काँक्रेविहार

कर्णाली प्रदेशको पहिलो दैनिक

राष्ट्रिय दैनिक

www.kankrebihar.com



राष्ट्रिय संस्करण | वर्ष : २५ | अंक : १५८ | शनिवार, ७ चैत, २०८२ | Saturday, 21 Mar. 2026 | नेपाल संवत ११४६ | पृष्ठ : ४ | मूल्य : रू. १०

राजमार्ग सुरक्षा गस्ती तीव्र, ट्राफिक सचेतनाबाट ३२ हजार बढी लाभान्वित :

ट्राफिक कारवाहीबाट एक महिनामै १३ लाख बढी राजस्व संकलन

काँक्रेविहार संवाददाता
सुर्खेत, ६ चैत

नेपाल प्रहरी राजमार्ग सुरक्षा तथा ट्राफिक व्यवस्थापन कार्यालय, वीरेन्द्रनगर सुर्खेतले फागुन महिनामा सवारी साधनमाथि गरिएको ट्राफिक कारबाहीबाट उल्लेखनीय राजस्व संकलन गरेको छ।

कार्यालयका अनुसार सो अवधिमा कुल एक हजार ४३१ वटा सवारी साधनमाथि कारबाही गरिएको थियो। जसबाट १३ लाख ८० हजार रुपैयाँ राजस्व संकलन भएको छ।

कार्यालयका सूचना अधिकारी तथा प्रहरी नायव उपरीक्षक हरि बहादुर बि.सी.का अनुसार फागुन महिनाभर ट्राफिक प्रहरीले ७८ हजार ८३९ वटा सवारी साधनको चेकजाँच गरेको थियो।

उक्त अवधिमा बन्द, चक्काजाम, आन्दोलन वा हड्तालजस्ता कुनै गतिविधि नभएको उनले बताए।

सवारी दुर्घटनातर्फ भने ९३ वटा दुर्घटना भएको तथ्यांक सार्वजनिक गरिएको छ। ती दुर्घटनामा १३१ वटा सवारी साधन संलग्न रहेका थिए।

दुर्घटनामा परी आठ जनाको मृत्यु भएको छ, जसमा सात जना पुरुष र एक जना महिला रहेको सूचना अधिकारी बि.सी ले बताए।

यस्तै, दुर्घटनामा १६० जना घाइते भएका छन्। घाइतेमध्ये ९३ पुरुष, ४७ महिला, १० बालक र १० बालिका रहेका छन्। तीमध्ये ६४ जनाको अवस्था गम्भीर र ९६ जना सामान्य घाइते भएका थिए। सबै दुर्घटनामा ट्राफिक प्रहरीले सक्रिय रूपमा उद्धार कार्य गर्दै ९३ वटै घटनामा उद्धार गरेको कार्यालयले जनाएको छ।

यसैबीच, कार्यालयले सवारी दुर्घटनाका प्रमुख कारणसमेत सार्वजनिक गरेको छ। तथ्यांक अनुसार सबैभन्दा धेरै दुर्घटना सवारी चालकको लापरबाहीका कारण भएको देखिएको छ, जसको संख्या ६८ रहेको छ। तीमध्ये तीव्र गति, मापसे, चालकको असक्षमता तथा गलत स्थानमा पार्किङजस्ता कारण प्रमुख रहेका छन्।

त्यस्तै, सवारी साधनकै कारण ११ वटा दुर्घटना भएका छन्, जसमा मुख्यतया ब्रेक फेल हुने समस्या देखिएको छ। सडक प्रयोगकर्ताको कारणबाट कुनै दुर्घटना नभएको तथ्यांकमा उल्लेख छ भने यात्रु स्वयंको ध्यान नदिँदा एक वटा दुर्घटना भएको छ।

सडकको अवस्थाका कारण चार वटा दुर्घटना भएका छन्, जसमा उकालो, धुलो तथा सडक निर्माणको प्रभाव देखिएको छ। मौसमका कारण कुनै दुर्घटना नभएको उल्लेख गरिएको छ, भने जनावरका कारण एक वटा दुर्घटना भएको छ, जहाँ बादरले बाटो काट्दा दुर्घटना भएको जनाइएको छ।

प्रहरीले सवारी चालकलाई ट्राफिक नियम पालना गर्न, सावधानी अपनाउन र सुरक्षित यात्रा गर्न आग्रह गरेको छ।

> स्थानीय टोल समुदायका सर्वसाधारणलाई लक्षित गरी ३८५ पटक कार्यक्रम सञ्चालन हुँदा २२ हजार ३३६ जना लाभान्वित भएका छन् ।



सुरक्षा गस्तीसँगै सचेतना तीव्र

नेपाल प्रहरी राजमार्ग सुरक्षा तथा ट्राफिक व्यवस्थापन कार्यालय, वीरेन्द्रनगर सुर्खेतले राजमार्ग सुरक्षा गस्तीलाई तीव्र बनाएको छ । भने ट्राफिक व्यवस्थापन तथा सचेतनामूलक कार्यक्रमलाई प्रभावकारी रूपमा सञ्चालन गर्दै आएको छ।

कार्यालयका अनुसार फागुन महिनामा राजमार्ग सुरक्षा गस्ती अन्तर्गत रत्न राजमार्ग, कर्णाली राजमार्ग, राप्ती राजमार्ग, मध्यपहाडी लोकमार्ग, भेरी करिडोर, मदन भण्डारी राजमार्ग, कर्णाली करिडोर लगायतका मुख्य राजमार्ग तथा भित्री सडक खण्डहरूमा नियमित गस्ती सञ्चालन गरिएको थियो।

कार्यालय तथा मातहतका जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालयका प्रमुखहरूको नेतृत्वमा ती क्षेत्रमा निगरानी बढाइएको छ। यसै अवधिमा समुदाय तथा विद्यालय केन्द्रित विभिन्न ट्राफिक सचेतना कार्यक्रमसमेत सञ्चालन गरिएको थियो । तथ्यांक अनुसार विद्यालय तथा कलेजमा ट्राफिक सचेतना कक्षा ५७ पटक सञ्चालन गर्दा पाँच हजार १३ जना लाभान्वित भएका छन् ।

नयाँ चालकलाई लक्षित गर्दै २८ पटक कक्षा सञ्चालन गरिँदा एक हजार ४५६ जना सहभागी भएका थिए। त्यसैगरी, व्यवसायी तथा चालक परिचालकहरूका लागि २४ पटक कार्यक्रम सञ्चालन गरी एक हजार १२८ जनालाई सचेतना प्रदान गरिएको छ।

स्थानीय टोल समुदायका सर्वसाधारणलाई लक्षित गरी ३८५ पटक कार्यक्रम सञ्चालन हुँदा २२ हजार ३३६ जना लाभान्वित भएका छन् । भने यात्रु तथा पैदलयात्रीहरूका लागि सुरक्षित यात्रा तथा बाटो काट्ने सम्बन्धी ३५ वटा कार्यक्रममार्फत दुई हजार ६३ जनालाई जानकारी प्रदान गरिएको छ। यसरी, कुल ५२९ पटक सञ्चालन गरिएका कार्यक्रमबाट ३२ हजार ५६ जना लाभान्वित भएका हुन्।

यता, प्रहरी कार्यालयको हेल्पलाइन तथा ड्युटी अधिकृतमार्फत प्राप्त गुनासाहरूलाई समेत सम्बोधन गरिएको छ । साथै, कारबाहीमा परेका कागजात, दुर्घटना सिफारिस, छलफल तथा मिलापत्रलगायत सेवाग्राहीहरूको कुल संख्या दुई हजार १३४ जना रहेको कार्यालयले जनाएको छ।

प्रहरीले ट्राफिक नियमको पालना, सुरक्षित यात्रा र सचेत व्यवहार अपनाउन सबैमा आग्रह गर्दै राजमार्ग सुरक्षा गस्तीलाई आगामी दिनमा अझ सुदृढ बनाउने जनाएको छ।

नेविसंघले गर्यो कांग्रेससँग सम्बन्धविच्छेद



काँक्रेविहार संवाददाता
काठमाडौं, ६ चैत

नेपाल विद्यार्थी संघले नेपाली कांग्रेसको भ्रातृ संस्थाका रुपमा नरहने निर्णय गरेको छ। नेविसंघको काठमाडौंमा सम्पन्न सिनेट बैठकले पार्टीको भ्रातृसंस्थाका रुपमा नभई विद्यार्थीहरुको हिताग्रही संस्थाका रुपमा रहने निर्णय गरेको हो।

नेपाली कांग्रेसको सिद्धान्त र नीतिप्रति आस्था रहेपनि पार्टीको प्रत्यक्ष प्रभाव र प्रणालीभित्र नरहने गरी नेविसंघले कार्यगत स्वायत्ततासम्बन्धी प्रस्ताव पारित गरेको हो।

नेविसंघ अध्यक्ष दुजाङ शेर्पाले नेविसंघको विधान अनुसार सिनेट बैठक महत्वपूर्ण नीतिगत र वैधानिक निर्णय गर्ने थलो हो। सिनेट बैठकको निर्णयले नेविसंघलाई स्वायत्त र स्वचालित संस्थाका रुपमा स्थापित गरेको उनले बताए।

'बदलिदो समय अनुसार विद्यार्थी आन्दोलनमा पनि सुधार जरुरी रहेको महसुस गरेकै थियो। सिनेट बैठकले नेविसंघमा संस्थागत सुधारको ढोका खुलेको छ। अब पार्टीप्रति सैद्धान्तिक समर्थन रहेपनि कार्यप्रणाली स्वायत्त बनाउने निर्णय गरेका छौं', अध्यक्ष शेर्पाले नेपाल प्रेससँग भने।

उनले पार्टीको भ्रातृसंस्थाका रुपमा रहँदा विद्यार्थी संगठन र आन्दोलनप्रति नै प्रश्न उठ्न थालेको भन्दै लोकतान्त्रिक मूल्य मान्यताप्रति ऐक्यवद्ध रहँदै विद्यार्थीहरुको विवेकअनुसार चल्ने संस्थाका रुपमा नेविसंघलाई अगाडि बढाउन खोजिएको उनले बताए।

साथै सिनेट बैठकले नेविसंघको आगामि बैशाख २० र २१ गते गर्ने निर्णय पनि गरेको छ।

वाइडबडी घोटालाको छानबिन गर्न समिति गठन

काँक्रेविहार संवाददाता
काठमाडौं, ६ चैत

नेपाल वायु सेवा निगमको बेथिती र वाइडबडी जहाजमा भएको घोटालाको छानबिन गर्न समिति गठन गरिएको छ। संस्कृति पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालयका सहसचिव मुकेश डङ्गोलको संयोजकत्वमा पाँच सदस्यीय समिति गठन गरिएको मन्त्रालयका प्रवक्ता जयनारायण आचार्यले जानकारी दिए।

