दैनिक लुम्बिनी

निजी क्षेत्रबाट निरन्तर प्रकाशित पहिलो राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष ३६ | अंक १८० | बुटवल | २०८१ असार १३, गते बिहीबार | नेपाल संवत ११४४ | Thursday Jun.27, 2024 | पृष्ठ ४ | मूल्य रु. ६ मात्र | Lumbini

बालबालिकाप्रति अभिभावकको भूमिका

-बालबालिकालाई निडर, सिपालु, सक्षम,योग्य र आत्मनिर्भर हुन प्रोत्साहन गरौं ।
-बालबालिकाका लागि सुरक्षित एवं तनावरहित वातावरण सिर्जना गरौं ।
-उनीहरुलाई गाली गर्ने, डर देखाउने, अरुसँग तुलना गर्ने र कमजोर बनाउने कार्य नगरौं ।
-बालबालिकाको आत्मविश्वास र सिर्जनशील क्षमता बढाऔं,
-उनीहरुलाई खोज्ने र सिक्ने अवसर प्रदान गरौं ।
-बालबालिकालाई अभिभावकसँग सुरक्षित रहेको अनुभूति गराऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

वर्षा हुनासाथ बाढी र पहिरोको त्रास

एकैदिन १४ ले ज्यान गुमाए

लुम्बिनी संवाददाता

बुटवल

खडेरी पर्‍यो कि खेतीबाली सुकेर चिन्ता । पानीका मुहान सुकेर उस्तै पिरलो । मनसुन सुरु भयो अब खेतीबाली राम्रो हुन्छ, पानीका सुकेका मुहानबाट पानी आउला भन्ने आशा राखेकाहरुलाई अर्को पिरलो सुरु भएको छ । वर्षा हुन थालेपछि बाढी र पहिरोको जोखिम बढेको छ । बाढी र पहिरोमा परेर पछिल्लो २४ घण्टामा१४ जनाको मृत्यु भएको छ । राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणका अनुसार भारी वर्षाका कारण देशका विभिन्न स्थानमा पहिरोबाट ८ जनाको, चट्याङबाट ५ जना र बाढीबाट १ जना गरेर १४ जनाको मृत्यु भएको हो । जसमा लमजुङको क्व्होलासोथार गाउँपालिका ३ बगुम स्थित अविरल वर्षाको कारण पहिरो जाँदा ३ वटा घर पुरिदा ६७ वर्षका एक पुरुष, ३६ वर्षका एक महिला, ४ र ८ वर्षका दुई जना बालिकाको मृत्यु भएको छ । यस्तै अविरल वर्षाका कारण ओखलढुंगाको चिसंखुगढी गाउँपालिका ५ थुम्कीस्थित एक गोठ पहिरोले पुरिंदा ३५ वर्षका एक महिलाको घटनास्थलमा नै मृत्यु भएको छ भने जमजुङको दोर्दी गाउँपालिका ९ धैरेनीस्थित एक घरमाथि पहिलो आएर घरभित्र सुतिरहेको अवस्थामा पहिरोले पुरिएर १८ वर्षका एक पुरुष घाईते भएकोमा उपचारका लागि लैजाने क्रममा मृत्यु भएको छ ।

प्राधिरकरणका अनुसार कास्कीको मादी गाउँपालिका ५ चितेपानी घुम्तीस्थित एक घरको पछाडि पट्टीको माटोको ढिस्को खस्दा घरको पछाडि पट्टीको भाग पुरिंदा कोठामा सुतेकी १३ वर्षकी बालिका मृत अवस्थामा फेला परेकी छन् भने कास्कीकै पोखरा महानगरपालिका २७ आरुपाटास्थित एक घरमा अविरल वर्षाका कारण माथिबाट ढिस्को खस्दा घरमा सुतिरहेका ३ वर्षका एक बालको मृत्यु भएको छ । यस्तै मोरङको सुन्दरहरैचा नगरपालिका ५ गौशलास्थित बुढीखोलामा माछा मार्ने क्रममा अविरल वर्षासँगै आएको बाढी बगाएरले एक जनाको मृत्यु भएको छ ।

झापाको गौरीगञ्ज गाउँपालिका ८ का ४२ वर्षका एक पुरुषको खेतबारीमा धानको बिउ उखेल्ने क्रममा चट्याङ लागेर घटनास्थलमै मृत्यु भएको छ भने झापाकै कमला गाउँपालिका २ समाइगढ बस्ने ४६ वर्षका एक पुरुष आफ्नै घरबाट खेततर्फ जाने क्रममा अचानक परेको चट्याङ लागेर घाइते भएकोमा उपचारका लागि आम्दा अस्पताल लगिएकोमा मृत्यु भएको छ । यस्तै सुनसरीको रामधुनी नगरपालिका ४ मानपुर बस्ने ३० वर्षका एक पुरुष खेतमा आली काट्दै गर्दा वर्षासँगै परेको चट्याङ लागेर घाइते भएर उपचारका लागि बिराट शिक्षण अस्पताल लगिएकोमा उपचारका क्रममा मृत्यु भएको छ भने रोल्पाको सुनछहारी गाउँपालिका ३ बाहिरी गाम दाङजा बस्ने २२ वर्षकी एक महिला १४ वर्षको नन्दसँगै सुतिरहेको अवस्थामा चट्याङ लागेर २ जनाकै मृत्यु भएको छ ।

यस्तै प्राकृतिक विपदै परेर पछिल्लो २४ घण्टामा १० जना घाइते भएका छन् भने २ जना बेपत्ता भएका छन् । जसमा पहिरोमा परेर ५ जना, चट्याङ्बाट ३ जना, बाढीबाट एक जना र जनावर आक्रमणबाट एक जना गरेर १० जना घाइते भएका हुन् ।

२ जना भने बाढीमा परेर बेपत्ता भएका प्राधिकरणका सह–सचिव बसन्त अधिकारीले जानकारी दिए । उनका अनुसार ओखलढुंगा चिसंखुगढी गाउँपालिका ५ सेर्नाथुम्कीमा पहिरोमा परेर घाइते भएका २ जनालाई सकुशल उद्दा रगरी हेलिकोप्टरबाट काठमाडौं ल्याइएको छ । प्राधिकरणले मंगलबार बिहान १० बजेदेखि बुधबार बिहान १० बजेसम्म पछिल्लो २४ घण्टाको अवधिमा देशभरका विभिन्न ठाउँमा ४४ वटा विपद्का घटना भएकोमा जसबाट प्रारम्भिक अवस्थामा १९ लाख ५ हजार ५०० रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको छ भने १४ वटा पशु चौपायाको मृत्यु भएको छ ।

लुम्बिनीको बजेट पारित

बुटवल । लुम्बिनी प्रदेश सरकारको बजेट बुधबार बहुमतले पारित भएको छ । प्रदेश सरकारले आगामी वर्षको लागि असार १ गते ३८ अर्ब ९७ करोड, ९५ लाख ३६ हजार रुपैयाँको बजेट ल्याएको थियो ।

विनियोजित बजेटमध्ये चालूतर्फ ११ अर्ब २५ करोड २७ लाख ८४ हजार अर्थात २८ प्रतिशत र पुँजीगततर्फ २४ अर्ब ५८ करोड, ५९ लाख रुपैयाँ अर्थात ६३ प्रतिशत रहेको छ ।

त्यस्तै, वित्तीय हस्तान्तरणका लागि ३ अर्ब १४ करोड १३ लाख अर्थात् ८ दशमलव ०६ प्रतिशत हुने अनुमान सरकारको छ ।

प्रदेश सरकारको अर्थसम्बन्धी प्रस्ताव कार्यान्वयन गर्न बनेको विधेयक बहुमतले पारित भएको सभामुख तुलाराम घर्तीमगरले घोषणा गरेका थिए ।

आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्री चेतनारायण आचार्यले प्रदेशसभा नियमावली २०७९ को नियम १४२ को उपनियम ६ बमोजिम प्रदेश सरकारको अर्थसम्बन्धी प्रस्ताव कार्यान्वयन गर्न बनेको विधेयक पारित गरियोस् भन्ने प्रस्ताव पेश गरेका थिए । बजेट माथि सोमबार, मङ्गलबार र बुधबार तीन दिन लगातार सदनमा छलफल भएको थियो ।

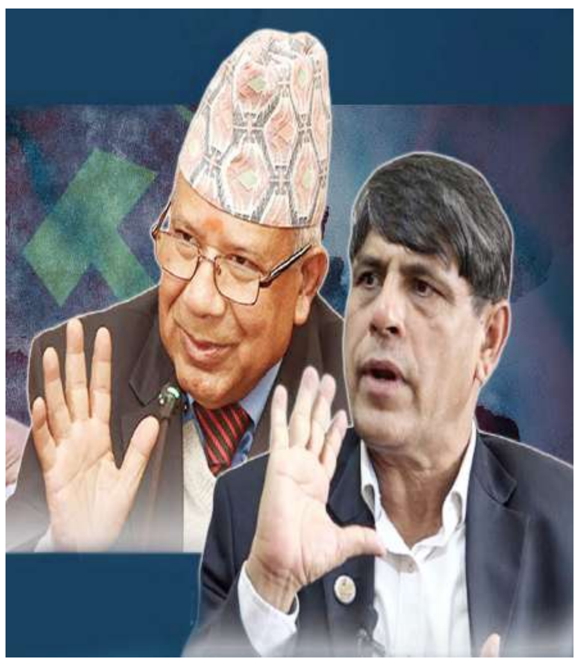
शहरी विकास तथा खानेपानी मन्त्रालय, भौतिक पूर्वाधार विकास तथा यातायात मन्त्रालय, उद्योग, पर्यटन तथा सहकारी मन्त्रालय, आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्रालय, कृषि तथा भूमि व्यवस्था मन्त्रालय, सामाजिक विकास मन्त्रालय र महिला, बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक मन्त्रालय, स्वास्थ्य मन्त्रालय, ऊर्जा, जलस्रोत तथा सिँचाइ मन्त्रालय, वन तथा वातावरण मन्त्रालयको बजेटमाथि छलफल भएको थियो ।

सम्बन्धित मन्त्रालयका मन्त्रीहरूले समेत छलफलमा उठेका प्रश्नहरूको जवाफ दिएका थिए । प्रदेशसभा बैठकमा कांग्रेसकी सचेतक निमा गिरीले भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालय, उद्योग पर्यटन तथा शहकारी मन्त्रालय र स्वास्थ्य मन्त्रालयसम्बन्धी खर्च कटौतीको प्रस्ताव पेश गरेकी थिइन् । उनले पेश गरेको प्रस्ताव सदनमा बहुमतले अस्वीकृत भएको छ ।

बुधबार पनि आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्रालय, मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालय, प्रदेश सभा, लोकसेवा आयोग र मुख्यन्याधिवक्ताको कार्यालयको बजेटमाथि पनि छलफल भएको थियो ।

बजेट छलफलमा भाग लिँदै प्रदेशसभा सदस्यहरूले सरकारले ल्याएको बजेटमा सन्तुलनको अभाव देखिएको, मन्त्री र मुख्यमन्त्रीको निर्वाचन क्षेत्रमा केन्द्रित भएकोजस्ता विषयहरू उठाएका थिए । तर ती विषयहरूको सम्बोधन गर्न प्रदेशसभामा रहेका दलहरुबीच कांग्रेस र एमालेबाट दुई दुई र माओवादीबाट १ सांसद गरी ५ सदस्यीय संसदीय समिति बनाउने सहमति गरेर कांग्रेस सांसदहरूले गरेको सदन अबरुद्ध हटेको थियो ।

