ज.प्र.का.म.द.नं.४८/०७३/०७४

वर्ष ६, अंक ९५
२४ पुस २०७९ आइतबार
8 Jun. 2023, Sunday
www.shirishnews.com

पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५/-

सधैं र सबैको लागि खबर खोज्ने अभियान

खबर दर्पण

Khabar Darpan National Daily

राष्ट्रिय दैनिक

ई–पत्रिका अनलाइन पढ्नका लागि क्युआर कोड स्क्यान गर्नुहोला ।

बैद्यनाथ साहको यो कस्तो समाजसेवा?

एम्बुलेन्स पनि ठेक्कामा लगाए

दिपक कर्ण

पुस २३ गते, जनकपुर

जनकपुरधामका बैद्यनाथ साह आफूलाई अभियन्ता र समाजसेवीको रूपमा चिनाउँछन् । अझ उनी आफूलाई 'सेवक बैद्यनाथ' भन्न रुचाउँछन् । साह कहिले गरिबको सेवा, कहिले अस्पतालमा रहेका असहायको सेवा, कहिले कुनै गरिबको छोरीको बिहे त कहिले जानकी मन्दिरको सरसफाइमा आफू व्यस्त रहेको कुरा समयसमयमा सामाजिक सञ्जालमार्फत देखाउन खोज्छन् ।

बैद्यनाथले असहायहरूको सेवा गर्ने भावनाका साथ जनकपुरधाममा 'असहाय संरक्षण मञ्च' नामक सामाजिक संस्था पनि खोलेका छन् । गरिब, दिन दुःखीहरूको सेवा गर्ने उद्देश्यका साथ सञ्चालनमा ल्याइएको सो संस्थाको नाममा बैद्यनाथले गुठी संस्थानसँग जग्गा, जनकपुरधाम उपमहानगर पालिकासँग सो जग्गामा भवन निर्माणका लागि लाखौंको आर्थिक सहयोग र भारत सरकारसँग एउटा एम्बुलेन्स पनि प्राप्त गरेको छ ।

सहयोगी मनका साथ सहयोगको भावना लिएर संस्थाका लागि विभिन्न सहयोग प्राप्त गर्दै सञ्चालनमा ल्याइएको 'असहाय संरक्षण मञ्च'ले के साँच्चिकै दिन दुःखी र गरिबको सहयोग गरिरहेको छ त? के 'असहाय संरक्षण मञ्च' आफ्नो नामजस्तै एउटा सामाजिक संस्था नै हो त? के यो संस्थाले अहिलेसम्म धेरै गरिब र दिनदुःखीहरूको पीडामाथि मल्हम लगाउने काम गरेको छ त? तर, अहिलेसम्म मञ्चले अहिलेसम्म उदाहरणीय काम गर्न सकेको छैन ।

२५ चैत २०७७ मा गुठी संस्थान जनकपुरले असहाय संरक्षण मञ्चलाई जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका-१२ कुवा रामपुरमा ९ कट्ठा ६ धुर ३ कनमा जग्गा उपलब्ध गराएको थियो । सो जग्गा २०७७ देखि २०८२ साल सम्मका लागि गुठीले मञ्चलाई उपलब्ध गराएको हो ।

जग्गामा मञ्चले अस्थायी संरचना मात्र बनाउन पाउने सर्तका साथ गुठी संस्थानले जग्गा उपलब्ध गराएको संस्थानका प्रमुख बैकुण्ठ प्रसाद रेग्मीले जानकारी दिए ।

त्यसपछि मञ्चका अध्यक्ष साहलाई जनकपुरधाम उपमहानगर पालिकाले सो जग्गामा घेराबार कार्यका लागि समानिकरण अनुदानस्वरूप आर्थिक वर्ष २०७८/७९ मा १३ लाख र आर्थिक वर्ष २०७९/८० मा ५ लाख रुपैयाँ उपलब्ध गराएको जनकपुरधाम उपमहानगर पालिकाका लेखापाल नन्दकुमार झाले जानकारी दिए ।

अध्यक्ष साहले गत आर्थिक वर्षमा उपमहानगरसँग लिएको १३ लाख रुपैयाँबाट सो जग्गामा घेराबार नगरी सटर निर्माण गर्न लगाएका छन् । जबकी उनलाई उपमहानगरले घेरबार कार्यका लागि सो रकम उपलब्ध गराएको थियो । अध्यक्ष साहले असहायको नाममा गुठीसँग जग्गा लिएर उपमहानगरसँग आर्थिक सहयोग प्राप्त गरी सो जग्गामा सातवटा सटरहरू निर्माण गर्न लगाएका छन् ।

उनले असहाय संरक्षण मञ्चको संरचना निर्माणका लागि उपमहानगरसँग लाखौं रकम लिए पनि भवन निर्माण गरेका मजदुरको भने पारिश्रमिक भुक्तानी गरेका छैनन् ।

जनकपुरधाम-१२ बस्ने दिलिप सदाले मञ्चका अध्यक्ष साहले आफूसँग ३ महिना काम गराएर पारिश्रमिक नदिएको दुःखेसो पोखे । उनले विवाह मण्डप निर्माण गर्ने भन्दै आफूसँग अध्यक्ष साहले काम गर्न लगाए पनि पैसा दिन भने आनाकानी गरेको बताए ।

एक वर्ष अगाडि हनुमानगढी स्थानको सो जग्गामा धान उब्जनी हुँदै आए पनि अहिले त्यहाँ असहायको नाममा बजेट लगेर मञ्चका अध्यक्ष साहले सटरहरू निर्माण गर्न लगाएको एक स्थानीयले नाम उल्लेख नगर्ने सर्तमा बताए ।

अध्यक्ष साह भने मञ्चले गुठीसँग जग्गाको सम्झौता गरी सो जग्गामा असहाय सेवा सदन निर्माण गरिरहेको बताउँछन् । उनले मञ्चले सो सदन निर्माण गरेर पछि समाजलाई नै हस्तान्तरण गर्ने पनि बताए ।

अध्यक्ष साहले गरिब असहायहरूका लागि निःशुल्क उपलब्ध गराउने उद्देश्यले धर्मशाला र विवाह भवन निर्माण भइरहेको बताए । उनले निर्माण कार्य सम्पन्न भएसँगै आफू तुरन्त समाजलाई हस्तान्तरण गर्न तयार रहेकोसमेत बताए ।

'मैले आफ्नो व्यक्तिगत नाफाका लागि असहाय सेवा सदन बनाइरहेको छैन । समाजसँग सोधेर बनाइरहेको छु । कसैलाई कुनै शंका लागेको छ भने म अहिले नै निर्माण कार्य बन्द गर्न सक्छु,' साहले भने ।

