PURNAPUSTI

पूर्णपुष्टि

साप्ताहिक

२०७७ भदौ १६ गते, मंगलबार
Septe1-Tuesday-2020

तुरुन्त खबर
www.purnapusti.com
PURNAPUSTI अनलाईन

रोचक अनि प्रेरक
ज्ञान-विज्ञान
खबर-मनोरञ्जन
Official Youtube Channel
PURNAPUSTI TV

बर्ष : १५ | अंक ६ www.purnapusti.com | जिप्रकाउदनं.- ८/२०६२/०६३ | पृष्ठ ६ | मूल्य रु. १०|-

कोरोनाले उदयपुरका एक शिक्षकको मृत्यु

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

उदयपुर/उपचारको क्रममा चारदिनअघि मृत्यु भएको उदयपुरको एक शिक्षकलाई कोरोना लागेको पुष्टि भएको छ। त्रियुगा नगरपालिका ४ घर भएका र सोही नगरपालिकाको वडा नं. ७ कौवाई प्राथमिक विद्यालयमा दरबन्दी रहेको ५२ वर्षिय शिक्षकमा कोरोना पुष्टि भएको हो।

कोरोना पुष्टि भएसंगै उनी उदयपुरको पहिलो कोरोनाका कारण मृत्यु हुने ब्यक्तीमा परेका छन्। जिल्लामा कोरोनाले मृत्यु हुने पहिलो घटना भएकाले सर्बसाधारण त्रसित बनेका छन्। लकडाउनका कारण विद्यालयको पठन पाठन बन्द रहेकाले घरमै बसिरहेका उनी एक्कासी ज्वारो आउने भई विरामी परेपछि उपचारको क्रममा काठमाडौं त्रिवी हस्पताल लगिएको जनाइएको छ।

त्यहाँ उपचारको क्रममा चारदिन अघि उनको मृत्यु भएको थियो। उपचारसंगै कोरोना परिक्षण गरिएकोमा मृत्यु भइसकेपछि आएको रिपोर्ट पोजेटिभ रहेको स्वास्थ्य कार्यालय उदयपुरका प्रमुख मोहन सुवेदीले बताउनुभयो। उनलाई कहाँ र कहिले संक्रमण भयो भन्ने बारे

थाहा भएको छैन। उनको पोजेटिभ रिपोर्ट खबर आएपछि मिलनचौक गाउँस्थित उनको घर र आसपासका क्षेत्रलाई सतर्क गराई होम क्वारेन्टाइनमा बस्न अनुरोध गरिएको जिल्ला प्रहरी प्रमुख एसपी भिमबहादुर दाहालले बताउनुभयो।

काठमाडौं जानुअघि मोतिगडास्थित राजेश मेडिकल हेल्थ केयर सेन्टर प्रा.लि.मा तीनदिन उपचारका लागि राखिएकाले उक्त स्वास्थ्य संस्था पनि बन्द गरिएको छ। त्यहाँबाट प्रवाह हुने सम्पूर्ण सेवाहरु बन्द गरिएको छ। उक्त स्वास्थ्य संस्था स्वयम्ले पनि विज्ञप्ती जारी गरी त्यहाँबाट प्रवाह हुने सम्पूर्ण सेवाहरु बन्द भएको जनाएको छ। साथै त्यहाँबाट केहीदिन यता सेवा लिएका सर्बसाधारणलाई पनि स्वास्थ्य परिक्षण गराउन र होम क्वारेन्टाइनमा बस्न आव्हान गरेको छ।

शिक्षकको परिवारका सदस्यहरु र उनको सम्पर्कमा रहेकाहरुको कन्ट्राक ट्रेसिङ गरी स्वाव नमुना परिक्षण गरिने स्वास्थ्य प्रमुख मोहन सुवेदीले बताउनुभयो। मृतक शिक्षकको घर र आसपासमा आवातजावत बन्द गराउन वडालाई प्रशासनले निर्देशन गरेको छ।

उदयपुरमा साढे छ हजार भन्दा बढिको पिसिआर परिक्षण

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

उदयपुर उदयपुर उदयपुरमा अहिलेसम्म छ हजार नौं सय ५५जनाको पिसिआर परिक्षण गरिएकोमा एक सय ११ जनामा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएको छ। पिसिआर विधिबाट नमुना संकलन गरिएकोमा ८० पुरुष र ३१ जना महिलाको कोरोना रिपोट पोजेटिभ आएको हो।