घनश्यामले माधवलाई टक्कर दिँदै



बुटवल । नेकपा एकीकृत समाजवादीको नयाँ नेतृत्वमा महासचिव घनश्याम भुसाल माधव नेपालसँग भिड्ने भएका छन् । पूर्वप्रधानमन्त्री झलनाथ खनाल भुसाललाई अघि बढाउन सहमत भएका छन् ।

आफैं पार्टी अध्यक्षको उम्मेदवार बन्ने सार्वजनिक दाबी गर्दै आएका खनालले बुधबार बिहान आफ्नै निवास डल्लु बोलाएर भुसाललाई अघि बढ्न सहमत भएका हुन् ।

सहमतिअनुसार आगामी १६ असारदेखि काठमाडौंमा सुरु हुने दशौं राष्ट्रिय महाधिवेशनमा भुसाल पार्टी अध्यक्षको उम्मेदवार हुनेछन् । अन्ततः झलनाथ खनालको उत्तराधिकारीका रुपमा घनश्याम भुसाल अगाडि बढ्ने सहमति भएपछि उनी निकटहरु उत्साहित भएका छन् । भुसाल अघि सरेपछि माधव नेपाललाई अप्ठारो परेको छ । सर्वसम्मत अध्यक्ष बन्ने माधवको जोडबल काम नलाग्ने खनाल निकट स्रोतले भन्यो । उनी सर्वसम्मत नभए चुनाव लडेर भए पनि अध्यक्ष बन्ने योजनामा छन् ।

चार दिनपछि नयाँ नेतृत्व चयन गर्नेगरी सुरु हुने महाधिवेशनमा १८ सय प्रतिनिधि सहभागी हुँदैछन् ।

सुनवल नगरपालिकाको अनुरोध

- खुल्ला स्थानमा दिसापिसाव नगरौं, चर्पीमा मात्र दिसापिसाव गरौं ।
- जन्म, मृत्यु, बसाईसराई, विवाह दर्ता, सम्बन्ध विच्छेद जस्ता व्यक्तिगत घटना दर्ता समयमै गरौं ।
- सबै बालबालिकालाई समयमै विद्यालय भर्ना गरी पहुँच सुनिश्चित गरौं ।
- मधुमेह, उच्च रक्तचाप र दमजस्ता स्वास्थ्य समस्याको नियमित चेकजाँच गरौं ।
- पानी उमालेर मात्र पिउने गरौं ।
- वन, वातावरण, वन्यजन्तु र सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गरौं ।
- आफ्नो गाउँ एवम् शहर बजार वरपरको वातावरण सफा राखौं ।
- सबैखालका विभेदको अन्त्य गरौं ।
- नगरपालिकाको कार्यालयमा गई आफ्नो पसल, व्यवसाय दर्ता गरौं ।
- स्वास्थ्यमा कुनै समस्या देखिए तुरुन्तै नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा जाँच गराउन जाऔं ।

अनुरोधक :
सुनवल नगरपालिका
नगरकार्यपालिकाको कार्यालय
सुनवल, नवलपरासी (ब.सु.प.) लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

सम्पादकीय

नक्कली लाइसेन्सको अनुसन्धान

विभिन्न यातायात व्यवस्था कार्यालयका कर्मचारी र बिचौलियाको सेटिङमा मनपरी सवारी चालक अनुमति पत्र लाइसेन्स वितरण भएको पाइएपछि अहिले छानविन सुरु भएको छ। अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले छानविन गरिरहेको यो प्रकरणको अनुसन्धानमा अहिले प्रहरीको केन्द्रीय अनुसन्धान ब्यूरो सीआइबी सक्रिय भएको छ। लाखौं रकम असुलेर नक्कली लाइसेन्स वितरण गरेको अभियोगमा यातायात व्यवस्था कार्यालय बुटवलका तत्कालीन प्रमुख केशव अर्यालसहित ११ जना पक्राउ परिसकेका छन् । अनुसन्धानमा अझैं तानिन सक्ने प्रहरी अधिकारीहरुको आँकलन छ।

यातायात व्यवस्था कार्यालयमा सवारी र चालकसम्बन्धी सबै विवरण पहिले ढड्डामा हुन्थे । २०७२ बाट सुरु गरिएको इडिभिएलआरएस ‘इलेक्ट्रिक ड्राइभिङ लाइसेन्स एन्ड भेहिकल रजिस्ट्रेसन सिस्टमले विवरण कम्प्युटर प्रणालीमा राख्न थालियो । यही प्रणालीको दुरुपयोग गरेर कर्मचारीले धमाधम नक्कली लाइसेन्स वितरण गरेको पाइयो। पहिले ट्रायलमा चलखेल हुन्थ्यो। फेल भएका पास बनाउन चलखेल हुन्थ्यो। पछि ट्रायल नै नदिएकालाई लाइसेन्स दिन थालियो तर ढड्डामा इन्ट्री हुन्थ्यो । अहिले कम्प्युटर प्रणालीमा रेकर्ड राख्न थालेपछि ढड्डामा झैं रेकर्ड नराखी धमाधम नक्कली लाइसेन्स वितरण गरेको प्रहरी अनुसन्धानमा खुलेको छ। यस्तो संख्या चार वर्षमा एक लाखकै हाराहारीमा हुनसक्ने अनुमान गरिएको छ। तत्कालीन प्रमुख अर्यालकै कम्युटरबाट गलत तथ्याङ्क इन्ट्री गरेको पाइएकोले सेटिङ र संलग्नता धेरै हुनसक्ने भएकाले प्रहरी अनुसन्धानलाई अझैं फराकिलो बनाउनुपर्छ। बुटवलमा फर्जी तथ्याङ्क इन्ट्री गरेपछि स्मार्ट कार्ड नवीकरण गर्नुअघि चितवन र धनुषामा बायोमेट्रिक गराइएको पाइएकोले अनुसन्धानको सीमा बढाउनुपर्छ भन्ने प्रष्ट छ । एउटा स्मार्ट लाइसेन्स बापत ५० हजारसम्म असुलेको भेटिएको र अर्यालको बैंक खातामा स्रोत नखुलेको २ करोड रुपैयाँ फेला परेकोले यसबारेमा प्रहरीले छुट्टै अनुसन्धान गरिरहेको छ।

अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले सोही छानबिनका लागि भन्दै आइटी इञ्जिनियर सुरज अर्याललाई काजमा आफ्नो कार्यालयमा लगेको थियो। उनी १ लाखभन्दा बढी नक्कली लाइसेन्स प्रकरणमा समेत जोडिएको व्यक्तिलाई नै अनुसन्धानमा काजमा लैजानुले अख्तियारको भूमिका सन्देह उत्पन्न भएको छ। अनुसन्धानमा तानिनुपर्ने व्यक्ति नै अनुसन्धानका लागि अघि सार्नुले प्रमाणहरु नष्ट हुनसक्ने तर्फ अख्तियारको ध्यान पुगेन्। प्रहरीले यो अनुसन्धानलाई निष्कर्षमा पुऱ्याएर दोषीलाई कानुनी दायरामा ल्याउन सक्दा लाइसेन्समा भएको अनियमिता र घुस असुलीको धन्दा रोकिन सक्छ।

बाढी व्यवस्थापन : चुनौती र जिम्मेवारी

डा.केदार कार्की

प्रकोप जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी तेस्रो संयुक्त राष्ट्रसंघीय विश्व सम्मेलन १८ मार्च २०१५ मा जापानको सेन्डाई शहरमा आयोजना भएको थियो। यस अवधिमा सेन्डाई फ्रेमवर्क अपनाइयो । यस ढाँचाले विपद् जोखिम न्यूनीकरणमा सरकारको प्राथमिक भूमिका रहेको कुरा स्वीकार गर्छ, तर स्थानीय सरकार, निजी क्षेत्र र अन्य सरोकारवालाहरूको पनि उत्तिकै जिम्मेवारी हुन्छ । विपद्को सामना गर्न सेन्डाई फ्रेमवर्कमा विभिन्न दिशानिर्देशहरू दिइएको छ । नेपालले सेन्डाई फ्रेमवर्कको दिशानिर्देशलाई अपनाउनेतर्फ अघि बढ्नुपर्छ ।

शहरी बाढीको मुख्य कारण अनियोजित शहरीकरण हो। नेपालका शहरहरू सामान्यतया अव्यवस्थित र योजनाविहीन रूपमा विकास भएका छन् । भूमि प्रयोगका विभिन्न वर्गहरूको उचित स्थानीय विभेद छैन। सहरी भूमिमा औद्योगिक, व्यावसायिक, आवासीय र मनोरञ्जनात्मक गतिविधिहरूको ठूलो मागलाई ध्यानमा राख्दै, विभिन्न उद्देश्यका लागि जग्गाको वितरणलाई नियन्त्रण गर्ने वैज्ञानिक सिद्धान्तहरूको आवश्यकता औंल्यायो । भविष्यको ट्राफिक घनत्वलाई ध्यानमा राख्दै चौडा सडक निर्माण गर्न थालिएको हो । मानव वातावरणलाई कलात्मक पक्ष प्रदान गर्न सडकको चौडाइका आधारमा भवनहरूको उचाइ निर्धारण गरिएको थियो । भारतका अधिकांश सहरहरूमा, विशेषगरी ठूला महानगरीय क्षेत्रहरूमा योजनाको अवस्था अत्यन्तै कमजोर छ।

यी शहरहरू प्राकृतिक रूपमा योजनाबद्ध ढल निकास र फोहोर व्यवस्थापन प्रणालीको लाभबिना विकसित भएका छन्। शहरहरूमा वर्षाको पानीको निकास र दैनिक जीवनमा प्रयोग हुने नालाहरू प्रायः एउटै हुन्छन्, जसले शहरको ढल निकासी गर्छ। यसले वर्षाको पानीलाई पुनः प्रयोग गर्न, बाढी रोक्न र बाढीको पानीलाई छिट्टै हटाउन असम्भव बनाउँछ। प्लास्टिकको अन्धाधुन्ध प्रयोगले वर्षाको पानीको निकास र ढल निकासमा पनि समस्या निम्त्याउँछ। यो अव्यवस्थित सहरी विकासका कारण शहरमा बाढीजस्ता समस्याहरू आउन थाल्छन् । बाढी एक प्राकृतिक प्रकोप हो र विकास प्रक्रियामा अन्तर्निहित त्रुटिहरूको कारण प्रकृतिमा विनाशकारी छ।

तर, सबै कठिनाइका वाबजुद, यसको गम्भीरता नियन्त्रण गर्न सकिन्छ। सुव्यवस्थित योजना र त्यसको समयमै कार्यान्वयन गर्ने हो भने बाढी र चरम डुबानको अवस्था नआउने अवस्था सिर्जना गर्न सकिन्छ । विभिन्न विभागबीचको समन्वय र पूर्वाभ्यासको अभावले सहरमा बाढीजस्ता समस्या उत्पन्न हुँदा सरकार र समाजका जनताले वर्षा रोकिएर पानी बिस्तारै कम हुन्छ भन्ने मात्रै आशा गर्छन् । घरजग्गाको मनोमानी किनबेच, कमजोर नगर योजना, खानेपानीको मुहान अतिक्रमण, सरकार र राजनीतिक तहको जवाफदेहिताका कारण यो समस्या झन विकराल बन्दै गएको छ।

