स्थानीय 'ख' वर्गको

झुलेनी पोष्ट

www.jhulenipost.com

वर्ष ९, अंक २५, २०७९ माघ १७ मंगलवार (Jhuleni Post Weekly 31 Jan. 2023) पृष्ठ ८, मुल्य रु. २०

साप्ताहिक

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिक
विज्ञापन प्रकाशनका लागि सम्पर्क
०८६-५९०४३६
कार्यालय : प्यूठान न.पा.-४, बिजुवार
Email : jhulenipyuthan@gmail.com

निरन्तरको खेलले उपलब्धि हुन्छ : सांसद थापा

बिवस जि.एम.
झुलेनी पोष्ट, प्यूठान

प्रतिनिधि सभा सदस्य सुर्य थापाले निरन्तरको खेलले मात्रै उपलब्धि हासिल हुने बताएका छन् । एकपटकको खेलले मात्र उपलब्धि हासिल गर्न नसकिने बताउँदै सांसद थापाले अनुशासित रुपमा खेल क्षेत्रमा निरन्तर लगाव हुनुपर्ने धारणा राखेका हुन् । माण्डवी गाउँपालिकामा सोमबार देखी सुरु भएको प्रथम राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड प्रतियायेगिताको उदघाटन कार्यक्रममा प्रमुख अतिथिको रुपमा बोल्दै थापाले खेलले हरेक पटकको समय खोजेको उल्लेख गर्दै एक पटकको खेलले मात्र उच्च स्थानमा पुग्न नसकिने बताए ।

'खेल क्षेत्रमा सफलता हासिल गर्न कैयौ पटक कोसिस गर्न आवश्यक छ', उनले भने, 'खेलाडी मात्र नभई खेल प्रशिक्षकको समेत विकास हुन जरुरी छ ।' खेलाडी, खेल एम्पायर, खेल शिक्षकहरू, सबैले अनुशासित रुपमा आफ्नो कौशलता प्रदर्शन गर्न प्रतियोगितामा सहभागीहरुलाई थापाले सुझाव दिएका छन् । गाउँपालिका अन्तर्गत विद्यालय स्तरीय यो कार्यक्रमले खेल क्षेत्रमा रुची भएका तर स्थान नपाएकाहरुलाई गतिलो मञ्च भएको उनको धारणा थियो । जिल्लामा भएका सबै स्थानीय तहमा राम्रा खेल मैदान, पूर्वाधार र स्टेडियमहरु बनाउनु पर्ने आवश्यक रहेको बताउँदै उनले प्रतिनिधि सभा सदस्यको हैसियतले आफूले सक्दो कोशिस गर्ने बताए । कार्यक्रममा प्रमुख जिल्ला अधिकारी बेद प्रसाद अर्यालले खेलकुद भनेको यूवाहरुलाई गतिशिल बनाउने, अनुशासित बनाउने र देश निर्माणमा टेवा पुऱ्याउने माध्यम भएको बताए । उनले खेलकुदका क्लबहरु वडा हुँदै पालिका स्तरीय सम्म क्लब गठन गरि पालिकामा रहेको खेलकुद शाखाले समन्वय गरेर अगाडी बढेमा खेलकुदको बिकास गर्नमा पनि सहयोग पुग्ने धारणा राखे । खेलकुद बिकासको लागि सामाजिक संस्थाको रुपमा अघि बढाउने खण्डमा संस्था दर्ता ऐनले पनि दर्ता गर्ने प्रावधान रहेको भन्दै संघिय, प्रदेश, स्थानीय तहबाट पनि आवश्यक समन्वय र सहकार्य गरेर खेलकुदलाई अगाडी बढाउन सुझाव

बाँकि ४ पेजमा ....

स्वर्गद्वारीमा चोर पक्राउ

पटक पटक चोरिमा संलग्न एक व्यक्तिलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ। जिल्ला प्रहरी कार्यालय प्यूठानका अनुसार बालक (नाम परिवर्तन) लाई प्रक्राउ गरि अनुसान्धान थालिएके छ। उनले स्वर्गद्वारी नगरपालिका वडा नं. ५, सारी स्थित राज बहादुर खत्रीको घरमा कोहि नभएको मौका पारी मुल ढोका फोरेर कोठामा रहेको दराजबाट पटक पटक गरी १ लाख ३५ हजार चोरी गरेको आरोप छ।

घटना बारे थप अनुसन्धान भैरहेको प्रहरीले जनाएको छ। प्रहरीका अनुसार बिभिन्न मितिमा पटक-पटक गरी नेपाली यतिका रकम चोरी भएको घटनाको विषयमा प्रारम्भिक अनुसन्धान पश्चात घटनामा संलग्न व्यक्ति वर्ष ५२ को लाई नियन्त्रणमा लिइएको हो। थप अनुसन्धानका लागि जिल्ला अदालत प्यूठानबाट ७ दिन म्याद थप गरी अनुसन्धान भईरहेको । जिल्लामा पछिल्लो समय चोरीका घटना बृद्धि हुँदै जाँदा लामो समयपछि प्यूठान प्रहरीले चोर पक्राउ गरी सार्वजनिक गरेको हो।

हाम्रो नजर

सँघारकै फोहोर देख्दैन प्यूठान नगरपालिका

जिल्लाकै मध्यभागमा रहेको गणतान्त्रिक खेलकुद मैदानको स्टेजमा निर्माण गरिएको शौचालयमा फोहोरको डंगुर थुप्रिदा नजिकै रहेको प्यूठान नगरपालिकाले देख्दैन। जिल्लाकै सानको रुपमा मानिने खेल मैदानको मञ्च समेत अधुँरै छ, व्यवस्थीत छैन। पानी पर्ना साथ चुहिन्छ। यहि माघ ८ र ९ मा नगरपालिकाले नै आयोजना गरेको अन्तरपालिका स्तरिय कर्मचारीहरुबीच मैत्रिपूर्ण फूटलबल प्रतियोगितामा खेल खेल्न, हेर्न आएका पाहुनाहरुलाई व्यवस्थित शौचालय नहुँदा शौच गर्न निकै समस्या थियो । यो बेला समेत शौचालय मर्मत गर्न नगरपालिकाको चासो देखाएन । नगरपालिकाको प्रमुख प्रशासकीय केन्द्रको सँघारमै रहेको खेल मैदानको शौचालय र मञ्चले प्यूठान नगरपालिकाको सिंहदरबार भित्र बस्ने प्रतिनिधिहरुलाई गिज्याइरहेको थियो। नगरपालिका तिरै मुख फर्केको प्रतिक्षालयले फुटवल खेल्न र हेर्न आएकाहरुलाई मर्मत संभारको आशा गरेको देखिन्थ्यो । फुटबल कार्यक्रमको उद्घाटन देखि समापन कार्यक्रमा नगरप्रमुख, उपप्रमुख र प्रशासकीय अधिकृत सहितको टोली अथितिको रुपमा मञ्चमै थिए । तर यहाँको फोहोर देखेनन वा देखेर पनि नजर अन्दाज गरे। अलपत्र तारा मण्डल देखिने स्टेजको अपूरा काम गर्न पर्छ भन्ने ठानेनन् । सबैको नजर पर्ने प्यूठान नगरपालिकाको स्वामित्वमा रहेको गणतान्त्रिक खेल मैदान प्यूठान नगरपालकाले नदेखे कस्ले देख्ने होला। सबै भेला हुने सार्वजनिक स्थलमा आखा नपर्ने प्यूठान नगरपालिका कसरी स्वच्छ र राम्रो नगरपालिका बनाउला ?

डोकोको बजार खोज्दै बेसि

प्यूठान न.पा. ९, मरन्ठानामा डोको बिक्रिका लागि बजार झरेका स्थानीय : तस्बिर बासुदेव

यतिबेला नियमित आम्दानी हुनेहरु बाहेक सर्वसाधारण आर्थिक मारमा छन्। ग्रामीण क्षेत्रमा व्यवसायिक रुपमा आय आर्जनका क्रियाकलाप सञ्चालन नहुँदा परम्परागत रुपमा पेशा गर्नेहरुलाई आफ्ना सामग्रि बिक्रि गर्न समस्या छ । गाउँमा हातैले सामान बनाउने र बजारमा ल्याएर बिक्रि गर्ने चलन नयाँ होइन। पछिल्लो समय गाउँ घरमा सडक पहुँच पुगैसँगै यातायातका साधन पनि गाउँ गाउँमा चल्ने गरेका छन् । परम्परागत रुपमा पेशा गर्नेहरुलाई गाउँमा सडक र यातायात पुगेपनि आम्दानीको स्रोत पुगेको देखिदैन। गाउँका किसानहरुलाई हिउँद याम सुरु भए आम्दानीको स्रोत बढ्ने हुन्छ। चोयाबाट बन्ने, डोको, नाम्लो, थुन्से, मान्द्रो लगायतका सामग्रि हिउँद याममा बढि मात्रामा खपत हुन्छ । मंसिर महिनामा उधौली पर्व मानेसँगै ग्रामीण क्षेत्रमा किसानहरुको काम बढ्ने बुढापाकाहरु बताउँछन् । मकैबाली खेती गर्नका लागि गाइ भैसीको मल बोक्न डोको सबैभन्दा बढि प्रयोग हुने सामग्रि हो । घरमै हातैले बुनेर बनाइने यि सामान निर्माणका लागि आधुनिक रुपमा मेसिन औजार नहुँदा महिनौ लगाएर यस्ता सामान निर्माण गरिन्छ।

जीवनको रङ्ग

काठ कुँद्ने कलामा भविष्य खोज्दै

एलबी थापा
झुलेनी पोष्ट

यहाँका हिरा बहादुर बि.क.ले काठका मुढामा कला देखाइरहेका छन्। यहि काठ कुद्ने कलामा बि.क.ले आफ्नो भविष्य खोज्दै यो पेशा रोजेका हुन्। परम्परागत रुपमा गाइभैंसिको दुध जमाउन प्रयोग हुने काठबाट बन्ने ठेको बनाउने तालिम लिइरहेका बि.क.ले सिपसँगै व्यवसायिक बन्ने योजना बनाएका छन्।' आम्दानीको लागि व्यवसाय थाल्ने सोंचमा रहेको छुँ', ५३ वर्षिय बि.क.ले भने, ' बजारमा आयातित प्लास्टिक र स्टिलका भाँडा बिस्थापन गर्न सकिन्न कि भन्ने चिन्ता छ।' नौबहिनी गाउँपालिका प्यूठानले लक्षित वर्गका स्थानीयलाई आय आर्जनका लागि तालिम दिएको हो। गाउँका १० जना सहभागि रहेको तालिममा गाउँपालिकाको आर्थिक सहयोग र इभान इन्जिनियर्स एण्ड कष्ट्रक्सनको आयोजनामा तालिम सञ्चालन भएको हो । गाउँपालिकाले परम्परागत सिपलाई व्यवसायीकरण गर्दै चलाएको तालिममा २८ वर्षिय युवक डोरमान भण्डारी पनि सहभागि छन् । गाउँमा आफू जन्मदा ३/४ जनाले काठका भाँडा बनाउने गरेपनि गाउँका अरुले यो सिप नसिकेको उनले बताए । परम्परागत सिप हस्तान्तरण नहुँदा आफूले पनि सिप सिक्ने र अरुलाई सिकाउने योजनामा रहेको झुलेनी पोष्टसँगको कुराकानीमा उनले बताए । गाउँमा चुँदारा जातिको पुर्ख्यौली पेशाको रुपमा रहेको काठबाट ठेकि बनाउने पेशा हस्तान्तरण हुन सकेको छैन। पहिले पहिले आफ्नै घरका बाउ बाजेबाट सिप सिकेर यो पेशामा लागेपनि पछिल्लो समयका युवाहरुले परम्परागत पेशा नरोज्दा मौलिक

बाँकि ४ पेजमा.....

