bhanjyangnews.com

वि.सं. २०३९ सालदेखि निरन्तर प्रकाशित

भञ्ज्याङ

राष्ट्रिय दैनिक

यो ठाउँ नियमित विज्ञापनका लागि खाली छ ।

सम्पर्क : ०६५-५६०९०७

Email : bhanjyangdml@gmail.com

वर्ष ३९ अंक १३५ | २०७७ भदौ २६ गते शुक्रबार, नेपाल सम्वत् ११४० September 11, 2020 | पृष्ठ ४ | मूल्य : रू. ५/-

तनहुँका २१ जना होम आइसोलेशनमा

३१३ जना कोरोना संक्रमित मध्ये २२४ जना निको भए, ८९ जना सक्रिय संक्रमित

♦ **भञ्ज्याङ समाचारदाता** (दमौली)

तनहुँका विभिन्न पालिकामा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएका व्यक्तिहरू होम आइसोलेशनमा बस्दै आएका छन् । जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय तनहुँले विहीबार सार्वजनिक गरेको विवरणमा २१ जना सक्रिय संक्रमित अहिले होम आइसोलेसनमा बस्दै आएका छन्। भानु नगरपालिकामा ३ महिला र १२ पुरूष गरी १५ जना, देवघाट गाउँपालिकामा ३ महिला र ३ पुरूष गरी ६ जना होम आइसोलेशनमा बस्दै आएको जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय तनहुँका प्रमुख शंकरबाबु अधिकारीले बताए।

'भानु नगरपालिकाका संक्रमितहरू १४ दिन जिपि कोइराला राष्ट्रिय श्वासप्रश्वास उपचार केन्द्रको आइसोलेशनमा बसेका तर, उनिहरूको रिपोर्ट पोजेटिभ नै आएपछि सम्बन्धित वडा कार्यालयको रोहवरमा र घर परिवारको सहमतिमा कागज गराएर होम आइसोलेसनमा बस्नुपर्ने सर्त सहित पठाईएको हो', प्रमुख अधिकारीले भने, 'देवघाटका संक्रमित व्यक्तिहरू सुरूदेखिनै होम आइसोलेसनमा बस्दै आउनु भएको छ। होम आइसोलेसनमा बस्नेहरूको स्वास्थ्य अवस्था तथा घरपरिवारको वातावरण के कस्तो छ भन्न विषयमा सम्बन्धित वडा कार्यालयका प्रतिनिधि, स्वास्थ्यकर्मीहरूले अनुगमन गर्ने व्यवस्था गरिएको छ।'

कोरोना संक्रमितको संख्या दिनानुदिन बढिरहेकाले सिमित स्रोतसाधनका कारण अस्पतालहरूले बिरामीको भार थेग्न नसक्ने अवस्था सिर्जना हुँदै छ । साथै, लक्षणसहितका संक्रमित देखिन थालेकाले लक्षण नदेखिएका वा सामान्य लक्षण देखिएका संक्रमितलाई होम आइसोलेसनमा बस्न सरकारले अनुमति दिएको छ ।

सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्था र चिकित्सकलाई स्वास्थ्य अवस्थाको दैनिक जानकारी दिएर इच्छुक संक्रमित आफ्नै घरको आइसोलेसनमा बस्ने व्यवस्था

गरिएको स्वास्थ्य प्रमुख अधिकारीले बताए । 'संक्रमितले प्रयोग गरेका भाँडाकुँडा, कपडा या अन्य वस्तु आफैँले सफा गरेर घाममा सुकाएर मात्र पुनः प्रयोगमा ल्याउने लगायत अन्य सावधानी अपनाउनु पर्दछ', प्रमुख अधिकारीले भने, 'कोभिड परीक्षण गर्दा रिपोर्ट पोजेटिभ देखिएको, तर कुनै लक्षण नदेखिएका बिरामी घरमै बस्ने अवस्था भएमा मात्र होम आइसोलेसनमा बस्ने व्यवस्था गरिएको छ । तर, गम्भीर किसिमको लक्षण देखिएका संक्रमितलाई भने होम आइसोलेसनमा राख्दैनौ ।'

अस्पतालको भिडभाडबाट टाढा बस्न पाउने, थप संक्रमण बढ्नबाट जोगिने, स्वस्थ खानपान र बसोवासको व्यवस्था हुने, स्वच्छ वा छुट्टै शौचालय प्रयोग गर्न पाउने, सरसफाइमा ध्यान दिन सक्ने हुँदा लक्षण नदेखिएका वा सामान्य स्वास्थ्य अवस्था भएका व्यक्तिका लागि होम आइसोलेसन उपयुक्त देखिएको अधिकारीले बताए । स्वास्थ्य संस्थामा उचित खानपान, बसोवास, स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध नभएकाले इच्छुक व्यक्ति तथा घरमा सुरक्षित बस्ने सक्ने अवस्था भएका व्यक्तिहरूलाई होम आइसोलेसनमा राख्न थालिएको छ ।

तनहुँमा थप ४ जनामा संक्रमण पुष्टि

तनहुँमा बिहीबार ४ जनामा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएको छ। क्षयरोग उपचार केन्द्र पोखरामा गरिएको परीक्षणमा भीमादका तीन जना पुरूष र पोखरा स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानमा गरिएको परीक्षणमा शुक्लागण्डकी नगरपालिकाकी एक महिलामा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएको हो। स्वास्थ्य निर्देशनालयले सार्वजनिक गरेको विवरण अनुसार भीमाद नगरपालिका-१ का २८, २२ र २२ वर्षीय पुरूष, शुक्लागण्डकी नगरपालिका-६ की ३० वर्षीया महिलामा संक्रमण पुष्टि भएको हो।

शुक्लागण्डकीमा संक्रमण पुष्टि भएकी महिला फलफूल व्यवसायी रहेको शुक्लागण्डकी स्वास्थ्य शाखाले जनाएको छ । केहिदिन अघि ज्वरो आएपछि उनी खैरेनी माविको सटर लाइनमा रहेको कालिका मेडिकलमा जाँच गर्न पुगेकी थिइन् । ज्वरो निको नभएपछि मेडिकलले गण्डकी अस्पताल पोखरा रेफर गरेको थियो । त्यहाँ उनको स्वाब परीक्षण गर्दा कोरोना पोजेटिभ देखिएको शाखा प्रमुख अजय श्रीवास्तवले जानकारी दिए ।

उनका अनुसार महिलामा संक्रमण पुष्टि भएपछि कालिका मेडिकलसहित ३८ वटा सटर सिल गरिएको छ । संक्रमित महिलालाई पोखरामै आइसोलेसनमा राखिएको छ । उनको कन्ट्र्याक ट्रेसिङ गरेर सकिएको छ । कन्ट्र्याक ट्रेसिङमा परेका ३७, होम क्वारेन्टाइनका २३, पञ्चमुनी क्वारेन्टाइनका ७ गरी ६७ जनाको

बाँकी तेश्रो पेजमा

पञ्चमुनिदेवले अनलाइन कक्षा सञ्चालन गर्ने

♦ **भञ्ज्याङ समाचारदाता** (दमौली)

तनहुँको शुक्लागण्डकी नगरपालिका-४ स्थित पञ्चमुनिदेव माध्यमिक विद्यालयले अनलाइन कक्षा सञ्चालन गर्ने भएको छ । कोरोना संक्रमण त्रासका कारण करिब छ महिनादेखि विद्यालय पूर्ण रूपमा बन्द हुँदा बालबालिकाको सिकाईमा प्रभाव परेको भन्दै विद्यालयले अनलाइन कक्षा सञ्चालन ल्याउने तयारी गरेको हो ।

विद्यालयका प्रधानाध्यापक ध्रुवकुमार मल्लले विहीबार एक सूचना जारी गरी विद्यालयमा अध्ययनरत सम्पूर्ण विद्यार्थी बाबुनानीहरूको अध्ययन कार्य लामो समयदेखि रोकिएको अबगत गराउदै यस्तो कठिन अवस्थामा विद्यार्थीहरु र शिक्षकहरूको भौतिक उपस्थितिमा कक्षा संचालन हुन नसक्ने बताएका छन् ।

