“स्थानीय तहको सञ्चार सारथी”

पालिका सन्देश

साप्ताहिक

।। वर्ष : २ ।। अंक : १७ ।। ।। २०८१ असोज २ बुधबार ।। 18 Sept. 2024, Wednesday ।। पृष्ठ : ६ ।। मूल्य : रु. १०/- ।। www.palikasandesh.com

पालिका सन्देश सूचना !

पत्रिका नियमित नभएमा, ठेगाना परिवर्तन गर्नुपरेमा, समाचार, सूचना तथा विज्ञापन प्रकाशन गर्नुपरेमा वा अन्य कुनै गुनासो भएमा ९८६१०४२८०४ नम्बरको वाट्सपमा म्यासेज गर्न सक्नुहुनेछ। वा सिधै फोन गर्न सक्नुहुनेछ।

धानमा देखिएको ‘सिथ ब्लाइट’ले कृषक चिन्तामा

झापा (पालिका सन्देश) । कहिले युरिया मलको अभाव त कहिले पानीको अभाव झेल्दै हुर्किएको धानबालीमा रोगको प्रकोप बढ्न थालेपछि झापाका कृषकहरु चिन्तामा परेका छन् । जिल्लाका विभिन्न स्थानका धानबालीमा 'सिथ ब्लाइट' (पातको फेद कुहिने) रोग देखिएकाले कृषक चिन्तामा परेका हुन् । धान बालीमा देखिएको रोग किसानका लागि नयाँ भने होइनन् । तर यसपालि बिगतमा भन्दा बढी क्षति हुन थालेपछि किसानमा चिन्ता थपिएको हो ।

कृषि ज्ञान केन्द्र झापाका प्रमुख सागर विष्टका अनुसार झापाको अर्जुनधारा नगरपालिका, गौरादह नगरपालिका र कचनकवल गाउँपालिका क्षेत्रमा बढी मात्रा यो रोगको सङ्क्रमण देखिएको बताए । उनले अनुगमन गरेर ज्ञान केन्द्रमार्फत किसानलाई क्षेत्रफलको आधारमा थोरै मात्रा भएपनि औषधि वितरण गरिरहेको बताएका छन् । उनले धान खेतको

ठाउँठाउँमा गोलकार रूपमा यो रोगको उपचारका लागि भ्यालिडिमाइसिन र हेक्साकोनाजोल औषधि दुई मिलिलिटर प्रतिलिटर पानीमा मिसाएर प्रयोग गर्न सकिने बताए ।

झापामा यो वर्ष ७५ हजार ५०० हेक्टर क्षेत्रफलमा बर्खे धान खेती गरिएको छ । गत वर्ष जिल्लामा ८५ हजार ५०० हेक्टरमा धान खेती गरिएको थियो भने चार लाख ६३ हजार मेट्रिकटन धान उत्पादन भएको कृषि ज्ञान केन्द्र झापाले जनाएको छ ।

'सिथ ब्लाइट' के हो ?

धानमा 'सिथ ब्लाइट' एक घातक रोग हो । जसलाई राइजोक्टोनिया सोलानी भनिने फन्जाइले पैदा गर्छ । यो रोग विशेष गरी नेपाल, भारत, एशियाका अन्य भागहरु र संयुक्त राज्य अमेरिकाको दक्षिणी भागमा समेत धान उत्पादनको लागि ठूलो समस्या बन्दै गइरहेको छ । यसले धानको उत्पादनमा ५० प्रतिशतसम्म कमि ल्याउन सक्छ र धानको गुणस्तर पनि घटाउन सक्ने कृषि विज्ञको भनाइ छ । यो रोगले धानको बोटमा दाग, धब्बा वा घाउहरु बनाउँछ र धानको वृद्धि विकासका विभिन्न चरणहरूमा असर पार्छ । यसले बिरूवा सुकाउने (जहाँ बोट मर्छ), पातहरु सुकाउने, धानको बालामा सङ्क्रमण गर्ने र बीउमा दाग पार्ने समस्या निम्त्याउँछ ।

रोगको चक्र

जब बिरुवाहरु सङ्क्रमित हुन्छन्, तिनीहरूको तल्लो पातमा गोलाकार हरियो-खैरो र पानीले भिजेजस्तो देखिने दागहरु विकसित हुन्छन् । यो बिरुवाको वृद्धिको अन्तिम

बाँकी पृष्ठ ६ मा

झापाका ३५ सहकारी उच्च जोखिममा

बिर्तामोड (पालिका सन्देश) । झापा जिल्लाका सहकारीहरूमा जोखिम बढ्दै गएको छ । प्रदेश सहकारी रजिस्ट्रार तथा प्रशिक्षण कार्यालय इनरूवाका अनुसार झापाका ३५ वटा सहकारी संस्था उच्च जोखिममा रहेको जनाएको छ । कार्यालयले जोखिममा रहेका सहकारी संस्थाको नाम भने उल्लेख गरेको छैन । कार्यालयका अनुसार जोखिममा रहेका सहकारी जिल्ला र नगर कार्यक्षेत्र रहेकाहरू छन् ।

का या ि ल य का तथ्यांकअनुसार झापामा मध्यम जोखिममा १४१ वटा र न्यून जोखिममा आठवटा सहकारी रहेका छन् । कोशी प्रदेश रजिस्ट्रार तथा प्रशिक्षण कार्यालयका प्रमुख रजिस्ट्रार हरिबहादुर खत्रीका अनुसार रजिस्ट्रार कार्यालयले झापाका सहकारीको वित्तीय विश्लेषण गरेको थियो । उनका अनुसार झापाका १८४ वटा सहकारीको वित्तीय विश्लेषण गरिएको थियो ।

सहकारी डिभिजन कार्यालय विघटन भएपछि सहकारी विभागले एउटा स्थानीय तहमा मात्र कार्यक्षेत्र रहेका सहकारीलाई सोही

पालिकाले अनुगमन, नियमन र निरीक्षण गर्ने कानुनी व्यवस्था गरेको थियो ।

त्यस्तै, एकभन्दा धेरै पालिका कार्यक्षेत्र रहेका सहकारीलाई प्रदेश सरकारले र एकभन्दा बढी प्रदेशमा कार्यक्षेत्र भएका सहकारीलाई विभागले अनुगमन गर्ने व्यवस्था गरेको थियो ।

अख्तियारमा स्थानीय तहका उजुरी बढी

झापा (पालिका सन्देश) । अख्तियार दुरूपयोग अनुसन्धान आयोगमा स्थानीय तहका उजुरी बढ्दै गएका छन् । आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा स्थानीय तह समेतका संघीय मामिलाका सबैभन्दा बढी उजुरी परेका छन् । आयोगका प्रवक्ता नरहरि घिमिरेका अनुसार संघीय मामिलाका स्थानीय तहसमेतका गरी ३८.९१ प्रतिशत उजुरी परेका छन् ।

त्यस्तै शिक्षा, स्थानीय तहसमेत १५.७९ प्रतिशत, गैरकानूनी सम्पती आर्जनसँग सम्बन्धित ६.९८ प्रतिशत, भूमि प्रशासनसँग सम्बन्धित ६.४९ उजुरीहरू रहेको घिमिरेले बताए । नक्कली शैक्षिक प्रमाणपत्रसँग सम्बन्धी ४.७१, वन तथा वातावरणको ३.८२, स्वास्थ्य तथा जनसंख्याको ३.६, भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात क्षेत्रका ३.६१, गृह प्रशासनका ३.५२, अर्थ क्षेत्रसँग सम्बन्धित २.१२, उर्जा, जलश्रोत तथा

बाँकी पृष्ठ ५ मा

अबतपाई हाम्रो शहर बुधबारेमा

लिला डाइग्नोष्टिक सेन्टरमा उपलब्ध सेवाहरु :

डा.दिनेश पोखेल
एमबीबीएस एमडी रेडियोलोजिस्ट
भिडियो एक्स्रे, युसीजी सेवा
(प्रत्येक आइतबार र मंगलबार बिहान १०:०० बजेदेखि)

डा. आकाश कोइराला
एमबीबीएस एमडी, बरिष्ठ फिजिसियन (BPKIHS DHARAN)
पेट, छाती, दम, मुटु रोग बिशेषज्ञ
(प्रत्येक दिन दिनको ३:०० बजेबाट)

डा.दिपायल पाण्डे
एमबीबीएस एमडी (BPKIHS DHARAN)
बरिष्ट छाला, यौन तथा सौन्दर्य रोग विशेषज्ञ
डेल्फी स्किन दमकबाट (हरेक बिहीबार १:०० बजेबाट)

डा.ज्योती अग्रवाल
एमबीबीएस एमडी (BPKIHS DHARAN)
बरिष्ट बाल रोग तथा नवजात रोग बिशेषज्ञ
(प्रत्येक मंगलबार र शनिबार)

डा. अजय अग्रवाल
एमबीबीएस एमडी (BPKIHS DHARAN)
वरिष्ठ स्त्री तथा प्रशुती रोग विशेषज्ञ
(प्रत्येक मंगलबार र शनिबार)

नोट : यहाँ प्याथोलोजी, ल्याब, भिडियो एक्सरे, फार्मेसीको सुविधा समेत उपलब्ध छ ।

दैनिक डिजिटल एक्सरेको सेवासँगै थाइराइड, भिटामिन बी १२, भिटामिन डी पनि दैनिक परिक्षण गरिन्छ ।

लिला डाइग्नोष्टिक सेन्टर
बुद्धशान्ति-१, बुधबारे बजार (बीच चोक) पुरानो चिउरा मिल अगाडि
सम्पर्क नं. ९८२४२०५३३०/९८४९५०९८१७

बुद्धशान्ति गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

बुधबारे झापाको

भागीरथा बुद्धशान्ति अस्पतालबाट प्रवाह हुने सेवा अवरूद्ध हुने बारेको सूचना !