सहिदलाइ सस्तो नबनाऔं

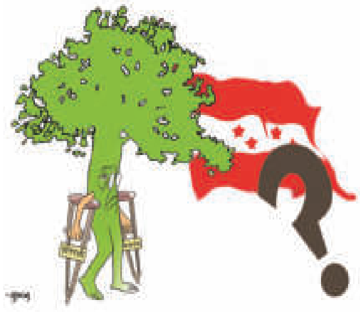
देश र जनताको हक अधिकारका लागि आफ्नो प्राण आहुति दिने सहिदको सम्झनामा हिजो माघ १६ गते विभिन्न कार्यक्रम आयोजना गरेर दिवस मनाइयो । प्रत्येक वर्ष माघ १० देखि १६ गतेसम्म सहिद दिवस मनाउने गरिन्छ । विसं २०१२ प्रत्येक वर्ष माघ १६ गते सहिद दिवस मनाउन थालेको इतिहास छ । सहिद शुक्रराज शास्त्रीलाई विसं १९९७ माघ १० गते टेकु स्थित पचलीमा मृत्यु दण्ड दिइएको थियो । सहिद धर्मभक्त माथेमालाई सिफलमा विसं १९९७ कै माघ १३ गते र गङ्गालाल श्रेष्ठ एवम् दशरथ चन्दलाई माघ १५ गते शोभा भगवतीमा मारिएको थियो । राणा शासनको विरोध गर्दै जनतालाई प्रजातन्त्रका पक्षमा एकजुट एवम् शिक्षित गरेको आरोपमा विसं १९९७ मा तत्कालीन राणा शासकले मृत्युदण्ड दिएको थियो । माघ १६ गते सहिद दिवसका दिन विभिन्न कार्यक्रमको आयोजना गरी मुलुक र जनताका लागि भएका अधिकारका आन्दोलनमा आफूलाई समर्पित गर्ने सम्पूर्ण सहिदको सम्झना गरिन्छ ।

मुलुकमा चलेको १० वर्षे सशस्त्र द्वन्द्व, २०६२/६३ सालको जनआन्दोलन, मधेस आन्दोलन र अन्य विभिन्न पहिचानका आन्दोलनपछि सहादत प्राप्त गर्ने व्यक्तिलाई सहिद घोषणा गर्ने प्रचलन बढेको छ । तर सरकारसँग हालसम्म मुलुकमा कति व्यक्ति सहिद भए भन्ने आधिकारिक तथ्याङ्क छैन । नेपालका पहिलो सहिद लखन थापालाई मानिन्छ । त्यस यता सरकारले विसं १९९७ मा प्रजातन्त्रका लागि प्राण आहुति दिने चार सहिद-शुक्रराज शास्त्री, माथेमा, श्रेष्ठ र चन्दलाई सहिद घोषणा गरी विभिन्न कार्यक्रम मार्फत प्रत्येक वर्ष सम्झिने गरेको छ । त्यस यता पञ्चायत कालमा प्रजातन्त्र पुनःस्थापनाका लागि भएका आन्दोलनमा पटक पटक थुप्रै योद्धाले सहादत प्राप्त गरेको भए पनि उनीहरूका बारेमा राज्यले त्यति महत्व दिएको देखिँदैन ।

मुलुकमा पछिल्लो पटक झैझगडा र दुर्घटनामा ज्यान गुमाएका व्यक्तिलाई समेत सहिद घोषणा गर्नुपर्ने र रु. १० लाख आर्थिक सहयोगका लागि दबाब दिने प्रचलनले वास्तविक सहिदको भावनामा चोट पुगेको गुनासा बढ्न थालेको छ । कसलाई सहिद भन्ने र कसलाई नभन्ने भन्नेमा विवाद आउन थालेपछि सरकारले २०६२/६३ सालको जन आन्दोलन पछि त्यसलाई व्यवस्थित गर्न दुई आयोग बनायो । तर त्यसको प्रतिवेदन हालसम्म पनि कार्यान्वियन भएको छैन । सरकारले नवराज सुवेदी र मोदनाथ प्रश्रितको संयोजकत्वमा सहिदको मापदण्ड बनाउन फरक फरक दुई आयोग बनाएको थियो । संविधान सभाबाट नयाँ संविधान जारी भएपछि पनि त्यसप्रति असन्तुष्टि जनाउँदै भएको आन्दोलनमा थुप्रै व्यक्तिले ज्यान गुमा इसकेका छन । सरकारले पछिल्लो मधेस आन्दोलनका क्रममा ज्यान गुमाएका व्यक्तिलाई सहिद घोषणा गर्न गठन गरेको आयोगले काम गरिरहेको छ । यो पनि फाइलन भएको छैन ।

कांग्रेस केन्द्र समितिलाई केही प्रश्न

रेवती प्रसाद भुसाल



नेपाली कांग्रेसमा अनपेक्षित र अस्वाभाविक निर्णय आउने क्रमको निरन्तरता जारी छ। पुस २६ गते त्यस्तै भयो। कांग्रेसले रछ्यानको पानी नाकले खायो। शुद्ध र दुर्गन्धित छुट्टाउन सक्ने घ्राण शक्ति कांग्रेसको निर्णायक तहमा रहेन। सरकारलाई विश्वासको मत दिएर प्रतिपक्ष नै रहन्छु भन्नु कुन किसिमको राजनीतिक नैतिकता हो, अति बिद्वान नेताहरूले व्याख्या गर्नुहोला। उहाँहरूका व्याख्या बुद्धिमान तथा विवेकवान नागरिकले मूल्यांकन गर्ने नै छन। दोस्रो संबिधानसभा निर्वाचनपछि सरकार गठनको समयमा संविधान निर्माणपछि सुशील कोइरालाले प्रधानमन्त्री छाडिदिने सर्तमा कांग्रेस-एमालेको सरकार गठन भयो। २०७२ आश्विन ३ मा संविधान जारी भयो। यद्यपि त्यो दुई वर्ष एमाले नेता ओलीसँग सहकार्य गर्न सुशील कोइरालालाई फलामको चिउरा चपाउनुसरह भएको थियो। तापनि सुशील कोइरालाले प्रधानमन्त्रीबाट राजीनामा दिनुभयो। राजनीतिक नैतिकताको पालना गर्दा पुनः कोइरालाले प्रधानमन्त्रीमा दाबेदारी गर्नुहुँदैनथ्यो। तर गर्नुभयो। संविधान जारी गर्ने सफलता प्राप्त गरेका नेताको गौरवशाली सत्ता बहिर्गमन हुनुपर्नेमा आश्विन २४ गते लज्जाजनक बहिर्गमन भयो।

आमकांग्रेसीको चाहना त्यो समयमा सुशील कोइराला पुनः प्रधानमन्त्रीमा लडनुहुँदैन भन्ने थियो। कार्यकर्तासँग निकै रमाउने मानिस प्रधानमन्त्री बनिसकेपछि इमानदार र प्रष्ट वक्ता कार्यकर्तासँग उहाँले पनि दूरी कायम गर्नुभएको थियो। केही सीमित व्यक्ति मात्र उहाँको नजिक थिए। मैले त्यो समयमा सुशील कोइरालाका भानिज रमेश भण्डारीसँग सम्पर्क गरी भनेको थिएँ, सुशील दाइलाई पुनः उठ्नबाट रोक्नुहोस। कुरा गर्छु भन्नुभयो। गर्नुभयो कि भएन थाहा छैन। दुर्घटना भैहाल्यो, मैले उहाँसँग आजपर्यन्त सोधेको छैन। उहाँलाई त्यो समयमा प्रधानमन्त्रीमा दाबेदारी गर्न दबाब दिनेमा उहाँकै एकजना पारिवारिक सदस्य हुनुहुन्थ्यो, जो त्यस समयमा संविधानसभा सदस्यसमेत हुनुहुन्थ्यो। उहाँको भाष्य थियो संविधान निर्माणपछि अब संसदीय राजनीतिको कोर्स सुरु भयो। संसदीय राजनीतिमा प्रमुख दुई दल नै सरकारमा जानुहुँदैन। संसद् प्रतिपक्षीबिहीन बन्छ। त्यो भाष्य निर्माण गर्ने व्यक्ति जो अहिले पनि संसद् सदस्य हुनुहुन्छ, उहाँ सरकारलाई समर्थन दिनुपर्नेमा सहमत हुनुभएछ।

राजनीतिको कुरूप चरित्र नै बनिसकेको छ कि समयको अन्तरालमा हुने समान परिस्थितिका घटनामा क्षुद्र स्वार्थ हेतु भाष्य बदलिन्छन। २०७२ सालको कांग्रेसको भाष्य आज बदलिएको छ। अब सामान्य कांग्रेसजनले के भन्नुपर्ने उर्दी आउने हो, नयाँ भाष्य निर्माताहरूले आदेश गर्ने नै छन। त्यसो त स्थापनाकालदेखिको कांग्रेसको भाष्य बदलिने क्रम २०४६ सालदेखि सुरु भएको हो। आत्मबल क्षीण भएर वैशाखी टेक्ने आदत परेपछि सहाराबेगर हिँडडुल गर्न सकिँदैन। २०४६ सालदेखि वैशाखी टेक्न रमाएको कांग्रेस अहिले वैशाखीबाट डोर्रिंदैछ। २०४८ सालदेखि शासन सञ्चालनको व्यवस्थापन गर्न असफल रहेको कांग्रेस २०५२ सालदेखि कुशासनतर्फ पाइला चाल्न सुरु गर्‍यो। २०५१ देखि २०७४ को अन्तरालमा सशक्त प्रतिपक्षी भूमिकामा सन्तोषजनक प्रदर्शन गरेको कांग्रेस २०७४ देखि प्रतिपक्षीय भूमिका पनि बिर्सन सुरु गरेको छ। सत्ताको समुचित उपयोग गर्न उदासीन रहेको पार्टी अहिले प्रतिपक्ष बन्न पनि अक्षम साबित भएको छ। बिपी कोइरालादेखि सुशील कोइरालासम्म आउँदा संसदीय प्रजातन्त्रको निष्ठामा प्रतिवद्ध पार्टी २०७९ पुस २६ गतेदेखि आफ्नै विधान र संसदीय मर्यादाको चीर हरण गर्न अग्रसर छ। तर्कद्वारा जस्तोसुकै भाष्य निर्माण गर्न सकिन्छ। गणिकाहरू, गणिकाप्रेमी व्यभिचारीहरू, बलात्कारीहरूले पनि आफ्नो पक्षमा भाष्य निर्माण गर्न सक्छन। त्यस्तो भाष्यलाई कुतर्क भनिन्छ। संसदीय प्रजातन्त्रमाथि अन्य पार्टीहरूबाट निरन्तर प्रहार भैरहेका थिए। आज कांग्रेसकै अगुवाइमा संसदीय प्रजातन्त्र, परम्परा र मान्यतामाथि हमला भएको छ।

राजनीतिक आकाशलाई प्रदूषित गराउनमा केपी ओलीले सबै राजनीतिक व्यक्ति तथा शक्तिलाई माथ गरेका थिए। नेपालीलाई राष्ट्रवादी र अराष्ट्रवादीको बिल्ला भिराउँदै विभाजन गर्ने कामको सुरुवात मोहनशमशेरले गरे। राजा महेन्द्रले त्यसैलाई मलजल गरी हुर्काए। ओली महेन्द्रलाई पनि माथ दिँदै सरल नेपालीको नसा नसामा आपसी विभाजनको विष घोल्दै विषाक्त बनाउँदै छन। प्रचण्डलाई आफ्नो गठबन्धनमा तानी प्रधानमन्त्री बनाएपछि जुँगा मुसार्दै भने- यो नेपालीहरूले बलजफ्ती बनाएको सरकार हो। मानौं यसअघिका सबै सरकार अर्कैको अह्रनखटनमा बनेका थिए। नेपालीले मतदानद्वारा निर्वाचित गरी बनाएको सरकारलाई अर्कैको अह्रनखटनमा बनेको भन्नु भन्दा नेपाल र नेपालीको बेइज्जत गर्न अरू कुन शब्द प्रयोग गर्नुपर्ला ?

