bhanjyangnews.com
वि.सं. २०३९ सालदेखि निरन्तर प्रकाशित

भञ्ज्याङ

राष्ट्रिय दैनिक

श्रमिकहरूको मौलिक अधिकारको सम्मान गरौं, सबै प्रतिष्ठानहरूले न्यूनतम पारिश्रमिक प्रदान गर्न आनाकानी नगरौं ।

नेपाल सरकार
संचार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

वर्ष ३९ अंक १६३ | २०७७ असोज २८ गते बुधबार, नेपाल सम्वत् ११४० October 14, 2020 | पृष्ठ ४ | मूल्य : रू. ५/-

कात्तिक १५ गतेसम्म विद्यालय बन्द गर्न व्यास नगरपालिकाको अनुरोध

तत्काल लकडाउनको परिकल्पना गर्न कठिन रहेकाले सावधानी अपनाउन आग्रह

♦ भञ्ज्याङ समाचारदाता (दमौली)

तनहुँको व्यास नगरपालिकाले नगर क्षेत्रभित्रका विद्यालयहरू कात्तिक १५ गतेसम्म बन्द गर्न अनुरोध गरेको छ । मगलबार नगरबासीलाई अनुरोध पत्र जारी गर्दै नगरप्रमुख बैकुण्ठ न्यौपानेले नगर क्षेत्रमा कोरोना भाइरस (कोभिड-१९) संक्रमण जोखिम उच्च बन्दै गएकाले खुल्ला गरिएका विद्यालयहरू कात्तिक १५ गतेसम्मका लागि बन्द गर्न अनुरोध गरेका छन्।

वैकल्पिक माध्यमहरूबाट सञ्चालित विद्यालयहरुमा प्रत्यक्ष कक्षा सञ्चालन भएको अवस्थामा संक्रमणको अवस्था अध्ययन गरी व्यवस्थापन समितिबाट निर्णय लिई विद्यालय बन्द गर्न भनिएको छ । नगरपालिकाको गत असोज ७ गतेको निर्णयानुसार असोज ११ गतेबाट नगर क्षेत्रका अधिकांश विद्यालय खुल्ला गरिएको थियो ।

व्यास नगरपालिकामा हाल विद्यालय, उद्योग व्यवसाय, निर्माण कार्य खुला भई यातायात समेत पूर्ण रुपमा सञ्चालनमा आएका छन् । दशै, तिहार जस्ता ठूला चाडहरुको समयमा घर परिवारका सदस्यहरू आउने जाने, व्यापार व्यवसाय चल्ने यस घडीमा तत्काल लकडाउनको परिकल्पना गर्न कठिन रहेको नगरपालिकाले जनाएको छ ।

नगर क्षेत्रमा संक्रमणको बढ्दो अवस्थालाई मध्यनजर गर्दा सावधानी र सतर्कता अपनाइएन भने तनहुँ जिल्लाकै सदरमुकाम रही छिमेकी जिल्लाहरुमा आइजाई गर्ने खासगरी दमौली बजार र वरपर संक्रमण भयावह हुने सम्भावना बढेको हुँदा स्वास्थ्य सुरक्षामा लापरवाही नगर्न नगरबासिलाई नगरप्रमुख न्यौपानेले अनुरोध गरेका छन् ।

नगरपालिकाबाट जारी अनुरोधमा बाहिरबाट आउने नगरवासीलाई विद्यालयको क्वारेन्टिन हटाइएको हुँदा नगरपालिकाबाट सञ्चालनमा ल्याइएको क्वारेन्टिनमा पीसीआर परीक्षण गरी रिपोर्ट नेगेटिभ नआउँदासम्म बस्नुहुन र तत्काल सजिलोका लागि घरमै क्वारेन्टिन बस्नेहरुबाट अन्य परिवारमा घुलमिल भई संक्रमण समुदायमा विस्तारित हुन आएको देखिंदा सुरक्षित क्वारेन्टिन बस्ने अवस्था नभएमा घरमा क्वारेन्टिन बस्ने गरी बाहिरबाट नआउन भनिएको छ ।

पीसीआरको सम्पूर्ण खर्च नगरपालिका स्वयंले व्यहोर्नुपर्ने अवस्था हुँदा लक्षण देखिएमा मात्र परीक्षणका लागि नगरपालिका स्वास्थ्य तथा जनसंख्या शाखामा सम्पर्क गर्नुहुन र पीसीआर गरेपछि त्यसको रिपोर्ट नआउँदासम्म बाहिर हिड्डुल नगर्नु आग्रह गरिएको छ।

यस्तै, सम्पूर्ण यातायात क्षेत्रका सवारी धनी, चालक र सहयोगीहरूले स्वास्थ्य मापदण्ड पालना गरेर मात्र यात्रुहरूलाई सवार, जेष्ठ नागरिकहरू र दीर्घ रोग लागेका महानुभावहरू अत्यावश्यक काम बाहेक घर बाहिर ननिस्कनु हुन, अत्यावश्यक काममा निस्कदा पनि स्वास्थ्य मापदण्ड पालना गरेर मात्र निस्कन भनिएको छ ।

संक्रमित भएकाहरू सुरक्षित होम आइसोलेसन नभएमा अस्पतालहरूबाट सञ्चालित आइसोलेसनमा न्यूनतम १४ दिन बस्नु हुन वा पुनः गरिएको पीसीआर नेगेटिभ नआउँदासम्म

बाँकी अन्तिम पेजमा

एक महिने बालिका सहित तनहुँमा २६ जनामा संक्रमण

♦ भञ्ज्याङ समाचारदाता (दमौली)

तनहुँमा एक महिने बालिका सहित २६ जनामा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएको छ । स्वास्थ्य निर्देशनालय पोखराले मंगलबार सार्वजनिक गरेको विवरणमा शुक्लागण्डकी नगरपालिकामा एक महिने बालिका, ३ वर्षका बालक र शुक्लागण्डकी-५ को २३ वर्षीया

महिलामा संक्रमण पुष्टि भएको छ । भिमाद नगरपालिका-६ का ५२, २६, ५० वर्षका तीन जना महिला र २३, २६, ४४, ४१ वर्षका चार जना पुरुषमा संक्रमण पुष्टि भएको छ ।

त्यस्तै, व्यास नगरपालिका-११ मा २८ वर्षका पुरुष, वडा नं. २ का २७, ५३, ४६ वर्षका पुरुष र २७, ४२, २७ वर्षका महिला, वडा नं. ३ का ४८, २९, १५ वर्षका पुरुष, ४६, १७, ३०, ४४ वर्षका महिला, व्यास-४ का २८ वर्षका पुरुष र ४२ वर्षकी महिलामा संक्रमण पुष्टि भएको स्वास्थ्य निर्देशनालय जानकारी गराएको छ । जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय तनहुँले सार्वजनिक गरेको विवरणमा जिल्लामा हालसम्म ५९३ जनामो संक्रमण पुष्टि भएको छ । संक्रमित मध्ये ४११ जना निको भएर घर फर्किएका छन् भने १७७ जना सक्रिय संक्रमित रहेको जनाइएको छ ।

त्यस्तै, गण्डकी प्रदेशमा कोरोना संक्रमितको संख्या पाँच हजार १०० पुगेको छ । गण्डकी प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालयका निर्देशक एवं गण्डकी प्रदेश कोरोना नियन्त्रण तथा रोकथाम कार्यक्रमका प्रवक्ता डा विनोदविन्दु शर्माका अनुसार लमजुङका २७, तनहुँका २६, कास्कीका १७, स्याङ्जाका तीन, पर्वतका दुई र मनाङका एक जना संक्रमित थपिएका छन्। यसमध्ये लमजुङको दोर्दी गाउँपालिकाका २७ जना लिबर्टी हाइड्रो कम्पनीमा कार्यरत र अन्य कन्ट्याक्ट ट्रेसिङमार्फत पहिचान भएको निर्देशनालयले जनाएको छ।

