झुलेनी पोष्ट

www.jhulenipost.com

साप्ताहिक

वर्ष ८, अंक ४३, २०७९ असार ७ मंगलवार (Jhuleni Post Weekly) 21 Jun 2022 पृष्ठ ८, मुल्य रु. २०

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक

विज्ञापन प्रकाशनका लागि सम्पर्क

०८६-५९०४३६

कार्यालय : प्यूठान न.पा.-४, विजुवार

Email : jhulenipyuthan@gmail.com

स्थानीय सरकार मुखदर्शक

मिलोमतोमा गुणस्तरहिन काम

झुलेनी पोष्ट

प्यूठान

प्यूठान नगरपालिका ७ डल्लेमा उपभोक्ता समिति मार्फत ऐतिहासीक डल्ले सराय नाँच लगाउने क्षेत्रमा भइरहेको काम गुणस्तरीय नभएको गुनासो आएको छ । लुम्बिनी प्रदेश सरकार अन्तर्गत पर्यटन कार्यालय कोहोलपुर बांके मार्फत ६५ लाख खर्च गर्नेगरि उभोक्ता समिति मार्फत भइरहेको काम गुणस्तरीय नभएको गुनासो स्थानीयले गरेका हुन् ।

सूरुमा प्यूठान नगरपालिका-४, भित्रीकोटमा खसआर्य संग्रालय निर्माण गर्ने भनेर विनियोजन भएको बजेटको काम डल्ले क्षेत्रमा गर्न लागिएको छ । भित्रीकोटमा हुने काम अन्यत्र गर्न थालेको भन्दै भित्रीकोट क्षेत्रका स्थानीयको समेत गुनासो छ । काम गर्दा लापरबाही भइरहेको स्थानीयले गुनासो गर्दा सरोकारवाला निकाय मुखदर्शन बनेको भन्दै मिलोमतो आशंका स्थानीयले गरेका छन् । वडा कार्यालय नगरपालिकाले आफ्नो क्षेत्रमा काम भइरहँदा देखे/नदेखेझैं गरेका छन् । जबकि त्यही क्षेत्रको बाटो हुँदै हरेक दिन प्रहरी, प्रशासन र स्थानीय सरकार का प्रतिनिधि ओहोरदोहोर गर्ने गर्दछन् ।

खोलाको पाकोमाटो मिसीएको बालुवा प्रयोग गरिएको छ । 'मात्रा भन्दा कम सिमेन्ट राखेर काम भइरहेको छ,' एक स्थानीयले भने, 'यसले गर्दा निर्माणकै चरणमा लगाउँदै गरेका वालहरु चर्कन थालेका छन् ।' जुनकाम गर्दा धेरै कमाउन सकिन्छ त्यही काम स्टिमेट गरेर काम गर्न थालिएको छ । आवश्यक नै नभएको स्थानमा मेसिनरी वाल लगाउन थालिएको अर्का स्थानीयले गुनासो गरे ।

डल्ले सराय नाच नाच्ने मुख्य मौलो रहेको क्षेत्रमा पनि आवश्यकतानै नभएको स्थानमा ढलान गर्न थालिएको छ । उभोक्ता समिति को-को हुन ?, लागत कति हो ? भन्ने कुरा पनि सार्वजनिक गरिएको छैन । निर्माण स्थलमा होडिङबोर्ड समेत राखीएको छैन् । डल्ले सरायँ नाच नाँच्ने स्थानमा आरसिसी ढलान गरेर मार्वल राख्न थालिएको कुरा डल्ले सरायँ नाँच्नेहरुलाई मन परेको छैन । घाँसे मैदानमा सहजै नाँच्न मिल्ने ठाउँमा मार्वल बिच्छाउँदा तरवार नाँच्नेहरुमा लडेर दुर्घटना हुने जोखिम छ। उपभोक्ता समिति मार्फत भएको कामको रेखदेख गर्न आफू विरामी परेका कारण पुग्न नसकेको पर्यटन कार्यालय बांकेका प्रमुख माधब शर्माले जानकारी गराए ।

'यस विषयमा इन्जिनियरलाई बुझ्न लगाएको छु,' उनले भने, 'काम राम्रो नभएको भए रोक्न लगाउने छु ।' समिति मार्फत नै यहीकै पून्यखोलाको ऐतिहासीक ठूलो पोखरी मर्मतको पनि काम भइरहेको छ । जहाँ गत वर्ष सहरी विकास तथा भवन डिभिजन कार्यालय दाङ मार्फत मर्मतको काम भएको थियो । त्यो काम एक वर्ष भित्रमै जिर्ण भइसकेको छ ।

जीवनको रङ्ग

बाख्रापालनमा जमेका वृद्ध दम्पत्ति

झुलेनी पोष्ट

प्यूठान

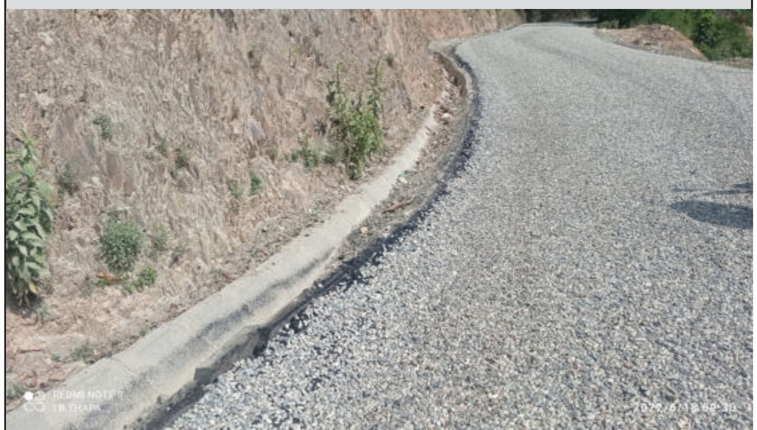
अर्खा-गाउँदेखि टाढा जंगलमा बाख्रा लिएर पाल्ने परिवार पहिले धेरै थिए । हिजोआज यसरी बाख्रा पाल्न धेरैले छाडिसके । तर, गौमुखी गाउपालिका २ का ७० वर्षिय छवीलाल र उनीकी ६९ वर्षिय श्रीमती नर्मता घर्तिले परम्परागत रुपमा जंगलमा छाप्रो बनाएर बाख्रा पाल्ने व्यबसायलाई निरन्तरता दिएका छन् ।

'पहिले यसरी बाख्रा पाल्ने धेरै थियौ', छबिलालले भने, -'अहिले सबैले छाडिसके ।' अर्खा १, का दुई परिवार मात्र जंगलमा छाप्रो बनाएर बाख्रा पाल्ने गरेको बताए । उनले घना जंगलको बिचमा एउटा छाप्रो बनाएर ५० वटा बाख्रा पालेका छन् । बाख्रा हेरचाहको काम तीन वटा कुकुरले पनि गर्छन् । गाउँदेखि ४ घन्टा टाढा बाग्लुङ ढोरपाटन क्षेत्रको जंगल सिमानामा उनको बाख्रा पाल्ने छाप्रो छ । एकान्त जंगलमा दुई बृद्ध दम्पति मात्र बस्छन् ।

'जंगलमा बस्न बानी परिसक्यो । दिनभर बाख्रा चराउन जंगल चाहार्दा निकै रमाइलो हुन्छ', छबिलालले भने, 'बाख्रा नपालेर के गर्नु । अरु केहि गर्न जानिएको छैन् ।' उनीहरुको परिवारमा दम्पत्ति मात्र छैनन् । तीन छोरा बुहारी नातीनातीना गरि १५ जनाको परिवार छ । दुई भाई छोरा एकल भएको र आफुहरु कान्छो छोरासंग रहेको नर्मताले बताइन् । तर बुहारी ना-नातिना गाउँमा भैंसीपालेर बसेका छन् । उनीहरु बाख्रा पालेर जंगलमा छन् । चामल, आटो पिठो, नुन तेल सकिदा १५, १५ दिनको अन्तरमा बुहारीले ल्याइदिने गर्छिन । सबै परिवारको भेट वर्षको १ पटक दसैमा मात्र हुने गरेको उनीहरु बताउँछन् । बाख्रा पालनमै रमाएका दुई बृद्ध दम्पत्तिलाई सर कारले केहि वर्षअघि गौमुखी क्षेत्रको जंगल क्षेत्र समेटेर गौमुखि संरक्षण क्षेत्र बनाएकाले बाख्रा पाल्न पाइदैन की भन्ने पिरलोले सताएको छ ।

हाम्रो नजर

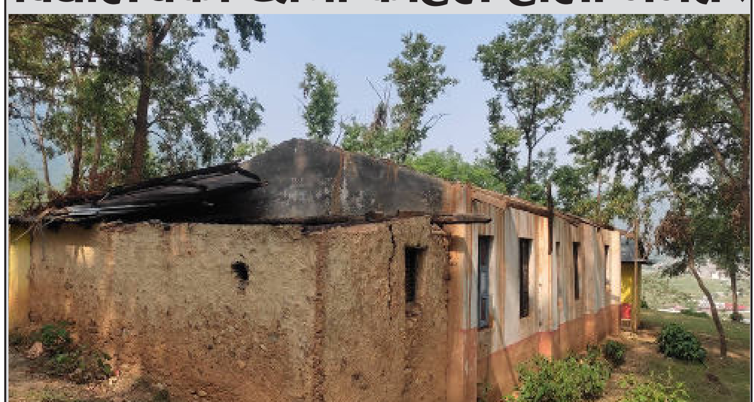
चेरनेटा सडकमा बनेको नालीले थेग्ला, वर्षातको भेल ?



ऐरावती गाउँपालिकाको केन्द्र बरौला पुग्ने मुख्य सडक चेरनेटा-बरौला सडकमा निर्माण भएको नालीले पानीको भेल थेग्न नसक्ने स्थानीयले गुनासो गरेका छन् । प्रदेश सरकारको बजेटमा सडक पूर्वाधार विकास कार्यालय प्यूठान मार्फत ठेक्का भएर (डिविएसडी) कालोपत्रे गर्न थालिएको सडकमा एसियन (कन्कृट) नवलपरासीको रेडिमेट (प्रिकास्ट) नाली प्रयोग गरिएको छ । प्रदेश सरकार भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालयले डिजाइन गरेर मिलोमतोमा राखिएको नाली राम्रो र स्थानीय आवश्यता बमोजिमको नभएको स्थानीयले आरोप लगाएका छन् । पहाडी भू-भागमा तराइमा जस्तो सानो नालीले बर्खामा आउने भेललाई थेग्न नसक्ने स्थानीय दलबहादुर थापाले बताए । उनले नाली निर्माणकै चरणमा साँगुरो देखिएको गुनासो गरे ।

मन्त्रालयले नै डिजाइन गरेको नाली प्रयोग गरिएको सडक पूर्वाधार विकास कार्यालय प्यूठानका निमित्त प्रमुख चन्द्र शाहले बताए । उनले नालीको विषयमा स्थानीयले गरेको गुनासोलाई मन्त्रालयमा राखेको बताए । चेरनेटादेखि १०.५ किलोमिटर सडक कालोपत्रे गर्नको लागि जलजला/आँशु/जयमा जेभि निर्माण कम्पनीले ८ करोड, ८ लाख, ६९ हजार ७ सय ३४ रुपैयाँमा निर्माणको ठेक्का लिएको छ । सडकको भौतिक प्रगती ६० प्रतिशत भएको कार्यालयले जनाएको छ ।

विद्यालयको छाना कहिले होला मर्मत !



प्यूठान नगरपालिका-४, बाँजाबारी स्थित सरस्वती प्राथमिक विद्यालयको हाबाहुरीले छाना उडाएको झन्डै एक महिना भयो, अझै कतै बाट मर्मत भएको छैन । विद्यार्थीहरु यो चर्को गर्मीमा खुल्ला आकास मुनि पठनपाठन गर्न बाध्य छन् । यसमा सरोकारवाला निकाएको ध्यान पुग्न सकेको छैन ।

प्यूठान नगरपालिकाको प्रशासकीय भवनबाट यो विद्यालय नजिकै देखिन्छ । विद्यालय भवनको नांगो छानाले सिंहदरबारको झल्को दिने नगरपालिकाको प्रशासकीय भवनमा बस्ने प्रतिनिधिहरुलाई गिज्याइरहेको छ । असार लाग्दै गर्दा अब मनसुनी वर्षा सुरु हुने समयमा विद्यालय मर्मत गर्न प्यूठान नगरपालिकाको अझै चासो देखिएको छैन । विद्यालयको अवस्था बारे नगरपालिकामा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, मेयर, उपमेयर लाई जानकारी गराएको विद्यालयका प्रधानाध्यापकले जनाकारी दिएका छन् । तर, अझैसम्म मर्मतमा कसैको ध्यान पुगेको छैन ।

नगरपालिकामा वातावरण तथा विपद् व्ययवस्थापन शाखा छ । त्यसको पनि नजर गएको छैन । भविश्यका कर्णधार विद्यार्थीले पठनपाठन गर्ने पवित्र स्थल विद्यालयमा आपतकालिन रुपमा भएको क्षतिमा स्थानीय सरकारको ध्यान पुगोस् ।

झुलेनी पोष्ट
सम्पादकीय....

