वि.सं. २०३९ सालदेखि निरन्तर प्रकाशित

www.bhanjyangnews.com

भञ्ज्याङ

BHANJYANG NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष ४५ अंक ९७ २०८३ साउन १८ गते सोमबार, नेपाल सम्वत् ११४६ August 03, 2026 मूल्य : रू. १५/-

खानापकाउने ग्याँसको अभाव

तनहुँको व्यास नगरपालिका-१ भादगाउँस्थित मनकामनाचोकमा रहेको ग्याँस डिपीमा खाली सिलिन्डर लिएर लाइनमा बसेका उपभोक्ताहरू ।

तस्विर : भञ्ज्याङ

१३ वर्षमा गण्डकीको २५ प्रतिशत हिउँ पग्लियो, खानेपानीको मुल ७० प्रतिशतले घट्यो

भञ्ज्याङ समाचारदाता/पोखरा

तराई क्षेत्रमा मनसुनमा अधिकतम तापक्रम वार्षिक ०.०३६ डिग्री सेल्सियसका दरले बढिरहेको बेला उच्च हिमाली क्षेत्रमा यो वृद्धिदर दोब्बर अर्थात् वार्षिक ०.०७२ डिग्री सेल्सियसले बढेको देखिएको छ । जल तथा मौसम विज्ञान विभागका अनुसार गण्डकी प्रदेशका ११ जिल्लामध्ये हिमाली जिल्लामा सबैभन्दा बढी वार्षिक अधिकतम तापमान वृद्धि भएको छ । प्रदेशमै सबैभन्दा बढी मनाङमा वार्षिक ०.०९२ डिग्री सेल्सियसका दरले अधिकतम तापमान वृद्धि भइरहेको छ। मुस्ताङमा वार्षिक ०.०८ डिग्री सेल्सियसका दरले अधिकतम तापमान वृद्धि भएको छ ।

उच्च हिमाली क्षेत्रको अध्ययनमा अर्को नौलो संकेत पनि देखिएको छ । यहाँ दिनको समयमा तापक्रम बढ्दै गए पनि रातको समयमा भने चिसो अझ बढ्ने क्रम झन् थपिएको छ । मुस्ताङको जोमसोममा न्यूनतम तापमान प्रतिदशक ०.५८ डिग्री सेल्सियसका दरले घटिरहेको छ । त्यस्तै, मनाङको चामेमा न्यूनतम तापमान वार्षिक ०.१२ डिग्री सेल्सियसका दरले घटिरहेको विभागको तथ्यांक छ ।

पछिल्लो ९ वर्षमा गण्डकीको औसत तापक्रम १.१ डिग्री सेल्सियस बढेको छ । सन् १९७१ देखि २००० सम्म गरिएको अध्ययनले यहाँको तापमान १७.२ डिग्री सेल्सियस रहेकोमा सन् २०११ देखि २०२० को अवधि बढेर १८.३ डिग्री सेल्सियस पुगेको छ । अधिकतम तापक्रममा १.५ डिग्री सेल्सियस बढेको देखिन्छ। हिमालपारिको जिल्ला मनाङ, मुस्ताङ र गोरखामा तापमान वृद्धि अन्य क्षेत्रको तुलनामा अझ तीव्र छ। मुस्ताङको चामे स्टेसनमा अधिकतम तापक्रम वार्षिक ०.१४ डिग्री सेल्सियसका दरले बढेको पाइएको छ ।

दिन अधिक तातो र रात अधिक चिसो हुँदै जाँदा तापमानको अन्तर फराकिलो बन्दै गएको देखाइएको छ । यसले गर्दा रातको समयमा अचानक तुषारो लाग्ने र बर्खायाममा हिउँको सट्टा पानी पर्ने जोखिम बढेको गण्डकी प्रदेशको नीति तथा योजना आयोगले गरेको स्टेट अफ इन्भारामेन्ट रिपोर्टले उल्लेख गरेको छ ।

सोही रिपोर्टले यस शताब्दीको अन्त्यसम्ममा उच्च हिमाली र हिमाली क्षेत्रको हिउँदको अधिकतम तापक्रम ४.९ डिग्री सेल्सियस र ८.० डिग्री सेल्सियस सम्मले बढ्ने प्रक्षेपण गरेको छ । तापमानमा आएको तीव्र परिवर्तनले गर्दा हिमाली क्षेत्रमा रातको समयमा फ्रिज रिस्क बढ्ने, हिउँ बस्ने अवधि घट्ने र हिमनदी पग्लने समस्या बढ्ने निष्कर्ष निकालिएको छ । सन् २०२३ अगष्ट १३ मा मुस्ताङको कागबेनीमा आएको बाढीलाई पनि यसैको एउटा पाटोका रूपमा औंल्याइएको छ ।

बढ्दो तापमानले गण्डकीको रैथाने हिउँलाई द्रुत गतिमा पगालिरहेको छ। प्रतिवेदन अनुसार गण्डकी प्रदेशको औसत हिमक्षेत्र करिब २० देखि २५ प्रतिशत घटेको छ। सन् २००१ देखि २०१० सम्मको अवधिमा हिमक्षेत्र ५ हजार १ सय ११ वर्ग किलोमिटर रहेकोमा सन् २०११ देखि २०२४ सम्मको अवधिमा घटेर ४ हजार ३ सय ९० वर्ग किलोमिटरमा खुम्चिएको देखाइएको छ। छोटो अवधिमै करिब ७२१ वर्ग किलोमिटर हिमक्षेत्र पूर्ण रूपमा संकुचित भएको प्रतिवेदनको निष्कर्ष छ ।

'हिमाली क्षेत्रमा तीव्र गतिमा भइरहेको तापमान वृद्धिले हिउँ पग्लने क्रमलाई मात्र तीव्र बनाएको छैन, यसले हिउँको साटो वर्षा हुने क्रम पनि बढाएको छ', रिपोर्टमा भनिएको छ । पानी पर्दा हिमाली क्षेत्रको माटो र कमजोर भिरालो जमिन अस्थिर बन्न गई अचानक बाढी आउने, हिमपहिरो र भू-क्षयको जोखिम बढाएको र यसबाट तल्लो तटीय क्षेत्रको जनजीवन र जलविद्युत् पूर्वाधारलाई संकटमा पारेको प्रतिवेदनले उल्लेख गरेको छ ।

अहिले गण्डकीको वायुमण्डल पनि प्रदुषित भैसकेको निष्कर्षमा अध्ययनकर्ताहरू पुगेका छन् । प्रादेशिक राजधानी पोखरा उपत्यकामा सुक्खा मौसममा वायु प्रदूषणको स्तर निकै नाजुक बन्ने गरेको छ । गण्डकी प्रदेशका नागरिकहरूले हिउँद र सुक्खायाममा पानीको चर्को अभाव झेल्नु परेको छ । प्रतिवेदन अनुसार पहाडी क्षेत्रका करिब ८४.५ प्रतिशत घरधुरीले पानीका परम्परागत मुहानहरू सुक्दै गएको बताएका छन् भने अनुगमन गरिएका मध्य-पहाडी क्षेत्रका करिब ७० प्रतिशत मूलको बहावमा उल्लेख्य गिरावट आएको दाबी अध्ययनकर्ताको छ।