शिक्षकको पेशागत विकासका लागि प्राविधिक तालिम

♦ भञ्ज्याङ समाचारदाता (दमौली)

कोभिड-१९ संक्रमण त्रासले शिक्षाक्षेत्रलाई पारेको प्रभावलाई सहज बनाउने लक्ष्यका साथ शिक्षकहरूलाई पेशागत विकासका लागिग प्राविधिक तालिम सम्पन्न गरिएको छ । नेपाल शिक्षक संघका जिल्ला तनहुँले शिक्षकलाई

वर्तमान समय अनुकूल बनाउँदै पाठ्यक्रम र प्रविधिसँग जोड्दै कक्षा कोठालाई प्रविधिमैत्री बनाउँदै अध्यापन कार्यलाई थप प्रभावकारी बनाउने उद्देश्यका साथ तालिम सञ्चालन गरेको हो ।

संघले सञ्चालन गरेको तालिम देशैभरका १ हजार १६१ जना शिक्षकहरू भर्चुवल माध्यममा जोडिएर तालिममा सहभागी भएको बताइएको छ ।

उक्त तालिमको समापन गर्दै जिल्ला समन्वय समिति तनहुँका प्रमुख शान्तिराम वाग्लेले तालिमले शिक्षकहरूको पेसागत विकास एवं प्राविधिक विकासमा सहयोग पुग्याउनेमा विश्वास व्यक्त गर्दै तालिममा सिकेका सीप अरूलाई कक्षाकोठासम्म लैजान आग्रह गरे। उनले शिक्षण विधिलाई प्रविधिसँग जोड्दै वैकल्पिक तथा प्रत्यक्ष सिकाइमा निखारता ल्याउन मदत पुग्ने बताए ।

नेपाल शिक्षक संघ तनहुँका अध्यक्ष कमल भक्त पोखेलको सभापतित्वमा आयोजित तालिम

बाँकी तेश्रो पेजमा

सम्पादकीय..........

कोभिड-१९ : खेलाची नठानौ

तनहुँको जनजीवन पछिल्लो समय सामान्य बन्दै गएको छ । व्यपार व्यवसायी, शिक्षण संस्था, सार्वजनिक यातायात, होटल व्यवसाय लगायत सबै क्षेत्र खुल्ला भएका छन् । स्थानीय तथा संघीय सरकारले लकडाउन खुकुलो बनाउँदै लगेसंगै कोरोना कहरले थलपरेको दैनिकीलाई चलायमान बनाउन नागरिकहरू लागि परेका छन् । तर, तनहुँमा पछिल्लो समय दैनिक कोरोना संक्रमणको ग्राफ बढ्दो छ । दैनिक भेटिएका संक्रमितले समुदायमा संक्रमण फैलिएको संकेत गरेको छ। गत चैत्र ११ गतेदेखि सरकारले जारी गरेको लकडाउन साउन दोश्रो साताबाट खुल्ला गर्दै लगेको थियो । स्थानीय तहहरूले आ–आफ्नो क्षेत्रमा संक्रमण देखिन थालेपछि लकडाउन तथा निषेधाज्ञा जारी गरेका थिए । यसरी निषेधाज्ञा र लकडाउन जारी गर्दा मानिसहरूको चहलपहल कम हुँदा समुदायमा भाइरस संक्रमणको दर कम देखिएको थियो । तर, सरकारले सार्वजनिक यातायातका साधान खुल्ला गरेसंगै अहिले सबै क्षेत्र चलायमान भएको छ । तनहुँ जिल्लामा गत जेठ १८ गते पहिलो संक्रमित भेटिएका थिए । सुरूवाती चरणमा भारतबाट आएका नागरिकहरूमा संक्रमण देखिने गरेपनि गत साउन महिना यता समुदायका व्यक्तिहरूमा संक्रमण देखिन थालेको छ । भारत लगायत अन्य मुलुक तथा संक्रमित क्षेत्रबाट आएका नागरिकहरूलाई अनिवार्य रूपमा क्वारेन्टिनमा बस्ने व्यवस्था गरिएको थियो । क्वारेन्टिनमा बसेकाहरूको पीसीआर परीक्षण पश्चात मात्र घर पठाउने व्यवस्थाले समुदायमा संक्रमण देखिएको थिएन । केन्द्रीय सरकारको निर्णयानुसार जिल्लाका पालिकाहरूले पनि विद्यालयमा व्यवस्थापन गरेको क्वारेन्टिन हटाउँदै लगे ।

भारत लगायत अन्य मुलुक र संक्रमित क्षेत्रबाट आएका नागरिकहरूलाई सिधै होम क्वारेन्टिन र संक्रमण देखिएका व्यक्तिलाई पनि होम आइसोलेसनमा बस्न छुट दियो । तर, होम क्वारेन्टिन र आइसोलेसनमा बस्ने नागरिकहरूले लापरवाही गर्दा र घर बाहिर हिड्डुल गर्ने व्यक्तिहरूले स्वास्थ्य सुरक्षामा लापरवाही गर्दा अहिले समुदायमा कोरोना भाइरसको संक्रमण भुसको आगो जस्तै गरी सल्किएको छ। स्थानीय पालिकाहरूले परीक्षणको दायारलाई पनि बढाउन सकेका छैनन् । संक्रमित व्यक्तिको सम्पर्कमा आएका तथा स्वास्थ्यमा समस्या देखिएकालाई मात्र प्राथमिकतामा राखेर अहिले भाइरस संक्रमणको परीक्षण अगाडि बढाएका छन् । यसरी परीक्षण गर्दा पनि समुदायको व्यक्तिहरूमा संक्रमण देखिदा जनजीवन प्रभावित बन्दै गएको छ । पछिल्लो समय तनहुँका स्वास्थ्यकर्मी, सुरक्षाकर्मी, यातायात व्यवसायी, भारत लगायतका मुलुक तथा संक्रमित क्षेत्रबाट आएका र संक्रमित व्यक्तिको सम्पर्कमा पुगेका नागरिकहरूमा संक्रमण देखिएको छ । स्वास्थ्य निर्देशनालय पोखराले सार्वजनिक गरेको विवरणमा चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीमा समेत संक्रमण पुष्टि भएको छ । यति मात्र होइन चिकित्सक तथा स्वास्थ्यकर्मीहरू सर्वसाधारणको उपचार सेवामा खट्टिदै आएकाले कति जनासम्म संक्रमण हुन पुग्यो यसै भन्न सकिने अवस्था पनि छैन । त्यसैले विश्वलाई आतंकित बनाएर महामारिकै रूप लिएर फैलिएको कोरोना भाइरसलाई सामान्य नठानौ । सरकारले जारी गरेको निर्देशनलाई पूर्ण पालना गरी स्वास्थ्य मापदण्डको पूर्ण पालना गरौं । हामी नागरिकले पनि आफ्नो स्वास्थ्य सुरक्षाका लागि आफै सचेत बनौं । संक्रमित भई निको भएका नागरिकहरूले पनि कोभिड–१९ लाई खेलाची नठान्न आग्रह गर्दै आएका छन् । किनकी जस्लाई संक्रमण भयो उस्ले यसबाट पीडा भोगेको हुँदा यस्तो भनि राखेका छन् । त्यसैले हामी कोभिड–१९ लाई सामान्य नठानौ, जिम्मेवार नागरिकको दायित्व पुरा गर्दै आफु, आफ्नो घरपरिवार, समाज, पालिका र राज्यलाई भाइरस संक्रमणबाट सुरक्षित राख्न स्वास्थ्य सावधानीमा ख्याल गरौं ।