मन्त्रालयले बिहीबार (चैत ५) सचिवस्तरको निर्णयानुसार नेपाल वायुसेवा निगमको बेथिती र वाइडबडी जहाजमा भएको भ्रष्टाचार लगायतको विषयमा प्रमाण संकलन, अध्ययन एवम् छानबिन गरी कार्यान्वयन कार्ययोजनासहितको प्रतिवेदन एक महिना(तीस) दिनभित्र पेश गर्न भनिएको प्रवक्ता आचार्यले बताए।

कार्यक्षेत्रगत शर्त (टीओआर) बमोजिम काम गर्ने गरी आवश्यक प्रमाण संकलन, अध्ययन एवम् छानबिन गरी प्रतिवेदन पेस गर्न भनिएको छ।

स्रोतका अनुसार गोरखा निर्वाचन क्षेत्र नम्बर १ बाट प्रतिनिधि सभा सदस्यमा निर्वाचित सुदन गुरुङले छानबिन गर्न दबाब दिदै ज्ञापनपत्र बुझाएका थिए।

दाउन्ने सडकखण्डमा राती मालवाहक सवारी चलाउन रोक

काँक्रेविहार संवाददाता
काठमाडौं, ६ चैत

पूर्व-पश्चिम राजमार्गअन्तर्गत नवलपरासीको दाउन्ने सडकखण्डमा शुक्रवारदेखि ३ रात सवारीसाधन चलाउन रोक लगाइएको छ।

नारायणघाट-बुटवल सडक योजना (पश्चिम खण्ड) कार्यालयले एक सूचना जारी गर्दै यस्तो जानकारी गराएको हो।

कार्यालयले सूचना जारी गर्दै शुक्रबार बेलुका ७ देखि आइतबार बिहान ५ बजेसम्म दुम्कीबास-दाउन्ने-बर्दघाट खण्डमा सवारी रोक्ने निर्णय गरेको हो।

दाउन्ने खण्डमा सडक चिप्लो हुँदा सवारी सञ्चालनमा कठिनाई भएको छ। बुटवल-नारायणगढ सडक विस्तारअन्तर्गत अहिले दाउन्ने खन्डमा काम भइरहेको छ।

'यस दुम्किबास-दाउन्ने-बर्दघाट क्षेत्रमा मिति २०८२ चैत्र ६ गते दिउँसो १ बजेदेखि परिरहेको भारी वर्षाका कारण सडक चिप्लो भई यस खण्डमा ठूला मालवाहक सवारीसाधनहरू चिप्लिने, अड्किने समस्या देखिएको र सो कारणले सडक जाम भएर सवारी आवागमन अवरुद्द भएकोले सडक आवागमनको अवस्था हेरी मिति २०८२/१२/०६ देखि २०८२/१२/०८ सम्म रातिको समयमा (बेलुका ७ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म) ठूला मालवाहक सवारी साधनलाई बर्दघाटतर्फ त्रिवेणी चोक (टीसीएन चोक) मा र दुम्किबास बजारमै रोकी छोटो तथा लामो दूरीका यात्रुवाहक सवारीसाधन तथा आकस्मिक सेवाका सवारीसाधनलाई प्राथमिकताका आधारमा मात्र सञ्चालन गर्न/गराउन यो सूचना जारी गरिएको छ', सूचनामा भनिएको छ।

कांग्रेसको चुनावी समीक्षाः

विपक्षीको 'भावनात्मक नारा' चिर्न नसक्नु हारको कारण

काँक्रेविहार संवाददाता
काठमाडौं, ६ चैत

नेपाली कांग्रेसले फागुन २१ को निर्वाचनमा अपेक्षित परिणाम आउन नसक्नुमा आफ्ना सफल नीतिहरूको स्वामित्व लिन नसक्नु र विपक्षीको भ्रामक प्रचारलाई चिर्न नसक्नुलाई समेत कारण मानेको छ।

पार्टीको प्रारम्भिक समीक्षा प्रतिवेदनमा निजी क्षेत्रको विकास, वैदेशिक रोजगारीको बाध्यता र गैर आवासीय नेपालीहरूसँगको सम्बन्धका बारेमा आत्ममन्थन गरिएको छ।

प्रतिवेदनमा नेपालमा आज निजी क्षेत्रको जुन व्यापक उपस्थिति छ, त्यो कांग्रेसले लिएको नीतिकै परिणाम भएको जिकिर गरिएको छ । जुत्ता उत्पादनदेखि बिजुली उत्पादनस र बैंक, अस्पताल तथा सञ्चार माध्यमहरूसम्मको विस्तार कांग्रेसकै उदार आर्थिक नीतिका कारण सम्भव भएको प्रतिवेदनमा जिकिर गरिएको छ । तर, सरकारले जुत्ता उत्पादन गर्ने होइन, निजी क्षेत्रलाई प्रोत्साहन गर्ने हो भन्ने सामान्य कुरा जनतालाई बुझाउन नसक्दा उल्टै आलोचना खेप्नुपरेको कांग्रेसको निष्कर्ष छ। 'विद्युत उत्पादनको दुई तिहाइ हिस्सा निजी क्षेत्रले ओगटेको छ, तर यसको श्रेय लिनुको साटो हामी आलोचनाको सिकार भयौं,' प्रतिवेदनमा उल्लेख छ। त्यस्तै, वैदेशिक रोजगारीको विषयलाई लिएर विपक्षीले फैलाएको मनोविज्ञानलाई पनि कांग्रेसले हारको एउटा कडी मानेको छ। वैदेशिक रोजगारी तत्कालीन नेपालको बाध्यता रहेको यथार्थलाई लुकाएर विपक्षीले 'चुनाव जिते वैदेशिक रोजगारी अन्त्य हुने' जस्ता भावनात्मक र आकर्षक नारा दिएर मतदातालाई प्रभावित पारेको कांग्रेसको ठहर छ। कांग्रेसलाई वैदेशिक रोजगारीको 'दोषी' का रूपमा चित्रण गरिँदा त्यसको वास्तविक आर्थिक र सामाजिक पाटो बुझाउन पार्टी चुकेको समीक्षा गरिएको छ।



गैरआवासीय नेपालीहरूका सम्बन्धमा पनि कांग्रेसले आफ्नो कमजोरी औंल्याएको छ। डायस्पोरामा 'नेपालमा केही भएको छैन र सबै खराब छ' भन्ने नकारात्मक मनोविज्ञान व्याप्त रहेको र त्यसलाई चिर्न नसकिएको कांग्रेसले स्वीकार गरेको छ।

गैरआवासीय नेपालीलाई नागरिकता दिलाउन संवैधानिक बन्दोबस्त र चुनावी प्रतिबद्धतामा सबैभन्दा दृढ भएर उभिए पनि विदेशमा रहेका नेपालीहरूको 'मन र मत जित्न नसक्नुलाई कांग्रेसले आफ्नो सांगठनिक कमजोरीका रूपमा व्याख्या गरेको छ।

शनिवार

स्वास्थ्य

स्थानीय स्वास्थ्य सेवा: परिवर्तनको सुरूवात मबाट



देशको विकास केवल सरकार वा जनप्रतिनिधिको जिम्मेवारी मात्र होइन, यो हरेक नागरिकको साझा कर्तव्य हो । तर स्वास्थ्य क्षेत्रमा कार्यरत हामी स्वास्थ्यकर्मीको जिम्मेवारी अझ बढी छ किनकि स्थानीय स्तरमा प्रदान गरिने स्वास्थ्य सेवा नै राष्ट्रिय स्वास्थ्य प्रणालीको आधार हो ।

राजिव महतो

नेपाल संघीय संरचनामा प्रवेश गरेको धेरै वर्ष भइसकेको छ । संविधानले स्वास्थ्य सेवालाई नागरिकको मौलिक अधिकारको रूपमा सुनिश्चित गरेको छ । राजनीतिक परिवर्तनसँगै प्रशासनिक र संरचनागत रूपान्तरण पनि देखियो । तर एउटा महत्वपूर्ण प्रश्न अझै बाँकी छ, के हामीले आफ्नो सोच र कार्यशैलीमा परिवर्तन ल्याउन सकेका छौं त् ?

पछिल्लो समय भएका निर्वाचन र जनमतले स्पष्ट संकेत दिएका छन् कि नेपाली जनताले अब पुरानै शैलीमा काम गर्ने प्रवृत्तिलाई स्वीकार गर्ने छैनन् । ढिलासुस्ती, गैरजिम्मेवार व्यवहार र पुरानो मानसिकताबाट उनीहरू दिक्क भइसकेका छन् ।

जनताले अब यस्तो परिवर्तन खोजिरहेका छन् जसले उनीहरूको दैनिक जीवनमा प्रत्यक्ष सकारात्मक प्रभाव पारोस्, उनीहरूको समस्या समाधान होस् र उनीहरूले दिएको मतको अर्थपूर्ण परिणाम देखियोस् ।

यो परिवर्तनको अपेक्षा स्वास्थ्य क्षेत्रमा पनि उत्तिकै लागू हुन्छ । अब जनताले स्वास्थ्य सेवा लिनका लागि पालो कुरेर बस्ने, चाकरी गर्ने वा सिफारिस खोज्ने अवस्था चाहँदैनन् । उनीहरू सम्मानजनक, गुणस्तरीय र पारदर्शी सेवा चाहन्छन् ।

स्वास्थ्य चौकी पुग्दा स्वास्थ्यकर्मीले उनीहरूको कुरा ध्यानपूर्वक सुनोस्, समस्या बुझोस् र उचित उपचार प्रदान गरोस् भन्ने उनीहरूको अपेक्षा छ ।

देशको विकास केवल सरकार वा जनप्रतिनिधिको जिम्मेवारी मात्र होइन, यो हरेक नागरिकको साझा कर्तव्य हो ।

तर स्वास्थ्य क्षेत्रमा कार्यरत हामी स्वास्थ्यकर्मीको जिम्मेवारी अझ बढी छ किनकि स्थानीय स्तरमा प्रदान गरिने स्वास्थ्य सेवा नै राष्ट्रिय स्वास्थ्य प्रणालीको आधार हो ।