बाँकी तेश्रो पेजमा

राजनीतिशास्त्र शिक्षा र दलको भूमिकाबारे क्याम्पसमा विचार गोष्ठी

भञ्ज्याङ समाचारदाता/दमौली

बदलिँदो राष्ट्रिय तथा वैश्विक परिवेशमा राजनीतिशास्त्र शिक्षाको आवश्यकता, राजनीतिक दलको भूमिका र सुशासनको विषयमा केन्द्रित एकदिने विचार गोष्ठी दमौलीस्थित आदिकवि भानुभक्त क्याम्पसमा सम्पन्न गरिएको छ ।

आदिकवि भानुभक्त क्याम्पस र पोलिटिकल साइन्स सोसाइटी नेपाल (पोसन) को संयुक्त आयोजना तथा एकदेव आले स्मृति प्रतिष्ठानको सहआयोजनामा आयोजित 'राजनीतिशास्त्र शिक्षाको आवश्यकता र महत्व : बदलिँदो परिवेशमा राजनीतिक दलको भूमिका' विषयक गोष्ठीमा त्रिभुवन विश्वविद्यालय राजनीतिशास्त्र विभागका प्रमुख प्रा.डा. ईश्वरीप्रसाद कँडेलको सहभागिता रहेको थियो ।

पोसनका अध्यक्ष सुवास ढुङ्गानाको अध्यक्षता तथा महासचिव मिलन आलेले सहजिकरण गरेको गोष्ठीमा सहप्राध्यापक डा. महेन्द्र सापकोटा र राजनीतिशास्त्रमा विद्यावारिधि अध्ययनरत तिलकुमारी पौडेलले कार्यपत्र प्रस्तुत गरेका थिए ।

डा. सापकोटाले पूर्वीय तथा पाश्चात्य राजनीतिक चिन्तक कौटिल्य, बुद्ध, गान्धी, प्लेटो, एरिस्टोटल र मार्क्सका विचारको समकालीन सान्दर्भिकता प्रस्तुत गर्दै २१औं शताब्दीमा राजनीतिशास्त्र केवल सैद्धान्तिक अध्ययनमा सीमित नरही कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) शासन, डिजिटल राजनीति, डिपफेक र तथ्याङ्कमा आधारित सार्वजनिक नीतितर्फ उन्मुख भएको बताए । उनले आदिकवि भानुभक्त क्याम्पसलाई राजनीतिशास्त्र शिक्षण तथा नीति अनुसन्धानको 'सेन्टर अफ एक्सिलेन्स' का रूपमा विकास गर्नुपर्ने प्रस्ताव पनि राखे ।

अर्की कार्यपत्र प्रस्तोता तिलकुमारी पौडेलले बदलिँदो राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय परिवेशमा राजनीतिक दलहरू वैचारिक राजनीतिभन्दा निर्वाचन र कार्यसम्पादनमुखी अभ्यासतर्फ उन्मुख

बाँकी तेश्रो पेजमा

सम्पादकीय ....

www.bhanjyangnews.com

ओझेलमा परेको इतिहास

नेपालको इतिहास, संस्कृति र भुगोल एकअर्कासँग गाँसिएर यस्ता विरासतहरु निर्माण गर्छन् । जसले राष्ट्रको पहिचान मात्रै बनाउँदैन, भावी पुस्ताका लागि गौरवको स्रोत पनि प्रदान गर्छ। तर दुर्भाग्यवश, त्यस्ता थुप्रै स्थलहरु समय, राजनीति, र बेवास्ताको भारमा ओझेलमा परिरहेका छन्। तिनैमध्ये एक हो– पहाडकी रानी उपनामले परिचित तनहुँको बन्दीपुरमा अवस्थित मुकुन्देश्वरी डाँडा। जसको नामसँगै पाल्पाका प्रसिद्ध राजा मुकुन्दसेनको ऐतिहासिक, धार्मिक र सांस्कृतिक विरासत गाँसिएको छ । चारैतिर हरियाली, आकाशमा नीलो स्वच्छता र टाढा देखिने धौलागिरी–अन्नपूर्ण–बौद्ध हिमश्रृंखलाका दृश्यले यो डाँडालाई प्रकृतिको अनुपम उपहार बनाउँछ। तर यसको छायाँमा लुकेको छ । एक वीर शासकको गाथा, शक्तिपीठको किंवदन्ती र नेपाली इतिहासमा गरिइएको प्रारम्भिक संघीय शासन अभ्यासको स्मृति ।

पन्ध्रौं शताब्दीको उत्तरार्धमा जन्मिएका राजा मुकुन्दसेन केवल पाल्पाका शासक थिएनन्, उनी नेपाली भुगोलको तत्कालीन पुनःसंरचनामा ऐतिहासिक योगदान दिने व्यक्तित्व पनि थिए । संस्कृत, अस, अवधी र मगर भाषामा दखल राख्ने यो बहुभाषिक राजा एक धार्मिक, नीतिनिष्ठ र प्रबुद्ध प्रशासक थिए । गोपिनाथ शर्माको "चौबीसी राज्यको इतिहास" अनुसार, पाल्पा राज्य उत्तरमा मुक्तिनाथदेखि दक्षिणमा गङ्गासम्म, पूर्वमा जलपाइगुडीदेखि पश्चिममा कुमाउँसम्म फैलिएको थियो। त्यो बेलामा मुकुन्दसेनले आफ्ना सात छोराहरूलाई सातवटा भिन्न–भिन्न क्षेत्रहरूमा प्रशासक बनाएर प्रारम्भिक संघीय शासनको अभ्यास पनि गरे। यो नेपाली राजनीतिक चेतनाको प्रारम्भिक नमूनास्वरूप पनि लिन सकिन्छ । तर राजनीतिक शक्ति, वंशवाद र आन्तरिक कलह नेपाली इतिहासको स्थायी विडम्बनाजस्तै बनेको छ। मुकुन्दसेनको राज्य पनि यसबाट अछुतो रहन सकेन। आफ्नै छोराहरूबीचको सत्ता संघर्षले थाकेर, राजा मुकुन्दसेनले राज्य त्यागे। अन्ततः वि.सं. १६२२ मा देवघाटमा जलसमाधि लिएर शालिग्राम बनेको जनविश्वास आजसम्म जीवित छ ।