आयुर्वेदिक औषधिको माग बढ्दो

♦ पूर्णप्रसाद मिश्र

उपत्यकामा कोरोना भाइरसको संक्रमण बढिरहेका बेला मानव शरीरमा रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउने आयुर्वेदिक औषधिको माग बढ्न थालेको छ । सिंहदरबार वैद्यखाना विकास समितिका प्रबन्ध निर्देशक डा वंशदीप शर्मा खरेल आयुर्वेदमा रोग प्रतिरोधी क्षमता विकास गर्ने वनस्पति भनी व्याख्या गरिएका संस्कृत भाषामा अमृता भनिने गुर्जोबाट बनेको गुडुचो चिया स्क्वास, तुलसी चिया, जेठीमधु चूर्ण, शुद्ध अमलाबाट बनाएका आमालकी चूर्ण, रस्वगन्धा चूर्ण लगायत जडीबुटीबाट बनेका उत्पादनको माग विगत वर्षभन्दा चार गुणसम्म बढेको बताउनुहुन्छ ।

"विसं २०७६ चैतअघि तुलसी चियाको खपत वार्षिकरूपमा सरदर सात हजार २३१ पोका हुन्थ्यो, यस वर्ष सात महिनामै १३ हजार ६५७ पोका बिक्री भइसकेको छ, माग बढिरहेकाले अरू बनिरहेको छ, यसवर्ष पहिलोपटक बनाइएको गुर्जोको चिया गुडुची सात हजार ३४७ पोका बजारमा गइसकेको छ", उहाँले भन्नुभयो । समितिबाट गत वर्ष अश्वगन्धा ८१८ पोकामात्र बिक्री भएको थियो । यस वर्ष छ हजार ३८८ पोका गइसकेको छ। यसैगरी यस वर्ष माग भएर नयाँ बनाइएको ज्येष्ठवासादि चूर्ण चार हजार २०२ पोका बिक्री भइसकेको छ । गत वर्ष भण्डार रहेको बिक्री भइरहेको जेठीमधु चूर्ण पनि यस वर्ष दुई हजार २७१ पोका बिक्री भइसकेको छ । कात्तिक लागेसँगै समितिले रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउने च्यवनप्रास पनि बनाउने तयारी गरेको छ

मागअनुसार पूर्ति गर्न धौधौ भए पनि अहिलेसम्म समितिले बजारमा आवश्यकता अनुसार पूरा गर्न सफल भएको छ । कोरोना भाइरसको फैलावटसँगै गुर्जोका बिरूवा लगाउने बढे पनि अमलालाई भने बिर्सन थालिएकाले यसतर्फ पनि अभियानकर्मीको ध्यान जानुपर्ने प्रबन्ध निर्देशक खरेल बताउनुहुन्छ । "गुर्जोसँगै अमला पनि लगाउनुपर्छ, अमलालाई बिर्सनुभएन, गुर्जोसँगै अमला पनि आम्दानीको स्रोत बन्छ, अमला र गुर्जो पनि भयो भने रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउँछ, गुर्जो जुन बिरूवामा जान्छ, त्यसैको गुण लिने भएकाले गुर्जो र अमलासँगै लगाउनुपर्छ", उहाँले भन्नुभयो ।

उपत्यकामा वाग्मतीलगायत नदी किनार, गोकर्ण लगायत स्थानमा धेरै संख्यामा गुर्जो रोपिए पनि अमला नरोपिनु उत्पादनका दृष्टिले समेत ठीक हुँदैन । व्यावसायिक रूपमा अमला खेती गरे समितिले सबै किनिदिने प्रतिबद्धता जनाएको छ। समितिले गुर्जोको चिया कोभिडपछि बनाएको हो । विगत वर्षमा अमलाबाट बनेका परिकारको माग पनि कम थियो । गुर्जो, अमलालगायत जडीबुटीबाट बनेका परिकार अनुसन्धानबाट प्रमाणित नभएसम्म कोरोनाकै औषधि भन्न नसकिए पनि रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउने उत्पादनका रूपमा उपयोग गर्नेको संख्या बढ्न थालेको छ । नेपाल स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषद्ले जडीबुटीबाट बनेका विभिन्न परिकारले कोरोना नियन्त्रणमा कति सहयोग पुऱ्याउँछ भनी अनुसन्धान शुरू गरेको छ । परिषद्का प्रवक्ता मेघनाथ धिमाल अनुसन्धानका लागि तालीम सकी अरू काम अघि बढेको बताउनुहुन्छ ।

आयुर्वेद केन्द्रमा राखिएका सबै संक्रमित ठीक

राष्ट्रिय आयुर्वेद अनुसन्धान तथा तालिम केन्द्र कीर्तिपुरमा आइसोलेसनमा राखिएका करिब ७०० कोरोना संक्रमित ठीक भएर घर फर्किएका छन् । केन्द्रमा ल्याइएको कोरोना संक्रमितमध्ये हालसम्म कसैको पनि निधन नभएको कार्यकारी निर्देशक राम आधार यादवले राससलाई जानकारी दिनुभयो। केन्द्रमा राखिएका संक्रमितलाई बिहान योग, प्राणायामलगायत व्यायाम गराइन्छ। तिनलाई रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउने आयुर्वेदिक औषधि खुवाइन्छ । यहाँ आवश्यक परेको अवस्थामा अक्सिजनको व्यवस्था पनि गरिएको छ । केन्द्रमा २०० जना संक्रमित राख्न सक्ने क्षमता छ ।

केन्द्रमा राखिएका संक्रमितलाई बिहान योग, प्राणायामलगायत व्यायाम गराइन्छ । तिनलाई रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउने आयुर्वेदिक औषधि खुवाइन्छ । यहाँ आवश्यक परेको अवस्थामा अक्सिजनको व्यवस्था पनि गरिएको छ । केन्द्रमा २०० जना संक्रमित राख्न सक्ने क्षमता छ ।

आयुर्वेद चिकित्सकका रूपमा करिब ४० वर्ष सेवा गर्नुभएका डा शेषराज आचार्य रूघाकै प्रकृतिको रोग भएकाले सम्पर्कबाट सर्ने भएकाले यस्ता रोगमा आयुर्वेद प्रभावकारी हुने बताउनुहुन्छ । रोग प्रतिरोधी क्षमता भएकामा यसले धेरै असर गर्दैन । संक्रमण भएमा सितोपलादि चूर्ण १०० ग्राम, गोदन्दी भष्म १० ग्राम, अभ्रक भष्म १० ग्राम, गुर्जोको धुलो (गिलोय सत्व) ५० ग्राम मिसाएर बिहान, दिउँसो र बेलुका मन तातो पानीसँग खाएमा ठीक हुने उहाँले बताउनुभयो ।

आयुर्वेद चिया 'इम्युन टी' सेवन गर्ने, सामान्य व्यायाम गर्ने, पानीको बाफ लिने गर्नाले निको हुने उहाँले बताउनुभयो । कोरोनाका क्रममा १०३ देखि १०४ डिग्रीसम्म ज्वरो आएमा महामृत्युञ्जय वा त्रिसुन बटी नामको दुई गोली मन तातो पानीमा घोलेर खाएमा निको हुने हाल पनि चाबहिलमा शेष आयुर्वेद क्लिनिक चलाइरहनुभएका आयुर्वेद विभागका पूर्व महानिर्देशक आचार्यले जानकारी दिनुभयो।