यदि यो आधार बलियो भएन भने समग्र स्वास्थ्य प्रणाली सुदृढ हुन सक्दैन । संघीय व्यवस्थालाई सफल बनाउन पनि स्थानीय सेवाप्रदायकको भूमिका अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ ।

स्थानीय स्वास्थ्य संस्थामा कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीको रूपमा मैले आफूभित्र धेरै कुरा सुधार गर्नुपर्ने महसुस गरेको छु । अझ धेरै सिक्नुपर्ने, आफ्नो कार्यशैलीलाई परिमार्जन गर्नुपर्ने र सेवाप्रति समर्पित हुनुपर्ने आवश्यकता मैले अनुभव गरेको छु । त्यसैले आज म आफ्नै कमजोरीहरूलाई स्वीकार गर्दै आफूले गर्नुपर्ने सुधारको बारेमा आत्मसमीक्षा गर्न चाहन्छु ।

सेवा प्रवाहमा मेरो जिम्मेवारी

स्वास्थ्य चौकीमा आउने सेवाग्राहीको संख्या बढाउनका लागि सर्वप्रथम सेवाग्राहीमैत्री वातावरण निर्माण गर्न आवश्यक छ । सरसफाइ, पिउने पानी, बस्ने उचित व्यवस्था र बिरामीको गोपनीयताको सम्मान सुनिश्चित गर्नु हाम्रो प्राथमिक जिम्मेवारी हो । बिरामीलाई ध्यान दिएर सुन्ने, उनीहरूको समस्या बुझ्ने र पर्याप्त समय दिने बानी विकास गर्नुपर्छ । आफूले समाधान गर्न नसक्ने अवस्थाहरूमा उचित र समयमै रेफरल प्रणाली प्रयोग गर्नुपर्छ । नेपाली जनताले खोजेको परिवर्तन वास्तवमा यस्तै साना व्यवहारबाट सुरु हुन्छ । स्वास्थ्यकर्मीले "आज होइन, भोलि आउनुस्" भन्नुभन्दा "आउनुस्, तपाईंलाई कसरी सहयोग गर्न सक्छु?" भन्ने संस्कार विकास भयो भने त्यसले ठूलो परिवर्तन ल्याउन सक्छ ।

अब स्वास्थ्य चौकीमा बसेर मात्र सेवा दिने होइन, आवश्यकता अनुसार गाउँ टोलसम्म पुगेर सेवा दिनुपर्ने हुन्छ । स्वास्थ्य चौकीसम्म आउन नसक्ने अशक्त व्यक्ति, ज्येष्ठ नागरिक वा दीर्घरोगीहरूलाई घरमै पुगेर सेवा दिनु पनि हाम्रो दायित्व हो । ज्ञान र सीपको अद्यावधिकता

जनस्वास्थ्य क्षेत्रमा निरन्तर नयाँ अनुसन्धान, प्रविधि र नीति विकास भइरहेका छन् । पुरानो ज्ञानमा मात्र सीमित रहेर अब काम चल्दैन । त्यसैले राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्वास्थ्य नीति, निर्देशिका र प्रोटोकलहरू नियमित रूपमा अध्ययन गर्नुपर्छ । विभिन्न तालिम र कार्यशालामा सहभागी भई आफूलाई अद्यावधिक राख्नु आवश्यक छ । हरेक बिरामीलाई सिकाइको अवसरको रूपमा हेर्ने दृष्टिकोण विकास गर्नुपर्छ ।

"यति गरे पुग्छ" भन्ने सोच अब त्याग्नुपर्छ । नयाँ पुस्ताले अपेक्षा गरेको गुणस्तर र नवप्रवर्तनलाई बुझ्दै आफूलाई समयअनुसार ढाल्नुपर्छ ।

सुशासन र पारदर्शिता

आजको समयको सबैभन्दा महत्वपूर्ण माग सुशासन र पारदर्शिता हो । नेपाली जनताले स्पष्ट सन्देश दिएका छन् कि अब पारदर्शिता बिना कुनै व्यवस्था स्वीकार्य छैन । स्वास्थ्य चौकीमा उपलब्ध सेवा, औषधि र सुविधाको जानकारी सबैले देख्ने गरी सार्वजनिक गर्नुपर्छ । औषधिको स्टक, म्याद र उपलब्धताको विवरण पारदर्शी रूपमा राख्नुपर्छ ।

गुनासो व्यवस्थापन प्रणाली स्थापना गरी आएका गुनासोहरूको सम्मानपूर्वक समाधान गर्नुपर्छ । स्थानीय स्वास्थ्य समिति र उपभोक्ता समूहलाई सक्रिय बनाउनु आवश्यक छ ।

सार्वजनिक सुनुवाइ जस्ता कार्यक्रमलाई डरको रूपमा होइन, सुधारको अवसरको रूपमा लिनुपर्छ ।

अब "खाइन्छ, लाइन्छ, मिलेमतो हुन्छ" भन्ने मानसिकता समाजले पूर्ण रूपमा अस्वीकार गरिसकेको छ । त्यसैले हरेक खर्च, हरेक निर्णय र हरेक प्रक्रिया पारदर्शी हुनुपर्छ ।

टोली नेतृत्व र व्यवस्थापन

स्वास्थ्य चौकी प्रमुखको रूपमा मेरो नेतृत्व क्षमताले पनि संस्थाको प्रभावकारितामा ठूलो भूमिका खेल्छ । टोलीका सदस्यहरूको जिम्मेवारी स्पष्ट रूपमा निर्धारण गर्नुपर्छ । उनीहरूको क्षमता र सीपअनुसार काम बाँडफाँट गर्नुपर्छ ।

साथै, उनीहरूको समस्या सुन्ने, उनीहरूलाई प्रेरित गर्ने र सकारात्मक कार्य वातावरण सिर्जना गर्ने जिम्मेवारी पनि नेतृत्वकै हुन्छ ।

परम्परागत "माथिल्लो अधिकारी" को शैलीभन्दा सहकार्यमा आधारित नेतृत्व आवश्यक छ । अहिलेको पुस्ताले आदेशभन्दा सहभागिता र सहकार्यलाई प्राथमिकता दिन्छ ।

समुदायसँग सहकार्य

स्वास्थ्य सेवा केवल स्वास्थ्य चौकीभित्र सीमित हुन सक्दैन । समुदायमा गएर काम गर्नु अनिवार्य छ । गर्भवती महिला, बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक र दीर्घरोगीहरूको पहिचान गरी उनीहरूलाई घरमै पुगेर सेवा दिनुपर्छ । महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकालाई सक्रिय बनाउनु आवश्यक छ ।

विद्यालय, टोल विकास संस्था र अन्य सामुदायिक समूहहरूसँग सहकार्य गर्नुपर्छ । स्थानीय जनप्रतिनिधिसँग निरन्तर समन्वय राखी स्वास्थ्यका मुद्दाहरूलाई स्थानीय प्राथमिकतामा राख्न पहल गर्नुपर्छ ।

सूचना प्रविधि र अभिलेख व्यवस्थापन

आजको युग डिजिटल प्रविधिको युग हो । स्वास्थ्य तथ्यांकको व्यवस्थित अभिलेख राख्नु अत्यन्त आवश्यक छ । एचएमआईएस फारामहरू सही र नियमित रूपमा भर्नुपर्छ ।

संकलित तथ्यांकको विश्लेषण गरी स्थानीय स्वास्थ्य समस्या पहिचान गर्न सकिन्छ र सोही आधारमा कार्यक्रमको योजना बनाउन सकिन्छ । अब परम्परागत कापी कलमको सीमित अभ्यासभन्दा डिजिटल प्रणालीको प्रयोग बढाउनुपर्छ ।

व्यक्तिगत स्वास्थ्य र तनाव व्यवस्थापन

स्वास्थ्यकर्मी स्वयं स्वस्थ नभए अरूलाई गुणस्तरीय सेवा दिन कठिन हुन्छ । त्यसैले आफ्नो शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यप्रति पनि ध्यान दिन आवश्यक छ । नियमित व्यायाम, पौष्टिक आहार र पर्याप्त विश्राम अत्यन्त महत्वपूर्ण छन् । कामको चाप र तनावलाई व्यवस्थापन गर्ने सीप पनि विकास गर्नुपर्छ ।

संघीयता र हाम्रो जिम्मेवारी

संघीय प्रणालीलाई सफल बनाउने जिम्मेवारी केवल केन्द्र वा प्रदेश सरकारको मात्र होइन । स्थानीय तह र स्थानीय सेवाप्रदायकको भूमिका पनि त्यत्तिकै महत्वपूर्ण छ । संघीयताको मूल उद्देश्य सेवा जनताको घरदैलोमा पुर्याउनु हो । त्यस उद्देश्यलाई व्यवहारमा उतार्ने जिम्मेवारी हामी स्वास्थ्यकर्मीको काँधमा छ ।

यदि स्थानीय स्तरमा गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउन सकिएन भने संघीयताको मर्म नै कमजोर हुन्छ ।

परिवर्तनको सुरुवात आफैंबाट

हामी प्रायः अरूको आलोचना गर्छौं, सरकारलाई दोष दिन्छौं र परिस्थितिलाई कोस्छौं ।

तर कहिलेकाहीं आफैंतिर फर्केर हेर्नु पनि आवश्यक हुन्छ । के म समयमै स्वास्थ्य चौकी पुग्छु ? के म बिरामीसँग सम्मानजनक व्यवहार गर्छु ?

के म औषधि र स्रोतको सही हिसाब राख्छु ? के म आफ्नो ज्ञान अद्यावधिक राख्छु ? यदि यी प्रश्नहरूको उत्तर सकारात्मक छैन भने परिवर्तनको सुरुवात आफैंबाट गर्नुपर्छ ।

सानो परिवर्तनले पनि ठूलो प्रभाव पार्न सक्छ । एउटा स्वास्थ्य चौकीमा सुरु भएको सुधारले अर्को संस्थालाई प्रेरणा दिन सक्छ । त्यसरी विस्तार हुँदै समग्र स्वास्थ्य प्रणाली बलियो बन्न सक्छ ।

अन्त्यमा

देश संघीय संरचनामा अघि बढिरहेको छ । यससँगै सेवाप्रदायकको सोच र कार्यशैलीमा पनि परिवर्तन आउन आवश्यक छ ।

स्थानीय स्वास्थ्य सेवा सुदृढ नगरी राष्ट्रिय स्वास्थ्य प्रणालीलाई बलियो बनाउन सकिँदैन ।

संघीयताको सफलताको आधार पनि यही हो ।

त्यसैले म आज एउटा प्रतिबद्धता व्यक्त गर्न चाहन्छु.....