मिति : २०८१/०५/२८

यस गाउँपालिका मातहत सञ्चालित भागीरथा बुद्धशान्ति अस्पतालको नवनिर्मित भवनबाट मिति २०८१/०६/०६ गतेदेखि सेवा शुभारम्भ हुन गइरहेको व्यहोरा सम्बन्धित सबैमा सहर्ष जानकारी गराइन्छ। अस्पताल स्थानान्तरणका क्रममा विभिन्न सेवासँग सम्बन्धित मेसिन, औजार उपकरण, फर्निचर, औषधि लगायतका जिन्सी मालसामानहरू स्थानान्तरण गरी उपकरण जडान समेत गर्नुपर्ने भएकाले मिति २०८१/०६/०२ गते बुधबारदेखि मिति २०८१/०६/०५ गते शनिबारसम्म अस्पतालबाट प्रवाह हुने सम्पूर्ण सेवाहरू बन्द रहने व्यहोरा गाउँ कार्यपालिकाको मिति २०८१/०५/२७ गतेको बैठकको निर्णयानुसार यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ।

भागीरथा बुद्धशान्ति अस्पतालमा जाँच गराई नियमित औषधि सेवन गरिरहनु भएका बिरामीहरुको औषधि अस्पताल बन्द रहने अवधिमा नै सकिने अवस्था रहेको भएमा मिति २०८१/०६/०१ गते भित्र अस्पतालबाट औषधि लिनुहुन समेत जानकारी गराइन्छ। अस्पतालको सेवा अवरुद्ध हुँदा सेवाग्राहीमा पर्न गएको असुविधा प्रति गाउँपालिका क्षमाप्रार्थी छ।

झा.जि.प्र.द.नं. १५६/२०७९
झा.जि.हु.का.दर्ता नं. : १०१/०८१/०८२
www.palikasandesh.com

सरकारी कार्यालयमा लाइसेन्सप्राप्त हतियार लैजान नपाइने

झापा (पालिका सन्देश)। लाइसेन्स प्राप्त हतियार सरकारी कार्यालयमा लैजान नपाइने भएको छ। सोमबार राजपत्रमा एक सूचना जारी गर्दै लाइसेन्स प्राप्त हतियारको निषेधित क्षेत्र तोकिएको छ। सूचनामा हातहतियार खरखजाना ऐन २०१९ को दफा ८ ले दिएको अधिकार प्रयोग गरी लिएको हतियार दफा ३ बमोजिम राख्न पाउने उल्लेख गरिएको छ।

तर दफा ४ र ५ बमोजिम यात्रा लाइसेन्स लिए पनि यात्रा अनुमति नलिएका हतियारहरू घर बाहिर लैजान नमिल्ने उल्लेख गरिएको छ। त्यसैगरी यात्रा अनुमति लिएका हतियार समेत न्यायिक निकाय, संसद भवन तथा परिसर, अस्पताल, विमानस्थल, सार्वजनिक सवारी साधन, धार्मिक क्षेत्र तथा शैक्षिक स्थल, सिनेमा हल, व्यवसायिक भवन, हाट बजार तथा सपिङ मल, सभा जुलुस भएको ठाउँमा समेत हतियार लैजान नपाउने उल्लेख गरिएको छ।

त्यस्तै पुरातात्विक र संरक्षित स्थल, बाल सुधार गृह, हतियारको इजाजत लिएको कार्यालयमा इजाजत पत्र नवीकरणका लागि ल्याउने र लैजाने प्रयोजन बाहेक सरकारी कार्यालयहरू र प्रचलित कानूनले निषेधित गरेका अन्य क्षेत्रहरूमा लैजान नमिल्ने उल्लेख गरिएको छ।

शिक्षा बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.

मुख्य कार्यालय : बिर्तामोड नगरपालिका–४ झापा, फोन : ०२३–५९०४६६

सूचना जारी मिति : २०८१/०५/२३

१२ औं साधारण सभा सम्बन्धी सूचना !

शिक्षा बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि. को १२ औं वार्षिक साधारण सभाका कार्यक्रमहरु निम्न मिति, स्थान र समयमा हुने भएकाले अनिवार्य सहभागिताका लागि शेयर सदस्यज्यूहरुलाई अनुरोध गरिएको छ। अतः तपसिल बमोजिम इकाइगत रुपमा हुने साधारण सभामा उपस्थित भई दिनुहुन अनुरोध गरिन्छ। इकाइगत साधारण सभामार्फत् प्रतिनिधि छनोट गरी साधारण सभाको अन्तिम कार्यक्रममा माइन्युट प्रमाणित गरिनेछ।

इकाइगत साधारणसभा

१. सदस्य सेवा केन्द्र धुलाबारी : २०८१ असोज ९ गते बुधबार। स्थान : मेचीनगर सहकारीको सभाहल। समय : बिहान १०:०० बजे।
२. सदस्य सेवा केन्द्र दुहागढी : २०८१ असोज १० गते बिहीबार। स्थान : राम जानकी मन्दिर, धाइजनमोड। समय : बिहान १०:०० बजे।
३. सदस्य सेवा केन्द्र शनिश्चरे : २०८१ असोज ११ गते शुक्रबार। स्थान : पितृ भवन। समय : बिहान १०:०० बजे।
४. सदस्य सेवा केन्द्र दुर्गापुर : २०८१ असोज १२ गते शनिबार। स्थान : दलित सामुदायिक भवन।
५. सदस्य सेवा केन्द्र चैतुबारी : २०८१ असोज १२ गते शनिबार। स्थान : पञ्चरत्न माविको सभाहल।
६. मुख्य कार्यालय बिर्तामोड : २०८१ असोज १६ गते बुधबार। स्थान : अग्रसेन भवन। समय : बिहान १०:०० बजे।

साधारण सभाको अन्तिम माइन्युट प्रमाणिकरण कार्यक्रम :

मिति : २०८१ असोज १६ गते बुधबार। स्थान : अग्रसेन भवन, बिर्तामोड। समय : दिउँसो २:०० बजे।

कार्यक्रमहरू :

- सञ्चालक समितिका तर्फबाट अध्यक्षको प्रतिवेदन प्रस्तुत एवम् पारित।
- लेखा परीक्षण प्रतिवेदन प्रस्तुत एवम् पारित।
- आव २०८१/०८२ को बजेट नीति तथा कार्यक्रम प्रस्तुत एवम् पारित।
- लेखा परीक्षकको नियुक्ति र पारिश्रमिक निर्धारण।

सूर्यकुमार खतिवडा
सचिव

धुम्रपान र मद्यपान नगरौं, स्वस्थ जीवन बाँचौं

- धुम्रपान र मद्यपानले जाडो घट्ने वा हट्ने होइन।
- यसले मुटु, दम, श्वास–प्रश्वास, क्यान्सर जस्ता दीर्घकालीन रोग लाग्न सक्छ।
- आफू, परिवार तथा समाजका अन्य व्यक्तिलाई त्यस्तो कुलतमा फस्न नदिऔं।
- कुलतमा रहेकाले त्याग्ने प्रण गरौं।
- यसले तपाईं र तपाईंको परिवारलाई असर पुऱ्याउँछ।
- त्यसैले, धुम्रपान र मद्यपान नगरौं, स्वस्थ जीवन बाँचौं।

बुद्धशान्ति गाउँपालिका
वडा नं. १ को कार्यालय, झापा

धानको...

चरणमा हुन्छ। यदि मौसममा आर्द्रता (चिसो) भए र घाम कम लागेमा यी दागहरु पातलो धागोजस्तो रनर हाइफीको माध्यमबाट माथिल्लो भागसम्म फैलिन्छ। जसै पातहरु सुक्न थाल्छन् र घामले दागहरु सुकाउँछ, तिनीहरूको रङ्ग फिक्का खैरो (ट्यान) हुन्छ र छेउमा गाढा खैरो घेरा बन्छ। सङ्क्रमण भएको करिब ६ दिनपछि साना कडा संरचनाहरु (स्क्लेरोटिया) दाग नजिकै उत्पन्न हुन्छन् र अन्ततः जमिनमा झर्छन्। यी स्क्लेरोटियाहरु माटोमा जीवितै रहन्छन् र नयाँ बाली लगाउँदा वा सिँचाइका लागि खेत डुबाउँदा फैलिन सक्छन्, जसले गर्दा अन्य बिरुवाहरूलाई समेत सङ्क्रमण गर्न सक्छन्। स्क्लेरोटिया र राइजोक्टोनिया सोलानीको अर्को भाग "माइसेलिया" दुवै बोटको अवशेष, पराल वा झारमा जाडो वा उष्ण प्रदेशको मौसममा बाँच्छन् जसले गर्दा बर्षेनी सङ्क्रमण गर्न तयार हुन्छन्।

बुद्धशान्ति गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
बुधबारे झापाको

नदीजन्य पदार्थहरूको विक्री कार्यका लागि नगदी रसीदको प्रयोग सम्बन्धमा सार्वजनिक सूचना !