गुर्जोको निःशुल्क वितरण तीव्र

राजधानीमा कोरोनाको फैलावटसँगै गुर्जोको बिरूवा, धुलो र चिया निःशुल्क वितरण गर्ने अभियान पनि तीव्र भएको छ। सशस्त्र प्रहरी बल सिनामङ्गलमा २०० बिरूवाका साथै चिया र औषधिको धुलो प्याकेट वितरण गरिएको गुर्जो अभियानकर्मी एवं आन्तरिक राजश्व कार्यालय लाहानका प्रमुख कमलबहादुर राजलवटले राससलाई जानकारी दिनुभयो। पतञ्जलि योग समितिको आयोजनामा काँडाघारी क्षेत्रका स्थानीयवासीलाई ५००, ललितपुर महानगरपालिका–२५ भैंसेपाटी ६००, नेपाल पत्रकार महासङ्घको केन्द्रीय कार्यालय २००, भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल ४००, चन्द्रागिरि नगरपालिकालाई २००, महानगरीय प्रहरी वृत्त थानकोट २०० बिरूवा हस्तान्तरण गरिएको छ । गुर्जोको बिरूवा वितरण गरिएका सबै स्थानमा गुर्जोलगायत जडीबुटीबाट बनेको चिया खुवाउने, चिया तथा धुलो औषधि वितरणसमेत गरिएको छ । वितरण गरिएका स्थानामा कोरोना देखिएका परिवारलाई गुर्जोको विशेष प्याकेटको व्यवस्था गरिएको छ । त्रिभुवन पार्कमा गुर्जो लगाउनसमेत निःशुल्क वितरण अभियानले सहयोग गर्ने भएको छ ।

यसैगरी ललितपूर महानगरपालिका–१० को ज्वागलस्थित बराह टोल सुधार समितिलाई २००, बूढानीलकण्ठ नगरपालिकाको वडा नं १० र ११ मा २००, टोखा नगरपालिकालाई ६०० बिरूवा हस्तान्तरण गरिएको अभियानकर्मी राजलवटले बताउनुभएको छ । गुर्जोबाट बनेको सबै रोगमा उपयोगी हुने धुलो औषधि पनि बिरूवासँगै वितरण गरिएको छ । टोखा नगरपालिकामा मनमोहन मेमोरियल अस्पतालका विभागीय प्रमुख डा श्यामेन्द्रबहादुर सिंहलाई समेत बिरूवा र गुर्जोबाट बनेका औषधि वितरण गरिएको थियो । मेडिकल डाक्टर पनि गुर्जोको चिया तथा धुलो औषधिको नियमित सेवनकर्ता रहेको अभियानकर्मी राजलवटले बताउनुभयो । रासस

२९ वर्षपछि फरार व्याक्ति पक्राउ

♦ भञ्ज्याङ समाचारदाता (दमौली)

जिल्ला प्रहरी कार्यालय तनहुँले कर्तव्य ज्यान मुद्दामा फरार व्याक्ति २९ वर्षपछि पक्राउ गरेको छ । विभिन्न अपराध एवं मुद्दाहरूमा संलग्न रही फरार रहेका तथा अदालतबाट फैसला भई दण्ड, जरिवाना, दसौदी, कोर्ट फि र सरकारी बिगो समेत तिर्न बाँकी भएका व्याक्तिहरूको खोजी गर्ने कार्यलाई तिब्रता दिंदै आएको छ ।

२०४७ सालमा साबिक घिरिङ–५ स्थितमा श्रेष्ठहरूको मंसिर पुर्णिमाको रातको मेलामा स्थानीय दुई समुहबिच झगडा परी बाबुलाल थापा मगरको बुबालाई कुटपिट एवं कर्तव्य गरी मारी घटना पश्चात फरार रहेका घिरिङ गाउँपालिका–५ बस्ने बर्ष ३८ को जोग बहादुर श्रेष्ठलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको हो ।

पक्राउ परेको श्रेष्ठ उपर तनहुँ जिल्ला अदालतले २०४८ फागुन १९ गतेको फैसलाले निज उपर कैद सजाय हुने गरी फैसला तोकेकोमा तोकिएको कैद मध्ये ९ बर्ष ६ महिना १६ दिन कैद भुक्तान नगरी हालसम्म फरार रहेका श्रेष्ठको खोजतलास गर्ने क्रममा मंगलबार पक्राउ गरी तनहुँ जिल्ला अदालत समक्ष उपस्थित गराइएको प्रहरी नायव उपरीक्षक युवराज तिमिल्सिनाले जनाकारी गराए ।

इ.नं. १४३/०७३/७४ ला.नं. ६२/०७४/७५ जि.प्र.का.द.नं. २१२१/०७३/७४ 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

तपाईंको आज

मेष (चु,चे,चो,ला,लि,लु,ले,लो,अ)
आफ्नो प्रतिफलबाट अरूले फाइदा उठाउन सक्छन् । अध्ययनतर्फ धेरै समय जुट्न नसकिएला ।

वृष (इ,उ,ए,ओ,वा,वी,वू,बे,बो)
अरूका लागि बुद्धि खर्चनुपर्ला । समयको गतिलाई पछ्याउने प्रयास गर्नुहोला ।

मिथुन (का,की,कू,घ,ङ,छ,के,को,हा)
चिताएका काममा अलि बाधा हुनसक्छ। समय लागे पनि मिहिनेत गर्दा काम बनाउन सकिनेछ ।

कर्कट (हि,हु,हे,हो,डा,डि,डु,डे,डो)
अस्वस्थताले कमजोरीको अनुभूति हुनेछ । चुनौतीपूर्ण कामको जिम्मेवारी वहन गर्नुपर्ला ।

सिंह (मा,मो,मु,मे,मो,टा,टी,टु,टे)
आवेशको व्यवहार र सानो असमझदारीले आफन्तजन टाढिन सक्छन् ।

कन्य (टो,पा,पी,पू,ष,ण,ठ,पे,पो)
नयाँ कामको प्रस्ताव आउनेछ । अवसरका साथ केही चुनौती पनि देखा पर्नेछन् ।

तुला (रा,री,रू,रे,रो,ता,ती,तु,ते)
नयाँ कामले नाम र दाम दिलाउनेछ। कर्मक्षेत्रमा गरिएको साधना सिद्ध हुनेछ ।

वृश्चिक (नो,ना,नी,नु,ने,नो,या,यी,यू)
मानसम्मान प्राप्त भए पनि आतिथ्य खर्चिलो बन्नेछ । अर्थअभावले सताउन सक्छ ।

धनु (ये,यो,भा,भि,भु,धा,फा,ढ,भ)
कर्मयोगले नयाँ मोड लिनेछ भने पुरूषार्थी काम गर्दै नाम, दाम र इनाम आर्जन गर्न सकिनेछ ।

मकर (भो,जा,जी,खी,खु,खे,खो,गा,गी)
पछिका लागि लगानी बढाउनुपर्ने स्थिति आउन सक्छ । फाइदाका लागि दोहोऱ्याएर प्रयत्न गर्नुपर्ला।

कुम्भ (गु,गा,गो,सा,सी,सू,से,सो,दा)
चुनौतीभित्र अवसर खोज्ने समय छ । सामाजिक कामको जिम्मेवारी प्राप्त हुने समय छ ।

मीन (दि,दु,थ,झ,ञ,दे,दो,चा,ची)
चुनौती अँगाल्नुपरे पनि आँटले लक्ष्यमा पुर्याउनेछ । ईर्ष्या गर्नेहरु स्वयं पछि पर्नेछन् ।

नसर्ने रोगको अवस्था भयावह

♦ रासस (काठमाडौं)

