



जलेश्वर

Jaleshwor Today Daily

एक कदम अगाडि

विज्ञापनको लागि सम्पर्क

: ८८४४०२७८७१

Whats App No:-

८८२४८७७६२७

Gmail:-

jaleshwortoday

@gmail.com

वर्ष ११ • अंक ३२ • २०८० मंसिर ९ गते शनिवार • 25 Nov. 2023 • पृष्ठ ४ • मूल्य रु.५/-

छात्रालाई जबर्जस्ती करणी गरेको आरोपमा विद्यालय सञ्चालक पक्राउ

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
महोत्तरी, ८ मंसिर

महोत्तरीको गौशालामा छात्रालाई जबर्जस्ती करणी गरेको आरोपमा गौशाला एकेडेमी विद्यालयका सञ्चालकलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ ।

गौशाला नगरपालिका-५ स्थित गौशाला बजारमा रहेको गौशाला एकेडेमीमा अध्ययनरत ७ वर्षीया विद्यार्थीलाई जबर्जस्ती करणी गरेको आरोपमा गौशाला एकेडेमी विद्यालयका सञ्चालक ३३ वर्षीय जुगलकिशोर साहलाई नियन्त्रणमा लिएर अनुसन्धान भइरहेको इलाका प्रहरी कार्यालय गौशालाका प्रहरी



निरीक्षक मनोज यादवले बताए । अभिभावकले इलाका प्रहरी कार्यालय गौशालामा विद्यालय सञ्चालक साहले जबर्जस्ती करणी गरेको जाहेरी दर्ता

गराएको प्रहरी निरीक्षक यादवले बताए । जाहेरीको आधारमा विद्यालय सञ्चालकलाई नियन्त्रणमा लिएर

बाँकी पृष्ठ २

भोलि पनि तीनकुनेमा प्रदर्शन हुन्छ : दुर्गा प्रसाई

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
काठमाडौं, ८ मंसिर

राष्ट्र, राष्ट्रियता, धर्म, संस्कृति र नागरिक बचाउ अभियान नेपालका संयोजक दुर्गा प्रसाईले भोलि पनि काठमाडौंको तीनकुनेमा प्रदर्शन गर्ने बताएका छन् । शुक्रवार ठिमीस्थित आफ्नै निवासमा पत्रकार सम्मेलन गर्दै उनले शनिवार तीनकुनेमा प्रदर्शन हुने र त्यहाँ आफू पनि सहभागी हुने बताए । उनले सरकारले आफ्नो सुरक्षाका नाममा आफूलाई घरभित्र थुनेर बेवकुफ बनाउन खोजेको आरोप लगाए । उनले आफू गोली खान वा जेल जान तयार रहेको बताउँदै आफू



आन्दोलन छोडेर नभाग्ने उल्लेख गरे । उनले आफूलाई नजरबन्दमा राखिएको बताउँदै राजनीतिक दलहरू एकातिर आफू र आफ्नो पक्षमा रहेका जनताहरू प्रतिपक्ष

रहेको दाबी गरे । प्रसाईले आफ्ना मान्छेलाई समेत सरकारले पार्टी प्यालेसमा लगेर नजरबन्दमा राखेको र कैयनलाई पक्राउ

बाँकी पृष्ठ २

इको भिलेजको स्थानीयकरणका लागि प्रदेश स्तरीय परामर्श बैठक सम्पन्न

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
धनुषा, ८ मंसिर

दिगो विकास लक्ष्य प्राप्तिका लागि पर्यावरण मैत्रीनमुना गाउँ (ईको भिलेज) का लागि काम गरिरहेको ओरेक नेपालले शुक्रवार जनकपुरधाममा प्रदेश स्तरीय परामर्श बैठक सम्पन्न गरेको छ । ओरेक नेपालका कार्यक्रम निर्देशक सुनिता मैनालीको अध्यक्षतामा भएको सो परामर्श बैठकमा बोल्दै सहभागीहरूले संचालनमा रहेको पर्यावरण मैत्रीनमुना गाउँ कार्यक्रम अन्तरगत भैरहेको कामका सम्बन्धमा जानकारी गराउनु भएको थियो । ओरेक नेपालले कोशी



तथा मधेश प्रदेशमा संचालन गरेको पर्यावरण मैत्रीनमुना गाउँ (ईको भिलेज) को अवधारण विस्तार गर्दै दिगो विकास लक्ष्य प्राप्तिका सहयोग गर्ने उद्देश्यले सिराहा, धनुषा,

महोत्तरी, सर्लाही जिल्लाको र कोशी प्रदेशका उदयपुर जिल्लाको विभिन्न गाउँपालिका तथा नगरपालिकामा रहेका छन् । ती ११ वटापालिका

बाँकी पृष्ठ २

सुगाभवानीपट्टीमा माँ संतोषी शान्ति कलश यात्रा निकालियो

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
महोत्तरी, ८ मंसिर

माँ संतोषी पुजाको अवसरमा जलेश्वर नगरपालिका वडा नं.-४ सुगाभवानीपट्टीमा शान्ति कलश यात्रा निकालिएको छ । सो शान्ति कलश यात्रा माँ संतोषीको मन्दिरबाट शुरु भई गाउँको विभिन्न टोलमा पुगेर परिक्रमा गरेको थियो । सो यात्रामा साँसद रानी शर्मा तिवारी, पूर्व राज्यमन्त्री अभिराम शर्मा, पूर्व मेयर शंकर साही, वडाध्यक्ष हरिश्चन्द्र महतो, समाजसेवी रामआधार कापर



, शम्भु ठाकुर लगायत स्थानिय जनसमुदायको बाक्लो उपस्थिति रहेको थियो । जय माँ संतोषी पुजा

समितिको अध्यक्ष रंजित महतो अध्यक्षतामा सो यात्रा निकालिएको थियो ।

सुरक्षित रहौं रोकथाम मरो नियन्त्रण गरौं

डेगी रोग डेगी भाइरसबाट संक्रमित एडिज जातको लामखुट्टेको टोकाईबाट मात्र सर्दछ ।

थोडे मात्र पानी जम्मा भएको भीडमा पनि यो लामखुट्टेले फुल पार्दछ र यसको वृद्धि विकास हुन्छ ।

डेगीको लक्षणहरू उच्च ज्वरो आउनु, जोर्नी र नाशपेशीहरू, आँखाको गेडी र टाउको बेस्सरी दुख्नु, शरीरमा रातो बिमिराहरू आउनु, बाक्लाकी लाग्नु वा कान्ता हुनु आदी हुन् ।

डेगीबाट बच्ने उपायहरू

एडिज जातको लामखुट्टेले दिनको समयमा टोक्दछ । त्यसमाथि पनि बिलन र सीमको समयमा टोक्ने सम्भावना बढी भएकोले सो समयमा थप सचेत हुने ।

दिउँसो पनि लामखुट्टे भगाउने धूप बाल्ने र लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने मलम लगाउने ।