ओली संसदीय प्रजातन्त्रप्रति निष्ठा भएका मानिस होइनन। उनीबाट सभ्य तथा रचनात्मक भाषाको अपेक्षा गर्नु पनि मुर्खता ठहरिन्छ। तर बहुलवादमा आधारित संसदीय शासकीय प्रणालीको एक मात्र पैरवीकर्ता कांग्रेसले संसदीय प्रणालीकै मुटुमा प्रहार गरेपछि संसदीय प्रणाली बेवारिसे अनाथ बनेको छ। प्रतिपक्षी दलको नेताको हैसियतका लागि संसद् सचिवालयमा विन्तीपत्र हाली निगाहमा प्राप्त गर्नुले आमकांग्रेसजनलाई लज्जित बनाएको छ। सत्र महिनाको छोटो अवधिमा संसदीय प्रजातन्त्रको मानक स्थापित गरेर जानुभएका बिपी कोइरालाको पार्टी संसदीय प्रजातन्त्र र राजनीतिलाई प्रदूषण गर्ने संसदीय प्रजातन्त्रलाई उपयोग गरेका केपी ओलीसँग प्रतिस्पर्धा गरिरहेको छ।

पटक पटक मिति सार्दै २०७९ माघ १५ गते बोलाइएको केन्द्रीय समितिको बैठक अनिश्चितकालका लागि स्थगित गरिएको छ। स्वार्थकेन्द्रित गुटमा बिभाजित केन्द्रीय समितिमा तथ्य तथा मानकमा अडिग रहेर विचार प्रस्तुत हुने र कार्यकर्ता तथा जनताका प्रश्न तथा जिज्ञासाको सम्बोधन हुने सम्भावना त्यसै पनि क्षीण थियो। तथापि कांग्रेसका भुइँ कार्यकर्ता र संसदीय शासन प्रणालीका समर्थकहरूमा उब्जेका निम्न प्रश्नको उत्तर कांग्रेसको केन्द्रीय समितिले दिनेछ भन्ने झिनो अपेक्षा थियो। शायद यी र यस्तै प्रश्नको सामना गर्ने साहसको कमीले बैठक अनिश्चितकालका लागि बैठक स्थगित गरिएको हुनुपर्छ।

शायद राष्ट्रपतिको निर्वाचनबाट थोरै प्रतिष्ठा जोगाउन सकिन्छ कि भन्ने मनसाय पनि होला। त्यसै पनि दलका नेता र मतदाताबीच जोइ/पोइको झगडा परालको आगो जस्तो सम्बन्ध छ। चार वर्ष तीन सय चौंसठ्ठी दिन यी नेतालाई जनताले गाली गर्छन तर मतदानको दिन यिनै नेतालाई जिताउन तँछाड/मछाड गर्छन। त्यसैले जनताको आलोचना र प्रश्नमा यिनीहरूमा रत्तिभर संवेदनशीलता र जिम्मेवारीपना देखिँदैन। तथापि तानाशाही शैलीमा पार्टी सञ्चालन गर्ने मनसाय होइन भने कांग्रेसको केन्द्रीय नेतृत्वले जवाफदेहिता देखाउँदै यी प्रश्नको उचित सम्बोधन गर्नेछ।

१० संसदीय प्रणालीको सुन्दरता नै सरकारलाई उत्तरदायी बनाउन सशक्त प्रतिपक्षी हुनु हो। सरकारका गलत नीतिको विकल्पमा वैकल्पिक नीति र कार्यक्रमका साथ सदा तत्पर रहनु हो। यसै कारण विपक्षी पार्टीलाई वेटिङ गभर्नमेन्ट, स्याडो गभर्नमेन्ट ९छाया सरकार० भनिन्छ। विपक्षी दलले सरकारलाई विश्वासको मत दिएर समर्थन गरेपछि त्यही दल सरकारको प्रतिपक्षी कसरी हुन सक्छ ? मन्त्रिपरिषद्मा सम्मिलित हुँदामात्र सरकारको समर्थन हुने तर प्रधानमन्त्रीलाई दिएको विश्वासको मतले सरकारको समर्थन मानिँदैन भन्नु काइते तर्क हो। संसदीय व्यवस्थामा सरकार भनेकै प्रधानमन्त्रीको सरकार हो। प्रधानमन्त्रीलाई बिश्वासको मत दिनु नै सरकारको समर्थन गरेको मानिने विश्वव्यापी संसदीय प्रणालीको अभ्यास हो र यो नेपालको कानुनमा प्रष्ट उल्लिखित पनि छ। के कांग्रेस संसदीय प्रणालीको प्रचलित अभ्यास र देशको कानुनको पालना नगरी समर्थन र विरोधको फरक छुट्टाउन नमिल्ने गरी संसद्लाई राष्ट्रिय पञ्चायतमा परिणत गर्न चाहन्छ ?

२० संविधानको धारा ७६ को उपधारा ३ को अवस्थामा सरकारलाई वैधता दिन मात्र विश्वासको मत दिन सकिन्छ र दिने प्रचलन पनि छ तर प्रधानमन्त्रीले सुविधाजनक समर्थन जुटाइ धारा ७६ को उपधारा २ अन्तर्गत सरकार निर्माण भैसकेको अवस्थामा प्रधानमन्त्रीलाई विश्वासको मत दिनुपर्ने बाध्यता कांग्रेसलाई किन पर्‍यो ? जनताले सोधिरहेका यो प्रश्नको जवाफ कांग्रेस केन्द्रीय समितिले के दिन्छ ? ३० चर्चा छ- राष्ट्रपतिमा समर्थन प्राप्त गर्ने सम्झौता गरी सरकारलाई विश्वासको मत दिएको हो। राष्ट्रपतिमा समर्थन प्राप्त होला/नहोला त्यो आगामी दिनमा देखिएला। तर के राष्ट्रपति पदका लागि कांग्रेसले आजसम्म अवलम्बन गर्दै आएको नीतिमा विचलन आउनुलाई उचित मान्न सकिन्छ ? *नागरिक दैनिकबाट*

शहीद र प्रजातन्त्र

नेपाली जनताले संस्थागत रूपले लोकतन्त्रको पूर्ण प्राप्ति गर्न धेरै वर्ष कुर्नुपऱ्यो । समयअनुसार लोकतन्त्र या प्रजातन्त्रको परिभाषा पनि बदलिने रहेछ भन्ने कुराका लागि नेपाल गतिलो उदाहरण हो ।

विश्वनाथ खरेल

प्रत्येक वर्ष शहीद दिवस मनाउँदा प्रजातन्त्रको कुरा जोडिएर आउँछ। १९९७ साल माघको यही साता देशका चार जना सपूतलाई प्रजातन्त्र मागेको आरोपमा तत्कालीन राणाले काठमाडौंका विभिन्न स्थानमा गोली हानेर तथा झुन्ड्याएर हत्या गरेका थिए । त्यसको १० वर्षमा राणाको शासन ढल्यो र सँगसँगै सामन्तवाद पनि ओरालो लाग्यो नेपालको सन्दर्भमा आन्दोलन र संघर्षको अर्थात बलिदानको इतिहास कायम भइसकेको हो कि अझै पनि यस्ता आन्दोलन र बलिदानको आवश्यकता छ भन्ने कुरा भने अनिश्चित रहेको छ । तर, नेपाली जनताले संस्थागत रूपले लोकतन्त्रको पूर्ण प्राप्ति गर्न धेरै वर्ष कुर्नुपऱ्यो । समयअनुसार लोकतन्त्र या प्रजातन्त्रको परिभाषा पनि बदलिने रहेछ भन्ने कुराका लागि नेपाल गतिलो उदाहरण हो । कम्युनिष्ट र गणतन्त्रवादीले २००७ सालमा नै राजतन्त्रको अन्त्यको कुरा गरेका भए पनि त्यतिबेलाको आन्दोलनको मुख्य शक्ति नेपाली कांग्रेस र सम्भवतः त्यतिबेलाका अर्धसामाजिक आधारसमेत गणतन्त्रका पक्षमा थिएनन् । वैधानिक राजतन्त्र शहीदको वेस्टमिनिस्टर प्रणालीलाई नै त्यतिबेला प्रजातन्त्र मानिएको थियो । तर, २०१७ सालमा राजा महेन्द्रले कु गरेर शक्ति हत्याएपछि देशमा गणतन्त्रवादी विचारमा तीव्र विस्तार भएको पाइन्छ ।

अर्थात अब वैधानिक राजतन्त्रवादीसँगै गणतन्त्रवादीको आवाज पनि शक्तिशाली भएर आयो, जसका लागि अनेक आन्दोलन र बलिदान भए। यसैगरी, २०४७ सम्म पनि वैधानिक राजतन्त्र र संसदीय प्रणाली बोक्ने विचारको प्रभुत्व स्थापित थियो, जसले गर्दा २०४७ को संविधान निर्माण गर्दा राजासँग शक्ति बाँडफाँड गर्न दल सहमत भए । तर, २०५२ मा थालिएको माओवादी सशस्त्र विद्रोहले समाजको सामन्ती अवशेषलाई जरैदेखि हल्लाइदियो । परिणामतः २०६२ सम्म आइपुग्दा नेपाली कांग्रेस र नेकपा एमालेजस्ता संसदीय शक्ति पनि गणतन्त्रको पक्षमा उभिए । यसरी नेपालले अनेक चरणमा लोकतान्त्रिक आन्दोलन गऱ्यो र यस क्रममा हजारौँले बलिदान दिए । २०६२/०६३ को आन्दोलनको परिणामले पनि अझै समाजका भित्री तहमा रहेका सीमान्तकृतका आवाज नसुनेको अनुभव गरेका मधेसवादीले अर्को चरणको आन्दोलन गरे, जसमा दर्जनौंको ज्यान गयो । अर्थात शहीदको चाङ लगाएर अहिलेको गणतन्त्र प्राप्त भएको हो । अझै पनि देशमा सीमान्तकृतको आवाज सुनिन बाँकी छ, वर्गीय शोषणबाट पार पाउन बाँकी छ, जसका लागि अर्को आन्दोलनको आवश्यकता त होइन बाध्यता पर्न सक्छ । कमसेकम अहिले शहीद दिवस मनाइरहँदा राजनीतिक दलहरूले शहीदको बलिदानलाई बुझेर गरेको खण्डमा मात्रै हामीले शहीदहरूप्रति गरेको सच्चा सम्मान गरेको ठहर्नेछ ।

