bhanjyangnews.com

वि.सं. २०३९ सालदेखि निरन्तर प्रकाशित

भञ्ज्याङ

राष्ट्रिय दैनिक

BHANJYANG NATIONAL DAILY

एसियन पेन्टस र सेरा कम्पनीको आधिकारीक बिक्रेता

सम्पूर्ण रङ रोकनका सामान होलसेल तथा खुद्रा बिक्री गरिन्छ । साथै पेन्टर चाहिएमा पनि सम्पर्क गर्नुहोला ।

प्रो. श्याम मौरती

व्यास-२, भेटघाटचोक, दमौली, तनहुँ

फोन:०६५-५६२६८७, ९८५६०६०३४७

ग्रिनरी भानु सप्लायर्स

कोरोना कहरको चपेटामा बन्दिपुर : पहाडकी रानी उपनामले परिचित तनहुँको पर्यटकीय नगरी बन्दिपुर । पहिलो लहरको कोरोना कहरबाट विस्तारै लयमा फर्कदै गरेको बन्दिपुरको पर्यटन व्यवसाय नयाँ भेरियन्ट सहितको दोश्रो लहरको कोरोना संक्रमण रोकथाम तथा न्यूनिकरणका लागि स्थानीय प्रशासनले जारी गरेको निषेधाज्ञाका कारण सुनसान बनेको छ । सोमबार १२० जनाको एन्टिजेन प्रविधिबाट गरिएको कोरोना परीक्षणमा २० जनामा संक्रमण पुष्टि भएपछि बन्दिपुर बजार क्षेत्रमा स्थानीय बासिन्दाको चहलपहल समेत घटेको छ ।

तस्विर : नारायण खड्का/भञ्ज्याङ

असारदेखि ‘लुज डाउन’को तयारी

नारायण ढुंगाना/दमौली

विश्वव्यापी महामारीका रूपमा फैलिएको कोभिड–१९ संक्रमणको गति मुलुकमा क्रमशः न्यून हुँदै गएपछि सरकारले निशेषाज्ञालाई विस्तारै खुकुलो बनाउँदै लैजाने योजना अघि सार्ने भएको छ। गृह मन्त्रालयका अनुसार मुलुकभर जारी गरिएको निषेधको आदेश कार्यान्वयन र संक्रमणको अवस्थाबारे समीक्षा भइरहेको र त्यसैका आधामा असारदेखि कसरी अघि बढ्ने भन्ने कुराको निर्क्योल हुने जनाइएको छ। गृहप्रवक्ता जनकराज दाहालले जिल्लाबाट रिपोर्टिङ् लिने क्रम जारी रहेको जानकारी दिनुभयो। “यसअघि ‘लकडाउन’ थियो, असारदेखि भने ‘लुज डाउन’ लागू गर्ने योजना छ, मुलुकभरको सुझाव आएपछि त्यसको आधारमा आवश्यक निर्णय लिइने छ“, दाहालले रासससँग भन्नुभयो, “केही सहजीकरण भने पक्कै हुनेछ।” संक्रमणभन्दा निको हुने दर दोब्बर हुँदै गएको र मृत्युदरसमेत न्यून भएकाले निषेधाज्ञामा केही खुकुलो गर्ने योजनाका साथ अहिले काम भइरहेको छ। आ–आफ्नो जिल्लामा आदेश लागू गर्ने र हटाउने अधिकार सरकारले प्रजिअलाई नै दिएकाले गृहको आवश्यक समन्वय र निर्देशनमा काम अघि बढ्नेछ ।

कोरोना नियन्त्रण तथा रोकथामका लागि जारी निषेधाज्ञा तथा कोरोना परीक्षणको दायरा वृद्धि भएसँगै पछिल्लो दिन संक्रमितभन्दा निको हुनेदर उच्च हुँदै गइरहेको तथ्याङ्कल देखाएको छ । सोमबार झण्डै १८ हजारको परीक्षण गरिएकोमा चार हजार ४७२ मा सङ्क्रमण पुष्टि भएको र छ हजार ९५१ संक्रमित निको भएका छन्। सोही अवधिमा कोरोनाबाट ९२ जनाको मृत्यु भएको छ। त्यसअघि १८ हजारको परीक्षणमा कम्तिमा पनि आठ हजारमाथि संक्रमित फेला पर्दै आएका थिए । मानिसको मृत्यु तीन अंकको थियो ।

कोरोनाको पहिलो लहरमा जारी गरिएको बन्दाबन्दी एक्कासी खोल्दा संक्रमणले गति लिएको उदाहरण प्रस्तुत गर्दै गृह प्रवक्ता दाहालले यसपाली भने त्यो गल्ती नदोहोरिने स्पष्ट पार्नुभयो । उहाँका अनुसार आवश्यकताका आधारमा विस्तारै खुकुलो पार्दै लगिने छ । उक्त अवधिभर सभा, सम्मेलन, गोष्ठी, तालिम, सेमिनार, सिनेमा हल, डान्सबार, दोहोरी, नाचघर, क्लव, पार्टी प्यालेस, स्विमिङ पुल, शपिङ मल, मनोरञ्जनस्थल, सैलुन, ब्युटी पार्लर, हेल्थ क्लव, फुटसल, जिमखाना, समूहमा खेलिने खेलकूद, पुस्तकालय, संग्राहालय, चिडियाखाना, दर्शक सहितको खेलकूदका गतिविधि भने अझै खुल्ने छैन ।

मुख्यतः कृषि कर्मको बेला भएकाले त्यसलाई प्राथमिकता दिने योजना छ । दाहालले भन्नुभयो, “दैनिक जनजीवनसँग जोडिने कुरा प्राथमिकतामा पर्छन्, वर्षाको समय छ, मल बीउ, कृषि कर्म, अत्यावश्यक जनशक्ति व्यवस्थापन, सामग्री ओसारपसार र विकास निर्माणलाई प्राथमिकता दिइने तर पूर्णस्वास्थ्य मापदण्ड पालनामा भने कडाइ गरिनेछ । निषेधाज्ञाका कारण कोरोना नियन्त्रणमा ठूलो सहयोग मिलेको स्वास्थ्य मन्त्रालय बुझाइ छ । त्यसैले पनि एकैचोटी खुला गर्न नहुने पक्षमा मन्त्रालय पनि रहेको छ । काठमाडौँका सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी कल्पना घिमिरे यो साताको समीक्षाका आधारमा उपत्यकाको निषेधाज्ञाको निर्धारण हुने बताउनुहुन्छ । पछिल्लो समयमा संक्रमण घटेकाले पनि केही खुकुलो हुने आशा आमनागरिकले पनि लिएका छन्।

निषेधाज्ञा उलंघन गर्दै यही २० गतेदेखि भने मुलुकभर नै मानिसको चहलपहल बढेको पाइएको छ । यातायातका साधनसमेत बाक्लिएका छन् । उपत्यकामा समेत त्यो अवस्था देखिएको छ । अहिले नै लापरवाही गर्ने अवस्था नरहेको जनस्वास्थ्य विद्को भनाइ छ। जोखिम कायमै रहेकाले अझै एक महिना विशेष ध्यान दिनुपर्ने स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालकया सह–प्रवक्ता डा समीरकुमार अधिकारी बताउनुहुन्छ । दोस्रो कोरोनाको लहरसँगै नेपालमा गत वैशाख ७ गते बाग्लुङबाट निषेधको आदेश जारी गर्नेक्रम शुरू भएको थियो । संक्रमण नियन्त्रणका लागि वैशाख १३ गते बाँके र १४ गते सुर्खेतमा गरिएकामा १६ गतेदेखि उपत्यका सहीत धेरै जिल्लाले निषेधाज्ञा जारी गरेका थिए । जेठ मसान्तसम्म खोटाङ र मनाङ बाहेकका ७५ जिल्लाले निषेधाज्ञा जारी संक्रमण नियन्त्रणमा सक्रियता देखाइरहेका छन् ।