पाचँ हजार एक सय ६७ पुरुष र एक हजार सात सय ८८ महिलाको पिसिआर परिक्षण गरिएकोमा पाचँ हजार छ पुरुष र एक हजार सात सय ३५ महिलाको कोरोना रिपोट नेगेटिभ आएको स्वास्थ्या कार्यालय उदयपुरका प्रमुख मोहन सुवेदिले बताए।

त्रियुगामा ६५, बेलकामा ३२, कटारिमा ७, र चौदण्डीगढी नगरपालिकामा दुइ जना कोरोना संक्रमित भेटिएको छ। त्यसैगरि ताप्लीमा ३ र उदयपुरगढी गाउपालिकामा दुई जना कोरोना संक्रमित भएको प्रमुख सुवेदिले बताए। आठ वटै स्थानीय तहहरुमा कोरोना परिक्षण गरिएकोमा अहिलेसम्म लिम्चुङबुङ र रौतामाई गाउपालिकामा कोरोना नभेटिएको प्रमुख सुवेदिले बताए।

लिम्चुङबुङमा एक सय ३४ र रौतामाईमा तीन सय १४ जनाको स्वाव संकलन गरी परिक्षण गर्दा सबैको रिपोट नेगेटिभ आएको हो। प्रमुख सुवेदिका अनुसार कुल संक्रमित मध्ये ९० जना निको भएका छन् भने २१ जनाको उपचार भइरहेको छ। जिल्लामा कोरोना संक्रमणबाट कसैको पनि मृत्यु भएको छैन। जिाल्लाको विभिन्न क्वारेनटाईनमा ५३ जना बसिरहेका छन्।

जिल्लामा कोरोना नियन्त्रणका लागि ५१ ठाउँमा चार सय ५५ क्वारेनटाईन वेड र ३७ आईसोलेसन वेड रहेको छ।

उदयपुरमा कोरोना संक्रमित एक सय एघार पुग्यो

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

उदयपुर/उदयपुर जिल्लामा पिसिआर परिक्षण गर्दा एक सय एघार जनामा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएको छ।

जिल्लामा छ हजार नौ सय ५५ जनाको पिसिआर परिक्षण भएको थियो। कोरोना सक्रमितको संख्या एक सय एक पुगेको हो।

जसमा महिलाको संख्या ३१ र पुरुषको संख्या ८० रहेको स्वास्थ्य कार्यालय उदयपुरका प्रमुख मोहन सुवेदिले बताए। जिल्लाको आठ वटै पालिकामा परिक्षण गर्दा लिम्चुङबुङ र रौतामाई गाउपालिकामा कोरोना संक्रमित भेटिएको छैन। स्वास्थ्य प्रमुख सुवेदिका अनुसार संक्रमित भेटिएका पालिकामध्ये सबैभन्दा बढि त्रियुगा नगरपालिकामा ६५जना रहेको छ।

बेलकामा ३२, कटारिमा ७ र चौदण्डिगढि नगरपालिका दुई जना त्यसैगरि ताप्लीमा ३, उदयपुरगढि गाउपालिकामा दुई जना कोरोना संक्रमित भेटिएको छ। रौतामाईमा ३ सय १४ जना र लिम्चङबुङ गाउँपालिकामा १ सय ३४ जनाको परिक्षण भएको थियो। संक्रमित भएका मध्ये २१ जनाको उपचार भइरहेको र अरु निको भएर घर फर्किसकेका छन्। जिल्लामा संक्रमणबाट मृत्यु हुनेको संख्या शून्य भएता पनि संक्रमण हुनेको संख्या बढ्दो छ।

जिल्लाको ५१ ठाउंमा ४ सय ५२ वटा क्वारेन्टिन बेड, ३७ वटा आईशोलेशन बेड रहेका छन्। हाल क्वारेन्टिनमा बस्ने मानिसको संख्या ५३ जना रहेको स्वास्थ्य प्रमुख सुवेदिले बताए।

