि प्रयोग गरिदैं आएको पाइन्छ । हिन्दु समुदायमा त जनावरहरूको महत्व मानिसका जन्मदेखि मृत्यु सम्मका सामाजिक, सास्कृतिक तथा धार्मिक रीति(रिवाज तथा संस्कारहरूमा रहने गर्दछ । अन्य धर्म र समुदायहरुमा पनि जनावरहरुको सामाजिक तथा धार्मिक महत्व रहेको पाइन्छ । किसानहरूको जनावरसँगको सामिप्यतताको कुरा गर्दा अन्य पेशा र व्यवसायका मानिसहरू भन्दा यिनीहरू जनावरहरूसंग निकै नजिकको सम्पर्कमा रहने गर्दछन् । तर पनि किसानहरूमा पशुपन्छीहरू मानिसलाई रोग लगाउन सक्ने कैयौं रोगका श्रोतहरू पनि हुन सक्छन् भन्ने विषयमा जानकारी भने नभएको पाइन्छ ।

अध्ययनहरूका अनुसार मानिसमा लाग्ने अधिकांश रोगहरू जनावर जन्य श्रोतबाट आउने गर्दछन् जसलाई हामी जुनोटिक रोग भनेर भन्ने गर्दछौं । र यस्ता रोगहरूको मुख्य जोखिम पशुपन्छीहरुको प्रत्यक्ष सम्पर्कमा रहने किसान तथा तिनका परिवारहरूलाई हुने गर्दछ । त्यसैले पशुपालनमा संलग्न किसानहरूलाई हामीले पालेका पशुपन्छीहरुविभिन्न प्रकारका रोगका श्रोत पनि हुन सक्दछन् भन्ने विषयमा सुसुचित गराउनु न आवश्यक छ ।

हालै नेपालको हिमाल, पहाड र तराईलाई आधार मानेर गरिएको एक अध्ययनमा नेपालका पशुपालक किसानहरूमा जुनोटिक रोगसम्बन्धी रहेको ज्ञान, धारणा तथा अभ्यासको आधारमा

बाँकी चार पृष्ठमा

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (ब्यवस्था) गरौं ।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं ।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं ।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं ।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं ।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्काले नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं ।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं ।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको ब्यवस्था मिलाऔं।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं ।

अनुरोधकर्ता

कंचनरुप नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (ब्यवस्था) गरौं ।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं ।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं ।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं ।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं ।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्काले नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं ।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं ।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको ब्यवस्था मिलाऔं।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं ।

अनुरोधकर्ता

डाक्नेश्वरी नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

भरोत्तोलनका खेलाडीहरु सम्मानित

राजविराज/पुस २४ गते देखि पौष २६ सम्म संचालन भएको ११ औं महिला तथा २६ औं पुरुष राष्ट्रिय भारोत्तोलन प्रतियोगिताका पदक विजेता सबै सप्तरीका खेलाडीहरुलाई मंगलबार सम्मान गरिएको हो।

जिल्ला भारोत्तोल संघ सप्तरीले राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी सबै खेलाडीले पदक ल्याएकोमा एक कार्यक्रमको आयोजना गरी सम्मान गरेको छ।

उक्त प्रतियोगितामा सप्तरीबाट सहभागी ११ वटै खेलाडीले पदक ल्याई जिल्लाको मान सम्मान बढाएकोले यस्तो कार्यक्रमको आयोजना गरी सम्मान गरिएको सम्मान कार्यक्रमका आयोजक जिल्ला भारोत्तोलन संघ सप्तरीका अध्यक्ष गोपाल प्रसाद गुप्ताले बताए।

उक्त प्रतियोगीतमा उत्कृष्ट प्रर्दशन गर्दै सप्तरीले ८ स्वर्ण तथा ३ रजत पदक हासिल गरेका थिए। टिम म्यानेजर एवं प्रशिक्षक पुन्तिलाल यादवका अनुसार पुरुष तर्फ ४९ केजी तौल समुहमा महेश यादव, ५५ केजीमा शंकर यादव, ६१ केजीमा सुजित यादव, ६७ केजीमा अनुराग प्रताप सिह र ७३ केजीमा हेम नारायण यादवले स्वर्ण पदक प्राप्त गरेका छन्।

यस्तै ५५ केजी जुनियर पुरुषमा श्रवण यादवले रजत पदक ल्याए। यसैगरी महिला तर्फ ४९ केजीमा अम्बिका यादव, ५५ केजीमा नेहा यादव र ६४ केजी तौल समुहमा संतोषी यादवले स्वर्ण पदक हात पारेकी छिन। महिला तर्फ कै ५९ केजी सिनियर तर्फ पुष्पा ठाकुर र जुनियर तर्फ अंजली यादवले रजत पदक ल्याएकी छिन्।

उनीहरुलाई कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि मधेश प्रदेशका शिक्षा एवं संस्कृति मन्त्री महेश प्रसाद यादवले कदर पत्र तथा दोसल्लाबाट सम्मान गरे।

कार्यक्रममा भारोत्तोलन प्रशिक्षक पुन्तीलाल यादव तथा भारतोलन संघ सप्तरीका निर्वतमान अध्यक्ष समेत रहेका मधेश प्रदेशका शिक्षा तथा संस्कृति मन्त्री यादवलाई समेत आयोजकले सम्मान गरे।

सप्तरी आफनो गृह जिल्ला समेत भएकाले जिल्लाको खेलकुदको विकासका लागी आफ्नो पारश्रमिकबाट १ लाख रुपैया दिने घोषणा समेत गरेका मन्त्री यादवले यसको सदुपयोग गर्न विभिन्न खेलकुद संघका पदाधिकारी, पुर्वखेलाडी तथा अग्रजहरु संग आग्रह गर्दै आ-आफ्नो स्तरबाट समेत सहयोग गर्नु पर्नेमा जोड दिए।

जिल्ला भारतोलन संघ सप्तरीका कार्यवहाक अध्यक्ष गोपाल प्रसाद गुप्ताको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा पुर्व साँसद एवं भारोत्तोलन संघका सल्लाहकार सुर्यनाथ यादव "सुभाष", नवीन कुमार गुप्ता, खेलकुद पत्रकार मञ्च सप्तरीका अध्यक्ष मनोज कुमार माझी, जिल्ला खेलकुद विकास समितीका कार्यालय प्रमुख दिनेश भुजेल, डा. शिव शंकर यादव, प्रशिक्षक उमेश गुरुङ्ग, संजय परियार लगायतले पनि बोल्दै पदक विजेता खेलाडीलाई बधाईसहित भविष्यमा राष्ट्रियस्तरमा मात्र नभई अन्तराष्ट्रियस्तरमा समेत पदक ल्याउन सफलता मिलोस भनी शुभकाना दिए।

जुनोटिक रोगको ...