मुलुकमा आर्थिक विषमताले बर्बादिएको, अन्ध र असामयिक परम्पराले भुरिएको समाजमा शहीद र निष्ठावान कार्यकर्ताको महत्त्व लुकाइन्छ, शोषित र पीडित जनता पाखा लगाइन्छन्, निम्न वर्गहरू उपेक्षितको उपेक्षितै राखिन्छन्। यस्तो स्थितिअन्तर्गत बहुजन हिताय-सुखायको समाज, अखण्डित, सग्लो देश, सबल, सुदृढ र सुरक्षित राष्ट्र, एवं शहीदी आकांक्षाअनुरूपको प्रजातन्त्रको निर्माण गर्नुपरेको छ । तर, जे भए पनि आफ्नो देश, संस्कृति र अस्तित्वको संरक्षण तथा स्वतन्त्रता प्राप्तिका निम्ति बलिदान दिने सम्पूर्ण ज्ञात-अज्ञात व्यक्तिको सपना साकार पार्ने सार्थक प्रयत्नसहितको मार्ग अवलम्बन गर्न सकिएन भने ती महान् सपूतको श्रद्धा हुनुको सट्टा घोर अपमान हुनेछ । शहीद दिवसको यस क्षणमा नेपाली मात्रले श्रद्धा र अपमानको गाम्भीर्यलाई बुझ्न मात्र सकेमा अमर आत्माले शान्ति प्राप्त गर्नेछ । नेपाली जनताले गरेका अनेक आन्दोलन र संघर्षको लामो शृंखलाले मात्रै यस्तो गणतन्त्रात्मक व्यवस्था प्राप्त भएको हो ।

यस्ता आन्दोलन र संघर्षका क्रममा नेपाली जनताका वीर, वीरांगना सन्तानले बलिदानको लामो परम्परा कायम गरेका छन्, जसको आरम्भ तिनै चार जना शहीद : गंगालाल श्रेष्ठ, दशरथ चन्द, शुक्रराज शास्त्री र धर्मभक्त माथेमाले गरेका थिए । यसरी एउटा देशले एउटा व्यवस्था ९तत्कालीन अवस्थामा सामन्ती शासन व्यवस्था०बाट अर्को व्यवस्थामा ९हाम्रो सन्दर्भमा पुँजीवादी व्यवस्थामा० फड्को मार्न भएका आन्दोलन हिंसात्मक दमन र प्रतिरोधका बाटोबाट गुज्रने परम्परा नै छ। अर्थात शहीदले बलिदान नदिई व्यवस्था परिवर्तन हुन सक्दैन भन्ने सत्यलाई नेपालको जनक्रान्तिको इतिहासले पनि पुष्टि गरेको छ। यस सन्दर्भमा ती चार जनालगायत सबै ज्ञात-अज्ञात शहीदमा हाम्रो श्रद्धाञ्जली । सुनौलो इतिहासका पानाहरूमा हराएका विश्वमा नै अनगिन्ती यस्ता व्यक्तिहरू छन् जसलाई मरणोपूर्वार्द्धमा लाञ्छना लगाइन्छ, देशद्रोही, राष्ट्रघाती आदि भनिने गरिन्छ । तर, तिनै देशद्रोहीले मरणोपरान्त दिएको प्रेरणाको मार्ग पहिल्याइएपछि तिनलाई शहीद शब्दले पुजिन्छ । यसरी ती वीर शहीदहरू धेरै इतिहासका पानाहरूका सुनौला अक्षरले कुँदिएका छन । इतिहासकारले यस्ता महान् व्यक्तिको अनुसन्धान तथा खोजखबर गर्दै आएका छन। यसको तात्पर्य के हो भोलिका भावी सन्ततिले यही मार्ग अवलम्बन गर्नुपर्ने हुन जान्छ । शहीदहरू पूजनीय एवं सबैका साझा सम्पत्ति हुन । यस्ता अमूल्य सम्पत्तिको संरक्षण गर्नु, कदर गर्नु सबै क्षेत्रका जनता तथा राजनीतिज्ञको संयुक्त जिम्मेवारी हुन आउँछ ।

वास्तविक भावनालाई बुझेर यदाकदा रुमलियएका शहीदको युद्धस्तरमा खोजतलास गरी सक्दो सम्मान गर्नु सबैको कर्तव्य हुन आउँछ । त्यसैले आजको प्रजातान्त्रिक वातावरणमा हामी सबैले प्रजातान्त्रिक चरित्र निर्वाह गरी हाम्रा मुटुका ढुकढुकीलाई यथार्थरूपमा कदर गरी उनीहरूले पहिलूयाएको बाटोमा अग्रसर हुन र भनाइअनुसार गराइमा परिणत गर्न सकेमा मात्र शहीदप्रति वास्तविक सम्मान गरेको ठहरिन सक्छ । समग्रमा भन्नुपर्दा शहीदले आफ्नो जीवन प्रजातन्त्र प्राप्त गर्न मात्र नगुमाएर प्रजातान्त्रिक मार्गदर्शन मात्र पहिल्याइदिएका हुन् शहीदहरू पूजनीय एवं सबैका साझा सम्पत्ति हुन । यस्ता अमूल्य सम्पत्तिको संरक्षण गर्नु, कदर गर्नु, सबै क्षेत्रका जनता तथा राजनीतिज्ञको संयुक्त जिम्मेवारी हुन आउँछ ।

वास्तविक भावनालाई बुझेर यदाकदा रुमलियएका शहीदको युद्धस्तरमा खोजतलास गरी सक्दो सम्मान गर्नु सबैको कर्तव्य हुन आउँछ । त्यसैले आजको प्रजातान्त्रिक वातावरणमा हामी सबैले प्रजातान्त्रिक चरित्र निर्वाह गरी हाम्रा मुटुका ढुकढुकीलाई यथार्थरूपमा कदर गरी उनीहरूले पहिलूयाएको बाटोमा अग्रसर हुन र भनाइअनुसार गराइमा परिणत गर्न सकेमा मात्र शहीदप्रति वास्तविक सम्मान गरेको ठहरिन सक्छ । मानिस बाँच्नका लागि जन्मन्छ र जन्मनका लागि मर्दछ । तर, समाजमा यस्ता पनि मानिस हुन्छन् जो बाँचिरहनका लागि मर्दछन् । यसरी मरेर गए पनि जनमानसमा बाँचिरहने सपूतमध्ये हाम्रा प्रातःस्मरणीय शहीद पनि हुन ।

राजधानी दैनिकबाट ।

जनहितमा जारी सन्देश

- फोहोर छोएपछि, खाना खानु वा खुवाउनु अघि, चपी प्रयोग गरिसके पछि साबुन 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 ।

अनुरोधक:
खानेपानी तथा सरसफाई डिभिजन कार्यालय परिवार प्यूठान

गाउँपालिकाबासीलाई 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 उज्जवल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला, अपाङ्गता व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खबरदारी गरौं ।
१२) पालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक :
नौबहिनी गाउँपालिका,
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, बाहाने प्यूठान

सुनौलो अवसर ! सुनौलो अवसर !! सुनौलो अवसर !!!

स्वास्थ्य कार्यालय, प्यूठानको आयोजनामा यहि मिति २०७९ माघ २९ गतेदेखि प्यूठान जिल्लाका तपसिलमा उल्लेखित मिति र स्थानमा परिवार नियोजन स्थायी बन्ध्याकरण महिलाहरुको लागि मिनिल्याप र पुरुषहरुका लागि भ्यासेक्टोमी गर्ने शिविर राखिएको हुँदा सन्तानको रहर पुगेका इच्छुक दम्पतीहरुले आफूलाई पायक पर्ने स्थानमा गई सेवा लिनुहुन अनुरोध छ ।

शिविर सञ्चालन हुने स्थान र मिति

क्र.सं.	पुजा स्वास्थ्य चौकी	२०७९ माघ २९ गते
१	ओखरकोट स्वास्थ्य चौकी	२०७९ फागुन १ गते
२	बाहाने सामुदायिक स्वास्थ्य इकाइ	२०७९ फागुन ३ गते
३	भिङ्गृ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र	२०७९ फागुन ५ गते
४	देविस्थान स्वास्थ्य चौकी	२०७९ फागुन ६ गते
५	बाङ्गेसाल स्वास्थ्य चौकी	२०७९ फागुन ७ गते
६	घरमपानि स्वास्थ्य चौकी	२०७९ फागुन ०९ गते
७	बरौला स्वास्थ्य चौकी	२०७९ फागुन ११ गते
८	सापडाँडा स्वास्थ्य चौकी	२०७९ फागुन १३ गते

नोटः अन्य थप जानकारीका लागि नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क राख्नुहुन अनुरोध छ । साथै महिला स्थायी वन्ध्याकरण सेवा लिनका लागि खालीपेट आउनु पर्नेछ ।

अनुरोधक :
स्वास्थ्य कार्यालय
बिजुवार प्यूठान

नगरपालिकाबासीलाई 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 उज्ज्वल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम् अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खबरदारी गरौं ।
१२) पालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक :
प्यूठान नगरपालिका,
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, बिजुवार प्यूठान

झुलेनी पोष्ट साप्ताहिकमा

लेख, रचना, कविता, समाचार, सुचना, सन्देश, बधाई, समवेदना लगायत अन्य जुनसुकै विविध विषयको प्रचार प्रसार र प्रकाशन गर्नुपरेमा हामिलाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।

झुलेनी युनाईट नेटवर्क प्रा.लि., बिजुवार भौका प्यूठान
फोन : ०८६-५९०४३६, Email : jhulenipyuthan@gmail.com

छोटकरि

गर्भवती अवस्थामा पोषणयूक्त खोना खानुपर्छः पोषण तथा खाद्य सुरक्षा निर्देशक भूमी शर्मा