कोरोना संक्रमण तत्काल रोकिने अवस्था पनि देखिएको र यो अवस्था कति समय लम्बिने हो त्यो पनि निश्चित नभएको हुँदा राज्यले वैकल्पिक शिक्षाका माध्यमबाट विद्यार्थीहरुको शैक्षिकसत्र खेर जान नदिन शिक्षणका विभिन्न विकल्पहरु प्रस्तुत गरेकाले सोही विकल्पहरूको प्रयोग गरी सिकाईलाई निरन्तरता दिने तयारी गरेको प्रधानाध्यापक मल्लले बताएका छन् ।

विद्यालयले असोज १ गतेदेखि कक्षा नर्सरीबाट कक्षा १२ सम्म अनलाइन कक्षा सन्चालन गर्ने तयारी गरेको विद्यालयका शिक्षक एवं सूचना अधिकारी लक्ष्मण पुरीले बताए । अनलाइन कक्षासँग जोडिन असमर्थ विद्यार्थीहरूको लागि विभिन्न टिभी च्यानल, रेडियो (एफएम) हेरेर वा सुनेर र

बाँकी तेश्रो पेजमा

वैकल्पिक प्रणाली मूलधारमा : सिकाइ सहजीकरणका लागि नयाँ निर्देशिका

♦ **प्रकाश सिलवाल** (काठमाडौं)

सरकारले वैकल्पिक प्रणालीको सिकाइलाई शैक्षिकसत्रमा गणना गराउने गरी नयाँ 'विद्यार्थी सिकाइ सहजीकरण निर्देशिका २०७७' जारी गरेको छ । कोरोना महामारीको जोखिम बढिरहेकाले विद्यालय खुल्न नसकेको स्थिति र अन्य प्राकृति विपत्तिमा पनि यस प्रकारको वैकल्पिक सिकाइलाई मान्यता दिने गरी निर्देशिका जारी भएको हो । यो निर्देशिकासँगै चालू शैक्षिकसत्रमा विद्यार्थी अभिलेखीकरण (भर्ना), तथ्याङ्क संकलन, निजी विद्यालयमा स्थानीय तहले तोकेबमोजिमको शुल्क लिन, पाठ्यभार संकुचन गरी मूल्याङ्कनको विधि लागू गर्न स्थानीय तह र सम्बन्धित विद्यालयलाई सहज हुनेछ । शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधिमन्त्री गिरिराजमणि पोखरेलले यही भदौ १९ गते स्वीकृत गर्नुभएको नयाँ निर्देशिका मन्त्रालयले आज सार्वजनिक गरेको हो । यसअघि गत जेठ १८ गते 'वैकल्पिक प्रणालीबाट विद्यार्थीको सिकाइ सहजीकरण निर्देशिका, २०७७' जारी भई गत असार १ गतेदेखि वैकल्पिक प्रणालीको सिकाइ अनिवार्य कार्यान्वयन गरिएको थियो।

नयाँ निर्देशिकाले जेठ १८ को निर्देशिका खारेज गरेको छ तर त्यसअनुसार भएका काम नयाँ निर्देशिकाअनुसार भएको मानिने जनाएको छ । पुरानो निर्देशिका स्वास्थ्य जोखिम कम भएमा विद्यालय खोल्न सक्ने विश्लेषणका आधारमा तर्जुमा गरिएकामा नयाँ निर्देशिकाले सम्भव भएका ठाउँमा प्रत्यक्ष साक्षात्कार सिकाइ र असम्भव हुने ठाउँमा वैकल्पिक प्रणालीलाई निरन्तरता दिन सकिने आधार दिएको छ । जोखिम कम भएका ठाउँमा शिक्षक विद्यार्थी साक्षात्कार हुनका लागि पनि स्वास्थ्य सुरक्षा मापदण्डको पालनासहित स्थानीय प्रशासन र स्थानीय सरकारको समन्वय आवश्यक पर्नेछ ।

विषम स्थितिमा पनि विद्यार्थीको पढ्न पाउने अधिकार

बाँकी तेश्रो पेजमा

श्री व्यास दिव्य ज्योति बोर्डिङ्ग स्कूलको

नयाँ विद्यार्थी भर्ना सम्बन्धी सूचना

श्री व्यास दिव्य ज्योति बोर्डिङ्ग स्कूल दमौली, तनहुँले

वैकल्पिक विधिको प्रयोग (अनलाइन कक्षा) र भौतिक दूरी कायम राखी पढाई शुरू गर्ने लक्ष्य अनुरुप आगामि २०७७ भाद्र २९ गते (सोमवार) देखि निम्न मिति र समय तालिका बमोजिम विभिन्न कक्षाहरूमा **नयाँ विद्यार्थीहरुको** भर्ना लिईंदैछ ।

मिति	समय	कक्षा
२०७७ भाद्र २९ गते (सोमवार)	बिहान ८ बजेदेखि १ बजेसम्म	१
२०७७ भाद्र ३० गते (मंगलवार)	बिहान ८ बजेदेखि ११ बजेसम्म	२
	बिहान १० बजेदेखि १ बजेसम्म	३
२०७७ भाद्र ३१ गते (बुधवार)	बिहान ८ बजेदेखि १ बजेसम्म	४, ५, ६
२०७७ असोज १ गते (बुधवार)	बिहान ८ बजेदेखि १ बजेसम्म	७, ८, ९

भर्नाका लागि सम्बन्धित विद्यार्थीको मार्कशीट, ग्रेडशीट र स्थानान्तरण प्रमाण-पत्र अनिवार्य रूपले बुझाउनु पर्नेछ ।

- **विद्यालय प्रशासन**

सम्पादकीय..........

थल परे व्यवसाय

कोरोना कहरको चपेटाले सबै क्षेत्र प्रभावित छन् । कोरोना त्रासका कारण विगत करिब सात महिनादेखि नेपालीको जनजीवन पनि प्रभावित हुँदै आएको छ । अन्य क्षेत्र जस्तै पर्यटन र होटल क्षेत्र पनि थल परेको छ । पर्यटन र होटल क्षेत्रको अवस्था दयनीय भएको छ । होटल व्यवसाय, पर्यटन क्षेत्र कोरोना कहरका कारण नराम्रोसंग थल परेका छन् । भाइरस संक्रमण जोखिम न्यूनीकरणका लागि गरिएको बन्दाबन्दीले तनहुँ जिल्लामा सञ्चालित होटलहरूको करिब तीन अर्ब रूपैयाँ भन्दा बढि लगानी जोखिममा परेको व्यवसायीहरूले बताउँन थालेका छन् । कोभिड–१९ बाट तनहुँ पनि प्रभावित भएको र यसले होटल व्यवसायमा गरिएको तीन अर्ब बन्द बढि लगानी जोखिममा पर्नुका साथै होटल क्षेत्रमा आवद्ध करिब ८ हजार भन्दा बढि मजदुर तथा कर्मचारीहरूको रोजगारी गुम्ने खतरा बढेको छ । आर्थिक स्रोतको रूपमा रहेका व्यवसाय बन्द हुँदा जिल्लाभित्र सञ्चालित एक हजारभन्दा बढी होटल व्यवसायीको लगानी धारासायी बन्नुका साथै होटलसंग आश्रित २५ हजार जनाको दैनिकी अब कसरी चलाउने भन्ने समस्या आएको छ । होटल तथा पर्यटन क्षेत्र मात्र होइन अहिले व्यापार व्यवसाय, उद्योग, कलकारखाना, विकास निर्माणका काम तथा शैक्षिक क्षेत्रको अवस्था पनि दयनीय छ । घर भाडामा लिएर व्यवसाय गर्दै आएका व्यवसायिहरू अब भाडा कसरी तिर्ने भन्ने समस्या आइलागेको छ । व्यवसायिहरूले बन्दाबन्दी अवधिभरको घरभाडा पूर्ण रूपमा छुट र संक्रमणकाल रहुञ्जेलसम्मका लागि ५० प्रतिशत छुटको व्यवस्था गर्नुपर्ने, घरधनीहरूलाई समेत राहत पुग्ने गरी घरधनीहरूको बैंकको कर्जा भुक्तानी समयावधि थप गर्नुका साथै उनीहरूले तिर्ने घरबहाल कर र बैंकको ब्याज छुट तथा अन्य कर छुट गर्न स्थानीय तहसँगको समन्वयनमा विशेष राहत कोषमार्फत सम्बोधन गरिनुपर्ने होटल व्यवसायीहरूले माग गरेपनि त्यो हुन सकेको छैन।