नेपालका किसानहरू जुनोटिक रोगको जोखिममा छन् कि छैनन्? स्वास्थ्यको दृष्टिकोणबाट नेपालको पशुपालन क्षेत्र सुरक्षित छ कि छैन भनेर हेरिएको थियो। कुल ३८० जना किसानहरूमा पशुपँछीहरूसँग सम्बन्धित जुनोटिक रोगहरूलाई आधार मानेर गरिएको अध्ययनको निष्कर्ष नियाल्दा अधिकांश किसानहरूले जुनोटिक वर्ड फ्लु र रेबिज रोगको विषयमा तथा आधाभन्दा बढी किसानहरुले स्वाईन फ्लु रोगका विषयमा सुनेको बताएता पनि यी रोगहरुका विषयहरूमा क्रमश वर्ड फ्लु ५.३५, रेबिज १९.५५ तथा स्वाईन फ्लु २३.४२ किसानहरुमा मात्र राम्रो ज्ञान भएको पाईयो।

तर अध्ययन गरिएका अन्य रोगहरू जस्तै जनावरहरुबाट सर्ने टि बी, नाम्ले जुकाका कारण हुने दिमागको रोग (न्यूरोसिस्टिसार्कोसिस), तथा बुर्सोलोसिसका बारेमा भने निकै कम किसानहरूले मात्र सुनेका तथा लगभग सबै किसानहरूमा यि रोगहरुका विषयमा राम्रो ज्ञान पाइएन।जुनोटिक रोग सम्बन्धमा भएको ज्ञान सम्बन्धी तथ्याङ्कलाई विश्लेषण गर्दा समुदायमा बारम्बार फैलिइरहने, लामो समयदेखि रहिरहेका तथा मृत्युदर बढी भएका जुनोटिक रोगहरूमा किसानहरूको ज्ञान सामान्य पाईएता पनि स्थानीय रोगका रुपमा समुदायमा पाइने अन्य कैयौं जुनोटिक रोगहरुका सम्वन्धमा किसानहरु बेखवर रहेको पाइयो। यसै सन्दर्भमा जिल्लास्तरबाट हुने माशिक प्रतिवेदनहरु अनुसार जुनोटिक रोगहरूको नेपालमा जोखिम रहेको देखिएता पनि रोगहरू नियन्त्रणका लागि नेपाल सरकारले ठोस कार्यक्रमहरू संचालनमा रहेको पाइदैन। जसले गर्दा नेपाली किसानहरूजुनोटिक रोगको उच्च जोखिममा रहेको कुरा सजिलै बुझ्न सकिन्छ।

त्यसैगरी जुनोटिक रोगबाट बच्नका लागि गरिने अभ्यासहरूलाई नियाल्दा आधा भन्दा केहि बढी प्रतिशत किसानहरूले मात्र पशुपन्छीहरूको स्याहार सुसार गरेपछि नियमित रुपमा साबुन पानीको प्रयोग गरेर हात धुने गरेको पाइयो। भने निकै न्यून प्रतिशत किसानहरूले मात्र आवश्यक अनुसारमाक्स , पन्जा तथा बुटको प्रयोग गरी जनावरको स्याहार सुसार तथा गोठको काम गर्ने गरेको पाइयो। अध्ययनमा सहभागि भएकामध्ये करीब दश प्रतिशत किसानहरूले मरेका जनावरहरू नजिकको नदी, खोला तथा खोल्सामा फाल्ने गरेको पाइयो। त्यसैगरी करीव दुईतिहाइ किसानहरूको घरमा बालबच्चाहरू जनावरसँगको नजिकको सम्पर्कमा रहने गरेको तथा करीब त्यतिकै संख्यामा किसानहरूको घरमा महिलाहरू गर्भवती हुँदा पनि नियमित रुपमा जनावरहरूको स्याहार, सुसारको काम गर्ने गरेको पाइयो। त्यतिमात्र नभई केहि किसानहरुले बिरामी जनावरहरूको मासु समेत खाने गरेको बताउनुभयो भने करीब दुईतिहाइ किसानहरूले आफूले पालेका जनावरहरूलाई कुनैपनि खोप नलगाएको बताउनुभयो। अतः जुनोटिक रोगहरूबाट बच्नका लागि गरिनुपर्ने बचाउका उपायहरूको अभ्यास सम्बन्धी तथ्याङ्कलाई विश्लेषण गर्दा सजिलैसँग अवलम्बन गर्न सकिने सजिला अभ्यासहरू जस्तैस साबुन पानीले हात धुने, माक्स, पन्जा, बुट जस्ता अभ्यासहरू पनि अपेक्षाकृत राम्रो पाइएन।