राजा मुकुन्दसेनसँग गाँसिएको यो मुकुन्देश्वरी डाँडा, कुनैबेला पाल्पा राज्यको शीतकालीन राजधानी थियो। यही ठाउँमा राजा मुकुन्दसेनले सैनिक परेड गराउँथे, शक्तिशाली तरवारहरु राखिएका थिए, शिवमन्दिर स्थापना गरिएको थियो । डाँडामै रहेको इनार, तत्कालीन दरबारका भग्नावशेष, सैनिक अभ्यासका टुंडिखेलहरु, पूजास्थलहरु, गुफा र तबेलाहरु आज झाडी र जङ्गलले ढाकेका छन्। एक महिलाको मुखबाट सुनिएको "राजा हुनुको घमण्डले अन्धा भएका छन्" भन्ने वाक्यले आत्मबोध पाएका राजा मुकुन्दसेन यही डाँडाबाट सधैंका लागि अन्तर्धान भए भन्ने किंवदन्तीले डाँडालाई एउटा आध्यात्मिक चेतनाको थलो पनि बनाएको छ। डाँडामा प्रकट भएको शक्तिस्वरूप मुकुन्देश्वरी देवी, आज पनि स्थानीय स्तरमा पूजाआजा गरिन्छ । तर त्यो शक्तिपीठ आज संरक्षणविहीन, प्रचारविहीन र ओझेलमा परेको ऐतिहासिक स्थल बनेको छ । मुकुन्देश्वरी डाँडा आज राष्ट्रिय स्तरमा कति चिनिएको छ? उत्तर हो– निकै थोरै चिनिएको छ। ऐतिहासिक महत्त्व बोकेको, सांस्कृतिक किंवदन्तीले भरिएको र पर्यटनको अपार सम्भावना बोकेको यस्तो स्थलप्रति स्थानीय सरकारको ध्यान नपुगेको देखिन्छ। त्यस्तै, प्रदेश र संघीय सरकारले पनि संरक्षणको विषयमा नीति त बनाएका छन्, तर कार्यान्वयन पक्ष कमजोर छ । गाउँपालिका, पाल्पा–तनहुँका सम्पदाविद्, स्थानीय पर्यटन व्यवसायी र नागरिक समाजको साझा प्रयास बिना यो स्थल अझै बिर्सिंदै जानेछ। खासगरी विद्यालय र विश्वविद्यालय तहमा यो थलोको अध्ययन र प्रचार–प्रसार हुनुपर्छ। यहाँको इतिहास पाठ्यक्रममा समावेश गरेर नयाँ पुस्तामा यो चेतना विकास गर्न सकिन्छ कि, इतिहास केवल दरबारका पर्खालमा सीमित छैन, त्यसको जरा स्थानीय डाँडाकाँडो र मान्यतामा पनि गढिएको छ।

बन्दीपुर आफैंमा एक महत्वपूर्ण पर्यटकीय गन्तव्य हो। मुकुन्देश्वरी डाँडा त्यसको पूरक बन्न सक्छ । जसले इतिहास, धर्म, संस्कृति र प्रकृतिको संगममा नयाँ गन्तव्य निर्माण गर्न सक्छ । यसका लागि डाँडाको पुरातात्त्विक सर्वेक्षण गरिनु, प्राकृतिक पदमार्ग निर्माण गरिनु, स्थानीय कथा र किंवदन्तीहरूलाई संग्रह गरेर संग्रहालय बनाइनु, नयाँ पुस्तालाई सहभागी गराउने सचेतना अभियान सञ्चालन गरिनु, गाईड प्रशिक्षण, बोर्ड संकेत र डिजिटल सामग्री विकास गरिनुपर्ने देखिन्छ। यी काम गर्दा मात्र मुकुन्देश्वरी डाँडा नयाँ पुस्ताको लागि गुम्न लागेको सम्पदा होइन, पुनःजीवित प्रेरणाको केन्द्र बन्न सक्छ। नेपालको इतिहास राज्यहरूकै युद्धले बनेको हो भन्ने एकपक्षीय दृष्टिकोणलाई तोड्न जरूरी छ । मुकुन्देश्वरी डाँडा जस्ता स्थलहरु इतिहासको विविधता, आध्यात्मिकता र मानवीय संवेदनाको गाथा बोल्छन् । हाम्रा सन्तानले इतिहास पढून्, हेरून् र महसुस गरून् भन्ने हो भने, हामीले मुकुन्देश्वरीजस्ता स्थलहरूलाई केवल किंवदन्ती होइन, संरक्षित धरोहर बनाउनु आवश्यक छ। यो न त केवल तनहुँको जिम्मेवारी हो, न त पाल्पाको मात्रै यो सम्पूर्ण नेपाली समाजको साझा दायित्व हो ।

किन अशान्त छ दक्षिण एसिया ?

दक्षिण एसियाका अधिकांश देश अशान्त छन्। आन्तरिक द्वन्द्व तथा घरेलु समस्याका कारण दक्षिण एसियाली मुलुक अशान्त भएका हुन् । श्रीलंका र बंगलादेशमा आन्दोलनपछि नयाँ सरकार बनेका छन्। नेपालमा पनि जेनजी आन्दोलनपछि चुनाव सम्पन्न भइ नयाँ सरकार बनिसकेको छ। भारतमा जेनजी आन्दोलनले हालै विश्राम लिएको छ। जसको नेतृत्व कक्रोच जनता पार्टीले गरेको थियो । सरकारसँग सम्झौता भएसँगै अहिलेलाई कक्रोच जनता पार्टीको आन्दोलन स्थगित भएको छ । यद्यपि यी देश भित्री रूपमा अशान्त छन्।

धार्मिक द्वन्द्व

गत फागुनमा सम्पन्न चुनावबाट नयाँ सरकार बनेको चार महिना पुग्दा नपुग्दै नेपालमा साम्प्रदायिक द्वन्द्व बढ्यो । सो द्वन्द्वका कारण तीन जनाको निधन भइसकेको छ। यद्यपि मधेसमा उत्पन्न तनाव नियन्त्रणमा आइसकेको छ । प्रधानमन्त्री बालेन शाहले बिहीबार राष्ट्रको नाममा सम्बोधन गरेका थिए । सोही दिन

दक्षिण एसियाको अवस्था

श्रीलंका, बंगलादेश, भारतको अवस्था पनि त्यस्तै छ । सन् २०२२ मा श्रीलंकाका राष्ट्रपति गोताबाया राजापाक्षेको सरकारलाई युवाहरूको आन्दोलनले ढालेको थियो । त्यसपछि सन् २०२४ मा बंगलादेशमा भएको त्यस्तै आन्दोलनले लामो समयदेखि सत्तामा रहेकी प्रधानमन्त्री शेख हसिनाको सरकारलाई ढाल्यो ।

२०८२ मा नेपालमा जेनजी आन्दोलनले एमालेका अध्यक्ष केपी शर्मा ओली नेतृत्वको सरकार ढालेको थियो । भर्खर भारतमा सम्पन्न जेनजी आन्दोलनकै क्रममा भारतका शिक्षामन्त्रीले राजीनामा दिए ।

यी सबै आन्दोलन आर्थिक संकट, जनदबाब र राजनीतिक अस्थिरताका कारण भएको थयो । भ्रष्टाचार, नातावाद र बढ्दो निरंकुश प्रवृत्तिका कारण पुराना सत्ताविरूद्ध जेनजी पुस्ता जुरूक्क उठेको अन्तर्राष्ट्रिय मामिलाका जानकार एवं पूर्वराजदूत विजयकान्त कर्णले बताए । यी देशहरूमा तत्कालका लागि समस्या

पनि कुर्सी हलिएको थियो तर सरकारले शिक्षा मन्त्रीलाई राजिनामा दिन लगाएर डयमेज कन्ट्रोल गरेको जानकारहरु बताउँछन् ।