जलवायु परिवर्तनका कारण बेमौसमी वा मनसुनमा एक्कासि भारी वर्षा हुँदा सहरमा पानी निस्कने ठाउँ नै हुँदैन। त्यसैले, बाढी र विनाश हुने गरेको छ। अहिले जलवायु परिवर्तनका कारण मनसुन पनि निकै अस्थिर बनेको छ । यसबाहेक पछिल्ला वर्षहरूमा सीमित क्षेत्रमा अचानक भारी वर्षाको बढ्दो प्रवृत्तिका कारण सहरहरूमा बाढीको चुनौती बढ्दै गएको छ। जसका कारण मानिसले ज्यान गुमाउनुका साथै जीविकोपार्जनसमेत खोसिएको छ।

शहरहरूमा कुनै पनि विपद् आइपर्दा सरकारको पहिलो र अन्तिम कदम भनेको राहत कार्य गर्नु हो, जुन तत्कालको उपाय हो । तर, विपद्का कारणहरूलाई स्थायी रूपमा रोक्न नसक्ने हो । शहरी बाढी आउनुको मुख्य कारण सहरको जलस्रोतमा भएको अतिक्रमण र सहरको कमजोर नगर योजना हो । आगामी दिनमा भारी वर्षाको पूर्वानुमानलाई ध्यानमा राखी धेरै सहरमा अत्यधिक वर्षाका कारण बाढीको समस्या आउनसक्ने डर छ, तर यो एउटा कारण मात्र हो । अव्यवस्थित र लापरबाह शहरीकरण र नगरपालिका र सरकारको उदासीनताका कारण सामान्यभन्दा बढी वर्षाले जनजीवन ठप्प हुनुका साथै दैनिक क्रियाकलाप प्रभावित हुने गरेको छ।

नेपालले बाढी व्यवस्थापनका चुनौतीसँग जुध्न एकीकृत बाढी व्यवस्थापन प्रणाली अपनाउनुपर्छ । शहरी बाढीको सामना गर्न नगरपालिकाले सक्रियता देखाउनुपर्छ। जग्गा उपयोग र निर्माण कार्यको राम्रो योजनामा ध्यान दिनुपर्नेछ । केन्द्रीय जल आयोगले वास्तविक तथ्यांकसहित बाढी पूर्वानुमानका लागि समयबद्ध कार्ययोजना तयार गर्नुपर्छ । साथै, सबै ठूला बाँधका लागि विपद् व्यवस्थापन योजनाहरूको तयारी र कार्यान्वयन समयबद्ध रूपमा पूरा गर्नुपर्छ । साना र समतल नदीहरूलाई तटबन्धको सहायताले नियन्त्रण गर्न सकिन्छ, तर विशेषगरी मनसुनको समयमा तटबन्धको सहायताले ठूला र पहाडी नदीहरूलाई नियन्त्रण गर्न निकै गाह्रो हुन्छ । हालैका वर्षहरूमा जहिले पनि बाढी आएको छ, त्यसको प्रमुख कारण भनेको तटबन्ध भत्कनु नै हो। पूर्वचेतावनी प्रणालीको विकास गरी जनउपयोगी बनाउनुपर्छ। सामुदायिक स्तरमा पनि धेरै प्रकारका प्रयासहरू गर्नुपर्नेछ।

शहरी बाढीको प्रभाव

जीवन र सम्पत्तिको हानि

शहरी बाढीले प्रायः जीवनको क्षति र भौतिक क्षति गर्छ । बाढीको प्रत्यक्ष प्रभाव वा बाढीको समयमा फैलिने पानीजन्य रोगहरूको संक्रमणको कारणले गर्दा यस्तो हुन्छ । शहरी बाढीले धेरै स्थानीय प्रभावहरू निम्त्याउँछ, जस्तै- भवन, सम्पत्ति, बाली आदिमा संरचनात्मक क्षति । यसले खानेपानी, ढल निकास, विद्युत् र प्रसारण लाइन, सञ्चार, यातायात, सडक र रेलमार्ग र पूर्वाधारमा पनि अवरोध उत्पन्न गर्छ।

पारिस्थितिक प्रभावहरू

चरम बाढीका घटनाहरूमा द्रुत गतिमा बग्ने बाढीको पानीले छेउछाउका रूख बिरुवा तथा माटो बगाउँछ र तटीय क्षेत्रहरूको क्षय निम्त्याउँछ।

पशु र मानव स्वास्थ्यमा असर

स्थानीय क्षेत्रमा पानी जम्ने र पिउने पानीको प्रदूषणले विभिन्न स्वास्थ्य समस्याहरू निम्त्याउँछ जसले महामारी पनि निम्त्याउन सक्छ। घरभित्र र 'चयगलम जम्मा हुने फोहोरले पनि धेरै रोग फैलाउने गर्छ।

मनोवैज्ञानिक प्रभाव

घर र आफन्तहरू गुमाउँदा बाढीमा परेका मानिसहरूको मानसिक स्वास्थ्यमा असर पर्छ । त्यस्ता घटनाहरूको अवस्थामा पुनः प्राप्तिको प्रक्रिया एक जटिल र समय खपत प्रक्रिया हो जसले प्रायः दीर्घकालीन मनोवैज्ञानिक आघात निम्त्याउँछ।

अगाडिको बाटो

हरियाली पूर्वाधारको विकास गर्दै

नीलो हरियो पूर्वाधार सहरी र जलवायु चुनौतीहरूको दिगो प्राकृतिक समाधान प्रदान गर्ने प्रभावकारी माध्यम हो । थप रमाइलो, कम तनावपूर्ण वातावरण सिर्जना गर्न पानी व्यवस्थापन र बलियो पूर्वाधारको विकासमा समान जोड दिनुपर्छ।

यसका साथै शहरका प्रत्येक भवनमा भवन उपयोगिताको अभिन्न अंगका रूपमा वर्षाको पानी संकलन गर्ने व्यवस्था भएको सुनिश्चित गर्नुपर्छ।

नीलो हरियोले नाइल नदी र पूर्वाधारमा जलाशयहरू जस्ता जल निकायहरूलाई संकेत गर्छ, जबकि हरियोले रूखहरू, पार्कहरू र बगैंचाहरूलाई संकेत गर्छ।

बाढीको जोखिम नक्सांकन

शहरीस्तरमा स्थलाकृति र ऐतिहासिक बाढीको तथ्यांकको विश्लेषण गरेर जोखिममा रहेका क्षेत्रहरू पहिचान गर्न सकिन्छ।

बाढी रोकथाम, लचकता र लचकताका लागि सहर र गाउँ तहका सबै जलस्रोत र सिमसार क्षेत्रको अभिलेख राख्नु पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण हुनेछ।

प्रभावकारी वाटरसेड व्यवस्थापन

बाढी पर्खालहरू निर्माण, बाढी प्रवण नदी उपत्यकाहरूमा माथिल्लो प्लेटफार्महरू निर्माण, आवधिक सरसफाइ र ढल निकासका नालाहरू गहिरो बनाउने, आदि केही उपायहरू छन्, जुन सम्पूर्ण नदी बेसिनमा मात्र होइन सहरी क्षेत्रमा अपनाउनुपर्छ।

सडकबाट वर्षाको पानी बगेर तल झर्नेगरी सडकछेउमा बायोस्वेल बनाउन सकिन्छ । थप रूपमा जल निकायहरूको जलाधार क्षेत्रहरू राम्रोसँग मर्मत र अतिक्रमण र प्रदूषणबाट मुक्त हुनुपर्छ । यसरी पानीको मार्गलाई अवरोधबाट मुक्त राख्नुपर्छ।

संवेदनशीलता र पुनर्स्थापना

प्रतिक्रिया अभ्यासका साथसाथै बाढी पूर्वतयारी र न्यूनीकरणका उपायहरू सचेतना सिर्जना गर्नुपर्छ।

नाला र जलस्रोतमा गैरकानुनी निर्माणका कारण हुने जोखिममा बासिन्दाहरूलाई सचेत गराउन आवश्यक छ । सरकारले गरिबलाई अन्य क्षेत्रमा स्थानान्तरण गर्नेतर्फ पनि विचार गर्नुपर्छ।

संस्थागत व्यवस्था

नगर तहमा शहरका प्रशासनिक अधिकारी, चिकित्सक, प्रहरी, दमकल, गैरसरकारी संस्था र अन्य आपत्कालीन सेवा प्रदायकहरू मिलेर एकीकृत बाढी नियन्त्रण कार्यान्वयन निकाय बनाउन आवश्यक छ।

प्रकोप जोखिम न्यूनीकरणसम्बन्धी तेस्रो संयुक्त राष्ट्रसंघीय विश्व सम्मेलन १८ मार्च २०१५ मा जापानको सेन्डाई शहरमा आयोजना भएको थियो । यस अवधिमा सेन्डाई फ्रेमवर्क अपनाइयो । यस ढाँचाले विपद् जोखिम न्यूनीकरणमा सरकारको प्राथमिक भूमिका रहेको कुरा स्वीकार गर्छ, तर स्थानीय सरकार, निजी क्षेत्र र अन्य सरोकारवालाहरूको पनि उत्तिकै जिम्मेवारी हुन्छ । विपद्को सामना गर्न सेन्डाई फ्रेमवर्कमा विभिन्न दिशानिर्देशहरू दिइएको छ । नेपालले सेन्डाई फ्रेमवर्कको दिशानिर्देशलाई अपनाउनेतर्फ अघि बढ्नुपर्छ । राजधानीबाट

ज्येष्ठ नागरिकमा निद्राको समस्याः यस्ता छन् समाधानका उपाय

डा रमेश कँडेल

ज्येष्ठ नागरिकहरूको लागि गुणस्तरीय निद्रा अत्यावश्यक हुन्छ, जसले उनीहरूको समग्र स्वास्थ्य र गुणस्तरयुक्त जीवनलाई कायम राख्न महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। जति मानिसहरूको उमेर बढ्दै जान्छ, निद्राको ढाँचा परिवर्तन हुँदै जान्छ। धेरैले निदाउन र निद्रामा रहिरहनमा समस्या अनुभव गर्छन् । यी चुनौतीहरूको बाबजुद, गुणस्तरीय निद्रालाई प्राथमिकता दिनु स्वास्थ्य महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

मुख्य, निद्रा शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्यको अभिन्न पाटो हो । निद्राको समयमा, शरीरले महत्त्वपूर्ण र अत्याश्यक पुनर्ताजगीका प्रक्रियाहरूलाई चालू राख्ने काम गर्दछ। यसमा क्षति भएका तन्तुहरूको मर्मत गर्ने, मांसपेशीको वृद्धि गर्ने र प्रतिरक्षा प्रणालीको सुदृढीकरण समावेश छ। रोग र चोटपटकको जोखिम बढी भएको ज्येष्ठ नागरिकहरूको लागि, यी पुनर्स्थापनाका कार्यहरू विशेष रूपमा महत्त्वपूर्ण हुन्छन्।

दीर्घकालीन निद्राको अभावले प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हुन सक्छ, जसले ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई सङ्क्रमण र रोगहरूको लागि बढी जोखिमयुक्त बनाउँछ। यसबाहेक, गुणस्तरीय निद्राले रक्तचापलाई सन्तुलित राख्ने र शरीरका विभिन्न ठाउँमा सुन्निएकोलाई कम गर्न मद्दत गरेर रक्त सञ्चारसँग सम्बन्धित प्रणालीको स्वास्थ्यलाई सम्बर्धन गर्दछ। खराब निद्रा हृदय रोग, स्ट्रोक र अन्य हृदयसम्बन्धी समस्याहरूको जोखिमसँग सम्बन्धित छ, जुन ज्येष्ठ नागरिकहरूमा बढी देखापर्छ।