जुनोटिक रोगहरूका सम्बन्धमा पशुपालक किसानहरूमा रहेको धारणा सम्बन्धी तथ्याङ्कलाई नियाल्दा आफूले पालेका जनावरहरूबाट पनि हामीहरुलाई रोगहरू सर्न सक्छन भनेर जोखिमको शङ्का गर्ने तथा जुनोटिक रोग लागि हालेमा त्यसले पुऱ्याउन सक्ने जोखिम प्रति सहमत हुने किसानहरूको संख्या नब्बे प्रतिशत भन्दा बढि पाइयो। त्यत्तिकै संख्यामा किसानहरू साबुनपानीले हात धुने तथा माक्स, पन्जा, बुट जस्ता सामाग्रीहरूको प्रयोगले जुनोटिक रोगबाट बच्न सकिन्छ भनेर विश्वास गर्ने गरेको पाईयो। तर करीब आधाजति किसानहरु साबुनपानीले हात धुने, माक्स, पन्जा, बुट जस्ता सामाग्रीहरुको नियमित प्रयोग लागि समय तथा पैसाको समस्या हुने कुरा बताउनुहुन्छ। त्यसैगरी जुनोटिक रोग नियन्त्रणका क्षेत्रमा आएको नयाँ अवधारण एक स्वास्थ्य नीति, जसले बहुक्षेत्रीय समन्वयमा जुनोटिक नियन्त्रण सम्बन्धी कार्यक्रमहरू गर्नुपर्ने कुरा गर्छ।

यसरी जुनोटिक रोगहरू सम्बन्धमा किसानहरूको धारणा सम्बन्धी तथ्याङ्कलाई विश्लेषण गर्दा अधिकांश किसानहरूमा जुनोटिक सम्बन्धमा सकारात्मकशंका, सकारात्मक डर, स्वास्थ्यकर व्यवहार अवलम्बनका फाईदा, असल अभ्यास अवलम्बनमा आईपर्ने व्यवधानहरूमा किसानहरूको धारणा राम्रो भएको पाइयो। तथ्याङ्कलाई गहिरो विश्लेषण गर्दा किसानहरूमा जुनोटिक रोगका सम्बन्धमा राम्रो धारणा भएपनि त्यस अनुसारको अभ्यास भने अपेक्षाकृत राम्रो पाइएन।

नेपालमा जुनोटिक रोग नियन्त्रणका लागि स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय र कृषि तथा पशुपँछी मन्त्रालय मुख्य नेतृत्वदायी निकायहरू हुन् भने अन्य विभिन्न सङ्घ संस्थाहरूले पनि यसमा काम गरिरहेको पाइन्छ। तर पनि जुनोटिक रोग नियन्त्रणमा अपेक्षाकृत सफलता हात पार्न सकिएको देखिदैन। त्यसो त जुनोटिक नियत्रणका लागि राज्यले आवश्यकता अनुसारको बजेट तथा उपयुक्त नीति पनि तय गर्न सकेको देखिँदैन। एकातिर रोगहरूको बारेमा जानकारीको अभावमा सङ्क्रमित पशुपन्छीहरूको स्याहार सुसारको समयमा पनि सुरक्षाका उपायहरू अवलम्बन गर्ने गरेको पाईदैन। भने अर्कोतिर अध्ययन अनुसन्धानको अभावका कारण कुन क्षेत्रमा कुन रोगको जोखिम बढी छ अथवा समुदायमा जुनोटिक रोगको अवस्था कति छ भनेर भन्न सकिने अवस्था पनि छैन।

नेपालमा यस प्रकारका रोग तथा समस्याहरूका लागि राज्यले सक्रिय भइ कार्यक्रम संचालन गर्नु भन्दापनि रोग तथा घटनाहरू घटिसकेपछि प्रतिक्रिया शिलकार्यक्रमहरू संचालन गर्ने गरेको पाइन्छ। जसले गर्दा समयमा नै रोग तथा समस्याहरूलाई नियन्त्रण गर्न कठिनाई भई रोगले भयावह अवस्था सिर्जना गर्ने गरेको पाइन्छ। यदी पशुपन्छीजन्य पेशामा संलग्न किसान तथा व्यवसायीहरूलाई यस्ता विषयबस्तुहरूस जस्तै पशुपँछीहरूबाट मानिसलाई सर्नसक्ने रोगहरू, त्यस्ता रोगहरूका लक्षण चिन्ह तथा बच्ने उपाय र समयमानै सम्बन्धित निकायहरूमा जानकारी गराउने परिपाटीको विकास गर्न सकिएमा रोगहरूको समयमा नै पहिचान भै नियन्त्रण गर्न सहयोग पुग्नेछ। भर्खरै मात्र विश्वले भोगेको कोभिड १९ रोग पनि शुरुवाती अवस्थामा चीनको वुहान प्रान्तको जिउँदा पशुपँछीहरू बेचबिखन गर्ने ठाँउमा देखिएको र त्यहीबाट फैलिएको कुरा अहिले सम्मका तथ्यहरूले पुष्टी गरेको पाइन्छ। त्यसैले यदि वुहानका व्यवसायीकहरूमा जुनोटिक रोगहरूको बारेमा सामान्य मात्रै भएपनि जानकारी भै समयमानै सम्बन्धित निकायहरूमा जानकारी गराउन सकिएको भए कोभिड १९ लाई श्रोतमा नै नियन्त्रण गर्न पनि सकिन्थ्यो होला र यसो भएको भए सायद विश्वका बाँकी मानिसहरूले कोरोना रोग र शोक व्यहोर्नु पर्दैनथ्यो होला। त्यसैले हरेक राज्यले आफ्नो स्वास्थ्य नीति तर्जुमा गर्दा यस्ता विषयहरुमा ध्यान दिन सक्नु पर्दछ।

जुनोटिकरोग नियन्त्रणका लागि अवलम्बन गरिनुपर्ने सामान्य उपायहरू

नेपाल एक कृषिप्रधान तथा विकासोन्मुख मुलुक भएको हिसाबले जुनोटिक रोगनियन्त्रण तथा व्यवस्थापनका लागि निम्नअनुसारका लागत प्रभावकारी रणनीतिका साथ कार्यक्रमहरू सन्चालन गर्नुपर्ने देखिन्छ।

१ पशुपालन पेशामा रहेका ब्यक्तिहरूलाई पशुपन्छीबाट मानिसलाई सर्नसक्ने रोगहरू सम्बन्धमा पशु स्वास्थ्य कार्यालय र जनस्वास्थ्य कार्यालयको संयुक्त पहलमा वार्षिक रूपमा कम्तिमा १-२ दिनको भएपनि अभिमुखिकरण कार्यक्रम संचालन गर्नुपर्ने।

