वि.सं. २०३९ सालदेखि निरन्तर प्रकाशित

www.bhanjyangnews.com

भञ्ज्याङ

BHANJYANG NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष ४५ अंक ५३ २०८३ जेठ ३१ गते आइतबार, नेपाल सम्वत् ११४६ June 14, 2026 पृष्ठ ४ मूल्य : रू. ५/-

लिफ्टिङ खानेपनी आयोजनाको रिजर्भ ट्याङ्की

तनहुँको देवघाट गाउँपालिका-१ मा कालीनदी गोपीटार कोटा लिफ्टिङ आयोजनाको रिजर्भ ट्याङ्की निर्माण गरिदै । स्थानीय बासिन्दालाई सहज र भरपर्दो खानेपानी सेवा उपलब्ध गराउने उद्देश्यले देवघाट गाउँपालिकाले एडीबी/लाहुरे कैल जेभीबीच सम्झौता गरी आयोजना निर्माण कार्य अगाडि बढाएको हो । आगामि असार २० गतेभित्र सम्पन्न गर्ने गरी आयोजनाको कुल लागत २ करोड २६ लाख ४८ हजार ४१८ रूपैयाँ ३ पैसा (भ्याट तथा पीएससहित) लागतमा सम्झौता गरिएको छ । आयोजना अन्तर्गत आरभीटी (रिजर्भोयर ट्यांकी) निर्माण, २०० मिलिमिटर तथा १५० मिलिमिटर जीआई हेभी पाइप बिछ्याउने तथा जडान गर्ने, सम्पवेल निर्माण तथा पम्प हाउस र सबमर्सिबल पम्प जडान गर्ने कार्य गरिनेछ ।

तस्विर : भञ्ज्याङ

सन्दर्भ विश्व आरोग्य दिवस - आरोग्य नेपाल : समृद्ध नेपालको यात्रा

व्यक्तिको खुसी, सुख र आनन्दसँग जोडिएको शारीरिक, मानसिक र आत्मिक स्वस्थता नै आरोग्य हो । यो एक बहुआयामिक विषय हो । यसमा शारीरिक, मानसिक, वातावरणीय, सामाजिक, भावनात्मक र आध्यात्मिक/आत्मिक कुराहरू समावेश भएका हुन्छन् । मानिसलाई आरोगी हुन यी सबै आयामको सन्तुलन आवश्यक पर्दछ । मलाई औषधि खानुपरेको छैन, कुनै चिकित्सक वा स्वास्थ्यकर्मीको सेवा लिनुपरेको छैन, म अहिलेसम्म अस्पताल गएको छैन भन्नु मात्र आरोग्य होइन । यो त शारीरिक स्वस्थता मात्र हो । वास्तवमा आरोग्य मन, मस्तिष्क, शरीर, भावना र चेतनाको स्वस्थता हो । मानिसभित्रैदेखि आनन्दित नभई आरोगी हुन सक्दैन। तसर्थ, आनन्दको बाहिरी प्रकट रूप नै आरोग्य हो । अनि आरोग्य आनन्द हो ।

आरोग्य उद्योग र अर्थतन्त्र

ग्लोबल वेलनेस इन्टिच्युटले सन् २०२४ मा निकालेको प्रतिवेदन अनुसार संसारको आरोग्य अर्थतन्त्रको आकार ६.८ ट्रिलियन (६८ खर्ब) अमेरिकी डलर रहेको छ । विश्वभरको कूल स्वास्थ्य र चिकित्सा खर्चको ६० प्रतिशतको हाराहारीमा रहेको छ । दुई वर्षको बीचमा यसको आकार २१ प्रतिशतले बढेको देखिन्छ । सन् २०२९ सम्ममा यसको आकार ९.८ ट्रिलियन अमेरिकी डलर पुग्ने प्रक्षेपण गरिएको छ । आरोग्य रिसोर्ट, आरोग्य बासस्थानजस्ता कार्यमा हुने खर्च १९.५ प्रतिशतले र मानसिक आरोग्यका लागि हुने खर्चमा १२.४ प्रतिशतले वृद्धि भएको छ । नेपाल आरोग्य अर्थतन्त्रको सूचीमा ९१ औं स्थानमा रहेको (अर्थतन्त्रको आकार २.०२ अर्ब डलर रहेको, जसमा स्वास्थ्य सम्बन्धी खर्च समेत समावेश भएको) छ ।

आरोग्य र आनन्द एउटै हो त भनने प्रश्न पनि उठ्ने गर्दछ । आरोग्य आनन्द हो भने आनन्द के हो त ? सबै मानिसले खोज्ने साझा कुरा हो- आनन्द । शास्त्रमा भनिएको छ, मानिस तीन प्रकारका तापबाट मुक्त भई सत् चित् आनन्द प्राप्त गर्न चाहन्छ र त्यसप्रति आकर्षित हुन्छ । शरीरभित्रबाट उत्पन्न हुने तापमा मानसिक चिन्ता, दु:ख, इर्ष्या, क्रोध, अहँकार पर्दछ भने शरीरबाट उत्पन्न हुने तापमा घाउ, खटिरा, रोग आदि पर्दछन्। त्यस्तै अर्को आफूबाहेक अरूबाट उत्पन्न हुने चिन्तामा प्राकृतिक प्रकोप, अरूका वचनलाई लिन सकिन्छ ।

यसैगरी भगवान् बुद्ध धम्मपदको २०४औँ श्लोकमा भन्नुहुन्छ, आनन्द प्राप्तिका लागि दिगो सुख चाहिन्छ, त्यही भएर त श्रीमद्भागवत गीताको छैटौँ अध्यायको २१औँ श्लोकमा श्रीकृष्ण भन्नुहुन्छ, जुन इन्द्रीय र बौद्धिक सुखभन्दा परको आत्यन्तिक (अन्त नभएको) सुख हुन्छ, त्यो मात्र दिगो हुन्छ, यस्तो सुख ध्यानयोगीले मात्र प्राप्त गर्दछन् । यी विभिन्न धर्मग्रन्थका उल्लेखित कुराहरूलाई अध्ययन गर्दा आनन्द कसरी पाइन्छ ? भन्ने प्रश्नको जवाफ प्राप्त हुन्छ । सबै मानिसको तीन लालसा हुन्छ- भौतिक सुख, स्वस्थ जीवन र खुसी । हाम्रा ऋषिमुनिहरू भौतिक सुखलाई त्याज्य मान्दथे, भौतिक सुखले मनको आनन्दमा पुऱ्याउँदैन भन्ने ठान्दथे आधुनिक युगमा भौतिक सुखलाई नै सर्वोपरि ठानिन्छ । यी दुवै अतिवाद हुन्, त्यसैले हामीले यी दुवै अतिवादबाट माथि उठेर आरोग्यको प्रवर्द्धन गर्नुपर्दछ ।

वास्तवमा मानिसलाई रोग तीन प्रकारको खराबीले लाग्दछ । पेट खराब भएमा, खानासँग सम्बन्धित र छाती र छातीभित्रका अङ्ग खराब भएमा रोग लाग्दछ । शारीरिक परिश्रमसँग सम्बन्धित समस्यामा टाउको र टाउकोभित्रका अङ्ग खराब भएमा रोग लाग्दछ। मानसिक स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित बाहेक शरीर बाहिरका घाउ, चोटपटक हुन्छन्, जसलाई सावधानीले नै हटाउन सकिन्छ । तसर्थ, शरीरको तीन भागलाई स्वस्थ राख्न सकियो भने बचाउन सकियो भने मानिस आरोगी बन्दछ । यसमा रोग लाग्नुभन्दा रोग लाग्नै नदिने अवस्था ल्याउनुपर्छ। समग्रमा आरोग्य तीन कुराको सम्मिश्रणबाट पाइन्छ । शारीरिक परिश्रम, स्वस्थकर खाना तथा योग र ध्यानले मानिसलाई आरोग्य राख्दछ ।

योग, ध्यान र आरोग्य

योग सर्वौषधि हो । संस्कृतमा श्लोक छ, योगले सीप बढाउँछ, दु:ख नाश गर्छ, योगको अभ्यास गरौँ, योगीको जीवन जिऔँ । एक अध्ययनका अनुसार कोभिडपछि विश्वमा योग गर्नेको संख्या १४ प्रतिशत र ध्यान गर्नेको संख्या नौ प्रतिशतले बढेको देखाएको छ । हाम्रो हावापानी र वातावरण अनि यस्तो स्थानमा गरिने ध्यानले योगबाट पाइने लाभलाई कैयौँ गुणा बढाउँछ। योग शारीरिक

बाँकी तेश्रो पेजमा

तालिमबाट व्यवसायसम्म : म्याग्देका महिलाले कोर्दैछन् आत्मनिर्भरताको बाटो

भञ्ज्याङ समाचारदाता/म्याग्दे

गरिबी निवारणका लागि लघु उद्यम विकास कार्यक्रम (मेडपा) अन्तर्गत तनहुँको म्याग्दे गाउँपालिकाले सञ्चालन गरेको सीपमूलक उद्यम विकास तालिम प्रभावकारी बन्दै गएको छ। वडा नं. ४ मनहरीमा सञ्चालन भइरहेको तालिममा ३५ जना महिला उद्यमीको उत्साहजनक सहभागिता रहेको छ।

वडा कार्यालयको सहजीकरणमा सञ्चालन गरिएको तालिमको उद्देश्य महिलाहरूलाई आत्मनिर्भर, स्वरोजगार तथा उद्यमशील बनाउनु रहेको छ। तालिममा हस्तकलाबाट निर्मित धूप-बत्ती उत्पादन तथा विभिन्न प्रकारका भेज र ननभेज अचार बनाउने सीप प्रदान गरिएको छ।