घरको इयाल ढोक्नमा लामखुट्टे नछिर्ने जाली हाल्ने ।

बिहान, दिउँसो, राती जुनसुकै बेला मुल लगाएर मात्र खुल्ने ।

पुरै शरीर ढाक्ने लुगा लगाउने ।

आफ्नो घर वरिपरि, कार्यस्थल र सार्वजनिक ठाउँहरूमा पानी जम्न नदिने । पानी राख्ने भीडालाई लामखुट्टे नछिर्ने गरि राम्ररी छोपेर राख्ने ।

लामखुट्टेले फुल पार्न सक्ने संभावित घर भित्र र वरपरका पानी जमेको ठाउँहरू र पानी राख्ने भाँडाहरू खोजी खोजी सफा गरी र लामखुट्टेको फुल नष्ट गरी ।

जाडोको समयमा चिसोबाट बचौं

- ▶ जाडोबाट बच्न तातो, पोषिलो तथा भोलिलो खानेकुरा खाऔं,
- ▶ न्यानो कपडा लगाऔं,
- ▶ घर तथा कोठा न्यानो बनाऔं,
- ▶ कोठामा हिटर तथा आगो बाल्दा हावा ओहोरदोहोर हुने सुनिश्चित गरौं,
- ▶ बालबालिकालाई तेल मालिस गरिदिऔं,
- ▶ बढी चिसोमा मर्निङ वाक नगरौं,
- ▶ चिसोमा बाहिर हिँड्दा बाक्लो कपडा लगाऔं,
- ▶ दैनिक घाम ताप्ने गरौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

लोहारपट्टी नगरपालिकाको कार्यालय, महोत्तरी



छालालाई स्वस्थ कसरी राख्ने ?

धेरैजसो पुरुषहरु आफ्नो छालाको हेरचाह गर्दैनन् । तयार हुने, चिरिच्याट्ट परेर हिँड्ने, छाला वा कपालको स्याहार गर्ने कुराहरुलाई धेरैले केटी वा महिलासँग मात्रै जोडेर हेर्ने गरेका छन् । तर छालाको स्याहार अर्थात् स्क्रिन केयर स्त्रीसँग मात्रै सम्बन्धित कुरा होइन । हुन त यो कहिले पनि स्त्रीसँग मात्रै सम्बन्धित छँदै थिएन । हामीले नै यसलाई केटीसँग मात्रै जोडेर हेरिरह्यौँ ।

तर छालाको स्याहार महिलाका लागि जति जरुरी र आवश्यक छ, पुरुषका लागि पनि त्यत्तिकै छ । तर यसको अर्थ तपाईंले श्रीमती वा बहिनी वा छोरीको स्किन केयर प्रडक्ट लगाउनुपर्छ भन्ने होइन । पुरुषको छाला महिलाको भन्दा मोटो हुन्छ । बजारमा पुरुषका लागि पनि छाला सुहाउँदो स्क्रिनकेयर प्रडक्ट धेरै छन् । हर्मोनको भिन्नता, जीवनशैली र वातावरणसँगको एक्सपोजरका कारण पनि पुरुषमा छाला सम्बन्धी चिन्ता र चासो महिलाको भन्दा फरक हुन्छ ।

टेस्टोस्टेरोनको उच्च मात्राका कारण पुरुषको छाला महिलाको भन्दा बढी चिल्लो हुन्छ । टेस्टोस्टेरोनले सिबम उत्पादनलाई बढाउँछ । अत्यधिक सिबमका कारण खासगरी किशोरावस्था र युवावस्थाको शुरुआती बेलामा डन्डीफोर आउन थाल्छ । दाही काट्दा रेजर बर्न हुन्छ । दाही काट्ने मेशिनका कारण छाला रातो हुन्छ, चिलाउन थाल्छ । पुरुषहरुको छाला चिल्लो भएपनि अनुहार र हातका छाला सुख्खा हुन्छन् । कडा खालको साबुन, डिटर्जेन्ट र मौसमका कारण छालामा सुख्खापन बढाउन सक्छ । पुरुषहरुले छालाको हेरचाहमा त्यति समय नदिने भएकोले महिलाका तुलनामा उनीहरुमा छिट्टै बुढ्यौलीका संकेत देखिन थाल्छ ।

पुरुषहरुमा एष्ट्रोजेन कम हुने, घाममा छाला डहने र धुम्रपानका कारण पनि उनीहरुको छालामा छिट्टै चाउरी देखिन थाल्छ । नियमित रुपमा छालाको हेरचाह गर्ने हो भने सबै उमेर समूहका पुरुषहरुले आफ्नो छालालाई स्वस्थ र जवान राख्न सक्छन् । क्लिन्ज: हरेक दिन दुई पटक जेन्टल क्लिन्जर प्रयोग गरेर छालामा भएको फोहोर, चिल्लो र पसिना हटाउन मुख सफा गर्नुस् ।

एक्सफोलियेशन: हप्तामा एक वा दुई पटक राति सुत्नु अघि स्क्रब प्रयोग गरेर छालामा रहेको मृत कोषहरु हटाउनुस् ।

मोइष्टराइज: छालालाई हाइड्रेटेड राख्न नियमित रुपमा मोइष्टराइजरको प्रयोग गर्नुस् । छाला सुहाउँदो मोइष्ट्रर इजर प्रयोग गर्नुस् ।

सनस्क्रिन: घामको हानिकारक परावैजनी किरणबाट जोगाउन छालामा ३० वा सोभन्दा बढी एसपीएफको सनस्क्रिन लगाउनुस् । तपाईंको छाला संवेदनशील छ वा चाँडै डाबर आउने खालको छ भने छालाको सफाई भनै जरुरी छ ।

छात्रालाई

जवर्जस्ती करण मुद्दामा जिल्ला अदालत महोतरीबाट अनुसन्धानक लागि ५ दिनको म्याद लिएको प्रहरी निरीक्षक यादवले भने । पिडित बालिका र आरोपितको स्वस्थ परि क्षण गराएर थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

इको भिलेज

अन्तर्गत ईको भिलेजका सदस्यहरुले इको भिलेज कार्यक्रम अन्तर्गत विभिन्न चरणहरुमा भएको कामको असरले दिगो विकास लक्ष्यका लागि हुने सहयोगका सम्बन्धमा सहभागीहरुलाई जानकारी गराएको ओरेक महोत्तरी जिल्ला संयोजक विणा सिंहले जानकारी दिनुभयो । सो कार्यक्रममामधेश प्रदेशमा रहेका कृषि भुमि व्यवस्था तथा सहकारी मन्त्रालयउप(सचिव,जनकपुरधाम उपमहानगरपालिकाका उप(प्रमुख किशोरी साह तथा ईको भिलेज संचालन भएको पालिकाका वडा