२ कम्तिमा पनि माध्यामिक तहको पाठ्यक्रममा जुनोटिक रोग सम्बन्धी विषयबस्तुहरू समेटेर यस अन्तर्गतका मुख्य मुख्य रोगहरू र ति रोगहरुको वर्तमान अवस्था जुनोटिक रोगहरूबाट बच्ने उपायहरूसाथै यी रोगहरूबाट बच्न नेपाल सरकारले उपलब्ध गराएका सेवा सुविधाहरूका बारेमा समेत सुचनाहरू पाठ्क्रममार्फत नै हस्तान्तरण गर्न सकेमा बिद्धालय र बिद्यार्थीहरू मार्फत समुदायमा सूचना हस्तान्तरण भै रोग नियन्त्रणमा सहयोग पुग्नेछ।

३ सङ्घीयतासँगै प्रत्येक स्थानीय तहहरूमा एउटै छानामुनी शिक्षा, स्वास्थ्य, भेटनरी, कृषि, खानेपानि जस्ता सेवामूलक शाखा कार्यालयहरू रहेकोले यसलाई अवसरका रूपमा लिएर समन्वयात्मक ढङ्गले योजना बनाई एक स्वास्थ्य नीतिको अवधारणा अनुसार काम गरेमा रोग नियन्त्रणमा प्रभावकारी भुमिका खेल्न सक्छ।

४ सरकारले आफ्ना स्वास्थ्य नीति तथा कार्यक्रमहरुमा मानव तथा पशुपन्छीमा देखिने सरुवा रोगहरु बिरुद्द भ्याक्सिन लगाएतका कार्यक्रमहरुलाई उच्च प्राथमिकतामा राखी प्रभावकारी कार्यान्वयनको नीति लिनुपर्ने देखिन्छ।

५ त्यसैगरी हाल देशका प्रत्येक वडाहरूमा कम्तीमा एउटा आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्र तथा पशु सेवा केन्द्रहरु छन् त्यहाँ काम गर्ने स्वास्थ्यकर्मीहरूमार्फत विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम, किसान तथा सर्वसाधारण लक्षित स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम वा जुनोसिस सम्बन्धी चेतनामूलक कार्यक्रमहरू संचालन गर्ने गरी घरघरमा तथा किसानका गोठ गोठमा पुऱ्याउने गरी कार्यक्रम संचालन गर्न सकेमा समुदायका मानिसहरुमा स्वास्थ्य प्रतिको ज्ञान धारणा र व्यवहारमा सकारात्मक परिवर्तन आउनेछ।

यदि यस प्रकारका कार्यक्रमहरू निरन्तर रूपमा संचालन गर्न सकेको खण्डमा नेपालको पशुपालन पेशा जुनोटिक रोगहरूको दृष्टीकोणबाट सुरक्षित मानिनेछ भने समुदायमा यस प्रकारका रोगहरूको प्रकोपमा समेत न्यूनिकरण आई किसानहरुको मात्र नभई देशको समग्र आर्थिक अवस्थामा समेत सहयोग पुग्नेछ तथा रोग नियन्त्रणका लागि राष्ट्रले गरेका संकल्पहरु जस्तै सन् २०३० सम्ममा रेबिज रोगलाई न्यूनिकरण गर्ने राष्ट्रिय संकल्प तथा तय गरेका अन्य लक्ष्यहरु समयमानै पुरा गर्नमा समेत कोशेढुङ्गा सावित हुनेछन। (लेखक त्रिभुवन विश्वविद्यालय शिक्षाशास्त्र संकायमा विद्यावारिधी गर्दैछन्।) स्वास्थ्यखबरबाट

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (ब्यवस्था) गरौं।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको ब्यवस्था मिलाऔं।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं।

अनुरोधकर्ता

राजगढ गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

चोरी भएको गाडी भारतमा फेला

राजविराज/राजविराज नगरपालिका वडा नं. ९ का निवर्तमान वडाअध्यक्ष शम्भु प्रसाद यादवको घर कम्पाउण्डबाटै चोरी भएको बा.१४च. २९३५ नं. को गाडी भारत बिहार राज्यको लौकही ग्रामपंचायतको एकहत्ता भन्ने गाउँबाट फेला परेको छ।

चोरी भएको स्कारपियो गाडी ८ दिनपछि मंगलबार भारतमा फेला परेको हो। चोरले भारतीय बजारमा बिक्रि गर्ने उद्देश्यले नेपाली नं. प्लेट हटाएर नक्कली भारतीय नं. प्लेट टासेको हुन सक्ने उनले अनुमान व्यक्त गरेका छन्।

सीमावर्ती भारतको बिहारस्थित एक गाउँबाट उक्त गाडी बरामद भएको गाडीधनी यादवले बताए। आफू र प्रहरीले गाडीको खोजि कार्य जारि राखेको बेला गाडी चोरी गरि लैजाने व्यक्ति भने फरार रहेको उनको भनाइ छ। चोरी गरि लगेको गाडीको नेपाली नं. प्लेट परिवर्तन गरि बी.आर.०१पी.के.२६४० नं.को भारतीय प्लेट राखेर एकहत्ता गाउँमा राखिएको भनी साथीभाईले खबर गरेपछि आफू त्यहा पुगेको उनले बताए।

उक्त गाडी मंगलबार नै स्थानीयवासी र साथीभाईको सहयोगले घर ल्याई पुऱ्याइएको र सो बारे प्रहरीलाई समेत जानकारी गराइसकेको उनले बताए।

कहाँ छ सुशासन...