प्रशिक्षणका क्रममा नेपाली कागज प्रयोग गरी पूजा-आराधनामा प्रयोग हुने सुगन्धित धूप, विभिन्न प्रकारका बत्ती तथा अन्य हस्तकलाजन्य सामग्री उत्पादन गर्ने विधि सिकाइएको छ। त्यस्तै, करेला, आँप, कागती, खुर्सानी लगायतका भेज अचार तथा कुखुराको मासु, बफ र बँदेलका परिकारबाट ननभेज अचार बनाउने सीपसमेत प्रदान गरिएको छ। सहभागीहरूले व्यवहारिक अभ्यासमार्फत उत्पादन प्रक्रिया सिक्दै व्यवसाय सञ्चालनका लागि आवश्यक ज्ञान हासिल गरिरहेका छन्।

म्याग्दे गाउँपालिकाका आर्थिक विकास शाखा प्रमुख तथा मेडपा कार्यक्रमका फोकल पर्सन प्रदीप न्यौपानेले तालिमले महिलाहरूलाई सीपसँगै आयआर्जनको अवसर प्रदान गर्ने विश्वास व्यक्त गरे ।

"महिलाहरूले सिकेको सीपलाई व्यवसायमा रूपान्तरण गरी आत्मनिर्भर बन्न सकून् भन्ने उद्देश्यले तालिम सञ्चालन गरिएको हो", उनले भने, "यसले स्थानीय स्रोतसाधनको उपयोग गर्दै उत्पादन र उद्यम विकासका नयाँ सम्भावना सिर्जना गर्नेछ।"

तालिमका प्रमुख प्रशिक्षक पवित्रा लामीछानेले सहभागी महिलाहरूको सिकाइप्रतिको उत्साह प्रशंसनीय रहेको बताइन् । उनका अनुसार तालिममा उत्पादनसँगै

बाँकी अन्तिम पेजमा

मिर्लुङकोट राज्यभित्रका गढी तथा कोटहरूको ऐतिहासिक महत्व

तनहुँको इतिहासमा मिर्लुङकोट राज्यले महत्वपूर्ण स्थान ओगटेको छ। चौबिसे राज्यकालमा स्थापित यो राज्य केवल राजनीतिक शक्ति केन्द्र मात्र नभई सैनिक दृष्टिले समेत रणनीतिक महत्वको क्षेत्र थियो। राज्यको सुरक्षा, विस्तार र निगरानीका लागि विभिन्न स्थानमा गढी तथा कोटहरूको निर्माण गरिएको थियो। तीमध्ये क्यामिनकोट, ज्यामरूककोट, चोककोट, दलभञ्ज्याङ, पुर्कोट र तामाकोट विशेष महत्वका स्थल मानिन्छन्। यिनले तत्कालीन राजनीतिक अवस्था, सैन्य रणनीति र स्थानीय सभ्यताको विकासक्रमलाई उजागर गर्छन्।

क्यामिनकोटः पश्चिमी सुरक्षा कवच

हाल व्यास नगरपालिका–७ को कोटथोक क्षेत्रमा पर्ने क्यामिनकोट तत्कालीन मिर्लुङकोट राज्यको पश्चिमी सुरक्षा गढीका रूपमा परिचित थियो। कलेस्ती दोभानदेखि रिस्ती दोभानसम्मको क्षेत्रको निगरानी गर्ने यो कोट राज्यको सुरक्षाकवचका रूपमा स्थापित थियो। स्थानीय किंवदन्तीअनुसार यहाँका सैनिकहरूले तनहुँसुर दरबार पछाडिको ऐना ढुङ्गातर्फ दृष्टि राख्दै शत्रुको गतिविधि अवलोकन गर्ने गर्थे।

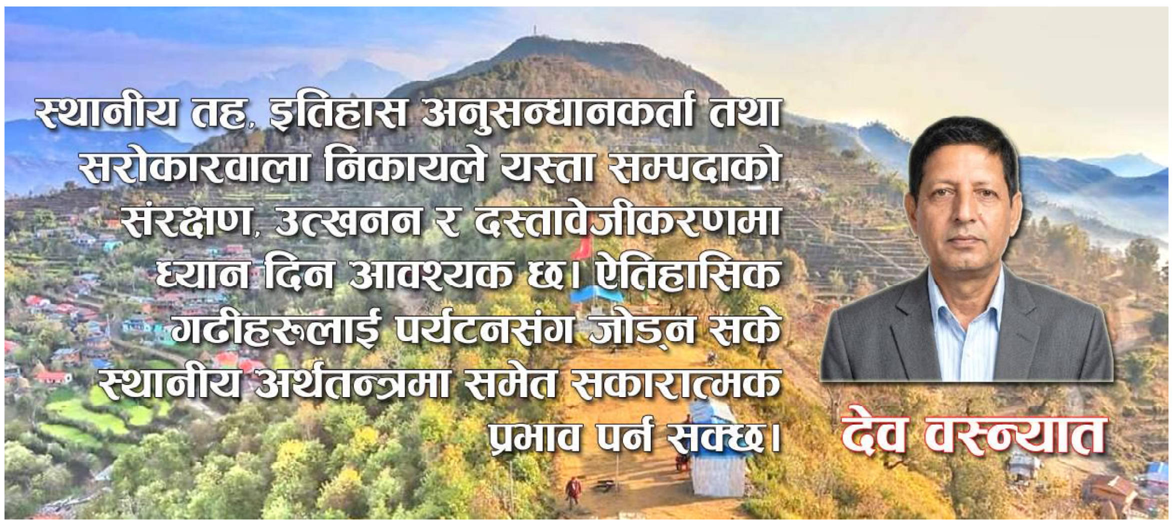
समुद्री सतहबाट करिब ७०० मिटर उचाइमा रहेको क्यामिनकोटमा आज पनि कालिकामाईको मन्दिर रहेको छ। स्थानीयवासीले परम्परादेखि पूजा–आराधना गर्दै आएको यो मन्दिर धार्मिक आस्थाको केन्द्र हो। बडादसैं र चैते दसैंमा विशेष पूजा हुने परम्परा अझै कायम छ। मन्दिरमा सेनकालीन हातहतियारका केही अवशेष पनि देख्न पाइन्छन्, जसले यसको ऐतिहासिक महत्वलाई थप पुष्टि गर्छ।

क्यामिनकोटबाट अन्नपूर्ण हिमश्रृत्ला, तुर्लुङकोट, मानहुँकोट, तनहुँकोट, मादी उपत्यका तथा कलेस्ती–रिस्ती खोलाका फाँटहरूको मनमोहक दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ । प्राकृतिक सौन्दर्य र इतिहासको संगमस्थलका रूपमा यसको पर्यटन सम्भावना पनि उल्लेखनीय छ।

ज्यामरूककोटः इतिहास र जनश्रुतिको धरोहर

मिर्लुङकोटसँग जोडिएको अर्को महत्वपूर्ण स्थल ज्यामरूककोट हो। स्थानीय जनविश्वासअनुसार धर्माङ्गद सेनले मिर्लुङकोट राज्य स्थापना गरेपछि ज्यामरूककोटको स्वतन्त्र अस्तित्व समाप्त भएको थियो। यद्यपि यस क्षेत्रसँग जोडिएका ऐतिहासिक घटनाक्रम र किंवदन्तीहरु आज पनि स्थानीय स्मृतिमा जीवित छन्।

ज्यामरूक बयापानी भञ्ज्याङ आसपास थुमथुमे राजाको दरबार रहेको जनश्रुति पाइन्छ। त्यस्तै, गोर्खाली सेनाका सेनापति बलि बानियासँग सम्बन्धित युद्ध प्रसंग पनि यस क्षेत्रसँग जोडिएको छ। स्थानीय रूपमा 'बलिथुम' भनेर चिनिने स्थान बलि बानियाको सम्झनासँग सम्बन्धित रहेको मानिन्छ।



यस क्षेत्रका सतीपोल्ने गैरा, ओख्लेपानी देवी मन्दिर तथा अन्य पुराना स्थलहरूले ज्यामरूककोटको ऐतिहासिक तथा सांस्कृतिक महत्वलाई झल्काउँछन्। यद्यपि यस विषयमा थप अनुसन्धानको आवश्यकता अझै देखिन्छ।

चोककोटः घले राज्यको विरासत

भानु नगरपालिका–१० मा पर्ने चोकचिसापानी कोट कुनै समय घले राजाहरूको प्रभाव क्षेत्र मानिन्थ्यो। चौबिसे राज्य गठन हुनुअघि गण्डकी क्षेत्रका विभिन्न स्थानमा घलेहरूको साना राज्य रहेको इतिहासमा उल्लेख पाइन्छ। चोककोट त्यही ऐतिहासिक विरासतको एउटा महत्वपूर्ण केन्द्र हो।

चोककोटस्थित धामाचुली प्राकृतिक, ऐतिहासिक तथा पुरातात्त्विक दृष्टिले महत्वपूर्ण स्थल हो। यहाँ घलेकालीन दरबारका भग्नावशेष, कालिका मन्दिरका अवशेष तथा केही पुराना हातहतियारहरु फेला परेका छन्। स्थानीय इतिहासअनुसार धर्माङ्गद सेनले मिर्लुङकोट राज्य विस्तार गरेपछि चोककोट पनि त्यसमा विलय भएको थियो।