समस्या समान

अन्तर्राष्ट्रिय द्वन्द्व मामिलाका जानकार बिनोज बस्न्यातले कुनै पनि देशमा समस्या समाधान हुन नसकेको प्रस्ट पारे । 'श्रीलंकाको अवस्था जस्ताको त्यस्तै छ । बंगलादेशको अवस्था उस्तै छ, भारतको पनि त्यही हालत छ, नेपालमा द्वन्द्व अझै जारी छ । पाकिस्तान, आफगानिस्तान, माल्दिभ्स, भुटान पनि द्वन्द्वमै छन्,' उनले भने । सुरूवाती उत्साह अहिले आशंकामा परिणत हुन थालेपछि दक्षिण एसियामा द्वन्द्वको समाधान हुने सम्भावना नदेखिएको बस्न्यातको भनाइ छ । 'नेपालमा देखिएको धार्मिक द्वन्द्व र भर्खर भारतमा सम्पन्न भएको जेनजी आन्दोलन अहिलेमात्र सिर्जित होइन, लामो तयारीपछि आएको हो,' उनले भने ।

दक्षिण एसियाली देशहरूको समस्या

उनले राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलसँग भेट गर्नुका साथै उपराष्ट्रपति रामसहाय यादवसँग टेलिफोन संवाद गरे ।

शुक्रबार उनले मधेस केन्द्रित दलहरूसँग पनि संवाद गरेका थिए । मधेसमा देखिएको द्वन्द्व समाधानका लागि प्रधानमन्त्री बालेन शाहको सक्रियता बढेको छ भने गृहमन्त्री सुधन गुरूङ बिहीबार राति सुनसरी, शुक्रबार राति सिरहा गएर त्यहाँका पीडित परिवारसँग भेट गरी सहमतिपत्रमा हस्ताक्षर नै गरे । शनिबार राति अबेरसम्म उनले धनुषामा हिन्दु संघ–संस्थाका प्रतिनिधिसँग वार्ता गरे । अर्कोतिर सत्ताधारी दल राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका सभापति रवि लामिछानेको पनि सक्रियता बढेको छ। उनले बुधबार सर्वदलीय बैठक बोलाउनुको साथै शुक्रबार हिन्दु तथा मुस्लिमका धर्मगुरू एवं अगुवाहरूसँग छलफल गरे। उनले मधेस केन्द्रित दलका नेताहरूसँग छलफल गरेका थिए ।

नेपालमा देखिएको द्वन्द्व समाधानका लागि सबैतिरबाट पहल भएसँगै तत्काल यो शान्त देखिएको छ । यद्यपि ठाउँ–ठाउँमा अझै कर्फ्यु, निषेधज्ञा जारी छ । तत्कालका लागि केही समाधान भएको देखिए पनि दीर्घकालीन समाधान हुन बाँकी छ ।

समाधान भए पनि दीर्घकालीन समाधान नभएकाले जेनजी पुस्ताहरूको सलबलाहट कायमै रहेको उनको भनाइ छ ।

श्रीलंकामा सार्वभौम ऋण संकट, अत्यधिक मुद्रास्फीति र उपभोग्य वस्तुको अभावका कारण आन्दोलन भएको थियो। बंगलादेशमा युद्धका लडेका अर्थात् स्वतन्त्रता सेनानीका परिवारलाई सार्वजनिक क्षेत्रको जागिरमा राखिएको कोटा प्रणालीविरूद्ध आन्दोलन भएको थियो । नेपालमा पुराना राजनीतिक दलले गरेको भ्रष्टाचार तथा तत्कालीन सरकारले बन्द गरेको सामाजिक सञ्जालका कारण आन्दोलन भएको थियो । भारतमा पेपर लिकको विषयमा आन्दोलन सुरू भए पनि समग्रमा सरकारप्रतिको असन्तुष्टि पनि आन्दोलनमा व्यक्त भएको थियो ।

जेनजी आन्दोलनपछि बालेन्द्र शाह नयाँ प्रधानमन्त्री बने भने बंगलादेशमा पुरानै स्थापित बंगलादेश नेसनलिस्ट पार्टीका तारिक रहमान प्रधानमन्त्री बने । नेपालले स्थापित वामपन्थी राजनीतिक दलहरूलाई अस्वीकार गरिरहेको बेला श्रीलंकामा कम्युनिष्ट पार्टीका नेता अनुरा कुमारा दिसानायाके राष्ट्रपति बने । भारतमा चलेको कोक्रोज जनता पार्टी नेतृत्वको आन्दोलनले प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीको

समान खालको देखिएको छ । बंगलादेश, पाकिस्तान, नेपाल, श्रीलंकामा नयाँ जनादेशका साथ सरकार बनेर जनतामा अवसरको अनुभूति गराएको, तर ती अवसरहरु प्राप्त नहुने अवस्था देखेपछि युवामा पुनः निराशा देखिएको पूर्वराजदूत कर्णले बताए ।

यी द्वन्द्व केही आफ्नै कारणले भएका र धेरैजसो भूराजनीतिक कारणले गर्दा भइरहेको बस्न्यातको भनाइ छ । उनले अमेरिका–चीन द्वन्द्व, भारत–चीन द्वन्द्वले गर्दा पनि दक्षिण एसियाका राष्ट्रहरूमा द्वन्द्व देखिएको प्रस्ट पारे ।

परराष्ट्र मन्त्रालयका एक जना पूर्वसचिवका अनुसार दक्षिण एसियामा चीनले आफ्नो कनेक्टिभिटी बढाएको छ। दक्षिण एसियामा रहेका धेरैजसो देशसँग उसले राम्रो सम्बन्ध बनाउँदै आएको छ। त्यो कुरा धेरै देशलाई पचेको छैन । ती पूर्वसचिवले भने, 'बंगलादेश, माल्दिभ्स, नेपाल, भुटान, पाकिस्तानसँग चीनको सम्बन्धले कसलाई बेफाइदा भइरहेको छ, सबैलाई थाहा छ । आफगानिस्तान र पाकिस्तानबिच रहेको द्वन्द्व कसका कारण भइरहेको छ भन्ने पनि सबैलाई थाहा छ । त्यसैले यी देशहरूको द्वन्द्वको

बाँकी तेश्रो पेजमा

तपाईंको आज

मेष
प्रतिष्ठित काम गरेर समाजमा स्थापित हुने समय छ। काम देखाएर उपलब्धि हातपार्ने मौका छ।

वृष
नयाँ काम वा नोकरी प्राप्त हुन सक्छ। तारिफयोग्य काम सम्पादन गर्दै लोकप्रियता हासिल गर्न सकिनेछ।

मिथुन
प्रयत्न गर्दा नोकरी प्राप्त हुन सक्छ। सामाजिक कामले पदीय दायित्व समेत दिलाउन सक्छ।

कर्कट
मित्रता र प्रेमको बन्धन कसिनेछ। आम्दानी बढ्नेछ भने परिश्रमअनुसार राम्रै प्रतिफल प्राप्त हुनेछ।

सिंह
समुदायको हक हितको संरक्षण गर्न सकिनेछ। मन मिल्ने साथी भेटिनुका साथै प्रेमको बन्धन कसिन सक्छ।