नेपाल प्रहरीका प्रवक्ता प्रहरी वरिष्ठ उपरीक्षक वसन्तबहादुर कुँवर आदेशको पूर्ण कार्यान्वयनमा ७७ वटै जिल्लाका प्रहरी खटिएको बताउनुहुन्छ । अझै पनि मानिस आफ्नो स्वास्थ्यका लागि सचेत नभएको उल्लेख गर्दै उहाँले प्रहरी देखे मात्रै मानिस सचेत हुने त्यसपछि लापरवाही गर्ने क्रम कायम रहेको बताउनुभयो। चिकित्सकले आफू बाहेक सबै कोभिड संक्रमित हो भनेर व्यवहार गर्न नागरिकसँग अनुरोध गरिरहेका छन् । रासस

देवघाटधाम वेणीसंगम प्रवेशद्वार : पवित्र धार्मिक तिर्थस्थल तनहुँको देवघाटधाम वेणीसंगम प्रवेश गर्ने श्री हरि शंकर देवद्वार कोरोना कहरका कारण सुनसान अवस्थामा। दैनिक सयौंको संख्यामा भक्तजन तथा धार्मिक पर्यटक आउने यस देवघाट क्षेत्र अहिले सुनसान अवस्थामा छ । *तस्विर : नारायण खड्का/भञ्ज्याङ*

पाँच हजार संक्रमित थपिए, साढे छ हजार निको भए

तनहुँमा ६१ जना निको भए, ८ जनामा संक्रमित

भञ्ज्याङ समाचारदाता/दमौली

मुलुकभरि पछिल्लो २४ घण्टामा पाँच हजार एक सय ५३ जना कोभिड–१९ का संक्रमित थपिएका छन् । स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयले जारी गरेको तथ्याङ्कमा १७ हजार ६७६ नमूना परीक्षणमा पाँच हजार १५३ जनामा संक्रमण पुष्टि भएको हो । तीमध्ये १२ हजार ६५ पिसिआर परीक्षण गर्दा तीन हजार ८७० र पाँच हजार ६११ एन्टिजेन परीक्षण गर्दा एक हजार २८३ जनामा संक्रमण देखिएको छ। योसँगै नेपालमा कोरोना भाइरस संक्रमितको संख्या पाँच लाख ९५ हजार ३६४ पुगेको छ । नेपालमा पिसिआर परीक्षण गरेकामध्ये संक्रमण दर १८.८ प्रतिशत रहेको छ । यस्तै मंगलबार छ हजार ५७० जना संक्रमित निको भएर घर फर्किएका छन् । नेपालमा निको हुने दर ८४.७ प्रतिशत रहेको छ। अहिलेसम्म निको भएर घर फर्किनेको संख्या पाँच लाख चार हजार ५३० पुगेको छ ।

१०८ जनाको निधन

मन्त्रालयका अनुसार विगत २४ घण्टामा कोरोना भाइरस संक्रमणबाट १०८ जनाको निधन भएको छ । योसँगै कोरोना भाइरस संक्रमणबाट मृत्यु हुनेको संख्या आठ हजार ९८ पुगेको छ। नेपालमा प्रति दश लाखमा २७७.९ जनाको संक्रमणका कारणले निधन हुने गरेको मन्त्रालयले जनाएको छ । यसैगरी कोरोना भाइरस संक्रमितमध्ये एक हजार ३२१ जना सघन उपचार कक्ष (आइसियु) र ३७२ जना भेन्टिलेटरमा छन् । आइसियुमा प्रदेश नं. १ मा २०२, प्रदेश नं. २ मा ७२, वागमतीमा ७३८, गण्डकीमा ११४, लुम्बिनीमा १३७, कर्णालीमा ३४ र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा २४ जना रहेका छन् । त्यस्तै भेन्टिलेटरमा प्रदेश नं. १ मा

बाँकी अन्तिम पेजमा

तनहुँको व्यास–५, आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रमा मंगलबार कोभिड विरूद्धको भेरोसिल खोप लगाइँदै । तनहुँका ९९ खोप केन्द्रबाट ६४, ६३ र ६२ उमेर समूहका नागरिकलाई खोप लगाइदै छ । *तस्विर: भञ्ज्याङ*

निडाद्वारा स्वास्थ्य सामाग्रि वितरण

भञ्ज्याङ समाचारदाता/दमौली

अपांगता भएका व्यक्तिको हितमा काम गर्दै आएको राष्ट्रिय एकीकृत विकास संघ (निडा)ले तनहुँका चार वटा स्वास्थ्य संस्थालाई स्वास्थ्य सामग्री सहयोग गरेको छ । संस्थाले भानु नगरपालिकाको पुरनडिही नगर अस्पताल, बन्दीपुर गाउँपालिकाको बन्दिपुर अस्पताल, शुक्लागण्डकी नगरपालिकाको जिपी कोइराला राष्ट्रिय श्वासप्रश्वास उपचार केन्द्र र भिमाद नगरपालिकाको भिमाद स्वास्थ्य केन्द्रलाई दश लाख रूपैयाँ बराबरको स्वास्थ्य सामग्री प्रदान गरिएको संस्थाले जनाएको छ ।

निडा तनहुँकी दिना गोतामेका अनुसार कोभिड अस्थायी अस्पतालको रूपमा रहेको संस्थाहरूलाई प्रत्येकका लागि ६२ थान पिपिई, पाँच थान अक्सोमिटर र एक थान अक्सिजन कन्सनटेट्टर सहयोग गरिएको छ । स्वास्थ्य सामग्रीको अभावमा विरामी र स्वास्थ्यकर्मीहरूले समस्या झेल्न नपारोस् भन्ने उद्देश्यले सहयोग गरेको निडाका अध्यक्ष विजयकुमार कार्कीले जानकारी दिए ।

निडा हङकङका नागरिक कादुरीको आर्थिक सहयोगमा गैर सरकारी संस्थाको रूपमा परिचालन हुँदै आएका छ । संस्थाले गोरखाको पालुङटारको आँपपिपल अस्पताल, लमजुङको नमुना सामुदायिक अस्पताल सुन्दर बजारलाई पनि सहयोग गरेको छ ।

सम्पादकीय...........

नयाँ शैक्षिक सत्र !

कोरोना कहरको चपेटामा शिक्षण संस्था पनि परेका छन् । गत वर्षदेखि शिक्षण संस्थाले नियमित पठनपाठन सञ्चालन गर्न नसक्दा बालबालिकाको सिकाई प्रक्रिया अवरूद्ध हुँदै आएको छ । पहिलो लहरको कोरोना कहर रोकथाम तथा न्यूनिकरणका लागि भन्दै सरकारले लामो समय लकडाउन जारी गर्दा शिक्षण संस्थाहरू प्रभावित हुन पुगे । नयाँ भेरियन्ट सहितको दोश्रो लहरको कोरोना कहरका कारण अहिले पनि शिक्षण संस्थाहरूले नियमत पठनपाठन मात्र होइन विद्यार्थीको शैक्षिकसत्रको अन्तिम परीक्षा समेत सञ्चालन गर्न सकेनन् । स्वास्थ्य विज्ञहरूले कोरोनाको तेश्रो लहरको जोखिम रहेको भन्दै सचेत गराउँदै आएका छन्। यता सरकारले यही असार १ गतेदेखि नयाँ शैक्षिक सत्र सञ्चालन गर्ने तयारी गरेको छ । कोरोनाभाइरस महामारीले लगभग पूरै प्रभावित भएको शैक्षिक सत्र सिध्याएर अब सबै विद्यालयहरूले असार १ गतेदेखि नयाँ सत्र सुरू गर्दैछन्। धेरै समय भौतिक पठनपाठन रोकिएका कारण यो वर्ष पाठ्यक्रम केही संकुचित पारिनुका साथै शैक्षिक सत्र दुई महिनाले लम्ब्याइएको थियो । यो शैक्षिक सत्रको पढाइ कति सिद्धियो भन्ने प्रश्नको उत्तर आउने अवस्था भने छैन । देशैभरि एकैनासको विद्यालयहरु नभएका अनि देशैभरि भाइरस संक्रमण पनि एकैनासको नभएका कारण विद्यालयहरूमा परेको प्रभाव भिन्न भिन्न छ । बजार क्षेत्रमा इन्टरनेटको पहुँच भएका अधिकांश विद्यालयले वैकल्पिक माध्यमबाट पठनपाठन सञ्चालन गरेभने कतिपय विद्यालयले टोलटोलमा शिक्षक पठाएर सिकाईलाई निरन्तरता दिने प्रयास पनि गरेका थिए । तर, ग्रामीण क्षेत्रका विद्यालयहरूले पनि यी कुनै पनि विकल्पलाई अवलम्बन गर्न नसकेको अवस्था देखियो ।