घले समुदायको इतिहास स्वयंमा रोचक छ। उनीहरूलाई गण्डकी क्षेत्रका प्राचीन शासक समुदायमध्ये एक मानिन्छ। लमजुङ, तनहुँ, कास्की, गोरखा, धादिङ र रसुवाका विभिन्न स्थानमा घलेहरूको प्रभाव रहेको पाइन्छ। चोककोट त्यसै ऐतिहासिक परम्पराको एउटा प्रतिनिधि स्थल हो।

दलभञ्ज्याङः युद्ध र रणनीतिको केन्द्र

मिर्लुङ महाभारत पर्वत शृत्तलामा अवस्थित दलभञ्ज्याङ सैनिक दृष्टिले अत्यन्त महत्वपूर्ण स्थान थियो। तनहुँका राजा दिग्विजय सेनले मिर्लुङमाथि विजय प्राप्त गरेपछि तनहुँ र लमजुङबीचको संघर्षमा यो क्षेत्र रणनीतिक केन्द्र बनेको थियो। स्थानीय जनश्रुतिअनुसार तनहुँका सैनिक दल अर्थात् 'गण' बसेको स्थान भएकाले यसको नाम दलभञ्ज्याङ रहन गएको हो। भौगोलिक रूपमा यो स्थान मिर्लुङ, भोगटेनी र नारानचौर जाने मार्गहरूको संगमस्थल भएकाले यसको सैनिक महत्व अझ बढेको थियो।

मिर्लुङमाथिको अधिकार पुनः प्राप्त गर्ने प्रयासमा निर्वासित राजा चन्द्र सेनले यही क्षेत्र हुँदै पटक–पटक अभियान चलाएको उल्लेख पाइन्छ। यद्यपि उनले आफ्नो पुरानो राज्य पुनः प्राप्त गर्न भने सकेनन्। यसरी दलभञ्ज्याङ तनहुँ र लमजुङबीचको राजनीतिक तथा सैन्य संघर्षको साक्षी बनेको देखिन्छ।

पुर्कोटः घले शासनदेखि सेनकालसम्म

मिर्लुङकोट राज्य स्थापना हुनुअघि पुर्कोटमा घले राजाहरूको शासन रहेको मानिन्छ। पाल्पाली राजा मुकुन्द सेनको विजय अभियानका क्रममा निर्माण गरिएको पुर्कोटगढी त्यस क्षेत्रको महत्वपूर्ण ऐतिहासिक संरचना हो।

तनहुँ राज्य कमजोर बन्दै जाँदा मिर्लुङ, चोक, पुर्कोट र गोरखाका स्थानीय शासकहरूले स्वतन्त्रता घोषणा गरेका थिए। त्यसपछि मिर्लुङकोट राज्य विस्तारको क्रममा पुर्कोट पनि त्यसमा समाहित भएको इतिहास पाइन्छ।

पछि तनहुँका राजा दिग्विजय सेनले मिर्लुङलाई आफ्नो अधीनमा लिएपछि पुर्कोटगढी पूर्वी सैनिक चौकीका रूपमा विकसित भएको थियो। यसले विभिन्न राजनीतिक शक्तिहरूबीचको शक्ति सन्तुलन र संघर्षलाई बुझ्न महत्वपूर्ण आधार प्रदान गर्दछ।

तामाकोटः उत्तर–पूर्वी सुरक्षा गढी

हालको रूपाकोट क्षेत्रभित्र पर्ने तामाकोट मिर्लुङकोट राज्यको उत्तर–पूर्वी सुरक्षा केन्द्र मानिन्छ। स्थानीय किंवदन्तीअनुसार तनहुँका सेन राजाबाट प्राप्त ताम्रपत्रका कारण यस स्थानको नाम ताम्रकोट हुँदै तामाकोट बनेको हो।

यस क्षेत्रसँग सम्बन्धित ताम्रपत्र र बिर्तासम्बन्धी दस्तावेजहरु कुनै समय स्थानीय परिवारहरूमा सुरक्षित रहेको बताइन्छ। यद्यपि तीमध्ये धेरै सामग्री अहिले हराइसकेका छन्। त्यसैले उपलब्ध ऐतिहासिक स्रोतहरूको संरक्षण र अभिलेखीकरण आवश्यक देखिन्छ।

तामाकोटसँग जङ्गबहादुर राणाको भ्रमणसम्बन्धी रोचक प्रसंग पनि जोडिएको छ। प्राकृतिक सौन्दर्यले भरिपूर्ण यस क्षेत्रलाई हेरेर उनले 'रूपको कोट' भनेको र पछि रूपाकोट नाम रहन गएको जनविश्वास पाइन्छ। यस्ता किंवदन्तीहरूले स्थानीय इतिहासलाई थप जीवन्त बनाएका छन्।

संरक्षणको आवश्यकता

मिर्लुङकोट राज्यभित्र रहेका यी गढी तथा कोटहरु केवल पुराना संरचना मात्र होइनन्। यिनले तनहुँको राजनीतिक, सांस्कृतिक र सामाजिक इतिहास बोकेका छन्। तर पर्याप्त संरक्षण र अनुसन्धानको अभावमा धेरै ऐतिहासिक अवशेष लोप हुने अवस्थामा पुगेका छन्। स्थानीय तह, इतिहास अनुसन्धानकर्ता तथा सरोकारवाला निकायले यस्ता सम्पदाको संरक्षण, उत्खनन र दस्तावेजीकरणमा ध्यान दिन आवश्यक छ। ऐतिहासिक गढीहरूलाई पर्यटनसँग जोड्न सके स्थानीय अर्थतन्त्रमा समेत सकारात्मक प्रभाव पर्न सक्छ।

निष्कर्ष

क्यामिनकोट, ज्यामरूककोट, चोककोट, दलभञ्ज्याङ, पुर्कोट र तामाकोट मिर्लुङकोट राज्यका महत्वपूर्ण ऐतिहासिक धरोहर हुन्। यिनले चौबिसे राज्यकालको सैन्य रणनीति, स्थानीय शासन व्यवस्था र सांस्कृतिक विकासको कथा सुनाउँछन्। इतिहासका यी मौन साक्षीहरूको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्नु आजको आवश्यकता हो। यसले तनहुँको गौरवशाली इतिहासलाई भावी पुस्तासम्म पुऱ्याउन मात्र होइन, स्थानीय पहिचान र पर्यटन विकासमा समेत महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउनेछ ।

प्रदूषित हावा हटाउन आठ अर्ब ७१ करोडको परियोजना

♦ प्रगति ढकाल

सरकारले प्रदूषित हावा हटाएर स्वच्छ वातावरण कायम गर्ने योजना अघि सारेको छ । 'नेपाल स्वच्छ हावा तथा समृद्धि परियोजना (नेपाल क्लिन एयर एण्ड प्रोस्पेरिटी प्रोजेक्ट–एनक्याप)' आगामी आर्थिक वर्ष २०८३/०८४ देखि कार्यान्वयनमा ल्याउने तयारी भएको छ ।

नेपालमा वायु प्रदूषण नियन्त्रण, औद्योगिक क्षेत्रको हरित रूपान्तरण तथा स्वच्छ हावा प्रवर्द्धनका लागि करिब रू आठ अर्ब ७१ करोड (५७ मिलियन अमेरिकी डलर) बराबरको परियोजना सञ्चालन गर्ने तयारी थालिएको हो । विश्व बैंकको ५२ मिलियन अमेरिकी डलर सहुलियतपूर्ण ऋण र पाँच मिलियन अमेरिकी डलर अनुदान स्वीकृत भएपछि परियोजना कार्यान्वयनको बाटो खुलेको छ ।

वातावरण विभागका महानिर्देशक ज्ञानराज सुवेदीले 'नेपाल स्वच्छ हावा तथा समृद्धि परियोजना (एनक्याप)' ले देशको वायु गुणस्तर व्यवस्थापन प्रणालीमा गुणात्मक परिवर्तन ल्याउने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । उहाँका अनुसार परियोजनाले विशेषगरी उद्योग क्षेत्रलाई स्वच्छ ऊर्जामा रूपान्तरण गर्न सहयोग पुऱ्याउने भएकाले औद्योगिक प्रदूषणमा उल्लेखनीय कमी आउने अपेक्षा गरिएको छ ।

"हामीले अनुगमन प्रणालीलाई थप प्रभावकारी बनाउन खोजेका छौं । उद्योगहरु स्वच्छ ऊर्जामा रूपान्तरण हुँदा प्रदूषणको मात्रा घट्नेछ र आगामी पाँच वर्षभित्र सकारात्मक परिणाम देख्न सकिने विश्वास गरेका छौं", उहाँले भन्नुभयो ।

सुवेदीले अन्तरदेशीय वायु प्रदूषण, विशेषगरी छिमेकी मुलुकबाट भित्रिने प्रदूषण नियन्त्रणका लागि बहुपक्षीय तथा अन्तरदेशीय समन्वय आवश्यक रहने बताउनुभयो । उहाँले परियोजनाले नेपालभित्रका प्रदूषण स्रोत नियन्त्रणमा केन्द्रित भई औद्योगिक उत्सर्जन घटाउने, वायु गुणस्तरको प्रभावकारी अनुगमन गर्ने तथा तथ्यमा आधारित नीति निर्माणलाई सहयोग पुऱ्याउने उल्लेख गर्नुभयो ।

उहाँका अनुसार परियोजनाअन्तर्गत वायु गुणस्तर मापन केन्द्रको संख्या विस्तार गरिनेछ भने विद्यमान स्टेशनहरूको क्षमता अभिवृद्धि गरिने, साथै प्रयोगशालामा आधुनिक उपकरण थपिने, प्राविधिक जनशक्तिको क्षमता विकास गरिने तथा वातावरण विभागको संस्थागत क्षमता सुदृढ बनाइनेछ ।