म आफ्नो व्यक्तिगत र व्यावसायिक जीवनमा सुधार ल्याउनेछु ।

म सेवामा पारदर्शिता र उत्तरदायित्व कायम गर्नेछु ।

म हरेक बिरामीलाई आफ्नै परिवारका सदस्यझैं व्यवहार गर्नेछु । म समुदायसँग मिलेर काम गर्नेछु र निरन्तर सिकिरहनेछु ।

किनकि परिवर्तन आफैं हुँदैन

परिवर्तन हामी आफैंले सुरु गर्नुपर्छ ।

र त्यो परिवर्तनको सुरुवात मबाटै हुनेछ ।

मिर्गौंलाको समस्या पत्ता लगाउनु अघि गरिने तीन परीक्षण

मिर्गौंला रोग: एक परिचय –

मानव शरीरमा मिर्गौंला २ वटा हुन्छन् । एउटा मिर्गौंलाले राम्रोसँग काम गरेसम्म मानिसलाई खासै समस्या पर्दैन । दुईटै मिर्गौंला नबिग्रिएसम्म मानिसलाई थाहा समेत नहुन सक्छ । नियमित स्क्रिनिङ गरेर मिर्गौंलाको अवस्था कस्तो छ भन्ने थाहा पाउन सकिन्छ । यदि अत्यधिक मात्रामा स्याँ-स्याँ हुन्छ, जीउ तथा अनुहार फुलेको जस्तो लागेमा, पिसाब कम हुँदै गएमा, पिसाबको रंग परिवर्तन भएमा, पिसाबमा अत्यधिक मात्रामा फिँज आउने जस्ता लक्षण देखिएमा मिर्गौंला रोगको शंका गर्न सकिन्छ । यस्तो लक्षण देखिएका मानिसले एक पटक चिकित्सकलाई भेट्नुपर्ने हुन्छ ।

मिर्गौंला समस्या आए/नआएको थाहा पाउन आवश्यक यी तीन परीक्षण

– पिसाबको रुटिन परीक्षण

कम्तीमा वर्षको एक पटक तथा समस्या देखिएमा तत्कालै पिसाबको रुटिन परीक्षण गरेमा मिर्गौंला रोग पत्ता लगाउन सकिन्छ । रुटिन परीक्षणले मिर्गौंला सम्बन्धी विभिन्न रोगहरूका बारेमा जानकारी पाउन सकिन्छ । यसबाट पिसाबको रंग अनुसार कस्तो समस्या छ तथा पिसाबमा प्रोटिनको मात्रा कति छ भन्ने थाहा पाउन सकिन्छ । सामान्यतया पिसाबमा प्रोटिन हुनु हुँदैन । त्यस्तै, यो परीक्षणबाट पिसाबमा सुगरको मात्रा भए/नभएको पनि थाहा पाउन सकिन्छ । सामान्यतया पिसाबमा सुगर पनि हुनु हुँदैन ।

– रगतको परीक्षण अर्थात् रेनल फंक्शन टेस्ट

यस परीक्षणमा युरिया, क्रिएटिनिन, सोडियम तथा पोटासियम परीक्षण गरिन्छ । यो परीक्षण वर्षमा एक पटक गर्न मेरो सुझाव छ । यदि मिर्गौंलाले राम्रोसँग काम नगरेको अवस्थामा युरिया तथा क्रिएटिनिनको मात्रा बढ्दै जान्छ । युरिया तथा क्रिएटिनिनको मात्रा बढी आएमा रोग निदानतर्फ अगाडि बढ्नुपर्ने हुन्छ । त्यसबाहेक, मिर्गौंलाले राम्रोसँग काम गरेको अवस्थामा हाम्रो शरीरमा नुनको मात्रालाई सन्तुलनमा राख्ने गर्छ । सोडियम तथा पोटासियमको परीक्षणले हाम्रो शरीरमा नुनको मात्रा सन्तुलनमा भए/नभएको थाहा पाउन सकिन्छ ।

– अल्ट्रासाउन्ड

अल्ट्रासाउन्ड नगरेसम्म हाम्रो एउटा मात्रै मिर्गौंलाले काम गरे पनि थाहा नहुन सक्छ । अल्ट्रासाउन्डले मिर्गौंलाको आकार, मासुको अवस्था, बाटो खुलेको छ/छैन, नलीमा ढुंगा वा मासु पलाएको छ/छैन, पुरुषहरूमा प्रोस्टेट बढेको छ/छैन भन्ने जानकारी दिन सक्छ । रुटिन परीक्षण बाहेक, जो मानिसहरूमा अत्यधिक मात्रामा स्याँ-स्याँ बढेको छ, शरीर सुनिएको छ, वा परिवारका अग्रजहरूमा मिर्गौंलाको समस्या छ, त्यस्ता व्यक्तिहरूले मिर्गौंलाको स्क्रिनिङ गराउन आवश्यक हुन्छ ।

युवा अवस्थामा नै मिर्गौंला फेलको समस्या

मिर्गौंलाको धेरै काममध्ये एक महत्वपूर्ण काम पिसाब बनाउनु हो । पिसाब बनाउने क्रममा शरीरमा रहेका विकारहरू पिसाबको माध्यमबाट बाहिर फालिन्छन् । विकार फाल्न नसकेमा मिर्गौंलामा समस्या आउँछ । पछिल्लो समय युवा अवस्थामा नै मिर्गौंला बिग्रनुको प्रमुख कारण खानपान शैलीमा आएको व्यापक परिवर्तन हो ।

त्यस्तै, अत्यधिक परिश्रम गर्ने, पानी कम पिउने, मद्यपान र धुम्रपानले पनि मिर्गौंला फेल गराउन सक्छ । यसका साथै नुन धेरै भएको खानेकुरा, रातो मासुको अत्यधिक प्रयोग तथा जंक फुडको सेवन पनि मिर्गौंलाका लागि फाइदाजनक हुँदैन ।

मिर्गौंला रोग लाग्न नदिन कस्तो खानपान शैली अपनाउने?

दैनिक कम्तीमा पनि ३ लिटर पानी पिउने, धुम्रपान तथा मद्यपान नगर्ने, रातो मासुको धेरै प्रयोग नगर्ने, अत्यधिक मात्रामा नुनको सेवन नगर्ने, जंक फुडको धेरै प्रयोग नगर्ने, धेरै मसालेदार खानेकुराको सेवन नगर्ने, बियाँ धेरै भएका खानेकुराको बढी प्रयोग नगर्ने लगायतका बानीले मिर्गौंला रोग लाग्नबाट जोगिन सकिन्छ ।

मनोरञ्जन

'हुम्लाको लिमी' भन्दै 'राम नाम सत्य' को गीतमा नाचे विराज र खुशी

फिल्म 'राम नाम सत्य'मा समावेश 'धागोले बाटेको' बोलको गीतले युट्युबमा लोभलाग्दो भ्यूज पाइरहेको छ । गीतलाई युट्युबमा ४० लाख भन्दा बढी पटक हेरिएको छ ।

यो गीत चलिरहेको समयमा फिल्मले नयाँ गीत सार्वजनिक गरेको छ । 'हुम्लाको लिमी' बोलको गीतमा एसडी योगी र गीताञ्जली थापा मगरको स्वर, योगीको संगीत र मौसम अर्यालको शब्द छ ।

रोमान्टिक शैलीको यो गीतलाई सियोन श्रेष्ठले नृत्य निर्देशन गरेका हुन् । गीतमा फिल्मका कलाकार विराज भट्ट र खुशी कार्कीले नृत्य गरेका छन् । छायांकन दैलेखमा गरिएको हो ।

माइकल इन्टरटेन्मेन्टको हाउसको प्रस्तुतिमा तयार भएको यो फिल्ममा कथा, पटकथा तथा निर्देशन माइकल चन्दको छ । उपेन्द्र शाही र श्वेता बिमलीको लगानी रहेको फिल्मका कार्यकारी निर्मातामा किशोर भट्ट, राजेन्द्र भट्ट र अर्जुन सुनार छन् ।



मोती कार्की क्रियटिभ प्रोड्यूसर रहेको फिल्मका लाइन प्रोड्यूसर राजेन्द्र आचार्य हुन् । फिल्ममा बाबुल गिरी, अर्जुन पोखरेल, एसडी योगी र ओम स्पार्कको संगीत छ ।

मानकृष्ण महर्जनको छायांकन रहेको फिल्ममा श्री श्रेष्ठको एक्सन, बन्दे प्रसादको सम्पादन, काला चरणको ब्याग्राउन्ड म्युजिक छ । नवराज शर्मा यो फिल्मका मुख्य सहायक निर्देशक हुन् । फिल्ममा सुनिल थापा, सुशिल श्रेष्ठ, प्रशान्त ताम्राकार, सुपुष्पा भट्ट, दिव्या रायमाझी, आयुषसिंह ठकुरीको पनि अभिनय छ । टिजरले पनि सामाजिक संजालमा दर्शकको मन जितिरहेको छ ।

यो फिल्म लभस्टोरी, सस्पेन्स, पारिवारिक र एक्सन जनरामा निर्माण भएको हो ।

रोस्ट शैलीको कमेडी शो 'कमेडी बाज' ल्याउँदै सुन्दर खनाल



नेपाली कमेडी क्षेत्रमा नयाँ प्रयोग हुने भएको छ । कमेडियन सुन्दर खनालले रोस्ट शैलीमा आधारित रियालिटी शो 'कमेडी बाज' ल्याउने तयारी गरेका छन् ।

उनकै निर्देशनमा तयार भइरहेको यो कार्यक्रम आगामी वैशाखको पहिलो साताबाट प्रसारण गर्ने लक्ष्य राखिएको छ । सुन्दरका अनुसार नेपालमा यस प्रकारको कमेडी रोस्ट ब्याटल ढाँचाको शो पहिलोपटक दर्शकसामु प्रस्तुत गर्न लागिएको हो ।

कार्यक्रममा सीता न्यौपाने, सुशान्त बस्याल र आशिष न्यौपानेजस्ता कमेडियनहरू प्रस्तोताका रूपमा देखिनेछन् । होस्टको भूमिकामा भने मिस नेपाल २०२५ की प्रतिस्पर्धी आरती थापा रहनेछिन् ।

निर्देशक खनाल स्वयं पनि शोमा सक्रिय रूपमा देखिनेछन् । उनले निर्देशनसँगै होस्टको भूमिका पनि सम्हाल्ने जानकारी दिएका छन् । साथै, कार्यक्रममा समय-समयमा चर्चित अनुहारहरू गेस्ट पर्फर्मरका रूपमा सहभागी हुनेछन्, जसले रोस्टलाई अझ रोचक बनाउने अपेक्षा गरिएको छ ।