जग्गा रोक्काको अन्यौल छिटो हट्नु पर्छ

जग्गा धितो राखेर बैंक तथा वित्तीय संस्थाबाट लिने ऋण बन्द भएको छ । कृषि र गैर कृषि क्षेत्रका रुपमा जग्गा वर्गीकरण नगरिएको जग्गा मालपोत कार्यालयले रोक्का गर्न नमानेपछि ग्राहकले जग्गा धितोमा ऋण लिनबाट बन्चित भएका हुन् ।

भूमि व्यवस्था तथा सहकारी गरिबी निवारण मन्त्रालयले मन्त्रि परिषद्को निर्णयअनुसार राष्ट्रिय भूमि आयोग, भूमि व्यवस्थापन तथा अभिलेख विभाग र नापी विभागलाई पत्राचार गर्दै चार किल्ला खुलाई कृषि क्षेत्र नतोकेसम्म जग्गाको कारोबार नगर्न निर्देशन दिएपछि यो सेवा बन्द भएको हो । खेती योग्य जग्गा वा गैर कृषि क्षेत्र निर्धारण गर्ने प्रयोजनाका लागि स्थानीय भूउपयोग परिषदले भूउपयोग ऐन २०७६ र भूउपयोग नियमावली २०७९ ले तोकेको मापदण्डका आधारमा कृषि क्षेत्र र गैरकृषि क्षेत्र वर्गीकरण गर्नेपर्ने मन्त्रालयले भनेको छ । सोहि अनुसार मात्र स्थानीय तहले कित्ताकाट प्रयोजनाका लागि सिफारिस गर्नुपर्नेछ भनेको छ ।

मालपोत कार्यालयले जग्गा रोक्का गर्न नमाने पछि धेरै सेवाग्रहीले दुःख पाएका छन् । स्थानीय तहबाट जग्गाको वर्गीकरण नगरेसम्म कार्यालयले जग्गा रोक्का राख्न नमिल्ने भनेकाले स्थानीय तहले चाडोभन्दा चाडो जग्गाको बर्गीकरण गर्नमा ध्यान पुऱ्याउन जरुरी छ ।

मेरो मुलुक : कृषकलाई दण्ड, वृद्धलाई भत्ता, जवानको विदेश निकासी

स्वयम्भूनाथ कार्की

कृषि पेशा र कृषकहरूको अवमूल्यन गर्ने र गैरकृषि पेशालाई महिमामण्डित गर्ने राजनैतिक चलनले सत्ता-सुख प्राप्त गर्न नेताहरूलाई सहायता होला । मुलुकलाई आर्थिक, सामाजिक दास बनाउन खोज्ने विदेशी शक्तिले सञ्चालन गरेको गैससबाट केही हजारले राम्रो धन कुम्ल्याउन पाउलान् । तर, यस कार्यले उनै नेता, नागरिक अगुवाहरूका आफन्त पनि पीडित हुन्छन् ।

किसानले धरतीको छाती पगारेर सारालाई जीवन धान्न आवश्यक पर्ने खाद्य-सामाग्री जुटाइदिन्छ। पृथ्वी, आकाश, तेज, वायु र जल पञ्चमहाभूतलाई आफ्नो हिम्मत, मिहेनत, कौशलले उपासना गरेर किसानले नवसृजना गर्छ । किसानले गर्ने सृजनामध्येको कुनै पनि बस्तु कारखानामा उत्पादन हुँदैन, प्रविधिले प्रयोगशालामा बनाउन सकिँदैन । किसानले उब्जाएको अन्न अरूले अनेकौं रूपमा परिवर्तन त गर्न सक्छन् तर त्यही अन्नचाहिँ बनाउन सक्दैनन् । त्यसैले कृषिकर्म सबै कर्मभन्दा आदरणीय अनि कृषक अरुभन्दा सम्मानित हुनुपर्ने हो । तर सबैभन्दा अपहेलित पेशा नै कृषि र, सबैको तारो कृषक नै भएका छन् । कुन बेला के कुरामा दण्ड पाइने हो भनेर कृषक हमेसा त्रसित रहन्छन् । मल बिउ आपूर्ति गर्न अक्षम सरकार जमिन बाँझो भएमा जरिवाना गर्ने भन्छ बेला-बेलामा !

श्रम बेचेर जीवनयापन गर्ने श्रमिकहरू, व्यापारीहरू हुन् वा कच्चा पदार्थ प्रशोधन उत्पादन गर्ने उद्योगी- कृषिपछिका महत्वपूर्ण पेशा हुन् । निजीक्षेत्र वा सरकारी क्षेत्रसँग सम्बन्धित यावत पेशाहरू पनि कृषिपेशा भन्दा उपल्ला हैनन् । यसै गरेर खुम्चामा सामान लिएर दैलो-दैलो चाहार्ने फेरीवाला वा वातानुकुलित कार्यालयमा बसेर करोडौं/अर्बौंको कारोबार गर्ने सबै व्यापारी नै हुन् । फलाम पिटेर कृषकका ज्यावल बनाउने सानो आरन थाप्ने वा हजारौंलाई रोजगारी दिने ठुल्ठूला उद्योग-सञ्चालक उद्योगी नै हुन् । केवल मात्रा र कमाइको फरक हो । यी सबैको प्राण तथा पेशाको आधार कृषकका उत्पादन हुन् । कृषिबाहेक अन्य पेशामा जो ठूलो मात्रामा काम गर्दछ वा जसको कमाइ धेरै छ उ प्रतिष्ठित मानिन्छ !

अन्य बस्तु वा सेवा उपभोग गर्नेहरूको खल्तीबाट निकालेर सरकारलाई बुझाउनु पर्ने कर बुझाएबापत उ ठुलो करदाता भनेर सम्मान खोज्छ र पाउँछ पनि । तर त्यो कर उसले तिरेको नभइ उसले अन्यबाट उठाएर बुझाएको कुरा भने गौण हुन्छ । पेशाकर्मी भएर सर्वसाधारण भन्दा ज्यादाको हैसियत खोज्नै पर्दैन- त्यसै पाइन्छ, केवल ओहदा अथवा पहुँच ठुलो हुनु पऱ्यो । ठूला व्यापारी वा उद्योगीहरू त समानान्तर सरकार नै चलाउँछन् निजी क्षेत्रको नाममा । तर, वास्तवमा जसले सबैको निमित्त दाना (खाना) जमिनको छाती चिरेर उत्पादन गर्दछ, जसले मान्छे मात्र होइन मान्छेका नजिक रहने जीवहरूको पनि पेट भर्दछ त्यो किसानलाई हमेसा तुच्छ व्यवहार हुन्छ । उच्चपदस्थ कर्मचारीहरू, ठुला व्यापारीहरू अनि ठुला उद्योगीहरू भने हमेसा अतिरिक्त सम्मान र सुविधाका हकदार ठहरिन्छन् ।

एघारबिघे (एक बिगाहामा बहत्तर हजार नौ सय वर्ग फुट हुन्छ) नियम लागु भएपछि कुनै किसान ठुलो रहने त कुरै भएन । यो क्षेत्रफल एक मझ्यौला उद्योगले आफ्नो परिसरको निमित्त चर्चेको क्षेत्रफलको हाराहारीमा हुन्छ । त्यस्तै ठुला व्यापारीले विभिन्न स्थानमा गोदाम तथा कारोबारस्थलको रूपमा चर्चेको जमिनको एउटा किसानले खेती गर्न राख्ने अनुमति पाएको कुल क्षेत्रफल भन्दा धेरै हुन्छ । अझ मुख्य सडक बनाउने हो भने करिव दुई किलोमिटरमै त्यो एघार बिगाहको क्षेत्रफल सीमित हुन्छ । उत्पादनको मुख्य पेशा 'कृषि'माथिको यो विभेदले प्रतिएकाई उत्पादन घटेको घट्यै छ । विदेशबाट आयात गरेको रसायनिक मल, वर्णशंकर बिउ, विदेशी जोत्ने साधन अनि त्यो साधन चलाउने विदेशी इन्धनले उत्पादनको ठुलो हिस्सा किसानको हातमा रहँदैन ।

कृषि पेशा र कृषकहरूको अवमूल्यन गर्ने र गैरकृषि पेशालाई महिमामण्डित गर्ने राजनैतिक चलनले सत्ता-सुख प्राप्त गर्न नेताहरूलाई सहायता होला । मुलुकलाई आर्थिक, सामाजिक दास बनाउन खोज्ने विदेशी शक्तिले सञ्चालन गरेको गैससबाट केही हजारले राम्रो धन कुम्ल्याउन पाउलान् । तर, यस कार्यले उनै नेता, नागरिक अगुवाहरूका आफन्त पनि पीडित हुन्छन् । उन्नति र अग्रगमनका नाममा मुलुक विकसित मुलुकका निमित्त मजदूर पैदा गर्ने कारखाना बनाउन परिवर्तनका नेतृत्व सफल भएका छन् । नेपाल तीव्र गतिले अशक्त बुढाबुढी तथा अबोध केटाकेटी मात्र बस्ने मुलुकमा रुपान्तरण हुँदै गएको छ । त्यसैले सम्पुर्ण राजनीति वृद्धभत्तामा टिकेको छ, शक्ति छउन्जेल विदेशमा मजदूरी छँदैछ । लाजै पचाएर रेमिट्यान्सले मुलुक धानेको छ भनेर गर्व गर्न नेपालका नेताहरू पछि पर्दैनन् ।

गोर्खा सैनिकको रूपमा नेपाली पाखुरी विदेशमा पठाउनु विगतका शासकहरूको अपराध थियो भनेर कुर्लिने राजनेताहरू आज आफैं नेपालीलाई निकृष्ट श्रम गर्न भत्भती तातेको खाडी मुलुक पठाउँदैछन् । आठ घण्टा काम, आठ घण्टा आराम र आठ घण्टा मनोरञ्जन भनेर मुलुकमा आफ्नो काम गर्न नदिनेहरू महिनामा चार दिन अनिवार्य ओभरटाइम र दिनमा चार घण्टा अनिवार्य अतिरिक्त श्रमलाई सुविधाको नाम दिएर वैदेशिक राजगारीको नाममा नागरिकलाई श्रमशिविर हुल्दैछन् । मुलुकमा भने जबर्जस्ती बन्द गराएर अत्यन्त कठिन श्रम गर्न नागरिक विदेश पठाएर मख्ख छन् ।

मुलुकको मुख्य पेशा कृषि र त्यसमा लाग्ने कृषकलाई अपराधीसरह व्यवहार गरेर कुन मालिकको भक्ति गर्रिदै छ यो कुरा मनन गर्न आवश्यक छ । मुलुकको उत्पादन वृद्धि गर्ने प्रयत्नलाई निस्तेज बनाइ नेपालीहरूलाई तातेको बालुवामा जोताएर त्यसबाट प्राप्त रेमिट्यान्सको सहारामा वातानुकुलित बासस्थान र वातानुकुलित बाहनमा सुविधासम्पन्न रिसोर्टमा गर्ने मोजलाई 'जनताको चिन्ता गरेको' विशेषण दिने चलन नेपालको नौलो संस्कृति हो । बचेखुचेका नागरिकलाई थाम्नै नसक्ने करको बोझ बोकाएर गरिने मोज र त्यस मोजलाई वैधानिकता दिने शासनप्रणाली अब नागरिकले अनन्त कालसम्म सहनैपर्ने भएको छ !

घटना र विचार

सडक डिभिजन कार्यालय जस्पुर प्यूठानको सुचना

१) सडक अतिक्रमण नगरौं, जिम्मेवार नागरिक बनौं ।
२) सडक अतिक्रमण गरी बनाइएका घर टहरा तथा संरचना तत्काल हटाऔं ।
३) सडकमा फोहोर नगरौं, निर्माण सम्बन्धी राखीएका सामग्री यथाशिघ्र हटाऔं ।
४) सडक क्षेत्रमा खाल्डो नखनौं, बिग्रिए मर्मत संभार गरौं, कार्यालयलाई खबर गरौं ।
५) सडक आसपास क्षेत्रमा ढुंगा, बालुवा, गिट्टी, ननिकालौं।
६) सडक क्षेत्रमा डम्पिङ नगरौं, घर बनाउँदा सडक कार्यालयले तोकेको दुरी कायम गरी निर्माण गरौं ।
७) सडक तोडफोड गरे वा बिगारेमा सडक ऐन अनुसार कारवाही हुनेछ ।

विस्तृत जानकारीका लागि सडक डिभिजन कार्यालय जस्पुरमा सम्पर्क गरौं ।

अनुरोधक :
सडक डिभिजन कार्यालय जस्पुर, प्यूठान ।

झुलेनी युनाईटेड नेटवर्क प्रा.लि. प्यूठानद्वारा प्रकाशित समाचारमूलक पत्रिका
झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक

यसरी चिनौं फोहरभित्रको 'ब्युटी'