अध्यक्षहरु सहित ५२ जनाको उपस्थिति रहेको थियो । प्रदेश स्तरिय परामर्श बैठक कार्यक्रम संचालन गरि बैठकबाट आएको निष्कर्षहरुको आधारमा कोशी तथा मधेश प्रदेशको विभिन्न स्थानियतहमा रहेका पर्यावरण मैत्रीनमुना गाँउईको भिलेजहरुको बिस्तार प्रबर्द्धन तथा अद्यावधिक योजना सहित घोषणको लागि प्रदेश तथा स्थानिय सरकार संग विभिन्न मागहरु राखिएको आयोजकले जनाएको छ ।

भोलि पनि

गरेको दावी गरे । पहिलो दिनको गणतन्त्र विरोधी आन्दोलनपछि पत्रकार सम्मेलन गर्दै प्रसाईंले अर्को दिनको आन्दोलनमा श्रीलंका मोडेलमा नेताका घर घरमा जाने बताएपछि शुक्रवार प्रहरीले उनलाई घरबाट निस्कन दिएको थिएन । यता तीनकुनेमा प्रदर्शनका लागि आएका उनका केही समर्थकहरुलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको थियो ।

निर्माणाधिन पुलमुनी युवकको शव फेला



जलेश्वरटुडे समाचारबाता
रौतहट, ८ मंसिर

रौतहटमा निर्माणाधीन अवस्थामा र हेको पुलमुनी एक युवकको शव फेला परेको छ । शुक्रवार करिब पौने १२ बजेको समयमा रौतहटको यमुनामाई गाउँपालिका ४ भागपुल स्थित बन्दै गरेको नयाँ पुलको पिलरको गोलोरि

वडाध्यक्षलाई साढे ४ महिना जेल सजाय

जलेश्वरटुडे समाचारबाता
पोखरा, ८ मंसिर



जातीय भेदभाव तथा छुवाछूतसम्बन्धी कसूरमा पोखरा वडा २४ का वडाध्यक्ष भरतबहादुर अधिकारीलाई साढे ४ महिना जेल सजाय र ७५ हजार रुपैयाँ जरिवाना फैसला सुनाइएको छ । जिल्ला अदालत कास्कीका न्यायाधीश अवनी मैनाली भट्टराईको इजलासले विहीवार उनलाई साढे ४ महिना जेल सजाय र ७५ हजार जरिवानासहितको फैसला सुनाएको हो । गत वर्ष माघ ९ मा उनी १ लाख ५० हजार रुपैयाँ धरोटीमा रिहा भएका थिए । गत वर्ष पोखरा २४ का वडा सदस्य मियाँ नेपालीले जातीय भेदभाव तथा छुवाछूतसम्बन्धी कसूरमा आफ्नै वडाध्यक्ष अधिकारीलाई कारवाही माग गर्दै प्रहरीमा जाहेरी दिएको थिइन् । जातीय तथा अन्य सामाजिक छुवाछूत र भेदभाव सम्बन्धी (कसूर र सजाय) ऐन, २०६८ को दफा ७(१) क अनुसार उक्त कसूरमा ३ महिना कैद तथा ५० हजारसम्म जरिवाना हुने उल्लेख भए पनि सार्वजनिक पद धारण गरेको व्यक्ति (जनप्रतिनिधि) भएकाले उनलाई ५० प्रतिशत बढी कैद तथा जरिवाना हुने व्यवस्था छ । साथै पीडित महिलालाई १० हजार क्षतिपूर्ति भराउनु पर्नेछ ।

सुरक्षित रहौं
रोकथाम गरौं
नियन्त्रण गरौं

डेङ्गी रोग डेङ्गी भाइरसबाट संक्रमित एडिज जातको लामखुटेको टोकाईबाट मात्र सर्दछ ।

थोरै मात्र पानी जम्मा भएको भौडामा पनि यो लामखुटेले फुल पाउँछ र यसको वृद्धि विकास हुन्छ ।

डेङ्गीको लक्षणहरु उच्च ज्वरो आउनु, पौनी र नासपेशीहरु, आँखाको गैढी र टाउको बेस्सरी दुख्नु, शरीरमा रातो बिमिराहरु आउनु, दाकवाकी लाग्नु वा बान्ता हुनु आदी हुन् ।

डेङ्गीबाट बच्ने उपायहरु

एडिज जातको लामखुटेले दिनको समयमा टोक्दछ । त्यसमाथि पनि बिहान र साँझको समयमा टोक्ने सम्भावना बढी भएकोले सो समयमा थप सचेत हुने ।

आफ्नो घर वरिपरि, कार्यस्थल र सार्वजनिक ठाउँहरूमा पानी जम्मा नदिने । पानी राख्ने भौडालाई लामखुटे नछिर्ने गरि राम्ररी छोपेर राख्ने ।

दिउँसो पनि लामखुटे भगाउने धूप बाल्ने र लामखुटेको टोकाईबाट बच्ने मलम लगाउने ।

घरको ड्र्याल ढोकामा लामखुटे नछिर्ने जाली हाल्ने ।

बिहान, दिउँसो, राती जुनसुकै बेला भुल लगाएर मात्र सुत्ने ।

पुरै शरिर ढाक्ने जुगा लगाउने ।

लामखुटेले फुल पार्न सक्ने संभावित घर भित्र र वरपरका पानी जमेको ठाउँहरु र पानी राख्ने भाडाहरु खोजी खोजी सफा गरौं र लामखुटेको फुल नष्ट गरौं ।