यो कार्यक्रम युट्युबसँगै राष्ट्रिय टेलिभिजनमार्फत प्रसारण गर्ने तयारी गरिएको छ ।

यसअघि नै उनी चैत २० गतेदेखि प्रसारणमा आउने 'कमेडी दरबार ३' मार्फत पनि दर्शकमाझ फर्किँदै छन् ।

पोर्चुगलमा नयाँ वर्ष २०८३ को अवसरमा सांगीतिक साँझ

पोर्चुगलमा आगामी अप्रिल १९ मा सांगीतिक साँझ हुने भएको छ ।

नेपाली नयाँ वर्ष २०८३ लाई लक्षित गर्दै आयोजना गर्न लागिएको उक्त कार्यक्रममा चर्चित नेपाली गायक अर्जुन सापकोटा र विप्लव खड्काले विशेष प्रस्तुति दिनेछन् । कार्यक्रमको आयोजना डाँफे इन्टरटेन्मेन्टले गर्न लागेको हो । आयोजकका अनुसार पोर्चुगलमा बसोबास गरिरहेका नेपाली समुदायलाई लक्षित गर्दै सांगीतिक साँझ आयोजना गर्न लागिएको हो । कार्यक्रममा गायक सापकोटा र खड्कासँगै पोर्चुगलमै रहेका नेपाली गायक-गायिकाहरूको पनि प्रस्तुति रहने जानकारी दिइएको छ । गायक अर्जुन सापकोटाले गाएका 'झलिको', 'पछ्यौरी लिस्यो' र 'बस्यौ अलक्कै'जस्ता गीत नेपाली श्रोतामाझ निकै लोकप्रिय छन् । यस्तै, नेपाली गायन रियालिटी शो नेपाली ताराबाट चर्चामा आएका गायक विप्लव खड्काको प्रस्तुति पनि कार्यक्रममा आकर्षणको केन्द्र बन्ने अपेक्षा गरिएको आयोजकले जनाएको छ ।

पेट्रोलियम पदार्थमा कालोबजारी नगर्न प्रशासनको चेतावनी



काँक्रेविहार संवाददाता
कैलाली, ६ चैत

धनगढीमा पेट्रोलियम पदार्थलगायत अत्यावश्यक वस्तुमा कृत्रिम अभाव सिर्जना गर्नेलाई कडा कारबाही गर्ने निर्णय गरिएको छ। कमलबहादुर शाहको अध्यक्षतामा बसेको सरोकारवालाको बैठकले यस्तो निर्णय गरेको हो।

बैठकले बजार आपूर्ति व्यवस्थापनलाई व्यवस्थित बनाउँदै ग्यास तथा अन्य अत्यावश्यक वस्तु लुकाएर अभाव सिर्जना गर्ने र कालोबजारी गर्नेविरुद्ध प्रचलित कानुनअनुसार कडा कारबाही गरिने स्पष्ट गरेको छ।

साथै उपभोक्ता संरक्षणसम्बन्धी कानुनअनुसार गठन भएका अनुगमन समिति र संयन्त्रमार्फत बजार अनुगमनलाई अझ प्रभावकारी बनाउने निर्णय गरिएको छ।

यसका अतिरिक्त बजार अनुगमन तथा आपूर्ति नियमनकारी निकायलाई व्यवसायी, व्यावसायिक संघसंस्था र उपभोक्ता अधिकारकर्मीबाट आवश्यक सहयोग र समन्वय गर्ने सहमति पनि भएको छ।

उपभोक्तालाई पेट्रोलियम पदार्थको मितव्ययी प्रयोग, खपत न्यूनीकरण तथा वैकल्पिक ऊर्जाको प्रयोगतर्फ प्रेरित गर्न जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गरिने बताइएको छ।

हालसम्म बजारमा पेट्रोलियम पदार्थ तथा अन्य अत्यावश्यक वस्तुको आपूर्ति सामान्य रहेको जानकारी बैठकमा दिइएको छ। टीकापुर क्षेत्रमा पेट्रोल पम्प र ग्यास डिलरहरूको अनुगमन गरिएको छ।

सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी किरण जोशीको नेतृत्वमा वाणिज्य आपूर्ति तथा उपभोक्ता संरक्षण कार्यालय तथा नेपाल आयल निगमका प्रतिनिधिसहितको टोलीले बजार निरीक्षण गरेको हो।

अनुगमनका क्रममा केही ग्यास कम्पनीहरूले आधा भरिएको सिलिन्डर वितरण गरिरहेको पाइएको छ भने भेरी ग्यासको आपूर्ति न्यून रहेको देखिएको छ।

ग्यास विक्रेताहरूले ढुवानी लागत बढेको गुनासो गरेका छन्। स्थानीय व्यवसायीका अनुसार माग बढे पनि आपूर्ति नियमित हुन नसक्दा समस्या देखिएको हो।

यद्यपि पेट्रोल र डिजेलको आपूर्ति भने सहज रहेको जनाइएको छ। अनुगमन टोलीले ग्यास विक्रेतालाई प्रत्येक बिक्रीको बिल जारी गरी अभिलेख राख्न निर्देशन दिएको छ। साथै उपभोक्ताले अनावश्यक रूपमा ग्यास भण्डारण नगर्न आग्रह गरिएको छ।

लैंगिक उत्तरदायी बजेट कार्यान्वयन कमजोर



काँक्रेविहार संवाददाता
सुर्खेत, ६ चैत

कर्णाली प्रदेशमा लैंगिक उत्तरदायी बजेट विनियोजन र कार्यान्वयन अझै प्रभावकारी बन्न नसकेको सरोकारवालाहरूले बताएका छन्।

नीति तथा कार्यक्रममा लैंगिक समानता सुनिश्चित गर्ने लक्ष्य राखिए पनि व्यवहारमा यसको प्रभाव न्यून देखिएको उनीहरूको निष्कर्ष छ।

यस विषयमा अक्सफाम नेपाल को सहयोग र वाम नेपाल को आयोजनामा प्रदेशस्तरीय कार्यशाला सम्पन्न भएको थियो।

कार्यशालामा विभिन्न निकायका प्रतिनिधिहरूले बजेट निर्माणदेखि कार्यान्वयनसम्मका चुनौतीहरूबारे आफ्ना धारणा राखेका थिए।

सहभागीहरूले बजेट निर्माण प्रक्रियामा लैंगिक दृष्टिकोण समावेश भए पनि कार्यान्वयन तहमा समन्वय, अनुगमन र मूल्यांकनको अभाव रहेको औंल्याएका छन्।

बजेट विनियोजन भए पनि लक्षित वर्गसम्म प्रभावकारी रूपमा नपुग्दा अपेक्षित परिणाम हासिल हुन नसकेको वाम नेपालकी उपाध्यक्ष मञ्जु राना क्षेत्रीले बताइन्।

कर्णाली प्रदेश सरकार का आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्री राजीवविक्रम शाह ले बजेट खर्च र जनअपेक्षाबीच तालमेल अभाव हुँदा नागरिकमा निराशा बढ्दै गएको उल्लेख गरे।

सीमित आन्तरिक स्रोत र कार्यान्वयनमा कमजोरीका कारण अपेक्षित विकास उपलब्धि हासिल हुन नसकेको उहाँको भनाइ थियो।

सामाजिक विकास मन्त्रालयका सामाजिक विकास महाशाखा प्रमुख सुवर्ण खड्काले लैंगिक उत्तरदायी बजेटको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि थप पहल आवश्यक रहेको बताए।

प्रदेश योजना आयोगका सदस्य डम्मर रावलले नीति निर्माणकै चरणबाट लैंगिक दृष्टिकोणलाई प्राथमिकतामा राख्नुपर्नेमा जोड दिए।

त्यस्तै, मध्यपश्चिम विश्वविद्यालय का प्राध्यापक ललितजंग शाही ले नीति निर्माणकर्ताको सोचमै परिवर्तन आवश्यक रहेको धारणा व्यक्त गरे।

कर्णाली प्रदेशसभा सामाजिक विकास समितिका सभापति पूर्णबहादुर खत्रीले लैंगिकमैत्री बजेट निर्माणका लागि पहल गर्ने प्रतिबद्धता जनाए।

कार्यक्रममा सहभागीहरूले महिला, बालबालिका, दलित तथा सीमान्तकृत समुदायको पहुँच सुनिश्चित गर्न लैंगिक दृष्टिकोणसहितको बजेट प्रणाली अनिवार्य रहेको निष्कर्ष निकाले।

आगामी आर्थिक वर्षका लागि बजेट निर्माण गर्दा तीनै तहका सरकारले लैंगिक उत्तरदायित्वलाई प्राथमिकतामा राख्नुपर्नेमा उनीहरूले जोड दिएका छन्।

पाँचदिने स्वास्थ्य शिविर, हजारौं लाभान्वित

काँक्रेविहार संवाददाता
बाजुरा, ६ चैत

हिमाली गाउँपालिकामा चैत १ गतेदेखि ५ गतेसम्म सञ्चालन गरिएको पाँचदिने घुम्ती स्वास्थ्य शिविरबाट एक हजारभन्दा बढी नागरिकले उपचार सेवा लिएका छन्।



गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख राजबहादुर भण्डारीका अनुसार शिविरमा सबै सात वडाका स्थानीयको सहभागिता रहेको थियो।

शिविर वडा नं. ४, ६ र ७ को धुलाचौर, वडा नं. ५ को कुवाडी तथा वडा नं. १, २ र ३ को विच्छ्याँ क्षेत्रमा आयोजना गरिएको थियो।

विशेषज्ञ चिकित्सकसहितको टोलीले प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी विभिन्न समस्या जस्तै पाठेघर खस्ने, सेतोपानी बग्ने, क्यान्सर तथा रक्तअल्पताको उपचार गरेको जानकारी दिइएको छ।

उपचारका क्रममा पाँच सयभन्दा बढी महिलामा पाठेघरसम्बन्धी समस्या पहिचान गरिएको छ भने १४८ जनामा दम, मुटुरोग, मिर्गौला परीक्षण र मधुमेहजस्ता नसर्ने रोगको परीक्षण गरिएको थियो।

साथै ६२ जनामा पाठेघरको क्यान्सर परीक्षण र १४ जनामा क्षयरोग परीक्षण गरिएको छ।

शिविरमा संलग्न चिकित्सक डा रञ्जित शाहका अनुसार जाँच गरिएका महिलामध्ये आधाभन्दा बढीमा पाठेघर खस्ने समस्या देखिएको छ।