उनले निर्माण कार्यमा केही व्यक्तिले माटो, केहीले सिमेन्ट सहयोग गरेको र निर्माण सम्पन्न भएपछि त्यहाँ कर्मचारी पनि खटाउनुपर्ने भएकोले सटर निर्माण गरिएको बताए । साहले यो काम आफ्नो लागि नभइ समाजको लागि भइरहेको दाबी गरे ।

अहिलेसम्म आफूले १३ लाख रुपैयाँ मात्र पाए पनि त्यहाँ २० लाखको काम गराइसकेको पनि उनको दाबी छ ।

एम्बुलेन्स पनि ठेक्कामा

अत्यावश्यक सेवा दिने सवारीसाधनको रूपमा रहेका कारण एम्बुलेन्स खरिदमा सरकारले राजश्व छुट दिएको छ । यसलाई बेच्न र ठेक्कामा लगाउन पाइँदैन । तर, जनकपुरधाममा एम्बुलेन्स बेच्ने र ठेक्कामा दिने प्रवृत्ति मौलाउँदै गए पनि सम्बन्धित निकायले अहिलेसम्म कुनै कारबाही गरेको छैन । तर, जनकपुरधामका विभिन्न संघसंस्थाले भारतीय दूतावासबाट अनुदानस्वरूप पाएको एम्बुलेन्स व्यक्तिगत मुनाफाका लागि बेच्ने र ठेक्कामा लगाउने गरेको पाइएको छ ।

मञ्चका अध्यक्ष साहले पनि असहाय संरक्षण मञ्चको नाममा भारत सरकारबाट सहयोगस्वरूप पाएको एम्बुलेन्स ठेक्कामा लगाएका छन् । महात्मा गान्धीको १५१औं जन्म जयन्तीको उपलक्ष्यमा जनकपुरधामका असहाय संरक्षण मञ्चसहित ४७ वटा सामाजिक संस्थालाई भारत सरकारले २०७७ को असोजमा एम्बुलेन्स सहयोग गरेको थियो ।

गरिब, असहाय, अपाङ्गता र वृद्धवृद्धालाई औषधि उपचारदेखि विभिन्न काममा सक्रिय सहयोगका लागि मञ्चलाई भारतीय राजदूतावासले उपहारस्वरूप सो एम्बुलेन्स प्रदान गरेको थियो ।

आधारभूत स्वास्थ्य पहुँच विस्तार गर्न हेतु दूतावासले असहाय संरक्षण मञ्चलाई एम्बुलेन्स उपलब्ध गराए पनि अहिले त्यो एम्बुलेन्स मञ्चका अध्यक्ष साहले मासिक ३५ हजार रुपैयाँको दरले ठेक्कामा लगाएर नाफा कमाइरहेका छन् । प्रदेश-२-०२-००१ च ०३९२ नम्बरको सो एम्बुलेन्समा नेपाल-भारत सहयोग लेखिएको भए पनि अहिले ती अक्षरहरूलाई मेटाएर मञ्चका अध्यक्ष साहले धनुषाको बटेश्वर गाउँपालिका बस्ने सुकेश्वर महतोलाई मासिक ३५ हजारको दरले ठेक्कामा दिइसकेका छन् । सो एम्बुलेन्स नाफा कमाउने उद्देश्यले प्रयोग गरिरहेको पाइएको हो ।

सुरुमा उक्त एम्बुलेन्स चलाउनका लागि अध्यक्ष साहले एम्बुलेन्स चालक संघ धनुषाका अध्यक्ष अरमान साहलाई मासिक १३ हजार रुपैयाँको दरले चालकमा नियुक्त गरेका थिए । ३ महिनापछि उनले सोही गाडी अरमानलाई नै मासिक ३० हजार रुपैयाँको दरले ठेक्कामा दिए । अरमानले सो गाडी एक वर्षसम्म ठेक्कामा चलाए । संयोगबस केही दिनपछि गाडी दुर्घटनामा परेपछि अध्यक्ष साहले अरमानसँग सो गाडी खोसेर बटेश्वरका सूर्यदेव महतोलाई ठेक्कामा लगाए ।

अहिले सो एम्बुलेन्स सूर्यदेवको जिम्मामा रहेको छ । एम्बुलेन्समा बिरामी बोक्न मात्र पाइने नियम रहे पनि असहाय संरक्षण मञ्चलाई सेवा गर्ने भावनाका साथ उपहार स्वरूप प्रदान गरिएको सो एम्बुलेन्स अहिले शववाहनको रूपमा पनि प्रयोग भइरहेको देखिन्छ ।

सेवामूलक संस्था भनेर प्रदान गरिएको सो एम्बुलेन्सलाई अहिले गैर कानुनी तवरले सञ्चालन गरी नाफामूलक बनाइएको छ । एम्बुलेन्समा ट्राभलिङ भेन्टिलेटर, इसिजी तथा अक्सिजन मोनिटर, अटोमेटेड एक्सटर्नल डिफिब्रिलेटर, नेबुलाइजर सेट, रक्तचाप जाँच

बाँकी पृष्ठ ३ मा

जानकी एकेडेमीक हस्पिटल प्रा.लि.

Hot line number
9748457490 / 9748457491

रामगोपालपुर-९ पर्सा देवाड (महोत्तरी)

सम्पर्क नं. 9854028392 / 9854021392 / 9801528392

प्रदेश नं. २ मै पहिलो पटक विभागिय विशेषज्ञ डाक्टरहरुद्धारा विरामीहरुको उपचार २४ सै धण्टा सेवा उपलब्ध गराउने पहिलो संस्था जानकी एकेडेमिक हस्पिटल प्रा.लि आफनो सम्पूर्ण सेवाहरु सुरु गरिसकेको सहर्ष जानकारी गराउदछौ ।

२४ औं घण्टा उपलब्ध सेवा

- सम्पूर्ण इमरजेन्सी अप्रेशनहरु २४ औ घण्टा
- दैनिक OPD सेवा ९ देखि ४ बजे सम्म
- चोटपटक तथा दर्घटनामा परी हाडहरु भाचिएकाहरुलाई C-Arm मेशिनद्धारा
- अत्याधुनिक तरिकाले प्लाष्टर गर्नुको साथै विना ठूलो चिरफार गरी अप्रेशन
- अति शिकिस्त नवजात शिशुहरुको लागि NICU व्यवस्था

स्नायु तथा मानसिक रोग र नाक, कान तथा ३द्दीको रोग प्रत्येक महिनाको पहिलो हप्ता सेवा दिइन्छ।

- २४ सै घण्टा नर्मल डेलिभरी , आवश्यक अनुसार LSCS अप्रेशन को सुबिधा ।
- पाठेघर सम्बन्धी हरेक समस्याको उपचार गर्नुको साथै अत्याधुनिक मेशिनद्धारा अप्रेशन सुबिधा ।
- पेट भित्र बच्चाको अवस्था जाँच्न CTG को व्यवस्था ।
- विरामी भर्नाको लागि क्षलमययच को व्यवस्था ।