नेपालमा नसर्ने रोगको अवस्था भयावह बन्दै गएको विज्ञहरूको निष्कर्ष छ । गैरआवासीय नेपाली संघ (एनआरएनए) ले आयोजना गरेको दोस्रो विश्व ज्ञान सम्मेलनका अवसरमा आयोजित 'लाइफ एण्ड हेल्थ साइन्स' विषयक कार्यक्रममा विज्ञहरूको छलफलबाट नेपालमा नसर्ने रोगको अवस्था निकै चुनौतीपूर्ण रहेको निष्कर्ष निक्लिएको छ । कार्यक्रममा डा अभिनभ वैद्यले मधुमेह, मुटुरोग, उच्च रक्तचाप, क्यान्सर, हृदयाघात, मष्तिस्कघात, अम्लपित्त, मिर्गौला खराबी, दम, माइग्रेन, डिप्रशन, मोटोपना आदी नसर्ने रोगहरूले नेपालमा भयावह अवस्था लिँदै गएको उल्लेख गर्नुभयो । यी रोगबाट ४० वर्षभन्दा मुनि उमेरका युवावर्ग बढी प्रभावित भएको बताउँदै उहाँले यी रोगबाट बच्न सोच्नुपर्ने बेला आएको उल्लेख गर्नुभयो । चालिस वर्षभन्दा कम उमेरका ३७ दशमलव ९ प्रतिशत युवा नसर्ने रोगबाट नप्रभावित बनेको डा अभिनभ वैधले जानकारी दिनुभयो।

डा सरोज निरौलाले विश्वमा वार्षिक १० लाख मानिसले क्यान्सरका कारण ज्यान गुमाउने गरेको बताउनुभयो । क्यान्सरबाट ज्यान गुमाउनेमा ७० प्रतिशत निम्न तथा मध्यम आय भएका मुलुकका मानिस रहेको उहाँले उल्लेख गर्नुभयो । नेपालमा पनि क्यान्सरका रोगी बढ्दै गएको बताउँदै उहाँले नसर्ने रोग क्यान्सरबाट बचाउन जीवनशैली तथा खानपानमा ध्यान दिनुपर्ने उल्लेख गर्नुभयो । धुलोधुँवा, विकिरण रसायनको प्रयोग, विषाक्त खानेकुराले क्यान्सरको जोखिम बढेको बताउँदै स्वस्थ जीवनशैली नै क्यान्सरसँग लड्ने पहिलो आधार भएको उहाँले उल्लेख गर्नुभयो । मानसिक स्वास्थ्यको विषय महामारीभन्दा अगाडिदेखि नै उठेको बताउँदै उहाँले कोरोना महामारीका कारण थप यसको जटिलता बढेको उल्लेख गर्नुभयो । उहाँले नेपालले कोरोना महामारीका कारण रोजगारी गुमाउदा, लामो समयसम्मको बेरोजरीका कारण कमजोर आर्थिक अवस्था तथा अभावका कारण अधिकांशको मानसिक स्वास्थ्यमा असर परेको बताउनुभयो । मानसिक समस्याकै कारण मानिस आत्महत्या गर्ने अवस्थासम्म पुग्ने गरेको बताउँदै उहाँले पुरूषको तुलनामा ठूलो संख्यामा महिलाले आत्महत्या गर्ने उल्लेख गर्नुभयो। उहाँका अनुसार पैंतालीस प्रतिशतसम्म महिलाले आत्महत्या गर्ने प्रवृत्ति देखिएको छ । मानसिक समस्याबाट बच्नका लागि सकारात्मक सोच, स्वस्थ जीवनशैलीमा ध्यान दिनुपर्ने उहाँको भनाइ छ ।

कार्यक्रममा डा कृष्णबहादुर थापाले बालबालिकामा जन्मजात देखिने डिस्लेक्सियाको प्रभाव बढ्दै गएको बताउनुभयो । विश्वमा विद्यालय जाने अवस्थाका तीन देखि १९ प्रतिशत बालबालिकामा यस्तो समस्या रहने अध्ययनले देखाएको बताउँदै नेपालको सन्दर्भमा पनि बालबालिकामा यस्तो समस्या बढ्दै गएको उहाँले जानकारी दिनुभयो । सचेतनाको अभावले नेपालमा यस्तो रोग लागेका बच्चाका लागि छुट्टै शिक्षा प्रणालीको व्यवस्था गर्न नसकिएको उहाँको भनाइ थियो ।

"डिस्लेक्सिया भएका बच्चा अरू सामान्य बच्चाभन्दा फरक हुन्छन् । उनीहरु शुद्ध उच्चारण गर्न नसक्ने तथा एकदमै ढिला अध्ययन गर्ने हुन्छन् । दायाँबायाँ ट्याउन नसक्ने हुँदा उनीहरु स्मल बी र डीलाई एउटै देख्छन्। जसले पनि अध्ययनमा अप्ठ्यारो हुन्छ", उहाँले भन्नुभयो । यस्ता बालबालिकाको अवस्था अनुसार पेडागोजी तयार गरी सोहीअनुसार डिस्लेक्सिया भएका बालबालिकालाई सिकाइ प्रणाली लागू गर्न राज्यले पनि ध्यान दिनुपर्नेमा उहाँले जोड दिनुभयो ।

प्रा डा अञ्जना सिंहले नेपालमा डेङ्गु भाइरसको प्रभावका सम्बन्धमा कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नुभएको थियो । डेङ्गु एडिस जातिका (एजिप्टाइ र अल्बोपिक्टस) पोथी लामखुट्टेको टोकाइबाट लाग्ने उहाँले बताउनुभयो। नेपालमा २००४ सालमा डेङ्गु देखिएको बताउँदै उहाँले नेपालमा डेङ्गु संक्रमण बढ्दै गएको उल्लेख गर्नुभयो । "डेङ्गु एउटा मानिसबाट अर्को मानिसमा सर्दैन र यो तब मात्र सर्छ जब एउटा लामखुट्टेली संक्रमित मानिसलाई टोक्छ र त्यो लामखुट्टेमा भाइरस विकास भएर त्यो लामखुट्टेले अर्को स्वस्थ मासिलाई टोक्छ", उहाँले भन्नुभयो । पूर्व स्वास्थ्य सचिव डा सुधा शर्माले एनआरएनएले यो महामारीको समयमा आयोजना गरेको लाइफ एण्ड हेल्थ साइन्स विषयक कार्यक्रम निकै महत्वपूर्ण भएको बताउनुभयो । उहाँले नेपालमा अर्टिजम डिस्लेक्सिया लगायत मानसिक रोग, मुटु रोग, क्यान्सर, डेङ्गुलगायत नसर्ने रोगको जोखिम बढ्दै गएको बताउँदै न्यूनीकरणका लागि राज्यसँगै सम्पूर्ण सरोकारवालाको सहकार्य आवश्यकता भएको औँल्याउनुभयो । डा कृष्ण काफ्लेले नेपालको मध्यपहाड मानव, वन्यजन्तुबीचको द्वन्द्व क्षेत्रदेखि जुनोटिक रोगहरूको उच्च जोखिम क्षेत्र बन्दासम्मको परिवर्तन विषयमा कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

राहतको माग गर्दै होटल व्यवसायीद्वारा पेरिसमा जुलुस

♦ रासस/एएनआई (पेरिस)