सरकार त्यही गरिरहेको छ। करदाताप्रति विश्वासघात गरिरहेको छ।

आम जनतासँग प्रत्यक्ष सरोकार स्थानीय निकायको रहन्छ। स्थानीय निकायमा भ्रष्टाचारको बोलबाला छ। उद्योगी व्यवसायीलाई अनावश्यक दुःख दिइन्छ। महँगो चुनावी खर्चले गर्दा त्यहाँका मेयर, उपमेयरहरू भ्रष्टाचारमा लिप्त छन्। नजिकैबाट युवाले हेरिरहेका हुन्छन्, उनीहरूलाई थप निराशा उत्पन्न हुन्छ।

हाम्रो देश कस्तो होला, जहाँ सांसदले दिनभरि संसद् चलाउँछन् तर कानुन बनाउँदैनन्। एक कानुन बनाउन ८-१० वर्ष लाग्छ। सांसद हाजिर हुन्छन् र सुविधा बुझ्छन् तर बैठकमा भाग लिँदैनन् बैठकको कोरम पुग्दैन।

शिक्षामा ग्रामीण क्षेत्रमा सरकारी शिक्षाको अवस्था दयनीय छ। सरकारले कसैलाई फेल नगराउने नीति लिएपछि त विद्यार्थीले पढ्नै नपर्ने भयो। विश्वविद्यालय तहमा पढाइको कुनै क्यालेन्डर छैन। कहिल्यै नियमित कक्षा सञ्चालन हुँदैन। विद्यार्थीको कोर्स कहिल्यै पूरा हुँदैन। परीक्षा दिन र परीक्षाको रिजल्ट निकाल्न १५ महिनासम्म लाग्छ। १५ महिना त्यो विद्यार्थी बिल्कुलै बेरोजगार भएर आफ्नो अमूल्य समय बिताइरहेको हुन्छ अनि त्यो विद्यार्थीलाई पढाइका लागि विदेश जाने सोच किन नआओस्, यसप्रति सत्तासीनले सोचेकै छैनन्।

यहाँ भ्रष्टाचारले नछोएको कुनै क्षेत्र छैन। जनसरोकारका विषयमा अझ बढी भ्रष्टाचार छ। सर्वसाधारण, उद्योगी-व्यवसायीसहित आमनागरिक यसबाट पीडित छन्, सरकार रमिते छ। भ्रष्टाचार नियन्त्रण गर्न खोलिएको अख्तियार आयोग र सतर्कता अकर्मण्य छन्। महालेखा परीक्षकको प्रतिवेदनलाई कहिल्यै पनि सरकार, संसद्ले गम्भीरतापूर्वक लिएन। यो एक कर्मकाण्डी प्रथा भयो। महालेखा परीक्षकको प्रतिवेदनमा देखाइएको बेरुजुबाट कारबाही हुने डर कसैलाई पनि छैन।

नेपालमा सीमावर्ती सबै सहरमा अवैध कारोबारले प्रश्रय पाएको छ। वैध कारोबारमा सरकारको कठोर नियमन एवं अवैध कारोबार बढाउन गरिएको नीतिगत निर्णयले बिस्तारै वैध कारोबार गर्न नसक्ने अवस्था छ। सत्तासीनका भ्रष्टहरू यसैमा रमाइरहेका छन्। सुधारको कुनै लक्षण देखापरेको छैन।

नेपालको विकासको मेरुदण्ड भनेको कृषिक्रान्ति नै हो। कृषि विकासको लागि सरकारले ठूलो धनराशि खर्च गरिरहेको छ तर त्यो सही कृषकले नपाएर राजनीतिक दलका कार्यकर्ता, भ्रष्ट व्यक्ति वा बिचौलियाले मात्र पाउँछन्, सरकारी कर्मचारीको संलग्नताबिना यो सम्भव हुने कुरै भएन।

सरकार काम नगर्ने वा भ्रष्ट काम गर्ने कर्मचारीलाई हटाउन सक्दैन। त्यस्तो नियम नै छैन।

भूकम्प पीडितको अवस्था, सहकारी ठगीको अवस्था, लघुवित्त पीडितको अवस्था, लम्की स्किन आदिसँग सरकार गम्भीर छैन, केवल ओठे कुरा गर्नु बाहेक, जो पऱ्यो त्यो मऱ्यो।

काठमाडौं ट्राफिक कार्यालयसहित अधिराज्य भर हजारौं सवारीसाधन सडिरहेका छन्। यसको सही समाधानका लागि राज्यलाई कहिल्यै पनि चिन्ता लागेन। अर्बौं रुपैयाँ राज्यको नोक्सान भइरहेको छ। यो नोक्सान राष्ट्रको नोक्सान हो भन्ने भएन। युवाहरू यो बेथिति देखिरहेका छन् र बिदेसिँदै छन्। वास्तवमा यहाँका युवाहरू यहाँ बाटो घाटो नभएर, बिजुली नभएर विदेश गएका होइनन्, यहाँ सुशासन नभएर, भ्रष्टतन्त्रको अनुभूति गरेर र भ्रष्टतन्त्रभित्र आफ्नो भविष्य नदेखेर विदेश गएका हुन्।

बढ्दो सञ्चार क्षेत्रको विकासले अहिले सबै समाचार नागरिकले थाहा पाउँछन्। घटनाक्रम पारदर्शी हुँदै छ। युवाहरू त्यो बुझिरहेका छन्। उनीहरू यस भ्रष्टतन्त्रमा आफ्नो भविष्य देख्दैनन्, रोजगारी सिर्जना भएको छैन र विदेश पलायन हुन्छन्। हामीले सुशासन दिन सकेनौं, भ्रष्टाचार न्यूनीकरण गर्न सकेनौं, शासनमा पारदर्शिता र जिम्मेवारी बोध हुन सकेन भने यो मुलुकलाई कसैले पनि बचाउन सक्दैन। सबैले समयमै मनन गरौँ। (लेखक वीरगञ्ज उद्योग वाणिज्य सङ्घका वरिष्ठ उपाध्यक्ष हुन्।) रातोपाटीबाट

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (ब्यवस्था) गरौं।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको ब्यवस्था मिलाऔं।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं।

अनुरोधकर्ता

अग्निसाइर कृष्णासवरण गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (ब्यवस्था) गरौं।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको ब्यवस्था मिलाऔं।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं।