महिनावारी तथा सुत्केरी अवस्थामा भारी काम गर्नु र घरायसी श्रमको चाप यसका प्रमुख कारण हुनसक्ने उहाँको भनाइ छ।

स्वास्थ्य शाखा प्रमुख भण्डारीले कामको अत्यधिक बोझ, पोषिलो आहारको अभाव र बालविवाहका कारण यस्ता समस्या बढ्दै गएको उल्लेख गरे।

साथै विच्छ्याँको उच्च हिमाली क्षेत्रमा नसासम्बन्धी समस्या पनि बढी देखिएको जानकारी दिइएको छ।

गाउँपालिकामा रहेका आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रहरूमा प्राथमिक उपचार मात्र उपलब्ध हुने भएकाले जटिल बिरामीलाई कोल्टी र जिल्ला अस्पताल मार्तडी जानुपर्ने अवस्था रहेको छ।

गाउँपालिका अध्यक्ष गोविन्दबहादुर मल्लका अनुसार स्थानीय तहले नागरिक उपचार सहायता कोषमार्फत यस्ता निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर सञ्चालन गर्दै आएको छ।

फागुन महिनामा ११९ अपराध मुद्दा दर्ता

काँक्रेविहार संवाददाता
नेपालगञ्ज, ६ चैत

बाँकेमा फागुन महिनामा एक महिनाको अवधिमा ११९ वटा विभिन्न अपराधसम्बन्धी मुद्दा दर्ता भएका छन्।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय बाँकेका प्रवक्ता दीपक पातलीका अनुसार तीमध्ये पाँचवटा जघन्य अपराध, ३१ वटा गम्भीर अपराध र ८३ वटा सामान्य अपराधका मुद्दा रहेका छन्।

महिला, बालबालिका तथा ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी आठ मुद्दामा १० जनालाई पक्राउ गरी कारबाही गरिएको छ। आर्थिक अपराधसम्बन्धी २० घटना दर्ता भएका छन् भने चालु मुद्दामा ८८ जना प्रतिवादी पक्राउ गरिएको छ। सार्वजनिक चासोका १७ मुद्दा सफलतापूर्वक अनुसन्धान भएका छन्। फैसला कार्यान्वयन अन्तर्गत सात वर्ष चार महिना १६ दिन कैद सजाय भोग्नुपर्ने र १४ लाख ४३ हजार ९७६ रुपियाँ



बिगो क्षतिपूर्ति असुल्ने २७ जनालाई पक्राउ गरिएको छ।

महिला, बालबालिका र ज्येष्ठ नागरिकसँग सम्बन्धित उजुरीमध्ये ४२ वटा फछ्यौंट भएका छन् भने ३५ वटा बाँकी रहेका छन्।

हराइरहेका ३२ महिला, १६ बालिका र पाँच बालकमध्ये २४ जनालाई खोजी फेला पारिएको छ। घरेलु हिंसा (झैझगडा) सम्बन्धी ५५ उजुरीमध्ये ३० वटा मिलापत्र गरिएका छन्।

प्रत्यक्ष प्रहरी कार्यालयमा ३४८ उजुरी परेकामा २०३ वटा फछ्यौंट भएका छन्। जिल्ला प्रशासन कार्यालयमार्फत १७ उजुरीमध्ये चार फछ्यौंट भएका छन्।

लागूऔषध ब्राउनसुगर ८ ग्राम ५४० मिलिग्राम र नाइट्रजेपाम ४९ ट्याब्लेट बरामद गरिएको छ, जसमा १९ जनालाई पक्राउ गरी कानुनी कारबाही गरिएको छ।

साथै, २०८० चैत १७ गते सम्पर्कविहीन भएका मोहम्मद अरबी खाँ हत्याकाण्डमा मुख्य आरोपित अफजल पठानलाई फागुन ५ गते पक्राउ गरी अनुसन्धान जारी छ। अपराध न्यूनीकरणका लागि विद्यालय तथा समुदायमा ३२ सचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ, जसबाट ३२० जना महिला र ५९० जना पुरुष लाभान्वित भएका छन्।

अवैध पशुपन्छी र वनपैदावार चोरी नियन्त्रणमा समेत सफलता प्राप्त भएको छ। फागुनमा ३३ वटा सवारीसाधन दुर्घटना भएका छन्, जसमा चार जनाको मृत्यु र ४६ जना घाइते भएका छन्।

विभिन्न १६ सय ४१ सवारीसाधनलाई कारबाही गरी १३ लाख ८२ हजार ५०० रुपियाँ राजस्व संकलन गरिएको छ।

त्यसैगरी, अवैध भन्सार छली गरिएका सामानहरू ९ लाख ५७ हजार ९८० रुपियाँ बराबर बरामद गरिएको छ, जसमा ६ जनालाई पक्राउ गरी कारबाही गरिएको छ।

प्रवक्ता पातलीका अनुसार राजस्व चुहावट नियन्त्रण, विपद् व्यवस्थापन, अवैध मदिरा नियन्त्रण, साथै जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू नियमित रूपमा सञ्चालन भइरहेको छ।

लासिक्याप-सिसौल सडक निर्माण अघि बढाउन प्रारम्भिक छलफल

काँक्रेविहार संवाददाता
डोल्पा, ६ चैत

भेरी करिडोर अन्तर्गत लासिक्याप-सिसौल सडक खण्ड निर्माण प्रक्रिया अघि बढाउने विषयमा राजधानीमा उच्चस्तरीय प्रारम्भिक छलफल भएको छ। कडाचट्टानी भूभाग र भिरालो मानिने करिब ३३ किलोमिटर सडक खण्डको ट्यूर्याक खोल्ने जिम्मा नेपाली सेनालाई दिने निर्णयसँगै कार्यान्वयन प्रक्रिया कसरी सुरु गर्ने भन्ने विषयमा छलफल केन्द्रित भएको छ। संघीय भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्री माधव चौलागाईं, प्रतिनिधिसभा सदस्य धनबहादुर बुढा, सडक विभागका महानिर्देशक डा. विजय जैसी र नेपाली सेनाका उच्च अधिकारीहरूले



निर्माण प्रक्रिया, समन्वय र कार्यविधि टुंग्याउने दिशामा प्रारम्भिक छलफल गरेका छन्।

सांसद बुढाले डोल्पाली जनताको जीवन र आर्थिक गतिविधिका लागि 'लाइफलाइन' मानिने सडक निर्माणमा प्रारम्भिक छलफलमार्फत सहमति जुटाउनु महत्वपूर्ण उपलब्धि भएको बताए।

उनले छिटो कार्यान्वयनमा जोड दिनुपर्नेमा पनि जोड दिएका छन्। चैत १ गतेको मन्त्रिपरिषद् निर्णयअनुसार उक्त सडक खण्ड नेपाली सेनामार्फत निर्माण गरिने सरकारी निर्णय भइसकेको छ।

रैथाने बालीको 'मूल्यवान्' ब्रान्डमा, विश्वबजारमा प्रवर्द्धनको पहल

काँक्रेविहार संवाददाता
सुर्खेत, ६ चैत

कर्णाली प्रदेश सरकार ले परम्परागत तथा अर्गानिक उत्पादनलाई विश्वबजारमा चिनाउन नयाँ अभियान सुरु गरेको छ।

लोपोन्मुख अवस्थामा रहेका नौ प्रकारका रैथाने बालीलाई 'मूल्यवान्' लोगोमार्फत ब्रान्डिङ गर्दै बजार प्रवर्द्धनको पहल गरिएको हो। प्रदेश सरकारले चिनो, कागुनो, उवा, फापर, कोदो, जौ, लट्टे (मार्से), जुम्ली मार्सी र स्थानीय सिमीलाई 'सम्पदा' घोषणा गर्दै यी बालीमा 'मूल्यवान् कर्णाली किसानका सम्पदा' लेखिएको लोगो प्रयोग गर्ने व्यवस्था गरेको छ।

यस लोगोको प्रयोगका लागि कडा मापदण्ड तोकिएको छ। उत्पादनको प्याकेजिङ गर्दा तौल, उत्पादन मिति, उपभोग्य अवधि, ग्रेड र उत्पत्ति स्थल अनिवार्य रूपमा उल्लेख गर्नुपर्नेछ। साथै, लोगो प्रयोग गर्न भूमि व्यवस्था, कृषि तथा सहकारी मन्त्रालय कर्णाली बाट अनुमति लिनुपर्नेछ र हरेक वर्ष उत्पादन विवरण मन्त्रालयमा पेश गर्नुपर्ने प्रावधान राखिएको छ। अर्गानिक उत्पादनले उचित मूल्य पाउन थालेपछि किसान र व्यवसायी उत्साहित भएका छन्। कर्णालीका १० वटै जिल्लामा ६५ भन्दा बढी बिक्री केन्द्र तथा कोसेली घर सञ्चालनमा रहेका छन्, जसमा जुम्लामा मात्रै २४ वटा केन्द्र रहेका छन्। प्रदेशमा उत्पादन हुने करिब ६० प्रतिशत सिमी बाहिरका बजारमा खपत भइरहेको तथ्याङ्कले देखाएको छ। अर्गानिक उत्पादनको प्रशोधनका लागि प्रदेश सरकारले आफ्नै मिल स्थापना गर्ने तयारीसमेत गरेको छ। कृषि मन्त्री विनोदकुमार शाह का अनुसार सो मिलको ठेक्का प्रक्रिया चालु वर्षमै अघि बढाइनेछ। २०७४ सालको पहिलो मन्त्रिपरिषद् बैठकबाट अर्गानिक प्रदेशको अवधारणा अघि सारेको सरकारले अहिले 'बीउ बैंक' स्थापना र 'मूल्यवान्' ब्रान्डिङमार्फत रैथाने बीउ संरक्षण र किसानको आम्दानी वृद्धि गर्ने रणनीति लिएको छ।

डिजिटल युगको विश्वसनीय आवाज
www.kankrebihar.com

काँक्रेविहार राष्ट्रिय दैनिक

शनिवार, ७ चैत, २०८२
Saturday, 21 Mar. 2026

सु.जि.प्र.का.द.नं. १३/२०५७/०५८

आधा ग्यासको १६ सयले बृद्धि



❐ काँक्रेविहार संवाददाता
हुम्ला, ६ चैत

हुम्लाको सदरमुकाम सिमकोटमा एलपी ग्यासको अभाव चर्किँदै जाँदा उपभोक्ता मारमा परेका छन् । आपूर्ति कमीका बीच केही व्यवसायीले ग्यासमा कालोबजारी गरेको आरोपसमेत उठेको छ ।