वैकल्पिक पठनपाठनमा पनि निजी तथा सामुदायिक विद्यालयहरूबीच भिन्नता देखिन गयो । गत वर्षजस्तै यो वर्ष पनि एसईई परीक्षा आन्तरिक मूल्याङ्कनको आधारमा गरिने तयारी गरिएको छ । यस्तै, विद्यालय तहको अन्तिम परीक्षा फल पनि आन्तरिक मूल्याङ्कनबाटै प्रकाशितको अन्तिम तयारी गरिएको छ । यसरी परीक्षाको परिणाम सार्वजनिक गर्दा विद्यालय पिच्छे नतिजा पक्कै पनि फरक नै आउनेनै भयो । शैक्षिक सत्र त जसोतसो सकिए पनि मुख्य चुनौती त्यस अवधिमा आम विद्यार्थीहरूलाई कत्तिको गुणस्तरीय सिकाइ उपलब्ध भयो भन्ने मुख्य प्रश्न अगाडि खडा भएको छ । ज्ञान बाँड्ने हिसाबमा त वैकल्पिक माध्यमबाट पनि सकियो होला तर सीप बाँड्ने अनि प्रयोगात्मक विधिहरु भने विद्यार्थीले सिक्न पाएको देखिदैन । न्यूनतम सिकाइ हुनसक्यो कि सकेन भनेर विद्यालय तथा शिक्षकहरूले हेर्नुपर्ने देखिन्छ । खासगरी कक्षा ८ र १० का विद्यार्थी जो आन्तरिक मूल्याङ्कनका आधारमा अगाडिको कक्षामा पुग्दैछन् । उनीहरूको न्यूनतम सिकाई हुनसक्यो कि सकेन भन्ने विषयमा सम्बन्धित निकायबाट अध्ययन हुनेपर्ने देखिन्छ। वास्तवमा महामारीले शैक्षिक गुणस्तरमा ठ्याक्कै कति प्रभाव पार्‍यो भनेर बुझ्न यसपालिको एसईई नतिजा र गत वर्षको एसईईको नतिजा तुलना गर्नुपर्ने देखिन्छ। गर्न वर्ष पूर्ण पढ्न पाएका विद्यार्थीहरूको नतिजा र यसपालि वैकल्पिक माध्यमबाट पढेका विद्यार्थीहरूको नतिजा तुलना गर्दा त्यसले केही परिणम दिन सक्थ्यो ।

लामो समय अझै महामारीको चपेटा परिरहने देखिँदा अब जसोतसो शैक्षिक सत्र सिध्याउने ध्येयमात्र नराखी गुणस्तरमा पनि ध्यान दिनुपर्छ । यस तर्फ समयमै सोच्न सकिएन भने हामी शैक्षिक दुर्घटनामा पर्न सक्ने अवस्था पनि छ । यस्तै, दोश्रो लहरको कोरोना संक्रमण जोखिमबाट हामी जुधिरहेका छौं । स्वास्थ्यविज्ञहरूले तोश्रो लहरको कोरोना संक्रमण फैलन सक्ने भन्दै सचेत गराउँदै आइरहेको र तेश्रो लहरको कोरोनाबाट बालबालिका बढि प्रभावित हुने आशंका गरिएको छ । यस्तो अवस्थामा नयाँ शैक्षिक सत्र सुरू गर्दा बालबालिका तथा शिक्षक, अभिभावक कति सुरक्षित रहन्छन ? गम्भिर प्रश्न खडा भएको छ । कोरोना विरूद्धको खोप पनि सहज भएको छैन । सरकारले कोरोना विरूद्धको खोप अभियानलाई प्राथमिकता पनि दिएको छ । तर, बालबालिका र शिक्षकहरूको पहुँचामा खोप अझै सहज छैन । नयाँ शैक्षिक सत्र सञ्चालन गरी भौतिक रूपमा कक्षा सञ्चालन पुर्वनै शिक्षक, विद्यार्थी तथा अभिभावकलाई खोपको दुबै मात्र दिन सकियो भने पक्कै पनि शैक्षिक क्षेत्र कोरोना संक्रमणबाट सुरक्षित हुन सक्ला । यस विषयमा मुलकका तीनै तहका सरकार तथा सरोकारवाला निकायले समयमै ध्यान पुर्‍याउनु पर्दछ ।

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-8, 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,दमौली, - 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

कोरोना संक्रमण-अनुभव र व्यवहार

रामपुर नगरपालिका-३ गण्डकीढिक बस्ने ९२ वर्षीय नामदेव न्यौपानेले कोरोनालाई परास्त गरी घर फर्केपछि उहाँका परिवार, इष्टमित्र सबै खुशी छन् । घरमै आइसोलेशनमा करिब २२ दिन उच्च आत्मबल र अनुशासनका साथ बसेका न्यौपानेको अनुभव यतिखेर बालबालिकादेखि बृद्धसम्म सबैका लागि प्रेरणाको स्रोत बनेको छ । उमेरले नौ दशक काटेका न्यौपानेले कोरोना पोजेटिभ देखिएपछि अनुशासनमा रहेर सरकारले निर्देशन गरेको स्वास्थ्य मापदण्ड अपनाएर घरमै आइसोलेशनमा बस्नुका साथै औषधोपचार, खानपानमा राम्रै ध्यान दिएकाले कोरोना जित्न सफल भएको अनुभव सुनाउनुहुन्छ । जनस्वास्थ्यका मापदण्ड अपनाएर अनुशासनमा बसेमा कोरोना सहजै जित्न सकिने उहाँको अनुभव छ । "कोरोना केही होइन भनेर जथाभावी हिड्डुल गर्ने, खानपानमा ध्यान नदिने, स्वास्थ्य सुरक्षा नअपाउँदा जोखिम बढेको छ, मलाई लाग्छ कोरोना हाउगुजीजस्तै हो, अनुशासनको पालना गरौं, कोरोना भन्दैमा नआत्तिऔं, आत्मबल बढायौं भने कोरोना जितिन्छ", उहाँले भन्नुभयो। उहाँले घरायसी तथा आधुनिक औषधि पनि सेवन गर्नुभयो । कोरोना रोग जितेपछि उहाँ अहिले घरभित्र बाहिर मज्जाले हिँड्डुल गर्नुहुन्छ। उहाँलाई गत वैशाख १२ गतेदेखि स्वास्थ्यमा सामान्य समस्या देखिएको थियो । बुबाले कोरोना जितेको देख्दा घर परिवार सबै हर्षित बनेको छोरा विष्णु न्यौपाने बताउनुहुन्छ ।