सोनमा गाउँपालिकाको कार्यालय,महोत्तरी

तपाईंको टुडे	मधेश प्रदेशको गौरव	आवश्यक टेलिफोन नम्बरहरु	जलेश्वरनाथ मन्दिर पुजाआजा
मेघ: मनमा चिन्ता बढने	श्री सत्यनारायण	जलेश्वर	बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
वृष: परिवारिक सुख प्राप्ति	भगवानको दर्शन	नेपाल पत्रकार महासंघ महोत्तरी ५२०५१५	विहान पुजा आरती : ०५:३० बजे
मिथून: प्रसंशा मिल्ने	गरौं,मनबाञ्छित	जलेश्वरअस्पताल एम्बुलेन्स ९७४४००२५२७	विहान ढोका बन्द : १२:०० बजे
कर्कट: खर्चमा बृद्धि हुने	फल पाऔं ।	नेपाल रेडक्रस सोसाइटी एम्बुलेन्स ५२०१००,	देउँसो ढोका खुल्ने समय : ०४:०० बजे
सिंह: लाभ प्राप्त हुने		सामुदायिक विकास परि.एम्बुलेन्स ५२१००५,	सन्ध्या पूजा आरती साँझ : ०६:३० बजे
कन्या: शत्रुता बढने		RCDSC एम्बुलेन्स ५२०२९८,	राति ढोका बन्द हुने समय : १२ बजे
तुला: आत्मीयता बढने		दसहारा एम्बुलेन्स ५२०६७७, ९८४४२६००००	हरेक हप्ताको मंगलवार र शनिवार मन्दिर प्राङ्गणमा दिउँसो भजन किर्तन सहित हनुमान आराधना)
वृश्चिक: मिष्ठान भोजन मिल्ने		वर्दिबास अस्पताल एम्बुलेन्स ५५००९०,	
धनु: पढाईमा रुचि बढने		वर्दिबास सेवा समिति एम्बुलेन्स ५५०५८६,	
मकर: नयाँ काम पाइने		रामगोपालपुर एम्बुलेन्स ६९०५९३	
कूम्भ: साथीसँग ग भेटघाट हुने		जिल्ला प्रहरी ५२०००९	
मीन: भक्तीभाव बढने		विद्युत ५२०१६६	
		वारुण यन्त्र ५२००९७	
		जिल्ला प्रशासन ५२००५५	
		आवश्यक नम्बरहरुको लागि सम्पर्क गरौं ११७	
		जनकपुर	
		प्रहरी धनुषा 520099, 100	
		सुरक्षा गुल्म जनकपुर बैरेक 0186,526586	
		सशस्त्र प्रहरी मुजेलिया 527213, 527800	
		मुजेलिया प्रहरी चौकी 520750	
		ट्राफिक कार्यालय जिरोमाईल 520366	
		एम्बुलेन्स पब्लिक वेल फेयर 9854022474	
		एम्बुलेन्स रेडक्रस 102	
		एम्बुलेन्स (सरोज फाउन्डेसन) 522806	
		महावीर एम्बुलेन्स 525980	
		एम्बुलेन्स मेडिकल कलेज 526091	
		एम्बुलेन्स केयर मेडिकल सेन्टर 523864	
		वरुण यन्त्र जनपा 520011	
		जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालय 526271	
		जनकपुर अंचल अस्पताल 520033	
		केयर मेडिकल सेन्टर 523864	
		धनुषा तथा अस्पताल तथा अनुसन्धान केन्द्र प्रा.लि. 525800	
		जानकी हेल्थ केयर एण्ड रिसर्च सेन्टर 525342	
			जानकी मन्दिर पुजाआजा
			बिहान ढोका खुल्ने समय : ०५:०० बजे
			विहान पुजा आरती : ०७:३० बजे
			विहान ढोका बन्द : १२:०० बजे
			अन्न क्षेत्र : नि:शुल्क भोजन
			दिउँसो ढोका खुल्ने समय : ०४:०० बजे
			सन्ध्या पूजा आरती साँझ : ०७:३० बजे

‘हमास-इजरायल द्वन्द्वका कारण प्यालेस्टिनी बेरोजगारी दर ७० प्रतिशत पुग्यो’

रासस

गाजा, ८ मंसिर

हमास-इजरायलबीचको रक्तपातपूर्ण द्वन्द्वका कारण प्यालेस्टिनीमा बेरोजगारी दर ह्वातै बढेर ७० प्रतिशत पुगेको प्यालेस्टिनी श्रममन्त्रीले बताएका छन्। मन्त्री नसरी अबु जैशले एक प्रेस विज्ञप्ति जारी गरी भने, “हामीले दसौं हजार भवन र आवासीय एकाइहरूमा लगातार हिंस्रक बम विस्फोटको परिणाम स्वरूप हजारौं कार्यबल र रोजगारदाताहरू गुमायौं।” “हाल ३६ लाखभन्दा बढी प्यालेस्टिनी कामदारहरू बेरोजगार भएका छन्, जसमध्ये ठूलो हिस्सा घरबारविहीन छन्,” जैशले भने। उनले भने, “यसबाहेक, इजरायलले गाजाबाट चार हजार कामदार



हरूलाई गिरफ्तार गर्‍यो, हजारौं कामदारहरूलाई बर्खास्त गर्‍यो, धेरैलाई थुनामा र अनुसन्धानको अधीनमा परेपछि अन्य धेरैलाई वेस्ट बैंकमा निष्कासित गरेको थियो।” अक्टोबर ७ मा दक्षिणी इजरायलमा हमासको एक्कासी आक्रमणको

बदलास्वरूप इजरायलले तत्काल गाजामा व्यापक हवाई तथा स्थल आक्रमण सुरु गरेको छ। इजरायलले प्यालेस्टिनी तटीय क्षेत्रमा कडा नाकाबन्दी लगाएको छ भने गाजामा विजुली, पानी र खाद्यान्नको आपूर्ति बन्द गरेको छ।

चार महिनामा १ अर्ब ३८ करोडको चिया निर्यात

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
काठमाडौं, ८ मंसिर

नेपालले चार महिनामा १ अर्ब ३८ करोड रुपैयाँ बराबरको चिया निर्यात गरेको छ। भन्सार विभागको तथ्याङ्क अनुसार आर्थिक वर्षको कात्तिक मसान्तसम्ममा कूल १ अर्ब ३८ करोड ५२ लाख ७९ हजार रुपैयाँ बराबरको ५ हजार ७८ टन चिया निर्यात भएको हो। छिमेकी मुलुक भारत र चीनसँगै तेस्रो मुलुक अमेरिका, अस्ट्रेलिया, क्यानडा, फ्रान्स, जर्मनी, इटाली, जापान, नेदरल्याण्ड, रसिया लगायतका देशहरूमा कालो चिया निर्यात भएको भन्सार विभागले जनाएको छ। यसका साथै, यी मुलुकहरूमा ग्रीन टी अर्थात् हरियो



चिया र कफीको समेत राम्रो माग रहेको विभागले जनाएको छ। यसअवधिमा १० करोड ६५ लाख ९९ हजार रुपैयाँ बराबरको हरियो चिया

निर्यात भएकोमा १ करोड ५५ लाख ३६ हजार रुपैयाँ बराबरको कफी निर्यात भएको विभागले जनाएको छ।

स्क्रिन शेयर गर्दैछन् रणवीर र प्रभास ?

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
काठमाडौं, ८ मंसिर

रणवीर कपुरको फिल्म एनिमल आगामी महिना रिलिज हुँदैछ। यो फिल्मको ट्रेलरले दर्शकहरूको राम्रो रेस्पान्स पाइरहेको छ। फिल्ममा उनको अभिनयले पनि राम्रो चर्चा बटुलिरहेको छ। यसैबिच रणवीर बारे नयाँ खबर भाइरल भइरहेको छ। उनले दक्षिण भारतीय सुपरस्टार प्रभाससँग स्क्रिन शेयर गर्न सक्छन्। हालै एनिमलको ट्रेलर लन्चमा निर्देशक संदिप रेड्डी वांगालाई सोधिएको प्रश्नको उत्तरले यसको अपेक्षा बढाएको हो। लन्च कार्यक्रममा वांगाको साथमा रणवीर कपुर, र शिमका मन्दना र बबी देओल पनि थिए। सोही अवसरमा वांगालाई स्पाईभर्स र कपभर्स बलिउडमा नयाँ चलन बनेको भन्दै आगामी दिनमा