बन्दाबन्दी खुल्नासाथ पहिलेको अवस्थामा जस्तै होटल व्यवसाय चल्न सक्ने अवस्था पनि छैन । बिजुली, पानीको महशुलमा छुट, राहत स्वरूप एक वर्षको व्यवसाय कर तथा अन्य सबै प्रकारका राजश्व छुट, बैंक तथा सहकारी संस्थाहरूबाट लिएको ऋणको समयावधि कम्तिमा दुई वर्ष थप गर्नुपर्ने तथा व्यवसायीहरूको ब्याज, किस्ता, व्यवसाय चलेको ६ महिनापछि मात्र शुरू गर्ने व्यवस्था मिलाउन होटल व्यवसायीहरूले आवाज उठाउँदै आएका छन् । भाइरस संक्रमणको त्रास कहिले अन्त्य हुन्छ अहिले यसै भन्न सकिने अवस्था छैन । तर, पनि आम नागरिकको जनजीवन सहज बनाउने भन्दै बन्दाबन्दीलाई सरकारले केही खुकुलो बनाएको छ । बन्दाबन्दी खुकुलो भएसंगै मुलुकमा संक्रमितको संख्या दैनिक बढ्दै गएको छ । लकडाउन खुकुलो बनाउँदा नागरिकहरूले पनि आवश्यक स्वास्थ्य सावधानिमा लापरवाही गर्दा समुदायमा संक्रमण देखिदै गएको छ । एकातिर संक्रमणको त्रास अर्को तर्फ बन्दाबन्दीको समयसिमा बढ्दै जाँदा सबै क्षेत्र प्रभावित भएको छ । सरकारले करिब चार महिना लामो लकडाउन हटाएपनि समुदायस्तरमा संक्रमण देखिन थालेपछि स्थानीय पालिकाहरूले कतै लकडाउन, कर्त निषेधाज्ञा गरेका छन् । मानिसहरू सहज रूपमा आवतजावत गर्न सकेका छैनन् । जस्ले गर्दा व्यवपार व्यवसाय खुल्ला भएका ठाउँमा पनि व्यपारा व्यवसाय भएको छैन । पसल खुल्ला गरी व्यवसायीहरू बसेपनि ग्राहकहरू आएको देखिदैन । सहज रूपमा सार्वजनिक यातायात सञ्चालन नभएसम्म कुनै पनि क्षेत्र सहज रूपमा सञ्चालन हुन सक्ने अवस्था छैन । भाइरस संक्रमण जोखिम कायमै भएको हुँदा हामी सबैले आ–आफ्नो ठाउँबाट जिम्मेवार भएर स्वास्थ्य सावधानी अपनाउँदै अगाडि बढ्न सकियो भने हाम्रो दैनिकीलाई पनि सहज बनाउन सकिने अवस्था भएको हुँदा त्यस तर्फ पनि ध्यान दिनुपर्ने देखिन्छ ।

इ.नं. १४३/०७३/७४ ला.नं. ६२/०७४/७५
जि.प्र.का.द.नं. २९२१/०७३/७४
पान नं. ६०५६१८१२७
छिम्केश्वरी सामुदायिक विकास तथा सञ्चार केन्द्र तनहुँ द्वारा सञ्चालित
फोन नं. ०६५-५८०४००
रेडियो छिम्केश्वरी
१०६.२ मेगाहर्ज
स्टुडियो: बन्दिपुर-१, चिसापानी डुम्रे, तनहुँ
प्रशारण केन्द्र: भानु-१, नयाँबस्ती, तनहुँ
Gmail: radiochhimkeshwori@gmail.com
Web: www.radiochhimkeshwori.com.np

ला.नं. ६९/०७५/७६ इ.नं. १०१३/०७४/७५ पान नं. ६०६८७३११०
छिम्केश्वरी मिडिया हाउसद्वारा सञ्चालित
POWER FM 95.6 Get Set Power!
Power fm
95.6 MHz
स्टुडियो: बन्दिपुर-१, चिसापानी डुम्रे, तनहुँ
प्रशारण केन्द्र: बन्दिपुर-४, शिलथोक, तनहुँ
फोन नं. ०६५-५८०५००
Gmail: powerfm95.6@gmail.com
Web: www.powerfm.com.np

तनहुँ जिल्लाका महत्वपूर्ण टेलिफोन

जिल्ला प्रशासन कार्यालय - ५६०१३३	एम्वुलेन्स व्यास न. हस्पिटल : ९८४६१३१०२६
जिल्ला समन्वय समिति - ५६०१७४	थर्पु हे.पो. एम्बुलेन्स - ९८४६४०२९९४
जिल्ला प्रहरी कार्यालय -५६०१९९/१००	एम्बुलेन्स, आँवुखैरेनी - ९८४६७४६२२२,
व्यास नगरपालिका, दमौली - ५६०२३३	आँवु इमरजेन्सि एम्बुलेन्स ९८४६७४६२४४
नेपाल रेडक्रस सोसाइटी - ५६०१६९	नेपाल विद्युत प्राधिकरण(मर्मत)- ५६०१७६
दमौली अस्पताल, दमौली - ५६०२०३	नेपाल विद्युत प्रा.(सव स्टेशन) - ५६०१९२
रत्नहरी मे. अस्पताल, दमैली, - ५६०१०२	एम्वुलेन्स युवा क्लव भिमाद ९८१६११८१००
नेशनल एपोलो हस्पिटल - ५६१८११	टिकट काउण्टर (माइक्रो), ५६०९०६
एपोलो एम्बुलेन्स ९८४६४३५६११	नेपाली कांग्रेस तनहुँ - ५६०३७५
लक्ष्मी अस्पताल, डुम्रे - ५८०००७	नेकपा तनहुँ - ५६०१३४
जीपी कोइराला रा.स्व.प्र.उ.के. ५७०४५५	आ.क.भा.भ.क्याम्पस, दमौली - ५६००९६
व्यास नगर हस्पिटल : ५६१८१२	भानुभक्त क्याम्पस, खैरेनीटार- ५७०२४०

सोचेझैं छैन कोरोना, के हो यथार्थ ?