"बुबालाई कोरोना पोजेटिभ देखिएपछि उहाँको रेखदेखमा हामी सबै परिवार सतर्क भएर लाग्यौं, बुबाले आइसोलेशनमा रहँदा केही दिन होस नपाउने, आत्तिने गर्नुहुन्थ्यो, रेखदेख उपचार निरन्तर गरिरहँदा २२ दिनपछि कोरोना जित्नुभयो", उहाँले भन्नुभयो । रामपुर नगरपालिका-५ सुन्दरटोल बस्ने दोवराज तिवारी पनि पिसिआर परीक्षणमा पोजेटिभ रिपोर्ट आएपछि २२ दिन घरमै आइसोलेशनमा बस्नुभयो । उहाँमा शुरूमा कोरोनासँग मिल्दोजुल्दो लक्षण देखिएको थिएन । तैपनि पिसिआर रिपोर्ट पोजेटिभ देखिएपछि आफू, परिवार, आफन्त र छिमेकीको सुरक्षाका लागि घरमै बस्नुभयो । उहाँले आइसोलेशनमा रहँदा सरकारले निर्देशन गरेका स्वास्थ्य मापदण्ड पालना गर्ने, नियमित औषधोपचार, स्वास्थ्यकर्मीसँगको परामर्श तथा सल्लाहमा रहनुभयो । उहाँ भन्नुहुन्छ, "पिसिआरमा पोजेटिभ रिपोर्ट आयो तर आफूलाई शुरूमा कोरोनासँग मिल्दोजुल्दो लक्षण कुनैपनि देखिँदैन, कोरोना हो या होइन भन्ने दोधार पनि भयो, बीचमा भने सामान्य अप्ठ्यारो महसुस भयो, तर कोरोना लाग्यो भनेर मलाई कत्तिपनि डर भएन" ।

उहाँलाई संक्रमण देखिएको खबर सुनेपछि आफन्त, साथिभाई भेटघाटका लागि जाँदा उहाँ आफैँले अरूलाई संक्रमणबारे सजग रहन सिकाउने, आत्मबल बढाउने जस्ता सल्लाह दिने गर्नुहुन्थ्यो । अहिले उहाँ आइसोलेशनबाट कोरोनालाई पराजित गरेर निस्केपछि संक्रमितका घर घरमा स्वास्थ्य अवस्थाबारे जानकारी लिन पुग्ने र संक्रमित र उनका परिवारलाई आत्मबल बढाउन प्रेरित गर्नुहुन्छ । पाल्पाको सामूदायिक रेडियो रामपुरका स्टेशन प्रबन्धक छबिलाल खनालले दुई/दुई पटक कोरोनासँग लडाइँ लड्नुभयो। खनाललाई गतवर्ष र यसवर्ष कोरोना संक्रमणको भाइरसले आक्रमण गर्‍यो तर उहाँ भने कोरोनासँग कत्तिपनि हतोत्साहित हुने, डराउने र बिचलित हुने गर्नुभएन । आफूलाई संक्रमण देखिएपनि हिम्मत गर्नुभयो, आत्मबल बढाउनुभयो, दुई पटकसम्म कोरोना जित्नुभयो । उमेरले ५८ वर्ष पुग्नुभएका खनालमा गतवर्ष पहिलो पटक कोरोना सङ्क्रमण देखिँदा ढाड धेरै दुख्ने, स्वाद, गन्ध थाहा नपाउने, सामान्य ज्वरो आउने समस्या थियो । पहिलो पटक सङ्क्रमित हुँदा उहाँ २६ दिन घरमै आइसोलेशनमै बसेर कोरोना जित्नुभयो । दोस्रो पटकको कोरोनाले आक्रमण गरेपछि १६ दिन घरमै आइसोलेशनमा बसेर कोरोना जित्न सफल हुनुभएको छ ।

"पहिलो पटक पोजेटिभ देखिदा कोरोनासँग मिल्दोजुल्दो केही समस्या देखिएको थियो, दोस्रो पटकको कोरोना देखिँदा एक दुई दिन रूघाखोकी लाग्ने बाहेक खासै समस्या भएन, आफूमा कुनै समस्या नभएपनि पोजेटिभ देखिएपछि सतर्क भएर घरमै बसैं अहिले निको भएपछि आफ्नै दैनिक कामकाजमा लागेको छु", उहाँले भन्नुभयो । अहिले उहाँ पनि कोरोना संक्रमितलाई आत्मबल बढाउन आफ्ना अनुभव सुनाउने गर्नुहुन्छ । उहाँले आफूमा पोजेटिभ संक्रमण देखिएपछि नियमितरूपमा बेसारपानी, तेजपत्ता, तुलसीपत्रलगायतका विभिन्न घरायसी जडिबुटी, स्वास्थ्यकर्मीले दिएका औषधि र सल्लाह तथा परामर्शलाई निरन्तर अबलम्वन गर्नुभयो । रामपुर नगरपालिका-३ रजघरा बस्ने ७९ वर्षीय केशमाया कंडेलले भने रामपुर अस्पतालको कोभिड अस्पतालबाट कोरोना जित्नुभयो । अस्पतालको आइसोलेशन कक्षमा उपचाररत कंडेलले दश दिन बसेर कोरोना जित्नुभएको हो । "कोरोना पोजेटिभ देखिएपछि सुरूमा धेरै डर लागेको थियो, केही दिन घरमै आइसोलेशनमा बसैं, स्वास्थ्यमा थप समस्या आएपछि अस्पताल भर्ना भएँ, मेरो उपचारमा डाक्टरले धेरै खटेर सञ्चो बनाउनुभयो, अहिले म आफूलाई बिरामी हुँ जस्तो पनि लाग्दैन" उहाँले खुशी हुँदै भन्नुभयो। आफ्नो उपचारमा निरन्तर खटेर निको गराउने स्वास्थ्यकर्मीलाई उहाँले धन्यवाद दिनुभएको छ ।

कोरोना पोजेटिभ देखिएपछि होम आइसोलेशनमा रहनुभएकी कंडेल स्वास्थ्यमा समस्या देखिएपछि उपचारका लागि अस्पतालमा आउनुभएको थियो । उहाँको स्वास्थ्यमा अलि बढी समस्या देखिएपछि कोभिड अस्पतालमा भर्ना गरेर राखियो । उहाँ अस्पताल भर्ना हुन आउँदा आत्तिरहनुभएको थियो, स्वास्थ्यकर्मीको निरन्तर औषधि उपचार र रेखदेखले छिट्टै निको बनाएर घर पठाइएको कोभिड फोकल पर्सन डाक्टर बासुदेव सुवेदीले जानकारी दिनुभएको छ । कोरोनाका बिरामीलाई नियमित स्वास्थ्यकर्मीको सम्पर्कमा रहन निमित्त मेडिकल सुपरीटेण्डेन डाक्टर विजय परियारले अनुरोध गर्नुभएको छ ।

संक्रमित परिवारलाई समाज, आफन्तले गर्ने व्यवहार

हाम्रो समाज अझैपनि पुरानो सौंच र मान्यतामा नै जकडिएको छ । अहिले पनि यहाँको अवस्था हेर्दा कोरोना संक्रमित रोगलेभन्दा पनि बढी सामाजको तिरस्कारले पीडित छन् भन्दा पनि हुन्छ । गाउँमा एक जना छिमेकीको घरमा कोरोना संक्रमण पुष्टि भयो भन्ने खबर आएपछि छरछिमेक, आफन्त सबैले हेर्ने नजर नकारात्मक छ । संक्रमित र उनका परिवार सतर्क रहेर बसेपनि छिमेकी, आफन्तले आवतजावत बन्द गर्ने, मेलापात, कुराकानीदेखि टाढा रहने गर्दा संक्रमितलाई रोगले होइन समुदायले गर्ने नराम्रो व्यवहारले स्वास्थ्यमा थप समस्या पारिरहेको हुन्छ ।

कोरोना संक्रमितको घरको नजिकैको बाटो भएर हिड्ने छिमेकी पनि संक्रमण देखिएको दिनदेखि नै कतिपयले बाटो नै परिवर्तन गरेको संक्रमितका परिवारको अनुभव छ । निको भए पश्चात पनि समाजले उनीहरूलाई राम्रो नजरले हेर्दैनन् । बाटोमा हिंड्ने क्रममा भेटिए सञ्चो बिसञ्चो सोध्नुको सट्टा उल्टै बाटो नै तर्किएर हिड्ने, ऐँचोपैँचो, मेलापातजस्ता कार्यमा पनि कतिपय छिमेकी टाढिने गरेको संक्रमितको गुनासो छ ।