रविन्द्रप्रसाद ढकाल

एउटा निस्कर्षमा पुगेर भन्ने हो भने यो देशमा फोहरको व्यवस्थापन भएको छैन । हामीले फोहरलाई एक ठाउँमा लगेर थन्क्याएका छौं, पोलेका छौं, गाडेका छौं, खोलामा लगेर बगाएका छौं वास्तवमा यो फोहर व्यवस्थापनको विधि होइन । अर्को कुरा जसलाई हामीले फोहर भनिराखेका छौं त्यस भित्रको मूल्य बुझिरहेका छैनौं । फोहर भन्ने शब्दले पनि नकारात्मक सन्देश दिइरहेको छ । हामीले फोहर भित्रको सुन्दरता खोज्ने, खोतल्ने र त्यसलाई निकाल्ने हिसाबले कहिले पनि नसोचेको हुनाले देशभरिको कुरा गर्दा कहीं पनि व्यवस्थापन भएको छैन । हुँदै नभएको होइन, कसैले केही सकारात्मक प्रयास गरेका छन् र गर्नुपर्छ भन्ने देशव्यापी आवाज सुनिन्छ । तर, वास्तवमा फोहरलाई देशव्यापी रुपमा फोहर तथा नचाहिने वस्तुको रुपमा मात्र चित्रित गरिएको छ । अर्को कुरा व्यवस्थापन पनि गरिएको छैन भन्न हिचकिचाउनुपर्ने अवस्था छैन ।

सिसडोललाई दुई वर्षको ल्याण्डफिल साइटको क्षमतासहित विकास गरिएको थियो सुरुमा । बीसौं वर्ष भइसक्दा पनि त्यसैमा थप्दै थप्दै र चाङ लगाउँदै गइरहेका छौं । त्यसले ल्याण्डफिलिङ गर्ने उद्देश्यले आफ्नो क्षमताभन्दा बाहिर गएको हुनाले त्यसका थुप्रै नकारात्मक असरहरु परेको हामीले देख्यौं । अर्को भनेको फोहरको पहाड बनेको छ जुन कुन दिन पहिरो जान्छ र त्यसलाई कसरी स्थिर बनाउनुपर्छ भन्ने छ । अर्को भनेको त्यही बाटो भएर गाडीहरु गुडिरहेका छन् तिनलाई सधैं गुड्ने राम्रो बाटो बनाइदिनुपर्ने देखिन्छ । जब हामी बालाजु छोडेर भित्र पस्न थाल्छौं त्यसपछि केही न केही गन्ध आउँछ यसको अर्थ सिसडोल अथवा त्यहाँबाट निस्किएका फोहरहरु जब वायुमण्डलमा छिर्दै जान्छ र पश्चिम तिरबाट आएको हावाले काठमाण्डौ छिराउँदै गर्छ । यस कारणले दूषित हावा काठमाण्डौको बस्तीसम्म आइपुगेको अवस्थामा त्यहाँका मान्छेलाई कस्तो भएको होला हामीले विचार गर्नुपर्नेछ ।

अर्को भयावह स्थिति भनेको कुहिने फोहरलाई जब हामीले त्यहाँ राखेर बन्द गर्छौं बिस्तारै कुहिन थाल्छ । तापक्रम जब बढ्दै जान्छ त्यसबाट केही तरल पदार्थ निस्कन थाल्छ त्यसमा धातु हुनसक्छ, अर्गानिक पोलुट्यान्ट हुनसक्छ । त्यस्तै अरु थुप्रै अर्ग्यानिक, इनअर्गानिक मिश्रणको रुपमा निस्किएको जुन लेदो छ त्यसले पानीलाई प्रदुषित बनाएको छ । जसलाई लिचेड भनिन्छ तर, अहिले त्यसलाई लिच्चड पनि भन्न थालिएछ । त्यसलाई शुद्धीकरण गर्ने र सफा बनाएर खोलामा हाल्नुपर्ने साटो सिधै खोलामा पठाइएको छ । सिसडोलमा पहिले हामीले पोखरी पनि देख्यौं, पाइप गाडेका ठाउँ पनि देख्यौं, पाइपबाट निस्केको ग्यासको नास्टबाट केही नाप जाँच पनि गरेका थियौं । तर, अहिले त्यस्ता चिज केही पनि देखिँदैन । सिसडोलले आफ्नो धान्न सक्ने क्षमताभन्दा बढी भइसकेको कारणले सिसडोललाई बन्द गर्नुको विकल्प छैन । यो भनेको सामान्य देखिएको कुराको निष्कर्ष हो । अर्को भनेको लिचेडलाई खोलामा मिसाउनुपर्ने हुन्छ । साथै गन्धलाई नियन्त्रण गर्नको लागि क्यापिङ अथवा ट्यापिङ गरेर त्यसलाई रोक्नुपर्ने हुन्छ । साथै फोहर लैजाने गाडीलाई सहज ढङ्गले लैजान नदिने हो भने बस्तीसम्म रोकिएका दुर्गन्धित गाडीले धेरै बासिन्दालाई पनि प्रभावित पारेको हुनाले जाने /आउने बाटो सहजीकरण गर्नुपर्ने तत्कालको आवश्यकता हो ।

अब सिसडोलमा फोहर लगेर फाल्नु खतरनाक मात्र नभएर जोखिमयुक्त काम पनि हो । भोलि त्यहाँ जुन अहिले ग्यास निस्किरहेको छ त्यो एकैचोटी पहिरोको रुपमा गयो भने त्यहाँ रहेको मिथेन ग्यास एकैपटक बाहिर आउन सक्छ जसले गर्दा ठूलो दुर्घटना निम्त्याउन सक्ने सम्भावना पनि उत्तिकै छ । अब यसलाई हेलचेक्र्याइँ गरेर पर्ख र हेर भनेर जाने बेला अहिले हामीसँग छैन । हामी सबै मिलेर सिसडोललाई व्यवस्थापन गरेर बञ्चरेडाँडामा सर्नु मात्रै एउटा मात्र हतियार हो भन्ने लाग्छ ।

सिसडोलबाट सिकेर बञ्चरेडाँडा व्यवस्थापन

बञ्चरेमा पनि हामीले मुख्य रुपमा लिचेडहरु तल थिग्रिएर बस्न सक्छन् त्यसकारण त्यसलाई तलबाट प्लास्टिकले तलबाट छोपेर राख्यौं भने माटोमा अथवा अक्वेटिक लाइफमा पुग्न सक्दैन हामी त्यसलाई जोगाउँछौं । पछि त्यसलाई हामी कुनै न कुनै ठाउँमा बोण्डमा लगेर सङ्कलन गर्न सक्छौं । अहिले पनि हामीले के देखिराखेका छौं भने सिधै फोहर लगेर थन्क्याउने काम गरिराखिएको छ । त्यसलाई सकिन्छ भने त्यहाँभन्दा तल अलि बलिया प्लास्टिक ओच्छ्याएर मात्र राखेको खण्डमा तिनीहरुले मात्र केही न केही मात्रामा लिचिङ हुनबाट जोगाउँछ । त्यसरी थप्दै जाने गर्नुपर्छ । जति हामीले फोहर थप्दै जान्छौं त्यसलाई व्यवस्थापन गर्दै निस्किएको मिथेन ग्यासलाई पाइपबाट सङ्कलन गरेर बाहिर निकालेर बाल्ने गर्नुपर्छ । अर्को महत्त्वपूर्ण कुरा भनेको व्यवस्थापन नै हो । जुन परिणाममा गएर हामीले ल्याण्ड फिलिङ गरिरहेका छौं यो आवश्यक छैन, गर्नुहुँदैन । यसका वैज्ञानिक विधिहरु नअपनाइएको कारणले सिसडोलमा जुन समस्या आएको छ कुहिने फोहरलाई त्यहाँ लगेर विर्सजन गर्नु नै प्रत्युत्पादक हो । त्यसलाई अर्कै तरिकाले विसर्जन गर्नुपर्ने हुन्छ । नकुहिने फोहर, धातुका काम नलाग्ने वस्तु, कुनै पनि प्रकारले पुनः प्रयोग गर्न नसकिने वस्तुमात्र विसर्जन गर्नुपर्ने ठाउँका रुपमा हामीले बञ्चरेडाँडालाई प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ ।

केही नगरपालिकाले फोहरलाई मल बनाउने तथा ग्यास बनाउने गरिएको छ । त्यो एकदमै राम्रो छ । धरान तथा लहान नगरपालिकाको उदाहरण दिउँ । केही नगरपालिकाले राम्रो काम गरिरहेका छन् । त्यो अनुकरणीय छ । तर, उहाँहरुको पनि समस्या के छ भने नकुहिने फोहरको वर्गीकरण छैन । कसरी छुट्याएर त्यहाँसम्म लैजान सकिन्छ भन्ने कुरा, यातायात व्यवस्थापनका कुरा त्यहाँ अहिले पनि समस्याका रुपमा रहेका छन् । अब त्यहाँबाट निस्किएको फोहरलाई बारीसम्म र किसानको हातसम्म कसरी लैजाने भन्ने प्रणाली अझै त्यहाँ पनि व्यवस्थित गर्न सकिएको छैन ।

फोहरमा राजनीतिभन्दा अज्ञानता

फोहरभित्र राजनीतिभन्दा पनि मलाई भने सबैभन्दा ठूलो समस्या भनेको अज्ञानता हो भन्ने लाग्छ । राजनीतिभन्दा बढी अज्ञानता हो । राजनीतिज्ञहरुले केही न केही गुमराहमा राखेर केही न केही आफ्नो पोल्टामा पार्न खोज्नुभएको होला त्यो आफ्नो ठाउँमा छ । तर, उहाँहरुले पनि नबुझिकन गरिरहनु भएको छ । उहाँहरुलाई पनि गर्ने विधि के हो भन्ने पनि त मेसो हुनुपर्यो नि । रेल चलाएको ड्राइभरलाई देख्दा लामो रेल हिँडेको मात्र देख्नुहुन्छ तर त्यसको ड्राइभिङ गर्ने कुरा, इन्जिन चलाउने कुरा, त्यसलाई बिग्रिएको बेलामा बनाउनेदेखि सबै कुरा नजानेसम्म तपाईँको आँगनमा रेल हिँड्दैन भने जस्तै हामीले फोहर व्यवस्थापन भएको अर्को एउटा सहर हेरेर दुई हप्ताको जानकारी लिएर गर्न थालियो भने यो सम्भव छैन । त्यसकारण जुन प्राविधिक ज्ञान जरुरी छ त्यो ज्ञान उहाँहरुसँग छैन र प्राविधिक ज्ञानलाई प्रयोग गर्ने हिच्किचाहट छ त्यसले गर्दा यो काम भइरहेको छैन । यो गर्नै नसकिने पनि होइन । यसका लागि ठूलो खर्च पनि लाग्दैन । केही न केही प्रविधि भित्र्याउँदै भित्र्याउँदै जाने हो भने काठमाण्डौमा पनि ३२ वटा वडा छन् त्यसमा १०/१५ वटा त्यस्ता प्रोसेसिङ प्लान्ट राख्ने हो भने काठमाण्डौको जम्मै फोहर यहीं सकिन्छ ।

तपाईं हामी सचेत नागरिकले बुझ्नुपर्ने कुरा चाहिँ पहिले कुहिने फोहर कुन हो र नकुहिने फोहर कुन त्यहाँबाट चिन्नुपर्यो । नकुहिने फोहरमा पनि प्लास्टिक र फलामलाई एकै ठाउँमा हालियो भने त कसैले पनि त्यसलाई पुनः प्रयोग गर्न सक्दैन । त्यसकारण कुहिने र नकुहिने भनेर महानगरपालिका जान खोजिरहेको छ त्यहाँ पनि बुझाउन जरुरी छ । त्यहाँ भित्र पनि अझै फोहर छुट्याउनु पर्ने हुन्छ । फोहर छुट्याउनको लागि भोलि हामी अझ १५/२० वटा समूहमा फोहरको वर्गीकरण गर्न सक्छौं । तर, अहिले हामीले गर्नुपर्ने के हो भने कुहिने फोहरलाई एउटा भाँडोमा, अर्को भनेको हामीले धेरै प्रयोग गर्ने तथा संसारमा सबैभन्दा सजिलै पुनः प्रयोगमा आउन सक्ने वस्तु हो प्लास्टिक यसलाई एउटा वर्गमा, अर्को भनेको फलाम तथा आल्मुनियम जस्ता धातुलाई एउटा वर्ग, सिसालाई एउटा वर्गमा तथा कागजलाई एउटा वर्गमा राख्ने हो भने ठूलो लगानी गर्ने अवस्थाबाट देशलाई जोगाउन सकिन्छ ।

अर्को भनेको हाम्रो मोबाइल, टेलिभिजन, ल्यापटप जस्ता सामान बिग्रियो भने त्यहाँ भित्र बहुमूल्य सामान राखिएका हुन्छन् । जस्तो मेरो विद्यावारिधि के मा थियो भने मोबाइल फोन भित्र भएको सुनलाई बाहिर निकाल्ने । त्यसमा गँगटाको बाहिरी खपटालाई केही मेटेरियलमा मोलिकुलर सिन्थेसिस गरेर रुपान्तरण गरेर सुनलाई मात्र समात्न सक्ने विषय थियो । जापानले कसरी विकास गर्यो त भन्ने कुरामा अझ प्रष्ट पार्न चाहन्छु । उसले मोबाइल फोनको सुन किन खोजिराखेको छ त भन्दा उसले सन् २०२० को ओलम्पिक खेलमा बाँडिएको सुन यिनै मोबाइल तथा कम्प्युटरबाट निकालेको सुन थियो । त्यसकारण यस्ता चिजलाई हामीले फालिरहेका छौं ।