♦ डा. शेरबहादुर पुन

यो अहिलेको सबभन्दा विवादित विषय हो । कतिले यसमा पुँजीवादी र विश्व स्वास्थ्य संगठनको षड्यन्त्र छ भनेर शंका पनि गर्न थाले । यस्तो भ्रम प्राय: सामाजिक सञ्जालमा तीव्र फैलिरहेको छ ।

एक जना परिचितले कोरोना लागेपछि आफ्नो अनुभव सुनाउँदै भने, 'ओहो कोरोना संक्रमित भएर आइसियूसम्म पुगेर बाँचियो। यसलाई सामान्य सोचेर बेवास्ता नगरौं ।' फेरि अर्का संक्रमित पुरूषको भने अनुभव बेग्लै छ। उनले सुनाउँदै भने, 'कोरोना संक्रमण हुँदैमा खासै डराउनु पर्दैन। रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउने खानेकुरा खाए आफैं ठीक भएर जान्छ।'

यस्तै सामाजिक सञ्जालमा एक जनाले 'कोरोना भन्ने नै छैन, यो खाली हल्ला मात्र हो' भनेर पनि लेखे ।

माथि उल्लेखित फरक फरक धारणा अहिले धेरैले पढेका, सुनेका वा देखेका होलान् । सरसर्ती हेर्दा कोरोनाको बारेमा जसले जसरी भोगे वा भोगेका छैनन् त्यसरी नै आ–आफ्ना धारणा बनाइरहेको पाइन्छ। अर्थात् नेपालमा कोरोना संक्रमणलाई माथि उल्लेख गरेझैं तीन तरिकाले बुझ्ने गरिएको छ।यसलाई बुझ्न मत पनि सोही अनुसार बाझिएको पाइन्छ।

पहिलोपटक नेपालमा कोरोना भारइसको संक्रमण गत माघमा पुष्टि भएको थियो। कोरोनाको उद्गमस्थल मानिएको चीनको वुहानबाट आएका एक जनामा संक्रमण पुष्टि भएको थियो। सोही समयमा चीनको वुहानमा हजारौंको मृत्यु र लाखौ संक्रमित हुने क्रम जारी थियो।

त्यहाँ भयावह अवस्था देखिनु र सञ्चार माध्यमहरूमा व्यापक प्रचार हुँदा नेपालमा पनि यसको डर विस्तारै बढ्दै थियो । जब इटालीले कोरोनाले ठूलो मानवीय क्षति व्यहोर्‍यो, त्यसपछि नेपालीबीच थप त्रास सृजना हुनथाल्यो।

सो समयमा चीनबाट फर्केका भन्नेबित्तिकै जो कोहीप्रति कोरोनाको शंका गर्ने र विस्तारै दूरी बढाउने र तिरस्कार गर्ने जस्ता काम भए। त्यो बेला नेपालमा कोरोनाको थप संक्रमित नभए पनि इटाली, स्पेन, फ्रान्स,बेलायत आदि युरोपेली देशहरूमा कोरोनाको भयावह स्थिति हुँदै जाँदा नेपालमा पनि त्रास बढ्न थालेको थियो। तर कोरोनाको दोस्रो केस देखिनेबित्तिकै लकडाउन सुरु भयो ।

सायद यो अवस्थासम्म आइपुग्दा माथि उल्लेख गरेझैं नेपालमा त्रास अत्यधिक बढी सकेको थियो, फलस्वरूप अकस्मात् लकडाउन सुरु गरियो । यो लकडाउनलाई झन्डै तीन महिनाको हाराहारीसम्म निरन्तरता दिइयो। योबीच खासै कोरोनाको केस देखिएन । मानिसहरूमा एक प्रकारको राहत महशुस भएको थियो। नेपालीमा कोरोनाको भय केही हदसम्म कम भएको पनि देखिन्थ्यो। तर अप्रत्याशित रूपमा भारतबाट आउनेहरूको चाप र उनीहरूमा गरिएको परीक्षणले कोरोना संक्रमित देखिन सुरु भयो। उनीहरु संक्रमित भए पनि अधिकांशमा लक्षण थिएन । यो विश्वको लागि नै अलि फरक प्रकृतिको कोरोना थियो जसलाई 'साइलेन्ट कोरोना भाइरस' को नाम दिइएको थियो।

त्यतिन्जेल नेपालमा जति विश्वमा नै त्यति ठूलो संख्यामा लक्षणविहीन कोरोना भाइरसको बारेमा वर्णन र कुनै तथ्य सार्वजनिक भएको थिएन ।

नेपालमा भने कोरोना भाइरस विदेशमा देखिएजस्तो भयावह रहेनछ भनिन थालियो। यी लक्षणविहीन संक्रमितहरूबाट कोरोना भनेको खासै डराउनु नपर्ने रहेछ भन्ने सन्देश जान थाल्यो । योभन्दा अगाडि नेपालीमा देखिएको त्रासमा धेरै हदसम्म कमी आउन थाल्यो। भारतबाट भित्रिने नेपालीको संख्या बढ्दै जाँदा संक्रमितको संख्याको ग्राफ उकालो लाग्यो भने।

फेरि आउनेहरूको चाप कमी भएसँगै संक्रमितको ग्राफ पनि क्रमश: घट्दै गयो। संक्रमितहरु अधिकांशमा लक्षणहरु नदेखिनु, मानवीय क्षति नगन्य देखिनु, संक्रमितको ग्राफ कम हुँदै जानु र संक्रमितहरु नाचगान गर्दै आइसोलेसनबाट डिस्चार्ज भएको दृश्यले संक्रमितहरु स्वयं र नागरिकहरूमा कोरोना खासै सोचेजस्तो डरलाग्दो होइन रहेछ भन्ने सन्देश गएको प्रष्ट देखिन्थ्यो।

यसैबीच नेपाल सरकारले अचानक लकडाउन अन्त्यको घोषणा गर्‍यो । कोरोना केही होइन रहेछ भन्ने मनोवैज्ञानिक प्रभाव परिरहेको अवस्थामा अचानक लकडाउन खोलिँदा मानिसहरु जनस्वास्थका मापदण्डको वास्ता नगरी बाहिर हुलमुलमा जाने गरेको देखियो। जसले गर्दा कोरोनाको जोखिम बढ्दै गयो । काठमाडौंलगायत नेपालका ठूला सहरहरूमा मानिसहरूको धैरै आवतजावत हुँदा जोखिम बढ्दै गएको हो ।

जस्तै: वीरगञ्जमा पनि संक्रमण बढ्दै गयो। केस मात्र बढेन लक्षणसहितका संक्रमितहरु देखिन थाले। यसरी लक्षण सहितका संक्रमित बढ्दै जाँदा मृत्यु पनि बढ्दै गयो। विस्तारै संक्रमितहरूलाई आइसियूको अभाव हुन थाल्यो । उक्त समयमा भने संक्रमितहरूको अनुभव अघिल्लो समयको संक्रमितहरूको जस्तो थिएन। विस्तारै संक्रमितहरूले कोरोना भनेको घातक रोग रहेछ, यदि समयमा सतर्कता नअपनाए मृत्यु समेत हुनसक्छ भनेर भन्न थाले । काठमाडौंमा पनि 'हटस्पट' भनिएका ठाउँलगायत भारतबाट समेत मानिसहरूको आगमन हुँदा जोखिम ह्वात्तै बढ्यो ।

सुरुमा काठमाडौं बाहिरबाट आउनेहरूमा देखिने गरेको कोरोना विस्तारै स्थानीयमा पनि देखिन सुरु भयो । यहाँ पनि लक्षण सहितका संक्रमित देखिएको र आइसियू भरिँदा कोरोनालाई सामान्य नठान्न भनिन थालियो। यस्तो सन्देश वा चेतावनी स्वयं स्वास्थ्य मत्रालयले समेत दिन थाल्यो। चिकित्सकहरूले आफैं पनि सघन उपचारमा पर्दा कोरोनालाई बेवास्ता नगर्न सुझाव दिन थाले । जनस्वास्थ विज्ञहरूले नेपालमा पर्याप्त भेन्टिलेटर सहितको आइसियूको अभाव रहेको र यसको लागि आवश्यक थप पहल गर्न सुझाव दिन थाले।

तर लामो समयको लकडाउनको कारणले मानिसमा आर्थिक, सामाजिक तथा मानसिक तनाब बढ्दै गयो । संक्रमित भएर कडा लक्षणको अनुभव गरेका, लक्षणविहीन र सामान्य लक्षण मात्र देखिएका संक्रमितबीच कोरोनाको बुझाइ बाझिन थाल्यो। यो अहिलेको सबभन्दा विवादित विषय हो। कतिले यसमा पुँजीवादी र विश्व स्वास्थ्य संगठनको षडयन्त्र छ भनेर शंका पनि गर्न थाले।