मृतक शिक्षको उपचार गरेको हेल्थ केयर सिल्ड

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

उदयपुर/कोरोनाको कारण मृत्यु भएको उदयपुरको शिक्षकले त्रियुगा नगरपालिका ३ मोतिगडा स्थित राजेश हेल्थ केयर सेन्टरमा तीनदिन बसेर उपचार गराएको पाइएको छ।

गत भदौ ४ देखि ६ गतेसम्म बसेर उपचार गराएको र निको नभए पछि थप उपचारका लागि काठमाडौं लगिएको बुझिएको छ। त्रिनपा ४ मिलनचौक गाउँ निवासी ५२ वर्षिय शिक्षकको काठमाडौ. त्रिवी हस्पतालमा उपचारको क्रममा मृत्यु भएको र कोरोना परिक्षणमा पोजेटिभ देखिएको थियो।

कोरोना पोजेटिभ देखिए पछि मोतिगडाको उक्त स्वास्थ्य संस्था शिल गरिएको छ। त्यहाँबाट प्रवाह हुने सम्पूर्ण स्वास्थ्य सेवाहरु बन्द गरिएको छ। उक्त संस्थाको चिकित्सकहरु र केही समय यता

उपचारका लागि आएका सर्बसाधारणहरु सबै कन्ट्राक ट्रेसिङमा परेका छन्। उक्त स्वास्थ्य संस्था स्वयमले पनि आज विज्ञप्ती जारी गरी त्यहाँबाट प्रवाह हुने सम्पूर्ण सेवाहरु बन्द भएको जनाएको छ। साथै त्यहाँबाट केहीदिन यता सेवा लिएका सर्बसाधारणलाई पनि स्वास्थ्य परिक्षण गराउन र होम क्वारेन्टाइनमा बस्न आव्हान गरेको छ। विज्ञप्तीमा शिक्षकले घर नजिकै रहेको नाताले हेल्थ केयरमा आएर शिक्षकले उपचार गराएको र त्यहाँ ठीक नभएपछि बाहिर लगेको जनाएको छ। कोरोना कै कारणा उनको मृत्यु भएको खबर आएपछि सबै सतर्क र सुरक्षित हुनु पर्ने अवस्था आएको भन्दै सबैलाइ होम क्वारेन्टाइनमा बस्न आव्हान गरिएको छ।

सशस्त्र प्रहरीलाई हयान्ड वासिङ्ग कर्नर सहयोग

■ मिलन परियार

उदयपुर/जाल्पा एकीकृत बिकास समाज उदयपुरले सशस्त्र प्रहरीलाई ह्याण्ड वासिङ कर्नर सहयोग गरेको छ।

जल्पा र वर्ल्डभिजन ईन्टरनेसनल नेपालको साझेदारीमा संचालित बाल प्रायोजन परियोजना अर्न्तगत कोभिड १९ को संक्रमणलाई नियन्त्रण गर्ने उद्देश्यले सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल ५ न.हेक्वा उदयपुरलाई ह्यान्ड वासिङ्ग कर्नर सेटसहयोग गरेको हो।

कोभिड १९ रोकथाम र नियन्त्रणमा अहोरात्र खट्ने सुरक्षाकर्मीलाई संक्रमणको जोखिमलाई मध्यनजर गर्दै आधुनिक हात धुने कर्नर सहयोग गरेको जल्पाले जनाएको छ। जाल्पाले कोरोनाको जोखिमबाट बच्न आफ्नो कार्यक्षेत्रका सबै पालिका, वडा र केहि विद्यालयहरुमा ह्यान्ड वासिङ्ग कर्नर सहयोग गर्न लागेको जाल्पा एकीकृत बिकास समाज उदयपुरका अध्यक्ष पुस्पराज पोखरेलले बताए। बालबालिकाहरुको समृद्धि, बिकास र संरक्षण सम्बर्द्धनका लागी कोरोना संक्रमणलाई रोक्नका लागी ह्यान्ड वासिङ्ग कर्नर सहयोग कार्यक्रम प्रभाबकारी हुने जाल्पाका बाल स्पोन्सरशिप कार्यक्रमका टिम लिडर गेसबहादुर आले मगरले बताए।