नौबहिनी। बहुक्षेत्रीय पोषण योजना पालिका स्तरीय पोषण तथा खाद्य सुरक्षा निर्देशक समितिको बैठक नौबहिनी गाउँपालिकामा सम्पन्न भएको छ। सो कार्यक्रममा बोल्दै लुम्बिनी प्रदेश बहुक्षेत्रीय पोषण निर्देशक भुमी शर्माले स्वास्थ्य सम्बन्धि विशेष भुमिका स्थानीय तहको वडा अध्यक्षहरुको हातमा रहेको बताए। उनले गर्भवती महिला, सुत्केरी महिला तथा बृद्धबृद्धाहरुले पोषणमा ख्याल नदिदा अकस्मात ज्यान जाने गरेको भन्दै त्यसलाई थप न्यूनिकरण गर्न वडाको बढि भुमिका रहने बताएका हुन् । साथै यस्तो अवस्थामा बढि भन्दा बढि पोषणयूक्त खोनकुरा खान पनि उनले आग्रह गरे । गाउँपालिका अध्यक्ष दिल बहादुर थापाको अध्यक्षतामा सुरुभएको कार्यक्रममा उपाध्यक्ष बिस्ना थापा, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत शिव राज पौडेल, वाड अध्यक्षहरु, विषयगत शाखाका प्रमुखहरुको सहभागिता र बहुक्षेत्रीय पोषण योजनाका लुम्बिनी प्रदेशको निर्देशक भुमी शर्माको सहजीकरणमा सम्पन्न भएको थियो ।

मर्कावाङमा १३ जनाको निशुल्क भिडियो एक्सरे

माण्डवि । मर्कावाङ स्वास्थ्य चौकीबाट १३ जना गर्भवती महिलाहरुले निःशुल्क भिडियो एक्सरे सेवा लिएका छन् । माण्डवी गाउँपालिकाको समन्वयमा गर्भवती महिलाहरुका लागि निःशुल्क भिडियो एक्सरे घुम्ती सेवा कार्यक्रम आइतबार देखी सुरु भएको थियो । गाउँपीलका अन्तर्गतका ग्रामिण तथा दुर्गम स्थानका गर्भवती महिलाहरुलाई टाढाको अस्पताल पुग्न असहज भएको भन्दै पालिकाले गाउँको स्वास्थ्य चौकीबाटै अल्ट्रा साउण्ड तथा भिडियो एक्सरे दिन थालेको माण्डवी गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखाले जानएको छ। आर्थिक रुपले बिपन्न र जिल्ला जान नसक्नेहरुलाई यो कार्यक्रमले स्थानीयलाई लाभ दिएको छ। यो कार्यक्रम नियमित रुपमा सञ्चालन गर्ने गाउँपालिकाले जनाएको छ। सोही कार्यक्रम अनुसार सोमबार माण्डवी गाउँपीलका वडा नं.२ मर्कावाङका १३ जना गर्भवती महिलाहरुलाई सेवा दिइएको मर्कावाङ स्वास्थ्य चौकीमा कार्यरत शान्त बहादुर कुमालले जानकारी दिए।

काठ कुद्ने कलामा.......

सिप लोप हुँदै गएको हो । जिल्लाका ग्रामीण क्षेत्रमा अझैपनि गाइभैसी पाल्ने र यसको दूध जमाउनका लागि काठका ठेकीको प्रयोग गरिन्छ । बजारमा पाइने प्लाष्टिक र स्टिलका भाडामा भन्दा गाउमै कुदेर बनाइएका यस्ता काठका ठेकीमा दूध जमाएर दही बनाउन र मोही पार्न सजिलो हुन्छ। गाउमै पाइने गिठीको काठबाट ससाना आकारका गोलियालाई कुदेर ठेकी बनाउने गरिन्छ । दूध जमाउने ठेकी बाहेक मोही पार्नै ठेका, कोसी, आरी, खुर्पेटा कुदेर चुदारा जातिले आफ्नो जिविका चदाउादै आएका थिए। ठेकी बनाउनका लागि बाक, रुखान, सादन, लगायतका औजारको आवश्यक पर्छ। सानो ठेकी बनाउन कम्तिमा चार जना आवश्यक पर्छ। यसवाहेक कुदेर बनाइएका यस्ता सामाग्रीमा तेल राख्ने चौथा, दूध जमाउने ठेकी, हसिया राख्ने खुर्पेटा, अन्य सामान राख्ने आरी बनाइन्छ। स्वास्थ्यका लागि पनि काठका भाडा फाइदा जनक मानिन्छ । तर शहरी क्षेत्रमा सजावटका लागि राख्ने गरिएका यस्ता काठका भाडा गाउमा भने बिस्तारै हराउादै जान थालेका छन् ।

गाउँमा पशु पालन गर्ने व्यवसाय घटेपछि काठका ठेकीको प्रयोगमा पनि कमी आएको छ। वर्षौदेखि काठका भाडा कुदेर जीविका चलाउदै आएका चुँदारा जातिका नयाँ पुस्तामा सीप हस्तान्तरण हुन नसक्दा यो पेशा लोप हुँदै जान थालेको छ भने अर्कातर्फ यो पेशा ब्यवसायिक बन्न सकेको छैन।

निरन्तरको खेलले....

पनि दिए । यस्तै माण्डवी गाउँपालिका अध्यक्ष नवराज अधिकारीले खेललाई अनुशासित बनाए मात्र गाउँपालिकाको गौरव बढ्ने बताए । गाउँपालिकाले खेल क्षेत्रलाई महत्व दिएर यस्ता खाले कार्यक्रम आयोजनामा सहयोग गर्ने उनले प्रतिवद्धता व्यक्त गरेका छन् । स्वास्थ्यका लागि खेलकुद, राष्ट्रका लागि खेलकुद भन्ने नाराका साथ संचालन भएको प्रथम राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड प्रतियोगिता माण्डबि गाउँपालिकामा सोमबार देखी सुरु भएको हो । माघ १८ गते सम्पन्न हुने प्रतियोगितामा ५ विद्यालयका लागि १३ विद्याका खेलहरु सञ्चालन हुनेछन् । कार्यक्रममा गाउँपालिका अध्यक्ष नवराज अधिकारीको अध्यक्षता, प्रतिनिधि सभा सदस्य सुर्य थापा प्रमुख अतिथि रहेका थिए भने संविधान सभा सदस्य नारायण प्रसाद अधिकारी, लुम्बिनी प्रदेश सभा सदस्य तुल्सिराम शर्मा, जिल्ला समन्वय समिति उपप्रमुख दुर्गा रेग्मी, प्रमुख जिल्ला अधिकारी बेद प्रसाद अर्याल लगायत अतिथिको रुपमा मन्तव्य राखेका थिए। कार्यक्रमको सञ्चालन प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत प्रकाश पाण्डेले गरेका हुन्।

आँखा रोगीहरूको उपचार खर्च झिमरूकले बेहोर्ने

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

६० वर्ष भन्दा माथिका जेष्ठ नागरीकको आँखा उपचार खर्च झिमरुक गाउँपालिकाले वेर्होन भएको छ । आईतबार झिमरुक गाउँपालिका र प्रस्तावित नरेन्द्र गायत्री आखाँ अस्पताल बिजुवार प्यूठानले गाउँपालिका भित्र रहेका ६० वर्ष माथिका ज्येष्ठ नागरिक तथा आँखा रोगिहरुका लागि उपचार तथा बन्दोबस्तको सम्झौता गरेको गाउँपालिका अध्यक्ष पित बहादुर महतरा क्षेत्रीले बताए ।

गाउपालिकाले आँखाको अप्रेसनको लागि प्रतिव्यक्ति ५ हजार र औषधि वापत १ हजार गरि ६ हजार दिने भएको छ । त्यस्तै आँखा अप्रेसन बाहेक अन्य आँखाका रोगिहरुले उपचार गराएमा उपचारको बिल अनुसार भुक्तानी गरिदिने समेत गाउँपालिका अध्यक्ष पित बहादुर महतरा क्षेत्रीले बताए । त्यसका लागि आर्थिक बर्ष असार मसान्त सम्मको लागि गाउँपालिकाले कुल ५ लाख बजेट विनियोजन गरेको समेत अध्यक्ष महतराले बताए। झिमरुगाउपालिका भित्र रहेका आँखाका जो कोहि रोगिहरु अन्धकार भएर बस्न नपरोस भनी उक्त कार्यलाई बढी प्राथमिकता दिएको उनको भनाई छ । गाउपालिकाले विगत ३ बर्ष अघि देखि आँखा बिरामीका लागि अनुदानको रुपमा बजेट बिनियोजन गर्दै आएको छ । २०७७/०७८ मा ३ लाख, २०७८/०७९ मा ४ लाख ५० हजार र यो आर्थिक बर्षमा ५ लाख गरि अहिलेसम्म गाउपालिकाले कुल १२ लाख ५० हजार रकम गाउँवासीहरुको आँखा उपचारमा बजेट छुट्टाइसकेको छ त्यस्तै गाउँपालिकामा रहेका महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेविकाहरूको उपचार र वन्दोवस्त गर्नको लागि झिमरुक गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख विकास के.सी. र प्रस्तावित नरेन्द्र गायत्री आखाँ अस्पताल प्यूठानका कार्यालय प्रमुख सुजाता भण्डारीको रोहवरमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सुवाश रिजाल र व्यवस्थापन समितिका सदस्य अर्जुन कुमार कक्षपति विच सम्झौता भएको हो ।

लुप्लुङ मा.वि.ले मनायो ६३ औं वार्षिक उत्सव

झुलेनी पोष्ट
प्यूठान

लुप्लुङ माध्यमिक बिद्यालयले आफ्नो ६३ औ बार्षिक उत्सब सम्पन्न गरेको छ । वसन्त पञ्चमी एवं अभिभावक दिवसको अबसरमा गाउपालिका (बिद्यालय) स्तरिय वक्तित्व कला प्रतियोगिता सम्पन्न गर्दै आफ्नो ६३ औ बार्षिक उत्शव बिहिवार सम्पन्न गरेको हो । उक्त कार्यक्रममा प्रमुख अतिथिको भुमिका निर्वाह गर्दै गाउँपालिका अध्यक्ष डिल बहादुर थापा मगरले भौतिक व्यवस्थापन तथा शैक्षिक क्षेत्रको बिषयमा आवश्यक परेको समयमा गाउँपालिका तयार रहेको बताए । त्यस्तै गाउँपालिका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत शिवराज पौडेलले विगतका दिनमा यस बिद्यालयले राम्रो शिक्षा दिदै आएको भन्दै पछिका दिनमा पनि अझ व्यवस्थित गरेर जिम्मेवारी बहन गर्नुपर्ने बताए । विद्यालयका सहायक प्रधानाध्यापक कुमार भण्डारीले विद्यालयको लागि ४ कोठे भवन र क्याण्टिन आवश्यकता रहेको भन्दै गाउँपालिकामा माग समेत गरेका छन् । बार्षिक उत्सवको अवसरमा "रोजगार मुलक शिक्षा आजको आवश्यकता" भन्ने नाराका साथ मा.वि स्तरीय बत्तृत्वकला प्रतियोगिता कार्यक्रम समेत रहेको थियो। कार्यक्रममा ५ विद्यालय सहभागि रहेको सहायक प्रधानाध्यापक भण्डारीले जानकारी दिए। जसमा प्रथम ने.रा मा.वि डामृ, द्वितिय अम्बिका मा.वि फोप्ली र जनज्योति मा.वि लुङ्ग तृतिय भएको छ । बिजेतालाई नगद पुरस्कार सहित प्रमाण पत्र दिइएको छ । शिक्षक खेमराज भण्डारीको स्वागत मन्तव्य सहित विभिन्न वक्ताहरुले स्कुलको शैक्षिक गुणस्तर हुदैं जावस भनि सफलताको सुभकामना व्यक्त गरेका थिए । कार्यक्रम को सहजिकरण सहायक प्रधानाध्यापक कुमार भण्डारीले गरेका हुन् ।

गाउँपालिका बासीमा अनुरोध !