संक्रमितका परिवार भन्छन्, "हामी कोरोना रोग लाग्यो भनेर डर त्रासमा छैनौं, तर छिमेकी, आफन्त, साथीभाई टाढिने, नराम्रो सौंच्ने व्यवहारले आइसोलेशनमा बस्दा पनि खिन्नता लाग्ने बनायौं, तर पनि हिम्मत हारेनौं, आत्मबल बढायौं, कोरोना जित्यौं" । दोस्रो पटक देखिएको नयाँ भेरिएण्टसहितको कोरोना संक्रमणले गाउँ गाउँमा प्रभाव पारेको छ । गतवर्ष गाउँका केही परिवारमा एक/दुई जना सदस्यलाई मात्रै कोरोना पोजेटिभ देखिएको थियो भने यसवर्ष कुनै कुनै परिवारका सबैजसो सदस्य कोरोनासँग जुधिरहेको पाइन्छ । नेपालका विभिन्न शहर, भारतलगायतका विभिन्न मुलुकमा बसोबास गरेका नागरिक निषेधाज्ञाको समय जारी भएपछि गाउँ भरिदा पनि उनीहरूबाट संक्रमण फैलिएको छ । कतिपयले कोरोनाको कहर अवस्था सामान्य नहुँदै विभिन्न शहरमा घुमघामका लागि जाँदा पनि संक्रमण गाउँमा भित्रिएको छ । कतिपयले त अझैपनि कोरोना के हो र ? भन्ने हेलचेक्र्याइले स्वास्थ्य मापदण्ड पालना नगर्दा पनि संक्रमण बढेको हो । अर्कोतर्फ परिवारका कुनै सदस्यलाई संक्रमण देखिएपनि समाज, छिमेकी र आफन्तले गर्ने नराम्रो व्यवहारका कारण घरमै बस्दा पनि परिवारका अन्य सदस्यमा संक्रमणले आक्रमण गरेको पाइएको छ । पहिलो चरणको कोरोना संक्रमणबाट पाल्पामा २०७७ चैत २९ गतेसम्मको विवरणअनुसार दुई हजार नौ जना संक्रमित भएका छन् । जसमा ५८० महिला र एक हजार ४२० पुरूष छन् । त्यस अवधीमा ३८ जनाले कोरोनाका कारण ज्यान गुमाएका छन् । समूदायस्तरमा एक हजार १९७ जनामा संक्रमण फैलिएको थियो ।

पाल्पा जिल्लामा २०७८ जेठ २४ गतेसम्मको स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पाको विवरणअनुसार पिसिआर प्रविधि र एन्टिजेन प्रविधिबाट छ हजार १७७ जना संक्रमित रहेका छन् । जसमा चार हजार ९७० पिसिआर प्रविधि र एक हजार २०७ एन्टिजेन परिक्षणका क्रममा पोजेटिभ देखिएको हो । २०७८ वैशाख यता जेठ २४ गतेसम्मको प्राप्त रिपोर्टअनुसार चार हजार १६८ जनामा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएको छ भने हालसम्म ९४ जना (पहिलो र दोस्रो चरणमा गरी जेठ २४ गतेसम्मको विवरणअनुसार) को कोरोनाका कारण निधन भएको स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पाका सूचना अधिकारी ओमप्रकाश पन्थीले जानकारी दिनुभयो । विभिन्न अस्पतालमा ५७ जना बिरामी उपचारतमध्ये आइसियुमा दुई र एचडियुमा २६ जना, होम आइसोलेशनमा ८२६ जना रहेका छन् । हालसम्म कोरोनाबाट पाँच हजार २०० निको भएका छन् । रासस

> **"हामी कोरोना रोग लाग्यो भनेर डर त्रासमा छैनौं, तर छिमेकी, आफन्त, साथीभाई टाढिने, नराम्रो सौंच्ने व्यवहारले आइसोलेशनमा बस्दा पनि खिन्नता लाग्ने बनायौं, तर पनि हिम्मत हारेनौं, आत्मबल बढायौं, कोरोना जित्यौं"**
> **- सुशीला रेग्मी**

तपाईको आज

मेष (चु,चे,चो,ला,लि,लु,ले,लो,अ)
सुरुमा मनग्य आम्दानी भए पनि दिउँसोदेखि भैपरी आउने समस्याले खर्च गराउन सक्छ ।

वृष (इ,उ,ए,ओ,वा,वी,वू,बे,बो)
सहयोगीहरूले नयाँ कामको प्रस्ताव ल्याउनेछन् । कमजोरी सुधार गर्दै फाइदा उठाउने समय छ ।

मिथुन (का,की,कू,घ,ङ,छ,के,को,हा)
कामको चापबाट फुर्सद पाइनेछ। व्यवसायले मनग्गे आम्दानी दिलाउनेछ ।

कर्कट (हि,हु,हे,हो,डा,डि,डु,डे,डो)
हडबडीले समस्या निम्त्याउन सक्छ। आश्वासन दिनेहरूले प्रतिबद्धता पूरा नगर्न सक्छन् ।

सिंह (मा,मो,मु,मे,मो,टा,टी,टु,टे)
तारिफयोग्य कामले प्रशंसक बढ्नेछन् । ज्ञान, कला र व्यक्तित्व निखार्ने समय छ ।

कन्या (टो,पा,पी,पू,ष,ण,ठ,पे,पो)
सेवामूलक काममा प्रवृत्त गराउनेछ। दिउँसोदेखि स्थितिमा सुधार आउनाले फाइदा हुनेछ ।

तुला (रा,री,रू,रे,रो,ता,ती,तु,ते)
मेहनतले प्रतिस्पर्धाको दौड जिताउन सक्छ । दिउँसोदेखि रमाइलो जमघटमा सहभागी भइनेछ।

वृश्चिक (नो,ना,नी,नु,ने,नो,या,यी,यू)
मिहिनेतले नाम, दाम र इनाम आर्जन गर्न सकिनेछ । कर्मयोगले नयाँ मोड लिनेछ ।

धनु (ये,यो,भा,भि,भु,धा,फा,ढ,भ)
व्यावसायिक कामले खर्च बढाउनेछ। तत्कालको फाइदाले पछिलाई घाटा लगाउन सक्छ ।

मकर (भो,जा,जी,खी,खु,खे,खो,गा,गी)
समयको मागअनुसार चल्न नसकिए पनि सामाजिक कामको जिम्मेवारी प्राप्त हुनेछ ।

कुम्भ (गु,गा,गो,सा,सी,सू,से,सो,दा)
रोकिएका काम बन्नाले मनग्य लाभ हुनेछ । प्रतिस्पर्धामा विजयी भइनेछ। अरूका लागि बुद्धि खर्चनुपर्ला ।

मीन (दि,दु,थ,झ,ञ,दे,दो,चा,ची)
व्यापार बढ्नाले लाभ हुनेछ। कामको लगावले मनग्गे धन आर्जन हुनेछ ।

भीर मौरीको मह काढ्न जाँदै युवा : म्याग्दीको रघुगंगा गाउँपालिका–८ पात्लेखर्कका युवा भीरमा मह काढ्न डोरीलगायतका सामाग्री लिएर जाने क्रममा नरपट्टा खोलाको साँघु जोखिम मोलेर तर्दै । वर्षको दुई पटक यहाँ भीर मौरीको मह काट्ने गरिन्छ । *तस्विर : कमल खत्री/रासस*

घरभित्रै अभिभावकसंग टाँढिंदै सन्तान

प्रकाश मिश्र/धनगढी

किशोरकिशोरी तथा बालबालिकामा पछिल्लो समय बढ्दै गएको मोबाइल फोनको प्रयोगका कारण उनीहरूको दैनिकीमा समस्या आउनुका साथै घरभित्रै आफ्ना अभिभावकसँग टाढिँदै गएका छन् । मोबाइल फोनको प्रयोगसँगै किशोरकिशोरी तथा बालबालिकामा लगातार मोबाइल फोनमै झुन्डिने, झोक्राउने तथा घरमै भएर पनि परिवारका सदस्यसँग धेरै घुलमिल नहुने, बोल्दा पनि झर्किने खालका समस्या देखिन थालेका छन् । पहिला–पहिला साथीभाइसँग विभिन्न खेल खेल्न तथा परिवारका सदस्यसँग बसेर रमाउन चाहने किशोरकिशोरी तथा बालबालिकामा अत्यधिक मोबाइल फोनको प्रयोगले उनीहरूमा मोबाइल फोनबाहेक अन्त ध्यान नहुँदा समस्या हुन थालेको हो ।