संज्ञानात्मक कार्यक्षमता (Cognitive capacity)अर्को क्षेत्र हो, जहाँ गुणस्तरीय निद्रा अपरिहार्य छ । निद्रा मस्तिष्कको स्वास्थ्यको लागि महत्त्वपूर्ण हुन्छ, जसले स्मृति-क्षमता, समस्या समाधान र निर्णय-क्षमता जस्ता प्रक्रियाहरूमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। उमेर जति बढ्दै जान्छ, संज्ञानात्मक क्षय (cognitive impairment) चिन्ताको विषय बन्छ र खराब निद्राले यसको क्षतिलाई बढाउन सक्छ। अध्ययनहरूका अनुसार अपर्याप्त निद्राले संज्ञानात्मक कार्यसम्पादनलाई बाधा पुऱ्याउन सक्छ। डिमेन्सिया र अल्जाइमर रोगको जोखिम बढाउन सक्छ। विपरीत रूपमा, पर्याप्त निद्राले मानसिक तीक्ष्णतालाई कायम राख्न मद्दत गर्छ र स्नायुसँग सम्बन्धित रोगहरूको जोखिम कम गर्छ।

भावनात्मक स्थिरता (Emotional wellbeing) पनि निद्राको गुणस्तरसँग जोडिएको छ । खराब निद्राले मुडसँग सम्बन्धित समस्याहरू उत्पन्न गर्न सक्छ, जसमा चिडचिडापन, डिप्रेसन र चिन्ताजन्य समस्याहरु समावेश छन् । यी भावनात्मक चुनौतीहरूले निद्रालाई अझै बिगार्न सक्छन्, जसले दुष्चक्र सिर्जना गर्दछ । राम्रो निद्राले अर्कोतर्फ भावनात्मक स्थिरता र लचिलोपनलाई प्रवर्द्धन गर्दछ, जसले ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई दैनिक जीवनका तनाव र चुनौतीहरू सामना गर्न मद्दत गर्दछ।

निद्राले मेटाबोलिक स्वास्थ्यमा पनि महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। यसले भोक र हर्मोनल प्रणालीलाई नियमन गर्ने हार्मोनहरूलाई नियमन गर्न मद्दत गर्दछ । निद्राको अभावले तौल बढाउने, इन्सुलिन प्रतिरोध (insulinresistance) गर्ने र टाइप-२ डायबेटिसको जोखिम बढाउन सक्छ। ज्येष्ठ नागरिकहरूको लागि, जसले पहिले नै हर्मोनजन्य परिवर्तनहरू र दीर्घकालीन अवस्थाहरूको जोखिमको सामना गर्न सक्दछन्, राम्रो निद्रा सो सम्बन्धी स्वच्छता कायम राख्नु मेटाबोलिक सन्तुलनको लागि महत्त्वपूर्ण छ।

हर्मोनल सन्तुलन निद्राको अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष हो। निद्राले विभिन्न हार्मोनहरूको उत्पादन र नियमनलाई प्रभाव पार्छ, जसमा भोक, तनाव र वृद्धिलाई नियन्त्रण गर्नेहरू समावेश छन् । अवरुद्ध निद्राले हर्मोनल असन्तुलनहरू निम्त्याउन सक्छ, जसले समग्र स्वास्थ्यमा नकारात्मक प्रभाव पार्न सक्छ। उदाहरणका लागि, खराब निद्राले तनाव-हर्मोन (stresshormone) कोर्टिसोल (cortisol)को स्तर बढाउन सक्छ, जसले चिन्ता र डिप्रेसनको जोखिम पनि बढाउनमा योगदान पुऱ्याउँछ।

शारीरिक दुखाइको व्यवस्थापन अर्को महत्त्वपूर्ण पाटो हो, जसका लागि गुणस्तरीय निद्रा ज्येष्ठ नागरिकहरूको लागि अत्यावश्यक हुन्छ। धेरै ज्येष्ठ नागरिकहरूले दीर्घकालीन दुखाइ (chronicpain) सँग सम्बन्धित अवस्थाहरूबाट पीडित हुन्छन्, जसलाई खराब निद्राले थप बढाउन सक्छ। गुणस्तरीय निद्राले दुखाइको मात्रा कम गर्न र दुखाइ सहनशीलतालाई सुधार गर्न मद्दत गर्न सक्छ। जबकि निद्राको अभावले दुखाइ संवेदनशीलतालाई बढाउन सक्छ । यसले लाभदायक चक्र सिर्जना गर्दछ, जहाँ राम्रो निद्राले दुखाइ कम गर्दछ र कम दुखाइले राम्रो निद्रालाई बढावा दिन्छ।

त्यसका साथै, राम्रो निद्राले शारीरिक सन्तुलन र समन्वयलाई सम्वर्धन गर्दछ र घरभित्र वा घरबाहिर हुन सक्ने विभिन्न किसिमका दुर्घटनाहरूको जोखिम कम गर्दछ।

निद्रा स्वास्थ्य सुधार गर्नका लागि २५ महत्वपूर्ण सुझावहरूः

निम्नलिखित सुझावहरू लागू गर्दा स्वस्थ निद्रा वातावरण र दिनचर्या सिर्जना गर्न मद्दत पुग्न सक्छ। जसले ज्येष्ठ नागरिकहरूको समग्र निद्राको गुणस्तर सुधार गर्न सक्छ।

१) समय तालिकाः हरेक दिनका साथसाथै हप्ताको अन्त्यमा पनि, एकै समयमा सुत्ने र उठ्ने।

२) आरामदायी सुत्ने समयको दिनचर्या बनाउनेः सुत्नुअघि शान्त गतिविधिहरूमा संलग्न हुनुहोस्, जस्तै पुस्तकहरु पढ्ने, आरामदायी संगीत सुन्ने वा मनतातो पानीले स्नान गर्ने।

३) दिनको समयमा निद्रालाई सीमित गर्नेः दिनको समयमा छोटो निद्राको समय राख्ने (२०-३० मिनेट) र बेलुका नसुत्ने।

४) उत्तेजक पदार्थहरूबाट टाढा रहनेः क्याफिन र निकोटिनको (चिया/ कफी/ चुरोट) सेवनलाई सीमित गर्ने, विशेष गरी दिउँसो र बेलुका।

५) मादक पदार्थहरू सीमित गर्नेः निद्रा नजिकको समयमा मद्यपान नगर्ने किनभने यसले निद्राको गुणस्तरमा अवरोध ल्याउन सक्छ।

६) आरामदायी निद्रा वातावरण बनाउनेः आफ्नो शयनकक्षलाई शीतल, शान्त, र अँध्यारो बनाउने; आरामदायी गद्दा र तकियाको प्रयोग गर्ने।

७) स्क्रीन समय सीमित गर्ने : निद्राको एक घण्टा अघि टिभी, फोन, कम्प्युटर जस्ता स्क्रीनहरूबाट टाढा रहने।

८) सक्रिय रहनुहोस्ः नियमित शारीरिक गतिविधिले राम्रो निद्राको प्रवर्द्धन गर्न सक्छ, तर निद्राको नजिकमा कडा किसिमका व्यायाम गर्नबाट जोगिने।

९) तनाव व्यवस्थापन गर्ने : तनाव र चिन्ता कम गर्न गहिरो सास, ध्यान, वा योग जस्ता आरामदायी प्रविधिहरू अभ्यास गर्ने।

१०) आहारमा ध्यान दिनेः सुत्नुअघि केही घण्टा भित्र भारी वा अधिक मात्रामा भोजनहरू नगर्ने। मसालेदार वा अम्लीय खानाहरूले असहजता उत्पन्न गर्न सक्छ र निद्रा अवरोध गर्न सक्छ।

११) पानीको मात्रा : दिनभरि पर्याप्त पानी पिउने तर रातमा बाथरूममा बारम्बार जानबाट बच्नको लागि साँझमा तरल पदार्थको सेवन सीमित गर्ने।

१२) प्राकृतिक प्रकाशको सम्पर्कमा रहनेः निद्रा-जागरण चक्रलाई नियमित गर्न दिनभरि सम्भव भएसम्म बाहिर प्राकृतिक प्रकाशमा समय बिताउने।

१३) नियमित स्वास्थ्य जाँचः यदि दीर्घकालीन दुखाइ, स्लिपएप्निया वा निद्रालाई असर पार्ने अन्य अवस्थाहरू छन् भने स्वास्थ्यकर्मीसँग परामर्श गर्ने। निद्रामा बाधा पुर्याउन सक्ने दीर्घकालीन अवस्थाहरूलाई व्यवस्थापन गर्न नियमित चिकित्सकीय जाँच सुनिश्चित गर्ने, जस्तै मधुमेह, मुटु रोग, वा थाइरोइड समस्याहरू।

१४) घडी हेरिरहनुबाट बच्नेः निद्राको क्रममा घडीको मिनेटहरू गन्नु पर्दा हुने तनावबाट बच्नको लागि घडीलाई नदेखिने ठाउँमा राख्ने।

१५) निद्रासँग सम्बन्धित औषधीहरुको प्रयोगः निद्राजन्य औषधीहरू वा पूरक पदार्थहरू स्वास्थ्य सेवा प्रदायकको मार्गदर्शनअनुरुप मात्र प्रयोग गर्ने।

१६) यदि सुत्न सकिन्न भने ओछ्यानबाट उठ्नेः यदि २० मिनेट पछि पनि निदाउन सक्नुहुन्न भने, उठेर शान्त र आरामदायी गतिविधिमा निद्रा नलागेसम्म संलग्न हुने।

१७) निद्रासँग सम्बन्धित डायरी राख्नेः तपाईंको निद्रा ढाँचाहरू, दिनचर्याहरू, र निद्रालाई असर पार्न सक्ने कारकहरूलाई डायरीमा रेकर्डगर्ने र समस्याहरूको पहिचान र सम्बोधन गर्न स्वास्थ्यकर्मीको सहयोग लिने।

१८) निद्रासँग सम्बन्धित सकारात्मक दृष्टिकोण कायम राख्नेः सकारात्मक निद्रा अनुभवहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्ने र निद्राबारे अत्यधिक चिन्ता नगर्ने, किनकि चिन्ताले निद्राको समस्यालाई बढाउन सक्छ।

१९) आफ्नो नियमित ओछ्यानलाई केवल निद्राका लागि प्रयोग गर्ने : ओछ्यानलाई काम, पढाइ वा टिभी हेर्ने जस्ता गतिविधिहरूका लागि प्रयोग नगर्ने ताकि ओछ्यान र निद्राबीचको सम्बन्धलाई सुदृढ गर्न सकियोस्।

२०) रातमा प्रकाशको सम्पर्क सीमित गर्नेः शयनकक्षलाई अँध्यारो बनाउन ब्ल्याकआउट पर्दा वा आँखा मास्क प्रयोग गर्ने, र रातको समयमा प्रकाशको लागि रातो बत्तीको प्रयोग गर्ने, जसले निद्राको चक्रमा कम प्रभाव पार्छ।

२१) आरामदायी तापक्रम कायम राख्नेः आफ्नो शयनकक्षमा समान किसिमको र आरामदायी तापक्रम कायम राख्ने। चिसो तापक्रम सामान्यतया निद्राको लागि राम्रो हुन्छ।