रणवीर कपुरको एनिमल र प्रभासको स्पिरिट एकै साथमा आउन सक्छ भनेर सोधिएको थियो। यसको उत्तरमा निर्देशकले अहिले यसबारे केही नसोचेको, तर यस्तो केही भयो भने भन्छु भन्ने उत्तर दिएका थिए। एनिमलका निर्देशक वांगाले नै प्रभासको स्पिरिटको पनि निर्देशन गरिरहेका छन्। यो फिल्ममा प्रभास एक प्रहरी अधिकारीको भूमिकामा देखिनेछन्। वांगाको कुराले अहिले नै

रणवीर र प्रभास एउटै पर्दामा ल्याउने तयारी नभएको स्पष्ट छ। तर भविष्यमा दुवैलाई एउटै पर्दामा देखिने सम्भावना भने छ। एनिमल बनाउन तीन वर्षभन्दा बढी समय लागेको वांगाले हालै मात्रै खुलासा गरेका थिए। एनिमलमा रणवीरको भूमिकाको उनले खुलेर तारिफ पनि गरेका थिए। उनले रणवीरलाई कमल हसन र हलिउड स्टार अल पचिनो र रोबर्ट डी निरोसँग गरेका थिए।

नेपाल सुपर लिग उद्घाटन समारोह

जलेश्वरटुडे समाचारवाता
वीरगंज, ८ मंसिर

फ्रेन्चाइज फुटबल प्रतियोगिता ‘नेपाल सुपर लिग’ (एनएसएल) को दोस्रो संस्करण सुरु भएको छ। शुक्रवार साँझ काठमाडौंको त्रिपुरेश्वर स्थित दशरथ रङ्गशालामा दोस्रो संस्करणको उद्घाटन भएको हो।

उद्घाटन खेल साबिक विजेता काठमाडौं रेजर्स र नवप्रवेशी स्पोर्टिङ इलामबिच खेलाइनेछ। क्लब स्तरीय यो फुटबल प्रतियोगिता पुस १४ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ।



सुरक्षित रहौं रोकथाम गरी नियन्त्रण गरौं

डेङ्गी

डेङ्गी रोग डेङ्गी भाइरसबाट संक्रमित एडिज जालको लामखुट्टेको टोकाईबाट मात्र सर्दछ।

डेङ्गीको लक्षणहरू उच्च ज्वरो आउनु, जोर्नी र मांसपेशीहरू, आँखाको गैदी र टाउको बेस्सरी दुख्नु, शरीरमा रातो बिमिराहरू आउनु, दाँतवाली लाग्नु वा चान्ता हुनु आदी हुन्।

डेङ्गीबाट बच्ने उपायहरू

एडिज जालको लामखुट्टेले दिनको समयमा टोक्दछ। त्यसमाथि पनि बिहान र साँझको समयमा टोक्ने सम्भावना बढी भएकोले सो समयमा थप सचेत हुने।

दिउँसो पनि लामखुट्टे भगाउने धूप बाल्ने र लामखुट्टेको टोकाईबाट बच्ने मलम लगाउने।

घरको ड्याल ढोक्न लामखुट्टे नछिर्ने जाली हाल्ने।

बिहान, दिउँसो, राती जुनसुकै बेला भुल लगाएर मात्र सुत्ने।

पुरै शरिर ढाक्ने जुगा लगाउने।

लामखुट्टेले फुल पार्न सक्ने संभावित घर भित्र र वरपरका पानी जमेको ठाउँहरू र पानी राख्ने भाँडाहरू खोजी खोजी सफा गरी र लामखुट्टेको फुल नष्ट गरी।

रामगोपालपुर नगरपालिकाको कार्यालय, महोत्तरी

कामनी व्यूटी पार्लर

यहाँ व्यूटी पार्लर सम्बन्धी सम्पूर्ण काम गरिनुको साथै व्यूटी पार्लर, मेहँदी, डिजाइनर मेहँदी सम्बन्धी तालिम समेत दिइन्छ। यहाँ आधुनिक किसिमले दुल्हन सजाउने काम समेत गरिन्छ।

सम्पर्क : साह मिनी मार्केटको सामुने, जलेश्वर, महोत्तरी

दक्ष तथा अनुभवी शिक्षक शिक्षिकाद्वारा कक्षा संचालन हुने एकमात्र संस्था

NAME

COACHING & TRAINING CENTER (P.) LTD.

Our Running Programme

Coaching Class

6 to 10

Tuition Class

+2 Science Commerce

Lok Sewa

स्वर्दिदार

मुल्बा

अधिकृत

महिला विकास

प्रहरी सेवा

शिक्षक सेवा

Janakpurdham-4, Shantinagar

विश्वकर्मा चौक देखि संकटमोचन स्कूल जाने बाटोमा पूर्णपट्टी

9854025530, 9824885783, 9812036322

‘कमजोरी नसुधाने हो भने सङ्घीयता धराशायी बन्छ’

—पंखबहादुर शाही

सङ्घीयता कार्यान्वयनमा आएको ६ वर्ष बिन्दा पनि प्रदेश सरकारले आफ्नो औचित्य स्थापित गर्न नसकेको टिप्पणी भइरहेका छन् । प्रदेश सरकारको व्यवस्थाले बेकारमा आर्थिक भार मात्रै थपिएको भन्दै खारेज गरिनुपर्ने आवाज उठ्नसमेत थालेका छन् । अरूभन्दा पनि स्वयं प्रदेशकै नेतृत्वमा रहेका व्यक्तिबाट पनि यही अवस्थामा सङ्घीयता रहने हो भने सङ्घीयताको भविष्य नरहने बताइरहेका छन् । मध्यपश्चिम विश्वविद्यालयका पूर्वडीन एवं राजनीतिक विश्लेषक पीताम्बर ढकाल भने सङ्घीयतामाथि प्रश्न उठ्नुका पछाडि नेतृत्वमा रहेकै व्यक्तिहरूको प्रवृत्तिलाई लिन्छन् । सङ्घीयता कर्णाली जस्तो प्रदेशका लागि अपरिहार्य भए पनि नेतृत्वमा रहेका दलहरूको कारण औचित्य स्थापित गर्न नसकेको उनको भनाइ छ । ‘समृद्ध कर्णाली, सुखारी कर्णालीवासी’ नारा तय गरेर सङ्घीयता कार्यान्वयनको जगको सुरुवात गरेको थियो कर्णालीले । उच्च आर्थिक वृद्धि, आधारभूत भौतिक सुविधा, सबैलाई सम्मानजनक रोजगारीसहित सुरक्षित र स्वच्छ वातावरणमा बसोबास गर्ने सुखी नागरिकहरूको प्रदेश बनाउने सङ्कल्पका साथ उक्त नारा तय गरिएको थियो । यद्यपि दोस्रो कार्यकालको समेत एक वर्ष बितिसक्दा प्रदेश सरकारले आफ्नो लय समात्न नसकेको ढकाल बताउँछन् ।