मिति २०८१/०५/३१

चालु आ.व. २०८१/०८२ मा बुद्धशान्ति गाउँपालिका भएर बग्ने नदीजन्य पदार्थहरुको उत्खनन्, संकलन र बिक्री–वितरण कार्य गर्न खोलाको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षण (आईई) भइरहेको छ। चालु आ.व.मा नदीजन्य पदार्थ संकलन तथा बिक्री कार्यका लागि ठेक्का प्रक्रिया पूरा नहुञ्जेल हडिया खोला र टिमाई खोलाको हकमा बुद्धशान्ति गाउँपालिकाको एकल अधिकार क्षेत्रभित्र रहेको किङरिङ डाँडा (पानीघट्टा) उत्खनन् स्थलबाट निस्कने नदीजन्य पदार्थहरुको बिक्री वितरणको लागि अमानतबाट नगदी रसिदको प्रयोग गरी नदीजन्य पदार्थहरू बिक्री गर्ने सम्बन्धमा मिति २०८१।०५।२७ को कार्यपालिका बैठक निर्णय बमोजिम ठेक्का प्रक्रिया पुरा नहुन्जेल तोकिएको खोला र उत्खनन् स्थलबाट गाउँपालिकाबाट जारी भएको नगदी रसिदको प्रयोग गरेर मात्र नदीजन्य पदार्थहरुको ओसारपसार गर्नु हुन सबैमा सूचित गराइन्छ। अन्यथा तोकिएको खोला र उत्खनन् स्थलबाट नगदी बिलको प्रयोग नगरी अवैध रुपमा नदीजन्य पदार्थहरुको ओसारपसार गरेको पाइएमा कोशी प्रदेश सरकारको आर्थिक ऐन २०८१ बमोजिम कारवाही भई जाने व्यहोरा समेत अवगत गराइन्छ। साथै, बिरीङ खोलाको हकमा अर्जुनधारा नगरपालिकावाट संयुक्त ठेक्का व्यवस्थापनको कार्य अन्तिम चरणमा रहेकाले र सो अघि नगदी रसिदको प्रयोग नहुने व्यहोरा समेत अवगत गराइन्छ।

पी.एस.टी नेपाल मिडिया प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित **पालिका सन्देश साप्ताहिक**, कार्यालय : **बुद्धशान्ति–३ झापा**, सम्पर्क : **९८६१०४२८०४**, सम्पादक : **तीर्थराज तिम्सिना**
क.दर्ता नं : **२६०८९९/०७७/०७८**, इमेल : *palikasandesh@gmail.com, tirthatimsina508@gmail.com*, ले-आउट : **सन्तोष शर्मा**, मुद्रण : **श्री गणपति अफसेट प्रेस**, बिर्तामोड, झापा।

प्रेरक भनाइ

सबैभन्दा ठूलो सम्पत्ति भनेको
थोरैमा सन्तुष्ट भएर बाँच्नु हो ।
- महान दार्शनिक प्लेटो ।

सम्पादकीय

संविधान दिवसको शुभकामना

असोज ३ गते नेपालको संविधान जारी भएको नौ वर्ष पूरा हुँदै छ। नौ वर्ष अघि नेपाली जनताका जनप्रतिनिधिले लेखेको संविधान हो यो। यो संविधानले गणतन्त्रलाई संस्थागत गरेको छ त्यसैले नेपालको इतिहासमा एक गौरवशाली दिन पनि हो संविधान दिवस। संविधान दिवस स्वतन्त्रता मनाउने दिन मात्र होइन, हाम्रो उपलब्धि मनाउने दिन पनि हो। तीनदिनसम्म संविधान दिवसका उपलक्ष्यमा विभिन्न कार्यक्रम गरी राष्ट्रिय पर्व मनाउने सरकारले घोषणा समेत गरेको छ। संविधान जारी भएदेखियता नेपालको राजनीतिक इतिहासका केही महत्वपूर्ण अध्यायसहितका वर्ष रहे। आमजनताको सहभागितामा निर्वाचित संविधानसभाले संविधान जारी गरिरहँदा जनताको एउटा हिस्सा सडकमा आन्दोलनको राँको सल्काइरहेको थियो। एकातिर दीपावली मनाइरहने र अर्कोतिर संविधान दिवस कालो दिन भन्दै नाराबाजी गर्ने, संविधान जलाउने पनि नेपाली जनता नै थिए। संविधान क्रियाशील भएको नौ वर्षवितिसक्दा पनि संविधानप्रति असहमती जनाउने पनि कमि छैनन्।

संविधान देशको मूल कानुन हो। यसमा देशमा कस्तो शासन व्यवस्था हुने, देश सञ्चालन कसरी गर्ने र हाम्रा हकअधिकार के–के हुन भन्ने कुरा स्पष्ट रुपमा लेखिएको छ। संविधान अनुरुप संघीय नेपालको परिकल्पना अनुरूप तीनै तहका सरकार आफ्नो भूमिका स्थापित गर्दै लगेका छन्। यद्यपि केन्द्रीयतावादी मानसिकताका कारण जुन गति र रफ्तारमा शक्तिको विन्यास र संविधानले परिकल्पना गरेका सिद्धान्तको प्रभावकारी कार्यान्वयन हुनुपर्ने थियो, त्यस्तो हुन सकेको छैन। जनताले मौलिक हकका रूपमा प्राप्त गर्नुपर्ने अधिकारको सूची लामो भए पनि त्यसको उपभोगका कानुनी व्यवस्था अझै बन्दोबस्त भएका छैनन्।

जे होस्, लामो र साझा संघर्षबाट प्राप्त संविधानलाई जारी भएको दिनको सम्झनामा मनाउने गरिन्छ। जतिबेला चाहाना, भावना यसमा समाहित भएको हरेक नागरिकले महसुस गर्छन् त्यतिबेला मात्रै यो दिवस मनाइनुको सार्थकता हुन्छ। संविधानको रक्षा, पालना र प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्नु सबै नेपालीको साझा दायित्व हो। सबैले साझा बनाउन लागौं । संविधान दिवसको सबै नेपालीमा हार्दिक शुभकामना।

धुमधामले मनाइयो विश्वकर्मा पूजा

पालिका सन्देश । मंगलबार देशभरी विश्वकर्माको पूजा आराधना गरी वास्तु दिवस एवं विश्वकर्मा पूजा पर्व मनाइएको छ । प्रत्येक वर्ष कन्या अर्थात् आश्विन सङ्क्रान्तिका दिन विभिन्न कलकारखानामा विश्वकर्मा भगवानको बालुवाको मूर्ति वा तस्वीरमा विधिपूर्वक पूजा आराधना गरी यो दिवस मनाउने गरिन्छ । कलकारखानालाई विशेष रूपमा सजाएर मजदुर समेतलाई सहभागी गराएर यो दिवस मनाइन्छ ।

बालुवा वा अन्य वस्तुबाट बनाइएको विश्वकर्माको मूर्ति वाग्मती मुहानस्थल सुन्दरीजल वा अन्य शुद्धस्थलमा लगि सेलाउने गरिन्छ । मंगलबार पूजा गरिएका मर्त्त तथा तस्वीर बुधबारदेखि नदीमा लगि सेलाइन्छ । विश्वकर्मा पुजाको दिन कालीगढले उपयोगमा ल्याउने विभिन्न औजारका सामानमा पूजा आराधना गरेमा धेरै समय टिक्ने, कामका बेलामा नबिग्रने र राम्रो काम गर्न सकिनेलगायत गुण प्राप्त हुने धार्मिक विश्वास छ ।

द्वापरयुगमा भगवान् कृष्णलाई राक्षसले दुःख दिएपछि विश्वकर्माले समुद्रका बीचमा 'भेद द्वारका' बनाइ लुकाएको धार्मिक विश्वास छ ।

एकैरातमा समुद्रका बीचमा 'भेद द्वारका' को निर्माण गरेकाले विश्वकर्मालाई सफल वास्तुविद्का रूपमा मानी त्यसै समयदेखि पूजाआजा गर्ने परम्परा बसेको धर्मशास्त्रविद् प्रा. तोयराज नेपालले बताए । प्राचीन भारत वर्षका चारदिशाका रक्षक देवतामध्ये द्वारकालाई पश्चिम दिशाको रक्षकका रूपमा समेत मानिन्छ । विश्वकर्माले निर्माण गरेको 'भेद द्वारका' अहिले पनि भारतको गुजरात राज्यमा समुद्रबीचमा रहेको विश्वास गरिन्छ ।

विश्वकर्मालाई वास्तु विद्याका विशिष्ट ज्ञाताका रूपमा मानिन्छ । 'विश्वकर्मा प्रकाश' नामक वास्तु शास्त्रको ग्रन्थ उहाँले नै रचना गरेको विश्वास गरिने वास्तुशास्त्री शिव पोखरेलको छ । यही सम्झनामा नेपालका कालीगढले मंगलबार भव्यरूपमा विश्वकर्मा बाबाको पूजा गरी उनको विद्वताको सम्मान गरेका छन् । यसो गरेमा आफूमा पनि विश्वकर्माको गुण प्राप्त हुने विश्वास गरिन्छ । उक्त विश्वासमा इन्जिन जडान भएका यन्त्र सवारी साधनसमेतमा पूजा आराधना गरिन्छ । वास्तु शास्त्रका पुस्तकका लेखक एवं अध्येताको सम्झनामा आजको दिनलाई वास्तुविद्ले वास्तु दिवसका रूपमा मनाउने प्रचलन रहेको छ ।

भारतबाट अवैध सामान भित्रिने क्रम बढ्दो

झापा (पालिका सन्देश) । झापाका दुई मुख्य भन्सार सहित झण्डै एक दर्जनबढीका छोटी भन्सार उचित तवरले संचालनमा नआउँदा अबैधरूपमा भारतबाट सामानहरू भित्रने गरेका छन् । जसका कारण वर्षेनी जिल्लामा अबैध सामानको भन्सार दाखिला मुल्य बढ्दै गएको छ । झापाको दक्षिण पश्चिम भारतको सिमासँग जोडिएको गौरीगञ्ज गाउँपालिकामा रहेको आठमौजा छोटी भन्सार कोरोनाकालयता सञ्चालनमा आउन सकेको छैन । भन्सार सञ्चालनमा आउन नसकेपछि सो क्षेत्रबाट आउने सामान बिना भन्सार बजारमा आउने गरेको स्थानीय बासिन्दाले बताएका छन् ।