पूर्णपुष्टि साप्ताहिक
प्रकाशनका लागि

प्रकाशक/प्रधान सम्पादक
भोटराज राई
सम्पादक
शान्ता राई
कार्यालय व्यवस्थापक
प्रतिक्षा मगर
कानुनी सल्लाहकार
विना पाण्डे

कार्यालय ठेगाना
पूर्णपुष्टि साप्ताहिक
प्रधान कार्यालय
त्रियुगा नगरपालिका ११, गाईघाट
उदयपुर, ०३५-४२०७३०
email-purnapusti@gmail.com

मुद्रण :
लक्ष्मी अफसेट प्रेस, गाईघाट, उदयपुर
०३५-४२०८६२

तितो यथार्त

हृदयमा प्रेम जगाइराख । प्रेम विनाको जीवन सूर्यको अनुपस्थितीमा लोलाएको फूलको वृक्ष जस्तै हुन्छ ।

ओस्कर वाइल्ड

सामान्य ज्ञान

१. विश्वमै नपाईने सालिग्राम नेपाको कुन नदिमा पाईन्छ ?
उत्तर : कालीगण्डकी
२. अल्छे चरा भने कुन चराई चिनिन्छ ?
उत्तर : ढुकुर
३. जिब्रोबाट मात्रै पसिना आउने जनावर कुन हो ?
उत्तर : कुकुर
४. प्रथम सहिद को हो ?
उत्तर : लखन थापा मगर
५. सवै भन्दा बढी अक्सिजन दिने रुख कुन हो ?
उत्तर : पिपल
६. नेपालको प्रथम प्रधान मन्त्रि को हो ?
उत्तर : भिमसेन थापा
७. सवै भन्दा पुरानो अन्न कुन हो ?
उत्तर : भटमास
८. हिमाल पारीको जिल्ला भनेर कुन-कुन जिल्लालाई चिनिन्छ ?
उत्तर : मनाङ र मुस्ताङ
९. कोरोना भाईरस कुन देशमा पहिचान भएको थियो ?
उत्तर : चिन
१०. नेपालको कति प्रतिशत जनता कृषीमा आधारीत छन् ?
उत्तर : ६५ प्रतिशत
११. गाईको दिशालाई गोबर भनिन्छ भने विरालोको दिशालाई के भनिन्छ ?
उत्तर : काट्टो
१२. जिब्रोबाट पसिना काढ्ने जनावर कुन हो ?
उत्तर : कुकुर
१३. अल्छे चरा भनेर कुन चरालाई चिनिन्छ ?
उत्तर : ढुकुर

कामकाजी आमाका लागि सन्तान बोझ कि गौरव ?

विचार/विमर्श

■ मीरा भण्डारी आमात्य

केही दिन अगाडि सामान खरिदका लागि एउटा सुपर मार्केट चहार्दै थिएँ । एउटा ल्यापटप ब्याग मन पर्‍यो । ब्याग हेर्दै थिएँ, माथिल्लो तल्लामा रहेको सो स्टोरको पछिल्लो भागमा सेक्योरिटी र एड्मिनको अफिस रहेछ । अचानक एडमिन (लेखा) शाखाभित्र एक महिला हतार हतार छिरिन् ।

हेर्दै सम्भ्रान्त र व्यवसायीक देखिने ती महिला अफिस छिर्नेबित्तिकै केही भनाभन् भएको र नानीहरू रोएको आवाज आयो । बाहिरबाट के कुरा हुँदै थियो स्पष्ट नसुने पनि बाझाबाझ गरेको र एकले अर्कोलाई औंला उठाएको म देखिरहेकी थिएँ । मेरो ध्यान ल्यापटप ब्याग भन्दा सो कोठामा भईरहेको गतिविधिमा केन्द्रित रह्यो, निकै बेर ।