नागरिक समाजका अगुवासमेत रहेका र सङ्घीयताबारे जानकारी भएका र सङ्घीयता कार्यान्वयन, कर्णाली सरकारले गरिरहेका गतिविधिलगायतका विषयमा गरेको कुराकानी यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ । सङ्घीयता कार्यान्वयनमा आएको पनि छ वर्ष बित्यो नै । नागरिकले दोस्रो पटक चुनावमा मतदान गरेको पनि दुई वर्ष बित्यो । तर

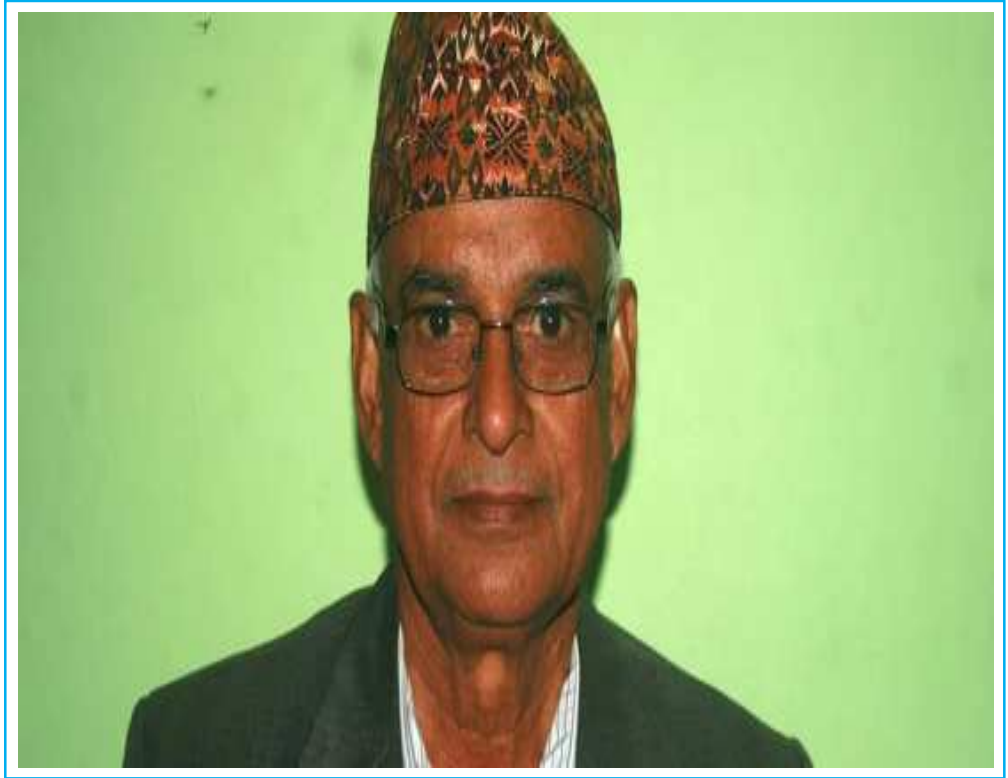
प्रदेशहरूको भविष्य छैन भन्ने खालका आवाज उठिरहेका छन्, के प्रदेश संरचनाले आफ्नो औचित्य स्थापित गर्न नसकेको हो ? नेपालका निमित्त यो नयाँ पद्धति हो । यसको प्रयोगमा विषयमा ५, ६ वर्षमै मूल्याङ्कन गर्नेबेला आयो भन्ने मलाई लाग्दैन । सबै कानुन बनिसकेको अवस्था छैन । प्रदेशको त त्यस्तै हो सङ्घीय सरकारबाट बन्नुपर्ने कानुनहरू नै बनिसकेको अवस्था छैन । कानुन नहुँदा केही काम गर्न सक्ने अवस्था रहँदैन । पद्धतिबाट जनताले लाभ प्राप्त गर्न नसक्दा नै प्रश्न उठ्ने हुन्छ । अहिले भएको त्यही हो । कानुन निर्माण भइसकेपछि मात्रै पद्धतिको मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ ।

त्यसो हो भने प्रदेश सरकारप्रति वितृष्णा किन हो त ? सङ्घीयता नै खारेज गरिनुपर्छ भन्छन् नि ? अहिलेको सङ्घीयता कार्यान्वयनको अवस्था हेर्ने हो भने म पनि सन्तुष्ट छैन । मानिसको जीवनपद्धतिमा परिवर्तन आउने खालको वातावरण नै बनेको छैन । पहिलो कुरा सङ्घीय सरकारले प्रदेशहरूलाई दिनुपर्ने पावर हो । त्यो पूर्ण रूपमा दिइएको अवस्था पनि छैन । त्यसो हुँदा सङ्घले नै कानुन निर्माण नगर्दा प्रदेशले मात्रै निर्माण गरे पनि पछि खारेजी हुनुपर्ने अवस्था आउँछ । बाँकिने खालका कानुन बनाएर पनि अर्थ छैन । कानुनी रूपमा हेर्दा पनि यो सङ्घीयता आफैँमा कमजोर छ । कार्यशैलीका कुरामा अझ जनतामा वितृष्णा जागेको हो कि जस्तो छ । प्रदेशको नेतृत्वमा देखिने कार्यशैली, बजेट कार्यान्वयनको गतिलाई हेर्ने हो भने प्रलेश सरकारले आफ्नो औचित्य पनि स्थापित गर्न नसकेको कुरा प्रस्ट छ नै ।

कर्णाली प्रदेशको कुरा गर्दा सङ्घीय सरकारकै भरमा प्रदेश चलाउनुपर्ने तर त्यही अनुदानमा प्राप्त बजेट

कार्यान्वयन गर्न सकिरहेको अवस्था छैन । अनुदानको बजेटमा उन्नति गर्न नसक्दा जनताले त्यहाँबाट पाउनुपर्ने लाभ प्राप्त गर्न सकेनन् । यो मात्र होइन, समानुपातिक प्रतिनिधिको कुरादेखि बजेट खर्च गर्ने प्रवृत्ति, नेतृत्व गर्न सक्ने क्षमताका कुराको अभाव लगायतका कारण यो संरचना कमजोर बनेको आकलन मेरो छ । यी सबै कुराका कारण प्रदेश संरचनाप्रति नागरिकको वितृष्णा उब्जिएको हो । तर व्यवस्थालाई नराम्रो भन्न मिल्दैन । कर्णालीकै कुरा गरौं, यो आफैँमा विद्रोहबाट जन्मिएको प्रदेश हो । अन्य प्रदेशभन्दा कर्णालीलाई –सङ्घीयता आवश्यकता हो, किनकि विगतदेखि नै कर्णालीलाई पिछडिएको प्रदेशको उपमा दिइन्छ । अहिले छुट्टै प्रदेश र आफैँले नेतृत्व गर्न पाउँदा पनि कर्णालीले आफ्नो भविष्य कोन सिकिएको अवस्था छैन भन्छन् नि ? यो कुरा सही हो । कर्णाली अरू प्रदेशभन्दा भिन्न तरिकाले अघि बढ्नुपर्थ्यो । किनकि अरू प्रदेश हिँडे पुग्छ, कर्णाली ढाँडिनुपर्छ भनेर सुरुमा यहाँकै नेताहरू भन्थे । तर व्यवहारमा त्यस्तो देखिएन । अर्को कुरा, नेतृत्वमा असक्षमता देखियो । उनीहरूले आफ्नो ‘राइट’ के हो भन्नेतर्फ पनि ध्यान दिएनन् । केन्द्रले लादेर नै तिमीहरूले यसरी जानु पर्छ भनेर भनिरहनुपर्ने भए त सङ्घीयताको के अर्थ भयो ? प्रदेश सरकारले पनि यो मेरो ‘राइट’ यो हो भन्ने कुरा नै बुझेको जस्तो देखिन्छ । आफ्नो र राइटको खोजी आफैँले गर्ने हो र अहिलेकै अवस्थामा अघि बढ्ने हो भने त सङ्घीयतामाथि अझ प्रश्न उठ्ने देखिन्छ ।