अनुरोधकर्ता

तिलाठी कोइलाडी गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

हाइटीमा छ भिक्षु अपहरित

हाइटी/हाइटीको राजधानी पोर्ट-औ-प्रिन्समा शुक्रबार छ जना भिक्षुसहित आठ जनाको अपहरण भएको छ।

हाइटीको धार्मिक सङ्गठनले एएफपीलाई उपलब्ध गराएको पत्रमा भनिएको छ, "सेन्ट एनीका बहिनीहरूको मण्डलीका छ जना ननहरू र उनीहरू चढेको बसका अन्य सदस्यहरू अपहरणमा परेको खबरले हामीलाई दुःखी तुल्याएको छ।"

सङ्गठनका अधिकारीले एएफपीलाई दिएको जानकारीअनुसार स्थानीय समयअनुसार बिहान ७ बजेतिर एक सशस्त्र समूहले ती महिलाहरूलाई अपहरण गरेको थियो।

उनले अपहरणमा परेका अन्य दुई जनाबारे भने आफूलाई जानकारी नभएको बताए। फिरौतीको मागबारे अहिलेसम्म कुनै जानकारी आएको छैन।

पोर्ट-औ-प्रिन्स र केही राष्ट्रिय सडकहरूमा धेरै हप्तादेखि प्रसिद्ध र सामान्य मानिसहरूलाई लक्षित गरी अपहरणका घटनाहरू बढ्दै गएका छन्।

गत हप्ता, एक चिकित्सक र शान्तिदूतलाई अपहरण गरिएको थियो तर फिरौती तिरेपछि उनीहरू रिहा भएका थिए। राजनीतिक, आर्थिक र सार्वजनिक स्वास्थ्य प्रणाली कमजोर अवस्थामा रहेको अमेरिकाको सबैभन्दा गरिब राज्यमा सामूहिक हिंसाकाबीच अपहरणका घटनाहरूलाई खासै महत्व दिएको पाइदैन।

गत वर्ष संयुक्त राष्ट्रसङ्घले पोर्ट-औ-प्रिन्सको करिब ८० प्रतिशत क्षेत्रमा गिरोहले नियन्त्रण गरेको अनुमान गरेको थियो।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घको सुरक्षा परिषद्ले गत अक्टोबरमा केन्याको नेतृत्वमा हाइटीमा एक बहुराष्ट्रिय मिसन पठाउन सहमत भएको थियो। एजेन्सी

'गाजामा हरेक घन्टामा दुई आमाको मृत्यु'

संयुक्त राष्ट्रसघ/एक सय दिनभन्दा बढी समयदेखि गाजामा चलेको द्वन्द्वमा हरेक घन्टामा दुई आमाहरूको मृत्यु हुने गरेको संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय निकायले शुक्रबार जनाएको छ।

लैङ्गिक समानता र महिला सशक्तीकरणका लागि काम गरिरहेको संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय निकाय युएन विमेनको प्रतिवेदनमा गाजामा युद्ध शरू भएको दिनदेखि १०० दिनसम्मको महिलाहरूको औसत मृत्यु दरलाई मूल्याङ्कन गरी उक्त तथ्य सार्वजनिक गरेको हो।

गाजा सङ्कटले महिला तथा बालबालिकाको जीवन स्तरमा जीवन र मानवीय आवश्यकताको विनाशकारी असर गरिरहेको गाजा युद्धको लैङ्गिक प्रभाव नामक प्रतिवेदनमा उल्लेख छ।

गाजाको स्वास्थ्य मन्त्रालयका अनुसार गाजामा कम्तीमा २४ हजार ६२० प्यालेस्टिनी मारिएका छन्। गाजामा मृत्यु भएकामध्ये करिब ७० प्रतिशत महिला र बालबालिका रहेको अनुमान गरिएको छ। तथ्याङ्क अनुसार महिला मृत्युमध्ये सङ्कट सुरु भएदेखि अहिलेसम्मको औसत अनुपातमा प्रतिघन्टा दुई आमाहरूको मृत्यु हुनेगरेको छ।

गाजामा १९ लाखभन्दा बढी व्यक्ति तथा गाजाको कुल जनसङ्ख्याको ८५ प्रतिशत, जनसङ्ख्या विस्थापित भएको विश्वास गरिन्छ। जसमा संयुक्त राष्ट्रसंघीय निकाय (युएन विमेन) ले एक लाख महिला तथा बालबालिका रहेको अनुमान गरेको छ। गाजाको सम्पूर्ण जनसङ्ख्यामध्ये लगभग २२ लाख व्यक्ति सङ्कटमा वा तीव्र खाद्य असुरक्षाको मारमा रहेको अनुमान गरिएको छ।

युएन वुमनको अनुमानमा द्वन्द्वमा कम्तिमा तीन हजार महिला विधवा वा घरपरिवार विहिन भएका अनुमान गरिएको छ। यसैगरी कम्तिमा दश हजार बच्चाहरूले आफ्नो पिता गुमाएका हुन सक्ने विवरणमा बताइएको छ।

महिला र बालबालिका द्वन्द्वको पहिलो सिकार हुने तथा उनीहरूलाई लक्षित गरी शान्ति खोज्नु आफ्नो कर्तव्य भएको फेरि एकपटक प्रमाणित गरेको संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय महिला कार्यक्रमकी कार्यकारी निर्देशक सिमा बाहुसले बताउनुभयो।

उहाँले भन्नुभयो, "विगत १५ वर्षमा प्यालेस्टिनी राष्ट्रिय प्राधिकरण क्षेत्रमा मारिएका सबै नागरिकमध्ये दुई तिहाइ पुरुष रहेका छन्। यसैगरी १४ प्रतिशतभन्दा कम महिला तथा बालिकाहरू रहेका छन्। तर पछिल्लो १०० दिनमा समयमा मृत्यु हुनेमध्ये ७० प्रतिशत महिला र बालबालिका रहेका छन्। प्यालेस्टिनी जनतालाई परेको आघातले हामी सबैलाई आउँदो पुस्तासम्म सताउनेछ।" एजेन्सी