आठमौजा छोटी भन्सार २०१६ सालतिर देखि नै घुम्ती राखेर सञ्चालनमा ल्याइएको थियो । देशमा आएका ठूलाठूला परिवर्तनका बावजुद पनि यो भन्सारको स्तरोन्नती हुन सकेको छैन । छोटी भन्सार समेत बन्द भएकाले सञ्चालनका लागि आफूहरूले पहल गरिरहेको गौरीगंज गाउँपालिकाकी अध्यक्ष फुलवती राजवंशीले बताइन् । भन्सार संचालनमा नआएकाले साना व्यवसायीले सास्ती भोग्नु परको छ । भन्सार नहुँदा मेची वा भद्रपुर पुगेर झण्डै ६० किलो मिटर दुरी पुग्न सम्भव नभएको उनले बताइन् । 'जसका कारण बजार सुक्दै गएको छ ।' उनले भनिन् ।

झापा जिल्ला भारतसँग १ सय ४४ किलो मिटर खुल्ला सिमासँग जोडिएको छ । खुल्ला सिमाको फाइदा उठाउँदै व्यवसायीले लुकिछिपी मालसामान ल्याउने गरेको र प्रहरीले नियन्त्रणमा लिई भन्सार दाखिला समेत गर्ने गरेको भद्रपुर भन्सार कार्यालयका प्रमुख अमित तिवारीले बताए । तिवारीका अनुसार भद्रपुर भन्सारमा मात्र १ करोड ३० लाखको सामान नियन्त्रणमा लिई भन्सार दाखिला गरिएको बताए ।

आर्थिक वर्ष २०७९/८० मा अबैधरूपमा ल्याइएका ३ करोड ९८ लाख मुल्य बराबरको सामान प्रहरीले भन्सार दाखिला गरेको छ । तर त्यो परिमाण बढेर गएको आर्थिक वर्ष ५ करोड ७० लाख मुल्यको सामान बरामद भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाले जनाएको छ ।

नेटोलाई पुटिनको नयाँ चेतावनी

रूसविरूद्ध लामो दूरीको आक्रमणका लागि युक्रेनलाई अनुमति दिनुको अर्थ युक्रेन र रूसबीचको द्वन्द्वमा प्रत्यक्ष संलग्नता हुनेछ । यदि यस्तो भएमा रूससँगको द्वन्द्वमा अमेरिका र उसका सहयोगीहरु प्रत्यक्ष संलग्न भएको मानिने चेतावनी रूसी राष्ट्रपति भ्लादिमिर पुटिनले दिएका छन् ।

पश्चिमले युक्रेनमा लामो दूरीका क्षेप्यास्त्रहरु जस्तै स्टॉर्म स्याडोज र ए.टी.ए.सी.एम.एस. पठाएको छ, जुन कीभले अहिलेसम्म क्रिमिया र डोनबासविरूद्ध प्रयोग गर्दै आएको छ । तर पछिल्ला केही दिनयता अमेरिका र बेलायतले यी हतियारलाई अन्तर्राष्ट्रिय मान्यता प्राप्त रूसी भूभागको गहिराइमा आक्रमण गर्न प्रयोग गर्न दिन सक्ने बताएका छन् ।

पुटिनले भने, हामी कीभ शासनलाई रूसी भूमिमा आक्रमण गर्न अनुमति दिने वा निषेध गर्ने विषयमा कुरा गरिरहेका छैनौं । किभले मानवरहित हवाई वाहनहरु र अन्य साधनहरूको साथ पहिले नै त्यसो गरिरहेको छ । युक्रेनमा पश्चिमी लामो दूरीको प्रणाली प्रयोग गर्ने क्षमताको अभाव रहेको उल्लेख गर्दै यस्ता आक्रमणका लागि नेटो स्याटेलाइटबाट गुप्तचर सूचना आवश्यक पर्ने र फायरिङ सोलुसनमा नेटोका सैन्य कर्मचारीले मात्र प्रवेश गर्न सक्ने पुटिनले बताएका छन् ।

पुटिनले यसअघि, नेटोका सदस्य राष्ट्रलाई पश्चिमा मुलुकले उपलब्ध गराएको हतियारप्रयोग गरेर रूसी भूमिभित्र आक्रमण गर्न दिने योजनाबारे छलफल गर्दा उनीहरूले के गरिरहेका छन् भन्नेबारे सचेत रहन चेतावनी दिएका थिए । गत जुनमा सेन्ट पिटर्सबर्ग अन्तर्राष्ट्रिय आर्थिक मञ्च (एसपीआईईएफ) को साइडलाइनमा प्रमुख समाचार एजेन्सीहरूसँग कुरा गर्दै रूसी राष्ट्रपतिले, प्रश्नमा रहेका हतियारहरु रूसले गोली हानेर जवाफ दिने र त्यसपछि जिम्मेवार व्यक्तिहरूविरूद्ध जवाफ दिने बताएका थिए । पुटिनले त्यतिबेला उल्लेख गरेको सम्भावित प्रतिक्रियाहरूमध्ये एक पश्चिमी शत्रुहरूलाई लामो दूरीको सटीक हतियारले सुसज्जित गर्नु थियो । आर.टी.डटकममा समाचार प्रकाशित भएको छ ।

यदि रूसको भित्री भागसम्म आक्रमण गर्न लामो दुरीको हतियार प्रयोग गर्न पश्चिमाहरूबाट अनुमति पाएमा युक्रेन र रूसबीचको द्वन्द्व अर्को खतरनाक स्तरमा पुग्ने देखिन्छ । जसले गर्दा धेरै धनजनको क्षति देखि विश्वमै अस्थिरता छाउन सक्छ । यसको नकारात्मक असरस्वरूप आर्थिक असर पनि पर्न सक्ने देखिन्छ । द्वन्द्वको समाधानतर्फ काम गर्ने पक्षको अभाव खट्किँदा विश्वमा आर्थिक मन्दी छाउने प्रष्ट छ । द्वन्द्व अन्त्य गरी शान्ति ल्याउने काममा विश्वका शक्ति राष्ट्रहरू लाग्नु पर्ने धेरैको राय छ ।

बुद्धशान्ति सहकारीको साधारण सभामा ज्येष्ठ नागरिकलाई सम्मान

बुधबारे (पालिका सन्देश) । बुद्धशान्ति बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाले आफ्नो आठौँ वार्षिक साधारणसभा ज्येष्ठ नागरिकलाई सम्मान गर्दै मनाएको छ । शनिबार रामजानकी मन्दिरको सभाहलमा संस्थाका अध्यक्ष पुष्पप्रसाद रिजालको सभापतित्व तथा झापा जिल्ला सहकारी संघका अध्यक्ष गणेश ढकाल प्रमुख आतिथ्यतामा साधारणसभा सम्पन्न गरिएको थियो ।

त्यस्तै बचत तथा ऋण सहकारी संघ झापाको कोषाध्यक्ष गोविन्द पौडेलको विशेष आतिथ्य, मेची आँखा अस्पतालका प्रशासन प्रमुख आलोक श्रेष्ठ लगायत विभिन्न संघ संस्थाका प्रतिनिधि, सञ्चारकर्मी सहितको आतिथ्यमा सम्पन्न कार्यक्रमको सञ्चालन संस्थाका सचिव चन्द्र अधिकारीले गरेका थिए । संस्थाका उपाध्यक्ष नारायण बरालले उपस्थित सम्पूर्णलाई स्वागत गरेको कार्यक्रममा ' आँखा दान, महादान'को इच्छापत्रमा हस्ताक्षर गर्ने व्यक्तिलाई प्रमाणपत्र समेत प्रदान गरिएको थियो ।

साधारण सभामा संस्थाले सात जना जेष्ठ नागरिक देवीमाया मगर, विष्णुमाया चाहार, जमुना घिमिरे, राधिका खतिवडा, रघुनाथ रिमाल, गोकुल बहादुर भुजेल, मणि कुमार गुरूङ्लाई सम्मान गरेको थियो । त्यस्तै पाँचजना उत्कृष्ट बचतकर्ता, चेतमणि पोखेल, प्रवेश पराजुली, चन्द्रकला दाहाल, नेत्र प्रसाद काफ्ले, भिमा देवी काफ्ले उत्कृष्ट ऋणी सदस्य तर्फ हिमा देवी घिमिरे, बुद्धमान लिम्बु, नारद भण्डारी, दुर्गा बस्नेत, गणेश दाहाललाई सम्मान गरिएको बताइएको छ । त्यस्तै संस्थाकी उत्कृष्ट वर्ष कर्मचारीको रूपमा संगीता पौडेल भुजेललाई सम्मान समेत गरेको थियो ।

साथै सोही कार्यक्रममा एसईई परीक्षामा उत्कृष्ट नतिजा ल्याउने संस्थाका सदस्यका २ छोरा जना २ जना छोरीहरूलाई पनि नगद सहित सम्मान गरिएको थियो । सम्मानित हुनेहरूमा सुभम बस्नेत, प्रतिक्षा अधिकारी, एलिसा एत्केन र विशेष चम्लगाई रहेका छन् । उनीहरूलाई सभापति, प्रमुख अतिथि लगायतले सम्मान गरेका थिए । कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख अतिथि ढकालले छोटो समयमा उल्लेख्य प्रगति गर्ने सहकारीको रूपमा बुद्धशान्ति बचत तथा ऋण सहकारी संस्था रहेको बताए । त्यस्तै विशेष अतिथि गोविन्द पौडेलले सहकारीको छाता संगठनहरूले संस्थाको विकास, विस्तार र प्रर्वद्धनमा जिम्मेवार भएर अघि बढ्ने हो भने सहकारी क्षेत्रमा कुनै समस्या नआउने समेत बताए । संस्थाले गत वर्ष २५ लाख ३३ हजार कुल नाफा गरेको र हाल सम्म कुल वासालत ८ करोड भन्दा बढि रहेको प्रतिवेदनमा उल्लेख गरिएको छ ।