कन्या
विशेष व्यक्तिसँग भेटघाट हुने समय छ। आम्दानीको स्रोत सबल बन्नुका साथै दिगो काम प्रारम्भ हुनेछ।

तुला
शुभचिन्तकहरूको सहयोग जुट्नाले अाँटेको काम बन्नेछ। मनको डर उत्साहमा रूपान्तरित हुनेछ।

वृश्चिक
साताको प्रारम्भमा विभिन्न अवसर प्राप्त हुनेछन्। मिहिनेतले प्रतिद्वन्द्वीहरूलाई परास्त गर्न सफल भइनेछ।

धनु
आफ्नो क्षेत्रमा राम्रै प्रभाव जमाउन सकिनेछ। आँट गर्दा चिताएको काम सजिलै सम्पादन हुनेछ।

मकर
विभिन्न भौतिक साधन जुटाउन सकिनेछ। टाढिएका साथीभाइ नजिकिनाले हर्ष बढ्नेछ।

कुम्भ
आफन्तको सहयोग जुट्नाले काम बनाउन सकिनेछ। बुद्धिको उपयोगले लक्ष्य प्राप्ति हुनेछ।

मीन
मिहिनेतले नयाँ काम हातपार्न सकिनेछ। प्रभावशाली व्यक्तिहरु समेत प्रतिस्पर्धामा पछि पर्नेछन्।

राजमार्गका यात्रु र शंकास्पद वस्तुको निगरानी

पृथ्वी राजमार्गअन्तर्गत तनहुँको दमौली क्षेत्रमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय तनहुँ र जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय तनहुँले संयुक्त रूपमा सवारी साधन तथा यात्रुहरूको सघन सुरक्षा जाँच गर्दै । संयुक्त टोलीले राजमार्ग हुँदै आवतजावत गर्ने सवारी साधन रोकी आवश्यक कागजात परीक्षण, चालकको अवस्था, यात्रुहरूको सुरक्षा जाँच तथा शंकास्पद व्यक्ति र वस्तुमाथि निगरानी गरेको थियो । हातहतियार, लागूऔषध, अवैध सामग्री तथा अन्य आपराधिक गतिविधि नियन्त्रणका लागि झोला तथा सवारी साधनको समेत जाँच गर्ने गरिएको छ । प्रहरीका अनुसार यात्रुको सुरक्षा सुनिश्चित, सडक दुर्घटना न्यूनिकरण गर्न, राजमार्गमा हुन सक्ने आपराधिक गतिविधि रोकथाम गर्ने तथा शान्ति–सुरक्षा कायम राख्ने उद्देश्यले यस्तो संयुक्त सुरक्षा जाँच सञ्चालन गरिएको हो ।

तस्विर : भञ्ज्याङ

१३ वर्षमा गण्डकीको २५ प्रतिशत ....

अव्यवस्थित सडक निर्माण र वातावरणीय असन्तुलनका कारण परम्परागत पानीका स्रोतहरू सुक्दै गएका उनीहरू बताउँछन् ।

प्रदेशभर खानेपानीको आधारभूत पहुँच ९४.२५ प्रतिशत पुगेको भए पनि जनस्वास्थ्यका दृष्टिले पूर्ण रूपमा सुरक्षित र स्वच्छ पानी पिउन पाउने जनसंख्या २० प्रतिशत मात्रै छन् । 'खानेपानीको पहुँच विस्तार हुनु एउटा सकारात्मक पाटो भए पनि पानीको सुरक्षा र स्वच्छता अर्को ठुलो चुनौती हो', प्रतिवेदनमा भनिएको छ, 'सुक्खायाममा पानीको मुहान सुक्नु, बसाइँसराईका कारण ग्रामीण खानेपानी प्रणाली अलपत्र पर्नु र फोहोरमैला व्यवस्थापनको अभावमा पानीका स्रोतहरू प्रदूषित हुनुले जनस्वास्थ्यमा गम्भीर जल सुरक्षा संकट निम्त्याएको छ ।' जलवायु परिवर्तन र वातावरणीय ह्रासको असर कृषि क्षेत्रमा पनि देखिन थालेको छ ।

यो प्रतिवेदन गण्डकी प्रदेशको नीति तथा योजना आयोगले यूएनडीपीसँग मिलेर तयार गरेको हो । गण्डकी प्रदेशका मुख्यमन्त्री सुरेन्द्रराज पाण्डेले प्रदेशका प्राकृतिक सम्पदाहरू नै यहाँको कृषि, पर्यटन र जलविद्युतको मुख्य आधार भए पनि जलवायु परितर्वनले स्रोतहरू संकटमा परेको बताए । 'यो प्रतिवेदन प्रादेशिक र स्थानीय सरकारहरूका लागि नीति तर्जुमा, वार्षिक कार्यक्रम, बजेट निर्माण, आयोजनाहरूको छनोट र जलवायु कार्यका लागि एक व्यावहारिक मार्गदर्शक बन्नुपर्छ', उनले भने ।

योजना आयोगका उपाध्यक्ष डा. कृष्णचन्द्र देवकोटाले वातावरणीय प्राथमिकताहरूलाई आवधिक योजना र बजेट प्रणालीमा अनिवार्य रूपमा समावेश गर्नुपर्ने सुनाए । 'प्रतिवेदनले वातावरणीय संवेदनशीलतालाई उजागर गरेको छ', उनले भने, 'अब हाम्रा आवधिक योजनाहरू, वार्षिक कार्यक्रमहरू यसलाई औजारका रूपमा प्रयोग गरिनुपर्छ ।'

मुख्य अध्ययनकर्ता तथा वातावरण विज्ञहरूको समूहले गण्डकी प्रदेशमा विकास र वातावरणीय संरक्षणलाई विपरीत दुई ध्रुवका रूपमा हेर्न नहुने सुझाव दिएको छ । अव्यवस्थित सडक निर्माण, कमजोर भू–बनोटको उपेक्षा र कमजोर नियमनका कारण बाढी र पहिरोको जोखिम बढेको विज्ञहरूको निष्कर्ष छ।

'वातावरणीय संरक्षणलाई विकासको बाधकका रूपमा हेरिनु हुँदैन। बरू यसलाई आर्थिक स्थिरता, विपद् उत्थानशीलता र नागरिकको जीवनस्तर सुधारका लागि गरिने एक अनिवार्य लगानीका रूपमा बुझ्नुपर्छ', यूएनडीपी नेपालकी प्रमुख क्योको योकोसुकाले भनिन् । रातोपाटीबाट

किन अशान्त छ ....