अहिले नेपालभरि भएका सबै मोबाइल फोन एक ठाउँमा राख्ने हो भने १४ अर्बको सुन निकाल्न सक्छौं । त्यो सबैले चिन्न त सक्दैनौं होला तर, मोबाइल एक ठाउँमा राख्न त सक्छौं नि । त्यसकारण बिग्रेको मोबाइल तथा कम्प्युटर, ल्यापटप खोज्न आउने पनि हुन्छन् । इलेक्ट्रोनिक ग्याजेट जतिलाई एक ठाउँमा राखिदिनु भयो भने यसमा सुन हुन्छ, प्यालेडियम हुन्छ, प्लेटिनम हुन्छ, कपर हुन्छ, सिल्भर हुन्छ, जिङ्क हुन्छ यी सबै चिज भनेको अर्को मोबाइल सेट बनाउनका लागि नभइ हुँदैन । यसमा आर्थिक रुपमा एक जनाले बसेर कोट्याउँदै गर्दा नाफा नहोला तर देशभरि यसरी बिग्रिएका मोबाइल सङ्कलन गरेर सुन निकाल्न थाल्यौं भने दुई वटा काम हुन्छ । एउटा हामीले बाहिर दिने पैसा रोकिन्छ । अर्को भनेको यसरी सुन खानीबाट निकाल्दै मोबाइलमा हालेको सुन सिसडोलमा लगेर गाड्ने हो भने के हुन्छ । सुन त सकिन्छ । तामा, आल्मुनियम सबै सकिन्छ । यसरी धातु सकिन्छ । यसकारण मोहोर मात्र नभइ धातु पुनः प्रयोगमा केन्द्रित भएर काम गरेनौं भने स्थिति जटिल हुन्छ । यसले पनि मैले के फालिरहेको छु भन्ने नागरिकले पनि थाहा पाउनु जरुरी छ ।

प्लास्टिकबाट डिजेल

मोबाइलमा भएको सबै धातु निकालिसकेपछि बाँकी रहेको प्लास्टिकबाट नास्टले डिजेल बनाइरहेको छ । यस्तो एक किलो प्लास्टिकबाट एक लिटर डिजेल बनाइरहेको छ नास्टले । त्यसको नेतृत्व म आफैंले गरिरहेको छु । एक जना नेपालीले अहिले दिनमा ३ सय १७ ग्राम फोहर फाल्ने गरेको छ । जसमा १२ प्रतिशत प्लास्टिक हुन्छ । सबै प्लास्टिकबाट डिजेल निकाल्न नसकिए पनि यस्ता प्लास्टिक मध्ये औसतमा ६० प्रतिशतबाट डिजेल निकाल्न सकिन्छ । सबै प्लास्टिक जम्मा गरेर डिजेल निकाल्ने हो भने वार्षिक १४ अर्बको डिजेल त्यहाँबाट पनि निस्कन्छ । अहिले हाम्रा धेरै नगरपालिका तथा अन्यले पनि प्लास्टिक राति बाल्ने गरिरहेको पाइन्छ जुन हावामा गएर हाम्रो फोक्सोमा जान्छ र त्यसमा रहेको कार्सिनोजेनिकका कारण क्यान्सर हुनसक्ने खतरा हुन्छ ।

नेपाल विज्ञान तथा प्रविधि प्रज्ञा प्रतिष्ठान (नास्ट) भनेको अनुसन्धान गर्ने संस्था हो । हामीले कुन प्लास्टिकबाट कति डिजेल निस्कन सक्छ भनेर तथ्याङ्क सङ्कलन गर्छौं । कति डिग्रीमा के निस्कन्छ भनेर अनुसन्धान गर्छौं । त्यसबाट निस्केको निष्कर्षलाई लगानीकर्तामार्फत उद्योगमा लैजान पहल गर्छौं । होटल अथवा उद्योग, कारखाना वा अन्यत्रबाट निस्कने फोहरमा पनि बेलुका सबै काम सकिएपछि थन्क्याउने बेलामा विभिन्न किसिमको फोहर हाल्ने भाँडो राखेर छुट्याउन सकिन्छ । यसरी समग्रमा सङ्कलन गर्ने एउटा विधि बनाउनु पर्ने हुन्छ । हरेक घरबाट निस्किसकेपछि एउटा सानो समूह बनाउँ । यसो गर्दा मैले तपाईंको घरबाट निस्किएको फोहर हेर्छु र देख्छु पनि । एकले अर्कोलाई निगरानी गर्ने र खबरदारी गर्ने भएपछि सजिलो हुन्छ । यसका लागि टोलमा एउटा सङ्कलन केन्द्र बनाउने र तपाईंहरुले नै फोहरमैला व्यवस्थापन गर्ने भनेर सामुदायिक जिम्मेवारी बुझाउने हो भने बल्ल एकले अर्कोलाई निगरानी गर्दै व्यवहार अथवा आचरणमा निस्कन्छ । यो काम गर्न सक्ने तथा गर्ने भनेको नै वडाले हो ।

व्यवस्थापनका लागि क्षेत्र छुट्याइने

अहिले भइरहेको फोहर व्यवस्थापनका लागि कुहिने फोहरका लागि विभिन्न क्षेत्र बनाउने हो भने महानगरले सजिलै व्यवस्थापन गर्न सक्छ । यसलाई चक्रपथ भित्र र बाहिर अर्थात घना बस्ती, व्यापारिक घरहरु र उद्योगको प्रकृति फरकफरक हुने हुनाले त्यस्ता विभिन्न क्षेत्र बनाएर विभिन्न सङ्कलन केन्द्र बनाउने । र, त्यहाँबाट निस्कन सक्ने कुहिने फोहरलाई केही वडाहरु एक ठाउँमा राखेर वडाहरुले नै एउटा प्रशोधन केन्द्रको रुपमा मल बनाउन पनि सक्छन् । कुहिने फोहरलाई खरानी बनाएर जलाउनुभन्दा अर्ग्यानिक कार्बनको रुपमा निकाल्न सक्छौं । कार्बनको जीवन भनेको एक हजार वर्ष हुन्छ । त्यसलाई माटोमा लगेर हाल्ने हो भने मलको काम गर्छ । र एक हजार वर्षसम्म कार्बन सिकोस्ट्रेशनको रुपमा जमिनमा थन्क्याउन सक्छौं जसले वायुमण्डलमा कार्बनडाइअक्साइड थप्ने काम रोक्छ । त्यसकारण अहिले फालिएका जम्मै फोहरलाई कि कम्पोष्ट बनाउँ कि चारकोल बनाउँ । यो एकदमै उपयुक्त विधि हो । यो पाइरोलाइसिस विधि हो र एकदमै सस्तो पनि छ । यसमा हामीले अनुसन्धान पनि गरिरहेका छौं ।

हामीले गण्डकी प्रदेशलाई बुझाएको प्रतिवेदनको आधारमा गोरखा जिल्लामा चारकोल उत्पादन गर्ने कम्पनी स्थापना भएको छ । फोहरमैलाबाट नै चारकोल बनाउने उद्योग सञ्चालन गर्यौं भने यसले मलको रुपमा काम गर्छ । माटोको स्वास्थ्य सुधार्छ । माटोको पीएच लेभल बढाउने काम गर्छ । त्यति मात्र नभएर हामीले चारकोल लगेर बाग्मतीमा हालिदिने हो भने यसले बाग्मती पनि सफा गर्न सक्छ ।

नकुहिने फोहरको सन्दर्भमा प्लास्टिकको पुनः प्रयोग गरौं । भएन भने त्यसलाई रिसाइकल गरौं । रिसाइकल गर्न नसकिने भयो र जस्तो अलिकति कोटिङ भएको आल्मुनियम, चाउचाउ अनि चकलेटका खोलहरुमा अरु धातु मिसिएको कारणले गर्दा त्यसलाई रिसाइकल गर्न सकिँदैन । पाइरोलाइसिस विधि प्रयोग प्रयोग गर्ने हो भने प्लास्टिकबाट डिजेल निकाल्न सकिन्छ । प्रतिदिन १० टनको हारहारीमा प्लास्टिक प्रशोधन गर्ने हो भने हामी ६ सय लिटर डिजर यहीं काठमाण्डौबाट निकाल्न सक्छौं । त्यो भनेको अहिले हाम्रो वर्षमा १ सय १२ टन जुन प्लास्टिक निस्कन्छ त्यसबाट ठूलो परिमाणमा हामी यहीं डिजेल निकाल्न सक्छौं । करिब करिब दुई अर्ब जतिको डिजेल काठमाण्डौ उपत्यका भित्रबाट एक वर्षमा निकाल्न सकिने तथ्याङ्क मैले निकालेको छु ।

फोहरलाई छुट्याउने प्रविधि पनि हुन्छ तर महँगो पर्छ । मान्छेले जसरी फलाम चिन्छ मेसिनलाई फलाम चिन्नको लागि चुम्बक भएको प्रविधि चाहियो । प्लास्टिकलाई चिन्नको लागि अर्कै खालको सेन्सर हाल्नु पर्यो । पानीमा घुलेर कुन गह्रौं छ वा हलुका छ भन्नका लागि यो नेपालले धान्न सक्ने विधि होइन । अमेरिकाले,

बाँकी ५ पेजमा

मुक्तक

मुक्तक १
मेरै हिसाबले जिउँन पाउँ, यति चाहान्छु।
चाहे शहर होस् या गाउँ, यति चाहान्छु।
महोदय रहर छैन मलाई म खुकुरी बनुँ
बस् अचानो पनि नबनाउ यति चाहान्छु

मुक्तक २
जाऊ यहाँबाट कैयौं दुर तर्केर जाऊ।
देखे पनि तिमी नदेखे झैं गरेर जाऊ।
ओइलिएर झरी सकेको फुल हुँ म,
शिर सजाउनुको सत्ता कुल्चेर जाऊ।

मुक्तक ३
छिट्को गुनिऊँ चौबन्दी चोली, के बयान गरुँ।
पहाडी कलकल बग्ने खोली, के बयान गरुँ।
चन्द्रवदन मुहार, हिमाल झैं दन्त, लठ्ठै पार्ने,
कोइलीको जस्तो मधुर बोली के बयान गरुँ।

मुक्तक ४
तितो सत्य यही हो छैन अरु मस्त छ जिन्दगी।
बित्छन् डुल्दा डुल्दै दिनहरु मस्त छ जिन्दगी।
साँच्चिकै यार मेरो भन्दा कैयौं गुणा अधिक,
गल्लीका कुकुरहरुको बरु मस्त छ जिन्दगी।

समर्पण आर.बि. मगर
प्यूठान नगरपालिका ५, जुम्रीकाडा, हाल भारत

मुक्तक ५
दिन मात्र त सकिएको हो अझै रात बाँकी छ।
बल्ल त बज्यो साँझको साढे सात अझै बाँकी छ।
ए! औकात सोध्ने मान्छे किन? यति हतार,
बाँकी नै छ देखाउन मेरो औकात, बाँकी छ।

कविता

शिक्षा नै रहेछ जीवन हाम्रो, शिक्षा नै रहेछ धन हाम्रो ।
शिक्षित समाज बन्दैगए परिवर्तन आउनेछ सँधै राम्रो ।

भेदभाब नगरौ कसैले छोराछोरी अलग-अलग भनेर ।
शिक्षा दिनु बराबर समाजमा असल नागरिक बनेर ।

शिक्षीत बनौं नारी पुरुष भबिस्यलाई आजै अघि सार्दै ।
देश विकास गर्नुपर्छ अब दुनियालाई यहाँ अचम्म पार्दै ।

छाडेर हत्या हिंसा शिक्षा को ज्योति बोकेर आऊ हातमा ।
शिक्षित समाज निणमाण गर्दै बसौंला सबै एकै साथमा ।

जिन्दगीको बाटोभरी चुनौतिलाई सत्यसँग हिडौं रोज्दै ।
अँध्यारो लाई चिर्दैजाँउ शिक्षित मार्ग उज्यालोमा खोज्दै ।

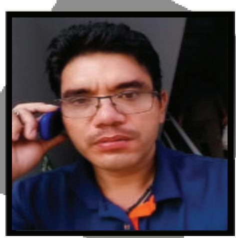
उन्नति र प्रगतिको बाटोतिर जानुपर्छ शिक्षा तिर जुट्दै ।
धर्म कर्म जातिहेर्दै जानहुन्न अब हामि आपसमा फुट्दै ।

गरिब दुखी सम्मान गर्दै शिक्षा पुराउ कुना कुना देशमा ।
नेपाली र नेपालको पहिचान राखौं कला अनि भेषमा ।

सम्मान शिक्षा हुनुपर्छ समेटेर जाती वर्ग हरेक ठाउँमा ।
कोहि पनि छुट्नु हुन्न शिक्षाबाट यहाँ दुर्गम भन्ने गाउँमा ।

खोजी गरौ नयाँ नयाँ गाउँघरमा शिक्षित हामी बनेर ।
दुनियाले भन्ने छ तब हामिलाई शिक्षित नेपाली भनेर ।

घृणित हुनुपर्ने छैन नेपालीलाई बेलैमाथी शिक्षित बन्दा ।
ठाडो शिर बनोस हाम्रो विदेशीले शिक्षित नेपाली भन्दा ।