यस्तो भ्रम प्राय: सामाजिक सञ्जालमा तीव्र फैलिरहेको छ। जसले गर्दा मानिसमा जनस्वास्थका मापदण्ड लागू गराउनका लागि थप चुनौती खडा भएको देखिन्छ। र यस्तो भ्रम चिर्न भरपुर काम पनि भएको देखिँदैन। विश्व स्वास्थ संगठनको प्रतिवेदन अनुसार लगभग ८० प्रतिशत संक्रमितमा कोरोनाको लक्षण सामान्य देखिने गर्दछ । १४ प्रतिशतमा लक्षण कडा हुँदा उपचारको लागि अस्पताल भर्ना हुनुपर्ने र झन्डै ५ प्रतिशतलाई सघन उपचार कक्षको आवश्यकता पर्दछ। यसलाई हेर्दा ८० प्रतिशत संक्रमितले यो सामान्य भाइरस रहेछ भनेर बुझ्नेछ र १४ प्रतिशत संक्रमितले बेवास्ता नगर्न सल्लाह दिनेछ भने झन्डै ४ प्रतिशत संक्रमितले यो निकै डरलाग्दो र प्राणघातक रोग हो भन्ने छन् ।

नेपालमा भने कोरोना देखिएको सुरूआती समयमा ९९ प्रतिशतभन्दा बढी संक्रमितहरूमा लक्षण नदेखिँदा र औषधि पनि खासै दिनु नपर्दा यो भाइरसप्रति बेवास्ता गरेको पाइन्छ। तर पछिल्लो समयमा आइसियूमा सघन उपचार आवश्यक पर्ने संक्रमितहरूको संख्या बढ्दै जाँदा र मृत्यु हुनेहरूको संख्या पनि तुलनात्मक रूपमा बढेकोले समाजमा कोरोनाको त्रास बढ्दै गएको देखिन्छ। कोरोना संक्रमण भई नसकेको वा संक्रमण भैसकेर पनि थाहा नपाएका अर्को समूहले भने कोरोना भन्ने भाइरस नै छैन भनेर सामाजिक सञ्जालमा व्यापक प्रचार गरेको पाइन्छ। यस्ता घटना प्राय: विदेशमा रहेकाहरूले बढी गर्ने गरेको पाइन्छ।

नेपाल र विश्वको तथ्यांक हेर्दा अधिकांश कोरोना संक्रमितमा लक्षण सामान्य वा लक्षणविहीन नै भएको पाहिन्छ। तसर्थ, संक्रमित हुँदैमा आत्तिनु पर्ने भने होइन। तर बेवास्था गर्नु पनि हुँदैन किनभने कसलाई कतिबेला संक्रमण गर्छ र कसमा अत्यधिक कडा रूप प्रस्तुत हुन्छ भनेर थाहा हुँदैन । *सा. सेतोपाटी डटकम*

(डा. पुन, संयोजक क्लिनिकल रिसर्च युनिट, शुक्रराज ट्रपिकल तथा सरूवा रोग अस्पताल)

तपाईंको आज

मेष (चु,चे,चो,ला,लि,लु,ले,लो,अ)
श्रमको उच्च मूल्यांकन हुनेछ। पहिलेको आम्दानी प्राप्त हुनाले उत्साह जाग्नेछ ।

वृष (इ,उ,ए,ओ,वा,वी,वू,बे,बो)
आत्तिने बानीले बोलीको गलत अर्थ लाग्न सक्छ । अरूको मुख ताक्ने बानीले काम अधुरो रहनेछ।

मिथुन (का,की,कू,घ,ङ,छ,के,को,हा)
छिटो फल प्राप्त गर्ने आकांक्षाले समस्या निम्त्याउनेछ । अरूका लागि बुद्धि र श्रम खर्चनुपर्ला ।

कर्कट (हि,हु,हे,हो,डा,डि,डु,डे,डो)
स्वास्थ्य कमजोर रहनाले औषधि–उपचारमा खर्च बढ्नेछ । यात्रा अलि कष्टपूर्ण हुनेछ ।

सिंह (मा,मो,मु,मे,मो,टा,टी,टु,टे)
रचनात्मक कामले मनग्य धन आर्जन हुनेछ । पहिलेको सफलताले थप हौसला जगाउनेछ ।

कन्य (टो,पा,पी,पू,ष,ण,ठ,पे,पो)
सामाजिक कार्यले हौसला प्रदान गर्नेछ । भूमि, वाहन र कर्मयोगबाट लाभ मिल्नेछ ।

तुला (रा,री,रू,रे,रो,ता,ती,तु,ते)
खर्च लागे पनि दिन मनोरञ्जनपूर्ण रहनेछ । केही विवादास्पद कामको जिम्मेवारी वहन गर्नुपर्ला ।

वृश्चिक (नो,ना,नी,नु,ने,नो,या,यी,यू)
आश्वासन बाँड्नेहरूले झुक्याउन सक्छन् । पहिलेका सम्झौता तोड्नुपर्ने परिस्थिति आउन सक्छ।

धनु (ये,यो,भा,भि,भु,धा,फा,ढ,भ)
अवसरका लागि केही दौडधुप गर्नुपर्नेछ । आकस्मिक खर्च बढ्नाले अर्थ अभाव देखापर्न सक्छ ।

मकर (भो,जा,जी,खी,खु,खे,खो,गा,गी)
चुनौतीभित्र अवसर खोज्ने समय छ । नतिजा कमजोर देखिनाले काम दोहोर्‍याउनुपर्ने हुनसक्छ ।

कुम्भ (गु,गा,गो,सा,सी,सू,से,सो,दा)
मिहिनेतीहरूका लागि समय निकै उत्साहजनक रहनेछ । प्रतिस्पर्धामा विजय प्राप्त हुनेछ ।

मीन (दि,दु,थ,झ,ञ,दे,दो,चा,ची)
बेलैमा योजना बनाएर काम थाल्दा राम्रो फाइदा हुनेछ । प्रतिस्पर्धीहरूले हार खानेछन् ।

मकैको थाक्रो : तनहुँको ऋषिङ गाउँपालिका-८ धारूङका एक किसानको घरमा थाक्रोमा राखिएको मकै । मकै नकुहियोस्, घुन, पुतली र मुसाले नोक्सान नगरोस भनि कृषकहरूले थाक्रो बनाएर मकै राख्ने गर्दछन् । *तस्बिर : सानेबहादुर नेपाली/रासस*

तनहुँका २१ जना होम ....

शुक्रबार विहान स्वाव संकलन गर्ने तयारी गरिएको स्वास्थ्य शाखाले जनाएको छ । योसंगै शुक्लागण्डकीमा संक्रमित संख्या २२ पुगेको छ । संक्रमितमध्ये १६ जना उपचारपछि निको भएर घर फर्किसकेका छन् ।

त्यस्तै, तनहुँमा हालसम्म ३१३ जनामा कोरोना भाइरस संक्रमण पुष्टि भएको छ । संक्रमित मध्ये २२४ जना निको भएर घर फर्किएका छन् भने ८९ जना सक्रिय संक्रमित जिल्लाका विभिन्न आइसोलेसन तथा होम आइसोलसनमा बस्दै आएका छन्। यस्तै, जिल्लामा कोरोना संक्रमणका कारण ३ जना महिलाको मृत्यु भएको छ ।

कसरी बस्ने होम आइसोलेसनमा ?