प्रदेशका कतिपय मन्त्री, सांसदहरूलाई सङ्घीयताको अर्थ नै थाह नभएको देखिन्छ । यो कुनै शक्ति



विकेन्द्रीकरण होइन । सङ्घीयता भनेको त शक्तिको हस्तान्तरण हो । केन्द्रमा अन्तर्निहित रहेका जति पनि शक्ति छन्, प्रदेशले गर्नुपर्ने कुरा हस्तान्तरण त भएकै छन् नि ! यद्यपि प्रदेश सरकार अलमलियो । प्रदेशका नेताहरूले हामीले सङ्घीयताको अनुकूल आचरण गर्नुपर्छ भन्ने कुरा नबुझेका हुन् कि के हो अवस्था हेर्ने हो भने सबै गन्जागोल देखिन्छ । अहिले ‘यता जाऊँ कि उता जाऊँ’ भन्ने अवस्थामा प्रदेश सरकार देखिन्छ । यो असमान आचरणले सङ्घीयतालाई फाइदा दिँदैन । संविधानमा उल्लेखित कुरालाई नै हेरेर काम गर्ने हो भने पनि सङ्घीयताको सही कार्यान्वयन हुन सक्थ्यो । तर यही अवस्थाले सङ्घीयता असजिलो अवस्थामा पुगिसकेको जस्तो लाग्छ । प्रदेश सरकारले केन्द्रले जे आदेश दिन्छ त्यसैको मुख ताक्ने हो भने के हो सङ्घीयता ?

विकास र परिवर्तनका हिसाबले सङ्घीयतापछि कर्णाली प्रदेशको भूमिकालाई चाहिँ कसरी चित्रण गर्नुभएको छ ? हेर्नुस्, जनताले चाहने भनेको अवस्था परिवर्तन हो । सङ्घीयता पनि अपेक्षा गरेको पनि यही हो । व्यवस्थालाई र राम्रो बनाउने, नबनाउने भन्ने कुरा जनताको अवस्थाले व्याख्या गर्छ । जनताले जति अपेक्षा गरेका थिए, प्रदेश सरकारले त्यो खालको डेलिभरी दिन सकेको देखिन्छ । यसो हेर्दा पहुँचयोग्य ठाउँमा मात्रै प्रदेशको विकास पुगेको छ । त्यसबाहेक अन्यत्र जनताको अवस्थामा खासै रूपान्तरण भएको मैले देखिँदैन । परिवर्तन नभएका कारण नै जनताले यो पद्धति ठीक होइन कि भन्ने आशङ्का गर्ने हुन् कर्णालीलाई उदाहरण बनाउने हो भने सबै हिसाबले कर्णाली पछि छ । यहाँ यातायातको कुरालाई फोकस गर्नु पर्छ । जस्तै कर्णाली करिडोर, भेरी करिडोर जस्ता रणनीतिक सडक पूर्वाधारमा खासै ध्यान केन्द्रित भएन । जलस्रोतको हिसाबले हेर्दा यो सम्भावना नै सम्भावनाको खानी हो । नदीहरू खेर गइरहेका छन्, बहुमूल्य जडीबुटीको उपभोग हुन सकिरहेको छैन । दिगो विकासका लागि प्रदेशसँग कुनै दीर्घकालीन योजना नै छैन । सामान्य रूपमा ठेक्का लिने व्यक्तिहरूले सरकारलाई घुमाइरहेको हुन्छन् । तर प्रदेश सरकार उनीहरूलाई कारवाही गर्न सक्दैन ।

यसो हेर्ने हो भने व्यवस्थाभन्दा पनि व्यवस्थाका चालकहरूमा ठुलो कमजोरी हो । सोच, पद्धतिमा के गर्ने भन्ने विषयमा कुनै छलफल गृहकार्य हुँदैन । कर्णाली सरकारले कर्णालीको विकास र रूपान्तरणका लागि नागरिक समाज, बौद्धिक वर्गहरूसित खासै छलफल गरेको मलाई थाह छैन । सबै हिसाबले हेर्दा जनताले सोचेर मात्र नभई सरकार पनि आफैँमा कमजोर बनिरहेको छ । उसोभने कर्णाली सरकार उल्टो बाटो हिँडिरहेको छ ? विकास भन्ने कुरा सुगमबाट जटिलतातर्फ जानुपर्ने हो । तर पहिले नै जटिल ठाउँमा गर्छु भन्न थाल्यो भने प्रगति हासिल गर्न सकिँदैन । सबैभन्दा पहिला सुर्खेतबाट माथिल्लोतर्फका जिल्लाहरूलाई बनाउँदै जानुपर्छ । पक्की बाटोहरू बनाउनुपर्छ । जुम्लामा एकै पटक सिमेन्ट पिठ्युँ, घोडामा बोकेर लगि विकास गर्छु भन्थे भने त्यसले प्रतिफल राम्रो दिन सक्दैन । प्रदेशले एउटा सिस्टमले विकासका काम गरिरहेको देखिन्छ । भागवण्डाका हिसाबले बाँड्नुं गरेर विकास हुन सक्दैन । पहिलो कुरा कर्णाली प्रदेशको संरचना नै भएन । कम्तीमा भारतसँग सीमा जोडिनुपर्छ । अर्को रकम कार्यान्वयनमा पनि सर कार असक्षम भयो । नेतृत्वमा रहेकाहरू पनि कुन ठाउँबाट के लाभ प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने ध्याउन्नमा मात्रै देखिन्छन् । पद्धतिका कुरामा सर कार आफैँले पनि बुझेको छैन जस्तो छ । कर्णालीको विकास मोडेल पनि अन्य प्रदेशको भन्दा फरक हुनुपर्छ । बाटोघाटो, उद्योगहरूको विकासमा सरकार अलि अग्रसर हुनुपर्छ । प्रदेशको नेतृत्व गर्नेहरू प्रदेशलाई अधिकार नै दिइएन भन्छन्, के उनीहरूले भने जस्तै सङ्घीय सरकारलाई अधिकार नदिएकै हो त ? यहाँ अधिकारको कुरा मात्र होइन, सीमा समस्या, वनजङ्गलसँग जोडिएका कुरा छन तर काम गर्न सक्ने वातावरण बन्न नसकेको कुरा चाहिँ साँचो हो । सङ्घीय सरकारले पनि प्रदेशलाई दिनुपर्ने अधिकारमा सकारात्मक हुनु पर्छ र प्रदेशले पनि आफ्नो काम के हो ? त्यो कुराको हेक्का राखेर अघि बढ्नु पर्छ । सङ्घीयता कमजोर हुनुका पछाडि नेतृत्वको पनि असक्षमता