कारखानामा विस्फोट हुँदा आठ जनाको मृत्यु

बेइजिङ/पूर्वी चीनको जियाङसु प्रान्तस्थित कारखानामा शनिबार भएको विस्फोटमा आठ जनाको मृत्यु भएको चिनियाँ सरकारी सञ्चारमाध्यमले जनाएको छ।

सिन्ह्वा न्यूज एजेन्सीका अनुसार साङ्घाईबाट एक सय ८० किलोमिटर उत्तरपश्चिममा रहेको चाङ्झाउ शहरको धातु उत्पादन कारखानाको कार्यशालामा विस्फोट भएको थियो।

"शेनरोङ मेटल टेक्नोलोजी लिमिटेडको उत्पादन कक्षमा विस्फोट भएकार उक्त घटनामा आठ जनाको मृत्यु भएको छ भने अन्य आठ जना घाइते भएका छन्," सिन्ह्वाले सुरक्षा अधिकारीलाई उद्धृत गर्दै समाचारमा लेखेको छ। विस्फोटको कारणबारे अनुसन्धान भइरहेको बताइएको छ।

गत वर्ष मे महिनामा चीनको पूर्वी सान्डोङ प्रान्तको शहर लियाओचेङमा हाइड्रोजन पेरोक्साइड उत्पादन गर्ने कारखानामा भएको विस्फोटमा नौ जनाको मृत्यु भएको थियो। नोभेम्बर २०२२ मा मध्य चीनको हेनान प्रान्तको एउटा कारखानामा विस्फोटका कारण २० भन्दा बढी व्यक्तिको मृत्यु भएको थियो। एजेन्सी

विपन्न महिलालाई न्यानो कम्बल

राजविराज/केही दिन यता बढेको अत्याधिक चिसोले प्रभावित विपन्न महिलालाई एक संस्थाले कम्बल वितरण गरेको छ ।

नेपाल-भारत मैत्री संगठन सप्तरीले शनिबार राजविराजमा विपन्न समुदायको तीन दर्जन भन्दा बढी महिलालाई न्यानो कम्बल वितरण गरेको हो ।

उक्त कम्बल संगठनकी अन्तराष्ट्रिय सदस्य सुनिता कुमारी साह तथा संगठनको जिल्ला समितिका पदाधिकारीहरुले संयुक्त रुपमा वितरण गरेकी छिन् ।

आर्थिक अभावमा न्यानो कपडाको व्यवस्था गर्न नसकि कष्टकर जिवन बिताइरहेकी विपन्न महिलाहरुको पहिचान गरि सहयोग वितरण गरिएको र भविष्यमा समेत यस्तो कार्यलाई निरन्तरता दिइने संगठनले जनाएको छ ।

बिदाको दिन पनि वडा सदस्यहरुले धर्नालाई दिए निरन्तरता

राजविराज/आन्दोलनरत राजविराज नगरपालिकाका वडा सदस्यहरुले तेश्रो दिन शनिवार पनि धर्ना कार्यलाई निरन्तरता दिएका छन् । जनहित एवं आफ्ना अधिकार सहितका विभिन्न ७ बुंदे माग राखी उनीहरु बिहीबारदेखी नगरपालिकामा धर्ना दिइरहेका छन् ।

बलिदानी दिवसको अवसर पारेर मधेश प्रदेश सरकारले शुक्रबार सार्वजनिक बिदा तथा शनिबार स्वत सार्वजनिक रहेकोमा कार्यालयहरु बन्द हुँदा समेत आन्दोलनरत वडा सदस्यहरुले नगरपालिकाको कार्यालय प्रवेशद्वारमा वसी धर्ना कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिएका हुन ।

कार्यालय विदा भएपनि पूर्व घोषित कार्यक्रम अनुसार धर्ना कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिएको वडा सदस्य एवं संघर्ष समितिका संयोजक रामानन्द देवले बताए ।

बिटोरी समस्या अविलम्ब समाधान गर्नु पर्ने संघर्ष समितिको पहिलो माग छ । यस्तै नगरपालिकाबाट प्रदान गरिने सेवा चुस्त दुरुस्त बनाउनु पर्ने, नगरबाट पारित योजनाहरु अविलम्ब कार्यान्वयनमा ल्याउनु पर्ने, नगर क्षेत्रमा सिसी क्यामरा जडान गर्नु पर्ने, छाडा पशुचौपाया नियन्त्रण गर्नु पर्ने, सुरक्षा तथा नगरका अन्य समस्या व्यवस्थापनका लागी नगर प्रहरी भर्ना गर्नु पर्ने लगायतका ७ बुंदे माँग राखी चरणबद्ध आन्दोलन थालिएको संघर्ष समितिका संयोजक रामानन्द देवले बताए ।

तेश्रो दिनको कार्यक्रममा ऐक्यवद्धता जनाउँदै धर्नामा वसेका नेपाली कांग्रेसका युवा नेता इर्साद अन्सारीले नगरको जल्दो बल्दो र यर्थात समस्या समाधानका लागी वडा सदस्यहरुले थालेको आन्दोलनमा आफूहरुको पूर्ण समर्थन रहेको बताए । यसअघि दोश्रो दिन लोसपाका केन्द्रिय सदस्य दिपेन्द्र चौधरीले आन्दोलनप्रति एक्यबद्धता जनाएका थिए ।

चिसोबाट जोगिन ब्ल्यांकेट वितरण

राजविराज/धर्मी हल्फा महिला विकास क्लव लालापट्टी सप्तरीले चिसोबाट जोगिन अपाङ, वृद्धवृद्धा र एकल महिलालाई ब्ल्यांकेट वितरण गरेको छ ।

सामाजिक कार्यमा अत्यन्त सक्रिय यस संस्थाले जिल्लाको अग्निसाईर कृष्णासवरन गाउपालिका वडा नं २ नयाँ वस्ति चौफालका अपाङ, एकल महिला र वृद्धवृद्धाहरुलाई बुधबार ब्ल्यांकेट वितरण गरिएको संस्थाका अध्यक्ष समाजसेवी ई सूर्य नारायण यादवले जनाएका छन् ।