- होम आइसोलेसनमा बस्दा संक्रमितले परिवारका अन्य सदस्यमा संक्रमण फैलिन नदिन चिकित्सकको सल्लाहअनुसार निश्चित मापदण्ड पालना गर्नुपर्ने हुन्छ ।
- संक्रमित बस्ने कोठा पर्याप्त प्रकाश आउने र भेन्टिलेसन राम्रो भएको हुनुपर्छ । परिवारका अन्य सदस्यहरूबाट टाढा बस्नुपर्छ ।
- आइसोलेसन अवधिभर संक्रमितले घरबाट बाहिर निस्कनुहुँदैन । आवश्यक सामान अन्य व्यक्तिको सहयोगमा ल्याउन सकिन्छ । यो समयमा अन्य व्यक्तिसँग भेटघाट गर्नुहुँदैन ।
- खानपिनमा विशेष ख्याल राख्नुपर्छ । शरीरलाई सुक्खा हुन नदिन दैनिक प्रशस्त मात्रामा पानी खानुपर्छ । पोसिलो खाना खानुपर्छ।
- संक्रमितले प्रयोग गरेका भाँडाकुँडा, कपडा या अन्य वस्तु आफैँले सफा गरेर घाममा सुकाएर मात्र पुनः प्रयोगमा ल्याउनुपर्छ ।
- सकेसम्म संक्रमितले प्रयोग गर्ने शौचालय छुट्टै हुनुपर्छ । यदि अन्य सदस्यले पनि शौचालय प्रयोग गरेका संक्रमितले प्रयोग गरिसकेपछि डिसइन्फेक्ट अनिवार्य गर्नुपर्छ ।
- संक्रमितले प्रयोग गर्ने साबुन, ब्रसजस्ता सामान छुट्टै स्थानमा राख्नुपर्छ । संक्रमितले प्रयोगमा ल्याउने ढोका या ढोकाको ह्यान्डलहरु, चुकुलहरु नियमित डिसइन्फेक्ट गर्नुपर्छ ।
- संक्रमितको हेरचाह गर्ने व्यक्तिले नजिक जाँदा अनिवार्य रूपमा मास्कको प्रयोग गर्नुपर्छ । दीर्घरोगी, ६० वर्षभन्दा माथिका व्यक्ति, गर्भवती वा सुत्केरी महिलाबाट संक्रमित टाढा बस्नुपर्छ।
- दैनिक कम्तीमा तीनपटक ज्वरो नाप्नुपर्छ र परीक्षण गराएको स्वास्थ्य संस्थामा दैनिक दुईपटकसम्म आफ्नो स्वास्थ्य अवस्थाबारे जानकारी दिनुपर्छ ।
- होम आइसोलेसनमा रहँदा श्वासप्रश्वासमा समस्या आएमा, छाती दुखेमा, ओठ तथा अनुहार नीलो भएमा, बेहोस भएमा वा अन्य कुनै जटिल अवस्था भएमा तुरून्तै स्वास्थ्य संस्थाको सम्पर्कमा रहेर अस्पताल सर्नुपर्ने हुन्छ ।
- सामान्यतः कुनै पनि लक्षण नदेखिएका बिरामी १४ दिनसम्म होम आइसोलेसनमा बस्न सक्छन्। त्यसपछि स्वास्थ्य अवस्था सामान्य रहेमा पुरानै जीवनशैलीमा फर्किन सक्छन् । स्वास्थ्य अवस्था सामान्य भइसकेपछि इच्छुकले फेरि कोरोना चेकजाँच गर्न सक्छन् ।

पञ्चमुनिदेवले अनलाइन ....

विद्यालयले वितरण गरेको सिकाइ अभ्यास पुस्तकको सहायताले अध्ययन गर्न गराउन अनुरोध गरिएको पुरीले बताए ।

टिभी, रेडियो र सिकाइ अभ्यास पुस्तकको अध्ययन के कति र कसरी भएको छ त्यसको अनुगमनका लागि साप्ताहिक रूपमा विद्यालयले शिक्षकहरूलाई गाउँ, टोलमा परिचालित गर्ने विद्यालयले जनाएको छ । यही वैकल्पिक पठनपाठनका माध्यमबाट उपयुक्त समयमा उपयुक्त विधि अपनाइ परीक्षासमेत सन्चालन हुने र नतिजासमेत त्यसैको आधारमा निर्धारण गरिने भएकोले अभिभावकहरूले विषेश रेखदेख गर्नु, गराउनु हुन विद्यालयले अनुरोध गरेको छ ।

वैकल्पिक प्रणाली मूलधारमा ....

वञ्चित हुन हुँदैन भन्ने मान्यतालाई आत्मसात् गरी सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्ने र विद्यालयमा बालबालिकालाई परिवेश अनुकूल सिक्ने वातावरण सिर्जना गर्ने निर्देशिकाको प्रस्तावनामा उल्लेख छ। शिक्षा मन्त्रालयका प्रवक्ता दीपक शर्माले शिक्षा ऐन (२०२८) को दफा १९ 'क' को अधिकार प्रयोग गरी यो निर्देशिका ल्याइएको जानकारी दिनुभयो ।

कोरोना महामारीका कारण शिक्षालय बन्द भएकाले सूचना, सञ्चार र प्रविधिको प्रयोगबाट अनलाइन, रेडियो, टेलिभिजन र अफलाइन माध्यमको वैकल्पिक प्रणालीको सिकाइ हुँदै आएकामा यसैलाई निरन्तरता दिइएपछि यो प्रणाली अब शिक्षाको मूलधारमा समाहित भएको छ । शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयले आ[illegible]नो परिवेश र उपलब्ध सञ्चार पहुँचका आधारमा दूर तथा खुला शिक्षा लगायत वैकल्पिक प्रणालीको माध्यमबाट प्रभावकारी र व्यवस्थित रूपमा सिकाइमा निरन्तरता दिन यसअघि पनि आग्रह गरेको थियो तर सरोकार भएका पक्षले थप स्पष्ट मार्गदर्शनको माग गरेका थिए। नयाँ निर्देशिकाको कार्यान्वयनका लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले पाठ्यक्रममा समायोजन गर्नेछ भने विद्यालय व्यवस्थापन समिति, शिक्षक, अभिभावक र सञ्चारमाध्यमले भूमिका निर्वाह र सहजीकरण गर्नेछन् ।

निर्देशिकामा विपन्न र प्रविधिको पहुँच नभएका विद्यार्थीका लागि पाठ्यपुस्तक र स्वाध्यायन सामग्री उपलब्ध गराई विद्यालय र शिक्षकले समूह बनाइ सहजीकण गर्ने उल्लेख छ। निर्देशिककाले विद्यार्थी पहिचान, अभिलेखीकरण तथा वर्गीकरणका लागि स्पष्ट व्यवस्था गरेको छ । यसमा सबै किसिमको प्रविधिको पहुँच बाहिर रहेका विद्यार्थी समूह, रेडियो, एफएम रेडियोमा पहुँच भएका विद्यार्थी समूह, टेलिभिजनामा पहुँच भएका विद्यार्थी समूह, कम्प्युटर भएका तर अनलाइन कनेक्टिभिटी नभएका विद्यार्थी समूह, इन्टरनेट तथा सूचना सञ्चार प्रविधमा पहुँच भएका विद्यार्थी समूहमा वर्गीकरण गरेको छ । यी वर्गीकरणमा राख्न नसकिने प्रकृतिका विशेष आवश्यकता भएका अपाङ्गता भएका विद्यार्थीका लागि सम्बन्धित स्थानीय तह र विद्यालयले उपयुक्त पहुँचको व्यवस्था गर्नुपर्नेछ । यसरी कुन समूहमा कुन विद्यार्थी पढ्दैछन् भन्ने कक्षागत नाम नामेसी तयार गरी विद्यालयले सम्बन्धित स्थानीय तहमा पठाउनुपर्नेछ । सिकाइ सहजीकरणका लागि शिक्षक, अभिभावक, परिवारको सदस्य, छिमेकी, माथिल्लो कक्षाका विद्यार्थी, सहपाठी र स्वयंसेवकलाई पनि परिचालन गर्न सकिने निर्देशिकामा उल्लेख छ ।