- समयमा उपभोक्ता समिति गठन गरी निर्धारित मितिमा काम सम्पन्न गरौं ।
- प्राविधिक गुणस्तरमा ध्यान दिऔं ।
- वास्तविक लागत सहभागिता गरी योजनाको अपतत्व आफै लिऔं ।
- विकास निर्माणमा सबैले चासो दिउँ र सहभागि बनौं ।
- आफ्नो घर अगाडी नाला तथा ढल सरसफाई गरी सभ्य नागरिकको पहिचान दिउँ ।
- आफ्नो घरबाट निस्कने फोहर व्यवस्थापन गरौं, कुहिने फोहरलाई प्राङ्गारिक मल बनाऔं, नकुहिने फोहरलाई उचित व्यवस्थापन गरौं ।

अनुरोधक
माण्डवी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
जस्पुर प्यूठान, लुम्विनी प्रदेश

छोटकरी

जनताप्रति सरकार उत्तरदायी छैन : राजमो

प्यूठान । राष्ट्रिय जनमोर्चा प्यूठानले सरकार जनताप्रति कहिल्यै उत्तरदायी नभएको गुनासो गरेको छ। आईतबार राष्ट्रिय जनमोर्चा पार्टी जिल्ला कार्य समिती प्यूठानले गणतन्त्रलाई कमजोर बनाउन खोजिएको, नेपालको भुभागहरु भारतले अतिक्रमण गरिरहदा पनि सरकारले व्यवास्ता गरिरहेको, गैरनेपालीहरुलाई नागरिकता दिइरहको, प्यूठानमा पछिल्लो समय चोरको विगविगी हुँदा पनि राज्यका ठूला निकायहरु गुमगाम रहेको भन्दै पत्रकार सम्मेलन गरी विज्ञप्ती प्रकाशित गरेको छ । प्यूठान नगरपालिका ८ बाग्दुला लोकतान्त्रीक होटलमा गरेको पत्रकार सम्मेलनमार्फत विभिन्न वहानामा सरकार पछि परेको भन्दै जनमोर्चाले ‘‘गणतन्त्र र राष्ट्रियताको जगेर्ना गरौ, सघिंयता खारेज गरौ’ भन्ने नाराका साथ जिल्लाभरका स्थानीय तहमा गई बिरोध प्रदर्शन गर्ने समेत जनाएको छ। साथै पार्टीले २०८० बैशाख २९ र ३० गते ऐतिहासिक पाँचौ जिल्ला सम्मेलन खलंगामा गर्ने विज्ञप्तीमार्फात जनाएको छ ।

गाउँमा पहिलोपटक नि:शुल्क एक्सरे सेवा

ऐरावती । ग्रामीण क्षेत्रमा पहिलोपटक निशुल्क अल्ट्रासाउन्ड सेवा सुरु भएको छ । जिल्लाको माण्डवी गाउँपालिका वडा न.१ तिराम स्वास्थ्य चौकिबाट गर्भवती महिलाहरुका लागि निशुल्क अल्ट्रासाउन्ड सेवा सुरु गरिएको वडा अध्यक्ष बाम बहादुर बुढामगरले जानकारी दिए ।

स्वास्थ्यमा सहज पहुँच पुऱ्याउने उदेश्यले विशेष गरी गर्भवती महिलाहरुलाई लक्षित गरेर आइतबार देखि प्रत्येक महिनाको १५ गते अल्ट्रासाउण्ड सेवा दिइने अध्यक्ष बुढामगरले बताए । सोही अनुसार आइतबार पहिलोपटक तिरामका १२ जना गर्भवती महिलाहरुले सेवा लिएका छन् । गाउँपालिकासगँ समन्वय गरेर आगामी दिनमा पनि अल्ट्रासाउण्ड सेवालाई निरन्तरता दिने उनले बताए ।

यसअघि त्यहाँका स्थानीय लामो यात्रा गरेर बिजुवार, घोराही लगायतका ठाउँमा सेवा लिन जान बाध्य थिए । अब गाउँमै सहजरुपमा सेवा पाउने भएपछि स्थानीय खुसी भएका छन् ।

७० औं कुष्टरोग दिवस बाल विद्यामा

प्यूठान । ७० औ विश्व कुष्ठरोग दिवस प्यूठानमा पनि मनाइएको छ । "कुष्ठरोग अन्त्यका लागि आजैबाट पहल गरौ" भन्ने मुल नाराका साथ वाल विद्या माद्यामिक विद्यालय मरन्ठाना मजुवामा दिवस कार्यक्रम सम्पन्न भएको हो । विद्यालयका प्राध्यानाध्यापक केसु गिरीको अध्यक्षता रहेको उक्त कार्यक्रममा, अतिथी विद्यालयकी शिक्षिका विमला घिमिरे रहनुभएको थियो । प्राध्यानाध्यापक केसु गिरीले कुष्ठरोग केहो ? यसका लक्षण, वच्ने उपाय तथा उपचारको वारेमा प्रष्ट पार्नुभएको थियो। कुष्ठरोग लाग्न नदिन समयमा नै सचेत हुनुपर्ने, रोग लागेका विरामीलाई सहयोग र सद्भावपूर्ण व्यवहार गर्नुपर्ने शिक्षक गिरीले बताए । कुष्ठरोगलाई निर्मुल पार्नका लागि समुदायस्तरमा सचेतनामुलक कार्यक्रम गर्ने र जनचेतना फैलाउनुपर्ने कुरामा जोड दिन आग्रह गरेका छन् । कार्यक्रममा विद्यार्थी, शिक्षक लगाएतको उपस्थिती रहेको थियो । कार्यक्रमको सञ्चालन शिक्षक रमेश गिरीले गरेका थिए ।प्रदेश जनस्वास्थ्य कार्यालयको तथ्याङ्क अनुसार लुम्बिनी प्रदेशमा ५सय८१ जना कुष्ठरोगका विरामी रहेका छन् ।

शिक्षा नै समाजको ज्योति हो : अधिकारी

माण्डवी । माण्डवी गाउँपालिका प्युठानको प्रधानाध्यापकहरुको समिक्षा बैठक भएको छ। समीक्षा बैठकमा गाउँपालिका अध्यक्ष नमराज अधिकारी (रोसन) ले शिक्षा सुधारको प्रमुख खम्बा शिक्षक रहेको बताएका छन् । बालबालिकाहरुको उज्यालो भविष्यको लागि शैक्षिक गुणस्तर सुधार गर्न शिक्षकहरु नै लाग्नपर्ने बताए ।

शैक्षिक पठन पाठनको मापन बालबालिकाहरुले ल्याउने नतिजाको आधारमा सम्मान र पुरस्कारको व्यवस्था गरिने समेत उनले जानकारी दिए। साथै अध्यक्ष अधिकारीले शिक्षानै समाजको ज्योति भएको हुदा शिक्षकले कौशल्यता र क्षमता प्रदर्सन गरि गाउँपालिकामा शिक्षालाई अग्रिम परिवर्तन गर्नुपर्ने वताएका हुन् ।

बैठकमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत प्रकाश पाण्डेले शिक्षा सम्बन्धी स्थानीय सरकारले गरेको निर्णय कार्यन्वयन गर्ने दायित्व सबै शिक्षकको रहेको बताउदै व्यबहारिक शिक्षालाई पनि जोड दिनु पर्ने बताए । समिक्षा बैठकको सहजीकरण शिक्षा शाखा प्रमुख तुल्सी कार्किले गरेका थिए ।

मापसे जाँच गर्दै प्यूठान प्रहरी

जिल्ला ट्राफिक कार्यालय प्यूठानले मापसे जाँच गर्न थालेको छ। सडक दुर्घटना जोखिम कम गर्न लागि साँझको समयमा मापसे चेकलाई तिव्रता दिन थालेको ट्राफिक प्रहरी जवान गणेश खत्रीले बताए । उनका अनुसार मापसे सेवन गरेर रातको समयमा सवार गर्ने चालकलाई जरीवाना तिर्न लगाइएको छ। साझको बेला अत्यधिक मात्रामा मादक पदार्थ सेवन गरी सवारी चलाउने कार्यलाई निरुत्साहित गर्न नियमित रुपमा मापसे छड्के जाँच गर्ने ट्राफिक प्रहरीको अभियान रहेको छ । साथै सिट क्षमता भन्दा बढि सवारी वस्दा अत्याधिक मात्रामा दुर्घटनाको जोखिम बढेको भन्दै ग्रामिण क्षेत्रमा चल्दै आएका सवारी साधनको नियमित रुपमा छड्के चेकजाच गर्दै आइरहेको प्रहरी जवान खत्रीले बताए। बिलबुक हेरेर मात्र दुर्घटना भएको सवारी मर्मत गर्न ग्यारेजहरुलाई निर्देशन समेत दिइएको प्रहरी जवान खत्रीको भनाई छ । बिलबुक नभएको सवारी मर्मत गर्न लिएमा तुरुन्त नजिकको प्रहरीलाई खबर गर्न ग्यारेजलाई आग्रह गरेको जवान खत्रीले बताए ।

स्वस्थ आहारका लागि यस्तो रुटिन

आस्था कार्की
पोषणविद्
मितहार डाइट क्लिनिक

बिहान ड्राई फुड

उठ्ने बित्तिकै एक गिलास मनतातो पानी पिएपछि सीधै ब्रेकफास्ट गर्दा हुन्छ। वा, फलफूल, ओट्स, चिउरा, दूध खाँदा पनि हुन्छ। घरमै बनाएको रोटी र चिया खान सक्नुहुन्छ। सकेसम्म चिनी नखाँदै राम्रो हुन्छ। ओखर, काजु, पिस्ता, बदाम, किसमिसजस्ता ड्राई फुड खाँदा स्वास्थ्यलाई फाइदा गर्छ। यस्ता ड्राई फुडमा प्रोटिनको मात्रा धेरै हुन्छ, जुन शरीरका लागि अत्यावश्यक हुन्छ।

ब्रेकफास्ट गर्दा तीन-चार सयसम्मको क्यालोरीयुक्त खाना खानुपर्छ। जसले काबीहाइड्रेट र प्रोटिनलाई सन्तुलनमा राख्न सघाउँछ। त्यसैले खाजा वा खानामा प्रोटिन र काबीहाइड्रेटको सन्तुलन मिलाउनुपछ। दाल, गेडागुडी, दूध, अन्डा, माछा, मासु मात्रा मिलाएर खानुपर्छ।

३ बजे खाजा

लन्च गर्दा दाल-भात-तरकारी खाँदा पनि हुन्छ। हरियो सागपातमा अझ बढी जोड गर्नुपर्छ। सिजनल तरकारी खाँदा राम्रो हुन्छ। गाँजर, काँक्रा, मुला, प्याज मिलाएर खाँदा राम्रो हुन्छ। उसिनेर पकाएको तरकारी खानु झनै राम्रो हुन्छ। खाना खाइसकेपछि दिउँसो करिब ३ बजे खाजा खानु उपयुक्त हुन्छ। दिउँसोको समयमा काबीहाइड्रेट कम र प्रोटिन धेरै भएको खानेकुरा खानुपर्छ। चना, भटमासजस्ता खानेकुरा खाँदा राम्रो हुन्छ।

बेलुका ढिलो खाना खाादा के हुन्छ ?