विगत एक दशकदेखी संस्थाले जिल्लाका गरिब, दलित, असहाय, विपन्न, महिला लगायतलाई आफ्नो तर्फबाट सहयोग प्रदान गर्दै आइरहेको छ । समाजसेवी ई. यादवले आफ्नो पहलमा अग्निपीडित परिवारलाई समेत राहत वितरण गर्दै आइरहेका छन् । उनी पीडितहरुको घरमै गएर राहत वितरण गर्न निकै सक्रिय छन् ।

ग्लोबल सहकारीबिरुद्ध प्रदर्शन

राजविराज/राजविराजस्थित ग्लोबल बहुमुखी सहकारी संस्था लि. बाट बचतकर्ताहरुले ११ करोड भन्दा बढी रकम फिर्ता हुनु पर्ने तथा धितो राखेर आफ्नो धितो फिर्ता नभएको भन्दै ऋणीहरुले बुधबार प्रदर्शन गरेका छन् ।

बचतकर्ताहरुले करिब ११ करोड ८५ लाख रुपैया फिर्ता गर्नु पर्ने मागसहित स्थानीय रंगशालामा जम्मा भई विभिन्न नारासहितको प्ले कार्ड बोकी नाराबाजी गर्दै महिला बचतकर्ता तथा ऋणीहरुको उल्लेख्यनीय सहभागितामा निस्केको जुलुस नगरपरिक्रमा पश्चात सोही स्थानमा पुगी विरोध सभामा परिणत भएको थियो ।

२६ हजार भन्दा बढी बचतकर्ताको जीवनभरको कमाई डुबेकाले बाध्य भई आन्दोलन गर्नु परेको बतचकर्ताहरुको गुनासो छ । सहकारीका तत्कालिन अध्यक्ष सुखराम यादव र प्रवर्द्धक पंकज पोखरेलले आफूहरुको रकम अपचलन गरेको उनीहरुको भनाई छ ।

बचतकर्ता मध्येका केही पालिकाहरुमा स्वास्थ्य चौकीमा खटिएका आमा समूहका स्वंयसेवीकाहरु पनि छन् । उनीहरुले तत्कालिन जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालयका प्रमुख विजय झाले सोही सहकारीमा बचत गर्न दवाव दिएको भन्दै उनलाई पनि कारवाहीको दायरामा ल्याउनु पर्ने माग गरेका छन ।

तत्कालिन अध्यक्ष यादव र प्रवर्द्धक पोखरेल सम्पर्क विहिन भएकाले उनीहरु विरुद्ध प्रहरीमा ठगी मुद्दा चलाउन निवेदन समेत दिइ सकिएको बचतकर्ता मध्येकी सीता देवी विश्वकर्माले बताईन । उनीहरुले संस्थाको रकम अपचलन, हिनामिना तथा ठगी गरेको निवेदनमा उल्लेख गरेका छन् ।

सोही बिरोध सभाबाट आन्दोलनका थप कार्यक्रम समेत घोषणा गरिएको छ । जसअनुसार आगामी माघ १४ गते जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयमा तालाबन्दी तथा माघ १५ गते जिल्लाका सबै स्वास्थ्य चौकीमा तालाबन्दी गरी कामकाज ठप्प पार्ने कार्यक्रम तय गरिएको बचतकर्ता पीडित संघर्ष समितिले जनाएको छ ।

संस्थाले भने बचतकर्ताको रकम अनियमितता नगरेको दाबी गर्दै लगानी गरिएको रकम ऋणीहरुबाट समय मै फिर्ता नआउदा भुक्तानी दिन समस्या भएको जनाउदै आएको छ ।

यता सहकारीबाट ठगिएको भनी पीडितहरु धमाधम सम्पर्कमा आउन थालेपछि आवश्यक अनुसन्धान भईरहेको प्रहरीको भनाई छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका प्रवक्ता डिएसपी ढुण्डिराज नेउपानेले सहकारीबाट ठगिएको भनी पीडितहरु निवेदन लिएर आएको तथा सो बारे सुक्ष्म अनुसन्धान भईरहेको बताए ।

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (व्यवस्था) गरौं ।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं ।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं ।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं ।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं ।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं ।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं ।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको व्यवस्था मिलाऔं ।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं ।

अनुरोधकर्ता
छिन्नमस्ता गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

शीतलहरको समयमा चिसोको कारण मानिसको ज्यानै पनि जान सक्छ त्यसैले निम्न सावधानी अपनाऔं

- जाडो यामकोलागि समयमै न्यानो कपडाको जोहो (व्यवस्था) गरौं ।
- शीतलहरको समयमा घर बाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घर बाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं ।
- रातको समयमा न्यानो सिरक, कम्बल जस्ता ओढ्ने प्रयोग गरौं र घरभित्र राति सुत्दा शरीरको साथै अनिवार्य रुपमा छाती तथा टाउको ढाक्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने, छाती र टाउकोलाई विशेष गरेर चिसोबाट जोगाउने गरौं ।
- चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक खानेकुरा र पर्याप्त मात्रामा तातो खाने कुराहरु खाने गरौं ।
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउने, बालबालिकाहरुलाई न्यानो अवस्थामा राख्ने गरौं ।
- शीतलहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाने, गोठ/टहरामै राखेर पर्याप्त घाँस/पराल र दाना दिने गरौं ।
- चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्तै उपचारको लागि जाने/लैजाने गरौं ।
- चिसोको कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधोपचार गर्ने गरौं ।
- कोठाभित्र आगो बालेर तातो पार्दा पर्याप्त भेन्टिलेशनको व्यवस्था मिलाऔं ।
- तातोपनकोलागि आगो बाल्दा आगलागी हुन सक्ने भएकोले सतर्कता अपनाऔं ।

अनुरोधकर्ता
महादेवा गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

प्रकाशक : श्रीमती सुमित्रा गुप्ता, **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सह-सम्पादक** : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **लेआउट** : संजय शेखर, **मुद्रण** : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, **फोन** : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : *saptahiknavin@gmail.com*, **वेवसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*