होटल मालिकहरूले फ्रान्सको राजधानी पेरिसको रिंग रोडमा ट्राफिक आंशिक रूपमा अवरूद्ध हुनेगरी प्रदर्शन गर्दै राज्यबाट सहयोगको मांग गरेका छन्। उनीहरूले संकटमा परेका उद्योगलाई सहयोग प्याकेजहरु उपलब्ध गराउन माग गरेका हुन् । कोभिड-१९ संक्रमण दर पुनः बढ्न थालेपछि सरकारले शहरी क्षेत्रमा प्रतिबन्धका उपायहरु तीव्र पारेका् छ । संक्रमण नियन्त्रणका उपायको अवलम्बन गर्दा आफ्नो व्यवसाय धरापमा परेको भन्दै उनीहरु प्रदर्शनमा उत्रिएका हुन् ।

पेरिस शहर प्रशासनले गत हप्ता अधिकतम कोरोनाभाइरस संक्रमणको चेतावनी दिँदै भाइरसको थप प्रसारलाई रोक्नको लागि बार, स्विमिंग पूल र जिमलाई १४ दिन बन्द गर्ने आदेश दिएको छ । प्रशासनले साझा स्थानहरुमा मास्क लगाउने आवश्यकता अनुसार शहरमा हिँडडुल गर्ने र सामाजिक दूरीका नियमहरूलाई पालना गर्न जुलाईमा पुनः निर्देशन जारी गरेको थियो । एएन्आइलाई प्राप्त भिडियोमा प्रदर्शनकारीहरूले पोस्टर तथा व्यानर बोकेर विरोध प्रदर्शन गरेको देखिन्छ।

आन्दोलनमा उत्रिएका कम्पनीहरूलाई सहायता, आंशिक बेरोजगार भत्तालगायतका सुविधा व्यवस्था गर्न र करहरूमा छुट दिन माग गरेका बताइएको छ । फ्रान्सले कोरोनाभाइरसको संक्रमणको दोस्रो लहरमा मध्य ग्रीष्मकालदेखि पुनः दोहोरिएपछि दैनिक हजारौँ व्यक्ति संक्रमित बनेका छन्। नयाँ संक्रमणको पछिल्लो दैनिक रेकर्डमा संक्रमण पुष्टि हुनेको संख्या दैनिक २५ हजारको हाराहारीमा रहेको छ ।

हालसम्म फ्रान्समा ७७ लाख छ हजारभन्दा बढी व्यक्ति संक्रमित भएका छन् भने ३२ हजार ७०३ संक्रमितको मृत्यु भएको छ । मंगलबारसम्म विश्वमा संक्रमितको संख्या तीन करोड ८० लाख ६३ हजारभन्दा बढी रहेको छ भने १० लाख ८६ हजारभन्दा बढी संक्रमित व्यक्तिको मृत्यु भएको छ ।

सबैभन्दा बढी प्रभावित अमेरिकामा सङ्क्रमितको संख्या आठ लाख ३८ हजार रहेको छ भने दुई लाख २० हजार व्यक्तिको मृत्यु भइसकेको छ। दोस्रो बढी सङ्क्रमित रहेको देश भारत रहेको छ भने ब्राजिल, रूस, कोलम्बिया, स्पेन, अर्जेन्टिना, पेरू, मेक्सिको, फ्रान्स संक्रमणका हिसाबले बढी प्रभावित मुलुक हुन् ।

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

यही असोज ३0 गते शुक्रबार

१) काठमाडौं बिर अस्पतालका वरिष्ठ न्युरो सर्जन, नशा, तथा टाउको दुख्ने रोग विशेषज्ञ **डा. ध्रुब राज अधिकारी**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, टाउको दुख्ने, मन आतिने, निन्द्र नपर्ने आदि समस्या भएमा तुरून्त सम्पर्क राखी सेवा लिनु होला।

यही कात्तिक 0१ गते शनिबार

१) पोखरा गण्डकी मेडिकल कलेज र पोखरा डाइविटिज एण्ड थाइराइड सेन्टरका वरिष्ठ फिजीसियन, मधुमेह तथा थाईरोइड रोग विशेषज्ञ **डा. तिर्थलाल उपाध्याय**द्वारा शरिर गल्ने, मुख सुक्ने, पिसाब छिटो छिटो हुने, भोक लागिरहने तर दुब्लाउदै जाने, शरीर सुनिने, प्रेसर बढी हुने, मुटुको समस्या आउने, मन आतिने, शरिर भारी हुने, कपाल झर्ने, बच्चा नहुने बाझो पना आउने आदि समस्या भएमा तुरून्त सम्पर्क राखी सेवा लिनु होस् ।

समाजिक दुरी कायम गरी उपचार सेवा दिइने छ ।

हाम्रा उपलब्ध सेवाहरु :

१) मेडिकल अफिसरद्वारा 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 ।

मिर्लुङ पोलिक्लिनिक प्रा.लि.

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

विजया दशमी तथा शुभ दिपावलीका अवसरमा सबैमा हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

प्रो. मान बहादुर श्रेष्ठ

दियालो स्टोर्स एण्ड अण्डा सप्लायर्स

व्यास-४, बागबजार, दमौली, तनहुँ ।
फोन : ०६५-५८१२८२, ९८५६०६०२६१, ९८१४१५५५२८

हाम्रो सेवाहरू : अण्डा, दाना तथा चल्लाको थोक तथा खुद्रा सुपथ मूल्यमा पाईन्छ ।

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.

व्यास-२, वागबजार, दमौली, तनहुँ

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

हार्डवेयरका सामाग्रि खरिदमा विशेष छुटको व्यवस्था

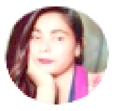
शिक्षकको पेशागत ....

समापनमा व्यास नगरपालिकाका प्रमुख वैकुण्ठ न्यौपाने, नेपाल शिक्षक संघ संघीय कार्य समितिका महासचिव, अर्थ, पुष्प कला भट्टराई, महासंघका संघीय उपमहासचिव विजयराज पौडेल नेपाल, शिक्षक संघ गण्डकी प्रदेशका अध्यक्ष शिरोमणि लामिछाने, शिक्षक संघका पूर्वअध्यक्ष रमेशचन्द हडखले, प्रदेश उपमहासचिव सुलोचना पण्डित, महासंघ जिल्ला अध्यक्ष रामचन्द्र पोखरेल लगायतका वक्ताहरूले वर्तमान समयलाई लक्षित गरी सञ्चालित तालिम उपलब्धी मुलक हुनेमा विश्वास व्यक्त गरे ।

स्वास्थ्य सामाग्रि र ट्राफिक सामाग्रि वितरण तथा सचेतना कार्यक्रम : तनहुँको बन्दीपुर गाउँपालिका-१ डुम्रे बजारमा सुरक्षाकर्मीलाई स्वास्थ्य सामाग्रि हस्तान्तरण गर्दै गाउँपालिकाका अध्यक्ष पूर्णसिं थापा । गाउँपालिकाले सुरक्षाकर्मी तथा सर्वसाधारणलाई स्वास्थ्य सुरक्षाका सामाग्रिका साथै डुम्रे बजार क्षेत्रमा ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि आवश्यक पर्ने ८ थान होडिङबोर्ड र ३३ थान ट्राफिक संकेतका बोर्ड उपलब्ध गराएको छ ।

तस्विर : डिपी अधिकारी/भञ्ज्याङ

facebook twitter



रमा ओलि
twitter.com/Ramawali77677
असल चरित्र सकरात्मक सौँच मेरो सबैभन्दा ठुलो हतियार हो । तपाईसँग असल चरित्र छ, भने तपाईलाई कसैले पनि हल्लाउन त के चलाउन पनि सक्दैन । असल चरित्रले तपाईलाई सँदा सहि बाटो डोर्याइ रहेको हुन्छ । सकरात्मक चरित्रले लोभ लालच स्वार्थलाई ईन्कार गर्छ । र मानिसलाई लक्ष्यमा केन्द्रित बनाउछ।