२२) अनावश्यक आवाजहरुको समस्यालाई सम्बोधन गर्ने : अवरोधक आवाजहरूलाई कम गर्न कान प्लगवा फ्यानहरूको प्रयोग गर्ने।

२३) सकारात्मक रहनेः निद्राको बारेमा सकारात्मक मानसिकता बनाउने। निद्राको समस्याहरूको बारेमा नकारात्मक सोचलाई टाढा राख्ने र तपाईंको शरीरले आराम गर्न सक्छ भन्ने विश्वास गर्ने।

२४) सामाजिक सञ्जाल सीमित हेर्ने : सुत्नुअघि सामाजिक सञ्जालमा उत्तेजक वा तनाव सिर्जना गर्ने कुराहरु नहेर्ने।

२५) निद्राबारे आफैंलाई शिक्षित गर्ने : उमेरसँगै निद्राको ढाँचामा प्राकृतिक परिवर्तनहरूको बारेमा बुझ्ने र यी परिवर्तनहरूलाई समायोजन गर्न आफ्ना अपेक्षाहरू र बानीहरू अनुकूल गर्ने ज्येष्ठ नागरिकहरूमा सामान्य निद्रा ढाँचाहरूलाई बुझ्दा निद्राको चिन्तालाई कम गर्न सकिन्छ।

निष्कर्षमा, गुणस्तरीय निद्रा ज्येष्ठ नागरिक हरूको शारीरिक, संज्ञानात्मक र मानसिक स्वास्थ्यको लागि आधारभूत हुन्छ। निद्रासँग सम्बन्धित स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिएर ज्येष्ठ नागरिकहरूले आफ्नो समग्र जीवनस्तर सुधार गर्न सक्छन् । आफ्नो दैनिक जीवनको स्वनिर्भरता कायम राख्न सक्छन् र सकारात्मक स्वास्थ्य परिणामहरू प्राप्त गर्न सक्छन्। स्वास्थ्यखबरबाट

जनसंघर्षको वार्षिकोत्सवमा अभिनन्दन तथा सम्मान

बुटवल । बुटवलबाट निरन्तर प्रकाशित हुँदै आएको जनसंघर्षले बुधबार ३५औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा अभिनन्दन तथा सम्मान कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ । संस्थाका संस्थापक प्रधान सम्पादक तथा प्रकाशक डा. बालकृष्ण चापागाईंको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा बुटवल उपमहानगरपालिकाका उपप्रमुख सावित्रादेवी अर्यालको विशेष आतिथ्यता रहेको थियो ।

कार्यक्रममा बोल्दै उपप्रमुख अर्यालले जनसंघर्षले संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र प्राप्तिको लागि महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको भन्दै संस्थाका संस्थापक डा. चापागाईंलगायतको सिङ्गो टिमलाई हार्दिक बधाई तथा शुभकामना व्यक्त गरिन् । उनले रुपन्देहीलगायत राष्ट्रियस्तरमा जनसंघर्षले हरेक आन्दोलन र परिवर्तनमा जनताका आवाजहरुलाई बुलन्द गर्न अभिप्रेरित गरेको बताइन् ।

त्यस्तैगरी वार्षिकोत्सवका अवसरमा संस्थाले रुपन्देहीको पत्रकारिताको इतिहासमा ६ दशकभन्दा बढी पत्रकारितामा योगदान दिने अग्रज पत्रकारहरुलाई अभिनन्दन गरिनुका साथै पत्रकारिताको माध्यमबाट योगदान दिएका दिवंगत पत्रकारलाई मरणोपरान्त सम्मान पनि गरिएको छ ।

संस्थाले अग्रज पत्रकारहरु वसन्तध्वज जोशी, हरिप्रसाद ज्ञवाली, कर्णबहादुर कार्की, मदनलाल पौडेल, रामचन्द्र भट्टराई, अर्जुन ज्ञवाली र नारायणप्रसाद सापकोटालगायतलाई अभिनन्दन गरेको छ । कार्यक्रममा जनसंघर्षको स्थापनाकालदेखि हालसम्म संस्थामा विभिन्न तहमा बसेर योगदान दिने पूर्व कर्मचारी एवम् पत्रकारहरुलाई प्रमाणपत्र प्रदान गरी सम्मान गरियो ।

त्यस्तैगरी दिवंगत अग्रज पत्रकार, लेखक तथा साहित्यकारहरु सूर्यलाल, प्रयागलाल श्रेष्ठ, प्रतापकुमार भट्टचन, प्रा. बालकृष्ण भट्टराई, बाबुराम अर्याल, आरसी चापागाईं, प.बाबुराम भट्टराई, वसन्त पोखरेल र विकास केसीलाई मरणोपरान्त सम्मान गरिएको थियो । यसैबीच जनसंघर्षको भौतिक विकासमा योगदान दिएको भन्दै स्वर्गीय रतनलाल अग्रवाल र संघरत्न बज्राचार्यलाई पनि मरणोपरान्त सम्मान गरिएको थियो ।

कार्यक्रममा नेकपा एमाले रुपन्देहीका अध्यक्ष यज्ञ गैरे, जनसंघर्षका सल्लाहकार तथा समाजसेवी अनुपमान सैजू, बुटवल उद्योग वाणिज्य संघका अध्यक्ष हरिप्रसाद अर्याल, मानवअधिकार तथा शान्ति समाजका पूर्व केन्द्रीय अध्यक्ष तथा सल्लाहकार गोविन्द खनाल, अग्रज पत्रकारहरु मोहन चापागाईं, दीपक ज्ञवाली, नारायणप्रसाद पौडेल, हरि लम्साल, ऋषि आजाद, अधिवक्ता पदमबहादुर कार्की, पूर्व कर्मचारी खुमा भण्डारीलगायतले बोल्दै जनसंघर्षको उत्तरोत्तर प्रगतिको शुभकामना व्यक्त गरेका थिए ।

कार्यक्रममा जनसंघर्षका संस्थापकः प्रधान सम्पादक तथा प्रकाशक डा. बालकृष्ण चापागाईंले बोल्दै तीन दशकभन्दा बढी लामो इतिहास बोकेको जनसंघर्ष सबैको साथ र सहयोगले ३५ वर्षको यात्रा प्रारम्भ गरेको बताए । उनले स्थापना कालदेखि हालसम्म जनसंघर्षमा जोडिएर प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्षरुपमा आर्थिक, भौतिक तथा विभिन्न प्रकारले सहयोग गर्ने संस्थाका सेयर सदस्य, पत्रकार, कर्मचारी तथा शुभेच्छुकहरुलाई हार्दिक धन्यवाद तथा कृतज्ञता व्यक्त गरेका छन् । उनले जनसंघर्षलाई यहाँसम्म ल्याउन हरेक प्रकारले सहयोग गर्ने सबैलाई अभिनन्दन तथा सम्मान गर्न पाउँदा थप उर्जा र उत्साह थपिएको बताए ।

कार्यक्रममा सम्मानित व्यक्तित्व तथा विभिन्न संघसंस्थाहरुको प्रतिनिधिमूलक उपस्थितिमा नेपाल पत्रकार महासंघ रुपन्देहीका अध्यक्ष रामराज पोखरेल, प्रकाशन तथा प्रसारण संघ लुम्बिनी प्रदेशका अध्यक्ष नवराज कुँवर, राष्ट्रिय समाचार समिति (रासस) लुम्बिनी प्रदेशका कार्यालय प्रमुख भरत केसी, रिपोटर्स क्लव नेपाल लुम्बिनी प्रदेशका अध्यक्ष राम कुमार क्षेत्री, नेपाल पत्रकार महासंघ रुपन्देहीका सल्लाहकार दिनेश पाण्डे, उपाध्यक्ष विस्वास ढकाल, सञ्चारिका समूह लुम्बिनी प्रदेशका अध्यक्ष अमृता अनमोल, कुलमणि ज्ञवाली भैरहवा, केशव पराजुली नवलपरासी, प्रेस चौतारी रुपन्देहीका अध्यक्ष लक्ष्मण पौडेल, प्रेस सेन्टर नेपाल रुपन्देहीका अध्यक्ष विष्णुप्रसाद पोखरेल, समाजवादी प्रेस संगठन रुपन्देहीका उपाध्यक्ष उषाकिरण पन्त, माधवप्रसाद अर्याल पाल्पा, गोपाल जिटी स्याङ्जालगायतको सहभागिता रहेको थियो । उक्त कार्यक्रम जनसंघर्षका प्रबन्ध सम्पादक रामप्रसाद आचार्यले सञ्चालन गरेका थिए ।

तीन सन्तानकी आमा रेनु, छोरीसँगै विद्यालय जान्छिन्

वालिङ (स्याङ्जा) । स्याङ्जाको चापाकोट नगरपालिका-९ फूलबारीकी रेनुका भुसाल भण्डारी अहिले कक्षा ९ मा अध्ययनरत छिन् । ४१ वर्षीया उनी चापाकोट-९ स्थित गङ्गालाल माविमा अध्ययन छिन् । उनले भनिन्-"१४ वर्षमा विवाह भएपछि अध्ययन गर्न पाइन । भित्रभित्रै पढ्ने एकदम इच्छा थियो, पढ्ने उमेरमा विवाह भयो , पढ्ने चाहना भएर पनि पढ्न सक्ने अवस्था भएन, अहिले छोरी ठूला भए अनि सानैदेखिको पढ्ने चाहना पूरा गर्न विद्यालय जान थालेँ ।"

गत वर्ष कक्षा ८ मा भर्ना भएकी भण्डारीले सो तहमा उत्कृष्ट अङ्क ल्याई उत्तीर्ण भएका थिइन । उनी विद्यालयका अन्य विद्यार्थीजस्तै विद्यालय पोशाकमा झोलामा कापी-किताब बोकेर नियमित जाने गर्दछिन् । "मानिसका लागि शिक्षाको महत्व धेरै रहेछ, जति बुझ्यो उति यसको महत्व र आवश्यकता देखेँ", उनले भनिन्-"शिक्षा आर्जन गर्न उमेरले छेक्दैन भन्ने लाग्यो अनि गत वर्षदेखि विद्यालय भर्ना भएर जान थालेकी हुँ ।"

अन्य विद्यार्थीले जस्तै कक्षाकार्य तथा गृहकार्य गरेर विद्यालय जाने गरेको उनी बताउँछिन् । पढ्न रुचि लागेर आएकाले यसलाई निरन्तरता दिँदै कक्षा १२ सम्म अध्ययन गर्ने सोँच उनको छ ।

"आफ्ना छोरीको उमेरका बालबालिकासँग एउटै कक्षामा बसेर अध्ययन गर्दा कतै रमाइलो त कतै अप्ठ्यारो महसुस हुने गरेको छ", उनले भनिन्-"धेरै विद्यार्थीले त राम्रो दृष्टिले हेर्छन्, केहीले हजुरआमा, 'आन्टी' भनेर जिस्क्याउने गर्छन्, उनीहरूलाई सम्झाउँदै अगाडि बढेकी छु ।"

भण्डारीका अन्य विद्यार्थीजस्तै विद्यालय पोशाकमा उपस्थित भएर मेहनतका साथ अध्ययन गर्दै आएको विद्यालयका प्रधानाध्यापक खेमराज भट्टराईले बताए । अन्यत्र विद्यालयमा कक्षा ५ पढ्दापढ्दै छाडेकी रेनुका यहाँ कक्षा ८ मा भर्ना भएको उनले जनाए ।