डिजिटल कारोबारको भ्याटसम्बन्धी व्यवस्था संशोधन गर्ने तयारी

बिर्तामोड (पालिका सन्देश) । सरकारले विद्युतीय भुक्तानी (डिजिटल पेमेन्ट) मा मूल्य अभिवृद्धि कर (भ्याट) लाग्ने व्यवस्था संशोधनको तयारी गरेको छ । विद्युतीय कारोबारलाई प्रोत्साहन गर्नुपर्ने बेलामा भुक्तानी प्रणाली सञ्चालक (पीएसओ) र भुक्तानी सेवा प्रदायक (पीएसपी) लाई भ्याट लगाउँदा विद्युतीय कारोबार निरूत्साहित हुनसक्ने भन्दै सरकारले संशोधनको तयारी गरेको हो ।

गत १५ जेठमा तत्कालीन अर्थमन्त्री वर्षमान पुनले संसदमा आर्थिक वर्ष २०८१/८२ को बजेट प्रस्तुत गर्दा आर्थिक विधेयक २०८१ मा भ्याट छुट पाउने सेवा सूचीमा रहेको 'समाशोधन गृह' हटाएका थिए । समाशोधन गृहलाई सूचीबाट हटाएपछि सबै पीएसपी र पीएसओहरू भ्याटको दायरामा आएका छन् ।

यो व्यवस्थापछि १ साउनदेखि नेपाल क्लियरिङ हाउस (एनसीएचएल) र फोन-पेले वित्तीय कारोबारमा लिएको सेटलमेन्ट शुल्कमा १३ प्रतिशत भ्याट लिन थालेका छन् । केही पीएसपीहरू पहिले नै भ्याटमा दर्ता भइसकेका थिए भने बैंकहरूले चलाइरहेका भुक्तानी सेवा प्रदायक (पीएसपी)हरू भ्याटको सीमा बाहिर थिए । तर, सरकारले बजेटमार्फत गरेको व्यवस्थाले सबै डिजिटल कारोबार भ्याटको सीमाभित्र आएका छन् । यसले गर्दा अन्तर बैंक र अन्तर डिजिटल वालेट कारोबारहरू महँगो हुन पुगेको छ ।

विद्युतीय भुक्तानी विस्तार हुँदै जाँदा नगदरहित कारोबार पनि बढ्दै गएको छ । तर, यसलाई प्रोत्साहन हुने नीतिगत व्यवस्था छैन । बैंकहरू भ्याटमा दर्ता नहुने भएकाले सोझै ग्राहकको खाताबाट यो रकम असुल्ने गरिएको छ । १ साउनदेखि क्लियरिङ र सेटलमेन्ट सेवा दिने एनसीएचएल र फोन पे दुबैले १३ प्रतिशत शुल्क बढाएका थिए ।

पहिले अन्तरबैंक फण्ड ट्रान्सफर गर्दा फोन पेले १० रूपैयाँ शुल्क लिन्थ्यो भने कर लगाएपछि ११ रूपैयाँ ३० पैसा लिइरहेको छ । पहिले ८ रूपैयाँ शुल्क लिने एनसीएचएलले ९ रूपैयाँ ४ पैसा लिइरहेको छ । सरकारले डिजिटल भुक्तानीमा पनि भ्याट लगाइदिएपछि फोनपे, ईसेवा, खल्ती, कनेक्ट आईपीएस लगायतले सेवा शुल्क बढाएका थिए । ईसेवा र खल्तीले एक व्यक्तिले अर्को व्यक्तिलाई १०० रूपैयाँभन्दा बढी पठाउँदा प्रतिकारोबार १० रूपैयाँ शुल्क लिइरहेका छन् ।

दिनमा तीन पटक वा महिनाको ३० पटकसम्म त्यस्तो कारोबार गर्दा शुल्क नलाग्ने र त्यसभन्दा धेरै कारोबार गर्दा प्रतिकारोबार १० रूपैयाँ लाग्ने गरेको छ । सबैखालका डिजिटल कारोबारको सेवा शुल्कमा भ्याट लगाउँदा विद्युतीय भुक्तानी विस्तारमा असर परेको र ग्राहकहरू प्रभावित भएकाले सरकारले भ्याटसम्बन्धी व्यवस्था संशोधन गर्न लागेको हो ।

स्रोतका अनुसार प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले अर्थ मन्त्रालयलाई भ्याटको व्यवस्था संशोधन गर्न अर्थ मन्त्रालयलाई निर्देशन दिइसकेका छन् । प्रधानमन्त्री ओलीले आइतबार सामाजिक सञ्जाल फेसबुकमा गरेको एउटा पोस्टमा भ्याट फिर्ता गर्न गृहकार्य भइरहेको संकेत थियो ।

घर जग्गा खरिद बिक्रीका लागि सदैव
हामीलाई सम्झनुहोस् ।

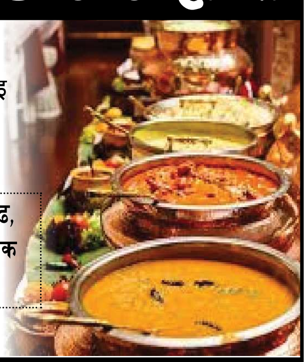
झापाली दाहाल्स मल्टी पर्पोज कम्पनी प्रा.लि
बुद्धशान्ति-३, बुधबारे, झापा

मनेष दाहाल प्रोपाइटर | **निर्देश गुरुङ** व्यवस्थापक

सम्पर्क : ९८५२६७८६४५, ९८४२६९६८८८

बि एण्ड बि क्याटरिङ एण्ड टेण्ट हाउस

विवाह, पार्टी, ब्रतबन्ध, पुराण, बनभोज, पास्नी, गुन्युचोली, सभा-समारोह सबै कार्यक्रममा स्तरीय, स्वादिष्ट खाना र रोजाइ अनुसारको परिकारका लागि सधैं सम्झनुहोस् ।



हाम्रा सेवाहरू :
क्याटरिङका आधुनिक र स्तरीय सामग्री, दक्ष अनुभवी कालीगढ, टेण्टका सम्पूर्ण सेट, शुद्धता, सरसफाई र क्याटरिङको आकर्षक उत्कृष्ट सजावट ।

नोट : साउण्ड सिस्टम, डिजेको समेत सुविधा छ ।

प्रो. सोमनाथ भट्टराई
मो.नं. ९८४२६९९२१४/९८१५०५१८५२/९८१२८६५२५३
बुद्धशान्ति-३, बुधबारे (झापा) ।

तपाईंको साताको राशिफल

मेष (चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ)
यो साता पुरानो समस्या सुल्झाउन सकिनेछ। नयाँ वस्त्र, अलङ्कारको प्राप्ति हुनेछ। आफ्नो क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाउन सकिनेछ। कूटनीतिक नियोग र वैदेशिक कार्यबाट प्रशंसा मिल्नेछ।

वृष (इ, उ, ए, ओ, वा, वि, वु, वे, वो)
यो साता महत्त्वपूर्ण कामको योजना बन्नेछ। छोटो दुरीको लाभदायक यात्रा हुनेछ। शैक्षिक क्षेत्रमा सफलता मिल्नेछ। रमाइलो यात्रा हुने तथा मान सम्मान मिल्नेछ। नोकरी गर्नेले मानसम्मान पाउने छन्।

मिथुन (का, कि, कु, घ, ङ, छ, के, को, हा)
यो साता मध्यम छ, सामान हराउने वा चोरी हुने सम्भावना छ। व्यक्तिगत स्वास्थ्य र यात्रा प्रति सतर्क रहनु पर्नेछ। राजनैतिक र सामाजिक प्रतिष्ठा कायम राख्न लगानी गर्ने समय आएको छ।

कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो)
यो साता भाग्यले विभिन्न अवसर जुराउनेछ। धर्मकर्म तथा समाजसेवामा मन लाग्नेछ। मनमा हर्ष, उमङ्ग र उत्साह छाउनेछ। न्यायिक कार्यमा सफलता मिल्नेछ। नयाँ ज्ञान सिक्ने मौका मिल्नेछ।

सिंह (मा, मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टे)
यो हप्ता धार्मिक र सांस्कृतिक क्षेत्रमा रुचि बढ्नेछ। पुराना योजना बिस्तारै अघि बढ्नेछ। बुद्धिको उपयोग गर्नाले जटिल ठानिएको कामसमेत सम्पादन हुन सक्छ। शुभ कार्यको चर्चा चल्नेछ।

कन्या (टो, पा, पि, पु, ष, ण, ठ, पे, पो)
यो साता ठीक समयमा सही निर्णय लिन सकिनेछ। रोकिएका काम पुनः सुरु हुन सक्छन्। सामाजिक प्रतिष्ठा कायम राख्न लगानी गर्ने समय आएको छ। आदर्श व्यक्तित्व सँगको सहकार्यले नयाँ अनुभव मिल्नेछ।