बेलुकाको खाना पनि समयमै खाँदा राम्रो हुन्छ। शारीरका लागि आवश्यक पर्ने खाना खाने समयमा ध्यान दिइएन भने त्यसले तपाईंको स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पर्न सक्छ। त्यसैले बेलुकाको खाना ७ देखि ८ बजेभित्र खाँदा राम्रो हुन्छ। बेलुकीको खानामा तरकारी तथा सागसब्जी समावेश गर्नुपर्छ।

बेलुका शारीरिक तथा मानसिक रूपमा आराम गर्ने समय भएकाले कम खाँदा राम्रो हुन्छ। सुत्ने समयमा शरीर धेरै सक्रिय नहुने भएकाले धेरै खाँदा पचाउन कठिन हुन्छ। प्रोटिन कम भएको खानेकुरा खानुपर्छ। कतिपयमा खाना खानेबित्तिकै सुत्ने बानी हुन्छ, जो राम्रो होइन।

खाना खाएपछि कम्तीमा चार घन्टापछि सुत्दा राम्रो हुन्छ। चार घन्टाभित्र खाना शरीरमा पचिसकेको हुन्छ। खाना खानेबित्तिकै सुत्नु राम्रो होइन। यस्तो बानीले बिहान उठ्दा फ्रेस हुन सकिँदैन। यदि, धूम्रपान, मद्यपानको लत छ भने आजैबाट छाड्नुस। यसले शरीरलाई राम्रो गर्दैन।

नयाँपत्रिका दैनिकबाट साभार।

नगरपालिकाबासीलाई 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 उज्ज्वल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैंङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम् अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं ।
१२) पालिकाबाट इजाजत लिएर मात्र घर निर्माण तथा व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।

अनुरोधक :
स्वर्गद्वारी नगरपालिका,
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, भिंगृ प्यूठान

सडक डिभिजन कार्यालय प्यूठानको सुचना

प्रस्तुत विषयमा सडक भिभिजन कार्यालयको कार्यक्षेत्र भित्र पर्ने भालुवाङ-चकचके सडक खण्ड अन्तर्गत NH-53 को चेनेज ३७+००० देखि ३८+००० कि.मि. खण्डमा मिति २०७९ पुस २८ गतेदेखि अर्को सुचना नहुँदा सम्मको लागि सडक बिस्तार गर्न गइरहेको हुँदा तपसिलको समयमा सडक बन्द रहने सूचना सम्बन्धित सबैमा सादर अनुरोध गरिन्छ।

तपसिल :

१) **स्थान** : भालुवाङ-चकचके सडक खण्ड
२) **चेनेज** : ३७+००० ३८+००० कि.मि.
३) **सडक बन्द हुने समय** :
बिहान ११:०० देखि बेलुका ५:०० बजेसम्म
४) **सडक खुल्ने समय** :
बिहान ८:०० देखि ११:०० बजे र
बेलुका ५:०० देखि ९:०० बजेसम्म

अनुरोधक
सडक डिभिजन कार्यालय, प्यूठान

गाउँपालिकाबासीलाई 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 उज्ज्वल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैंङ्गिक हिंसाको विरोध गरौं । ज्येष्ठ नागरिक, एकल महिला एवम् अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि वितरण गरिने सामाजिक सुरक्षा भत्ता र अन्य लक्षित कार्यक्रममा हुन सक्ने दुरुपयोगमा खवरदारी गरौं ।

अनुरोधक
झिमरुक गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
भ्यागुते प्यूठान, लुम्बिनी प्रदेश

गाउँपालिका बासीमा अनुरोध

- समयमा उपभोक्ता समिति गठन गरी निर्धारित मितिमा काम सम्पन्न गरौं ।
- प्राविधिक गुणस्तरमा ध्यान दिऔं ।
- वास्तविक लागत सहभागिता गरी योजनाको अपतत्व आफै लिऔं ।
- विकास निर्माणमा सबैले चासो दिउँ र सहभागि बनौं ।
- आफ्नो घर अगाडी नाला तथा ढल सरसफाई गरी सभ्य नागरिकको पहिचान दिउँ ।
- आफ्नो घरबाट निस्कने फोहर व्यवस्थापन गरौं, कुहिने फोहरलाई प्राङ्गारिक मल बनाऔं, नकुहिने फोहरलाई उचित व्यवस्थापन गरौं ।

अनुरोधक
गौमुखी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
लिवासे प्यूठान, लुम्बिनी प्रदेश

कन्य च्याउ खेती सम्बन्धी जानकारी

परिचय :

अहिले जाडोको मौषक चलीरहेको छ । हिउँद यामको यो समयमा कन्य च्याउ खेती गर्ने समय हो । पौष्टिक खाद्य पदार्थको रुपमा रहेको कन्ये च्याउ खेती गरी आय आर्जन गर्न सकिन्छ। धानको पराल, गहुँको छ्वाली, मकैको खोस्टा, तोरीको डाँठ आदिको सदुपयोग गरी यो च्याउ उत्पादन गर्न सकिन्छ। कन्ये च्याउ खेती गर्दा २०-३० डि.से. तापक्रम र आर्द्रता ८०-९० प्रतिशत हुनुपर्छ । सुहाउँदो तापक्रम भने २२-२५ डि.से. हो।

आवश्यक सामाग्री तथा खेती प्रविधी

१) सफा पराललाई बीउको मात्रा मिलाउनका लागि तौलने।

२) तौलेको पराललाई २ देखि २.५ इन्चको टुक्रा पार्ने।

३) पराललाई २ घण्टा सफा पानीमा डुबाउने।

सफा पानीले ३-४ पटक परालमा भएको धूलो पखाल्ने।

४) भिजाएको परालमा बढी भएको पानी हटाउन एक रात छायाँ परेको भिरालो ठाउँमा फिजाई पानी तर्काउने।

५) परालमा भएका सूक्ष्म जीवाणुलाई मार्न पानीको वाफले मात्र ३० मिनेटदेखि १ घण्टा सम्म पराल बफाउने।

६) बफाएको पराललाई सफा ठाउँमा राखी चिसोभएपछि १६**x**१८ इन्चको प्लाष्टिक झोलमा ६ इन्च जति पराल राखी बीउ छर्ने र फेरी ६ इन्च पराल राख्ने र बीउ छर्ने। यसै गरी ४-५ तह सम्म बीउ छर्ने। परालमा ढूसी राम्रो फैलाउन हल्का तरिकाले थिच्नुपर्छ।

७) प्लाष्टिक भित्र केही मात्रामा अक्सिजनको आवश्यकता पर्ने भएकोले १० से.मी. फरकमा १ से।मी। गोलाईको प्वाल पार्ने।

८) बीउ रोपी सकेको प्लाष्टिक झोलालाई अध्यारो ठाउँमा २५-३० डि.से. तापक्रम भएको कोठामा झ्याल ढोका बन्द गरी ३ हप्तासम्म राख्नुपर्दछ।

९) परालमा पूरा ढूसी फैलिएपछि प्लाष्टिक झोला चिर्ने र डल्लोलाई ईटा तथा फल्याकमाथि राख्ने। झुण्ड्याउन पनि सकिन्छ।

१०) प्लाष्टिक झोला चिर्ने समयमा परालमा स-साना च्याउका दाना पनि देखिन्छन। सो झोला खोलेको ५-७ दिनमा च्याउ टिप्न तयार हुन्छ।

११) दिनको २-३ पटक जमिनमा पानी छर्कने।

एउटा डल्लोबाट ३-४ पटकसम्म च्याउ फल्दछ।

च्याउ किन खाने ?

तरकारीका रुपमा प्रयोग गरिने च्याउ 'ढुसी' प्रजातिभित्र पर्छ। च्याउ जस्तो रङहीन तरकारीले पनि हाम्रो खानामा प्रसस्त मात्रामा भिटामिन र खनिज पदार्थ प्रदान गर्छ। खानपानले विभिन्न रोगहरु लाग्न नदिन र निराकरणमा मद्दत गर्ने त सबैलाई थाहै छ। त्यस्तै, च्याउको सेवनले पनि विभिन्न रोग लाग्नबाट बच्न सकिन्छ। थोरै क्यालोरी र थोरै चिल्लो पदार्थका साथै प्रसस्त पोषक तत्व पाइने च्याउलाई स्वास्थ्यका हिसाबले उपयुक्त तरकारी मान्न सकिन्छ। अन्य तरकारीमा जस्तै च्याउमा पाउने एन्टिअक्सिडेन्टले क्यान्सर लाग्न दिँदैन।

त्यसैगरी, च्याउमा प्रसस्त मात्रामा पाइने 'सेलेनियम' नामको खनिज पदार्थले कलेजोको काममा सहयोग पुर्‍याएर क्यान्सरजन्य पदार्थलाई शरीरबाट निस्कासन गर्न मद्दत गर्छ। सेलेनियमले रोगप्रतिरोगी क्षमता वृद्धि गर्न सहयोग गर्छ। च्याउमा पाइने 'फोलेट' नामक भिटामिनले शरीरमा वंशाणु तहमा हुने काममा मद्दत गरी क्यान्सर लाग्ने प्रक्रियामा वाधा पुर्‍याउने देखिएको छ। च्याउ यस्तो अचम्मको वनस्पति हो, जसमा भिटामिन डी पनि पाइन्छ। जसले शरीरका विभिन्न काममा फाइदा पुर्‍याउँछ। भिटामिन डीले च्याउमै पाइने फस्फोरस र क्याल्सियमको पाचन प्रक्रियामा मद्दत पुर्‍याउँछ। तसर्थ हड्डीको समस्या भएका र वृद्धहरुले च्याउलाई घाममै सुकाएर खाएमा धेरै लाभ लिन सक्छन्। च्याउमा केही मात्रामा 'आइरन' पनि पाइन्छ, जसले हाम्रो शरीरको सोस्न सक्ने क्षमतालाई बढाउँछ। तसर्थ च्याउको सेवनबाट रक्तअल्पता भएका व्यक्तिलाई फाइदा पुग्छ। च्याउमा प्राकृतिक रुपमै 'इन्सुलिन' पाइन्छ।