"कक्षा ८ को अन्तिम परीक्षामा उत्कृष्ट अङ्क ल्याएर उत्तीर्ण हुनुभयो", प्रअ भट्टराईले-"यही मेहनतलाई कक्षा ९ र १० मा पनि निरन्तरता दिन सक्नुभएको खण्डमा माध्यामिक शिक्षा परीक्षा (एसइई) उत्तीर्ण हुनुहुन्छ ।" सैद्धान्तिक शिक्षा लिनका लागि उनी यस विद्यालयमा आएकोले पनि सिकाइ अनिवार्य र जहिले पनि सिक्न सकिन्छ भन्ने सन्देश दिएको प्रअ भट्टराई बताउँछन् । रेनुका तीन छोरीमध्ये जेठीले स्नातक तह, माइलीले कक्षा १२ पूरा गरेका छन् भने कान्छी गङ्गालाल माविमा कक्षा ७ मा अध्ययनरत छिन् ।

खेतमा धान रोप्न सिक्दै विद्यार्थी

पाल्पा । वर्षातको समय पानी झम झम परिरहेको छ, असारको महिना, मानो रोपेर मुरी उम्जाउने समय भएकोले फाँटहरुमा किसानको व्यस्तता बढेको छ । कोही किसान धान रोप्न खेत जोत्दै छन्, कोही किसान खेतका गरा हिलाएर तयार पार्दै छन्, कोही हिलो गरेर तयार पारेको खेतमा छुपुमा छुपुमा धान रोप्न व्यस्त देखिन्छ । बुधबार भने तानसेनको प्रभास फाँटमा परिचयपत्र लगाएर स साना बालबालिकादेखि पाका पुस्ताका महिला पुरुषहरु खेतमा धान रोप्दै थिए । पहिलो पटक खेतमा पुगेका सेन्ट कपितानियो स्कुल तानसेन पाल्पाका विद्यार्थी बालबालिकाहरुलाई भने धान रोपाई अनौठो लाग्यो ।

विद्यालयकी शिक्षिका अप्सरा न्यौपाने, सकुन्तला बोहोरा, सिष्टर रेजिना, शिक्षकहरु तुल्सीराम पोखरेल, दिपक बस्यालसंगै विद्यार्थी अदिती बस्याल, अमृता रावल, प्रसुन पोखरेल, रदीप बज्राचार्य, समिप गोदार, सिमसन घर्ती अनिस श्रेष्ठसंगै कक्षा ६ र ७ का विद्यार्थीहरु धान रोप्न तानसेनको प्रभास फाँटको हिलो खेतमा पसे । शिक्षिकासंगै बालिकाहरुले हिलोमा छुपुमा छुपु धान रोपे । शिक्षकहरुसंगै बालक विद्यार्थीहरुले धान रोप्नको लागि खेतका गराहरु मिलाउने, आली लगाउने, खेतका गरा सम्माउने, धानको बिउ एक स्थानबाट अर्को स्थानमा ओसार पसारको काममा सघाए ।

हामीले फेसवुक, युट्व, टेलिभिजनमा मात्र धान रोपाई देखेका थियौ तर आज विद्यालयले हामी विद्यार्थी बालबालिकाहरुलाई किसानको खेतमै सहभागी गराएर आफैँ धान रोप्दा निकै मजा आएको विद्यार्थी अदिती बस्यालले बताइन ।

किताबमा असारमा धान रोप्ने भनेर त पढियो तर कसरी धान रोपिन्छ, कसरी बिउ राखिन्छ, खेतका गराहरुमा हिलो कसरी मिलाइन्छ भनेर जानेका थिएनौ आज फाँटमै गएर सर मिसहरु साथीसंगीहरुसंगै मिलेर धान रोपेको अर्की विद्यार्थी अमृता रावलले बताइन ।

नेपाल कृषि प्रधान देश हो, हिमाल, पहाड तराई जताततै नेपालमा धान खेती गरिन्छ । विद्यालयमा अध्ययन गर्ने बालबालिकाहरुलाई नेपाली खेती प्रणाली, खेती गर्ने तरीकाबारे सिकाउन, देखाउन र व्यवहारमै महशुस गराउन धान रोपाई सहभागी गराएको विद्यालयकी प्रिन्सिपल सिष्टर एनिस जोसेफले बताइन । हामी विद्यार्थीलाई नेपाली मौलिक भेषभुषा, भाषा, परम्परागत शैली, संस्कृति र देशको कृषि प्रणाली सीपसंग जोड्ने अभ्यासमा निरन्तर लागि परेको विद्यालयकी प्रिन्सिपल जोसेफले जनाइन । धान रोपाईमा सहभागी भएका विद्यार्थीहरु रमाएका छन्, खुसी भएका छन्, धान रोप्ने तरीका सिकेका छन्, विद्यार्थीले नयाँ ज्ञान पाएका छन्, विद्यार्थीलाई कक्षा कोठामा मात्र होईन व्यवहारिक शिक्षा दिनुपर्छ भनेर खेतमा धान रोप्ने कार्यमा सहभागी गराएको विद्यालयका इसिए संयोजक दीपक बस्यालले बताए ।

पछिल्लो समय बालबालिका मोबाइल र इन्टरनेटमा मात्रै बढी केन्द्रित हुने, व्यवहारिक ज्ञान, सीप, कृषि खेती प्रणालीको बारेमा जानकारी कम भएकोले बालबालिकाहरुलाई व्यवहारिक अभ्याससंगै कामको अनुभव सिकाउन धान रोपाईमा सहभागी गराएको विद्यालयका शिक्षक तुल्सीराम पोखरेलले बताए । धान रोपाई सहभागी भएका विद्यार्थी बालबालिकाहरुले आफूहरुले धान रोप्न सिकेको बताएका छन् ।

शिक्षा भनेकै सिक्ने र नयाँ ज्ञान पाउने स्थान हो । अहिले व्यवहारिक ज्ञानभन्दा पनि बालबालिकाहरुलाई सैद्धान्तिक किताबी ज्ञान मात्र सिकाउने प्रचलन अत्याधिक रहेको छ । जसको कारण व्यवहारिक ज्ञान नहुँदा नेपाली विद्यार्थीहरु नत नेपालमा बसेर कृषि पशु क्षेत्रमा रमाएर काम गर्न सकेका छन्, नत विदेशमा गएर राम्रो क्षेत्रमा काम गर्ने अवसर पाएका छन् । विद्यालय स्तरबाटै सरकारले नेपालमै सिक्ने, टिक्ने, बिक्ने खालका सैद्धान्तिकसंगै व्यहारिक शिक्षालाई अनिवार्य गर्दै जानु पर्ने देखिन्छ ।

ढल्केबर-इनरुवा प्रसारण लाइन सञ्चालन

काठमाडौँ । विद्युत् प्रसारण प्रणाली सुदृढीकरण तथा विश्वसनीय बनाउन र नेपाल-भारतबीचको विद्युत् व्यापार विस्तारका लागि निर्माणाधीन हेटौँडा-ढल्केबर-इनरुवा चार सय केभी प्रसारण लाइनअन्तर्गत ढल्केबर-इनरुवा खण्ड सञ्चालनमा आएको छ ।

धनुषाको ढल्केबरबाट सुनसरीको भोक्राहा नरसिंह गाउँपालिका-४ स्थित इनरुवा सबस्टेसम्मको एक सय ५४ किलोमिटर प्रसारण लाइन चार्ज गरी सञ्चालनमा ल्याइएको हो । ढल्केबर र इनरुवा चार सय केभी सबस्टेसनमा जोडेर प्रसारण लाइन चार्ज गरिएको छ ।

ढल्केबर-इनरुवा खण्ड सञ्चालनमा आएसँगै देशभित्र पहिलोपल्ट चार सय केभीबाट विद्युत प्रसारण सुरु भएको छ । यसअघि ढल्केबर-मुजफ्फरपुर (भारत) अन्तरदेशीय प्रसारण लाइनबाट चार सय केभीमा विद्युत् आयात-निर्यात हुँदै आएको थियो । अब देशभित्रै चार सय केभी प्रसारण लाइनबाट विद्युत् प्रवाह सुरु गरिएको हो । नेपाल विद्युत् प्राधिकरणका कार्यकारी निर्देशक कुलमान घिसिङले ढल्केबर-इनरुवा खण्ड सञ्चालनमा आएसँगै कोशी प्रदेशका तराईका जिल्लामा विद्युत् आपूर्तिको भोल्टेज सुधार गर्न, समग्रमा देशको प्रसारण प्रणालीलाई गुणस्तर तथा विश्वसनीय बनाउन र नेपाल-भारतबीचको विद्युत् व्यापारको परिमाण वृद्धि गर्न महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल भएको बताए । प्रसारण लाइनले करिब चार हजार मेगावाट विद्युत् प्रवाह गर्न सक्दछ ।

प्रसारण पूर्वाधार तयार नभएकाले हाल सञ्चालमा रहेको ढल्केबर-मुजफ्फरपुर अन्तरदेशीय प्रसारण लाइनबाट हुने विद्युत् आयात-निर्यात परिमाण अब बढाउन सकिने कार्यकारी निर्देशक घिसिङले जानकारी दिए । अहिले दुई देशबीच विद्युत् आयात निर्यात परिमाण आठ सय मेगावाट मात्र छ । उनले कोशी करिडोर हुँदै इनरुवा सबस्टेसनमा आएको विद्युत्लाई त्यस क्षेत्रमा खपत गरी अतिरिक्त भएमा ढल्केबर-इनरुवा प्रसारण लाइनमार्फत् ढल्केबर ल्याएर भारततर्फ निर्यात गर्न सकिने जनाए ।

मकवानपुरको हेटौँडा उपमहानगरपालिका-११ स्थित थानाभ-याङस्थित हेटौँडा सबस्टेसनबाट इनरुवा सबस्टेनसम्म दुई सय ८८ किलोमिटर प्रसारण लाइनलाई दुई खण्डमा विभाजन गरी निर्माण सुरु गरिएको थियो । प्रसारण लाइनलाई हेटौँडा-ढल्केबर एक सय ३४ किलोमिटर र ढल्केबर-इनरुवा एक सय ५४ किलोमिटर दुई खण्डमा विभाजन गरिएको छ । हेटौँडा-ढल्केबर खण्ड निर्माणाधीन छ । रासस

बुटवल सुनचाँदी व्यवसायी संघ
बुटवल, रुपन्देही
मितिः २०८१/०३/११ को
सुनचाँदीको बजारभाउ
छापा सुन प्रति तोला : १,४२,८००
तेजावी सुन प्रति तोला : १,४२,१००
चांदी प्रति तोला :१,८४५

विद्यार्थीलाई पुष्पलालबारे बुझाइँदै

पाल्पा । पुष्पलाल स्मृति प्रतिष्ठान नेपालले विद्यार्थीसंग पुष्पलाल अन्तरक्रिया कार्यक्रम गरेको छ । प्रतिष्ठानले पुष्पलाको १००औं जन्मोत्सवको अवसरमा विद्यार्थीसंग पुष्पलाल कार्यक्रम गरेको । प्रतिष्ठानले जनता माध्यमिक विद्यालय कक्षा १२ मा अध्ययनरत विद्यार्थीहरुसंग पुष्पलालको जीवनी, व्यवहार, काम कर्तव्य जिम्मेवारी, राजनीतिक आन्दोलन तथा परिवर्तन तथा नेपालमा प्रजातन्त्र पुनरवहालीको लागि खेलेको भूमिका बारेमा जानकारी गराएको थियो ।