महानिर्देशक सुवेदीले वायु प्रदूषणका कारण अर्थतन्त्रमा समेत ठूलो असर परिरहेको उल्लेख गर्दै वायु प्रदूषणका कारण विश्वव्यापी रूपमा कूल गार्हस्थ्य उत्पादन (जिडिपी) को करिब छ प्रतिशत बराबरको आर्थिक क्षति हुने विभिन्न अध्ययनले देखाएको बताउनुभयो । "नेपालमा वायु प्रदूषणले अर्थतन्त्रमा कति असर पारेको छ, कुन क्षेत्रबाट कति प्रदूषण उत्सर्जन भइरहेको छ र त्यसको आर्थिक तथा सामाजिक प्रभाव के छ भन्ने विषयमा समेत अध्ययन गरिनेछ", उहाँले भन्नुभयो । उहाँका अनुसार आगामी दिनमा तथ्यमा आधारित नीति निर्माण, प्रदूषणका स्रोतहरूको पहिचान तथा प्रभावकारी नियन्त्रणका लागि आवश्यक अनुसन्धान र अध्ययनलाई समेत परियोजनाले प्राथमिकतामा राख्नेछ ।

वातावरण विभागका उपमहानिर्देशक सरोजकुमार चौधरीका अनुसार परियोजनाको मुख्य उद्देश्य प्रदूषित हावामा पाइने सूक्ष्म कण (पीएम–२.५) को उत्सर्जन घटाई वायु गुणस्तर व्यवस्थापन क्षमता अभिवृद्धि गर्नु रहेको छ । उहाँले नेपालमा विशेषगरी काठमाडौं उपत्यका र तराई क्षेत्रमा पीएम–२.५ को मात्रा विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले तोकेको मापदण्डभन्दा आठदेखि नौ गुणासम्म बढी रहेको उल्लेख गर्दै यसले जनस्वास्थ्यमा गम्भीर असर पारिरहेको बताउनुभयो ।

"परियोजनाअन्तर्गत उद्योग क्षेत्रमा जीवाश्म इन्धन तथा कोइलाबाट सञ्चालन भइरहेका ब्वायलर र फर्नेसलाई विद्युत्

बाँकी तेश्रो पेजमा

तपाईंको आज

मेष
घरखर्च बढ्नुका साथै अर्थअभाव देखापर्नेछ। काम बिग्रने भयले सताउनेछ। श्रमको उचित मूल्य पाइनेछ।

वृष
न्यून उपलब्धिमा चित्त बुझाउनुपर्ला। स्वास्थ्यका लागि आहारविहारमा ध्यान पुर्याउनुहोला।

मिथुन
मिहिनेतको प्रतिफल अरूले हत्याउने चेष्टा गर्नेछन्। फाइदाका लागि दोहोर्याएर प्रयत्न गर्नुपर्ला।

कर्कट
सहयोगीहरूले राम्रो साथ दिनेछन्। पहिलेको सफलताले पनि नयाँ अवसर दिलाउन सक्छ।

सिंह
आवश्यक भौतिक साधन सजिलै जुट्नेछन्। पहिलेको उपलब्धिले उत्साह जाग्नेछ। सोखले फजुल खर्च

कन्या
व्यापारमा राम्रै फड्को मार्न सकिनेछ। आवश्यकता पूरा गर्न सरसापट वा ऋण लिनुपर्ने हुन सक्छ।

तुला
नयाँ काम गर्ने वातावरण बन्नेछ। पहिले रोकिएको काम पनि सम्पादन हुनेछ। योजना सार्वजनिक नगर्नुहोला।

वृश्चिक
मिहिनेतले लक्ष्यमा पुग्न सकिनेछ। कर्मयोगले नाम, दाम र इनाम दिलाउन सक्छ।

धनु
अवसरले पछ्याउनेछन् भने दिगो काममा जग बसाउने मौका छ। आम्दानीका नयाँ स्रोत फेला पर्नेछन्।

मकर
प्रतिकूल परिस्थितिले चिन्ता बढाउन सक्छ। अरूका लागि समय, धन र बुद्धि खर्चनुपर्ने समय छ।

कुम्भ
पहिलेका कामबाट पनि मनग्य लाभ हुनेछ। उठ्नुपर्ने रकम प्राप्त हुनेछ। पेसा–व्यवसायमा फाइदा हुनेछ।

मीन
आ ̂ ना कमजोरीबाट लाभ उठाउनेहरु सक्रिय हुनेछन्। नयाँ काम गर्न केही समय लाग्नेछ।

प्रदूषित हावा हटाउन आठ ....

तथा बायोमासमा आधारित हरित प्रविधिमा स्पान्तरण गरिनेछ", चौधरीले भन्नुभयो, "उद्योग विभागमार्फत सञ्चालन हुने यस कार्यक्रमअन्तर्गत विद्युतीय फर्नेसमा स्पान्तरण गर्ने उद्योगलाई कूल पुँजीगत खर्च (क्यापेक्स) को २० प्रतिशतसम्म पुँजी अनुदान उपलब्ध गराइनेछ ।"

त्यस्तै बायोब्रिकेट तथा बायोपेलेटजस्ता बायोमासमा आधारित फर्नेसमा स्पान्तरण गर्ने उद्योगलाई कुल पुँजीगत खर्चको १० प्रतिशतसम्म अनुदान प्रदान गरिनेछ चौधरीको भनाइ छ ।

"उद्योग विभागमार्फत सञ्चालन हुने यस कार्यक्रमअन्तर्गत विद्युतीय फर्नेसमा स्पान्तरण गर्ने उद्योगहरूलाई पुँजीगत लगानीको २० प्रतिशत र वायोमास (बायोब्रिकेट र बायोपेलेट) मा आधारित फर्नेसमा स्पान्तरण गर्नेलाई पुँजीगत लगानीको १० प्रतिशतसम्म पुँजी अनुदान ब्यादर र फर्नेसमा स्पान्तरण गरिसकेपछि उपलब्ध गराइनेछ", उहाँले भन्नुभयो, "बाँकी रकम ब्याजदरमा लामो अवधि (करिब १५ वर्ष) सम्मको लागि प्रदान गरिनेछ", अन्य वायु प्रदुषण नियन्त्रण उपकरणका लागि कुनै अनुदानको व्यवस्था नरहेको तर बजार ब्याजदरमा लामो अवधिको ऋण प्रदान गर्न सकिने व्यवस्था रहेको छ ।"

चार सय उद्योगले सहुलियतपूर्ण वित्तीय पहुँच प्राप्त गर्ने

परियोजनाको आर्थिक प्रभाव उल्लेखनीय रहने अपेक्षा गरिएको छ । चौधरीका अनुसार यसबाट ४०० उद्योगले सहुलियतपूर्ण वित्तीय पहुँच प्राप्त गर्ने, ३०० उद्योगमा स्वच्छ ब्वायलर वा फर्नेस जडान हुने तथा ३० मिलियन अमेरिकी डलर बराबरको सहुलियत ऋण परिचालन हुने लक्ष्य राखिएको छ । साथै निजी क्षेत्रबाट थप १८ मिलियन अमेरिकी डलर लगानी आकर्षित हुने अनुमान गरिएको उहाँको भनाइ छ ।

"परियोजनाअन्तर्गत वायु गुणस्तर मापन केन्द्रहरूको विस्तार तथा स्तरोन्नति गरिनेछ। चार वटा केन्द्रलाई 'सुपरसाइट' मा स्पान्तरण गरी प्रदूषणका स्रोत पहिचान, तथ्याङ्क विश्लेषण तथा अन्तरदेशीय वायु प्रदूषणको निगरानी क्षमता अभिवृद्धि गरिने छ", चौधरीले भन्नुभयो, "परियोजना पूर्ण स्पमा कार्यान्वयन भएपछि पिएम-२.५ उत्सर्जन वार्षिक ५०० मेट्रिक टनले घट्ने तथा हरितगृह ग्यास उत्सर्जनमा वार्षिक एक लाख १० हजार टन कमी आउने अपेक्षा गरिएको छ ।"

यसले नेपालले अन्तर्राष्ट्रिय स्पमा प्रतिबद्धता जनाएको राष्ट्रिय निर्धारित योगदान (एनडिसी) का लक्ष्य प्राप्त गर्नसमेत सहयोग पुग्ने विश्वास गरिएको उहाँको भनाइ छ। चौधरीले परियोजनाबाट देशभरका ४०० औद्योगिक प्रतिष्ठान, ती उद्योगमा कार्यरत करिब ६० हजार श्रमिक तथा काठमाडौं उपत्यका र तराई क्षेत्रका करिब एक करोड ८० लाख नागरिक प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष स्पमा लाभान्वित हुने जानकारी दिनुभयो ।

उहाँले कार्यक्रममा परियोजनाले उद्योगको उत्पादन लागत घटाई प्रतिस्पर्धी क्षमता बढाउने, स्वदेशी जलविद्युत्को खपत विस्तार गर्ने, हरित औद्योगिकीकरणलाई प्रोत्साहन गर्ने तथा स्वच्छ हावामार्फत जनस्वास्थ्य सुधारमा योगदान पुऱ्याउने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । परियोजनाको समग्र निर्देशनका लागि उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्ति मन्त्रालयका सचिवको अध्यक्षतामा परियोजना स्टेयरिङ समिति रहनेछ । उद्योग विभाग र वातावरण विभागमा छुट्टाछुट्टै कार्यान्वयन एकाइ रहने व्यवस्था गरिएको छ । राष्ट्रिय वाणिज्य बैंक मुख्य बैंकिङ साझेदार रहने तथा अन्य वित्तीय संस्थाले समेत सहकार्य गर्ने जनाइएको छ ।