तुला (रा, रि, रु, रे, रो, ता, ति, तु, ते)
यो सातामा मिश्रित फल मिल्नेछ। लगनशीलताको कमीले गर्दा ठूलो उपलब्धि हातपार्न नसकिएला। शुभ चिन्तकहरूको सुझावलाई बेवास्ता गर्दा दुःख पाइनसक्छ।

वृश्चिक (तो, ना, नि, नु, ने, नो, या, यि, यु)
यो हप्ता सफल यात्राको योग छ, तर स्वास्थ्य प्रति भने सजगता अपनाउनु पर्नेछ। दैनिक कामहरू सन्तोषजनक ढंगले सम्पन्न हुनेछन्। आफूले काम देखाएर अरूको मन लोभ्याउन सकिनेछ।

धनु (ये, यो, भा, भि, भु, धा, फा, ढा, भे)
यो साता अरुलाई प्रभावित पारेर काम बन्नेछ। शुभकार्यको चर्चा चल्नेछ। अधुरा कार्य पूरा गर्न आफन्तबाट सहयोग मिल्नेछ। धर्म, विश्वास, आस्था र सद्भाव पनि बढ्नेछ।

मकर (भो, जा, जि, जु, जे, जो, ख, खि, खु, खे, खो, गा, गि)
यो साता धैर्य एवं लगनशीलताले अवसर दिलाउनेछ। सामाजिक क्षेत्रबाट मानसम्मान मिल्नेछ। नयाँ वस्त्र एवं अलङ्कारको प्राप्ति हुनेछ। महिला मित्रबाट राम्रो आश्वासन मिल्नेछ।

कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सि, सु, से, सो, दा)
यो साता मनमा उत्साह र उमङ्गको कमी देखिनसक्छ। सानातिना समस्यामा अल्झिनुपर्ने देखिन्छ। स्वास्थ्यमा गडबडी भई दैनिक कामकाजमा असर पर्नसक्छ।

मीन (दि, दु, थ, झ, ञ, दे, दो, चा, चि)
यो हप्तामा नयाँ अवसरहरू आउनाले मन प्रसन्न रहनेछ। लामो समयदेखि रोकिएका अधुरा कामहरु पुरा हुनेछन्। साथीभाइहरूले राम्रै सहयोग जुटाउनेछन्। शेयर बजारबाट पनि राम्रो सफलता मिल्नेछ।

इन्डोनेसिया जाने नेपालीको संख्या वृद्धि

झापा (पालिका सन्देश) । इन्डोनेसियाको पर्यटन तथा कृयटिभ-इकोनोमी सम्बद्ध मन्त्रालय लगायतले नेपाली पर्यटकहरूका लागि मन पर्ने गन्तव्यको रूपमा आफ्नो देशलाई राख्न काठमाडौंमा बिक्री मिसन गरेका छन् । सेल्स मिसनमा ३० भन्दा बढी पर्यटन उद्योग तथा कम्पनीहरूले सहकार्य गरेका थिए । इन्डोनेसियामा नेपाली पर्यटकको सँख्यामा सकारात्मक वृद्धि देखिएकाले इन्डोनेसियाले थप प्रवर्द्धनका कार्यक्रम ल्याएको जनाएको छ ।

नेपालबाट इन्डोनेसिया जाने पर्यटकको संख्या सन् २०२२ को तुलनामा सन् २०२३ मा १८६ प्रतिशतले बढेको थियो । पर्यटक सख्या सन् २०२४ को जनवरीदेखि जुलाईसम्ममा सन् २०२३ को सोही अवधिको तुलनामा ५,०५८ वा ७०.४८ प्रतिशतले वृद्धि भएको थियो । सन् २०२३ को सोही महिनाको तुलनामा नेपाल आउने पर्यटकको संख्या ९१.९ प्रतिशतले बढेको छ ।

इन्डोनेसिया टुरिजम अपडेट दिँदै इन्डोनेसियाको टुरिजम तथा क्रियटिभ इकोनोमी मन्त्रालयकी पर्यटन उपमन्त्री नी माडे आयु मार्थिनी नि माडे ले इन्डोनेसिया भ्रमण गर्ने नेपाली पर्यटकको बढ्दो संख्याले आफूहरु उत्साहित रहेको बताइन् ।

तेल आयातमा भारतले बढायो भन्सार

झापा (पालिका सन्देश) । भारतले पाम, सोयाबिन र सूर्यमुखी तेल आयातमा लाग्दै आएको भन्सार शुल्क बढाएको छ । भारतले कच्चा र प्रशोधित खाद्य तेलमा आधारभूत भन्सार कर २० प्रतिशत बिन्दुले बढाएको भारतीय सञ्चारमाध्यमले जनाएका छन् ।

कर बढेपछि भारतले आयात गर्ने कच्चा खाने तेल आयातमा लाग्ने कर साढे २७ प्रतिशत पुगेको अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चार माध्यमहरूले जनाएका छन् । यसअघि कच्चा पाम, सोयाबिन तथा सूर्यमुखी तेल आयात गर्दा साढे ५ प्रतिशत मात्रै कर लाग्दै आएको थियो । त्यस्तै प्रशोधित खाने तेलमा भने भारतमा भन्सार

दरबन्दी ३५.७५ प्रतिशत पुगेको छ । यसअघि यी तीन वस्तुबाट उत्पादित प्रशोधित खाने तेलमा १३.७५ प्रतिशत भन्सार लाग्दै आएको थियो ।

भारतले गत शुक्रबार यो निर्णय लिएको हो । विदेशी तेल आयातमा कर लाग्दा महँगो हुँदा स्थानीय किसानको तेल खपत बढ्ने र किसान लाभान्वित हुने भारतको अपेक्षा छ । बढेको भन्सार शुल्क १४ सेप्टेम्बरबाट कार्यान्वयनमा आएको हिन्दुस्तान टाइम्सले लेखेको छ ।

भारतको यो निर्णयले नेपाली निर्यातकर्तालाई भने लाभ मिल्ने छ । भारतीय खपतको तुलनामा नेपालबाट भारततर्फ हुने निर्यातको हिस्सा कम छ । तर, भारतले आयातमा भन्सार दर बढाए पनि नेपाली उत्पादकले भने त्यो तिर्नुपर्दैन ।

नेपालमा ३० प्रतिशत मूल्य अभिवृद्धि सहित उत्पादन भएको वस्तुले भारतीय बजारमा भन्सार रहित प्रवेश पाउने गरेका छन् । नेपालबाट भारतमा हुने अधिकांश निर्यात यसरी नै हुँदै आएको छ ।

धुलाबारीमा जेसीजको क्षेत्र 'क' सम्मेलन हुने

मेचीनगर (पालिका सन्देश) । झापाको धुलावारीमा नेपाल जेसीज वर्ष २०२४ को क्षेत्र 'क' सम्मेलन हुने भएको छ । धुलाबारी जेसिजको आतिथ्यतामा आगामी असोज ११ र १२ गते धुलाबारीको पासाङ ल्हामु स्मृति प्रतिष्ठानमा हुने भएको हो ।

झापाको बाहुनडाँगीदेखि सर्लाहीसम्म क्षेत्र 'क' अन्तर्गत पर्ने ४६ वटा शाखा, जुनियर जेसिज १६ वटा र नेपाल जेसीजका पदाधिकारीसहित करिब ६०० जेसिज सदस्यहरूको उपस्थितिमा सम्मेलन हुने सम्मेलनका निर्देशक अनन्त वस्तीले बताएका छन् ।

पहिलो दिनको कार्यक्रम अन्तर्गत थिम सेमिनार, जेनेरल एसेम्ली, सिनेटर बैठक, जुनियर जेसीजको बैठक, अन्तर शाखा वक्तृत्वकला र जेसीज नाइट हुनेछ । त्यस्तै, दोस्रो दिनको कार्यक्रम अन्तर्गत तालिम, जेनेरल एसेम्ली, नेपाल जेसीजको अवार्ड वितरण, समापन र विभिन्न क्षेत्रका १७ वटा उपसमिति निर्माण हुने वस्तीले बताए ।

सम्मेलन सम्पन्न गर्न ३२ लाख खर्च लाग्ने अनुमान गरिएको र तीन हजार ५ सय रुपैयाँ रजिस्ट्रेसन शुल्क निर्धारण गरिएको धुलाबारी जेसीजका अध्यक्ष मञ्जिल रसाइलीले बताएका छन् ।

बिर्तामोडमा रात्रिकालीन होटल चलाउनेबारे छलफल

बिर्तामोड (पालिका सन्देश) । बिर्तामोडमा रात्रिकालीन होटल व्यवसाय सञ्चालनका विषयमा मापदण्ड बनाइने भएको छ । नगरप्रमुख पवित्रा महतारा प्रसाईंको अध्यक्षतामा बसेको सर्वपक्षीय बैठकले सरोकारवाला पक्षसँग छलफल गरी आवश्यक मापदण्ड बनाएर जिल्ला सुरक्षा समितिलाई सिफारिस गर्ने निर्णय गरेको हो । बिर्तामोडका होटल व्यवसायीले राति १२ बजेसम्म व्यापार गर्ने व्यवस्था मिलाइदिन आग्रह गर्दै नगरपालिकामा ज्ञापनपत्र बुझाएका थिए ।

सोहीअनुरुप नगरपालिकाले इलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनी, बिर्तामोड उद्योग वाणिज्य संघ, होटल व्यवसायी संघ झापा, जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय लगायत विभिन्न पार्टी प्रतिनिधि र सरोकारवाला निकायसँग छलफल गरेको हो ।

बैठकले सबै सरोकारवाला पक्षबाट बजारको अनुगमन गर्ने, बजार क्षेत्रमा जोडिएका सिसी टिभी क्यामेराको मर्मत तथा आवश्यकताअनुसार थप जडान गर्ने निष्कर्ष निकालेको छ ।