कार्यक्रममा जिल्ला समन्वय समितिका प्रमुख टंकनाथ खनालले पुष्पलाल एक परिवर्तनकारी नेपाली योद्धा भएको, सर्वहारा, श्रमजिवीहरुको नेतृत्व गर्ने सादा जीवन उच्च विचारका व्यक्ति रहेको बताए । समन्वय प्रमुख खनालले विद्यार्थीहरुले जिवन सफल बनाउन, देशलाई माया गर्न, देश विकासको भावना जागृत गर्ने पुष्पलाल, बीपी कोइराला जस्ता सादा जीवन उच्च विचारका व्यक्तिहरुको जीवनी दर्शनहरु अध्ययन गर्नुपर्नेमा जोड दिए ।

कार्यक्रममा प्रतिष्ठानका संरक्षक एवं तानसेन नगरपालिकाका पुर्व नगर प्रमुख अशोककुमार शाहीले पुष्पलालको जीवनी संर्घषका कथाहरु सबै व्यक्तिहरुले अध्ययन गर्नुपर्नेमा जोड दिए । युवा तथा विद्यार्थी वर्गले पुष्पलालको जीवनीबाट धेरै कुराहरु सिक्ने, देशप्रेमको भावना जागृत हुने, स्वदेशमा केही गर्नुपर्छ भन्ने भावनाको विकास हुने पूर्व नगर प्रमुख शाहीले बताए । अहिलेका युवा तथा विद्यार्थीहरुले राजनीतिक चेतनामा चासो दिनुपर्ने अन्यथा भोलीका दिनमा राजनीतिक नेतृत्व गर्ने युवा जमातको कमी हुने पूर्व नगर प्रमुख शाहीले जोड दिए ।

कार्यक्रममा जनता माविका व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष रामजी पोखरेलले व्यक्तिगत स्वार्थभन्दा माथि उठेर, सर्किण भावनाभन्दा माथि उठेर देश र जनताको हितमा काम गर्ने नेपाली क्रान्तिका अगुवा रहेकोले सबै विद्यार्थीहरुले पुष्पलालको जीवनी अध्ययन गर्नुपर्ने र असल कर्महरु आफ्नो व्यवहारमा लागु गर्नुपर्नेमा जोड दिए । अझैं पनि नेपालमा पुष्पलालले चाहेको व्यवस्था आए पनि नेतृत्व नआएकोले भोलीका दिनमा युवा वर्गबाट नै देशको नेतृत्व जन्मिने भएकोले पुष्पलालका विचारहरु विद्यार्थीहरुले अध्ययन गर्ने बानी बसाल्नु पर्नेमा अध्यक्ष पोखरेलले जोड दिए ।

कार्यक्रममा त्रिभुवन बहुमुखी क्याम्पसका सहायक क्याम्पस प्रमुख सन्तोष खनालले नेपालमा रहेका ठुला पार्टीहरु नै पुष्पलाल र बीपी कोइरालाको दर्शन विचार बाट नै संचालित भएकोले विद्यार्थीहरुले आफ्नो भविष्य राम्रो बनाउन पनि राजनितिक दर्शन विचार बुझ्नु पर्ने बताए । पुष्पलालले नेपाल तथा प्रजातान्त्रिक व्यवस्था ल्याउन खेलेको भूमिका, २००६ सालमा नेकपाको स्थापना, २०१५ सालको आम निर्वाचन, पञ्चायती शासन व्यवस्था हटाउन खेलेको भूमिका बारे सहायक क्याम्पस प्रमुख खनालले विद्यार्थीहरुलाई जानकारी गराए । कार्यक्रममा विद्यार्थी अञ्जु क्षेत्रीले पुष्पलालको जीवनी तथा संघर्षका कुराहरु राम्रोसंग जान्ने मौका पाएको बताइन । विद्यार्थीहरुलाई पुष्पलाल बीपी कोइराला जस्ता नेपालका महान नेताहरुको जीवन दर्शन आजकलका युवा तथा विद्यार्थीहरु जानकारी दिने सही समय भएकोले विद्यार्थीसंग पुष्पलाल कार्यक्रम गरिएको प्रतिष्ठानका अध्यक्ष गोविन्द भट्टराईले बताए । प्रतिष्ठानका उपाध्यक्ष गोपालप्रसाद बस्यालको स्वागत, सचिव गणेश ज्ञवाली सञ्चालन, अध्यक्ष गोविन्द भट्टराईको अध्यक्षतामा कार्यक्रम चलेको थियो । पुष्पलालको जन्म विसं १९८१ असार १५ मा भएको थियो भने २०३५ साल साउन ७ गते भारतको नयाँदिल्लीमा उपचारका क्रममा निधन भएको थियो ।

इस्मा गाउँपालिकाको अनुरोध

- स्वास्थ्यमा कुनै समस्या देखिए तुरुन्तै नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा जाँच गराउन जाऔं ।
- सबै बालबालिकालाई समयमै विद्यालय भर्ना गरी पहुँच सुनिश्चित गरौं ।
- जन्म, मृत्यु, बसाईसराई, विवाह दर्ता, सम्बन्ध विच्छेद जस्ता व्यक्तिगत घटना दर्ता समयमै गरौं ।
- मधुमेह, उच्च रक्तचाप र दमजस्ता स्वास्थ्य समस्याको नियमित चेकजाँच गरौं ।
- पानी उमालेर मात्र पिउने गरौं ।
- वन, वातावरण, वन्यजन्तु र सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गरौं ।
- आफ्नो गाउँ एवम् शहर बजार वरपरको वातावरण सफा राखौं ।
- सबैखालका विभेदको अन्त्य गरौं ।
- गाउँपालिकाको कार्यालयमा गई आफ्नो पसल, व्यवसाय दर्ता गरौं ।
- खुल्ला स्थानमा दिसापिसाव नगरौं, चर्पीमा मात्र दिसापिसाव गरौं ।

अनुरोधक :
दिनेश सारु — प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत
अधिवक्ता पार्वती कुँवर — उपाध्यक्ष
भगत सिंह खड्का — अध्यक्ष

इस्मा गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
गुल्मी, लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
तपाईको सहर बुटवल तथा लुम्बिनी अंचलमा आधुनिक जापानीय मेशिनद्वारा सेफ्टी टंकी ट्वाइलेटको रिङ भरिएमा १० मिनेटमा नै सफा गरिनेछ ।
- ट्वाइलेट, वाथरुम, किचन र नाली जाम भएमा हामीलाई सम्झनुहोस् ।
- लोडसेडिङ भएको बेलामा पनि अत्याधुनिक भ्याकुमद्वारा १० मिनेटमै सफ्टी टंकीको रिङ खाली गरिने छ ।

सुपथ मूल्यमा काम गर्ने र गराउन हामीलाई एक चोटी सेवा गर्ने मौका दिनुहोस
सम्पर्कः
सीताराम सफा सेनेटरी
भैरहवा
९८६१७८९२७५,९८००७६०६२२

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
के तपाईंको घरको शिट, नाली, जाम भयो भने चिन्ता नलिनुहोस र सेनेटरी जगतमै बढी क्षमता, अत्याधुनिक प्रविधि, पावर फ्ल रोटर भ्याकुम पम्प,बिजुली नचाहिने एक मात्र सेनेटरीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् । लोडसेडिङको बेला पनि सेवा दिइने छ ।
सम्पर्कः
तिनाउ सेनेटरी
बुटवल-१०, सुख्खानगर, रूपन्देही,
फोनः ९८५७०५८८१३,९८०७१८०८१३

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
सेफ्टी ट्याङ्की, भरिएर, शिरनाली जाम भएर समस्या परेको छ ?
हामी तपाईंको समस्या तुरुन्त ५ मिनेटमै हल गरी दिनेछौं ।
क्षेत्रः लुम्बिनी, भैरहवा, परासी, बुटवल मर्चवार
प्रो. रामशाह शाहानी

विशाल सेनेटरी
बर्मेलीटोल, भैरहवा
मो.9847324755,9804406297

प्रभातफेरीः
दाङको घोराहीमा अन्तर्राष्ट्रिय लागुऔषध दुरुपयोग तथा अवैध ओसारपसारविरुद्धको अन्तर्राष्ट्रिय दिवसको अवसरमा बुधबार बिहान निकालिएको प्रभातफेरी कार्यक्रमका सहभागीहरु । तस्विर : कुलदीप न्यौपाने /रासस

पाल्पाका स्थानीय तहको बजेट ६ अर्ब ९७ करोड ८५ लाख

पूर्वाधार र कृषिमा प्राथमिकता

कृष्ण पोखरेल
पाल्पा

पाल्पाका १० वटै स्थानीय तहले आगामी बर्षको लागी निति कार्यक्रम प्रस्तुत गरी ६ अर्व ९७ करोड ८५ लाख १९ हजार बराबरको अनुमानित बजेट ल्याएका छन् । पाल्पाका सबै स्थानीय तहले पूर्वाधार निर्माणलाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर बजेट ल्याएका छन् भने दोस्रो प्राथमिकतामा कृषिमा बजेट विनियोजन गरेका छन् । पाल्पाका १० वटा पालिकाहरु मध्ये तानसेन नगरपालिकाको मात्र चालुभन्दा पुँजीगत बजेट बढी रहेको छ । तानसेन नगरपालिकाले चालुमा ४७ प्रशितश र पुँजीगतमा ५३ प्रतिशत रकम आगामी वर्षको लागि विनियोजन गरेको छ भने अन्य ९ पालिकाहरुको चालु खर्च नै बजेटमा अत्याधिक रहेको छ ।

तानसेन नगरपालिकाकी उपप्रमुख प्रतिक्षा गाहा सिंजालीले आगामी आर्थिक वर्षका लागि १ अर्ब ७६ करोड ७६ लाख २० हजार बराबरको आयव्यय प्रस्तुत गरेकी छन् । जसमा चालुखर्चतर्फ ८४ करोड ७७ लाख ७ हजार र पुँजीगत खर्चतर्फ ९१ करोड ९९ लाख १३ हजारको बजेट नगरसभामा पेश गरेकी छन् । पाल्पा ढाका करुवाको प्रवर्द्धन, बजारीकरण तथा रोजगारी, पर्यटन विकास, शिक्षासँगै कृषि तथा पशु उत्पादन र पूर्वाधार विकासलाई नै प्राथकितामा राखेको बजेट ल्याएको उप-प्रमुख सिंजालीले बताइन ।

रामपुर नगरपालिकाले ७३ करोड ८५ लाख ४ हजार बराबरको बजेट सार्वजनिक गरेको छ। १५औं नगरसभामा उपप्रमुख बालकुमारी थापाले आगामी आर्थिक वर्षका लागि चालूतर्फ ५६ करोड ३१ लाख ४४ हजार र पुँजीगततर्फ १७ करोड ५३ लाख ६० हजार बराबरको बजेट प्रस्तुत गरेकी छन् । विनियोजन गरेको छ । बगनासकाली गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष हरिप्रसाद पाठकले आगामी आर्थिक वर्षका लागि ५६ करोड ९९ लाख २ हजार रुपैयाँको बजेट प्रस्तुत गरेका छन् । एक वडा एक उत्पादन, व्यवसायिक कृषि उत्पादन, खानेपानी, रैथानेवालीको प्रवद्धनसँगै वडा कार्यालयसम्म सडक कालोपत्रे योजनालाई प्राथमिकता दिएको अध्यक्ष सरस्वती चिदी दर्लामीले बताइन ।