घरबाहिर जाने, लामो समय घरमा नआउने तथा साथीभाइको संगतमा सदैव डुल्याडुल्यै गर्ने आफ्नो १९ वर्षीय छोराको घरभित्रै बसिरहने बानी परेपछि कैलालीको घोडाघोडी नगरपालिका–१० का पुरोषत्तम जैशी खुशी हुनुभएको थियो । आफ्नो छोरा एकाएक अघिल्लो महिनादेखि घरभित्रै बस्ने मोबाइल चलाउने गर्न थालेपछि उहाँ खुशी हुनुभएको हो । छोरो घरभित्रै बस्न थालेपछि पहिलाजस्तो दिनभर घरबाहिर साथीभाइसँग डुल्न नजाने भयो भन्ने कुराले खुशी हुनुभएका जैशी अहिले छोरा घरभित्रै भएर पनि परिवारसँग एक्कासि टाढिएको देखेर चिन्तित हुनुहुन्छ । घरभित्रै रहे पनि जुनसुकै समयमा मोबाइल चलाइरहने, इन्टरनेटमा गेम तथा सामाजिक सञ्जालको एकोहोरो प्रयोग गरिरहने, कसैले बोलाए झर्किने तथा झोक्राउने गरेका कारण जैशीमा चिन्ता थपिएको हो ।

यो त एक उदाहरण मात्र हो। आधुनिक विकासको एक स्वरूप मोबाइल फोन भएको र यो अहिले प्रायः धेरैको हातमा पुगिसकेको अवस्थामा जवान, वृद्धदेखि बालबालिका सबैमा मोबाइलको अत्यधिक लत बसेको बताउनुहुन्छ राष्ट्रिय कलेज सुखडका उपप्राध्यापक प्रभात बोगटी । बाबुआमाले पनि बच्चालाई मोबाइल दिएर भुलाउने गरिरहेका कारण निरन्तर मोबाइल फोनको प्रयोगले बालबालिकामा तनाव हुने, आँखा दुख्ने, टाउको दुख्ने, बाबुआमासँग धेरै नबोल्ने, बोलाउँदा तीन चारपटकसम्म बोलाउनुपर्ने, पढाइप्रति लगाव कम हुने, अश्लील चित्र र भिडियोको लत बस्ने, साइबर अपराधतिर तानिने समस्याहरु देखिन सक्ने भएकाले अभिभावक समयमै सचेत रहनुपर्ने बोगटी बताउनुहुन्छ ।

यसको समाधानका लागि विशेष गरेर घरपरिवार बाबुआमा, शिक्षकको अग्रसरता हुनुपर्ने बोगटीको भनाइ छ । उनीहरूले मोबाइलको ठाउँमा खेल खेलाउने, कहानी भन्ने, बच्चासँग आफू पनि सँगै खेल्ने, चित्र कोर्ने आदि उपायबाट बालबालिकामा बसेको मोबाइलको लत छुटाउन सकिने उहाँ बताउनुहुन्छ । लगातार मोबाइलको प्रयोगले तनाव, चिन्ता तथा बेचैनी, उदासीनता, निद्राको समस्या, थकान महसुस हुनु, कुनै कुरामा राम्ररी ध्यान केन्द्रित गर्न कठिन पर्ने वा कुनै नयाँ रचनात्मक कार्य गर्न गाह्रो पर्ने, ध्यान केन्द्रित गर्न समस्या हुनेलगायतका मानसिक लक्षण देखापर्ने मनोविद् सीता भण्डारीको भनाइ छ । उहाँ भन्नुहुन्छ, "लगातार मोबाइल चलाइरहनाले ढाड दुख्ने, टाउको दुख्ने, घाँटी र गर्दन दुख्ने, आँखामा समस्या, खान मन नहुने, तौल घट्ने लगायतका शारीरिक लक्षण पनि देखिने हुँदा विशेष सतर्कता अपनाउनुपर्ने हुन्छ ।"

लगातार इन्टरनेट वा मोबाइल चलाइरहने छोराछोरीलाई अभिभावकले उनीहरूको व्यवहार परिमार्जन गर्न सहयोग गर्नुपर्ने मनोविद् भण्डारीको भनाइ छ । मोबाइल नचलाई नमान्ने बच्चा भए घरका काम दिने र सो काम सकेपछि सकेको इनामका रूपमा मात्र केही समय प्रयोग गर्न दिने, यसो गर्दा मोबाइल प्रयोग विस्तारै घट्ने तथा दिनमा केही समयका लागि फोन बन्द गर्न लगाई बच्चासँग आफूले समय बिताउने काम पनि अभिभावकले गर्नुपर्ने भण्डारी बताउनुहुन्छ । यसो गर्दा विस्तारै मोबाइल प्रयोग कम हुनसक्छ भन्नुहुन्छ भण्डारी । रासस

बढी मूल्य तिरी खोप खरीद नगर्न आग्रह : डब्ल्यूएचओ

रासस/सिन्ह्वा (जेनेभा)

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ)ले विश्व समुदायलाई बढी मूल्य तिरेर खोप खरीद नगर्न आग्रह गरेको छ । संगठनले खोपको अभाव भइरहेको समय बढी मूल्य तिरेर खोप खरीद भएका सूचनाहरूलाई सम्बोधन गर्दै महामरीका समय मध्यस्थ कर्ताहरूबाट अत्यधिक मूल्य निर्धारण गरी खोप खरीद गर्ने खतराबारे सोमबार चेतावनी दिएको हो ।

कोभिड–१९ उपचारका क्रममा प्रयोग गरिने उत्पादनको स्तर पहिचान गर्नु अतिआवश्यक रहेको पनि बताएको छ । "मध्यस्थहरूले निर्माता कम्पनीले बेचेकोभन्दा अत्यधिक बढी मूल्यमा खोप बिक्री गरिरहेका छन् भन्ने सूचनाहरु पाएका छौं । यो पक्कै पनि चिन्ताको बिषय हो । यसप्रति विश्वास स्वास्थ्य संगठनको ध्यानाकर्षण भएको छ ।" औषधि तथा स्वास्थ्य सामग्री पहुँचका लागि सहायक निर्देशक औषधि पहुँच प्रत्याभूत गर्न बनेको संगठनको समितिका महानिदेशकले मारियान्गेला बटिस्टा गलभाओ सिमाओले पत्रकार सम्मेलनमा भन्नुभयो ।

खोप किन्नका लागि मध्यस्थको भूमिकाको बिषयलाई संयुक्त अरब इमिरेट्समा हालै बिचौलियाले घाना र पाकिस्तानलाई स्पुतनिक खोपलाई वास्तविक मूल्यको दोब्बर मूल्य लिएर आपूर्ति गरेको समाचार बाहिरिएपछि संगठनले नागरिकको स्वास्थ्यसँग प्रत्यक्ष जोडिएको बिषयमा यसो नगर्न चेतावनी दिएको हो । सिमाओले कुनै पनि मसुलुकले खोप तथा स्वास्थ्य सामग्रीको खारीद् गर्दा कि त कम्पनीमा सिधै सम्पर्क गर्ने वा मध्यस्थकर्ता वैध हो वा होइन प्रष्ट भएर मात्रै काम गर्न सम्बन्धित सबैलाई आग्रह गर्नुभएको छ ।

कोभिड खोप र स्वास्थ्य सामग्रीसँग जोडिएका यी बिषयमा धेरै भ्रम सिर्जना भएको अनेकौं सामग्रीले स्वास्थ्य मापदण्ड अनुसार अनुसन्धान पूरा गरे नगरेको निश्चित गर्नको लागि निर्मातालाई सम्पर्क गर्नु बाञ्छनीय हुने उहाँले बताउनुभयो। उहाँले प्रमाणित खोप तथा स्वास्थ्य सामग्रीको प्रयोग संक्रमणविरुद्धको अभियानमा आवश्यक भएको पनि उहाँले बताउनुभयो ।