नेपाल आयल निगम ले खाना पकाउने ग्यासको आपूर्ति व्यवस्थापन गर्न आधा सिलिन्डर बिक्री गर्ने निर्णय गरेपछि यसको असर हुम्लामा पनि देखिएको हो ।

तर यहाँ आपूर्ति व्यवस्थापनभन्दा बढी दुरुपयोगको अवस्था सिर्जना भएको स्थानीयले बताएका छन् । सिमकोट बजारमा आधा सिलिन्डर ग्यासकै लागि उपभोक्ताले एक हजार छ सय रुपैयाँसम्म तिर्नुपरेको गुनासो छ ।

कृत्रिम अभाव सिर्जना गरेर केही पसलेले महँगो मूल्यमा ग्यास बिक्री गरिरहेको स्थानीयको आरोप छ । यसले सर्वसाधारणको दैनिकी झनै कठिन बनेको छ ।

स्थानीय ऐटन रावलका अनुसार उपभोक्ताको बाध्यता र समस्यालाई बेवास्ता गर्दै व्यापारीले अवसरको फाइदा उठाएका छन् ।

त्यस्तै सिमकोट गाउँपालिका-६ की सुनिता महत रावतले आधा सिलिन्डरमै अत्यधिक मूल्य तिर्नुपर्दा दैनिक जीवन चलाउनै गाह्रो भएको बताए ।

यस विषयमा उद्योग वाणिज्य सङ्घ हुम्ला का अध्यक्ष रामबहादुर भण्डारीले बजारमा कालोबजारी अस्वीकार्य भएको स्पष्ट पारेका छन् ।

उनका अनुसार मूल्यमा मनपरी गर्ने व्यवसायीलाई पहिलो चरणमा सचेत गराइएको छ भने पुनः यस्तो कार्य दोहोरिए कडा कारबाही गरिनेछ चेतावनी दिएका छन् ।

औषधी अभाव हुँदा बिरामी मर्कामा

❐ काँक्रेविहार संवाददाता
जाजरकोट, ६ चैत

जिल्ला अस्पताल जाजरकोटमा विगत तीन महिनादेखि अत्यावश्यक औषधीको अभाव हुँदा बिरामीहरू गम्भीर समस्यामा परेका छन् ।

सम्बन्धित निकाय र व्यवस्थापन पक्षको ढिलासुस्तीका कारण अस्पतालमा उपचारका लागि आएका सेवाग्राहीले अपेक्षित सेवा पाउन सकेका छैनन् । १५ शय्याबाट स्तरोन्नति भई ५० शय्यामा विस्तार गरिएको उक्त अस्पतालमा सामान्यदेखि जटिल रोगका बिरामीले समेत औषधी नपाएर निराश भएर फर्किनु पर्ने अवस्था देखिएको छ ।

यसले गर्दा धेरै बिरामी नेपालगञ्ज, सुर्खेतजस्ता सुविधा सम्पन्न अस्पतालतर्फ जान बाध्य भएका छन् । भेरी नगरपालिका-१३ की शान्ता शर्माले अस्पतालमा उपचारका लागि पुगे पनि औषधी अभावका कारण खाली हात फर्किनु परेको गुनासो गरे । उनका अनुसार सरोकारवाला निकाय र अस्पताल व्यवस्थापन समितिको लापरबाहीले सर्वसाधारण नागरिक मारमा परेका छन् ।

यस्तै, भेरी नगरपालिका-४ की रिता शाहले पनि अस्पतालको स्तरोन्नति भए पनि बिरामीले औषधी सेवा नपाउँदा जिल्ला बाहिर जानुपर्ने बाध्यता रहेको बताए । अस्पतालमा श्वासप्रश्वास, मुटु तथा अन्य सामान्य रोगसम्बन्धी औषधीको अभाव देखिएको छ । हाल सेरोफ्लो २५० एमसिजी, ट्याइभा १८० एमसिजी, ब्रुफेन, कोडोपार, रोजुभास्टाटिन १० मिलिग्राम र पारासिटामोल इन्जेक्सनजस्ता आवश्यक औषधीहरू उपलब्ध छैनन् ।

अस्पताल व्यवस्थापन समितिले समयमै औषधी आपूर्ति गर्न नसक्दा यस्तो अवस्था सिर्जना भएको हो । सातवटा स्थानीय तहलाई सेवा दिँदै आएको यस एकमात्र ५० शय्याको अस्पतालमा उपचारका लागि आउने विशेषगरी गरिब, दलित तथा आर्थिक रूपमा कमजोर बिरामीहरू बढी प्रभावित भएका छन् । सरकारले निःशुल्क वितरण गर्ने औषधीसमेत बिरामीले निजी पसलबाट किन्नुपर्ने बाध्यता देखिएको छ । अस्पताल प्रशासन, व्यवस्थापन समिति तथा सम्बन्धित निकायले औषधी आपूर्तिमा देखाएको लापरबाहीका कारण नागरिकले अनावश्यक सास्ती खेप्नुपरेको स्थानीयवासीको गुनासो छ ।

७ सय १३ किशोरीलाई एचपिभी खोप लगाइदै



❐ काँक्रेविहार संवाददाता
सिमकोट, ६ चैत

हिमाली जिल्ला हुम्लामा पाठेघरको मुखको क्यान्सर विरुद्धको एचपिभी खोप अभियान सञ्चालन हुने भएको छ ।

जिल्लाका सातवटा गाउँपालिकामा रहेका ७१३ जना किशोरीलाई लक्षित गर्दै चैत्र १० गतेदेखि १५ गतेसम्म खोप कार्यक्रम सञ्चालन गरिने भएको हो ।

जिल्लाभरका ५२ वटा खोप केन्द्रमार्फत सञ्चालन हुने यस अभियान १० देखि १४ वर्ष उमेर समूहका कक्षा ६ देखि १० सम्म अध्ययनरत किशोरीलाई लक्षित गरिएको स्वास्थ्य सेवा कार्यालयले जनाएको छ ।

कार्यालयका निमित्त प्रमुख चिकित्सक भिमबहादुर बुढाका अनुसार कार्यक्रम प्रभावकारी रूपमा सञ्चालन गर्न पूर्वतयारी स्वरूप सरोकारवाला र सञ्चारकर्मीका लागिअभिमुखीकरणकार्यक्रमसमेत सम्पन्न गरिएको छ ।

गाउँपालिका अनुसार नाम्खामा २३, सिमकोटमा १५९, खार्पुनाथमा ११०, सर्केगार्डमा १२७, चंखेलीमा ७२, अदानचुलीमा १०७ र ताँजाकोटमा ११५ जना किशोरीलाई खोप लगाइनेछ ।

जिल्लाका ५८ वटा विद्यालयमा अध्ययनरत किशोरीहरू यस अभियानमा समेटिनेछन् । विशेष गरी नाम्खा गाउँपालिका-६ स्थित लिमी क्षेत्रमा लक्षित किशोरीहरूको उपस्थिति कम हुने सम्भावना रहेकाले त्यहाँ स्वास्थ्यकर्मी र स्वयंसेवकको सीमित टोलीमार्फत खोप कार्यक्रम सञ्चालन गरिने व्यवस्था मिलाइएको छ ।

विद्यालय बाहिर रहेका किशोरीलाई भने अभियान सम्पन्न भएपछि नजिकको स्वास्थ्य चौकीमार्फत खोप सेवा प्रदान गरिनेछ । यस अभियानका लागि जिल्लामा ९४० डोज खोप उपलब्ध गराइएको स्वास्थ्य कार्यालयले जनाएको छ । अभियानलाई सफल बनाउन स्थानीय तहका जनप्रतिनिधि, प्रशासन, सुरक्षा निकाय तथा सञ्चारकर्मीको समन्वयमा काम अघि बढाइएको छ ।

'हवाई सेवासम्बन्धी सङ्कल्प प्रस्ताव' पारित

❐ काँक्रेविहार संवाददाता
सुर्खेत, ६ चैत

कर्णाली प्रदेशसभामा शुक्रवार बसेको बैठकमा प्रदेशसभाबाट पहाडी तथा दुर्गम जिल्लामा नियमित हवाई सेवासम्बन्धी सङ्कल्प प्रस्ताव पास भएको छ । प्रदेशसभा सदस्य हिक्मतबहादुर विष्टले प्रदेशसभामा पेस गरेको उक्त सङ्कल्प प्रस्ताव सर्वसहमतिले पास गरेको हो । उक्त प्रस्तावको समर्थकमा प्रदेशसभा सदस्य दक्षिणा शाही, टेकराज पछाइ रहेका थिए । उक्त प्रस्तावको पक्षमा प्रदेशसभा सदस्य उर्मिला विकले समर्थन गरेका थिए । उद्योग, पर्यटन, वन तथा वातावरणमन्त्री सुरेश अधिकारीले प्रदेशसभामा उठेका कुराको जवाफ दिँदै हवाई सेवाका लागि रु ४० लाख बजेट विनियोजन भएको बताए ।

रास्कोट घटनाप्रति कालिकोटमा सामाजिक संस्थाद्वारा १० बुँदे ज्ञापनपत्र

❐ काँक्रेविहार संवाददाता
कालिकोट, ६ चैत

कालिकोट – जिल्लाको रास्कोट नगरपालिकामा १२ वर्षीया बालिकामाथि भएको जबरजस्ती करणी (बलात्कार) घटनालाई मध्यनजर गर्दै कालिकोटमा क्रियाशील नागरिक समाज तथा विभिन्न सामाजिक संघसंस्थाका प्रतिनिधिहरूले जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा १० बुँदे ज्ञापनपत्र पेश गरेका छन् ।

ज्ञापनपत्रमार्फत पीडित बालिकाको निःशुल्क उपचार, सुरक्षित आवास, मनोसामाजिक परामर्श तथा पुनर्स्थापनाको पूर्ण व्यवस्था गर्नुपर्ने, पीडितलाई राज्यबाट उचित क्षतिपूर्ति तथा राहत उपलब्ध गराउनुपर्नेमा जोड दिइएको छ । साथै, पीडित र उनका परिवारको सुरक्षा सुनिश्चित गर्दै कुनै पनि प्रकारको



धम्की वा दबाबबाट जोगाउनुपर्ने तथा यस्ता घटनाहरू पुनः नदोहोरिन बालबालिका तथा महिला सुरक्षा सम्बन्धी विशेष कार्यक्रम र निगरानी प्रणाली लागू गर्नुपर्ने माग राखिएको छ ।