चिल्लो पदार्थ र कलेस्टेरोल नहुने भएकाले चिनीरोगीका लागि च्याउ उपयुक्त आहार मानिन्छ। त्यसैगरी, यसमा पाइने 'बिटा ग्लुकान' नामक तत्वले रगतमा ग्लुकोजको (कोलेस्टेरोल) मात्रा कम गर्न मद्दत गर्ने अनुसन्धानहरुले देखाएका छन्। बिटा ग्लुकानले रोग प्रतिरोधी क्षमता पनि वृद्धि गर्छ। च्याउमा प्रसस्त मात्रामा 'पोटासियम' पनि हुनेगर्छ। पोटासियम धेरै पाइने र सोडियम थोरै पाइने भएकाले मुटुरोग र रक्तचापका बिरामीका लागि उपयोगी हुन्छ। च्याउमा हाम्रो शरीरमा आवश्यक पर्ने 'फाइबर' पनि पाइन्छ। ढुसी प्रजातिमा पाइने फाइबर (बिटा ग्लुकान र काइटिन) ले भोक कम लगाउन मद्दत गर्छ। उच्च प्रोटिन र कम कोलेस्टेरोल हुने भएकाले मोटोपना भएका व्यक्तिका लागि च्याउ उपयुक्त खानेकुरा हुन सक्छ। यसैगरी, च्याउमा भिटामिन बी पनि प्रसस्त मात्रामा पाइन्छ, जसले हाम्रो शरीरका विभिना काममा मद्दत पुर्‍याएर हामीलाई स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ। कुनै पनि एउटा खाने कुरा त्यसमा स्वास्थ्यका लागि के तत्व पाइन्छ भन्ने कुराले महत्वपूर्ण हुनेगर्छ। च्याउ त्यस्तै महत्वपूर्ण खानेकुराभित्र पर्दछ।

दैनिक खानामा विभिन्न रङ्गीविरङ्गी फलफूल र तरकारीका साथमा कहिलेकाही रङहीन च्याउलाई पनि समावेश गर्नुपर्छ। तर, सबै च्याउ खानयोग्य भने हुँदैनन्। कतिपय च्याउमा मानव शरीरलाई हानी पुर्‍याउने विषालु तत्व पनि पाइन्छ। विशेषगरी, जंगली च्याउ खाँदा वा टिप्दा ध्यान पुर्‍याउनुपर्छ। 'जंगली च्याउ खाएर मृत्यु' भन्ने समाचार हामीले सुनिरहेकै हौं। तसर्थ, नचिनेका र जंगली च्याउका साटो खानयोग्य च्याउलाई आफ्नो भोजनमा समावेश गरेर धेरैभन्दा धेरै फाइदा लिऔं।

(भट्टराईले न्युट्रिसन एन्ड डाइटेटिक्समा बिएससी गरेकी हुन)

गाउँपालिकाबासीलाई अनुरोध

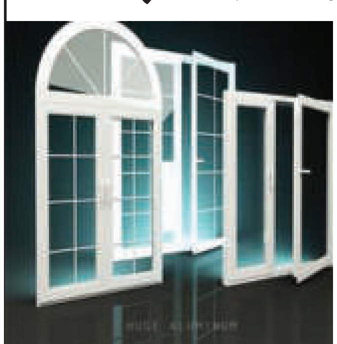
१) जन्म, मृत्यु, बसाईसराई, बिवाह दर्ता जस्ता घटना ३५ दिनभित्र सम्बन्धित वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।
२) मालपोत लगायतका दस्तुर समयमै बुझाई जिम्मेवार नागरिक बनौं ।
३) कृषिमा आत्मनिर्भर, पशुपालनमा युवा सहभागिता बढाएर स्वरोजगार बनौं ।
४) आफ्नो सन्तानलाई सक्षम एवम् शिक्षित बनाउन विद्यालय पठाऔं।
५) गाउँ टोलको 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 उज्ज्वल भविष्यको लागि आजैदेखि सोचौं ।
११) लैंङ्गिक 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 ।

अनुरोधक

सरुमारानी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
बड्डाँडा प्यूठान, लुम्बिनी प्रदेश

के तपाई घर बनाउँदै हुनुहुन्छ? आफ्नो घर अरूको भन्दा फरक र आकर्षक बनाउने चाहाना राख्नु भएको छ ?

त्यसो हो भने हामीलाई सम्झनुहोस् । अब प्यूठानमा पहिलो पटक आकर्षक तथा उत्कृष्ट कोरियन यू.पि.भि.सि. प्रविधिका गुणस्तरिय झ्याल, पार्टेसन र ढोकाहरू हामीले लिएर आएका छौं ।



साथै घर तथा अफिस सजावटका सम्पूर्ण फर्निचर तथा फर्निसिङ सामग्री आवश्यक परेमा हामीलाई सम्झनुहोस् ।

प्रो. प्रभात के.सी. (९८५७८३३९८१/९८४७८२१९८०)

एसियन यू.पि.भि.सि. एण्ड सप्लायर्स

प्यूठान नगरपालिका ४ जुम्री बजार प्यूठान

गाउँपालिका बासीमा अनुरोध

- समयमा उपभोक्ता समिति गठन गरी निर्धारित मितिमा काम सम्पन्न गरौं ।
- प्राविधिक गुणस्तरमा ध्यान दिऔं ।
- वास्तविक लागत सहभागिता गरी योजनाको अपतत्व आफै लिऔं ।
- विकास निर्माणमा सबैले चासो दिउँ र सहभागि बनौं ।
- आफ्नो घर अगाडी नाला तथा ढल सरसफाई गरी सभ्य नागरिकको पहिचान दिउँ ।
- आफ्नो घरबाट निस्कने फोहर व्यवस्थापन गरौं, कुहिने फोहरलाई प्राङ्गारिक मल बनाऔं, नकुहिने फोहरलाई उचित व्यवस्थापन गरौं ।

अनुरोधक

नौबहिनी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
बाहाने प्यूठान,लुम्बिनी प्रदेश

गाउँपालिकाबासीलाई 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) लैंङ्गिक 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 ।

अनुरोधक

मल्लरानी गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
खलङ्गा प्यूठान, लुम्बिनी प्रदेश

डिभिजन वन कार्यालय, प्यूठानको अनुरोध

देहाय बमोजिमका कार्य गर्न, गराउन दण्डनिय हुन्छ ।

वन फाँड्ने, वन क्षेत्रमा खनजोत गर्ने, खनिज उत्खनन् गर्ने, पूर्वाधार तथा घर टहरा बनाउने, व्यवसाय सञ्चालन गर्ने, विना इजाजत राष्ट्रिय वन, निजी वन तथा निजी आवादी समेतका वन पैदावार कटान, संकलन र ओसारपसार गर्ने सबै कार्य अपराध हुन् । यस्ता कार्य गरेमा वन ऐन, २०७६ बमोजिम कैद वा दश लाख रुपैयाँ सम्म जरिवाना हुने व्यवस्था रहेको छ ।

त्यसैले उक्त निषेधित कार्यहरु नगर्न नगराउनुहुन सबैमा अनुरोध गरिन्छ ।

अनुरोधक :
डिभिजन वन कार्यालय खलङ्गा प्यूठान

व्यक्तिगत घटना नागरिकको कर्तव्य हो ।

- व्यक्तिगत घटना ३५ दिन भित्रै आफ्नो स्थायी ठेगानाको वडा कार्यालयमा गई निशुल्क दर्ता गरौं ।
- जन्म र मृत्यु दर्ताको सूचना परिवारको मुख्य व्यक्तिले र निजको अनुपस्थितिमा परिवारको १८ वर्ष उमेर पुगेको व्यक्तिले दिन सकछन् ।
- विवाहको सूचना र पत्नी दुवैले दिनुपर्छ ।
  सम्बन्ध विच्छेदको सूचना अदालतको निर्णय सहित पति वा पत्नि कुनै एक पक्षले दिन सक्छन् ।
- बसाई सराई दर्ता गर्दा व्यक्ति आफूमात्र बसाई सरी गए व्यक्तिले र परिवार नै बसाई सरी गए परिवारको १८ वर्ष उमेर पुगेको व्यक्तिले सूचना दिनुपर्छ ।

नेपाल सरकार विज्ञापन बोर्ड

गाउँपालिका बासीमा अनुरोध !

- समयमा उपभोक्ता समिति गठन गरी निर्धारित मितिमा काम सम्पन्न गरौं ।
- प्राविधिक गुणस्तरमा ध्यान दिऔं ।
- वास्तविक लागत सहभागिता गरी योजनाको अपतत्व आफै लिऔं ।
- विकास निर्माणमा सबैले चासो दिउँ र सहभागि बनौं ।
- आफ्नो घर अगाडी नाला तथा ढल सरसफाई गरी सभ्य नागरिकको पहिचान दिउँ ।
- आफ्नो घरबाट निस्कने फोहर व्यवस्थापन गरौं, कुहिने फोहरलाई प्राङ्गारिक मल बनाऔं, नकुहिने फोहरलाई उचित व्यवस्थापन गरौं ।

अनुरोधक

ऐरावती गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
बरौंला प्यूठान, लुम्बिनी प्रदेश

उद्योगी, व्यवसायी तथा उपभोक्ता वर्गमा अनुरोध

उपभोग्य वस्तु खरिद बिक्रि तथा उपभोग गर्नुअगाडि देहायका कुराहरुमा ध्यान दिई सचेत उपभोक्ता एवं जिम्मेवार व्यसायीको परिचय कायम गरौं ।

- उद्योगी व्यवसायीहरुले सम्बन्धित निकायमा दर्ता गरेर मात्र उद्योग व्यवसाय सञ्चालन गरौं ।
- उद्योगबाट निस्कने ठोस तरल तथा अन्य फोहरहरुको छुट्टाछुट्टै निर्धारित मापदण्ड बमोजिम व्यवस्थापन गरौं ।
- बिक्रि गर्ने बस्तुहरु समय समयमा निरिक्षण गरी अखाद्य वा म्याद गुज्रेका सामानहरु बिक्रि स्थलमा नराखौं ।
- बिक्रियोग्य बस्तुको आवश्यकता अनुसारको तापक्रममा भण्डारण गर्ने गरौं ।
- बिना इजाजत सुर्तिजन्य र मदिराजन्य वस्तुहरुको बिक्रि वितरण नगरौं ।
- औषधी तथा औषधीजन्य पदार्थहरुको प्याकिङमा उपभोग्य मिति र प्रयोग गर्ने तरिकाको बारेमा उपभोक्तालाई जानकारी दिने गरौं ।
- अनुचित मुनाफा राखी वस्तु तथा सेवा बिक्रि गर्नु दण्डनीय अपराध भएको हुँदा त्यस्तो कार्य नगरौं ।
- कारोवार स्थलमा साइनबोर्ड तथा मुल्यसूची स्पष्ट देखिने गरी अनिवार्य रुपमा राख्ने गरौं ।
- उपभोग्य वस्तु खरिद गर्दा अनिवार्य रुपमा बिल बिजक लिने/दिने गरौं ।
- उपभोक्ताले कुनैपनि उपभोग्य वस्तु खरिद गर्दा उत्पादन मिति, मुल्य, तौल, उपभोग्य मिति, गुणस्तर आदि उल्लेख छ छैन हेरेर मात्र खरिद गरौं ।
- प्लाष्टिकको झोलाको विकल्पमा कपडा वा अन्य झोला प्रयोग गरौं ।
- कृत्रिम अभाव श्रृजना गरिएको, कमसल वस्तु बिक्रि वितरण गरेको पाइएमा स्थानीय प्रहरी कार्यालय, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, वा घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालयमा उजुरी गरौं।
- उपभोक्ता हित विपरित कुनै कार्य भएको थाहा पाएमा नागरिक खवरदारि गरौं ।

अनुरोधक : घरेलु तथा साना उद्योग विकास कार्यालय, खलङ्गा 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 भौकारेड, (फोन : ०८६-५९०४३६) इमेल : jhulenipyuthan@gmail.com मुद्रण : भिजन अफसेट प्रेस जस्पुर, प्यूठान