सम्पादकीय

प्रधानमन्त्री प्रचण्डबाट आशा र अपेक्षा

चुनौतीका कठिन पहाड सामुन्ने हुँदा पनि प्रधानमन्त्री प्रचण्डमा काम गर्ने इच्छाशक्ति देखिएको छ । नेतृत्वले 'इस्टेटम्यानसिप' देखाउने भनेकै कठिन समयमा हो । गठबन्धनको सरकार यसै पनि चुनौतीपूर्ण हुन्छ नै, झन् भूराजनीतिक चुनौती त्यत्तिकै छ । नजिकका छिमेकी भारत र चीन हाम्रा गतिविधि नियालिरहेका हुन्छन् । दक्षिण एसियाका शक्तिराष्ट्र भारत जी-२० को अध्यक्षसमेत छ । जी-२० को अध्यक्ष हुनुको नाताले ऊसँग संसारसँग सिधा सम्बन्ध हुन्छ। भारत र चीनबीच यसै पनि द्वन्द्व छ। दुइटा छिमेकीबीचको तनावका बाछिटा नेपालमा आउन सक्छन् । त्यसैले पनि सन्तुलित सम्बन्ध आजको आवश्यकता हो । राष्ट्रिय सुरक्षाका दृष्टिले त्यो संवेदनशील हुन्छ । चीनले आफ्नो आर्थिक नीतिबाट राजनीतिलाई प्रभाव पार्न सक्छ । ऊ केरुङबाट राजनीतिमा छिर्न सक्छ भन्नेहरू पनि छन् । अर्थतन्त्र कमजोर भए पनि मुलुकमा कसैको प्रभाव र दबाब नहोस् भन्नका लागि हामी स्मार्ट बन्नैपर्छ ।

प्रधानमन्त्री भएलगत्तै प्रचण्डलाई छिमेकी भारत, चीन र अमेरिकाको बधाई ज्ञापनले ठूलो अर्थ बोकेको छ । प्रचण्ड प्रधानमन्त्री भएपछि भारतले थप बिजुली किन्ने निर्णय गर्नु, चीनले लामो समयदेखि रोकिएको केरुङ नाका खोल्नु र अमेरिकाले नयाँ सरकार गठनलाई लोकतन्त्रको उच्चतम अभ्यास मान्नुलाई सकारात्मक सङ्केतका रूपमा बुझ्नुपर्छ । यी विषय संयोग मात्रै होइनन्, संसारकै महत्वपूर्ण तीनवटा देश नेपालसँग मिलेर काम गर्न इच्छुक रहेको सङ्केत पनि हो यो । यसको कूटनीतिक अन्तर्य र भूराजनीतिक जटिलताबारे बुझ्ने र बुझाउन सक्ने सेनासँग परामर्श गर्नु आवश्यक छ। त्रिदेशीय सङ्केतलाई बुझेर सेनाको सल्लाहमा मुलुकहितमा पुँजीकृत गर्नु प्रचण्डको जिम्मेवारी हो । सेना कसैको पक्ष र विपक्षमा नभई देशहितमा मात्र क्रियाशील हुने भएकाले उसको सल्लाह र सुझाव फलदायी हुन सक्छ । विगतमा प्रधानसेनापति मुद्दामा आफ्नो भूमिकाकै कारण शङ्काको सुविधा दिने ठाउँ दिएकाले त्यसबाट मुक्त हुन पनि सेनालाई विश्वासमा लिन आवश्यक छ । हुन त प्रधानमन्त्रीको शपथका बेलाको हाउभाउले शङ्काको सुविधा दिने ठाउँ राखेको छैन ।

नेपाली सेना कुनै पनि दलविशेषको पक्षमा आजसम्म नउभिएकैले उसको भूमिकामा प्रश्न गर्ने ठाउँ छैन । उसले मुलुकमा राजनीतिक अस्थिरता हुँदा पनि शान्ति सेनाको माध्यमबाट नेपालको कूटनीतिलाई सैनिक कूटनीतिमार्फत संसारसँग जोड्दै आएको कुरा यहाँ स्मरणीय छ ।

व्यवस्था फेरियो, अवस्था कहिले ?

निल बहादुर लुम्रे

गाउँ शून्य हुँदै गर्दा संघीय राजधानीमा रहेको राहदानी विभागमा भीड बढिरहेको छ। कसैले उमेर बढाए र त कसैले घटाएर नागरिकता बनाएका छन्। स्वदेशमा रोजगारी पाइँदैन। जसरी भए पनि वैदेशिक रोजगारीमा जानुपर्छ। यो आम नेपाली युवाको अवस्था हो।

राहदानीको लागि युवा दिनहुँ लाइनमा बसिरहेका छन्। युवालाई रोजगार दिन नसक्ने सरकारले तत्काल राहदानी पनि दिन नसक्ने सूचना प्रकाशन गरेको छ। राहदानी विभागको सिस्टम बिग्रिएको कारण राहदानी वितरण गर्न नसकिने राहदानी विभागले सूचना जारी गरेको छ। वैदेशिक रोजगारीमा जान आतुर युवा निराश छन्। यो विषयमा प्रधानमन्त्री र गृहमन्त्री खुबै चिन्तित देखिन्छन्। र, तत्काल सिस्टम सुधार गर्न लागिपरेका छन्।

सरकार राहदानी विभागमा युवाहरू लाइन लाग्नुको अन्तर्निहित कारणहरू बुझ्ने पक्षमा अझै छैन। सिस्टम नै अवरुद्ध हुने गरी राहदानीको माग किन बढ्यो ? यस प्रश्नको जवाफ खोज्न अन्त जानै पर्दैन।

दिनभरि लाइनमा बसेर पालो कुरेका युवाहरूलाई सोधे पुग्छ। उनीहरू पनि आफ्नो परिवारसँग बसेर नेपालमा रमाउन चाहन्छन्। परिवार सम्हाल्नुपर्ने जिम्मेवारीलाई राम्ररी बुझेका छन्। र त्यही जिम्मेवारीसहित राहदानी बोकेर वैदेशिक रोजगारीमा लाग्नुपर्ने बाध्यताले लाइनमा उभ्याएको छ। स्वदेशमै रहन पनि धेरै लाइनमा उभिए।

खेती गर्न बालीको सिजन नै सकिएसम्म मलखादको लाइनमा उभिए। कसैले दुई/चार केजी मल पाए, सबैले पाएनन्। खेतीपातीले परिवारको पेट धान्न गाह्रो भयो, अन्य खर्च त परै जाओस्। रोजगारीको लागि लाइनमा उभिए। पहुँच भएकाहरूले पाए, सबैले पाएनन्। रोजगारीबाट प्राप्त थोरै पारिश्रमिकले मुस्किलले भोक त टार्न सक्ने भयो। तर, छोराछोरी पढाउनलाई साहु, महाजनसँग चर्को ब्याजमा ऋण नै लिनुपर्छ। हो, त्यही ऋणले पिरोलिएर राहदानी विभागमा युवाहरूको लाइन बढेको हो।