श्यामकुमार क्षेत्री मुस्कान
नौबहिनी गा.पा ८ बल्लेखोला प्युठान हाल, भारत

गजल

आफन्तले नै यहाँ हराउँदै छन् ।
आज दिएर दुःख रमाउँदै छन् ।

बोल्दछ्न कुरामा भुलाई मिठास,
भित्रभित्रै मुटुलाई जलाउँदै छन् ।

गर्दैनन् प्रगति गर्दा दुख घमण्ड रे,
बसेर नानाथरी कुरा बढाउँदै छन् ।

सुनाए कयौं कुरा प्रगति गर्छु भनी,
त्यहीं गाउँ बस्ती शहर हटाउँदै छन् ।

रसाए मेरा आँखा पनि हेरेर दुःख,
भने श्यामले आँसु खसाउँदै छन् ।

श्यामकुमार क्षेत्री मुस्कान
नौबहिनी गा.पा ८ बल्लेखोला प्युठान हाल, भारत

मुक्तक

मुक्तक १
जनताले सोचे र खोजेको मार्ने छैन आश।
गाउगाउमा जतातत्तै गर्छु विकास निकाश।
फाटेटुटेको कपडा फालि फेरिदिन्छु कोट,
मलाई नै जिताउन दिनु यसपालिको भोट।

मुक्तक २
पानी जहाज पुराईदिन्छु सबको घरघरमा।
जनताहरु ढुक्क भई बस्नु अब मेरै भरमा।
पक्षपात गर्दैन म त छैन अरुजस्तो जाली,
जसरि भए पनि भोट मलाई नै यसपाली।

मुक्तक ३
गाउँलाई फेरि जतातत्तै बनाईदिन्छु बजार ।
एकघरमा दिन्छु सबलाई एकएक रोजगार।
खानेपानी, सिलिन्डर ग्यास पुराउला घरैभित्र,
यसपालि त मलाई नै जिताउनु मेरा इष्ट मित्र ।

लक्ष्मी मगर संघर्ष
नौबहिनी गाउपालिका ५, प्यूठान

मुक्तक

मुक्तक १
लाखौं करोडौं इच्छा मनमा थन्केर बसेको छ।
ज्वालामुखी आगोको रुपमा दन्केर बसेको छ।
समय, परिस्थिति मिले नतिजा दमदारनै दिनेछ,
जिस्किए गोलोको अरिङ्गाल झैं घन्केर बसेको छ।

मुक्तक २
हार नखाउ तिमि मनमा पिर भयो भनेर।
केहि सफलताको कदम स्थिर भयो भनेर।
संघर्ष र धैर्यता हो उद्देश्यमा पुराउने तत्व,
पछि नहट है अभागी तक्दिर भयो भनेर ।

मुक्तक ३
भयो भन्दैमा नतिजामा हार, चिन्ता नलिनु ।
यस्तै छ राजनीतिको ब्यापार चिन्ता नलिनु।
परिणात्मक भन्दा परिमाणत्मकको माग धेरै,
यसमै आधारित छ पुर्तिको भार चिन्ता नलिनु ।

बोमलाल के. सी.
नौबहिनी गाउपालिका ५, प्यूठान

रोचक/प्रेरक प्रसङ्ग

एसियामै सबैभन्दा लामो दाह्रा भएको हात्तीको मृत्यु

जनावरप्रेमीका लागि यो सुखद खबर होइन । एसियाको सबैभन्दा लामो दाह्रा भएको हात्ती भोगेश्वरको निधन भएको छ। भारतको कर्नाटकस्थित बान्दीपुर टाइगर रिजर्भमा रहेको उक्त ६० वर्षीय हात्ती शनिवार मृत फेला परेको हो। उक्त हात्तीको प्राकृतिक कारणले मृत्यु भएको बताइएको छ । पर्यटकका लागि मुख्य आकर्षणको रुपमा रहेको भोगेश्वरलाई एसियाकै सबै भन्दा लामो दाह्रा भएको हात्ती मानिन्थ्यो।

यो हात्तीलाई 'मास्टर काबिनी'को नामले पनि चिनिन्थ्यो । वन विभागका अधिकारीहरुका अनुसार भोगेश्वरको एउटा दाह्रा २.५४ मिटर र अर्को दाह्रा २.३४ मिटर थियो।

भोगेश्वरको मृत्युको खबर सार्वजनिक भएसँगै सोसल मिडियामा मानिसहरुले उक्त हात्तीलाई श्रद्धाञ्जली दिइरहेका छन् । भारतका कृषि मन्त्रीले समेत उक्त हात्तीलाई सम्झिँदै ट्वीट गरेका छन्। स्मरण रहोस् हात्तीको औसत आयु ६५ वर्ष हुन्छ । जंगली हात्ती ६० वर्षसम्म बाँच्दछ भने घरपालुवा हात्तीको आयु ८० वर्षसम्म रहेको पाइन्छ।

एजेन्सी

गाउँपालिकावासीलाई अनुरोध

लैंङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम्र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरीने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खबरदारी गरौं । वातावरणमैत्री गाउँपालिका बनाउन प्रतिवद्ध बनौं । विकास निर्माणका काममा जनसहभागिता जुटाऔं । छोरा र छोरीमा भेदभाव नगरौं । बाल विवाह न्युनीकरणका लागि अभियान चलाऔं । गाउँपालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा ब्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक
झिमरुक गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, प्यूठान

नगरपालिकाबासीलाई अनुरोध

लैंङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम्र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरीने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खबरदारी गरौं । वातावरणमैत्री गाउँपालिका बनाउन प्रतिवद्ध वनौं । विकास निर्माणका काममा जनसहभागिता जुटाऔं । छोरा र छोरीमा भेदभाव नगरौं । बाल विवाह न्युनीकरणका लागि अभियान चलाऔं । नगरपालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक :
स्वर्गद्वारी नगरपालिका,
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय,
भिंगृ प्यूठान

वर्षात नहुादा मकैका बेर्ना बारीमै सुक्न थाले

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

लामो समउदेखि वर्षात नहुँदा नहुदा खडेरीले जिल्लाका किसानहरुले दुख पाएका छन् । वर्षात नपर्दा ग्रामीण क्षेत्रका किसानहरुको अन्नबाली सुक्न थालेको छ। असार सुरु भैसक्दा समेत आकासबाट पानी नपर्दा किसानहरुले खेतबारीमा रोपेका मकै, धानको विऊ, तरकारी बाली लगायत सुक्न थालेपछि किसानहरु चिन्तित बनेका छन ।

प्यूठानका अधिकांस ग्रामिण क्षेत्रका किसानहरु खेतीबाली गर्नका लागि आकासे पानीको भर पर्नु पर्ने बाध्यता छ। विकट ठाउँमा सिँचाई सुविधा नहुदा प्यूठानका किसानहरुलाई आकासे पानिको भर बाहेक अन्य बिकल्प छैन । 'आधा असार बित्न लाग्दा समेत मुल पलाएका छैनन, माण्डवी २ धनचौरकी बसन्ता खत्रीले भनिन्, 'समयमा पानी नपर्दा आधा घण्टा धाएर लिएको पानी हामीले खनेकी बस्तुभाउलाई दिने ।' यिनीजस्तै जिल्लाभरका किसानहरुलाई खडेरीले

समस्यामा पारेको छ। घरखर्च चलाउने भनेर बारीमा टमाटर रोपेकी खत्रीलाई लगातारको चर्को घामले महिनौको मेहनेत खेर गएको बताइन्। उनका अनुसार बारीमा टमाटर सबै सुकेका छन् भने मकै पनि ओइलिएका छन्। गाउँका किसानहरुले असारमा रोप्नका लागि राखेको धानको विउ पनि खेतमै सुकेको छ। जिल्लाको उत्तरी क्षेत्रमा केही मात्रामा पानी परे पनि अन्य स्थानमा भने पानी पर्न सकेको छैन । आकासे पानीको भरमा खेती किसान गर्नेहरुलाई वर्षात नहुने हो भने वर्षे बाली लगाउन समस्या हुने उनीहरु बताउँछन् ।

लुम्बिनी प्रदेशमा पहिलो पटक अनलाईन तालिम

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

४ दिने अनलाईन पत्रकारिता शनिवार अर्घाखाँचीको शितगंगा नगरपालिका ८ सातमारा भालुवाङ्गमा सम्पन्न भएको छ। नेपाल पत्रकार महासंघ लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष वसन्त गिरी समापन कार्यक्रममा बोल्दै सो तालिम प्रदेशमै पहिलो रहेको बताए । अनलाईन पत्रकारितालाई जिम्मेवार सन्चारको माध्यमको रुपमा विकासमा ध्यान दिनु आवस्यक रहेको उनको भनाइ छ । बुधबार देखि लुम्बिनी प्रदेशको स्थायी राजधानी भालुवाङ्गमा आन्तरिक मामिला तथा सन्चार मन्त्रालयको आयोजना र नेपाल पत्रकार महासँघ लुम्बिनी प्रदेशको समन्वयमा शुरु भएको चार दिने अनलाईन पत्रकारिता तालिमको समापनमा बोल्दै आन्तरिक मामिला तथा सञ्चार मन्त्रालय लुम्बिनी प्रदेशकी कानुन अधिकृत सीता घिमिरेले अनलाईन मिडिया आजको आवस्यकता भएको तर जिम्मेवार हुन नसकेको बताउँदै अनलाईन मिडियालाई जिम्मेवार र विश्वसनिय बनाउने काममा नेपाल पत्रकार महासँघ लाग्नुपर्ने बताइन्। कार्यक्रममा मन्तव्य राख्दै प्रशिक्षक रविराज बरालले अनलाईनमा के लेख्ने र कसका लागि लेख्ने यो मुद्दा प्रमुख रहेकाले मुलतः समुदायमा केन्द्रित समाचारहरुलाई प्राथमिकता दिन अनलाईन पत्रकारहरुलाई आग्रह गरेका हुन । यस्तै प्रशिक्षक मनोज सत्यालले अनलाइन पत्रकारलाई चार दिने

तालिमले थप उत्प्रेरणा र थप उर्जा मिल्नेमा आफू विश्वस्त रहेको बताए । सो कार्यक्रम अनलाईन सम्बन्धी भएकोले विभिन्न प्रविधिकोलाई प्रयोग, भिडियो इडिटिङ्ग तथा सो सम्बन्धी विभिन्न फिचरहरु प्रयोग गर्ने बारेमा जानकारी गराइएको थियो। जेठ २५ देखि २८ सम्म सञ्चालन भएको तालिमको बुधबार नेपाल पत्रकार महासंघका केन्द्रिय सदस्य सुशील पोखेलले उद्घाटन गरेका थिए। उक्त तालिममा लुम्बिनी प्रदेशका बाह्र जिल्लाका पत्रकारहरुको सहभागी रहेको थियो । नेपाल पत्रकार महासंघ लुम्बिनी प्रदेश अध्यक्ष वसन्त गिरीको अध्यक्षतामा, उपाध्यक्ष चुमा आचार्यको स्वागत र महासचिव विक्रम खड्काको सञ्चालनमा होटेल इभरल्याण्डमा सम्पन्न भएको हो ।

स्वर्गद्वारी दर्शन गर्न आएका २ तिर्थयात्रु पहिरोमा बेपत्ता

प्यूठान । कपिलवस्तुको धानखोलामा पहिरोमा पुरिएर दुई भारतीय नागरिक पहिरोमा पुरिएर बेपत्ता भएका छन् । प्युठानको स्वगद्वारी मन्दिर दर्शन गरेर फर्किंदै गरेका भारतीय तिर्थयात्रु कपिलवस्तुको शिवराज नगरपालिका-१ मा पर्ने धानखोलामा पहिरोमा पुरिएका हुन् । उनीहरु लु २ ख २७१६ नम्बरको फोर्स गाडिबाट घर फकिंदै थिए ।

बेपत्ता हुनेमा भारतको सिद्धार्थ नगर जिल्ला बस्ने वर्ष १७ का निखिल कौशल, वर्ष १८ सुरज सोनी रहेको कपिलवस्तु प्रहरीले जनाएको छ। पूर्वपश्चिम राजमार्ग अन्तर्गत खोला तर्ने क्रममा अचानक आएको पहिरोले बगाएको प्रहरी कार्यालय चन्द्रौटाले जानकारी दिएको छ । हराएको भारतीय नागरिकको खोजीकार्य जारी रहेको छ। हिंजो आज स्वर्गद्वारी दर्शन गर्न आउने भारतीय तिर्थयात्रुहरु बढेका छन् । गतवर्ष कालोपत्रे सम्पन्न भिंर्ग स्वर्गद्वारी सडक पनि जोखिमपुर्ण छ ।

यसरी...