बिर्तामोड नगरपालिका र बिर्तामोड उद्योग उद्योग वाणिज्य संघको आर्थिक सहयोग तथा इलाका प्रहरी कार्यालयले अगुवाई गर्ने, बिर्तामोडमा रहेका अन्य व्यापार व्यवसाय बिहान ८ बजेदेखि बेलुका ८ बजेसम्म सञ्चालन गर्ने निर्णय भएको छ । उद्योग वाणिज्य संघमार्फत व्यवसायीहरुलाई अनुरोध गर्ने, आपराधिक गतिविधि न्यूनीकरण र शान्ति सुरक्षा सुव्यवस्था कायम राख्न इलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनीले विशेष सुरक्षा योजना बनाई लागु गर्ने पनि निर्णय गरेको छ ।

त्यस्तै, सडक दुर्घटना न्यूनीकरण गर्न जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय, बिर्तामोड र मेची यातायात व्यवस्था कार्यालय बिर्तामोडले ट्राफिक व्यवस्थापनको कार्ययोजना तयार गरी नगरपालिकामा पेश गर्ने र निर्णयहरु कार्यान्वयनमा सबै राजनीतिक दल तथा संघसंस्थाले आआफ्नो तर्फबाट सक्दो सहयोग पुऱ्याउने निर्णय गरेको छ ।

अस्मिता ज्वेलर्स

बुद्धशान्ति-३, बुधबारे झापा
शाखा साविक बुधबारे ७ नं चोक

प्रो. धन बहादुर लकान्द्री : ९८४२७६१७६०
प्रो. अभिशेक लकान्द्री : ९८१५९८५३९७

यहाँ सुनचाँदीका आकर्षक गरगहनाहरु अर्डर बमोजिम ग्यारेन्टीका साथ तयार गर्नुका साथै खरिद-बिक्री गरिन्छ ।

"वन डढेलो नियन्त्रण गरौं, जैविक विविधताको संरक्षण गरौं"

सुख्खायाम लागेसँगै वन जंगलमा डढेलो लगाईने गतिविधि जिम्मेवार नागरिकका लागि अशोभनीय कार्य हुन्। जिम्मेवार नागरिकहरुले यस्ता कार्यको विरुद्ध सबैलाई सचेत गराऔं। वन जंगल तपाईं हामी सबैको साझा सम्पति हो। सबै मिलि यसको संरक्षण गरौं। वातावरण संरक्षण तपाईं हाम्रै जिम्मेवारी हो।

अनुरोधकर्ता :
आर्दश नमुना सामुदायिक वन उपभोक्ता समूह
बुद्धशान्ति, झापा

कोशीका मुख्यमन्त्री कार्कीले आज विश्वासको मत लिँदै

झापा (पालिका सन्देश) । कोशी प्रदेशका मुख्यमन्त्री हिक्मत कार्कीले आज पुन विश्वासको मत लिने भएका छन् । तेस्रो पटक मुख्यमन्त्री बनेका कार्कीले नेकपा माओवादी केन्द्रले १४ भदौमा समर्थन फिर्ता लिएपछि दोस्रो पटक विश्वासको मत लिन लागेका हुन् ।

माओवादी केन्द्रको समर्थनमा संविधानको धारा

१६८ को ५ अनुसार २७ बैशाखमा मुख्यमन्त्री बनेका कार्कीले पहिलो पटक बैशाख ३१ गते विश्वासको मत लिएका थिए । गत असार १७ मा एमाले-कांग्रेस गठबन्धन माओवादी केन्द्र सरकार छाडेर प्रतिपक्षमा पुग्यो । ११ साउनमा माओवादी सरकार छाडेको माओवादीले १४ भदौमा सरकारलाई दिएको समर्थन फिर्ता लिएको थियो । समर्थन फिर्ता लिएको ३० दिन भित्र विश्वासको मत लिनुपर्ने संवैधानिक बाध्यता भएको कारण उनले विश्वासको मत लिन लागेका हुन् । प्रदेशसभामा कार्कीको पक्षमा दुई तिहाइ बहुमत छ ।

राष्ट्रिय अर्थतन्त्रमा योगदान बढाऔं

- ✓ स्थानीय स्रोत र साधन परिचालन गरी उत्पादन बढाऔं,
- ✓ आर्थिक रुपमा सक्षम बनौं, राष्ट्रिय पूँजी निर्माणमा योगदान पुर्‍याऔं,
- ✓ देखासिकी नगरौं, आफ्नो आर्थिक क्षमताको पहिचान गरौं,
- ✓ मितव्ययी बनौं, फजुल खर्च नगरौं,
- ✓ विलासिताका वस्तु तथा सेवाको अनावश्यक उपयोगलाई निरुत्साहित गरौं,
- ✓ अनावश्यक खर्च घटाएर बचत गर्ने बानीको विकास गरौं ।

अर्जुनधारा नगरपालिका
अर्जुनधारा, झापा

रोङ गाउँपालिका
इलाम

साउनमा १ ६० मेट्रिक टन टमाटर भारत निर्यात

झापा (पालिका सन्देश) । चालु आर्थिक वर्ष २०८१/०८२ को पहिलो महिना नेपालबाट एक सय ६० मेट्रिक टन टमाटर भारत निर्यात भएको हो । भन्सार विभागका अनुसार साउनमा ३४ लाख १ हजार रूपैयाँ बराबरको टमाटर निर्यात गरिएको हो ।

साउन महिनामा २५ सय ९५ मेट्रिक टन तरकारी पनि निर्यात भएको विभागले जानकारी दिएको छ । सो बापत नेपालले ५ करोड ७७ लाख ७० रूपैयाँ बराबर आम्दानी गरेको विभागको तथ्याङ्कमा उल्लेख छ ।

४१ जनप्रतिनिधि रिक्त, उपनिर्वाचनमा आयोग

बिर्तामोड (पालिका सन्देश)। देशका विभिन्न स्थानीय तहका ४१ जना जनप्रतिनिधि रिक्त रहेपछि निर्वाचन आयोग उपनिर्वाचनमा जुटेको छ ।

मन्त्रिपरिषद्को बैठकले मंसिर १६ गतेका लागि उपनिर्वाचनको मिति तय गरेसँगै निर्वाचन आयोग उपनिर्वाचनमा जुटेको हो । आयोगले दिएको सुझावका आधारमा सरकारले मंसिर १६ गते उपनिर्वाचन गर्ने निर्णय गरेको हो ।

नगर प्रमुखदेखि वडाध्यक्षसम्म गरी देशभर ४१ स्थानीय तहमा जनप्रतिनिधि रिक्त रहेको छ । हाल नगरप्रमुख १, उपप्रमुख १, गाउँपालिका अध्यक्ष २, उपाध्यक्ष ४, वडा अध्यक्ष ३१ र जिल्ला समन्वय समितिका प्रमुख २ गरी ४१ जनप्रतिनिधि रिक्त रहेको छ ।

अख्तियारमा...

सिंचाईसँग २.१०, खानेपानीका १.६१ प्रतिशत उजुरीहरू रहेका छन् । अन्य विविध क्षेत्रसँग सम्बन्धित उजुरीहरू ३.०९ प्रतिशत रहेको उनले उल्लेख गरे । उनले आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा आयोगमा दायर भएका २०१ मुद्दाहरूमध्ये सबैभन्दा बढी ५८ मुद्दा गैरकानूनी लाभ हानीसँग सम्बन्धित रहेको र घुससम्बन्धी ४८ वटा मुद्दा रहेको बताए ।

अघिल्लो आर्थिक वर्षबाट जिम्मेवारी सरेर आएका ९ हजार २६८ उजुरीहरू समेत गरी कारबाही गर्नुपर्ने जम्मा उजुरीको संख्या ३६ हजार १८६ रहेको बताइएको छ । यस अवधिमा कुल ३६ हजार १ सय ८६ उजुरीमध्ये २७ हजार ७१४ अर्थात ७६.५९ प्रतिशत उजुरी स्क्रिनिङ र प्राथमिक छानविनबाट फर्छ्योट भएको छ ।

मंकीपक्स : कारण, रोकथाम र उपचार

■ **डा. सन्देश लम्साल**

मंकीपक्स एक दुर्लभ भाइरल रोग हो । यो रोग विगतमा अफ्रिकी क्षेत्रमा मात्र सीमित भए पनि आजभोलि विश्वभर गम्भीर खतराका रूपमा फैलिइरहेको छ । यस विषयमा विश्व स्वास्थ्य समुदायको विशेष ध्यान आकर्षित भएको देखिन्छ, जसले गर्दा यसको व्यापकता, जोखिम र रोकथाम तथा नियन्त्रणका उपायलाई लिएर विभिन्न अनुसन्धान र नीतिगत पहल विश्वभरि अघि बढिरहेका छन् ।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लुएचओ) लगायत विभिन्न स्वास्थ्य संस्थाले मंकीपक्सलाई गम्भीरताका साथ लिँदै यसका बारेमा जनचेतना फैलाउन र यसको प्रसार रोक्नका लागि विभिन्न कदम चालिरहेका छन् । मंकीपक्स पहिलोपटक सन् १९५८ मा प्रयोगशालामा राखिएका बाँदरमा फेला परेको थियो । यो सुरुमा मुख्य रूपमा अफ्रिकी महाद्वीपको मध्य र पश्चिमी भागमा सीमित थियो ।