नयाँ खोपहरु स्वीकृति दिन संगठनले प्रयोग गरेको आपतकालीन प्रयोग सूचीलाई उल्लेख गर्दै उहाँले भन्नुभयो, "कतिपय देशहरूले आपतकालिन प्रयोगका लागि अनुमतिको सूचीमा रहेका खोपहरूलाई अनसन्धान पूराभएपछि नतिजाका आधारमा स्थायी उपचार तथा रोकथामका लागि प्रक्रिया अघि बढाइनुपर्छ ।" हालसम्म कोभिड–१९ को उपचारमा आपतकालिन प्रयोगका लागि डब्लुएचओले आठ खोपलाई मान्यता दिएको छ । सिनोफार्म र सिनोभ्याक विश्वका धेरै देशहरूमा वितरण भइसकेका दुई चिनियाँ खोप हुन् ।

हाम्रा उपलब्ध सेवाहरू :

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 ।

मिर्लुङ्ग पोलिक्लिनिक प्रा.लि.
व्यास–२, दमौली तनहुँ। फोन : ०६५–५६१५७८, ९८४६०६२४६५, ९८४६७७०४७२

NOVEL CORONA VIRUS (COVID–19)
सर्वसाधारणका लागि जनचेतनामूलक सन्देश

नोभल कोरोना भाइरसका मुख्य लक्षणहरू
ज्वरो (१००.४° f भन्दा माथि)
श्वासप्रश्वासमा अत्याधिक समस्या
रूघा र खोकी

कोरोना प्रभावित देशहरूबाट आएका मानिसहरूमा यदि दुई हप्ता भित्र रूघा-खोकी लाग्ने, ज्वरो आउने, घाटी टाउको दुख्ने, श्वास-प्रवासमा अत्याधिक समस्या हुने जस्ता समस्याहरू देखिएमा तुरून्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा गई चेक जाँच गराऔं ।

नोभल कोरोना भाइरसबाट कसरी आफू र अरूलाई बचाउने ?
नियमित रूपमा साबुन पानीले हात धूने
खोक्दा र हाछ्यूँ गर्दा नाक र मुख छोप्ने ।
फ्लू जस्तो लक्षण (Flu Like Symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने
फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने
जंगली तथा घरपालुवा पशुपन्छीसँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने
पशूजन्य मासू तथा अन्डा राम्रोसँग पकाएर मात्र खाने

सार्वजनिक हितका लागि जारी सन्देश

भञ्ज्याङ पब्लिकेशन प्रा.लि.
दमौली, तनहुँ । फोन : ०६५-५६०९०७, ९८५६०६०३७६
www.bhanjyangnews.com, Email : bhanjyangdml@gmail.com

विपन्न समुदायको सारथी व्यास नगर जेसीज : तनहुँको व्यास नगरपालिका–९ गजौंडेकी विपन्न समुदायएकी एक महिलालाई उद्धार गरी दमौली अस्पतालमा ल्याइदै । निषेधाज्ञाका कारण समस्यामा परेका विपन्न समुदायलाई व्यास नगर जेसीजले निःशुल्क सवारी साधान उपलब्ध गरी उद्धार तथा उपचार सेवा प्रवाह गर्दै आएको छ । नीजि र रिजर्भ सवारी साधान प्रयोग गर्न नसक्नेका बिपन्न समुदायका नागरिकलाई जेसीजले जेठ ३१ गतेसम्म निःशुल्क यातायात सेवा उपलब्ध गराउने अध्यक्ष लक्ष्मीभक्त खनालले बताए । *तस्विर : भञ्ज्याङ*

सरकारी डाक्टरले निजी अस्पतालमा काम गर्न नपाउने कार्यविधि लागू गरिंदै, सरकारी चिकित्सकको विरोध

अनलाइनखबर

सरकारले असारदेखि 'एक चिकित्सक/स्वास्थ्यकर्मी, एक स्वास्थ्य संस्था' कार्यक्रम लागू गर्ने तयारी गरेको छ । राष्ट्रिय ट्रमा सेन्टर, प्रसुति गृह, भरतपुर अस्पताल चितवन, गजेन्द्रनारायण निधि अस्पताल र डडेल्धुरा अस्पताल लगायतका झण्डै एक दर्जन अस्पतालमा यो कार्यक्रम लागू गर्ने तयारी अन्तिम चरणमा छ । सरकारले बनाएको 'एक चिकित्सक/स्वास्थ्यकर्मी, एक स्वास्थ्य संस्था' (कार्यक्रम सञ्चालन) कार्यविधि, २०७७ अनुसार यो कार्यक्रम लागू भएका अस्पतालमा कार्यरत चिकित्सक र स्वास्थ्यकर्मीले अन्य अस्पतालमा काम गर्न पाउने छैनन् । अन्य अस्पतालमा काम गरेको पाइए अतिरिक्त भत्ता र अन्य सुविधा असुल उपर गरी कानुन बमोजिम कारबाही हुने कार्यविधिमा उल्लेख छ ।

कार्यक्रम लागू भएका अस्पतालहरूमा न्यूनतम सेवा मापदण्ड (मिनिमम सर्भिस स्ट्यान्डर्ड–एमएसएस) अनुसार त्यहाँ कार्यरत स्वास्थ्यकर्मीले पारिश्रमिक एवं सेवा सुविधा पाउनेछन् । त्यसका लागि न्यूनतम सेवा मापदण्डको मूल्यांकन चार–चार महिना गरिने व्यवस्था कार्यविधिमा गरिएको छ। अस्पतालहरूमा मिनिमम सर्विस स्ट्यान्डर्ड (एमएसएस) स्कोर ८० प्रतिशत वा सो भन्दा माथि भएमा वा पछिल्लो स्कोरमा २५ प्रतिशत आएमा १०० प्रतिशत भत्ता स्वास्थ्यकर्मीले पाउनेछन्। एमएसएस स्कोर ६० देखि ८० प्रतिशत वा पछिल्लो स्कोर २० प्रतिशत बढी आएमा ७५ प्रतिशत भत्ता दिइने व्यवस्था उक्त कार्यविधिमा

छ । एमएसएस स्कोर ४० देखि ६० प्रतिशत भएमा वा पछिल्लो स्कोर १५ प्रतिशत बढी आएमा ५० प्रतिशत र एमएसएस स्कोर ४० प्रतिशतभन्दा कम आएमा २५ प्रतिशत भत्ता पाउने व्यवस्था गरिएको छ ।

यो कार्यक्रम लागू भएका अस्पतालका स्वास्थ्यकर्मीलाई सरकारले निःशुल्क स्वास्थ्य बिमा, निरन्तर व्यवसायिक क्षमता अभिवृद्धि तालिम र वार्षिक १ लाखदेखि १० लाख रूपैयाँसम्म अनुदान रकम उपलब्ध गराउने छ । कार्यविधि अनुसार विस्तारित अस्पताल सेवा कार्यक्रमलाई पनि अगाडि बढाइनेछ । विस्तारित सेवा प्रदान गर्ने चिकित्सक, नर्सलगायतका स्वास्थ्यकर्मीलाई सो कार्यक्रम सञ्चालनबाट प्राप्त प्रत्यक्ष खर्च कटाएर प्राप्त आम्दानीको २० प्रतिशत सम्बन्धित स्वास्थ्य संस्थालाई छुट्याएर अन्य ८० प्रतिशत अतिरिक्त भत्ता दिने उल्लेख छ ।

'एक चिकित्सक/स्वास्थ्यकर्मी, एक स्वास्थ्य संस्था' कार्यक्रममा यसअघि बनाइएको कार्यविधिलाई अनुशरण नगरेपछि सरकारी चिकित्सक असन्तुष्ट बनेका छन्। यसअघि स्वास्थ्य मन्त्रालयका मन्त्रालयले नीति योजना तथा अनुगमन महाशाखा प्रमुख डा. गुणराज लोहनीको नेतृत्वमा समिति बनाएर प्रारम्भिक कार्यविधि बनाएको थियो ।