निर्देशिकामा विद्यालयले पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले निर्माण गरेको पाठ्यवस्तु समायोजन ढाँचाका आधारमा स्थानीय तहको शिक्षा हेर्ने शाखासँग समन्वय गरी प्रधानाध्यापक, विषय शिक्षक र एक जना विज्ञ रहेको समितिबाट पाठ्यवस्तु समायोजन गर्न सकिने जनाइएको छ। विद्यार्थीले वैकल्पिक, दूर शिक्षा वा प्रत्यक्ष साक्षात्कारलगायतका विभिन्न विधि, प्रक्रिया र माध्यमबाट सिकेको सिकाइलाई सम्बन्धित विषय शिक्षकले मूल्याङ्कन, अभिलेखीकरण, नतिजा प्रकाशन र प्रमाणीकरण गर्ने गरी विद्यालयले व्यवस्था गर्नुपर्नेछ । सिकाइ सहजीकरण प्रणालीको माध्यमबाट सिकाइमा सहजीकरण कार्यक्रमको समन्वय तथा अनुगमन गर्न प्रदेश र स्थानीय तहमा समन्वय तथा अनुगमन समिति रहनेछन् । ती तहले पूर्वाधार तथा स्रोतमा आपसमा साझेदारी गर्न तथा निर्देशिकामा अपुग भएका अतिरिक्त व्यवस्था थप गर्न सक्नेछन् । यस प्रणालीमा उत्कृष्ट काम गर्ने शिक्षक र कर्मचारीलाई प्रदेश र स्थानीय तहले प्रोत्साहन गर्न सक्नेछन् । रासस

के तपाई सुपथ मूल्यमा गुणस्तरीय हार्डवेयरका सामाग्रिको खोजीमा हुनुहुन्छ ? अब हामीलाई सम्झनुहोस्

प्रो. कृष्ण अधिकारी — ०६५-५९०१११, ९८०१३०३००९
प्रो. विरेन्द्र पौडेल — ९८४६२४३४१०, ९८४६३७१७६५

होम हार्डवेयर प्रा.लि.

ब्यास-२, वागबजार, दमौली, तनहुँ

हाम्रा सेवाहरू
१) एशियान पेन्टस । २) प्लाई एभरेष्ट डोर्सको तनहुँ, लमजुङ, गोरखाको मुख्य खुद्रा तथा होलसेल बिक्रेता । ३) विजुली तथा वाइरिङ्गका सामानहरू।
४) बेनेकार्डो ब्राण्डका वाथरूम फिटिङ्गस् एण्ड सेनेटरीका सम्पूर्ण सामानहरू पाइन्छ

हार्डवेयरका सामाग्रि खरिदमा विशेष छुटको व्यवस्था

खुसीको खबर ! खुसीको खबर !! खुसीको खबर !!!

यही भदौ २७ गते शनिबार

१) काठमाडौं बिर अस्पताल ट्रमा सेन्टरका हाल पोखरा गण्डकी अस्पतालका वरिष्ठ सर्जन, हाडजोर्नी तथा नशा रोग विशेषज्ञ **डा. झपिन्द्र पोखरेल**द्वारा हात खुट्टाको जोर्नी दुख्ने, सुनिने, झम्झमाउने, हिड्डुल गर्न नसक्ने, निहुरिना नसक्ने, घुडा दुख्ने, सुनिने, खुम्चाउन नहुने, बसेर उठन नसक्ने, ढाड दुख्ने, ढाडको नशा च्यापिने, हाड खिइने, घाटीको नशा दुख्ने, पाखुरा, कुहिनो, पैताला, गोली गाठा र कुर्कुच्चा दुख्ने, जोर्नीहरू सुनिने, बाथ हुने, रगतमा Uric Acid बढने आदि समस्या भएमा तुरून्त सम्पर्क राखी सेवा लिनु होला ।

२) पोखरा मणिपाल फेवासिटी हस्पिटलका वरिष्ठ यौन, छाला तथा कुष्ठ रोग विशेषज्ञ **डा. बिनम्र बस्नेत**द्वारा छाला चिलाउने, छालामा आउने दादाहरू, शरिरमा देखा पर्ने सेतो दुबी, कालो दागहरू, मुसाहरू आउने, अनुहारमा आउने डण्डीफोर, चाया, पोतो, अनुहार चिलाउने, बिबिरा आउने, साथै यौन सम्बन्धी समस्याहरू शिघ्र स्खलन हुने, यौन उत्तेजनामा कमी आउने, पिसाब पोल्ने, पिप बग्ने, घाउ आउने, यौनाङ्गमा आउने मुसा, लिङ्गबाट धातु बग्नेहरूको उपचारको साथै शरिरमा आउने मुसा कोठी खिलआदी निकाल्नु पनि तुरून्त सम्पर्क राखी निकाल्न सक्नु हुनेछ।

समाजिक दुरी कायम गरी उपचार सेवा दिइने छ ।

हाम्रा उपलब्ध सेवाहरू :

१) मेडिकल अफिसर **डा. सुस्केरा पान्डे**द्वारा दैनिक विरामी जाच गरिन्छ ।, **२) प्याथोलोजी ल्याबः-** रगत दिशा पिसाब सम्बन्धी सम्पुर्ण जाच तथा सुगर, प्रेसर, मुटु सम्बन्धी र ४० वर्ष उमेर काटेका महिला तथा पुरूषहरूको - lipid profile - RFT - HIV, HCV, VDRL, - Lft - TFT - TPHA, - Calcium - Hba1ac, - Full body check up गरिन्छ ।, ३) भिडियो एक्सरे सेवा, ४) ईसिजी मुटुको जाच सेवा, ५) नेबुलाइजर बाफ सेवा, ६) OBSERVATION सेवा, ७) PLASTER सेवा, ८) घाउ DRESING वा SUTURING सेवा, **९) गुणस्तरीय फार्मेसी सेवा :-** १०) प्रत्येक हप्ता शनिबार बिशेषज्ञ डाक्टरद्वारा बिभिन्न रोगका बिरामीहरूकोको जाच ।

नोट : फोनबाट पनि नाम टिपाउन सक्नुहुनेछ ।

मिर्लुङ्ग पोलिक्लिनिक प्रा.लि.

ब्यास-२, दमौली तनहुँ । फोन : ०६५-५६१५७८, ९८४६०६२४६५

'विविधतायुक्त गाउँ शहर, समृद्ध मेरो ब्यास नगर'

ब्यास नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

दमौली तनहुँ । गण्डकी प्रदेश

नगर लोककल्याणकारी सन्देश

नोबेल कोरोना भाइरस भनेको के हो ?

यो नयाँ प्रजातिको भाइरस हो जुन मानव जातिमा पहिले पहिचान भएको थिएन । यस भाइरसले मानिस र पशुहरूमा संक्रमण गर्दछ । यस भाइरसले सामान्य रूघा खोकी देखि गम्भीर प्रकारको तीव्र श्वासप्रश्वास Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) सम्म गराउन सक्दछ।

- **के मानिसमा जनावरहरूबाट नोबेल कोरोना भाइरस संक्रमित हुन सक्दछ ?**
  नोबेल कोरोना भाइरस जनावरबाट मानिमा संक्रमित भएको कुनै वैज्ञानिक आधार छैन ।
- **के नोबेल भाइरस SARS एउटै हुन् ?**
  सन् २००३ मा देखिएको SARS र नोबेल कोरोना भाइरस एउटै प्रजाति भाइरस हुने । दुवै भाइरस बिरामीलाई गम्भीर बनाउन सक्दछन्। सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरा नोवेल कोरोना भाईरस मानिसहर बीच सजिलै सर्न सक्दछ भनेर अझै पुष्टी भएको छैन ।
- **मानिस कसरी यो भाइरसबाट संक्रमित हुन सक्छ ?**
  मानिस कसरी यो भाइरसबाट संक्रमित भएका छन् भन्ने बारेमा आज सम्म वैज्ञानिक तवरले पुष्टी भएको छैन । हाल यस विषयमा अनुसन्धान भइरहेको छ ।
- **के यो एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्न सक्दछ ?**
  अहिले निश्चितताका साथै भन्न सकिने अवस्था छैन । एउटै परिवारका सदस्यहरू बिरामी भएको पाइएकोले, मानव-मानव बीचमा सिमित तवरले सर्ने सम्भावना रहेको अनुमान गरिएको छ । साथै, परिवारका सदस्यहरू एकै स्रोतबाट संक्रमण भएको हुन सक्ने सम्भावना पनि रहेको छ ।
- **यस भाइरसको संक्रमणबाट कसरी बच्न सकिन्छ ?**
  सामान्तयः यस भाइरसको संक्रमण कसरी हुन्छ भन्ने बारेमा एकिन जानकारी छैन । तथापि रूघा, खोकी तथा श्वासप्रश्वास बिरामीको नजिक नजाने तथा हातको सरसफाई नियमित गरेमा संक्रमणको सम्भावना कम रहन्छ ।
- **के कोरोना भाइरसको लागि उपचार छ ?**
  नाबेल कोरोना भाइरसले गर्दा हुने रोगको लागि कुनै खास उपचार छैन। यद्यापि यो भाइरसले निम्त्याएका धेरै लक्षणहरूको उपचार गर्न सकिन्छ, त्यसैले बिरामीको उपचार लक्षणको आधारमा गरिन्छ । साथै यस भाइरसको विरूद्ध हाललाई कुनै खोप उपलब्ध छैन ।