बाहिरी कारण आन्तरिक देखिए पनि भूराजनीतिले धेरै प्रभाव पारेको छ ।'

माल्दिभ्स भारत र चीनबिचको सन्तुलन मिलाउने रणनीतिक खिचातानीमा छ । नेपालकै परिवर्तनपछि चीन यहाँको घटनाक्रमप्रति त्यति सन्तुष्ट छैन। आन्तर्राष्ट्रिय मामिलाका जानकार बस्न्यातले नेपालमा देखिएको धर्मिक द्वन्द्व धेरै पुरानो रहेको र राजनीति दलहरूले त्यसलाई समाधान गर्न नसकेको बताए । धार्मिक द्वन्द्व पनि भूराजनीतिका कारण भइरहेको उनको भनाइ छ ।

श्रीलंकामा देखिएको आर्थिक अवस्थाका कारण युवाको असन्तोष बढिरहेको छ । त्यसको असर स्थानीय निकायको चुनावमा देखाइ सकेको छ । यस वर्षको सुरूमा भएको स्थानीय निकायको निर्वाचनमा सत्तारूढ दलको मत निकै घटेको छ । बंगलादेशमा हिंसा भड्किने चिन्ता अझै कायम छ। त्यहाँ पनि केही समय पहिले धार्मिक हिंसा भड्केको थियो ।

भारतमा निर्वासित जीवन बिताइरहेकी बंगलादेशी पूर्वप्रधानमन्त्री शेख हसिना बंगलादेश फर्किने तयारीमा छिन्। उनी फर्केपछि बंगलादेशमा पुनः आन्दोलन हुने सम्भावना छँदैछ। बंगलादेशको अवस्था पनि आउने स्थानीय तहको चुनावले तय गर्ने जानकारहरू बताउँछन् । भारतका जेनजीहरू पुनः आन्दोलन गर्ने चेतावनी दिइरहेका छन् ।

बाह्य द्वन्द्वका कारण प्रभावित

रूस–युक्रेन युद्धका कारण समस्या झेलिरहेका दक्षिण एसियाका देशहरू पछिल्लो समय इरानमा जारी युद्धले समस्या झन् बढाएको छ । दक्षिण एसियामा रहेका देशहरू यिनै युद्धका कारण सिर्जित मुद्रास्फीति, इन्धनको कोटा प्रणाली र आर्थिक ह्रास सहने सीमित वित्तीय क्षमताका कारण गम्भीर रूपमा प्रभावित भएको जानकारहरू बताउँछन् ।

यी देशहरू खाडी मुलुकहरूबाट आउने रेमिट्यान्समा निर्भर छन् । तर त्यहाँ जारी द्वन्द्वले यी सबै कुरालाई प्रभावित पारेको छ । दक्षिण एसियामा रहेका देशहरूका लागि भारत पनि एउटा चुनौती हो । यी देशहरूले भारतसँगको सम्बन्धलाई नयाँ ढंगले अगाडि बढाउन चाहन्छन्, जसले गर्दा यी देशहरूको सम्बन्ध भारतसँग त्यति राम्रो छैन ।

दक्षिण एसियामा रहेका देशहरूका लागि भारत मानवीय सहयोग, विकास सहायता र पूर्वाधार लगानीको महत्त्वपूर्ण स्रोत छ । इरान युद्धले गर्दा भारतप्रति झन् निर्भर बनाइदिएको छ। मलखाद, इन्धनलगायतका वस्तुका लागि भारतप्रति निर्भर बनाएको जानकारहरूको बुझाइ छ । यसरी हेर्दा दक्षिण एसियामा रहेका देशहरू एक आपसमा उल्झेका छन् । आ–आफ्नै द्वन्द्वमा फसेका छन् ।

दक्षिण एसियाली देशका नयाँ निर्वाचित सरकारहरूले आफ्ना बाचा पूरा गर्न नसक्नु, भूराजनीति, जटिल क्षेत्रीय सम्बन्धका नयाँ नयाँ द्वन्द्व देखिएका छन् । पुराना समस्या समाधान नहुँदै नयाँ समस्या पनि थपिएका कारण द्वन्द्व जटिलतातिर धकेलिँदै गएको बस्न्यातको बुझाइ छ । रातोपाटीबाट

राजनीतिशास्त्र शिक्षा र ....

हुँदै गएको उल्लेख गर्दै उत्तरदायी, पारदर्शी र सहभागितामूलक शासन प्रणालीलाई दलहरूले प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने धारणा व्यक्त गरिन ।

गोष्ठीमा विभिन्न राजनीतिक दलका प्रतिनिधि, जनप्रतिनिधि, शिक्षाविद्, प्राध्यापक तथा समाजसेवीहरूले कार्यपत्रमाथि धारणा राख्दै लोकतान्त्रिक संस्कार, सुशासन र राजनीतिशास्त्र शिक्षाको सुदृढीकरणमा जोड दिएका थिए।

उक्त अवसरमा 'तनहुँ घोषणापत्र' सार्वजनिक गरिएको थियो। घोषणापत्र लेखन समितिका संयोजक प्रा.डा. राजेन्द्र चापागाईंले घोषणापत्र प्रस्तुत गरेका थिए । समितिमा पृथ्वीनारायण क्याम्पसका सहप्राध्यापक डा. भीमनाथ बराल र उपप्राध्यापक गिरीधारी सुवेदी सदस्य रहेका थिए ।

कार्यक्रममा आदिकवि भानुभक्त क्याम्पस सञ्चालक समितिका अध्यक्ष केशबहादुर सुनारले प्रमुख अतिथि, कार्यपत्र प्रस्तोता तथा घोषणापत्र तयारी समितिका पदाधिकारीलाई मायाको चिनो प्रदान गर्नुभएको थियो। सो अवसरमा सञ्चालक समितिका उपाध्यक्ष श्रीराम कार्कीले स्वागत र एकदेव आले स्मृति प्रतिष्ठानकी अध्यक्ष मनुमाया श्रेष्ठले धन्यवाद ज्ञापन गरेका थिए ।

गोष्ठीमा संविधानसभा सदस्य पेम्बा शेर्पा, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी तनहुँका सभापति विश्व बास्तोला, नेकपा (एमाले) तनहुँका अध्यक्ष हरिराज कँडेल, नेपाल कम्युनिष्ट पार्टीका केन्द्रीय सदस्यद्वय राजेन्द्रकेशरी न्यौपाने र अतेन्द्रकेशरी न्यौपाने, नेपाली कांग्रेस तनहुँका सचिव सहदेव अधिकारीलगायत विभिन्न राजनीतिक दलका प्रतिनिधिले कार्यपत्रमाथि धारणा राखेका थिए।

यसैगरी व्यास नगर सभापति सूर्यचन्द्र हड्खले, राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी व्यास नगर सभापति चूडामणि दाहाल, व्यास नगरपालिका–५ का वडा अध्यक्ष विष्णु श्रेष्ठ, वडा नं. ६ का अध्यक्ष जीवन गुरूङ, एकदेव आले स्मृति प्रतिष्ठानका पदाधिकारी, स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियनका प्रतिनिधि तथा प्राध्यापकहरूले पनि बदलिँदो परिवेशमा राजनीतिक दलले आफ्नो भूमिका सुधार्नुपर्नेमा जोड दिएका थिए।

उपभोक्ताहरूले खाद्य वस्तु खरिद गर्दा खाद्य पदार्थको बाहिरी आवारणको लेवलमा खुलाउनु पर्ने अनिवार्य मापदण्ड (उत्पादन मिति, उपभोग्य मिति, ब्याच नम्बर, तौल/आयतन, उद्योगको पुरा नाम ठेगाना) हेरेर मात्र खरिद गरौं ।

"दिगो जीवनको स्वस्थ सुरुवात: प्रभावकारी स्तनपानको लागि सबैको साथ"