उक्त समितिले सरकारी चिकित्सकको तलब–भत्ता १ लाख ६६ हजारदेखि ४ लाख ११ हजार रूपैयाँसम्म हुनुपर्ने प्रस्तावसहितको कार्यविधिको मस्यौदा तयार पारेको थियो । जसमा चिकित्सकलाई २०० देखि ३७५ प्रतिशसम्म भत्ता उपलब्ध गराइने उल्लेख थियो । मन्त्रालय हुँदै क्याबिनेटसम्म पुगेको उक्त कार्यविधिको मस्यौदामा अर्थ मन्त्रालयले स्वीकृति नदिएपछि अलपत्र परेको थियो । तर, कोभिड–१९ महामारी र सरकारी स्वास्थ्य सेवाका समस्या देखिन थालेपछि सरकारले त्यही कार्यक्रमलाई लागू गर्न खोजेको भए पनि उक्त प्रस्तावित मस्यौदालाई पूरै बेवास्ता गरिएको सरकारी चिकित्सकको आरोप छ।

सरकारी चिकित्सक संघ (गोदान)ले उक्त कार्यविधिप्रति विरोध जनाएको छ । गोदानले विचाराधीन रहेको विषयलाई टुंगो नै लाग्न नदिई हतारमा स्वास्थ्य मन्त्रालयले फेरि अर्को कार्यविधि लागू गरेको गम्भीर ध्यानाकर्षण भएको जनाएको छ । एक चिकित्सक–एक स्वास्थ्य संस्था लागू गर्ने नै हो भने यसअघि गठित सरकारी समितिले दिएको सुझाव अनिवार्य लागू गर्नुपर्ने गोदानले जनाएको छ। 'यसरी आंशिक रूपमा माग नै नभएको र बिना सुझबुझ 'एक चिकित्सक–एक स्वास्थ्य संस्था' र चिकित्सकको विशेषज्ञताको अपव्याख्या गरेको यस संघलाई मान्य छैन र यसको कडा विरोध गर्दछौं,' गोदानले जारी गरेको विज्ञप्तिमा भनिएको छ ।

facebook twitter

विनय क्षेत्री
twitter.com/BINAYCHHETRI16

हामी कहिल्यै पनि निरास हुनु हुदैन किनकि जीवनमा दुःख सुख त आउछ जान्छ तर हाम्रो जिन्दगी नै गयो भने त धेरै सपना र रहरहरू अधुरा रहन्छन ।

अग्नी श्रेष्ठ
twitter.com/agnishrestha60

अतित्त सम्झेर समय बर्बाद गर्नु भन्दा तीतो अत्तित छोपिने कर्म गर्न अहिलेदेखि शुरु गर्नु होस्, समस्या नहुने मान्छे हुँदैन, तर समस्यालाई छेउ लगाएर आफ्नो जिन्दगी सुधार गरौं ।

खुसी
twitter.com/khushiOptional

संवेग/घमण्ड हावाले भरिएको एउटा बेलुन जस्तो हो, कुनै उचाइमा पुगेपछि आफ्नो अस्तित्व नै नरहने गरि फुट्नसक्छ । नकरात्मक संवेगको सहारा लिएर जीवनलाई दुषिद कदापी नबनाऔ ।

करूणा
twitter.com/karunakcdotel12

एउटै खोला माछा र चराले फरक देख्छ । माछाले पानी देख्छ, पानीभित्रको लेउ देख्छ, ढुंगा देख्छ, बालुवा देख्छ। माछाले पानीको तापक्रम थाहा पाउँछ, बहाव थाहा पाउँछ, गहिराइ थाहा पाउँछ। तर, चराले देख्छ, त्यो खोलाले तय गरेको बाटो, जुन माछाले देख्दैन ।

पाँच हजार संक्रमित ....

३४, प्रदेश नं. २ मा २१, वागमतीमा २५४, गण्डकीमा २८, लुम्बिनीमा १९, कर्णालीमा ९ र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा सात जना रहेका छन् । होम आइसोलेसनमा ७६ हजार ५५० र संस्थागत आइसोलेसनमा ६ हजार १८६ जना रहेका छन् ।

तनहुँमा ६१ जना निको भए

स्वास्थ्य कार्यालय तनहुँले मंगलबार साँझ सार्वजनिक गरेको तथ्याङ्कमा ६१ जना कोरोनासंक्रमित निको भएका छन् । वैशाख महिना यता संक्रमित मध्ये १ हजार ३८ जना कोरोना संक्रमणबाट निको भएका छन् । यस्तै तनहुँमा मंगलबार ८ जनामा संक्रमण पुष्टि भएको छ भने १ जनाको मृत्यु भएको छ । जिल्लाका १० वटै पालिकामा ३ हजार ६९१ जनाको पीसीआर र १ हजार २३९ जनाको एन्टिजेन प्रविधिबाट गरिएको कोरोना परीक्षणमा २ हजार २६५ जनामा संक्रमण पुष्टि भएको छ । यी मध्ये १ हजार २८ जना निको भएका छन् । संक्रमणबाट ६६ जनाको मृत्यु भएको छ ।

यस्तै संक्रमित मध्ये ४ जनाको एचडियूमा, ३ जनाको आइसियूमा र ७१ जनाको विभिन्न संस्थागत आइसोलेशनमा उपचाररत छन भने १ हजार ८४ जना होम आइसोलेशनमा बस्नै आएको स्वास्थ्य कार्यालयको तथ्याङ्कमा उल्लेख गरिएको छ ।

शिक्षक आवश्यकता

चौथो पटक सूचना प्रकाशित मिति : २०७८/०२/२६

ऋषिङ गाउँपालिका कार्यालय तनहुँको च.नं. १३७५ मिति २०७८/०२/२५ को पुनः विज्ञान प्रकाशित गर्ने अनुमति प्राप्त पत्रानुसार यस विद्यालयमा आधारभुत तह तृतीय श्रेणीको शिक्षण सहयोग अनुदान कार्यात्रम अन्तरगत एक जना **गणित** विषय शिक्षक नियुक्तिका लागि **तेश्रो पटक**सम्म प्रकाशित सूचनामा रितपूर्वक कुनै पनि दरखास्त नपरेका कारण **चौथो पटक पुनः ७ (सात) दिने** सूचना प्रकिाशत गरिएको हुँदा योग्यता पुगेका इच्छुक नेपाली नागरिकहरूबाट तपसिलमा उल्लेखित कागजात सहित रितपूर्वकको दरखास्त आव्हान गरिन्छ । रित नपुगेको दरखास्त उपर कुनै कारवाही हुने छैन ।

तपसिल

१) **पद** : आधारभुत तह तृतीय श्रेणी (अनुदान)
२) **विषय** : गणित ३) **आवश्यक संख्या** : १ (एक) जना
४) **शैक्षिक योग्यता** : सम्बन्धित विषयमा +२ वा सोसरह उत्तीर्ण
५) **दरखास्त शुल्क** : १०००/- (एक हजार रूपैयाँ)
६) **तलब** : कार्यविधिमा उल्लेख भए अनुसार ।
७) **आवश्यक कागजात** : नेपाली नागरिकताको प्रमाणित प्रतिलिपि, शैक्षिक योग्यताको प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि, निरोगिताको प्रमाणपत्र
८) **परीक्षाको किसिम** : लिखित, अन्तरवार्ता र कक्षा अवलोकन ।
९) **दरखास्त दिने अन्तिम मिति** : २०७८/०३/०१ गतेसम्म
१०) **सम्पर्क मिति** : २०७८/०३/०१ गते विद्यालय सयम भित्र ।
११) **परीक्षा मिति** : सम्पर्क मितिमा तोकिने छ ।

पुनश्च : अनुभवि, माथिल्लो योग्यतालाई विशेष प्राथमिकता दिइने छ ।

प्रधानाध्यापक

श्री धर्म आधारभुत विद्यालय

ऋषिङ–६, पुरानो ऋषिङ, तनहुँ । सम्पर्क : ९८४६०६२४०५, ९८४६४८९६९८

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