जापानले किन मान्छे लगाएर छुट्याउन लगाएको छ भन्दा त्यो विधि निकै सस्तो पर्छ । उनीहरुसँग पैसा नभएर त्यसो गरेका होइनन् । यसरी मान्छे लगाएर छुटयाउँदा निकै सस्तो पर्ने कारणले यसो गरिएको हो ।

उपयुक्त प्रविधिको छनोट

अहिले भनेको जति सक्दो चाँडो उपकरण खरिद र कुन प्रविधि काठमाण्डौको लागि उपयुक्त हुन्छ भन्ने निर्धारण गर्नका लागि महानगरपालिकाले विज्ञहरुसँग बसेर छलफल गर्नुपर्छ । यसमा एउटाको मात्र भर नपरि विभिन्न विज्ञहरुसँग बस्दा उपयुक्त समाधान निस्कन सक्छ किनकि यसरी बस्दा अर्कोको नकारात्मक पक्ष पनि थाहा हुन्छ । कुहिने फोहरलाई केही माइक्रो अर्ग्यानिज्म त्यहाँ हालिदिने हो भने त्यसलाई चाँडै कुहिने काम गराउँछ । त्यसको अर्थ गन्ध लामो समय आउँदैन । यो दीर्घकालीन समाधान होइन । केही समयको लागि समाधान हुनसक्छ। यसको लागि सबैभन्दा राम्रो भनेको वृक्षरोपण नै हो । वृक्षरोणको लागि त्यो सबै क्षेत्रलाई पुग्ने गरी घाँसे वनस्पतिहरु लगायौं भने छिटो पनि उम्रन्छ र त्यसको जराहरुले छिटो पनि सोस्छ । सोसिसकेपछि हामी दुई वटा काम गर्न सक्छौं । एउटा फाइटोरिमिडिएशन अर्थात विरुवाले त्यहाँ भएका फोहरलाई हटाउने ।

अर्को भनेको फाइटोमाइनिङ । यो भनेको ल्यान्डफिल साइटमा पनि तामा, निकेल, आल्मुनियम आदि पाइन सक्छ र त्यस्तो चिज लामो समय टुक्रिएपछि बिरुवाले आफूसँग लिन्छ र त्यसलाई हामीले लगेर पोलिदियौं भने सजिलोसँग खरानीबाट ती धातुहरु बाहिर निकाल्न पनि सकिन्छ । भोलि यदि हामीलाई धातुजन्य पदार्थको अभाव हुन लाग्यो भने त्यो अन्तिम अचुक हतियार प्रयोग गर्न भुल्नु हुँदैन भन्ने मलाई लाग्छ ।

(नास्टका वरिष्ठ वैज्ञानिक ढकालसँगको कुराकानीमा आधारित)–साभार:उज्यालो

छोटकरी

हाम्रो माण्डवी हाम्रो गौरव नामक पाठ्यक्रम बिमोचन

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

माण्डवी गाउँपालिकाले स्थानिय पाठ्यक्रममा आधारित आधारभुत तहको पाठ्यक्रम लागु गरेको छ । बुधबार हाम्रो माण्डवी हाम्रो गौरव नामक पाठ्यक्रमको विमोचन गर्दै कक्षा १-८ सम्मको पाठ्यक्रम लागु गरेको हो । माण्डवी गाउँपालिकाका शिक्षा शाखा प्रमुख तुल्सी कार्कीका अनुसार शिक्षक कर्मचारीहरुको सहयोगका लागि शिक्षक डायरी समेत तयार पारिएको छ । त्यस्तै पालिकाले विपन्न बालबालिकालाई लक्षित गरि विद्यालय स्टेशनरी बैंक स्थापना पनि गरेको छ।

जिल्ला समन्वय समिति प्युठानमा गठबन्धनको प्यानलै निर्विरोध

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

जिल्ला समन्वय समिती प्युठानको प्रमुखमा नेपाली कांग्रेसका धरम बहादुर जिसी र उपप्रमुखमा नेकपा माओबादी केन्द्रका दुर्गा रेग्मी निर्विरोध निर्वाचीत भएकी छिन । पाँच दलिय गठवन्धनबीच तालमेल भएपछी प्रमुख उपप्रमुखसहित पुरै प्यानलै निर्विरोध भएको मुख्य निर्वाचन अधिकृतको कार्यालय प्युठानले जनाएको छ। कांग्रेसबाट जिल्ला समन्वय समितीको सदस्यमा टोपाराम कालाथोकी, माओबादी केन्द्रबाट तारा बिक, निर्मला पोखेल निर्विरोध निर्वाचित भएका छन । यसैगरी, राष्टिय जनमोर्चाबाट गुणेन्द्र बस्नेत, इन्द्र बहादुर खड्का, खुमा अधिकारी र रेकम रसाईली जिल्ला समन्वय समितीको सदस्यमा निर्विरोध निर्वाचीत भएको मुख्य निर्वाचन अधिकृत श्यामलाल घिमिरेले जानकारी दिए।

दुई नगरपालिका र सात गाउँपालिकामा कांग्रेसको सात, माओवादीको चार, नेकपा एमालेको चार र राष्ट्रीय जनमोर्चाको ३ मतभार रहेको थियो । आफ्नो पक्षमा बहुमत नभएपछी नेकपा एमालेले भने मनोनयन समेत दर्ता गराएन।

प्यूठानमा सचेतना जगाउँदै सशस्त्र प्रहरी बल

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल प्यूठानले विद्यालयहरुमा सचेतना अभियान सञ्चालन गरेको छ । सशस्त्र प्रहरीले जिल्लामा लागु औषध दुर्व्यसन, साइबर क्राइम, बाढी पहिरो, सडक दुर्घट्ना लगायतका समसामयिक विषयहरुमा समुदायमै गएर सचेतनामुलक कक्षाहरु संचालन गर्न सुरु गरेको हो । गुल्मका गुल्मपति सशस्त्र प्रहरी नायब उपरीक्षक योग्य बस्नेतले सोमवार बिजुवार स्थित कालिका सेकेण्डरी इङ्लिस बोर्डिङ स्कुलमा लागु औषध दुर्व्यसन लगायतको विषयमा कक्षा संचालन गरेका हुन । साइबर क्राइम र लागु औषध दुर्व्यसनी जस्ता दीर्घकालीन असर गर्ने कुरामा विद्यार्थीहरूलाई सचेत गराउने उद्देश्यले कार्यक्रम गरिएको गुल्मपति बस्नेतले बताए । यो कार्यक्रम जिल्लाका अन्य विद्यालयहरुमा समेत पुर्याउने लक्ष्य रहेको सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल प्यूठानले जानकारी दिएको छ ।

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
समाचार, सूचना, विचार र विज्ञापन प्रकाशनका लागि हामिलाई सम्पर्कः
०८६-५९०४३६
Email : jhulenipyuthan@gmail.com

जनहितमा जारी सन्देश

- फोहोर छोएपछि, खाना खानु वा खुवाउनु अघि, चपी प्रयोग गरिसके पछि सावुन पानीले हात धुने बानी बसालौं ।
- व्यक्तिगत सरसफाईमा ध्यान दिऔं ।
- घर भित्र र घर वरपर नियमित सरसफाई गरौं ।
- दिसा/पिसाब गर्दा चर्पी नै प्रयोग गरौं । खुल्ला ठाउँमा दिसा, पिसाब नगरौं ।
- कुहिने र नकुहिने फोहोर बर्गिकरण गरौं, २ छुट्टा छुट्टै भाँडामा संकलन गरौं ।
- सार्वजनिक सवारी साधनबाट यात्रा गर्ने क्रममा झ्यालबाट सार्वजनिक स्थल तथा सडकहरुमा कुनै पनि प्रकारको फोहोर जन्य पदार्थहरु जथाभावी फ्याँक्ने ।

अनुरोधकः
डिभिजन प्रमुख : राजकुमार चौधरी
खानेपानी तथा सरसफाई डिभिजन कार्यालय परिवार प्यूठान

झुलेनी युनाईटेड नेटवर्क प्रा.लि. प्यूठानद्वारा प्रकाशित समाचारमुलक पत्रिका
झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक

वीर्य दान : निसन्तान दम्पतीका लागि प्रभावकारी

पुरुषको शुक्रकिट र महिलाको अण्डलाई निश्चित समयसम्म भण्डार गरेर आफूलाई सहज भएको बेलामा बच्चा जन्माउन कत्तिको सम्भव छ ? सामान्यतया महिलाहरूले ३५ वर्षभन्दाअघि नै बच्चा जन्माउनु आमा र बच्चाको लागि फाइदाजनक मानिन्छ। तर विभिन्न कारणले ३० वर्षको उमेरमा बच्चा जन्माउन अनुकुल भएन भने के गर्न सकिन्छ ?

चिकित्सकहरू कुनै पनि जोखिमविना नै आफूलाई मन लागेको बेलामा गर्भधारण गर्न सकिने बताउँछन् । अल्का अस्पतालकी प्रसूति तथा स्त्रीरोग विशेषज्ञ रोग विशेषज्ञ डा. श्वेता सिंह वीर्य र अण्ड भण्डारण गरेर आफू अनुकुल गर्भधारण गर्न सकिने बताउँछिन् । वीर्य तथा अण्ड भण्डारणका पनि केही विधि र अवस्थाहरू छन् । जस्तो, रेडियोथेरापी र किमोथेरापी गरिरहेका महिला तथा पुरुषको लागि शुक्रकिट तथा अण्ड भण्डारण प्रभावकारी बन्न सक्ने डा. सिंह सुनाउँछिन्।

क्यान्सर तथा अन्य रोग लागेर रेडियोथेरापी तथा किमोथेरापी गरिरहेका बिरामीको वीर्य तथा अण्डबाट गर्भधारण कठिन रहेकोले त्यस्तालाई वीर्य भण्डारण प्रभावकारी रहेको उनी सुनाउँछिन् । वीर्य भण्डारण बिहे गरेर पनि ढिलोगरी बच्चा जन्माउने दम्पतीको लागि पनि प्रभावकारी रहेको चिकित्सकहरू बताउँछन् । आफ्नो करियर वा अन्य कारणले ढिलागरी बच्चा जन्माउँदा बच्चामा त्यसको असर पर्न सक्ने भएकोले त्यसबाट बच्नको लागि पनि वीर्य भण्डारण प्रभावकारी हुने डा. सिंह बताउँछिन् ।

'सामान्यतया महिला ३५ वर्षभन्दा पछि गर्भधारण गर्दा महिलाहरूमा पनि विभिन्न खाले दीर्घरोग हुने र बच्चामा पनि केही असर देखिने जोखिमहुन्छ । तर ३० वर्षमा वीर्य वा अण्ड भण्डारण गरिएको छ भने ३५ वर्षमा बच्चा जन्माउँदा पनि ३० वर्षको उमेरमा जन्माएको जस्तै स्वस्थ बच्चा जन्मिन्छ' उनी भन्छिन् 'अहिले धेरैमा प्रचारप्रसार नभएको भए पनि यो आफैंमा प्रभावकारी विधि हो ।' जतिले यसबारेमा बुझेका छन् उनीहरू यसप्रति आकर्षित हुने गरेको उनी बताउँछिन् ।

कति समयसम्म भण्डारण गर्न सकिन्छ, शुल्क कति लाग्छ ?

वीर्य भण्डारण नेपालमा धेरै वर्षदेखि चलिरहेको चलन हो। यो आफैंमा वैध प्रणाली पनि हो । तर धेरैजना यसप्रति बेखबर हुँदा यसका प्रयोगकर्ताहरू धेरै नबढेको चिकित्सकहरू बताउँछन् । डा. सिंह वीर्य वा अण्ड दुवैको भण्डारणको अधिकतम समय नतोकिएको बताउँछिन् । यो मान्छेको आवश्यकता अनुसार ८-१० वर्षसम्म पनि फ्रिज गरेर राख्न सकिन्छ । वीर्य वा अण्ड भण्डारण गर्दा व्यक्तिको विवरणहरू सबै टिपेर सुरक्षित र व्यवस्थित तरिकाले भण्डारण गर्न सकिन्छ । 'कसैले शुक्रकिट वा अण्ड फ्रि गरेर राख्नुभएको छ भने हामी सबै लेभल गरेर यसलाई फ्रिजिङ गर्ने गर्छौं' उनी भन्छिन् 'जति समयपछि आफूलाई बच्चा जन्माउन मन लाग्छ, त्यसपछि त्यसलाई गर्भधारण गराइन्छ ।'

डा. सिंहका अनुसार एग फ्रिजिङको लागि वर्षको ५० हजार र शुक्रकिट फ्रिजिङको वार्षिक १५ हजार रुपैयाँ लाग्छ । १० वर्षसम्म फ्रि गरेर राख्न मन छ भने अण्डको लागि ५ लाख र १० वर्ष वीर्य भण्डारणको लागि एक लाख ५० हजार रुपैयाँ लाग्ने गरेको चिकित्सकहरु बताउँछन् । यसरी राखिएको वीर्य वा अण्डलाई रुम टेम्प्रेचरमा ल्याएर गर्भाधारण गरिने डा. सिंह बताउँछिन् । त्यसो त वीर्य वा अण्ड दान दिन र लिने चलन पनि नेपालमा चलिरहेको छ। अस्पतालमा यस्ता दाताहरू प्रशस्तै भेटिने गरेको डा. सिंह बताउँछिन् । यो सामान्यतया शुक्रकिट र अण्डले राम्रो काम नगरेर निःसन्तान भएका दम्पतीहरूको लागि प्रभावकारी छ। यसरी दान दिइएको वीर्य वा अण्ड पनि फ्रिज गरेर राख्न मिल्छ । कोही महिलाको डिम्बासयमा अण्डको उत्पादन नै कम भइरहेको छ भने त्यस्तो अवस्थामा उनीहरूको डिम्बासयबाट अण्ड झिकेर शुक्रकिटसँग मिसाएर वैकल्पिक रुपमा यसको प्रयोग गर्न सकिने डा. सिंह बताउँछिन् ।

सामान्यतया वीर्य र अण्डको दान लिंदा कुनै पनि स्वास्थ्य समस्या नभएको युवायुवतीको खोजी गरिन्छ । विशेषगरी ३० वर्ष उमेर नपुगेका र सकेसम्म बच्चा भइसकेका युवायुवतीबाट वीर्य वा अण्ड दान लिनु उचित हुने डा. सिंह बताउँछिन् ।

अनलाइन खबर

गाउँ पालिका वासिलाई अनुरोध

लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवं अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरीने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं । वातावरणमैत्री गाउँपालिका बनाउन प्रतिवद्ध बनौं । विकास निर्माणका काममा जनसहभागिता जुटाऔं । छोरा र छोरीमा भेदभाव नगरौं । बाल विवाह न्युनीकरणका लागि अभियान चलाऔं। गाउँपालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा ब्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक
ऐरावती गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, बरौंला प्यूठान

नवजात शिशु स्याहारका पाँच सन्देशहरू

१) नवजात शिशु जन्मनासाथ नरम, सफा र सुख्खा कपडाले पुच्छने र अर्को नरम, सफा र सुख्खा कपडाले बेरी न्यानो पारेर राख्नुपर्दछ ।
२) संक्रमणबाट जोगाउन नाभीमा नाभी मल्हम बाहेक अरु केही नलगाई सुख्खा र सफा राख्ने ।
३ नवजात शिशुलाई न्यानो पारी आमाको छातीमा टाँसेर राख्नुपर्दछ ।
४) नवजात शिशुलाई सकेसम्म छिटो (जन्मेको १ घण्टाभित्रै) आमाको बिगौती दुध खुवाउनु पर्दछ ।
५) नवजात शिशुलाई जन्मेको २४ घण्टासम्म ननुहाउने ।

अनुरोधकः स्वास्थ्य कार्यालय प्यूठान

गर्मी मौसममा के खाने, के नखाने?