सुसी गौतम
twitter.com/susigtm
सुरुवात सुन्दर हुनुपर्छ । अन्त्यको नाम त मृत्यु नै हो। पैसाले धनी त प्राय : मानिसहरू होलान मनको धनी भगवानले कोहीकोहीलाई मात्र दिएका हुदा रैछन ।

मोहन प्रसाद मैनाली
twitter.com/mohanmainali
कोरोनाको औषधि बन्छ नै भन्ने छैन, बनेपनि लामो समय लाग्ने देखियो ! कोरोनासँग बिस्तारै घुलमिल भएर साधारण भाइरस जस्तै नबनाएसम्म यसको त्रास रहिरहने देखियो । अहिलेको अवस्थामा रोग प्रतिरोधी क्षमता विस्तार गर्दै सरकारले दिएको स्वास्थ्य मापदण्डको पालना गर्नुको विकल्प छैन ।

कोरोना कहर : तुलनात्मकरूपमा चितवनमा मृत्युदर उच्च

♦ **रासस** (चितवन)

समग्र देशको तुलनामा चितवनमा कोभिड-१९ संक्रमणका कारण हुने मृत्युदर उच्च पाइएको छ । अन्य जिल्लाबाट उपचारका लागि यहाँ आएर मृत्यु भएकालाई छाड्दासमेत जिल्लाको मृत्युदर १.२८ प्रतिशत पुगेको हो । स्वास्थ्य मन्त्रालयले सोमबार सार्वजनिक गरेको तथ्याङ्कअनुसार नेपालमा कूल संक्रमित संख्या एक लाख ११ हजार ८०२ रहेको छ भने मृत्यु ६४५ पुगेको छ । यस हिसाबले नेपालको मृत्युदर ०.५७ प्रतिशत हुन आउँछ तर जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय चितवनका अनुसार जिल्लाको मृत्युदर १.२८ प्रतिशत पुगेको छ । जुन समग्र नेपालको मृत्युदरभन्दा दोब्बर बढी हो ।

जनस्वास्थ्य अधिकृत गीताञ्जली ढकालका अनुसार जिल्लामा कूल संक्रमित संख्या दुई हजार ७९२ रहेको छ । त्यसमध्ये ३६ जनाको मृत्यु भएको हो । जिल्लामा एक हजार ६७२ जना निको भएका छन् भने एक हजार ११८ जना सक्रिय संक्रमित रहेका छन् । बाहिरी जिल्लाबाट यहाँ उपचार गर्न आउनेसमेत जोड्ने हो भने मृतकको संख्या ६४ पुगेको छ ।

मृत्यु भएकामध्ये पनि सबैभन्दा धेरै भरतपुर अस्पतालमा रहेका छन । भरतपुर अस्पतालमा उपचारार्थ भर्ना भएकामध्ये पाँच प्रतिशतको मृत्यु भएको छ । ८१ प्रतिशत निको भएर डिस्चार्ज भएका छन् भने १४ प्रतिशत उपचाररत रहेका छन् । यस अवधिमा भरतपुर अस्पतालमा उपचार गरिएका ३०१ कोरोना सङ्क्रमितमध्ये १०२ जना चितवनभन्दा बाहिरी जिल्लाका रहेका छन् । चितवनबाहेक १२ जिल्लाका सङ्क्रमित यहाँ उपचार गर्न आउने गरेका छन् ।

जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय चितवनका प्रमुख दीपक तिवारी शुरू शुरूमा अग्रभागमा काम गर्ने स्वास्थ्यकर्मी, सुरक्षाकर्मीलगायत युवा वर्गलाई संक्रमण भएको भए पनि पछिल्लो समय पाको उमेरका दीर्घरोगी बढी प्रभावित भएकाले मृत्युदर बढेको बताउनुहुन्छ । युरोपमा समेत ७५ वर्ष माथिकाको मृत्युदर २५ प्रतिशत भएको भन्दै उहाँले माथिल्लो उमेर र दीर्घरोगी बढी प्रभावित हुने जानकारी दिनुभयो। यो रोगले कसैकसैलाई झुक्याउने गरेको उहाँको भनाइ छ । एकैचोटी निमोनिया भएर अस्पताल आउँदाआउँदै मृत्युसमेत हुने गरेको छ ।

भरतपुर अस्पताल विकास समितिका अध्यक्ष तथा वरिष्ठ फिजिसियन डा भोजराज अधिकारी होम आइसोलेसनमा रहेका बिरामी अन्तिम अवस्थामा अस्पताल आउँदा मृत्युदर बढेको बताउनुहुन्छ। उहाँले भन्नुभयो, "ज्वरो, खोकी लागेपछि घरमै बस्नु ठीक हो कि भनेर घरमै बस्ने र अन्तिम अवस्थामा निमोनियासहित अस्पताल आउने धेरै भए ।" उहाँका अनुसार घरमा आइसोलेसन बस्नेले आफ्नो स्वास्थ्यको खतराको चिह्न पहिचान गर्न नसक्दा जोखिम बढेको छ । घरमा आइसोलेसन बस्नेले ज्वरो, रगतमा अक्सिजनको मात्रा, स्वासप्रस्वासमा भएको समस्या आदिबारे जानकारी लिइरहनुपर्ने र यस्ता सूचक थोरै मात्रै तलमाथि भएमा स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाह लिनुपर्ने उहाँले सुझाव दिनुभयो ।

पहिलेदेखि मिर्गौलाको डायलासिस गराइरहेका बिरामीले नियमित डायलासिस गराउन नपाउँदा पनि बढी जोखिमा बढेको अधिकारी बताउनुहुन्छ । यसै जिल्लामा स्वास्थ्य सेवा राम्रो भएका कारण यही सेवा उपभोग गर्नकै लागि बसोबास गर्ने पनि धेरै रहेको उहाँको भनाइ छ ।

यातायात, शिक्षा र स्वास्थ्यका हिसाबले उत्कृष्ट जिल्ला भएका कारण चितवन बसोबासको दृष्टिले मानिसको रोजाइमा पर्ने गरेको तर जिल्लामा रोगको प्रकोप पनि बढी हुने गरेको छ। भाइरल ज्वरो, डेङ्गु, स्क्रबटाइफसजस्ता रोगको प्रकोप पनि जिल्लामा बढी हुने गरेको छ । यातायातको सुविधाले मानिसको सहज आउजाउले पनि रोग भित्रिन मद्दत पुग्ने गरेको विज्ञ बताउँछन् ।

कोरोना कहर : शोकमा डुब्यो भिमाद बजार

♦ **भञ्ज्याङ समाचारदाता** (दमौली)

कोरोना भाइरस (कोभिड-१९) संक्रमणका कारण एकै परिवारका तीन सदस्यको ज्यान गएपछि अहिले तनहुँको भिमाद बजार शोकमा डुबेको छ। कोरोना संक्रमणकै कारण एक हप्ताको अन्तरमा बुबा र दुई छोरासहित एकै परिवारका तीन जनाको मृत्यु भएपछि अहिले भिमाद बजारका बासिन्दा चिन्ता र शोकमा डुबेका छन् । भिमाद-६ का धर्मकुमार श्रेष्ठ बिरामी भएर अस्पताल भर्ना भएपछि उनका चार छोराहरु भेट्न जाने गरेका थिए। कोरोना महामारीका बेला अस्पताल भर्ना भएका अभिभावकसंगै ४ जना छोरा र परिवारका अन्य सदस्यलाई कोरोना भाइरस संक्रमण देखियो। मेडिसिटी रेफर गरिएको थियो । उपचारकै क्रममा कोरोना पुष्टि भएका उनको असोज २५ गते निधन भयो ।