एकाथरी युवाहरूले स्वदेशमै बस्न व्यावसायिक योजना बनाए। योजना बोकेर बैंकको लाइनमा उभिए। सडक छेउको जग्गा धरौटी भएका र पहुँच भएकाहरूले पाए, सबैले पाएनन्। अहिले राहदानी विभागले राहदानी वितरण बन्द गरे झैं बैंकले ऋण बन्द गरेको छ। मुलुकमा देखा परेको आर्थिक संकटको कारण व्यवसाय ठप्प झै भएको छ। बैंकले ऋणको ब्याजदर बढाइरहेको छ।

भाकाबमोजिम बैंकको किस्ता बुझाउन सकेको छैन। बैंक र साहु, महाजनको ताकेताले लज्जित बनेका इमान्दार नागरिकहरूले निराश छन्। हो, आफू बाँचेर परिवारलाई बचाउने आशामा वैदेशिक रोजगारीमा जान मरिहत्ते गर्नुपर्ने भएको छ। आयआर्जनको विकल्प बन्द भएका विपन्न युवाहरू कैयौं योजना र सपनाहरू कुल्चेर राहदानी विभागको लाइनमा भोकभोकै उभिइरहेका छन्।

चर्को ब्याजसहितको ऋणले थिचिएकाहरू थोरै जग्गा बेचेर ऋण तिर्ने र थोरै भए पनि जोगाउने भन्दै मालपोत कार्यालयको लाइनमा उभिए। त्यहाँ पनि कित्ताकाट बन्द छ। पूरै कित्ता बेच्नेले कित्ताकाट गरेर बेच्न पाए। कित्ता काटेर बेच्न पाएनन्। अन्ततः बैंकले लिलामी प्रक्रिया सुरु नै गरेपछि सम्पत्ति रित्तिएकाहरू राहदानी विभागको लाइनमा उभिएका छन्। आफू बाँच्न र परिवार पाल्न भोकभोकै लाइनमा उभिएका छन्।

राजनीतिक परिवर्तनको बहानामा राज्यले अनुत्पादक क्षेत्रमा खर्च गरि रहेकै छ। अब प्राथमिकताका क्षेत्र निर्धारण गरेर मात्र राज्य संरचना तथा योजना निर्माणको कार्य गर्नुपर्ने आवश्यक छ। हेरौं, काठमाडौं महानगरपालिकामा एकजना मेयर छन्। अनि संघीय संसद् र प्रदेश संसद् चाहिँ धेरै किन चाहिँदो रहेछ ? यो मैले नबुझेको विषय हो। तर नागरिकको प्रतिनिधिले नागरिकहरू हरेक ठाउँमा लाइनमै बस्नुपर्ने अन्तर्निहित कारणहरू बुझेका छन् कि छैनन् ? भन्ने प्रश्न मात्र हो।

सरकारले लाइन घटाउने र हटाउने कार्यको लागि निर्देशन मात्र दिने होइन। समस्याको दिगो समाधान गर्न परिणाममा आधारित व्यवस्थापनको आवश्यक छ। सरकारको लक्ष्य र उद्देश्यलाई मापन गर्न सक्ने सूचकहरूसहितको योजना निर्माणको आवश्यकता छ। कुनै बेलाको महाराजाहरूको हुकुम चलेझै योबेला निर्देशनले मात्रै चल्नेवाला छैन। सामान्य बुझाइ भए मात्र पनि पुग्छ। कर्मचारी संयन्त्रले सामान्य अवस्था बाहेक, नियम कानुनलाई आधार बनाएर काम गर्ने हो। नीति नियमलाई व्यावहारिक बनाउनको लागि कार्यान्वयन अघि कम्तीमा परीक्षण गर्ने व्यवस्था मिलाउनुपर्छ। जसले गर्दा नागरिकले अनावश्यक झमेला व्यहोर्न नपरोस्। अनावश्यक झमेलामात्रै हटाउन सकियो भने पनि सेवाग्राहीको भीड घटाउन योगदान पुऱ्याउँछ।

समस्याको दिगो समाधानको लागि आर्थिक अवस्थामा सुधार गरेर स्वदेशमै रोजगारी सिर्जना गर्न आवश्यक छ। त्यसका लागि उत्पादन हुने क्षेत्र निर्धारण गरी लगानीको प्राथमिकता बढाउनुपर्ने आवश्यकता बढेको छ। सँगसँगै नेपाली पैसा बाहिरिने माध्यमहरूलाई न्यूनीकरण गर्नुपर्ने देखिन्छ। उच्च शिक्षा अध्ययन गर्नको लागि विद्यार्थीले हरेक वर्ष अर्बौं खर्च गरेर बिदेसिएका छन्। त्यसरी बिदेसिएका विद्यार्थीहरू अधिकांश विदेशतिरै पलायन हुने हुँदा लगानी फिर्ता हुने न्यून सम्भावना छ। त्यसकारण, अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्ने गरी गुणस्तरीय शिक्षामात्रै प्रदान गर्ने व्यवस्था गरौं। उच्च शिक्षाको लागि देशबाहिर जाने पैसालाई स्वदेशमै रोकौं। सहज त नहोला र पनि तत्कालकै लागि होस् कमसेकम कानुन संशोधन गरेर नेपाली नागरिक बाहेककालाई बिक्री गर्न सक्ने प्रावधान बनाऔं र सकेसम्म बाहिर रहेको पैसालाई स्वदेशमा फिर्ता ल्याउने वातावरणको सिर्जना गरौं। थोरै भए पनि आर्थिक संकटलाई न्यूनीकरण गरौं।

राज्यले विकासका योजना निर्माण र कार्यान्वयन गरिरहेकै छ। प्रदेश सरकार र स्थानीय सरकारले निर्माण गर्ने योजनाहरूमा अति आवश्यकभन्दा बाहेक अनावश्यक भौतिक पूर्वाधार निर्माणका कामहरूलाई न्यूनीकरण गरौं। राज्यले गरेको लगानीबाट के उत्पादन हुन्छ र त्यसको बिक्री वितरणबाट कतिजनाको रोजगारी सिर्जना गर्न सक्छ भन्ने विषयलाई ध्यानमा राखौं। नागरिकको सामान्य जीवनयापनका समस्याहरू समाधान गरेर मात्रै भौतिक पूर्वाधार निर्माणको कामको सुरुवात गरौं। हरेक लगानीबाट उत्पादन र उत्पादनबाट हरेका नागरिकलाई रोजगारी भन्ने अवधारणाको विकास गरौं।