ज्ञापनपत्र बुझ्दै प्रमुख जिल्ला अधिकारी गोकर्णराज सुयलले घटनाको जाहेरी दर्ता भएलगत्तै दोषीलाई कानूनी दायरामा ल्याउन गम्भीरतापूर्वक अनुसन्धान भइरहेको र कानुनी प्रक्रिया अगाडि बढिसकेको जानकारी दिनुभयो । उहाँले कानूनअनुसार कसैलाई पनि उन्मुक्ति नदिने गरी कारबाही भइरहेको बताउनुभयो ।

त्यसैगरी, प्रहरी नायव उपरीक्षक हेमराज खत्रीले पनि पीडित बालिकाको न्यायका लागि प्रहरी सक्रिय रूपमा लागिरहेको जानकारी दिनुभयो ।

कार्यक्रममा जिल्ला प्रशासन कार्यालय, जिल्ला प्रहरी कार्यालय कालिकोट तथा जिल्लामा क्रियाशील विभिन्न विकास साझेदार संस्थाहरू–सादा नेपाल, किर्डाक नेपाल, हुरेण्डेक नेपाल, नेपाल मानव अधिकार संगठन, नागरिक समाज सञ्जाल, इन्सेक प्रतिनिधि लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

नलगाड नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय,
दल्ली, जाजरकोट
कर्णाली प्रदेश नेपाल

जनहितमा जारी सन्देश

- हावाहुरीबाट बचौ र बचाऔं । - घरको संरचना बलियो बनाऔं,
- हावाहुरी चल्न थालेपछि झ्यालढोका धुनौ, छानालाई राम्ररी हुक तथा तारले कसेर बाधौं,
- छतका गमला सुरक्षित रुपमा राखौं,
- जस्तापाता लगायतका वस्तुहरु खुल्ला र जथाभावी नछोडौं, हावाहुरी चलेमा भागदौड नगरौं, बिस्तारै सुरक्षित स्थानमा जाऔं,
- सुरक्षित ओत नभेटे थुचुक्क बसेर दुवै हातले टाउँको छोपी घोप्टो परौं,
- हावाहुरी चलेको समयमा सवारी साधन रोकेर सुरक्षित स्थानमा बसौं ।
- हावाहुरीबाट हुने क्षति कम गर्न पूर्व तयारी एवं सतर्कता अपनाऔं ।

आगलागीबाट बच्नको लागि

- जुनसुकै स्थानमा धुम्रपान नगर्नुहोस्, धुम्रपान गरिसकेपछि तोकेको स्थानमा आगो निभाएर मात्र फाल्ने गरौं ।
- सलाई, लाईटर, मट्टितेल र म्यास जस्तो आगो लाग्ने सामग्रीहरुलाई बच्चाहरुको पहुँचबाट टाढा राख्नुहोस् ।
- ग्यास, बिजुलीको स्वीच, मल्टिप्लगको प्रयोग गरिसकेपछि अनिवार्य रुपमा बन्द गर्नुहोस् ।
- गाउँघरमा खाना पकाइसकेपछि आगोलाई राम्रो सँग निभाउनुहोस् ।
- हावा चल्ने समयमा बाहिर चुल्हो नबाल्नुहोस्, आगो लाग्ने समय भएकोले विशेष सावधानी अपनाउनुहोस् ।
- घाँस र दाउराको लागि जंगलमा जाँदा आगो लाग्ने सामाग्रीहरु पूर्ण रुपमा निषेध गर्नुहोस् ।
- गहुँ काटिसकेपछि गहुँ अवशेषलाई आगो नलगाउनुहोस्, किनकी यस्तो कार्यले गहुँबालीको साथै गाउँघरमा आगो लाग्न गई जनधनको समेत क्षति हुने भएको हुँदा विशेष सावधानी अपनाउनुहोस् ।
- यस्तो समयमा आगो लाग्ने घटनाबाट आफु पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।
- घर वरिपरि झारपात जम्मा हुन नदिऔं ।

दुषित पानीका कारण हुने रोगप्रति सजग रहौं

- फोहर पानी पिउनाले झाडापखाला, हैजा, टाइफाइड, आउँ, जण्डिसजस्ता रोग लाग्न सक्छा त्यसैले :
- खोला, धारा वा मुलको पानी सिधै नपिऔं । - पानी उमालेर मात्र पिऔं ।
- उमाल्न सम्भव नभएमा करण गरेर मात्र पिऔं ।
- पिउने पानीलाई सफा भाँडामा छोपेर राखौं र सफा भाँडाले पानी झिक्ने गरौं ।
- पानीको स्रोत तथा वितरण प्रणाली सफा राखौं । - पानीका मुहान तथा स्रोतलाई सफा र सुरक्षित राखौं ।
- खानेपानीको मुहान तथा स्रोतमा गाईवस्तु, चराचुरुङ्गी तथा अन्य जीवजन्तु छिर्न नसक्ने गरी तारबार गरौं ।
- पानीको मूल, पानी प्रशोधन यन्त्र तथा पानी भण्डारण गर्ने ट्याङ्की समयसमयमा सफा गरौं ।
- घर तथा सार्वजनिक स्थलका पानी ट्यांकी, धाराका टुटी तथा पानी संकलन गरिएका भाँडा समयसमयमा सफा गरौं ।

शे-फोक्सुण्डा गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय,
डोल्पा
कर्णाली प्रदेश नेपाल

जनहितमा जारी सन्देश

- हावाहुरीबाट बचौ र बचाऔं । - घरको संरचना बलियो बनाऔं,
- हावाहुरी चल्न थालेपछि झ्यालढोका धुनौ, छानालाई राम्ररी हुक तथा तारले कसेर बाधौं,
- छतका गमला सुरक्षित रुपमा राखौं,
- जस्तापाता लगायतका वस्तुहरु खुल्ला र जथाभावी नछोडौं, हावाहुरी चलेमा भागदौड नगरौं, बिस्तारै सुरक्षित स्थानमा जाऔं,
- सुरक्षित ओत नभेटे थुचुक्क बसेर दुवै हातले टाउँको छोपी घोप्टो परौं,
- हावाहुरी चलेको समयमा सवारी साधन रोकेर सुरक्षित स्थानमा बसौं ।
- हावाहुरीबाट हुने क्षति कम गर्न पूर्व तयारी एवं सतर्कता अपनाऔं ।

आगलागीबाट बच्नको लागि

- जुनसुकै स्थानमा धुम्रपान नगर्नुहोस्, धुम्रपान गरिसकेपछि तोकेको स्थानमा आगो निभाएर मात्र फाल्ने गरौं ।
- सलाई, लाईटर, मट्टितेल र म्यास जस्तो आगो लाग्ने सामग्रीहरुलाई बच्चाहरुको पहुँचबाट टाढा राख्नुहोस् ।
- ग्यास, बिजुलीको स्वीच, मल्टिप्लगको प्रयोग गरिसकेपछि अनिवार्य रुपमा बन्द गर्नुहोस् ।
- गाउँघरमा खाना पकाइसकेपछि आगोलाई राम्रो सँग निभाउनुहोस् ।
- हावा चल्ने समयमा बाहिर चुल्हो नबाल्नुहोस्, आगो लाग्ने समय भएकोले विशेष सावधानी अपनाउनुहोस् ।
- घाँस र दाउराको लागि जंगलमा जाँदा आगो लाग्ने सामाग्रीहरु पूर्ण रुपमा निषेध गर्नुहोस् ।
- गहुँ काटिसकेपछि गहुँ अवशेषलाई आगो नलगाउनुहोस्, किनकी यस्तो कार्यले गहुँबालीको साथै गाउँघरमा आगो लाग्न गई जनधनको समेत क्षति हुने भएको हुँदा विशेष सावधानी अपनाउनुहोस् ।
- यस्तो समयमा आगो लाग्ने घटनाबाट आफु पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।
- घर वरिपरि झारपात जम्मा हुन नदिऔं ।

दुषित पानीका कारण हुने रोगप्रति सजग रहौं

- फोहर पानी पिउनाले झाडापखाला, हैजा, टाइफाइड, आउँ, जण्डिसजस्ता रोग लाग्न सक्छा त्यसैले :
- खोला, धारा वा मुलको पानी सिधै नपिऔं । - पानी उमालेर मात्र पिऔं ।
- उमाल्न सम्भव नभएमा करण गरेर मात्र पिऔं ।
- पिउने पानीलाई सफा भाँडामा छोपेर राखौं र सफा भाँडाले पानी झिक्ने गरौं ।
- पानीको स्रोत तथा वितरण प्रणाली सफा राखौं । - पानीका मुहान तथा स्रोतलाई सफा र सुरक्षित राखौं ।
- खानेपानीको मुहान तथा स्रोतमा गाईवस्तु, चराचुरुङ्गी तथा अन्य जीवजन्तु छिर्न नसक्ने गरी तारबार गरौं ।
- पानीको मूल, पानी प्रशोधन यन्त्र तथा पानी भण्डारण गर्ने ट्याङ्की समयसमयमा सफा गरौं ।
- घर तथा सार्वजनिक स्थलका पानी ट्यांकी, धाराका टुटी तथा पानी संकलन गरिएका भाँडा समयसमयमा सफा गरौं ।

सम्पूर्ण छपाईका काम
एकै ठाउँमा

लेबल स्टिकर, ब्रोसर पम्प्लेट, क्लेन्डर, पोस्टर

सरकारी फारम, भौचर, चलानी, बिलबुक

पुस्तक, नोटबुक, डायरी, रिपोर्ट, म्यागेजिन, पत्रिका

आइडी कार्ड, बिजिटिङ कार्ड, निमन्त्रणा पत्र, फ्लेक्स, ब्यानर

GLOBAL OFFSET PRESS
offsetpressg@gmail.com
वीरेन्द्रनगर-३ सुर्खेत
९८५८०५४८११, ९८६६५६११४८

काँक्रेविहार प्रकाशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित, प्रधान कार्यालय : वीरेन्द्रनगर-६, सुर्खेत, फोनः ०८३-५९०१११/९८५१३४४७५४/९८५८०५०५०५, **Email :** ekankrebihardaily@gmail.com, **web :** kankrebihar.com
सम्पादक : सुशीलराज शर्मा, कार्यकारी सम्पादक : नविन सुवेदी, मुद्रण : मिसन अफसेट प्रेस (बाँके), ग्लोबल अफसेट प्रेस (सुर्खेत)