धेरै बेरसम्म भित्र खोई के कुरामा वादविवाद भईरह्यो । अति भएपछि संगै रहेका सेल्स गर्लसंग के भएको भनेर सोधें । उनले अप्ठेरो मान्दै सानी केटीहरूले चोरी गरेका र उनका अभिभावक र एड्मिन बीच कुरा भई रहेको बताइन् । मन मानेन र सो कोठातिर लागेँ । ढोकामा अडेस लगाई रहेकी एक महिलाले मलाई बाटो छोडिदिइन् । म भित्र आउन सक्छु कि ? अनुमति माग्दै म भित्र छिरें । भित्र दुई सुरक्षा गार्ड, चार महिला र भर्खर ११ र १२ वर्षका बालिकाहरू थिए । स्कुलकै पहिरनमा निकै डराएका नानीहरू मलाई देखेपछि झन् कालो निलो देखिए । के भयो ? मेरो प्रश्नको उत्तरमा लेखा शाखाकी महिलाले बेलिविस्तार लाईन् ।

काठमाडौका नाम चलेका अत्यन्त महंगा स्कुलमा गनिएका स्कुलमा कक्षा सातमा पढिरहेका ती नानीहरू स्कुल पश्चात रहरैले सुपर मार्केट घुम्न आएका रहेछन् । उनीहरूको घरमा खानका लागि त्यहाँ पाईने कुनै पनि खानेकुराको कमी थिएन । न त स्याम्पु, कोल्ड क्रिम लगायतका सामग्रीको । अभाव थियो त मात्र पैसाको । अभिभावकबाट पैसा दिने नगरेको नानीहरूले बताए । 'के चोर्नकै लागि आएको हो त ?' मैले सोधें । नानीहरूले जवाफ दिन नपाउँदै लेखा शाखाकी कर्मचारी जंगिइन् 'इन्टेन्सनली चोर्नकै लागि हो, यी हेर्नुस् त घरको झोलासमेत बोकेको छ, सामान पनि त्यसैमा राखेको छ'.।' उनको कुरा बीचमा काट्दै मैले भने, 'नानीहरूका कुरा सुन्न दिनोस् न पहिला ।' अविवाहित जस्ता देखिने ती कर्मचारी महिलाले मेरो कुरा सुनेपछि बोलीमा लगाम लाइन् ।

बिस्तारै ती नानीको टाउको मुसार्दै सोधें, 'नडराई भन त नानु, तिम्रो साथीको बर्थ डे थियो हो ? घरबाट पैसा नदिएर गिफ्ट दिन चोरेको हो ?' मैले फकाउँदै सोधें । मेरो सोध्ने शैलीले होला अलि सहज भयो उनलाई । र भक्कानिदै जवाफ दिईन्, 'इन्टेन्सनली चोर्न आको होइन । घरमा कोइ थिएनन्, बोर लागेर हामी घुम्न आको । अरु बेला पनि हामी आएथ्यौं तर यस्तो कहिले गरेका छैनौं । आज त्यो चकलेट (आफूले लिएको सामानबाट देखाउँदै) देखेर लोभ लाग्यो । अनि त्यो टिप्यौं । खोइ के भो के भो त्यसपछि अरु सामान पनि लिन मन लाग्यो । हामी पक्रियौं' यति भनेर उनीहरू निक्कैसंग रोए । साथमा तिनीहरूका आमाहरू पनि । वातावरण निकै रुग्ण बन्यो । अघिसम्म रिसाइरहेकी लेखा शाखाकी कर्मचारी महिलाका पनि आँखा रसाए । गल्ती सबैबाट हुन्छ । नानीहरूको उमेर, घरको परिस्थिति स्कुलले नानीहरूमाथि गर्ने व्यवहार । शायद केही त्यस्ता व्यवहार र नैराश्यताका कारण नानीहरूबाट गल्ती भएको हुन सक्छ । आफ्नो क्यारियरमा मात्र होइन, आफ्ना नानीहरूलाई पनि समय दिनुहोस् भन्दै निकै बेर ती निरीह आमाहरू र लेखा शाखाका कर्मचारीलाई भनियो । बल्ल ती नानीहरूलाई आइन्दा फेरि गल्ती नगर्ने सर्तमा लेखा शाखा छोड्यो । यस बारेमा घरमा कसैलाई नभन्न र नानीहरूलाई घरमा पिट्न वा गाली नगर्न अनुरोध गर्दै म आफ्नो सामान लिएर लेखा शाखा बाहिरको भिडलाई चिर्दै निक्ले ।