विकासका लागि नेपालमा हजारौं राष्ट्रिय, अन्तर्राष्ट्रिय गैरसरकारी संस्थाहरूले काम गरिरहेका छन्। संस्थाहरूसँग छलफल र समन्वय गरेर तत्कालकै लागि भए पनि उत्पादन र रोजगारीलाई प्राथमिकताको क्षेत्र निर्धारण गरौं। कम्तीमा उत्पादनको क्षेत्रमा परिचालन हुने मानव संसाधनलाई आवश्यक ज्ञान र सीप प्रदान गर्नमा संस्थाको योगदान खोजौं। गैरसरकारी संस्थाहरूले आवश्यक ज्ञान र सीप प्रदान गरेर दक्ष जनशक्तिको विकास गर्न सकियो भने मात्र दिगो विकासको परिकल्पना गर्न सकिन्छ। समृद्ध नेपाल, सुखी नेपालीको परिकल्पनालाई साकार गर्ने हो भने राज्यप्रणाली सञ्चालन गर्ने प्रणाली आवश्यक छ। पात्रभन्दा पनि प्रवृत्ति परिवर्तन हुन आवश्यक छ।

आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरू

जनकपुर

धनुषा अस्पताल तथा अनुसन्धान केन्द्र प्रा.लि.	५२५८००
जनपा वारुण यन्त्र	५२००११
एम्बुलेन्स (सरोज फाउण्डेशन)	५२२८०६
एम्बुलेन्स (मारवाडी सेवा समिति)	–५२२७६२, ५२१७८४
एम्बुलेन्स (जानकी मेडिकल कलेज)	–५२६०९०, ५२६०९१
महाविर युवा कमिटी ऐंबुलेंस्	२५९८०
कृष्णा नर्सिंग होम	५२१९१८
जनकपुर मेडिकल सेन्टर	५२०७१४
जिया अल्ट्रासाउण्ड इमरजेन्सी सेन्टर	५२३३२८
जनकपुर रेल्वे	५२०२११
आँखा अस्पताल	५२०३९७
जनकपुर सुरक्षा गुल्म	५२०१८६/५२६५८६
प्रहरी	५२००९९
एम्बुलेन्स रेडक्रस	१०२
जनकपुर अञ्चल अस्पताल	५२००३३
बछार प्रसुति सेवा केन्द्र	५२२४५७
विद्युत फ्युज शाखा	५२०१५१
बुद्ध एयर	५२५०२२
गोर्खा एयर	५२१२९४
सीता एयर	५२५९९०
जानकी केबल टिभी नेटवर्क	५२३७२८

वर्दिवास

बर्दिवास अस्पताल	५५००९०
ट्राफीक प्रहरी	५५००५५
छिन्नमस्ता सशस्त्र प्रहरी गण	५५०४०४
जिल्ला खानेपानि (गौरी डाडाँ)	५५०००५
ढल्केवर (नो लाईट)	०४१-५६००६८
सुरक्षा क्याम (रेडियो नेपाल)	५५००२३
बर्दिवास गा.वि.स.	५५००३१
खानेपानि कार्यालय	५५०११०
प्रहरी	५२०१९९
प्रहरी	५२००९९
बर्दिवास दुरसञ्चार	५५००००
पारिजात स्मृति अस्पताल	५५०३७२
नेपाल परिवार नियोजन संघ	५५०१०७
इलाका प्रहरी कार्यलय वर्दिवास	५५०००६
खानेपानी बर्दिवास	५५०१४३
रेडक्रस एम्बुलेन्स	५२०१००
मेरी स्टोप्स सेन्टर	५५०१२६
शूभ स्वस्तिक हस्पिटल	५५०२५५
जनसेवा हस्पिटल	५५०४०६
बर्दिवास आँखा अस्पताल	५५०४७७
एकिकृत सेवा केन्द्र बर्दिवास	५५०६६८
IRDS समाज सहकारी अस्पताल	५५०४०१

ढल्केवर

खानेपानी	९८२४८०५९५०
इलाका प्रहरी कार्यालय	०४१-५६०१००
प्रहरी	५२००९९
विद्युत फ्युज शाखा	०४१-५६०१६८
एम्बुलेन्स	९८०४८६७५५४
एम्बुलेन्स	९८१५८३२०३२
ओम शान्ति पोलिक्लिनिक	०४१-५६०१५२

जलेश्वर

अस्पताल	५२००७०
प्रहरी	५२०००९
अस्थायी प्रहरी चौकी भीठामोड	५२०२०९
एम्वुलेन्स	५२०१००
विद्युत्	५२००६६
विद्युत्	५२०११६

महेन्द्रनगर

एम्बुलेन्स
(सोसल वेलफेयर & रिसर्च सेन्टर) ४१-५४०२३२
महेन्द्रनगर,धनुषा ९८४४०२४४५०/
९८०४८२५८६०

एम्बुलेन्स
(हिमालय युवा क्लव नक्टाझिज) ०४१-६२०४९१
९८०४८१५१२६

इलाका प्रहरी कार्यालय महेन्द्रनगर ५४०१९९
विद्युत प्राधिकरण महेन्द्रनगर ५४०१६१

बैद्यनाथ साहको यो. . .

उपकरण, स्टेथोस्कोप, एम्बु ब्याग, ट्युब तथा काथेटर, व्हिलचेयर, स्ट्रेचर, रेडियो सञ्चार यन्त्र तथा फोर जी मोबाइल डिभाइस जडान गरिएको छ ।

अरमानले भने, 'यहाँका अधिकांश संस्थाले एम्बुलेन्सलाई कमाइ खाने भाँडो बनाएका छन् । राजस्व छुट वा सहयोगमा प्राप्त एम्बुलेन्सलाई मासिक १० देखि ३० हजारसम्ममा भाडामा लगाएर रकम असुली गर्ने गरिएको छ । बिक्रीनामा कागज समेत तयार गरेर १० देखि १५ लाख सम्ममा बेचिन्छ ।'

सरोकारवाला निकायको अनुगमन अभावको कारण यस्तो समस्या आउने गरेको उनको दुःखेसो छ । साहले एम्बुलेन्सको नियमन गर्ने निकायहरूको अभाव र अनुगमन नगर्ने प्रवृतिका कारण जनकपुरमा समस्या आएको सुनाए । पछिल्लो तथ्यांकअनुसार नेपाल-भारतको सहयोगमा २३ गरी जम्मा ७८ वटा एम्बुलेन्स धनुषामा सञ्चालित छन । जसमध्ये मापदण्ड विपरीत १२ वटा ठेक्कामा लगाइएका छन् भने ६ वटा गैरकानुनी रूपमा बेचिएको एम्बुलेन्स चालकको आरोप छ ।