परियोजना कार्यन्वयनका चुनौती

वातावरण युवा अभियन्ता प्रकाश लामाले वायु प्रदूषणलाई अब केवल वातावरणीय समस्या नभई दैनिक जनस्वास्थ्य संकटका स्पमा लिनुपर्ने बताउनुभयो । उहाँले विश्व बैंकको ५२ मिलियन अमेरिकी डलर ऋण तथा ५ मिलियन अमेरिकी डलर अनुदान सहयोगमा सञ्चालन हुन लागेको नेपाल स्वच्छ वायु तथा समृद्धि (एनक्याप) परियोजनाले प्रदूषण नियन्त्रणका लागि महत्त्वपूर्ण अवसर प्रदान गरेको बताउनुभयो ।

"तर ऋणसँग जिम्मेवारी पनि जोडिएको हुन्छ", उहाँले भन्नुभयो, "त्यो ब्याजसहित फिर्ता गर्नुपर्छ र यसको भार अन्ततः हाम्रो पुस्ताले नै वहन गर्नुपर्ने हुन्छ ।" उहाँका अनुसार उक्त लगानीले वास्तविक र मापनयोग्य परिणाम दिन आवश्यक छ । विशेषगरी इँटा उद्योग, उच्च प्रदूषण उत्सर्जन गर्ने सवारीसाधन, साना तथा मझौला उद्योग र परम्परागत चुलोजस्ता प्रदूषणका प्रमुख स्रोतलाई लक्षित गरी प्रभावकारी हस्तक्षेप गर्नुपर्ने उहाँको भनाइ छ ।

"स्वच्छ औद्योगिक प्रविधिको प्रयोग, विद्युतीय यातायाततर्फ तीव्र स्पान्तरण तथा घरपरिवारका लागि सहज स्पमा स्वच्छ खाना पकाउने प्रविधिको विस्तार आवश्यक छ", उहाँले भन्नुभयो । अभियन्ता लामाले परियोजनाको कार्यान्वयनमा पारदर्शिता र जवाफदेहितालाई प्राथमिकता दिनुपर्नेमा पनि जोड दिनुभयो । उहाँले हरित रोजगारी सिर्जना, आर्थिक वृद्धिदरमा योगदान तथा प्रदूषणजन्य स्वास्थ्य खर्चमा कमीमार्फत लगानीको प्रतिफल सुनिश्चित गर्ने स्पष्ट योजना आवश्यक रहेको बताउनुभयो ।

"उधारो लिइएको प्रत्येक स्पैयाँले भविष्यमा त्यसको प्रतिफल दिन सक्नुपर्छ", उहाँले भन्नुभयो । उहाँले स्वच्छ वायु अभियानमा युवालाई केवल लाभग्राहीका स्पमा नभई नेतृत्वकर्ता, अनुसन्धानकर्ता र नवप्रवर्तकका स्पमा सहभागी गराउनुपर्ने धारणा राख्नुभयो । "५७ मिलियन अमेरिकी डलर केवल आर्थिक सहायता होइन, यो जिम्मेवारी पनि हो", उहाँले भन्नुभयो, "यसलाई बुद्धिमत्तापूर्वक प्रयोग गरौं, नतिजा सुनिश्चित गरौं र स्वच्छ वायु तथा दिगो आर्थिक समृद्धि सँगसँगै अघि बढ्ने नेपाल निर्माण गरौं ।"

के छ ? अन्य नीतिगत व्यवस्था

काठमाडौं उपत्यकाको लागि वायु गुणस्तर व्यवस्थापन कार्ययोजना, २०७६ ले पनि नेपाल सरकारले निर्धारण गरेको एक्युआई को मान ३०० भन्दा बढी भएको अवस्थालाई विपद्को स्पमा लिने बताएको छ । यो विपद् रोक्नका लागि कार्ययोजनामा फोहोर बाल्ने कार्य रोक्ने, सडक सफा गर्न ब्रुमर तथा भ्याकुमको प्रयोग व्यापक गर्ने, बालबालिका, ज्येष्ठ नागरिक, बिरामीहरूलाई विशेष सावधानी अपनाउन सार्वजनिक सूचना जारी गर्न कार्ययोजनामा उल्लेख गरिएको छ ।

राष्ट्रिय वातावरण नीति २०७६ अनुसार प्रदूषण न्यूनीकरण गर्नका लागि जल, वायु, माटो, ध्वनि, विद्युत्-चुम्बकीय तरङ्ग, रेडीयोधर्मी विकिरण, जोखिमपूर्ण रसायनिक प्रदूषण रोकथामसम्बन्धी राष्ट्रिय मापदण्ड तयार गरी कार्यान्वयन गरिने सरकारी रणनीति रहेको छ। प्रमुख शहरहरू, औद्योगिक प्रतिष्ठानलगायत प्रदूषणको जोखिममा रहेका क्षेत्रमा गुणस्तर मापन केन्द्र स्थापना र सञ्चालन गर्दै वायु, जल, ध्वनि गुणस्तरको नक्साङ्कन गरिनेछ रणनीतिमा उल्लेख छ ।

"औद्योगिक तथा अन्य क्षेत्रवाट निष्काशन हुने प्रदूषित पानीको प्रशोधनको व्यवस्था गरिनेछ । उद्योग र अन्य व्यवसायहरूबाट निष्कासन हुने प्रदूषणयुक्त धुवा, धूलो, पानीलाई व्यवस्थित गर्न वातावरण-मैत्री प्रविधि कार्यान्वयनमा ल्याइनेछ," नीतिमा उल्लेख छ, "घरभित्रको वायु प्रदूषणलाई न्यूनीकरण गर्नका लागि सौर्य चुलो, विद्युतीय चुलो, बायोग्याँस, सुधारिएको चुलो, चिम्नीजस्ता उपकरणहरूको प्रवर्द्धन गरिनेछ । ऊर्जा किफायती भवन निर्माणमा जोड दिइनेछ ।"

प्रदूषण नियन्त्रणका लागि उत्सर्जन थल नक्साइनका लागि विक्षेपणजस्ता नवीनतम विधिहरूको प्रयोग गरिने पुनःप्रयोग गर्न नमिल्ने फोहरलाई आवश्यकतानुसार फोहर विसर्जन क्षेत्र, हानिकारक फोहर विसर्जन क्षेत्र भष्मीकरण यन्त्रको माध्यमबाट सुरक्षित तरिकाले विसर्जन गरिने तथा औधोगिक प्रतिष्ठान, अस्पताल वा अन्य कुनै स्थान विशेषबाट निस्कने फोहरलाई एकीकृत भष्मीकरण यन्त्र स्थापना गरी विसर्जन गरिने रणनीतिमा उल्लेख गरिएको छ ।

काठमाडौं उपत्यकाको वायु हानिकारक र यसको गुणस्तर खस्किने क्रम तीव्र स्पमा निरन्तर बढिरहेकोसम्बन्धी राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय अध्ययन प्रतिवेदनहरू आइरहेका छन् । सार्वजनिक इन्भारोमेन्ट परफरमेन्स ईन्डेक्स २०१८ को १८० मुलुकमा गरिएको अध्ययनमा वायु प्रदूषण वढी भएका पाँच राष्ट्रको सूचीमा नेपाल परेको छ । वायु प्रदुषणको हिसावले नेपालको स्तर ३१.४४ रहेको छ ।

वातावरण विभागले उपत्यकालाई लक्षित गरी धुलिखेल, पुल्चोक, रत्नपार्क, त्रिवि कीर्तिपुर, सैंवु, सैनिक विद्यालय भक्तपुरमा प्रदूषण मापन केन्द्र स्थापना गरेको छ । सेन्ट्रल सिस्टममा डाटाजाने र आम सर्वसाधारणले प्रदूषण अवस्थाको जानकारी लिन सक्ने व्यवस्था मिलाइएको छ । रासस

भञ्ज्याङ दैनिक पत्रिका नआएमा
फोन : ०६५-५६३९०७ मा सम्पर्क गर्नुहोला ।
www.bhanjyangnews.com
Email- bhanjyangdml@gmail.com

सन्दर्भ विश्व आरोग्य ......

आसन, श्वासप्रश्वास र ध्यानलाई एकीकृत गर्ने विधि हो । योगको महत्व बुझेर संयुक्त राष्ट्रसंघले प्रत्येक वर्ष २१ जूनलाई अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवसको स्पमा घोषणा गरेको छ । ध्यान आफ्नो मन र मस्तिष्कलाई शान्ति र बोधतर्फ लैजाने माध्यम हो। ध्यानको महत्व उजागर गर्न संयुक्त राष्ट्रसंघले प्रत्येक वर्ष २१ डिसेम्बरलाई विश्व ध्यान दिवसको स्पमा घोषणा गरेको छ । उचित आहारविहार, प्रकृतिसँगको सामीप्यता, शारीरिक परिश्रम, मानसिक र आत्मिक शान्ति अनि ध्यान योगको प्रतिफल आरोग्य हो । आरोग्यको महत्त्व बुझेर संयुक्त राष्ट्रसंघले नेपालको प्रस्तावमा प्रत्येक वर्ष १५ अप्रिललाई अन्तर्राष्ट्रिय आरोग्य दिवसको स्पमा मनाउने घोषणा गरेको छ ।

आरोग्यका लागि नेपालमा के छ ?