सन् १९७० मा पहिलोपटक मंकीपक्स प्रजातान्त्रिक गणतन्त्र कङ्गोका जनतामा देखिएको थियो । आजभोलि अफ्रिकी महादेशबाहेक विश्वका विभिन्न भागमा मंकीपक्स प्रकोपका घटनामा उल्लेखनीय वृद्धि भएको छ । मंकीपक्स संक्रमणमा ' क्लेड १' (मध्य अफ्रिकी क्लेड) र ' क्लेड २' (पश्चिम अफ्रिकी क्लेड) गरी दुई प्रकारका भाइरसको मुख्य योगदान रहेको छ । मंकीपक्सको विश्वव्यापी प्रकोप 'क्लेड २' का कारणले भए पनि 'क्लेड २' भन्दा 'क्लेड १' बढी घातक मानिन्छ । सन् २०२२-२३ मा पश्चिम अफ्रिकी 'क्लेड २'ले विश्वव्यापी प्रकोपको रूप लिएको थियो ।

कारण : मंकीपक्स निम्त्याउने भाइरसलाई 'मंकीपक्स भाइरस' (एमपीएक्सभी) भनिन्छ । मंकीपक्स संक्रमण 'जुनोटिक' मार्गबाट सर्ने रोग हो, जसले मानिस र जनावर दुवैलाई संक्रमण गर्न सक्छ । यसको 'इन्क्युबेसन' अवधि एकदेखि तीन सातासम्म रहेको छ । मंकीपक्स भाइरसको पूर्ण रूपमा अध्ययन नभए पनि हालसालै गरिएका सोधले मुसाहरू र 'प्राइमेट'लाई यसको होस्ट (आश्रयस्थल)का रूपमा देखाएका छन् ।

लक्षण : ज्वरो आउनु, चिसो लाग्नु, टाउको र मांसपेशी दुख्नु, थकान महसुस हुनु, लिम्फ नोडहरु सुन्निनु आदि मंकीपक्सका प्रारम्भिक वा सामान्य लक्षण हुन् । कतिपय अवस्थामा अनुहारबाट सुरु भई हात-खुट्टासम्म फैलिने दागहरु विकास हुने गर्छ । केही बिरामीमा थोरै घाउ तथा हल्का पीडा महसुस भए पनि केही बिरामीमा शरीरभरि दाना तथा गम्भीर

लक्षण देखिन सक्छन् । अन्तिम चरणमा यी घाउहरु खाटा बस्दै वा दाग बन्दै निको हुने गर्छन् ।

कसरी सर्छ : मंकीपक्स सामान्यतया संक्रमित व्यक्ति वा जनावरसँग प्रत्यक्ष सम्पर्कबाट सर्ने गर्छ । संक्रमित व्यक्तिसँग यौन सम्पर्क राख्दा, अँगालो मार्दा वा चुम्बन गर्दा घाउमार्फत मंकीपक्सका भाइरस सर्ने गर्छ । हालै भएको अनुसन्धानले मंकीपक्स वीर्य वा योनि स्रावका माध्यमबाट सर्ने नगरेको देखाएको छ । संक्रमित जनावरको रगत र घाउमार्फत, तिनको शरीरबाट निस्कने अन्य तरल पदार्थमार्फत र तिनीहरूको टोकाइबाट मंकीपक्सका भाइरस फैलने गर्छन् ।

रोकथाम र सावधानी : मंकीपक्सलाई निश्चित मात्रामा प्रतिरक्षा प्रदान गरेको विभिन्न सोधले देखाएका छन् । हाल स्वास्थ्यकर्मीहरु, मंकीपक्स संक्रमित बिरामीसँग प्रत्यक्ष सम्पर्कमा आएका व्यक्तिहरु अर्थात् उच्च जोखिममा रहेका व्यक्तिले यो खोप लगाउने गर्छन् ।

मंकीपक्स संक्रमण हुनुभन्दा पहिले वा संक्रमित व्यक्तिसँग सम्पर्कमा आउनासाथै खोप लगाउने गरिन्छ । मंकीपक्सको रोकथाम गर्न तथा यसका लक्षणहरु देखिनमा ढिलाइ गर्न खोपलाई प्रभावकारी मानिन्छ । मंकीपक्स संक्रमित व्यक्ति वा संक्रमित भएको आशंका गरिएका व्यक्तिसँग शारीरिक सम्पर्क नराख्दा नै उचित हुन्छ । यद्यपि सुरक्षित यौनसम्पर्क, यौन सम्पर्कका बेला कन्डमको प्रयोग, डेन्टल ड्यामजस्ता सुरक्षा उपाय अपनाउनाले भाइरस सर्ने सम्भावनालाई कम गर्न सकिन्छ । यस्तै बैठक, पार्टीजस्ता मानिसको भिडभाड हुने ठाउँबाट टाढा रहनुपर्छ ।

साबुन र पानीले नियमित हात धुने र धोइसकेपछि स्यानिटाइजरको निरन्तर प्रयोगले विभिन्न कीटाणु उन्मूलन गर्न सकिन्छ । मंकीपक्स सर्नबाट रोक्न सार्वजनिक स्थलमा नियमित सरसफाइ तथा डिसइन्फेक्सन पनि गर्नुपर्छ ।

मंकीपक्स भाइरसका आश्रयस्थल (होस्ट) मुसा र बाँदरहरु भएकाले यिनीहरूको सम्पर्कबाट टाढा रहनुपर्छ । विभिन्न खाद्य पदार्थबाट पनि यिनिहरूले भाइरस सार्न सक्ने सम्भावना रहन्छ, त्यसैले राम्रोसँग पकाएको र छोपेर राखेको ताजा खाना खानुपर्छ । मंकीपक्स संक्रमित व्यक्तिलाई भेट्ने व्यक्तिले पन्जा, मास्कजस्ता व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरणको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

उपचार : हालसम्म मंकीपक्स संक्रमणविरूद्ध कुनै ठोस एन्टिभाइरल औषधि बनिसकेको छैन, यद्यपि स्मलपक्स संक्रमणमा दिइने 'सिडोफोभिर' र 'टेकोभिरिम्याट'जस्ता औषधीले मंकीपक्समा राम्रो नतिजा देखिएका छन् । मंकीपक्सबाट संक्रमित बिरामीमध्ये ९५ प्रतिशतलाई सामान्य तथा सीमित लक्षणसहित दुई-चार सातामा आफैं निको हुन सक्छ । यद्यपि विभिन्न दुखाइ तथा ज्वरो कम गर्ने, संक्रमण घटाउनेजस्ता औषधिको प्रयोगले बिरामीलाई राहत प्रदान गर्न सकिन्छ ।

मंकीपक्स संक्रमणमा देखिने ज्वरो तथा मांसपेशीको दुखाइ कम गर्न 'इबुप्रोफेन', 'एसिटामिनोफेन' आदि औषधि प्रभावकारी हुन सक्छ । मंकीपक्स संक्रमित व्यक्तिमा दागका कारणले छाला चिलाउने र सुक्खा हुने हुन सक्छ, यसलाई कम गर्न कोलोइडल ओटमिलबाट बनाइएका क्रिमका साथै इमोलियन्ट वा मोइस्चराइजिङ क्रिम प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

मंकीपक्समा हुने सेकेन्डरी ब्याक्टेरियल संक्रमणविरूद्ध विभिन्न एन्टिबायोटिक्सको प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसका साथै बिरामीको सुस्वास्थ्यका लागि पर्याप्त मात्रामा आराम गर्नुपर्छ भने आवश्यक मात्रामा पानी र झोलिलो पदार्थको सेवन गर्नुपर्छ । मंकीपक्स संक्रमित व्यक्तिले पनि रोग अरूमा नफैलियोस् भनी सजगता अपनाउनुपर्छ । सकेसम्म अन्य व्यक्तिसँग घुलमिल हुनु हुँदैन ।

मंकीपक्सको पूर्वानुमान : सामान्यतया मंकीपक्स दुई-चार सातामा निको हुने भए पनि बालबालिकाका साथै 'इम्युनोसप्रेसन' तथा कमोरबिडिटी भएका व्यक्तिमा यसले निमोनिया, इन्सेफ्लाइटिस, आँखाको संक्रमण लगायत जटिलता निम्त्याउन सक्छ । यस्ता जटिलताबाट जोगिन बेलैमा सजग हुनुपर्छ । यो कम मृत्यु दर भएको रोग हो, तर कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली भएका मानिसमा जटिलता निम्त्याउने गर्छ ।

डेंगीबाट बचौं र बचाऔं

- ✓ **उच्च ज्वरो आउनु ।**
- ✓ **जोर्नी र मांशपेशीहरुमा असह्य पीडा हुनु ।**
- ✓ **आँखाको गेडी दुख्नु ।**
- ✓ **अत्याधिक टाउको दुख्नु ।**
- ✓ **शरीरमा राता बिमिराहरु आउनु ।**
- ✓ **वाकवाकी लाग्नु वा वान्ता हुनु ।**

यस्ता लक्षणहरू देखापरेमा डेंगी हुन सक्छ, तत्काल चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिऔं ।

कचनकवल गाउँपालिका
कचनकवल, झापा

दुषित पानीका कारण हुने रोगप्रति सजग रहौं

फोहर पानी पिउनाले झाडापखाला, हैजा, टाइफाइड, आउँ, जण्डिसजस्ता रोग लाग्न सक्छन् ।

त्यसैले :

- ✓ खोला, धारा वा मुलको पानी सिधै नपिऔं,
- ✓ पानी उमालेर मात्र पिऔं,
- ✓ उमाल्न सम्भव नभएमा शुद्धिकरण गरेर मात्र पिऔं,
- ✓ पिउने पानीलाई सफा भाँडामा छोपेर राखौं र सफा भाँडाले पानी झिक्ने गरौं ।

बाह्रदशी गाउँपालिका
बाह्रदशी, झापा