शितलहरबाट बचौ र बचाऔ

शितलहरले तराई मधेशको मौसममा प्रतिकुल असर पारिरहेको र शितलहरसंगै चलेको चिसो हावाले जनजिवन प्रभावित गरिरहेकोले चिसोबाट सुरक्षित रहौ र परिवारका सदस्यहरुलाई सुरक्षित राखौ । चिसोको समयमा बृद्ध बृद्धा,रोगी,बालबालिका र गर्भवतीहरु झन जोखिममा हुन्छन ।उनीहरुलाई चिसोबाट जोगाउन विशेष सतर्कता अपनाऔ ।

- समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौ ।
- चिसोको समयमा बर बाहिर खुल्ला सनमा धेरै समय नविताऔ ।
- घर वाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु परेमा पर्याप्त न्यानो कपडा साथमा राखौ ।
- घर भित्र राति सुत्दा शरिरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती र टाउको ढाक्ने गरौ ।
- चिसो हावा चलेको समयमा आगो तापेर शरिरलाई न्यानो राख्ने गरौ ।
- छाती र टाउकोलाई चिसोबाट जोगाऔ ।
- चिसोको समय शरिरलाई चाहिने आवश्यक तातो खानेकुराहरु खाने वानीको विकास गरौ ।
- तातो पानी पिईरहौ ।

जनकपुरधाम उपमहानगरपालिका, धनुषा

अमानविय व्यवहार गर्नेलाई ६ महिना कैद, ढिलो फैसलाले सात महिना बढी बस्नु पर्‍यो जेलमा

खबर दर्पण समाचारदाता

पुस २३ गते, सप्तरी

सप्तरी- डाक्नेश्वरी नपा-९ की दुर्गादेवी साहलाई बोक्सीको आरोप लगाएर अमानविय व्यवहार गरेको आरोपमा सोही ठाउँका ५२ वर्षीय बिजली साहलाई ०७९ पुस २० गते ६ महिना कैद र ५ हजार रुपियाँ जरिवाना भएको छ ।जिल्ला न्यायाधीश लालकाजी श्रैष्ठको इजलाशले आरोपितलाई कैद र जरिवानाको फैसला गरेको अदालतका सूचना अधिकारी भरतमणि पोखरेलले जानकारी दिनुभयो ।

अन्य आरोपितहरु सोही ठाउँका ५९ वर्षीय तुलसी साह, ५० वर्षीया मीनादेवी साह र २३ वर्षीय विशाल साहले सफाई पाएका छन् । ०७८ फागुन ३० गते गिरफ्तार भएका तुलसी पुर्पक्षका लागि २० हजार रुपियाँ धरौटीमा रिहा भएका थिए । यस्तै ०७९ भदौ ९ गते अदालतमा हाजिर भएका मीनादेवी र विशाल पुर्पक्षका लागि जनही १ लाख रुपियाँ धरौटी राखेर रिहा भएका थिए ।

आरोपितहरुले ०७७ मङ्सिर ५ गते बोक्सी भन्दै गालीगलौज र कुटपिट गरेको आरोप लगाउँदै पीडित दुर्गादेवीले दिनु भएको उजुरी उच्च अदालत जनकपुर राजविराज इजलाशको परमादेशपछि मात्र जिल्ला प्रहरी कार्यालयले ०७८ मङ्सिर ५ गते दर्ता गरेको थियो ।गिरफ्तार भई अभियुक्त ठहरिएका बिजली ०७८ मङ्सिर २८ गतेदेखि पुर्पक्षका लागि राजविराज कारागारमा थुनामा छन् । अदालतले ढिलो फैसला गर्दा उनी तोकिएको कैद सजाय भन्दा ६ महिना २२ दिन बढी बस्नु परेको छ ।

ढल्केवरको लक्ष्मी बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाको १३औं वार्षिक साधारणसभा सम्पन्न

दिवेशकुमार महतो

पुस २३ गते, ढल्केवर

धनुषाको मिथिला नगरपालिका-७ ढल्केवर मा रहेको लक्ष्मी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको १३औं वार्षिक साधारणसभा शनिबार सम्पन्न भएको छ ।

ढल्केवर कृषि बजारमा आयोजित कार्यक्रममा संस्थाका अध्यक्ष श्रीराम यादवको अध्यक्षता तथा मिथिला नगरपालिका वार्ड नं-६ का वडाध्यक्ष नन्दकिशोर यादवको प्रमुख आतिथ्यमा साधारणसभा सम्पन्न भएको हो ।

संस्थाका अध्यक्ष यादवले आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ सालको कार्य प्रगति तथा आ.व. ०७९/०८० को निति तथा योजना प्रस्तुत गरेका थिए । साथै आ.व.२०७९/०८० का लागि अनुमानित आय-व्यय समेत उनले प्रस्तुत गरेका थिए । आ.व.२०७८/०७९ मा उत्कृष्ट बचत तथा ऋण कारोबार गरेका ४० जना सदस्यहरुलाई सम्मान गरेका थिए ।

संस्थाको व्यवस्थापक हरिलाल महतोले संस्थाको आ.व, २०७८/२०७९ को आयव्यय विवरण प्रतिवेदन प्रस्तुत गरेका थिए । गत आर्थिक वर्षमा २ करोड ३४लाख ३१ हजार ९ सय १२ रुपैयाँ ऋण लगानी संस्थाबाट भएको थियो भने चालु आर्थिक वर्ष २०७९ मंसिर २९ गते सम्ममा संस्थाले ७८ लाख ७८ हजार २ सय रुपैया ऋण लगानी गरेको छ। यस्तै गत आर्थिक वर्षमा ३ करोड ३४ लाख ८८ हजार ३ सय ९७ रुपैयाँ बचत संकलन गरेको छ भने चालु आ.व.को मंसिर २९ गते सम्ममा १ करोड ३५ लाख ७४ हजार ६ सय ५५ रुपैयाँ बचत संकलन गरेको छ । गत आर्थिक वर्षमा सेयर पुँजी ५६ लाख ४५ हजार २ सय रहेको र चालू आ.व. को मंसिर २९ गते सम्ममा सेयर पुजी ५६ लाख ६३ हजार २ सय रुपैंया रहेको कुरा जनाइएको छ । कार्यक्रममा मिथिला नगरपालिका वार्ड नं-७ का वडा अध्यक्ष श्री राम बहादुर स्याङदन, ढल्केवर कृषि बजार व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष बुधेश्वर महतो,विभिन्न सहकारी का अध्यक्ष तथा प्रतिनिधि ,संचालक समितिका सदस्यहरु,लेखा सुपरिवेक्षण समितिका सदस्यहरु,ऋणउपसमितिका सदस्यहरु लगायत बचतकर्ता तथा सेयर सदस्यहरूको उपस्थिति रहेको थियो।