अहिले गर्मीको मौसम छ । गर्मीले आजित बनाएपछि मानिसलाई के गर्ने र कसो गर्ने भन्ने हुन्छ। कहाँ शितल होला, के खाँदा शितल होला भन्ने पिरलो सबैलाई हुन्छ। त्यसैले गर्मीका बेला खाने कुरामा ध्यान दिनुपर्छ । गर्मीमा शरीरमा पानीको कमी हुने अर्थात् डिहाइड्रेसन हुने लगायतका विभिन्न खाले संक्रमण तथा स्वास्थ्य समस्या देखिन सक्छन् । डिहाइड्रेसनको खतरा गर्मी याममा निकै बढि हुने भएकाले आफ्नो खानपिनको आदतमा विशेष ध्यान दिन र जिउको रोगप्रतिरोधी क्षमता बढाइराख्न विशेषज्ञहरुले सल्लाह दिने गरेका छन्।

गाँजर, गोलभैंडा, पालक, काँक्रो, खरबुजा, मेवा, आँपजस्ता फलफूल खानुपर्छ। गर्मीमा यस्ता मौसमी फल खानु ज्यादै राम्रो हो। यसले एसिडिटीको समस्याबाट पनि छुटकारा दिलाउँछ। यस्ता मौसमी तरकारी र फलफूल खाने गर्नाले शरीर शीतल रहन्छ । पोषण विज्ञहरुका अनुसार गर्मीमा मानव शरीरबाट अत्यधिक पसिना निस्कने कारण इलेक्ट्रोलाइट असन्तुलित बन्दछ । त्यसकारण नियमित खानाको अलावा फलफूल तथा सागसब्जी र प्रसस्त सलाद लिनु जरुरी हुन्छ । गर्मी याममा सरीरमा पानीको पर्याप्त आपूर्तिका लागि प्रसस्त पानीको मात्रा हुने सागसब्जी तथा तरकारीहरु जस्तै फर्सी, करेला, लौका, पालुंगो, हरियो सिमीको भोजन गर्नुपर्छ । गर्मी याममा खाजाको रुपमा पनि दुध, फलफुल, जुस, टुसा उमारेको गेडागुडी लगायतका परिकार समावेश हुनु आवश्यक हुन्छ। त्यसका साथै बिहानको खानामा दालभात समावेश गर्नु राम्रो हुन्छ।

बेलुकीको खानामा फाइबरयुक्त सागसब्जी, बन्दा तथा काउली र रोटीको सेवन गर्नु स्वस्थकर हुने र जिउले पचाउन सजिलो हुने बताइन्छ । गर्मी याममा डिहाइड्रेसनबाट बच्नका लागि ग्रीन टी अथवा कोल्ड कफीको सेवन पनि लाभदायी हुन्छ। गर्मीको समयमा शरीरको पाचन प्रणालीमा समेत समस्या आउने भएकाले हल्का खाना खानुपर्छ नत्र अपच हुने जोखिम हुन्छ। लामो समयको अन्तरालमा धेरै खानेकुरा खानुभन्दा छिटो छिटो तर थोरै थोरै खानेकुरा खाएमा पचाउन सजिलो हुन्छ ।

त्यस्तै तरबुजा, खरबुजा, कांक्रो, लिची, स्याउ जस्ता मौसमी फलफुल खानुपर्छ, जसले शरीरमा पानीको पर्याप्त आपूर्ति गर्नुका साथै रोग प्रतिरोधी क्षमता पनि बढाउँछ। बजारमा पाइने चिसो पेय पदार्थको साटो दही, उखुको रस, नरिवल पानी तथा लस्सी पिउनु आवश्यक हुन्छ । तेलमा तारेका, भुटेका खानेकुराहरु नखानु नै राम्रो हुन्छ । खानेकुरा पकाएर लामो समयसम्म नराख्नुहोस्, छिटै खानुहोस् । बासी खानेकुरा खाँदा रोगको संक्रमण हुने जोखिम हुन्छ।

स्वास्थ्य खबर

गर्मीको साथी पुदिना र मेथी

मेरो त बिहानी नै मेथी र पुदिना खाएर शुरु हुन्छ । मेथीको साग र बीउ दुवै प्रयोग गर्न सकिन्छ। उमारेको मेथीको टुसाबाट विभिन्न परिकार बन्छन्। मेथीका टुसा, लसुन, अदुवा, बदाम, नुन-कागती हालेर सलाद बनाउन सकिन्छ। आलु, केराउमा र मेथीको टुसा हालेर अचार बनाउन सकिन्छ । मेथी भिजाएर बिहान-बिहान खाँदा स्वास्थ्यमा राम्रो प्रभाव पर्छ।

दाल-तरकारी खाँदा मेथीको प्रयोगले स्वाद बढ्छ। मेथीमा लौह तत्व हुन्छ । रेसादार तत्व पनि हुन्छ। यसले कब्जियत कम गर्न, पाचन प्रणालीमा सहयोग गर्छ । त्यसैले स्वास्थ्यका लागि धेरै फाइदाजनक हुन्छ। यो हरियो तरकारीका रूपमा पनि प्रयोग गरिन्छ। मेथीका दानामा सूक्ष्म मात्रामा, क्याल्सियम, म्याग्नेसियम, पोटासियम, जिंक, लौहतत्व, फोलिक, एसिडजस्ता खनिज र थोरै मात्रामा भिटामिन 'ए', 'बी', र 'सी' पनि हुन्छ। पुदिनाको पातको महत्व विदेशमा धेरै छ। यसले स्वास्थ्य राम्रो गर्छ भन्ने कुरा थाहा नपाएर धेरैले महत्व दिएका छैनन्। तर, औषधिका रूपमा त्यही पुदिना बजारमा आउँदा जति पनि पैसा तिर्छौं।

भारतमा उत्पादन गरिएका 'पुदिनहरा' क्याप्सुल नेपाली बजारमा प्रशस्तै बिक्री हुन्छन् । बाँबरी नखानेले 'पुदिनहरा' चाहिँ खान्छन् । गर्मीको बेला पुदिनाका पात राखी बनाएको सर्बतमा बिरे नुन र कागती हालेर सेवन गर्दा स्वादिलो र लाभदायी हुन्छ। बाँबरी र कागतीको टुक्रा पानीमा १०-१२ घण्टा भिजाएर पनि खान सकिन्छ। बाबरी उमालेर चियाजस्तै बनाएर पनि खान सकिन्छ, जुन तरिकाले खाए पनि यसले स्वास्थ्यलाई फाइदा पुग्छ।

डा. अरुणा उप्रेती

'पुदिना हरा' होईन, बारीको हरियो पुदिना खाए के होला?

स्वास्थ्य खबर

भान्साबाट फालिने फोहरको सदुपयोग गरेर वायो ग्याँस उत्पादन गर्ने घरेलु यन्त्रको बारेमा जानौं

फोहोर ब्यबस्थापनमा सबैभन्दा बैकल्पिक उपाय खोजेर शहरलाई सफा सुन्दर हराभरा बनाउने भारतको विभिन्न राज्यमध्ये हरियाना राज्य पहिलो नम्बरमा पर्छ। हरियाना राज्यले फोहोर ब्यबस्थापन र बैकल्पिक उर्जाको खोजिमा अहिले वायो ग्यास प्रयोग गर्ने अवधारणा बनाएको छ । राज्यका पालिकाको पहलमा शहरी, शहरउन्मुख तथा ग्रामीण क्षेत्रमा बसोबास भएका वासिन्दाहरूका लागि उपयुक्त उनीहरूका घर भान्सामा फालिने जैविक (सढने) फोहरबाट ग्यास उत्पादन गर्ने घरेलु यन्त्रको उत्पादन, विक्री वितरण, जडान र प्राविधिक रेखदेख तथा मर्मत गर्ने गरेको छ। यस यन्त्रमा तपाईं हाम्रा प्रत्येक घरका भान्सामा निस्किने र फालिने जैविक फोहर जस्तै, चामल पखालेको चौलानी, बचेको भात, दाल, तरकारी केलाउँदा निस्केका घुरान/झाम्टाहरू र अमिलो प्रकृति नभएका फलफूलका बोक्राहरूलाई मसीनो टुक्रा गरेर बराबर परिमाणमा पानीसंग मिसाएर बनाएको फोहरको मिश्रण हालेर ग्यासको उत्पादन घरमै गर्न सकिन्छ । नेपालमा पनि अहिले चितवन लगायत अरु जिल्लामा केहि सानो मात्रामा प्रयोगमा ल्याइएको छ। काठमाडौं जस्तो बढी जनघनत्व भएको ठाउँमा बढी फोहोर उत्पादन हुने र ग्यास खपत हुने ठाउँमा यो बिधि प्रयोगमा ल्याउन सके राम्रो हुने देखिन्छ।

वायो ग्यास प्रा. लि. ले गर्ने प्रमुख कामहरू र यन्त्रको विशेषता:

-यस वायो ग्यासले जडान गर्ने यो यन्त्र अत्याधुनिक, गुणस्तरीय, प्रयोग मैत्री, उपयोगी, सरल, वातावरण मैत्री, स्थानान्तरण गर्न मिल्ने र व्यवहारिक वायो ग्यास यन्त्र हो ।

- प्रा.लि. स्वयमले उत्पादन गरी विक्री गर्ने यस यन्त्रलाई गाउँ वा शहरका घरहरूमा कुशलता पूर्वक जडान गरीदिने छ।
- यो यन्त्र जडान गरेको घरमा निस्किने जैविक फोहर र खेरजाने खाद्यान्नको सदुपयोग यन्त्रमा कसरी प्रयोग गर्ने भनेर प्रा.लि.ले सिकाउने छ।
- प्रा.लि.ले यन्त्रबाट स्वच्छ खाना पकाउने ग्यास र जैविक तरल मलको उत्पादन गराउने र गर्न सिकाउने छ।
- प्रा.लि.ले यन्त्र जडान गरेको २ (दुई) वर्षसम्म यसको प्राविधिक रेखदेख गरिदिने छ।
- प्रा. लि. ले यन्त्र जडान गर्न ईच्छुक घर तथा समुदायलाई निशुल्क परामर्श दिनेछ।

यस यन्त्रमा, भान्साबाट निस्किने कुहिने प्रकृतिका फोहरहरूलाई मसिनो गरी टुक्रा पारेर त्यसमा बराबर मात्रामा पानी मिसाएर बनाएको मिश्रण विहान पाँच लिटर र वेलुका पाँच लिटर हाल्ने गरेमा धेरै ग्यासको उत्पादन भई बढी फाइदा लिन सकिन्छ । यसरी उत्पादन भएको ग्यास सिधै भान्सामा दालभात पकाउन प्रयोग गर्न सकिने छ । शहरी घरहरूमा खेर जाने यस्ता जैविक फोहरलाई प्रयोगमा ल्याएर ग्यास उत्पादन गर्ने यस यन्त्रलाई वैकल्पिक उर्जा प्रवर्धन केन्दले शहरी घरेलु वायो ग्यास यन्त्र नामाकरण गरेको छ।

वायो ग्यास यन्त्रका फाइदाहरू:

यस यन्त्रको जडान गरी ग्यास उत्पादन गरेका घरहरूले निम्न फाइदाहरू पाउने छन्।

- आयातित ग्यासको खपत कम हुनेछ, सानो परिवारलाई आयातित ग्यास नकिने पनि पुग्ने छ,
- आयातित ग्यासका लागि खर्च हुने रकम बचतमा परिणत हुनेछ,
- घरहरूमा खेरजाने जैविक फोहरको सदुपयोग हुनेछ,
- घरहरूमा फोहर संकलन गर्न आउनेलाई दिनुपर्ने मासिक भुक्तानी दिनु पर्दैन, बचतमा परिणत हुनेछ,
- यन्त्रबाट ग्यासका साथै करिब १० लिटर जैविक तरल मल दैनिक उत्पादन हुनेछ,
- करेसा बारीको लागि कुनै प्रकारको प्राङ्गारिक, जैविक वा रासायनिक मलखादको खरीद गर्नु पर्दैन,
- यस्तो जैविक तरल मल अन्य कम्पोष्ट मलहरूभन्दा बढी गुणस्तरको हुनेछ,
- आफूलाई चाहिनेभन्दा बढी जैविक मल उत्पादन भएमा विक्री गर्न सकिनेछ, आय आर्जन हुनेछ,
- आयातित ग्यासबाट बल्ने चुल्होको ज्वालाभन्दा ठूलो ज्वालामा आगो बल्ने हुँदा खाना पकाउने काममा समय कम लाग्ने छ,
- ग्यासको उत्पादन र संचय घर/भान्साभन्दा बाहिर हुने हुँदा आयातित ग्यासका सिलिण्डर बिस्फोट हुने जस्तो खतरा/जोखिम यसमा हुँदैन,
- फोहरबाट ग्यास बाल्न पाइने हुँदा दाउरा वा गुँइठा बाल्दा निस्किने धूँवा, धुलो र खरानीबाट बच्न सकिन्छ,
- जनसाधारणहरू दाउरा खोज्न वन जंगलमा जानु पर्दैन,
- गुँइठा बनाउने गोबरलाई मलमा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

स्थानीय सरकार र केन्द्रिय सरकारलाई निम्न फाइदाहरू हुने छन् ।

- स्थानीय सरकारलाई आफ्ना शहरहरूको फोहर व्यवस्थापन गर्न सहज हुनेछ,
- शहर बजारमा यत्रतत्र छरिने फोहरको नियन्त्रण हुनेछ,

तस्वीर तथा जानकारी - सुरज सिग्देल, युनिभर्सल बायो ग्यास प्रालि/ भरतपुर, चितवन

- वन जंगल विनाशहुनबाट जोगिने छ, हरियाली कायम रहने छ,
- फोहरमा भन्किने झिंगा, किरा तथा लामखुट्टेबाट फैलिने रोग फैलिन पाउने छैन,
- विदेशी मुद्रा तिरेर गरिने ग्यासको आयात घटने छ,
- सरकारले आयातित ग्यासमा दिने गरेको अनुदान रकम घटने छ,
- नेपालको व्यापार घाटा कम हुनेछ,

घरेलु वायो ग्यास उत्पादन गर्ने अरू तरिका पनि छन् । जस्तै जीवजन्तुको गोबरबाट र मानिसहरूले प्रयोग गर्ने शौचालयको सेफ्टी टैंकीबाट । यी तरिकाकालागि आफ्नो घरको वरिपरि जमिन हुनु पर्दछ । कतै सार्न नसकिने गरी स्थायी संरचना बनाउनु पर्दछ। कतिपयलाई शौचालयको फोहरको प्रयोगबाट उत्पादित ग्यासबाट भान्सामा खाना पकाउन, त्यस्तो ग्यासमा पकाएको खाना खान दिगमिग लाग्ने गर्दछ।

तर, यस शहरी घरेलु वायो ग्यास उत्पादन तरिकामा,

- वायो ग्यास यन्त्र बनाउनकालागि उच्च गुणस्तरको क्ष्इ ँष्दभच च्भकष्ल, नबिकक उयधमभच लगायतका कच्चा पदार्थबाट निर्मित टैंकीको प्रयोग गरिन्छ,
- यस्तो टैंकी घरको वरिपरि जमिन भए जमिनमा राख्न सकिन्छ,
- घरको वरिपरि जमिन नभए घरको छतमा राखेर पनि ग्यास उत्पादन गर्न सकिन्छ,
- उच्च स्तरको कच्चापदार्थबाट बनेको टैंकी भएकोले घामपानीबाट कुनै क्षति हुदैन,
- यन्त्रमा मात्रा मिलाएर फोहरको मिश्रण हाल्ने गरेमा ५० औं वर्षसम्म पनि ग्यास उत्पादन भै रहन्छ,
- एक स्थानबाट कतै अर्को ठाँउमा सार्नु परेमा सजिलै सार्न सकिन्छ,
- कुनै शौचालयको फोहर नहालिने हुँदा भान्सामा ग्यासको प्रयोग गर्न वा यो ग्यासमा पकाएका खानेकुरा खान दिगमिग मान्नु पर्दैन,
- वायो ग्यास यन्त्रमा जैविक फोहरको प्रयोग गरिने हुँदा घरको वरिपरी फोहर थुप्रिने वा छरिने छैन,
- यन्त्रमा फोहरको व्यवस्थापन गरिने हुँदा यो वातावरण मैत्री छ,
- यो यन्त्र र यसबाट हुने उत्पादनहरूबाट स्वास्थ्यमा कुनै खतरा वा जोखिम हुदैन,
- यस यन्त्रको जडान पछि मर्मत संभारमा रकम खर्च गर्नु पर्दैन,

बाँकी ८ पेजमा

कोभिड-१९ विरुद्धको खोप लगाउने सम्बन्धी सूचना

कोभिड- १९ सङ्क्रमणको जोखिम अहिले पनि कायमै रहेको र पुन: जुनसुकै समयमा महामारीको रुप लिन सक्ने भएकोले सोको रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि प्युठान जिल्लाका तपसिलका स्वास्थ्य संस्थाहरुबाट प्रत्येक बिहिवार नियमित रुपमा कोभिड १९ विरुद्धको खोप सेवा सञ्चालन भइरहेकोले आफूलाई पायकपर्ने नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा गई कोभिड-१९ विरुद्धको खोपको आवश्यक मात्रा (पहिलो वा दोस्रो वा बुस्टर) खोप लगाउनु हुन अनुरोध छ ।

तपसिल

क्र.सं.	स्थानीय तह	स्वास्थ्य संस्थाको नाम
१.	प्युठान नगरपालिका	साँपडाँडा स्वास्थ्य चौकी
२.	स्वर्गद्वारी नगरपालिका	भिंग्री प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र
३.	गौमुखी गाउँपालिका	पुजा स्वास्थ्य चौकी लिवासे
४.	झिमरुक गाउँपालिका	ओखरकोट स्वास्थ्य चौकी ढाँड
५.	नौबहिनी गाउँपालिका	बाहाने सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई
६.	मल्लरानी गाउँपालिका	खलङ्गा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र
७.	ऐरावती गाउँपालिका	पुरन्ठाँटी स्वास्थ्य चौकी
८.	माण्डवी गाउँपालिका	देविस्थान स्वास्थ्य चौकी
९.	सरुमारानी गाउँपालिका	बड्डाँडा आधारभूत स्वास्थ्य सेवा केन्द्र

अनुरोधक
स्वास्थ्य कार्यालय, प्यूठान

के तपाई ड्राइभिङ सिक्न चाहनुहुन्छ ? के तपाई ट्रायल कटाउन सक्नु भएको छैन ? अब तपाईको समस्याको समाधान लिएर प्यूठानमै आएको छ :

सन्ध्या ड्राइभिङ इन्स्टिच्युट

प्यूठान नगरपालिका - ३ जुम्री बजार, प्यूठान

हाम्रा सेवाहरु

-दक्ष प्रशिक्षकद्वारा बाइक, स्कुटी, कार तथा ह्याभि गाडी सुपत मुल्यमा सिकाउने ।
-सिकाउनको लागि आफ्नै फिल्ड भएको ।
-ड्राइभिङ लाइसेन्सको अनलाइन फर्म भर्ने सुविधा ।

शाखा प्रबन्धक
माधव पोखेल

सम्पर्क नं.
९८४८३८५०८०
९८५७०७०९४१

भान्साबाट...

- घर वरिपरि फोहर छरिन पाउँदैन र भिंगा, लामखुट्टे वा यस्तै किरा फैलिन रोकिन्छ,
- फोहर यत्रतत्र छरिई कुहिएर उत्पादन हुने मिथेन ग्यास उत्पादन हुँदैन र वातावरण प्रदुषित बन्दैन,
- घरायसी उर्जाको लागि दाउराको खोजी गर्नु पर्दैन, वन जंगलको विनास हुदैन,
- यन्त्रबाट जैविक तरल मलको पनि उत्पादन हुने हुँदा त्यस्तो मल करेसाबारी वा कौसी खेतीमा प्रयोग गर्न प्रोत्साहन मिल्नेछ अथवा मल विक्री गरेर थप आर्थिक लाभ लिन सकिन्छ।

यन्त्र जडान गर्नेले पालन गर्नुपर्ने अथवा अपनाउनु पर्ने सावधानीहरूः

- वायो ग्याँस टैंकीमा ढुंङ्गा, माटो, वालुवा वा प्लाष्टिक जस्ता नकुहिने वस्तु तथा रसायनिक/केमिकलजन्य पदार्थ राख्नु हुदैन,
- वायो ग्याँस टैंकीभित्र अमिलो वस्तु(कागती, निबुवा, सुन्तला जस्ता अमिला फलफूलजन्य) को फोहर राख्नु हुदैन,
- वायो ग्यास टैंकीमा फोहर र पानीको मिश्रण हालेपछि ग्यास जम्मा हुने माथिल्लो टैंकी ८/१० पटक हल्लाउनु पर्दछ।

नोटः यन्त्रबाट ग्यासको उत्पादन स्थान, मौसम र तापक्रम अनुसार फरक फरक हुनेछ । जडानका लागी लागत बढिमा पैतालिस हजारसम्म पर्न जान्छ ।

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम् अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरीने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं । वातावरणमैत्री गाउँपालिका बनाउन प्रतिवद्ध बनौं । विकास निर्माणका काममा जनसहभागिता जुटाऔं । छोरा र छोरीमा भेदभाव नगरौं । बाल विवाह न्युनीकरणका लागि अभियान चलाऔं । गाउँपालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक : सरूमारानी गाउँपालिका बड्डाँडा प्यूठान

खेती गर्न नसकिएको बाँझो जग्गा उपयोग गरौ । आयमुलक विरुवा लगाऔ ।

डिभिजन वन कार्यालय, प्यूठानको विभिन्न नर्सरीहरुमा विभिन्न प्रजातिका जडिवुटि, काठ प्रजाति तथा डालेघासका वहुवर्षिय तथा एक वर्षे विरुवा हाल वितरण भै रहेको हुँदा आफ्नो वाँझो रहेको नम्वरी आवादी, सामुदायिक वन कवुलियती वन क्षेत्रमा वृक्षारोपण गरी आय आर्जन गरौ तथा प्यूठान जिल्लालाइ हराभरा गरी काठ दाउरामा आत्मनिर्मभर वनाऔ ।

विरुवा वितरण हुने नर्सरी तथा सम्पर्क व्यक्तिहरु

१	वाङ्गेसाल वन नर्सरी	सम्पर्क व्यक्ति सहायक वन अधिकृत मनोज शर्मा (लम्साल) मोवाइल नं ९८४६४१८२०१
२	विजुवार वन नर्सरी	सम्पर्क व्यक्ति सहायक वन अधिकृत मनोज चौधरी मोवाइल नं ९८५७०३४९३३
३	भिंग्री वन नर्सरी	सम्पर्क व्यक्ति सहायक वन अधिकृत सितेश महतो मोवाइल नं ९८०४९३३११५
४	वरौला वन नर्सरी	सम्पर्क व्यक्ति सहायक वन अधिकृत दिपक के.सी. मोवाइल नं ९८५६०४४७४७

अनुरोधक
डिभिजन वन कार्यालय
खलंगा, प्यूठान

गाउँपालिका वासिलाई अनुरोध

१) जन्म, मृत्यु, बसाईसराई, बिवाह दर्ता जस्ता घटना ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
२) मालपोत लगायतका दस्तुर समयमै बुझाई जिम्मेवार नागरिक बनौं ।
३) कृषिमा आत्मनिर्भर, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाएर स्वरोजगार बनौं ।
४) आफ्नो सन्तानलाई सक्षम एवम् शिक्षित बनाउन विद्यालय पठाऔं।
५) गाउँ टोलको विकास निर्माण कार्यमा सहभागिता जनाऔं।
६) बाँझो जमिन उपयोग गरी खाद्यान्न संकट हटाउनुमा जोड दिऔं ।
७) रुख, बिरुवा बृक्षारोपण गरी वातावरण हरीयाली बनाऔं।
८) पूर्ण सरसफाई तथा हिंसा मुक्त समाज निर्माणमा सहयोग गरौं ।
९) आर्थिक कार्यमा महिला सहभागितामा जोड दिऔं ।
१०) बाल बिवाह रोकौं, छोरीको उज्वल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम् अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरीने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं ।
१२) गाउँपालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा ब्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक
नौबहिनी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, बाहाने प्यूठान

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । जेष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम् अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरीने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं। वातावरणमैत्री गाउँपालिका बनाउन प्रतिवद्ध बनौं । विकास निर्माणका काममा जनसहभागिता जुटाऔं । छोरा र छोरीमा भेदभाव नगरौं । बाल विवाह न्युनीकरणका लागि अभियान चलाऔं । गाउँपालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक
गौमुखी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, लिवासे प्यूठान

झुलेनी युनाईटेड नेटवर्क प्रा.लि. प्यूठानद्वारा प्रकाशित झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
अध्यक्ष : गिरुप्रसाद भण्डारी (९८५७८३३०५१), सम्पादक : दीपा घर्ति (९८५७८३६६७२)
कार्यालय : प्यूठान न.पा.-४, विजुवार भौकारोड, (फोन : ०८६-५९०४३६) इमेल : jhulenipyuthan@gmail.com मुद्रण : भिजन अफसेट प्रेस जस्पुर, प्यूठान