भन्नुभयो, खास कर्णालीलाई समृद्धिको मार्गमा अघि बढाउन सक्ने नेतृत्वमा कस्तो हुनुपर्ने हो ? हैन, कम्तीमा निर्णय लिन सक्ने, वादप्रतिवाद, छलफल, विचार, विमर्शका कुरामा निरन्तरता भइरह्यो भने नेतृत्वमा आफैँमा बलियो हुन्छ नै । अहिले सरकारले के गरिरहेको छ भन्ने कुरा कसैलाई पनि थाह हुँदैन । वीरेन्द्रनगरभित्रै रहेका नागरिक अगुवा, पत्रकार, कानुन व्यवसायीहरूलाई नै थाह हुँदैन कि सरकारले के गरिरहेको छ । आफू बलियो हुनका निमित्त नेतृत्वमा बर्गले आफैँ निर्णय लिन सक्नुपर्छ । होइन भने सरकार एक्लो बन्छ र जितिसुकै राम्रो गर्छु भने पनि त्यो अधुरो हुन्छ । लोकतन्त्रको सबल पक्ष पनि यो हो । ६ वर्षको अवधिमा तीन वटा मुख्यमन्त्री भए, अर्को प्रदेशलाई त मन्त्री उत्पादनको कारखाना पनि भन्न थालियो । कर्णाली प्रदेशभित्रको र राजनीतिक रङ्गमञ्चलाई चाहिँ कसरी हेरिरहनुभएको छ ? कर्णालीबाट असाध्यै नराम्रो राजनीतिक प्रवृत्तिको सुरुवात भएको छ । लोकतन्त्रमा त बहुमतको शासन पद्धति हुनुपर्ने हो नि तर कर्णालीमा त्यसो भइरहेको छैन । व्यक्तिगत स्वार्थमा लागी सत्ताबाट हात धुने, आफू पनि परिवर्तन हुने र, जसरी लाभ प्राप्त हुन्छ त्यसरी गर्ने भन्ने अभ्यासहरू देखिए । बहुमतको शासन हुनु पर्छ । कर्णालीमा सुरुका दिनदेखि अहिलेसम्म हेर्दा सन्तुष्टि लिने वातावरण मिलेको देखिएन । ठुलो पार्टीले साना पार्टीलाई समेटेर लिनुपर्नेमा यहाँ साना पार्टीले नेतृत्व लिने र ठुला पार्टी पछाडि बसेर काम गर्नुपर्ने स्थिति छ । यसले पद्धतिमा न राम्रो सोचको विकास गर्छ न परिवर्तन नै । अर्को सङ्घीयता निकै खर्चालु पनि भएको छ । कुनै पनि स्रोत नभईकन विदेशी सहयोगको आधारमा मात्रै खर्च गर्ने परिपाटीले मुलुकलाई कङ्काल बनाइरहेको छ । प्रदेशमा समानुपातिक सदस्यहरू आवश्यक पनि छैन । आआफ्ना मान्छेहरू मनोनीत गर्नमा मात्रै समानुपातिक प्रणालीको विकास गरिएको हो कि भन्ने अनुमान गरिन्छ । त्यसैले अहिले जति कमीकमजोरी छन् यी कुरालाई प्रदेश सरकारले केक्सन गर्न सकेन भने सङ्घीयता धराशायी हुन्छ । साभार : रातोपाटी

सुरक्षित रहौं रोकथाम गरी नियन्त्रण गरौं

डेङ्गी

डेङ्गी रोग डेङ्गी भाइरसबाट संक्रमित एडिज जातको लामखुटेको टोकाईबाट मात्र सँदेख ।

थोरै मात्र पानी जम्मा भएको भाँडामा पनि यो लामखुटेले कुल पाईन्छ र यसको वृद्धि विकास हुन्छ ।

डेङ्गीको लक्षणहरू उच्च ज्वरो आउनु, जोर्नी र मांसपेशीहरू, आँखाको गैदी र टाउको बेस्सरी दुख्नु, शरीरमा रातो बिमिराहरू आउनु, दाकवाकी लाग्नु वा चान्ता हुनु आदी हुन् ।

डेङ्गीबाट बच्ने उपायहरू

एडिज जातको लामखुटेले दिनको समयमा टोक्दछ । त्यसमाथि पनि बिहान र साँझको समयमा टोक्ने सम्भावना बढी भएकोले सो समयमा थप सचेत हुने ।

आफ्नो घर वरिपरि, कार्यस्थल र सार्वजनिक ठाउँहरूमा पानी जम्मा नदिने । पानी राख्ने भाँडालाई लामखुटे नछिर्ने गरि राम्ररी छोपेर राख्ने ।

दिउँसो पनि लामखुटे भगाउने घुसु बाल्ने र लामखुटेको टोकाईबाट बच्ने मलमल लगाउने ।

घरको ड्र्याल ढोकामा लामखुटे नछिर्ने जाली हाल्ने ।

बिहान, दिउँसो, राती जुनसुकै बेला भुल लगाएर मात्र सुत्ने ।

घुँसे शरिर ढाक्ने लुगा लगाउने ।

लामखुटेले फुल पार्न सक्ने संभावित घर भित्र र वरिपरिका पानी जमेको ठाउँहरू र पानी राख्ने भाँडाहरू खोजी खोजी सफा गरी र लामखुटेको फुल नष्ट गरी ।



जलेश्वर नगरपालिकाको कार्यालय, महोतरी

प्रकाशक तथा सम्पादक : पवन कुमार साह, सह-सम्पादक : सोनी साह, मुद्रक : राजर्षि जनक अफसेट प्रिन्टर्स जनकपुरधाम

प्र.कार्यालय : जलेश्वर -४, सुगा भवानीपट्टि, सम्पर्क कार्यालय : जनकपुरधाम-४ (मुरलीचौक), विज्ञापनको लागि सम्पर्क : ९८४४०२७९७९/९८२४८७७६२७

Email: jaleshwortoday@gmail.com, web: www.jaleshwortoday.com, www.facebook.com/JaleshworToday, twitter.com/JaleshworToday