सार्वजनिक स्थलमा धुम्रपान नगरौं ।

शितलहरबाट बचौ र बचाऔ

शितलहरले तराई मधेशको मौसममा प्रतिकुल असर पारिरहेको र शितलहरसंगै चलेको चिसो हावाले जनजिवन प्रभावित गरिरहेकोले चिसोबाट सुरक्षित रहौ र परिवारका सदस्यहरुलाई सुरक्षित राखौ । चिसोको समयमा बृद्ध बृद्धा,रोगी,बालबालिका र गर्भवतीहरु झन जोखिममा हुन्छन ।उनीहरुलाई चिसोबाट जोगाउन विशेष सतर्कता अपनाऔ ।

- समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौ ।
- चिसोको समयमा बर बाहिर खुल्ला सनमा धेरै समय नविताऔ ।
- घर वाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु परेमा पर्याप्त न्यानो कपडा साथमा राखौ ।
- घर भित्र राति सुत्दा शरिरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती र टाउको ढाक्ने गरौ ।
- चिसो हावा चलेको समयमा आगो तापेर शरिरलाई न्यानो राख्ने गरौ ।
- छाती र टाउकोलाई चिसोबाट जोगाऔ ।
- चिसोको समय शरिरलाई चाहिने आवश्यक तातो खानेकुराहरु खाने वानीको विकास गरौ ।
- तातो पानी पिईरहौ ।

मठिहानी नगरपालिका, महोत्तरी

शितलहरबाट बचौ र बचाऔ

शितलहरले तराई मधेशको मौसममा प्रतिकुल असर पारिरहेको र शितलहरसंगै चलेको चिसो हावाले जनजिवन प्रभावित गरिरहेकोले चिसोबाट सुरक्षित रहौ र परिवारका सदस्यहरुलाई सुरक्षित राखौ । चिसोको समयमा बृद्ध बृद्धा,रोगी,बालबालिका र गर्भवतीहरु झन जोखिममा हुन्छन ।उनीहरुलाई चिसोबाट जोगाउन विशेष सतर्कता अपनाऔ ।

- समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौ ।
- चिसोको समयमा बर बाहिर खुल्ला सनमा धेरै समय नविताऔ ।
- घर वाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु परेमा पर्याप्त न्यानो कपडा साथमा राखौ ।
- घर भित्र राति सुत्दा शरिरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती र टाउको ढाक्ने गरौ ।
- चिसो हावा चलेको समयमा आगो तापेर शरिरलाई न्यानो राख्ने गरौ ।
- छाती र टाउकोलाई चिसोबाट जोगाऔ ।
- चिसोको समय शरिरलाई चाहिने आवश्यक तातो खानेकुराहरु खाने वानीको विकास गरौ ।
- तातो पानी पिईरहौ ।

रामगोपालपुर नगरपालिका, महोत्तरी

धनुषाको महेन्द्रनगरमा खुल्यो जिम

खबर दर्पण समाचारदाता

पुस २३ गते, महेन्द्रनगर

धनुषाको जनकपुरधाम पछि दोश्रो सहरको रुपमा रहेको महेन्द्रनगर मा पहिलो पटक जिम क्लब संचालनमा आएको छ ।करिब ५० लाखको लागतमा संचालक अजय कुमार साहले महेन्द्रगरमा लायन्स केभ फिटन्स सेन्टर सञ्चालनमा आएको छ। पछिल्लो पुष १६ गते उद्घाटन गरी उक्त क्लब संचालनमा ल्याएको छ।

पहिलो पटक महेन्द्रनगरमा क्लब संचालनमा आएपछि शारिरीक व्यायम गर्नेहरुको लर्को लागेको छ। ६ दिनमा करिब ७० जनाले नामांकन गराईसकेको प्रशिक्षक अजय कुमार यादवले जनाएको छ। बिहान बेलुका दुई सिफ्टमा चल्ने क्लबमा जिम गर्नको लागि महिनाको १ हजार ५ सय, ३ महिनाको भुक्तानी एकैपटक गरेमा ४ हजार, ६ महिनाको ७ हजार ५ सय र १२ महिनाको गरेमा १२ हजार शुल्क रहेको उनले बताए। क्लबले पुष महिनाभरी नामांकन निःशुल्क गरेको छ।

महेन्द्रनगरमा पहिलो पटक संचालनमा आएको यो जिम क्लबले सबै उमेर समूहका व्यक्तिहरुको स्वास्थ्यमा महत्वपूर्ण योगदान पुर्याउने संचालक साहले बताए। विशेष गरी यस क्षेत्रका युवाहरुको स्वास्थ्य तथा खेलकुदको क्षेत्रमा महत्वपूर्ण योगदान पुरयाउन सक्ने उनले दाबी गरे। 'जिम गरेर शरिरलाई स्वस्थ राख्ने धेरैको चाहना हुन्छ,' उनले भने, 'विशेष गरी शरिरको ख्याल गर्नेहरुका लागि र खेलाडीहरुलाई फिटनेस क्लब आकर्षण बन्नेछ।' बताउँदै संचालक साहले स्वास्थ्यका लागि फिटनेस सेन्टर महत्वपूर्ण रहने बताए।

महेन्द्रनगरको सखुवा चोकबाट सखुवा बजार जाने बाटोमा क्षिरेश्वर मा.वि. नजिकै संचालनमा आएको फिटनेस सेन्टरमा नविनतम प्रविधिको प्रयोग गरी आधुनिक डिजाइनमा फिटनेस क्लब तयार गरिएको छ। बिहान ५ बजेदेखि ९ बजेसम्म र बेलुका ४ बजेदेखि ९ बजेसम्म क्लब खुल्ला रहनेछ। २ जनाले नियमित रुपमा प्रशिक्षण दिने संचालक साहले जानकारी दिए। 'फिटनेस सम्बन्धी सम्पूर्ण अभ्यास क्लबमा हुन्छ,' साहले भने, 'वेट गेन, वेट लस, वेट लिफ्टिंग, पावर लिफ्टिंग, जुम्बा, फिटनेश ट्रेनिंग, वेट ट्रेनिंग, डाईट एण्ड न्युटिसन, डान्ससहित कार्डियो अभ्यास पनि क्लबमा हुनेछ। क्लबमा आधुनिक उपकरणको जडान गरिएकाले फिटनेस सम्बन्धी भरपर्दो अभ्यास हुने साह बताउँछन्।

जिम क्लब यो ठाउँमा पहिलेदेखिनै आवश्यकता रहेको थियो तर ढिलै संचालनमा आएपनि राम्रै भएको छ क्लबमा जिम गर्न आएका स्थानीय मनोज कुमार मण्डल बताउँछन्। उनले भने ब्यायाम सबै उमेर समूहका व्यक्तिहरुका लागि आवश्यक छ र यो आवश्यकताको विषय पनि भएकोले क्लब संचालनमा आउँनु सुखद पक्ष भएको बताए।