विश्व स्तनपान सप्ताह, १–७ अगस्ट

१६ देखी २२ श्रावण, २०८३

- शिशु जन्मिए पछि जतिसक्दो चाँडो (१ घण्टा भित्र) आमाको दूध (बिगौती दूध) खुवाऔं।
- शिशुलाई जन्मेदेखि ६ महिना पूरा नभएसम्म आमाको दूध मात्र खुवाऔं।
- बालबालिकालाई ६ महिना पूरा भएपछि उमेर अनुसार पूरक खानाका साथै कम्तिमा २ वर्ष सम्म निरन्तर स्तनपान गराऔं।
- आमाको दूध शिशुको लागि अमृत समान हो र यसले शिशुको रोगसंग लड्न सक्ने क्षमतालाई बढाउँछ।
- स्तनपानले महिलाहरुमा स्तन क्यान्सर र पाठेघरको क्यान्सर हुने जोखिमलाई कम गर्छ।
- चिकित्सकको सल्लाह बिना शिशुलाई आमाको दूध बाहेक अन्य कुनै किसिमको दूध नखुवाऔं। दूधपानी/बोतलको प्रयोग नगरौं।

स्तनपान सम्बन्धी उचित परामर्श तथा थप जानकारीका लागि नजिकको स्वास्थ्य संस्था वा महिला सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयं सेविकालाई सम्पर्क गर्नुहोला।

घिरिङ गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
पोखरीछाप, तनहुँ
गण्डकी प्रदेश, नेपाल

विशेषज्ञ चिकित्सकहरूद्वारा स्वास्थ्य उपचार सम्बन्धी सूचना

भदौ 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, स्टेचिङ्ग आदी सेवा, ६) नेवुलाइजर सेवा, ७० किशोर किशोरीहरूलाई यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य सम्बन्धी नि:शुल्क परामर्श सेवा, ७) परिवार नियोजनका अस्थायी स्वास्थ्य सेवा तथा सुविधा ८) गुणस्तरीय फार्मेसी सेवा

नोट : फोनबाट पनि नाम टिपाउन सक्नुहुनेछ ।

भदौ 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.

ब्यास–२, अमरसिंह मार्ग, दमौली तनहुँ । फोन : ०६५–५६४५७८, ९८४६०६२४६५, ९८४६७७०४७२

जि.का.कास्की द.नं. ११/०३९/०४०, जि.प्र.का. तनहुँको स्वीकृत मितिः २०५९/०३/२४, त.जि.हु.द.नं. २/२०७८/०७९

किसानले मल अभाव : तनहुँको भानु नगरपालिकाको सेपाबगैंचामा रहेको सहकारीमा धान खेतीमा राखिने रासायनिक मल लिन आइतबार बिहान लाइनमा बसेको स्थानीय किसानहरू । धानखेतीमा रासायनिक मल हाल्ने समय भएपनि किसानले सहज रूपमा मल पाउन सकेका छैनन्।
तस्विर : भञ्ज्याङ

विश्व स्तनपान सप्ताह सुरु

भञ्ज्याङ समाचारदाता/दमौली

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठन (डब्ल्युएचओ), राष्ट्रसंघीय बाल कोष (युनिसेफ), विभिन्न देशका स्वास्थ्य मन्त्रालय तथा नागरिक समाजका संस्थाको सहयोगमा प्रत्येक वर्ष अगष्टको पहिलो साताभा मनाइने विश्व स्तनपान सप्ताह शनिबारदेखि सुरु भएको छ ।

यस वर्ष 'जीवनको दिगो सुरुआतका लागि स्तनपानः प्रभावकारी अभ्यासलाई थप सुदृढ बनाऔँ' नाराका साथ स्तनपान सप्ताह मनाइँदै छ। अभियानले स्तनपान प्रवर्द्धनका लागि प्रभावकारी अभ्यासलाई निरन्तरता दिँदै आमा र नवजात शिशुलाई स्वास्थ्य प्रणाली, समुदाय, कार्यस्थल तथा सरकारी नीतिमार्फत सहयोग गर्नुपर्नेमा जोड दिएको छ ।

डब्ल्युएचओका अनुसार विश्वका विभिन्न मुलुकमा अझै पनि धेरै आमा र परिवारले स्तनपानलाई सहज बनाउने आवश्यक स्वास्थ्य सेवा, परामर्श र सहयोग प्राप्त गर्न सकेका छैनन्। यद्यपि स्तनपान शिशुको स्वास्थ्य संरक्षण गर्ने सबैभन्दा सरल र प्रभावकारी उपायमध्ये एक हो । यसले शिशुलाई आवश्यक पोषण प्रदान गर्नुका साथै रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउने, गम्भीर रोगबाट जोगाउने तथा मस्तिष्कको विकासमा महत्वपूर्ण योगदान पुर्‍याउँछ ।

स्तनपानले आमाको स्वास्थ्यमा पनि महत्वपूर्ण लाभ पुर्‍याउने डब्ल्युएचओले जनाएको छ । नियमित स्तनपानले स्तन तथा डिम्बाशयको क्यान्सर र 'टाइप-२' मधुमेहजस्ता नसर्ने रोगको जोखिम घटाउन सहयोग पुग्ने उल्लेख गरिएको छ।

विश्वव्यापी रूपमा स्तनपानको दरमा सुधार हुँदै गएको छ । सन् २०१२ मा करिब ३७ प्रतिशत रहेको जन्मदेखि छ महिनासम्मको पूर्ण स्तनपानको दर हाल ४७ प्रतिशतभन्दा माथि पुगेको छ । त्यसैगरी, दुई वर्षसम्म स्तनपान गराइने बालबालिकाको अनुपात पछिल्ला पाँच वर्षमा ३८ प्रतिशतबाट ५० प्रतिशत पुगेको छ । यी उपलब्धिले आमा र परिवारलाई लक्षित नीति तथा कार्यक्रममा गरिएको लगानी प्रभावकारी भएको देखाएको डब्ल्युएचओ र युनिसेफले जनाएका छन् ।

यद्यपि धेरै मुलुकमा प्रगति अझै असमान रहेको, स्तनपान सम्बन्धी सेवा पर्याप्त विस्तार हुन नसकेको, सम्बन्धित नीतिको प्रभावकारी कार्यान्वयन हुन नसकेको तथा विशेषगरी न्यून आय भएका, द्वन्द्व प्रभावित र मानवीय संकट झेलिरहेका क्षेत्रमा सेवाको गुणस्तर कमजोर रहेको जनाइएको छ ।

डब्ल्युएचओ र युनिसेफका अनुसार स्वास्थ्य संस्थामार्फत दक्ष स्तनपान परामर्श, समुदायमा आधारित परामर्श सेवा, सशुल्क प्रसूति बिदा, स्तनपानमैत्री कार्यस्थल तथा आमाको दूधको विकल्पका रूपमा प्रयोग हुने व्यावसायिक दूधको अनियन्त्रित प्रवर्द्धनमाथि प्रभावकारी नियन्त्रणजस्ता उपाय स्तनपान प्रवर्द्धनका सबैभन्दा प्रभावकारी र लागत-उपयुक्त उपाय हुन् ।