नेपालमा आरोग्यसँग सम्बन्धित हरेक वस्तु र सेवा पाइन्छन् । यही आरोग्यलाई केन्द्रमा राखेर हामीले अभ्यास गर्ने र अरूलाई सहयोग गर्न सक्नुपर्दछ । नेपालमा पर्यटनको प्रशस्त सम्भावना रहे पनि पटकपटक र निरन्तर प्रयास गर्दा पनि नेपालमा पर्यटकको संख्या अपेक्षित स्पमा बढ्न सकेको छैन । नेपाल भ्रमण वर्ष १९९८ र नेपाल पर्यटन वर्ष २०११ मा लिइएको लक्ष्य वर्षौंसम्म पूरा हुन नसकेको छैन । त्यसैले केही प्रश्नको जवाफ खोज्नुपर्ने भएको समय आएको छ । हामीसँग अथाह सम्भावना र अवसर हुँदाहुँदै पनि हामीले यसको उचित विकास, प्रवर्द्धन र प्रचारप्रसार गर्न सकेनौं कि? अथवा हामीले पर्यटकीय सम्भावना र अवसरको प्राथमिकीकरण गर्नै जानेनौं कि? अथवा हामीले पर्यटकलाई नेपालमा के छ भनेर बुझाउनै सकेनौं कि? अथवा हामीले हाम्रो पर्यटनको मूल तत्त्व नै पहिल्याउन सकेनौं कि? यी प्रश्नहरूको सजिलो जवाफ छ नेपालको पर्यटनको सुस्पष्ट ब्राण्डिङ भएन । हामीले विगतमा सगरमाथाको देश भनेर पनि चिनाएकै हो, प्राकृतिक सौन्दर्यको धनी देश भनेर पनि चिनाएकै हो, भगवान् बुद्धको देश भनेर पनि चिनाएकै हो । तर हामीकहाँ उपलब्ध सबै सम्भावना र अवसरलाई एउटा मूल तत्वमा आबद्ध गर्दै ब्राण्डिङ चाहिँ गर्न सकेनौं । त्यो मूल तत्त्व हो भनेको आरोग्य हो । पर्यटकले खोज्ने आरोग्यसँग सम्बन्धित हर चीज यहाँ उपलब्ध छन्, तिनको विकास र प्रवर्द्धनको खाँचो छ ।

आरोग्य पर्यटनको सम्भावना

एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा घुम्न जाने पर्यटकले तीन कुरा चाहन्छ–भौतिक सुख, सबल स्वास्थ्य र खुसी। यसका लागि हामीसँग प्रकृति, भौगोलिक र जैविक विविधता, धर्म, धार्मिक आस्था, सद्भाव र सहिष्णुता, संस्कृति र सांस्कृतिक सम्पदा, सामाजिक जनजीवन, रहनसहन र व्यवहार, कृषि उत्पादन, खाद्यशैली र स्वच्छ पानी, वन पैदावार, शिक्षा, स्वास्थ्य र खेल पर्यटनका लागि अनुकूल वातावरण रहेको छ । त्यति मात्र होइन, वैदिक खोज र अनुसन्धानका लागि उपयुक्तस्थल, सामग्रीको उपलब्धता तथा योग र ध्यानका लागि उपयुक्तस्थल र वातावरण पनि नेपालमा छ ।

यी सम्भावनाहरूको उपयोग र प्रवर्द्धनका लागि सरकार, निजी क्षेत्र र सरोकारवाला निकायहरूबीच सहकार्यको खाँचो पर्दछ । आरोग्य पर्यटनलाई आर्थिक विकासको मुख्य कार्यसूचीका स्पमा पहिचान र विकास, नेपाललाई विश्व आरोग्य गन्तव्य बनाउने पहल, आरोग्य पर्यटन विकास, ब्राण्डिङ, प्रवर्द्धन र बजारीकरण, पर्यटन पूर्वाधार विकास गरी सहज पहुँचको व्यवस्था, सहज सार्वजनिक सेवा र शैक्षिक पाठ्यक्रममा योग र ध्यानका साथै आरोग्य पर्यटनका सामग्री र स्वास्थ्य सेवामा तीन तहका सरकारको भूमिका अझ बढी रहन्छ । खासगरी आरोग्यका क्रियाकलापहरूलाई बढाउन आरोग्य पर्यटन कूटनीति परिचालन, प्रदेश र स्थानीय तहमा रहेका पर्यटकीय गतिविधिहरूमा आरोग्य पर्यटनका क्रियाकलाप समावेश, आरोग्य पर्यटनका प्याकेजहरूको प्रवर्द्धन र प्रचारप्रसारमा जोड दिनुपर्ने हुन्छ ।

यसमा निजी क्षेत्रको भूमिका पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण रहेको हुन्छ । आरोग्य पर्यटनका वस्तु र सेवाको विकास, नेपाली उत्पादनको उपभोगलाई बढावा दिई प्रवर्द्धन, आरोग्य पर्यटनको प्रचारप्रसार र बजारीकरणमा सरकारसँग सहकार्य, पर्यटकीय क्षेत्रहरूमा सहज पहुँचको व्यवस्था गर्न निजी क्षेत्रले थुप्रै कामहरू गर्न सक्दछन् । सहज पर्यटकीय सेवा,पर्यटकीय प्याकेजिङका क्रियाकलापमा आरोग्य पर्यटनलाई जोडेर पनि हेर्न सकिन्छ । उदाहरणका लागि, पदयात्राको प्याकेजमा धार्मिक/ सांस्कृतिक पर्यटनका साथै योग र ध्यान समेत समावेश गर्न सकिन्छ। आरोग्य पर्यटनबाट नेपालले राम्रो लाभ लिनसक्ने अवसर रहेको छ । नेपाल आउने विदेशी पर्यटकको संख्या बढाएर ५० लाख पुऱ्याउन सकिन्छ। उनीहरूको औसत बसाई अवधि आरोग्य पर्यटनका कार्यक्रमबाट थप पाँच दिन कम्तिमा १५ दिन बनाउन सकिन्छ । पर्यटकको दैनिक औसत खर्च पनि बढाएर १५० देखि २०० अमेरिकी डलर पुऱ्याउन तथा पर्यटन क्षेत्रमा थप १० लाख रोजगारी सिर्जना हुनेछ । त्यतिबेला ट्राभल एण्ड ट्रेड कम्पिटिटिभनेस इण्डेक्समा नेपालको स्थान उल्लेख्य वृद्धि हुनेछ ।

आरोग्यको महत्व उजागर गर्ने नेपालको पहल संयुक्त राष्ट्रसंघले स्वीकार गरेको र नेपाल सरकारले सन् २०२७ लाई आरोग्य वर्षका स्पमा मनाउने निर्णय गरेको छ । नेपाल आरोग्य वर्षको स्पमा मनाउने घोषणा गरेको र पर्यटन दशक मनाउने तयारी गर्दै गरेको सन्दर्भमा आरोग्य पर्यटनलाई नारा बनाई अगाडि बढ्न सकिने अवसर र सम्भावना रहेको छ । प्रत्येक अप्रिल १५ मा आरोग्य दिवस मनाएर मात्र नपुग्ने, साँच्चिकै आरोग्य प्रवर्द्धन गर्न हाम्रो पहल र निरन्तरको प्रयास आवश्यक पर्दछ ।

(प्रस्तुत विचार नेपाल सरकारका पूर्वमुख्यसचिव तथा जीवन विज्ञान प्रतिष्ठान आरोग्य अध्ययन केन्द्रका संयोजक डा अर्यालसँग राससका आलेख प्रमुख कृष्ण अधिकारीले गर्नुभएको कुराकानीमा आधारित)

विशेषज्ञ चिकित्सकहरूद्वारा स्वास्थ्य उपचार सम्बन्धी सूचना

असार ०५ गते शुक्रबार

१) काठमाडौं गंगालाल अस्पतालका वरिष्ठ मुटुरोग विशेषज्ञ **डा. मुरारी दुङ्गाना**द्वारा स्वास्थ्य परीक्षण हुने हुँदा सम्बन्धित विरामीले उपचार सेवा लिनुहोला ।

हाम्रा उपलब्ध सेवाहरू :

१) भिडियो एक्सरे २) आधुनिक प्रयोगशाला सेवा (रगत, दिशा, पिसाव, विर्य, खकार परीक्षण गरिन्छ) ३) इ.सि.जी. सेवा, मुटुको जाँच, ४) इको (ECHO) गंगालाल हस्पिटलका डा.द्वारा मुटुको भिडियो एक्सरे गरिन्छ ५) माइनर अपरेशन सेवा तथा प्लास्टर, ड्रेसिङ्, स्टेचिङ् आदी सेवा, ६) नेवुलाइजर सेवा, ७० किशोर किशोरीहरूलाई यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य सम्बन्धी निःशुल्क परामर्श सेवा, ७) परिवार नियोजनका अस्थायी स्वास्थ्य सेवा तथा सुविधा ८) गुणस्तरीय फार्मेसी सेवा

नोट : फोनबाट पनि नाम टिपाउन सक्नुहुनेछ ।

चैत्र ०६ गते शनिबार

१) गण्डकी मेडिकल कलेज पोखराका वरिष्ठ फिजिसियन, मधुमेह (सुगर) र थाइरोइड तथा हर्मोन रोग विशेषज्ञ प्रोफेसर **डा. तिर्थलाल उपाध्याय** आउनुहुने भएकाले सम्बन्धित रोगका विरामीले उपचार सेवा लिनुहोला ।

२) पोखराका वरिष्ठ रेडियोलोजिष्ठ **डा. कृष्ण तिमिल्सेना**द्वारा भिडियो एक्स-रे सेवा उपलब्ध ।

३) गण्डकी अस्पतालमा कार्यरत सर्जन, स्तन, स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ **डा. दिनेश शर्मा तिमिल्सेना**द्वारा स्वास्थ्य परीक्षण गरिन्छ। *गर्भवती महिलाको महिनावारी जाँच, तल्लो पेट देख्ने, सेतो पानी बग्ने, पाठेघर तल झर्ने, सेतो पानीको जाँच (PAP SMEAR) गर्ने, स्तन दुख्ने र गाँठागुठी आउने, महिनावारी गडबढ हुने र महिनावरी हुँदा पेट दुख्ने आदी समस्या भएका विरामीहरूले उपचार सेवा लिनुहोला ।*

मिर्लुङ पोलिक्लिनिक प्रा.लि.