छोराछोरीका हत्या आरोपितलाई जन्मकैद

सप्तरी-सिरहाको गोलबजार नपा-९ का १२ वर्षीय मो. तरिक शेख, ३ वर्षीय आसिलम शेख र २ बर्षीया आजमिन खातुनलाई हत्या गरेको आरोपमा उनीहरुका आमा ३८ वर्षीया रुक्साना खातुनलाई ०७९ पुस २१ गते जन्मकैद र थप ३ वर्ष कैद सजाय भएको छ।

सप्तरी जिल्ला अदालतका न्यायाधीश माधवप्रसाद सुबेदीको इजलाशले आरोपितलाई जन्मकैद र ३ वर्ष थप कैद सजायको फैसला ठहर गरे पनि रुक्सनालाई ८ वर्ष कैद गर्ने गरी उच्च अदालत जनकपुर राजविराज इजलाशसमक्ष प्रस्ताव पठाएको जिल्ला अदालतका सूचना अधिकारी भरतमणि पोखरेलले जानकारी दिनुभयो। आरोपितले ०७६ असार २० गते हत्या गरेको भन्दै आरोपितकी सासु ७० वर्षीया जलेखा खातुनले असार २२ गते इलाका प्रहरी कार्यालय कञ्चनरुपमा उजुरी दिनु भएको थियो। सप्तरीको हनुमाननगर कंकालिनी नपा-१ भारदहस्थित सप्तकोशी नदीमा चार सन्तानलाई फालेर आत्महत्याको प्रयास गरेकी आरोपित र माइला छोरा ५ वर्षीय तहसिल भने बाँच्न सफल भएका थिए।

शितलहरबाट बचौ र बचाऔ

शितलहरले तराई मधेशको मौसममा प्रतिकुल असर पारिरहेको र शितलहरसंगै चलेको चिसो हावाले जनजिवन प्रभावित गरिरहेकोले चिसोबाट सुरक्षित रहौ र परिवारका सदस्यहरुलाई सुरक्षित राखौ । चिसोको समयमा बृद्ध बृद्धा,रोगी,बालबालिका र गर्भवतीहरु झन जोखिममा हुन्छन ।उनीहरुलाई चिसोबाट जोगाउन विशेष सतर्कता अपनाऔ ।

➢समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौ ।
➢चिसोको समयमा बर बाहिर खुल्ला सनमा धेरै समय नविताऔ ।
➢घर वाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु परेमा पर्याप्त न्यानो कपडा साथमा राखौ ।
➢घर भित्र राति सुत्दा शरिरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती र टाउको ढाक्ने गरौ ।
➢चिसो हावा चलेको समयमा आगो तापेर शरिरलाई न्यानो राख्ने गरौ ।
➢छाती र टाउकोलाई चिसोबाट जोगाऔ ।
➢चिसोको समय शरिरलाई चाहिने आवश्यक तातो खानेकुराहरु खाने वानीको विकास गरौ ।
➢तातो पानी पिईरहौ ।

सोनमा गाउपालिकाको कार्यालय
सोनमा,महोत्तरी

शितलहरबाट बचौ र बचाऔ

शितलहरले तराई मधेशको मौसममा प्रतिकुल असर पारिरहेको र शितलहरसंगै चलेको चिसो हावाले जनजिवन प्रभावित गरिरहेकोले चिसोबाट सुरक्षित रहौ र परिवारका सदस्यहरुलाई सुरक्षित राखौ । चिसोको समयमा बृद्ध बृद्धा,रोगी,बालबालिका र गर्भवतीहरु झन जोखिममा हुन्छन ।उनीहरुलाई चिसोबाट जोगाउन विशेष सतर्कता अपनाऔ ।

➢समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौ ।
➢चिसोको समयमा बर बाहिर खुल्ला सनमा धेरै समय नविताऔ ।
➢घर वाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु परेमा पर्याप्त न्यानो कपडा साथमा राखौ ।
➢घर भित्र राति सुत्दा शरिरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती र टाउको ढाक्ने गरौ ।
➢चिसो हावा चलेको समयमा आगो तापेर शरिरलाई न्यानो राख्ने गरौ ।
➢छाती र टाउकोलाई चिसोबाट जोगाऔ ।
➢चिसोको समय शरिरलाई चाहिने आवश्यक तातो खानेकुराहरु खाने वानीको विकास गरौ ।
➢तातो पानी पिईरहौ ।

औरही नगरपालिका, महोत्तरी

शितलहरबाट बचौ र बचाऔ

शितलहरले तराई मधेशको मौसममा प्रतिकुल असर पारिरहेको र शितलहरसंगै चलेको चिसो हावाले जनजिवन प्रभावित गरिरहेकोले चिसोबाट सुरक्षित रहौ र परिवारका सदस्यहरुलाई सुरक्षित राखौ । चिसोको समयमा बृद्ध बृद्धा,रोगी,बालबालिका र गर्भवतीहरु झन जोखिममा हुन्छन ।उनीहरुलाई चिसोबाट जोगाउन विशेष सतर्कता अपनाऔ ।

➢समयमै न्यानो कपडाको जोहो गरौ ।
➢चिसोको समयमा बर बाहिर खुल्ला सनमा धेरै समय नविताऔ ।
➢घर वाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय विताउनु परेमा पर्याप्त न्यानो कपडा साथमा राखौ ।
➢घर भित्र राति सुत्दा शरिरका साथै अनिवार्य रुपमा छाती र टाउको ढाक्ने गरौ ।
➢चिसो हावा चलेको समयमा आगो तापेर शरिरलाई न्यानो राख्ने गरौ ।
➢छाती र टाउकोलाई चिसोबाट जोगाऔ ।
➢चिसोको समय शरिरलाई चाहिने आवश्यक तातो खानेकुराहरु खाने वानीको विकास गरौ ।
➢तातो पानी पिईरहौ ।

बर्दिवास नगरपालिका, महोत्तरी

खबर दर्पण राष्ट्रिय दैनिक प्रकाशनका लागि प्रकाशक/सम्पादक : अजय कुमार साह, (९८४४०२५१८४) उप-सम्पादक : धर्वेन्द्र कुमार यादव 'यदुवंशी' (९८५४०२९०५३)
कमप्युटर अपरेटर : बिबेक कुमार महतो (९८०४८०४७००) E -mail : khabardarpan.news@gmail.com / ajay.shahjnk@gmail.com
मुद्रक : एएसडी अफसेट प्रेस क्षीनपा-५ महेन्द्रनगर धनुषा, प्रधान कार्यालय : बर्दिबास -३, महोत्तरी र शाखा कार्यालय क्षीनपा - ५ महेन्द्रनगर , धनुषा