यस्ता कार्यक्रमको विस्तार गर्न सके प्रत्येक वर्ष करिब चार लाख बालबालिका र एक लाख ४० हजार आमाको ज्यान जोगाउन सकिने अनुमान डब्ल्युएचओले गरेको छ । स्तनपान प्रवर्द्धनमा गरिएको प्रत्येक एक अमेरिकी डलर बराबरको लगानीबाट स्वास्थ्य उपचार खर्चमा कमी, बालबालिकाको बौद्धिक विकास, शैक्षिक उपलब्धि र भविष्यको आम्दानीमा सुधारमार्फत करिब ५९ अमेरिकी डलर बराबरको आर्थिक प्रतिफल प्राप्त हुने आकलन गरिएको छ ।

यस वर्षको सप्ताहका अवसरमा डब्ल्युएचओ र युनिसेफले मातृ तथा नवजात शिशुका लागि गुणस्तरीय स्तनपान सेवा विस्तार गर्न, समुदायमा आधारित परामर्श कार्यक्रम सुदृढ बनाउन, आमाको दूधको विकल्पका रूपमा प्रयोग हुने उत्पादनको अन्तर्राष्ट्रिय आचारसंहिताको प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्न, सशुल्क प्रसूति बिदा र स्तनपानमैत्री कार्यस्थल सुनिश्चित गर्न तथा गर्भावस्था, प्रसूति र प्रसूतिपछिका स्वास्थ्य सेवासँग स्तनपान प्रवर्द्धनलाई एकीकृत गर्न सबै देशलाई आग्रह गरेका छन् ।

डब्ल्युएचओले सन् २०१८ मा विश्व स्वास्थ्यसभाले विश्व स्तनपान सप्ताहलाई स्वास्थ्य प्रवर्द्धनको महत्वपूर्ण रणनीतिका रूपमा अनुमोदन गरेको स्मरण गराउँदै प्रत्येक बालबालिकाले जीवनको उत्कृष्ट सुरुआत पाउने र प्रत्येक आमाले आवश्यक सहयोग तथा सेवा प्राप्त गर्ने वातावरण निर्माणका लागि सरकार, स्वास्थ्य संस्था, रोजगारदाता, समुदाय र परिवारको साझा प्रतिबद्धता आवश्यक रहेको जनाएको छ ।

facebook twitter

Sanjeev
x.com/sanpokh

साधारण कुरालाई साधारण नै रहन दिऊँ न, किन जटिल बनाउने ! ? होइन त ?
राज्यका कुनै अङ्ग र निकायले केवल माया भाव, समर्पण भाव वा त्यागका भावले 'अरुका लागि काम गरिदिने होइन ।
सरकार, अदालत, संसद्- सबैले संविधानले तोके अनुसार जनताले तिरेको करको पैसाबाट आफ्नो जिम्मेवारी पुरा गर्ने हो । सेना त अझ सरकारको मातहतमा रहने संगठन हो ।
त्यसैले, हामी सर्वसाधारणले कसैको भजनकिर्तन गाएर बस्न आवश्यक छैन। यदि कसैलाई सम्मान नै गर्नुछ भने संविधानलाई गरे भयो । आफूले अनेक दुःख कष्ट सहेर भए पनि देश चलाउने पैसा राज्यलाई बुझाउने जनतालाई गरे भयो । कि कसो ?
म सेना वा अरु कसैको विरोधी, समर्थक होइन । हुन आवश्यक पनि छैन । मेरो चासो आफूले देखेको-बुझेको साधारण सत्य अरूलाई सुनाउन सम्ममात्र हो । त्यो चासो पनि कहिलेसम्म रहन्छ छैन । त्यसैले, टेक इट इजि !

Binod Neupane
x.com/Neupane1Binod

नेपालमा नागरिक समाज थला बस्नुको कारणः- ट्रम्प आउनु, दाताबाट आउँने पैसो रोकिनु, युद्धहरू लम्बिनु, Transnational Actors को भूमिका खुम्चिनु आदि प्रमुख कारण हुन्। नेपाली सन्दर्भमा दाताका पैसो साङ्गुरियो, सर्वसाधारणमा जन चेतना आयो, नागरिक समाजभित्रको ब्यक्ति फण्डित हुन रहेछ भनेर विरोध आउन थाले, सञ्चार प्रविधिको विकास हुनु, राजनितिको व्यापारीकरण हुनु, कस्का स्वार्थमा बोल्यो सर्वसाधारणले खोतल्न सक्ने हुनु आदि यस्ता धेरै कारण छन् ।

आँबुखैरेनीमा तमु भाषा तथा खेमालिपि प्रशिक्षण

भञ्ज्याङ समाचारदाता/आँबुखैरेनी

तनहुँको आँबुखैरेनी गाउँपालिका-३, पानीघट्टास्थित माई छिम्केश्वरी तमु सुधार समाजले तमु (गुरुङ) भाषा तथा खेमालिपि संरक्षण तथा प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले प्रशिक्षण कार्यक्रम सुरु गरेको छ।

समाजले हरेक शनिबार र आइतबार सञ्चालन गर्ने उक्त प्रशिक्षणमा २५ जना तमु (गुरुङ) प्रशिक्षार्थी सहभागी छन् ।

तमुस्यो ह्युल छौंज धीं महिला गुरुङ राष्ट्रिय परिषद्, आँबुखैरेनीकी अध्यक्ष डोलमाया तमुको अध्यक्षता तथा तमु ह्युल छौंज धीं आँबुखैरेनीका अध्यक्ष पूर्ण तमुले एक कार्यक्रमका बीच तालिमको शुभारम्भ गरेका थिए । कार्यक्रममा तमुस्यो ह्युल छौंज धीं महिला गुरुङ राष्ट्रिय परिषद् तनहुँकी सदस्य तथा वडा नं. ४ की वडा सदस्य मिनसोभा गुरुङ र तमु ह्युल छौंज धीं गुरुङ राष्ट्रिय परिषद् आँबुखैरेनीका सचिव राजेन्द्र गुरुङ, समाजकी पूर्व उपाध्यक्ष आइतमाया गुरुङ, टकमाया गुरुङ लगायतले आफ्नो भाषा, संस्कार, संस्कृतिको महत्वका विषयमा चर्चा गरेका थिए ।

अनिता तमु, रितु तमु र लक्ष्मी तमुले प्रशिक्षार्थीहरूलाई प्रशिक्षण दिएको डोलमाया तमुले जानकारी गराइन् । माई छिम्केश्वरी तमु सुधार समाजका अध्यक्ष पृथबहादुर गुरुङका अनुसार प्रशिक्षण सञ्चालन हुने दिनमा आवश्यक स्टेशनरी तथा खाजा खर्च समाजका आजीवन सदस्यहरूले पालैपालो व्यवस्थापन गर्ने भएका छन् ।

पत्रिका नआइपुगे, ग्राहक बन्नु परेमा तथा विज्ञापन प्रकाशित गर्नु परेमा ।
सम्पर्क : ०६५-५६३९०७, www.bhanjyangnews.com
E-mail : bhanjyangdml@gmail.com, newsbhanjyang@gmail.com

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