तिनाउ गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष लालबहादुर थापाले आगामी वर्षका लागि ५२ करोड १९ हजार बराबरको बजेट पेस गरेका छन् । उपाध्यक्ष थापाले चालुतर्फ ३६ करोड ८६ लाख ६४ हजार र पुँजीगततर्फ १५ करोड १३ लाख ५५ हजार बराबरको बजेट पेश गरेका हुन् । शिक्षा, कृषि, पर्यटन तथा पूर्वाधार विकासमा बजेटमा प्राथमिकता दिएको अध्यक्ष प्रेम श्रेष्ठले बताए । माथागढी गाउँपालिकामा आगामी वर्षका लागि ५८ करोड ३५ लाख ९६ हजार बराबरको बजेट सार्वजनिक गरेका छ । उपाध्यक्ष विष्णुदेवी लुङ्चेले चालुतर्फ ३२ करोड ६७ लाख ९६ हजार र पुँजीगततर्फ २५ करोड ९८ लाख रुपयैयाँको बजेट पेस गरेकी हुन् ।

निस्दी गाउँपालिकाले ५९ करोड ९१ लाख ४२ हजारको बजेट पेश गरेको छ । उपाध्यक्ष तिरणकुमारी श्रेष्ठले चालुतर्फ ३५ करोड ५९ लाख ५० हजार र पुँजीगततर्फ २४ करोड ३१ लाख ९२ हजार पेस गरेकी हुन् । पालिकाको सबै वडा जोड्ने केम खाम्चा मार्ग स्तरउन्नति, पालिकाको प्रमुख प्रशासकीय भवन र १५ शैयाको अस्पताल पुरा गर्न, अदुवा तथा बेसार उत्पादन बढाउन, स्थानीय रैथाने उत्पादन बढाउने गरी बजेट विनियोजन भएको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत मदन अर्यालले बताए । रम्भा गाउँपालिकाले ४५ करोड ७२ लाख ३२ हजारको बजेट सार्वजनिक गरेको छ । उपाध्यक्ष राधाकुमारी श्रेष्ठले चालुतर्फ २९ करोड ७२ लाख ८ सय र पुँजीगततर्फ १६ करोड ३१ हजार २ सयको बजेट पेस गरेकी हुन् । रैनादेवी गाउँपालिकाले ७३ करोड १७ लाख ९७ हजारको बजेट प्रस्तुत गरेको छ। उपाध्यक्ष युवराज थापाले चालुतर्फ ५० करोड ४५ लाख ९४ हजार र पुँजीगततर्फ २२ करोड ७२ लाख ३ हजार रुपैयाँ बराबरको बजेट सार्वजनिक गरे। पालिकाले अन्तरजिल्ला जोड्ने सडकलाई पहिलो प्राथमिकता, पालिकालाई लसुन आत्मनिर्भर जस्ता कार्यक्रमहरुलाई बजेटमा प्राथमिकता दिएको अध्यक्ष रुक्माङ्गत भट्टराईले बताए ।

पूर्वखोला गाउँपालिकाले ४५ करोड ४७ लाख ८७ हजार बजेट पेस गरेको छ । उपाध्यक्ष भागिरथी भट्टराईले चालुतर्फ ३० करोड ८५ लाख ४ हजार र पुँजीगततर्फ १५ करोड २२ लाख ८३ हजार पेस गरेकी छन् । भौतिक पूर्वाधार, शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि क्षेत्रलाई प्राथमिक दिएर बजेट पेस गरिएको गाउँपालिकाका अध्यक्ष नुनबहादुर थापाले जानकारी दिए । रिब्दीकोट गाउँपालिकाले ५५ करोड ५९ लाख २० हजारको बजेट प्रस्तुत गरेको छ । उपाध्यक्ष कान्ता अधिकारीले चालुतर्फ ३४ करोड ९९ लाख २० हजार र पुँजीगततर्फ २० करोड ६० लाख रुपैयाको बजेट पेश गरेकी हुन् । गाउँपालिकाले कार्कीले कृषि, भौतिक पूर्वाधार, पर्यटन, शिक्षा स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिएर नीति तथा कार्यक्रम बजेट ल्याएको जनाएको छ ।

आबुधावीमा दुर्घटना हुँदा मृत्यु

बुटवल । संयुक्त अरब एमिरेट्स युएइको आबुधावीमा सडक दुर्घटनामा परी रुपन्देहीका एक युवाको ज्यान गएको छ ।

आइतबार सार्वजनिक बिदाको दिन राती आबुधावीको बनियास चाइन क्याम्प नजिक सडकमा बसको ठक्करबाट रुपन्देही गजेडी १ का ३५ वर्षीय तारानाथ चापागाईंको ज्यान गएको हो ।

चापागाईं पछिल्ललो साढे दुई वर्षयता आबुधावीमा रहेको सल्भ क्लिनिङ एलएलसी कम्पनीको इतिहाद रेल क्षेत्रमा सरसफाइ कामदारको रुपमा कार्यरत थिए ।

सार्वजनिक बिदाको दिन आइतबार साथीभाइ बसेर रमाइलो गरेको र आफूहरु बसोबास गर्ने मजदुर क्याम्प फर्किनेबेला सडकमा बसले ठक्कर दिँदा चापागाईंको ज्यान गएको उनीसँगै काम गर्दै आएका सहकर्मीहरुले बताए । सडक दुर्घटनामा परेर नेपालीको ज्यान गएको विषय कम्पनीले आबुधावीमा रहेको नेपाली दुतावासलाई समेत जानकारी गराइसकेको र शब नेपाल लैजान दुतावासले अनुमति प्रदान गरिसकेको दुतावासले जनाएको छ । घटनाबारे थप अनुसन्धान जारी रहेको स्थानीय प्रशासनलाई उद्दृत गर्दै दुतावासले उल्लेख गरेको छ ।

सो दुर्घटनामा परी अन्य नेपालीको हताहती भएकोबारे दुतावासलाई मंगलबारसम्म अधिकारिक जानकारी नआएको युएइका लागि श्रम काउन्सिलर दिनबन्धु सुवेदीले बताए ।

संक्रामक रोगबाट बचौं र बचाऔं ।

गर्मी मौसममा मलेरिया, कालाजार, डेंगु, हैजा लगायतका विभिन्न संक्रामक रोगहरु फैलिन सक्दछन्, त्यसैले
-संक्रामक रोग फैलाउने झिंगा, लामखुट्टे, भुसुना आदिको नियन्त्रण गरौं ।
-संक्रामक रोगबाट बच्न शुद्ध र उमालेको पानी पिऔं,
-बासी तथा सडेगलेको खानेकुरा नखाऔं,
-घरभित्र र वरपरको सरसफाईमा ध्यान दिऔं ।

लुम्बिनी प्रदेश सरकार
आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालय
राप्ती उपत्यका (देउखुरी), दाङ, नेपाल

हामी बोलेर मात्र होइन पुऱ्याएर छाड्छौं

तपाईको अत्यन्तै जरूरी चिठी एवं पार्सलहरू नेपाल लगायत भारत र विश्वका प्रमुख शहरहरूमा पठाउनु परेमा हामीलाई सम्झनुहोस् ।

सुपर काइनेटिक कुरियर्स सर्भिस
ट्राफिक चोक हिमालयन बैंकको साइड (सुर्य लाईफ इन्सोरेन्स भएको भवन) फोनः- ०७१५४२५७१

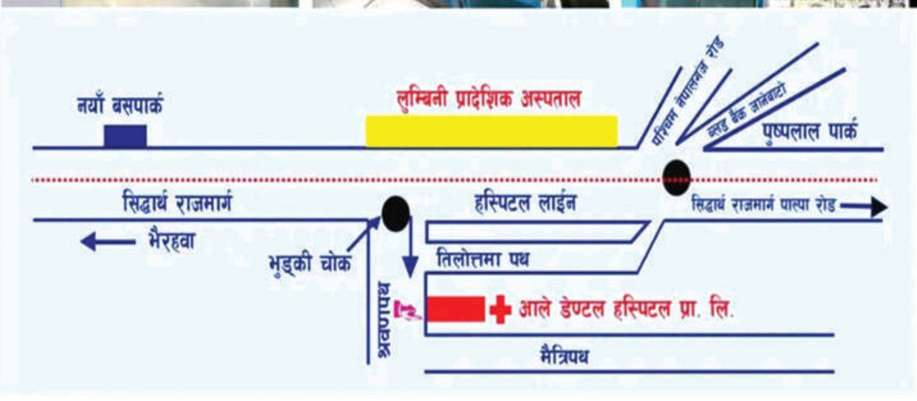
आकर्षक डिजाइन तथा छपाई
सबै किसिमका रंगिन तथा सादा डिजाइनका साथै सम्पूर्ण छपाईको लागि सधै हामीलाई सम्झनुहोस्

सम्पर्कः
आइडिया डिजाइनर्स/अफसेट प्रेस
बुटवल–७, पुरानो बसपार्क (सब्जीमण्डी पछाडि)
यातायात मजदूर संघको भवनमा
फोनः–०७१–५५०२९३
मो.९८५७०३५३८०,९८४७१२३९५७
E-mail:ideapressbtl@gmail.com

ट्वाइलेट सफा गराउनुहोस्
बुटवल सेनेटरी प्रा.लि.
९७४५४०५९७३, ९८०७४०९८५२
सेफ्टी टंकी, रिङ्ग सफा गर्नु परेमा तथा सेनेटरी सम्बन्धी कुनै पनि काम परेमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।

गगन सेनेटरी ९८६७०२१६१४, ९८१५४४७६४८
मनिषा सेनेटरी ९८५११९७९६६, ९८४७१२४१८५
शर्वेस सेनेटरी ९८४७०३९१४३, ९८५७०३४३८३
गगन सेनेटरी (२) ९८०४४१३२८७, ९८१२९८६३१७
रियुस सेनेटरी ९८११४२८७३०
रेसुङ्गा सेनेटरी/रेसुङ्गा वाटर सप्लायर्स ९८५७०५७०७०

नेपाल सरकारद्वारा मान्यता प्राप्त पश्चिम नेपालकै पहिलो बहु विशेषज्ञ दन्त अस्पताल
आले डेण्टल हस्पिटल प्रा. लि.
श्रवणपथ, बुटवल-६, रूपन्देही, नेपाल (भुड्कीचोक देखि ५० मिटर पूर्व)
071-530108, 532544 dentalhospitalale@gmail.com www.aledentalhospital.com
दाँत, मुख तथा गिजा उपचार केन्द्र



"Healthy Smile, Happy Life" Our Location "स्वस्थ मुस्कान, खुशी जीवन"

सिद्धार्थ पब्लिकेशन (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित दैनिक लुम्बिनीको लागि अध्यक्षः मोहन चापागाईं, सल्लाहकारः एम.बी. विश्वकर्मा, प्रबन्ध सञ्चालकः महेश रिजाल, सम्पादकः शेरबहादुर केसी
प्रधान कार्यालयः बुटवल-११, माझगाउँ, रूपन्देही, लुम्बिनी प्रदेश नेपाल, फोन : ०७१-५३०६४०, ५३७६४० इमेलः dainiklumbiniadd@gmail.com (Advt), lumbininews@gmail.com (News) मुख्य शाखा कार्यालय भैरहवा, फोनः ०७१-५७२२६७ वेबसाइडः www.lumbinipatrika.com