व्यास-२, अमरसिंह मार्ग, दमौली तनहुँ । फोन : ०६५-५६४५७८, ९८४६०६२४६५, ९८४६७७०४७२

व्यास नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
दमौली तनहुँ । गण्डकी प्रदेश

नगर लोककल्याणकारी सन्देश

आज मिति २०८३/०२/२८ गते विहिवार विहान ७:०० वजे व्यास नगर कार्यपालिकाको २३९ औं बैठक नगर प्रमुख श्री वैकुण्ठ न्यौपानेज्यूको अध्यक्षतामा सम्पन्न भयो । बैठकमा उप-प्रमुख, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, वडा अध्यक्षहरु, सबै कार्यपालिका सदस्यहरु र सम्बन्धित शाखा प्रमुखहरुको उपस्थितिमा भएका मुख्य मुख्य निर्णयहरु सम्बन्धित सबैको जानकारीका लागि यो विज्ञप्ति प्रकाशित गरिएको छ ।

१. मिति २०८३/०२/२२ गते भएको २३८ औं कार्यपालिकाका बैठकको निर्णयहरुको समीक्षा गरियो ।
२. व्यास नगरपालिकाको नीति कार्यक्रम/ बजेट कार्यक्रम प्रस्तुतीका लागि मिति २०८३/०३/१० गते बुधबार ११:३० बजे नगर सभाकक्षमा ४५ औं नगर सभाको बैठक आह्वान गर्ने निर्णय गरियो ।
३. व्यास नगरपालिकाबाट आ.व.०८२/०८३ मा तय गरिएका केही योजनाहरु बजेटको कमी, परियोजना निर्माण गर्ने स्थानमा समस्याले गर्दा हालसम्म टेण्डर प्रकृया अघि बढ्न नसकेको देखिदा त्यस्ता महत्वपूर्ण योजनाहरुलाई स्थान परिवर्तन र आवश्यक बजेट सुनिश्चित गरी टेण्डर प्रकृया अघि बढाउने निर्णय गरियो ।
४. व्यास नगरपालिकाबाट ठेक्का लागेका केही योजनाहरुको प्रगति अपेक्षित नभएको देखिदा सम्बन्धित निर्माण व्यवसायीबाट लिखित प्रतिबद्धता लिएर मात्र औचित्यका आधारमा परियोजनाको निर्धारित मिति सम्मलाई मात्र म्याद थप गर्ने निर्णय गरियो ।
५. म.ले.प. प्रतिवेदन २०८३ मा उल्लेखित असुल उपर गर्नुपर्ने बेरुजु तत्काल दाखिला गर्न सरोकारवालालाई निर्देशन दिने निर्णय गरियो ।

जि.का.कास्की द.नं. ११/२०३९/०४०,
जि.प्र.का. तनहुँको स्वीकृत मितिः २०५९/०३/२४, त.जि.हु.द.नं. २/२०७८/०७९
२०८३ जेठ ३१ आइतबार
June 14, 2026

पाकेको धान खेती थन्काउने चटारो : तनहुँको व्यास नगरपालिका-११ घाँसीकुवामा चैते धान खेती पाकेपछि थन्काउनका लागि झाट्दै गरेका कृषकहरू । चैते धान खेती थन्काएसंगै किसानहरूले असार धानखेती गर्दछन् । *तस्विर : अश्विनकिशोर श्रेष्ठ/भञ्ज्याङ*

देवघाट 'पूर्ण खोप सुनिश्चित गाउँपालिका' घोषणा

भञ्ज्याङ समाचारदाता/देवघाट

तनहुँको देवघाट गाउँपालिकालाई पाँच वर्षमुनिका सम्पूर्ण बालबालिकाले राष्ट्रिय खोप तालिका अनुसारका सबै खोप प्राप्त गरेको सुनिश्चित भएपछि 'पूर्ण खोप सुनिश्चित गाउँपालिका' घोषणा गरिएको छ। गाउँपालिकाको आयोजनामा सम्पन्न पूर्ण खोप दिगोपना सुनिश्चितता कार्यक्रममा गाउँपालिका अध्यक्ष तिलबहादुर थापाले औपचारिक रूपमा घोषणा गरेका छन् ।

कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्दै गाउँपालिका अध्यक्ष थापाले पूर्ण खोप सुनिश्चित गाउँपालिका घोषणा हुनु गौरवको विषय भए पनि यसको निरन्तरता अझ महत्वपूर्ण रहेको बताए । "पूर्ण खोप घोषणा गर्नु गर्वको विषय हो, तर यसलाई निरन्तरता दिनु अझ ठूलो चुनौती हो", उनले भने, "अब देवघाटका कुनै पनि बालबालिका खोप सेवाबाट वञ्चित नहुने वातावरण बनाउन सबैको साझा प्रयास आवश्यक छ।"

उनले खोप अभियान सफल बनाउन महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाले खेलेको भूमिकाको प्रशंसा गर्दै स्थानीय तहबाट आवश्यक सहयोग र समन्वय निरन्तर रहने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे।

कार्यक्रममा स्वास्थ्य शाखाका प्रतिनिधि, स्वास्थ्य संस्थाका स्वास्थ्यकर्मी, महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका, विद्यालय व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारी, अभिभावक तथा विभिन्न सरोकारवाला निकायका प्रतिनिधिहरूको सहभागिता रहेको थियो।

सो अवसरमा खोप सेवाबाट छुटेका बालबालिकाको खोजी, खोपसम्बन्धी तथ्याङ्क अद्यावधिक, नियमित अनुगमन तथा दिगोपनाका लागि गरिएका प्रयासबारे प्रस्तुतीकरण गरिएको थियो।

स्वास्थ्य शाखाका अनुसार पूर्ण खोप सुनिश्चितताको घोषणापछि पनि नियमित अनुगमन, अभिलेख व्यवस्थापन तथा समुदायस्तरमा जनचेतनामूलक कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिइनेछ। गर्भवती महिलाको समयमै दर्ता, नियमित खोप सेवा प्रवाह तथा खोप छुट भएका बालबालिकाको पहिचानलाई विशेष प्राथमिकतामा राखिने जनाइएको छ।

पूर्ण खोप सुनिश्चितताले बालमृत्युदर न्यूनीकरण, बालबालिकालाई विभिन्न रोगबाट सुरक्षित राख्न तथा स्वस्थ र समृद्ध समुदाय निर्माणमा महत्वपूर्ण योगदान पुग्ने अपेक्षा गरिएको गाउँपालिकाले जनाएको छ।

बन्दीपुरमा विद्यालयस्तरीय वक्तृत्वकला प्रतियोगिता

भञ्ज्याङ समाचारदाता/बन्दीपुर

तनहुँको बन्दीपुर गाउँपालिकाको शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा विद्यालयस्तरीय अतिरिक्त क्रियाकलाप अन्तर्गत वक्तृत्वकला प्रतियोगिता सम्पन्न गरिएको छ । प्रतियोगितामा नोट्रेडम माध्यमिक विद्यालयका स्पन्दन थापा प्रथम, भानु माध्यमिक विद्यालयकी संचिता गुरूङ द्वितीय तथा नोट्रेडम माध्यमिक विद्यालयकै एक विद्यार्थी तृतीय हुन सफल भएका छन्। त्यसैगरी पवित्रा माध्यमिक विद्यालयकी नमुना मिश्रले सान्त्वना स्थान हासिल गरेका छन् ।

विजेताहरूलाई क्रमशः सात हजार, पाँच हजार, तीन हजार र एक हजार रूपैयाँ नगद पुरस्कार प्रदान गरिएको थियो। साथै

उनीहरूलाई प्रमाणपत्र, खादा र टिकासहित सम्मान गरिएको गाउँपालिकाले जनाएको छ।

विद्यार्थीहरूमा आत्मविश्वास, तार्किक क्षमता, नेतृत्वदायी गुण तथा प्रभावकारी अभिव्यक्ति कलाको विकास गर्ने उद्देश्यले प्रतियोगिता आयोजना गरिएको शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाले जनाएको छ।

बन्दीपुर गाउँपालिकाका सामाजिक विकास समिति संयोजक तथा वडा अध्यक्ष शिवकुमार श्रेष्ठको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाका प्रमुख भीम लामिछाने, विभिन्न विद्यालयका प्रधानाध्यापक, शिक्षक, विद्यार्थी तथा अन्य सरोकारवालाहरूको सहभागिता रहेको थियो ।

सहायक शिक्षा अधिकृत सिर्जना अधिकारीले सहजिकरण गरेको कार्यक्रमले विद्यार्थीहरूको प्रतिभा प्रस्फुटन तथा वक्तृत्वकला विकासमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याएको विश्वास गरिएको छ।

तालिमबाट व्यवसायसम्म : ......