जि.का.कास्की द.नं. ११/२०३९/०४०,
जि.प्र.का. तनहुँको स्वीकृत मितिः २०५९/०३/२४ , त.जि.हु.द.नं. १०, ०६३/६४
२०७७ भदौ २६, शुक्रबार
September 11, 2020

चौतारीमा थकाई मार्दै : तनहुँको बन्दीपुर गाउँपालिका–५ कलचोका स्थानीयहरू चौतारीमा थकाई मार्दै । उनिहरू स्थानीय जलदेवी प्राथमिक विद्यालयको जग्गामा रोपिएका विभिन्न जातका बोटविरूवाहरू गोडमेल गरी चौतारीमा आराम गरेका हुन् । *तस्विर : डिपी अधिकारी/भञ्ज्याङ*

facebook twitter

इदिरा सिंगौंला
twitter.com/IShangroula
हाँस्नु हसाउनु, रूनु रूवाउनु जीवनका फरक दुई पाटा हुन्, रोएर बाँच्नु भन्दा हाँसेर मर्नु जाति तर हाँस्नुको वास्तविक मत्लब भइदिएन भने त्यो हाँसोको कुनै महत्व हुदैन, रूनुको वास्तविक अर्थ खुलेन भने त्यो रूवाइले मानवीय मन नै छुन सक्दैन अहिले हाम्रो देशको अवस्था यहि भइरहेको छ, नहाँस्नु नरूनु ।

दिपक नेपाल
twitter.com/deepaknepal2046
उत्तिर्ण भन्ने शब्द आएन जिन्दगीको अभिनयबाट !
पर पनी हुन सकिएन कैलैं दुःख पिडाको प्रलयबाट !!
धर्ति आकास एक गरी परिश्रमि यि हात ख्याए पनी !
बच्न नसकिदो रहेछ पूर्व भाग्य विधाताको तयबाट !!

मुखिया
twitter.com/only_mukhiyaa2
जिम्मेवारीको बोजले आफ्नो इच्छा र चाहनालाई बिवस भएर समुन्द्रमा डुबाउछ्न ! कहिले नसोच्नु यिनको बिवसताको उनी "मर्द" भएर रून्छ्न । मुस्किल यिनलाइनि हुन्छ तब पनि छोराछोरीको लागि खुसी देखिने मुखौटो ओढेका हुन्छ्न ! कहिलेकाही हेर्नू यिनको आँखामा "मर्द"पनि रून्छ्न ।

मिलन झापाली
twitter.com/milanjhapali
"मौनता" र "मुस्कान" दुबैको उत्तिकै प्रयोग गर्नसक्नु पर्दछ । "मौनता" तपाइको रक्षा कवच हो भने "मुस्कान" स्वागत द्वार हो । "मौनता" बाट धेरै समस्याहरूलाइ आफू नजिक आउन बाट रोक्न सकिन्छ भने "मुस्कान" बाट ती सबै समस्याहरूको हल लिकाल्न सकिन्छ ।

यातायात मजदुर संगठनद्वारा मास्क र स्यानीटाइजर वितरण

♦ भञ्ज्याङ समाचारदाता (दमौली)

नेपाल यातायात स्वतन्त्र मजदुर संगठन तनहुँले बिहीबार सर्वसाधारणलाई मास्क र स्यानीटाइजर वितरण गरेको छ ।

कोरोना भाइरस (कोभिड–१९) संक्रमणबाट सुरक्षित रहनका लागि मास्क र स्यानीटाइजरको प्रयोग अनिवार्य रहेको हुँदा सचेतना मुलक कार्यक्रम गरी सर्वसाधारणलाई मास्क र स्यानीटाइजर वितरण गरिएको हो।

लकडाउन खुलेसंगै सर्वसाधारणहरू सामान्य स्वास्थ्य सावधानी समेत नअपनाइ आफ्नो दैनिकीमा खट्टिने गरेका कारण भाइरस संक्रमण जोखिम बढ्नु हुँदा मास्क र स्यानीटाइजर प्रयोगमा बानी पार्ने उद्देश्यले वितरण गरिएको संगठनका अध्यक्ष सुर्यप्रसाद पौडेलले बताए ।

सर्वसाधरणलाई मास्क र स्यानीटाइजर वितरण गर्दै जिल्ला प्रहरी कार्यालय तनहुँका प्रमुख अरूण पौडेलले कोरोना नियन्त्रण अभियानमा सबैले साथ दिनुपर्ने बताए । कोराना कहरको चपेटामा पर्दा यातायात मजदुर पनि प्रभावित भएको बताउँदै उनले यातायात मजदुरहरूको समस्या समाधान गर्न जिल्ला प्रहरी कार्यालय सदैव गम्भीर रहेको र सवारी चेकिङको क्रममा चालक र मजदुरलाई सम्मानजनक व्यवहार हुने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेका थिए ।

लकडाउनका कारण यातायात मजदुरको क्षेत्रमा ठूलो असर परेको हुँदा अब मजदुरहरूलाई राहत दिनुपर्ने नेपाल यातयात स्वतन्त्र मजदुर संगठनका अध्यक्ष पौडेलले बताएका छन । कोरोना संक्रमणबाट सुरक्षित हुनका लागि अनिवार्य रूपमा मास्कको प्रयोग गर्नुपर्ने भन्दै संगठनले ९ सय भन्दा बढी मास्क सर्वसाधारणलाई वितरण गरेको संगठनका सचिव सन्दिप रानाभाटले बताएका छन्।

कोभिड–१९ को संक्रमण फैलन नदिन सम्पूर्ण उद्योग, व्यापारिक एवं व्यावसायिक फर्म, डिमार्टमेन्टल स्टोर, बिक्री केन्द्र एवं पसलहरूले वस्तु तथा सेवाको उत्पादन, प्रशोकन, ढुवानी तथा बिक्री वितरण लगायतका कार्यहरू गर्दा उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालयले स्वीकृत गरेको कोभिड–१९ महामारीको समयमा उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति क्षेत्रले अपनाउनुपर्ने सुरक्षा मापदण्ड (Protocal) अनिवार्य पालना गरौं ।

नेपाल सरकार
संचार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

भञ्ज्याङ पब्लिकेशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित भञ्ज्याङ राष्ट्रिय दैनिक पत्रिकाको लागि सम्पादक : नारायण खड्का, सल्लाहकार : विश्वबन्धु भण्डारी ।
कार्यालय : ब्यास–२, दमौली, तनहुँ । फोनः ०६५–५६०९०७, E-mail:- bhanjyangdml@gmail.com, Web : www.bhanjyangnews.com मुद्रण :– विज्ञान प्रिन्टर्स दमौली, फोन : ०६५–५६०१२४