त्यसअघि साहिँला छोराको असोज १८ गते चितवनकै सीएमसीमा निधन भएको थियो । उनलाई घाँटी समाउने र श्वासप्रश्वासमा समस्या देखिएपछि एम्बुलेन्समा राखेर अस्पताल लैजाँदा-लैजाँदै बाटैमा ज्यान गएको अनुमान गरिएको छ । किनकि सीएमसीका चिकित्सकले उपचार गर्न नपाई एकै पटक मृत घोषणा गरेको जानकारी परिवार सदस्यलाई दिएका थिए । उनमा मधुमेह समेत थियो । साहिँलाको मृत्यु भएको भोलिपल्ट माहिलालाई कोरोनाकै लक्षण देखियो । उनलाई

कोरोना संक्रमणकै कारण १ हप्ताको अन्तरमा बुवा र २ छोरासहित एकै परिवारका ३ जनाको मृत्यु भयो । यो घटनाले भिमाद बजारका बासिन्दा चिन्तित र त्रसित छन् । कोरोनाले एकै परिवारका ३ जनाको मृत्यु भएपछि सिंगो भिमाद शोकमा डुबेको भिमाद-६ का वडाध्यक्ष श्यामसुन्दर जोशीले बताए । कोरोनाकै कारण जेठा छोरा र माहिली बुहारी काठमाडौंमा भेन्टिलेटरमा उपचार गराइरहेका छन् ।

असोज तेस्रो साता परिवारमा महामारीको रूपमा विश्वभर फैलिएको कोरोना छिरेपछि परिवार छिन्नभिन्न भएको छ । कोरोनाले असोज १८ साहिँला छोरा, असोज २४ गते माहिला छोरा र असोज २५ गते बुवाको मृत्यु हुन पुगेको छ । भिमाद निवासी दधिराज सुवेदीका अनुसार चितवनमा कान्छा छोरासँग बस्दै आएका बुवा २ हप्ताअघि बिरामी परेका थिए । बुढ्यौली उमेरमा विभिन्न समस्या बेलाबखत आइरहने भएकाले उनलाई चितवनस्थित चितवन मेडिकल कलेज (सीएमसी)मा भर्ना गरेर बढी भएपछि काठमाडौंको तुरुन्तै काठमाडौंको बीएनबी पुऱ्याइयो । परीक्षणमा कोरोना पुष्टि भएपछि असोज २४ गते उपचारकै क्रममा उनको मृत्यु भयो। त्यसको केही दिनअघि प्नोस्टेटको शल्यक्रिया भई उनी घरमै आराम गरिरहेका थिए । त्यसको भोलिपल्ट उनका बुवाको मृत्यु भयो ।

परिवारका जेठा छोराको हाल ह्याम्स अस्पताल काठमाडौंमा उपचार भइरहेको छ । माहिली बुहारी पनि कोरोना संक्रमित छिन्। उनलाई कोरोनाले च्यापेपछि काठमाडौंको शुक्रराज ट्रपिकल अस्पतालमा भेन्टिलेटरमा राखेर उपचार भइरहेको भिमाद-६ का वडाध्यक्ष जोशीले जानकारी दिए।

साहिँली बुहारीको सोमवार पीसीआर परीक्षणमा कोरोना पोजेटिभ देखिएको जनाइएको छ। उनी हाल परिवारका सदस्य गुमाउँदा शोकको घडीबीच भिमादस्थित घरमै आइसोलेसनमा बसेकी छन् । उनको गाडीका चालकलाई पनि कोरोना देखिएको छ । परिवारमा सबैभन्दा पहिले कोरोना देखिएका कान्छा भने असोज १७ गते निको भएको बताइएको छ।

कात्तिक १५ गतेसम्म विद्यालय ......

स्वास्थ्यकर्मी, सुरक्षाकर्मीलाई प्रभाव, दवाव सृजना गरी बाहिर वा घर नजान अनुरोध गरिएको छ ।

नगरपालिकाले ठूला चाडवाडको अवस्था रहेको हुँदा मानिसहरू भेला भई पूजा, वली, प्रार्थना, भोजभेतर गर्ने अवस्थाबाट संक्रमण विस्तारित हुने हुँदा त्यस्ता कुनै कार्यक्रमहरू नगर्न नगराउन अनुरोध गरेको छ । यस्तै, उद्योग व्यवसाय सञ्चालकहरूले बिहान ७ बजेदेखि साँझ ७ बजेसम्म मात्र पूर्ण सावधानी र सतर्कतापूर्वक स्वास्थ्य मापदण्ड पालना गरेर मात्र व्यवसाय सञ्चालन गर्न र सम्पूर्ण नगरवासीले अत्यावस्यक कामका लागि मात्र स्वास्थ्य मापदण्ड पालना गरी मास्क लगाएर मात्र घर बाहिर निस्कन तथा सम्बन्धित काम सकिएपछि घर फर्किएर सुरक्षित बस्नु भनिएको छ ।

होटल, रेष्टुरेण्टहरू बेलुका ९ बजेसम्म मात्र सञ्चालन गर्न र २५ जना भन्दा बढी व्यक्तिहरू भेला जम्मा हुने गरी कुनै कार्यक्रमहरू सञ्चालन नगर्न नगराउनु हुन नगरपालिकाले आग्रह गरेको छ । यस्तै, उल्लेखित सावधानी र सतर्कता एवं नेपाल सरकारले तोकेका निशेध र मापदण्ड अपनाउने काममा सम्पूर्ण नगरवासी, सुरक्षा निकायबाट सदा झै सहयोग गर्न पनि नगरपालिकाले अनुरोध गरेको छ ।

त्यस्तै, कोभिड-१९ को महामारीमा व्यास नगरपालिका पनि प्रभावित भएको र महामारीलाई रोकथाम गर्ने अभियानमा आइसोलेसन एवं क्वारेन्टिन राख्न सहयोग पुऱ्याउने विभिन्न शैक्षिक संस्था, दिन रात खट्ने स्वास्थ्यकर्मी, सुरक्षाकर्मी, सरसफाईकर्मी, एम्बुलेन्स चालक सञ्चालक नगरपालिका सवारी चालकहरूको विशिष्ट एवं मानवीय सेवामा पुऱ्याउनु भएको सहयोगका लागि व्यास नगरपालिका धन्यवाद ज्ञापन गरेको छ । यस अभियानमा सामाजिक क्षेत्रका संघ संस्था, विभिन्न महानुभावहरू, राजनैतिक दल, सञ्चारकर्मीबाट प्राप्त सहयोग र सद्भावको नगरपालिका सदा स्मरण गर्दछ भनिएको छ ।

यस्तै, व्यास नगरपालिकामा हालसम्म विदेशबाट १ हजार २०२ जनालाई क्वारेन्टिनमा र होम क्वारेन्टिनमा राखिएकोमा २ हजार ६ जनाको पीसीआर परीक्षण गरिएको थियो । परीक्षण गरिएका मध्ये १७१ जनामा संक्रमण पुष्टि भएकोमा ९१ जना निको भएर घर फर्किएको नगरपालिकाले जनाएको छ । नगरपालिकामा हाल ६५ जना सक्रिय संक्रमित रहेका छन भने दुई जना महिलाको कोरोना संक्रमणबाट मृत्यु भएको छ। नगरपालिकाले समुदायका ५२९ जनाको स्वाब नमुना संकलन गरी पीसीआर परीक्षण गरेको जनाएको छ ।

साबुन पानीले मिचिमिचि हात धुने बानीको विकास गरौं ।

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