प्याकेजिङ, गुणस्तर व्यवस्थापन तथा बजारमुखी सोचको विकासमा समेत जोड दिइएको छ।

सहभागी सरस्वती श्रेष्ठले तालिमले आफूहरूलाई नयाँ अवसरको ढोका खोलेको बताइन्। "हामी यसअघि झोल साबुन उत्पादन गरेर व्यवसाय गरिरहेका थियौँ। अब धूप, बत्ती र विभिन्न अचार उत्पादन गरी बजारमा ल्याउने तयारीमा छौँ", उनले भनिन्, "स्थानीय उत्पादनमार्फत म्याग्देको छुट्टै पहिचान स्थापित गर्न सकिन्छ भन्ने विश्वास छ।"

वडा नं. ४ का वडाध्यक्ष दीपककुमार श्रेष्ठले महिलाहरूको आवश्यकता र मागलाई ध्यानमा राखेर गाउँपालिकासँगको सहकार्यमा तालिम सञ्चालन गरिएको जानकारी दिए । उनले अनुसार अधिकांश सहभागी महिलाहरु विभिन्न समूहमा आबद्ध भई उद्यम तथा होटल व्यवसायमा सक्रिय रहेकाले तालिमबाट प्राप्त सीप तत्काल व्यवहारमा उतार्ने सम्भावना उच्च छ।

तालिमको अर्को महत्वपूर्ण पक्ष बजारीकरण रहेको छ। पोखरास्थित साइनो किचन कर्नरसँगको सहकार्यमा सहभागी महिलाहरूलाई आवश्यक कच्चा पदार्थ उपलब्ध गराउने तथा उत्पादन भएका धूप, बत्ती र अचारको बजारीकरणका लागि समन्वय प्रक्रिया अघि बढाइएको आर्थिक विकास शाखाले जनाएको छ।

३५ जना महिलाको सहभागिता रहेको तालिममा प्रमुख प्रशिक्षकका रूपमा पवित्रा लामीछाने र सहायक प्रशिक्षकका रूपमा राममाया श्रेष्ठ रहेकी थिइन् ।

स्थानीय महिलाहरुलाई घरधन्दामा मात्र सीमित नराखी आर्थिक तथा सामाजिक रूपमा सशक्त बनाउने उद्देश्यले सञ्चालन गरिएको यो तालिमले महिला उद्यमशीलताको क्षेत्रमा सकारात्मक ऊर्जा थपेको छ। सीप, उत्पादन र बजारीकरणलाई एकैसाथ जोड्ने प्रयासले म्याग्दे गाउँपालिकामा महिला उद्यमशीलताको नयाँ अध्याय सुरू हुने अपेक्षा गरिएको छ।

facebook twitter

Chandra Bhandari
x.com/chandra_1961

नेपाली फुटबलप्रेमी ओलम्पिक हेर्न चाहन्छन्। आफ्नो टिभीमा पुनः पैसा तिरेर जोडिनु पर्ने किन ?
यदि सरकार र सम्बन्धित निकायलाई यो कुरा थाहा छ भने- फुटबल हेर्न जनतालाई पुन रकम तिर्न बाध्य बनाउनु हुँदैन।
फुटबल विलासिता होइन, यो राष्ट्रिय भावना, युवाको प्रेरणा र जनताको साझा उत्साह हो।

Rajendra Bajgain (Raj)
x.com/Rajgurkha

सन्नाटा कहिलेकाहीँ शान्तिको संकेत हुँदैन, ठूलो परिवर्तन वा ठूलो टकरावको पूर्वसूचना पनि हुन सक्छ। नेपालको राजनीतिमा कतै गहिरो रूपमा केही गलत भइरहेको अनुभूति भइरहेको छ। अनि त्यहाँ; पुराना भ्रष्ट, स्वार्थी र जनविरोधी शक्तिहरु सबैभन्दा बढी खुसी हुन्छन्। यसको मूल्य भने फेरि पनि साधारण नेपाली जनताले नै चुकाउनुपर्छ।

Surya Raj Acharya
x.com/SuryaRAcharya

उदार लोकतन्त्र र खुला बजार प्रणाली
उदार लोकतन्त्र र खुला बजार प्रणालीका दार्शनिक आधार तथा व्यवहारिक सम्भावना उत्कृष्ट कोटीका छन्। तर यी पद्धतिको सफल कार्यान्वयनका लागि केही अनिवार्य पूर्वशर्तहरु पनि हुन्छन्। उदार लोकतन्त्रका लागि आवश्यक नैतिकता, इमानदारी र जनउत्तरदायित्व तथा खुला बजार प्रणालीका लागि आवश्यक कडा, सक्षम र विवेकपूर्ण नियमन। यी पूर्वशर्तका बारेमा नेपाली राजनीति, राज्य र समाज पर्याप्त गम्भीर देखिएनन्।
फलस्वरूप, राम्रो मानिएका यी पद्धतिहरूलाई भ्रष्ट र विचौलिया प्रवृत्तिका पात्रहरूले लामो समयसम्म हाइज्याक गरिरहे। समाजले बारम्बार असन्तुष्टि जनाएको थियो, तर राजनीति र राज्यले त्यसलाई बेवास्ता गरे। अवस्था यस्तो बन्यो कि पद्धतिले भ्रष्टाचारलाई नियन्त्रण गर्ने होइन, बरू भ्रष्टाचार र विचौलियातन्त्रले नै पद्धतिलाई चलाउने स्थिति सिर्जना भयो।
अब भने राजनीति र राज्य बिउँझिन थालेका संकेत देखिएका छन्, जुन सकारात्मक र आशाजनक कुरा हो। यो रोगको उपचार सहज छैन, तर गर्नैपर्ने उपचार हो। आवश्यक अठोट, आत्मसमीक्षा र विवेकपूर्ण हस्तक्षेपका साथ राजनीति, राज्य र समाजले संयुक्त रूपमा प्रयास गरेमा यसको उपचार सम्भव छ।

रास्वपा गण्डकीको सभापतिमा नवीन त्रिपाठी

भञ्ज्याङ समाचारदाता/कास्की

सत्तारूढ राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा) गण्डकी प्रदेश समिति सभापतिमा कास्कीका नवीन त्रिपाठी विजयी हुनुभएको छ । रास्वपाको शुक्रबारदेखी पोखरामा प्रथम अधिवेशन सुरू भएको थियो । नयाँ नेतृत्वका लागि शुक्रबार राति भएको मतदानको आज बिहान सम्पन्न मतगणनामा त्रिपाठीले २३४ मत ल्याएर विजयी हुनुभएको हो।

उहाँ प्रदेश समितिको निर्वतमान महामन्त्री समेत हुनुहुन्छ । सभापतिका प्रत्याशीहरु निर्वतमान सभापति एवं प्रतिनिधिसभाका सांसद राजन गौतमले १८२, माधव कँडेलले ११ र डा हरि कार्कीले २ मत प्राप्त गर्नुभयो । रास्वपाको विधानमा सभापति निर्वाचित हुन कुल मतदानको ५१ प्रतिशत मत पाउनुपर्ने व्यवस्था छ । त्रिपाठीले पहिलो चरणमै उक्त मत पाएर निर्वाचित हुनुभएको निर्वाचन समितिका संयोजक डा राम गुरूङले जानकारी दिनुभयो। अधिवेशनमा कूल ७८० प्रतिनिधी रहे पनि ४३७ जनाले मात्र मतदानमा सहभागिता जनाएका थिए ।

रास्वपा गण्डकी प्रदेशको सदस्यका लागि ५१ जनाले उम्मेद्वारी दिएका थिए। जसमध्येबाट विभिन्न कलस्टरसहित ३३ जना निर्वाचित हुन्छन् । ५१ आकांक्षीमध्ये क्षेत्रगत प्रदेश सदस्यका लागि २८ जना उम्मेद्वार छन् । यी २८ जनाबाट गण्डकी प्रदेशको १८ वटा प्रतिनिधिसभा सदस्य निर्वाचन क्षेत्रका १/१ जना निर्वाचित हुन्छन्। समावेशी प्रदेश सदस्यका लागि २३ जनाको उम्मेद्वारी परेको थियो। प्रदेश सदस्यका लागि ५१ आकांक्षीमध्ये १२ जना निर्विरोध निर्वाचित भएका छन् । क्षेत्रगत प्रदेश सदस्यतर्फबाट बागलुङ-१ का मीना शर्मा आचार्य, गोरखा-१ बाट मनोज गुरूङ, गोरखा-२ बाट बलबहादुर घले, लमजुङबाट विजय पराजुली, म्याग्दीबाट ताराबहादुर कार्की र तनहुँ-१ बाट सूर्यमणि पौडेल निर्विरोध निर्वाचित हुनुभएको निर्वाचन समितिले जनाएको छ ।

प्रदेश समावेशी सदस्यमा खसआर्य महिलाबाट सीताकुमारी अर्याल, कृष्णकुमारी अधिकारी (अनिशा) र राममाया बस्ताकोटी निर्विरोध निर्वाचित हुनुभएको छ । मुस्लिम महिलाबाट समिउन निशा, दलित महिलाबाट गीता विश्वकर्मा र अपाङ्गता भएका खसआर्यबाट यदुनाथ सिग्देल निर्विरोध निर्वाचित भएको जनाइएको छ । अधिवेशनको शुक्रबार पार्टीका महामन्त्री कविन्द्र बुर्लाकोटीले उद्घाटन गर्नुभएको थियो।

भञ्ज्याङ पब्लिकेशन प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित **भञ्ज्याङ राष्ट्रिय दैनिक** पत्रिकाको लागि **सम्पादक** : नारायण खड्का ।
कार्यालय : ब्यास-२, दमौली, तनहुँ । **फोनः** ०६५-५६३९०७, E-mail:- bhanjyangdml@gmail.com, Web : www.bhanjyangnews.com **मुद्रण** :- विज्ञान प्रिन्टर्स दमौली, फोन : ०६५-५६०१२४