कयौं दिनसम्म ती नानीहरू र रोइरहेका तिनीहरूका आमाहरूको सम्झना आइरह्यो । धन्यबादसहित आआफ्नो फोन नम्बर दिएका थिए ती नानीका आमाहरूले । तर फोन गरेर उनीहरूलाई हिनताबोध गराउन चाहिन मैले । म आफै पनि एक आमा हुनुको कारण सहजै बुझ्न सक्थें ती आमाहरूका पीडा । अन्तर्राष्ट्रिय संगठनहरूमा हाइ प्रोफाइलमा रहेकी ती आमाहरूले तिनै नानीहरूका लागि रात दिन मेहनत गरिरहेका छन् । तर कार्यालय र संगठनमा समय दिनु पर्ने बाध्यताका कारण आफ्ना नानीहरूलाई आवश्यक समय दिन सकेनन् र ती नानीहरूबाट सो अपराध भएको मेरो आफ्नो व्यक्तिगत बुझाई छ ।

समयको माग र समाजको चरित्र परिवर्तनसंगै हाम्रो विगतको फराकिलो समाज अहिले क्रमस एक्लिदै छ । त्यससंगै मानिसको माग, चाहना र सोचाइमासमेत क्रमस बदलावले निरन्तरता लिँदै छ । हिजोका दिनमा महिलाहरू घर र नानी स्याहार्दै श्रीमान्ले कमाएर ल्याएको आर्थिक आयमा संतोष गर्दै व्यवस्थापन र गुजारा गर्थे । कमाई खासै नभए पनि घरमै स्वेटर बुन्ने, बत्ति कात्ने, धुप बाट्ने, टोपी सिउने, चर्खामा धागो कात्ने र लुगा सिउने जस्ता कामबाट थोरै भए पनि कमाउथे, रमाउँथे र व्यस्त रहन्थे ।

सासूससुरा नन्द आमाजुको बुर्हातन खप्दै, महिलाहरू घर सम्हाल्थे । महिलाहरूका आफ्ना मुल्य मान्यता, पहिचान र आत्म सम्मानमा खासै बहस पनि हुन्थेन । बिहेपछि परिवार र समाजकै काममा सिमित रहन्थे। नानीहरू हजुरबा हजुरआमासंग हुर्कन्थे । ठूलो परिवार र समाजमा हुर्कने हुँदा नानीहरूका हरेका क्रियाकलापमा नजर हुन्थ्यो अभिभावकको । अनुशासन, अदब र संस्कार उनीहरू आफूभन्दा ठूलासंग सिक्थे ।

महिलाका जिम्मेवारी र काम सिमित थिए । अहिले समाज परिवर्तन भएको छ । महिलाहरू लेखपढ गर्न थालेका छन् । पढेलेखेपछि स्वाभाविक रुपमा जागिर गर्न थालेका छन् र आफ्नो पहिचान र अस्तित्वलाई प्राथमिकतामा राख्ने संस्कार बढ्दो छ । समग्रमा खान लगाउन र दुई पैसा आफै खर्च गर्न महिलाहरू सक्षम छन् अचेल । महिलाहरूले राजनीतिदेखि हरेक क्षेत्रमा आफ्नै पहिचान बनाएका छन् । त स थ ´ अहिलेको समाजमा हिजोका दिनहरूमा जस्तो श्रीमान् र परिवारका अन्य सदस्यहरूबाट हेपिएर, दबिएर बस्नुलाई बर्बरता र दासत्व सम्झिइन्छ । त्यसैले हिजो समाजले खासै पचाउन नसकेको सम्बन्ध विच्छेदका घटना अहिले नेपाली समाजको लागि सामान्य हुँदै गएको छ । तर त्यसको प्रत्यक्ष मारमा भने निर्दोष नानीहरू पर्दै गएका छन् । आमाबाबा दुवैको माया पाउनु पर्ने उमेरमा उनीहरू डिप्रेशनका शिकार भएका छन् । त्यसको प्रभावले लागु पदार्थ दुर्व्यसनमा फसेर सामाजिक अपराधसमेत उनीहरूबाट हुने गरेको छ । जसका कारण उनीहरूको भविष्यसमेत धरापमा पर्दै गएको वास्तविकता अभिभावकले मनन् गर्न सकेको छैनन् । मनोविद् गंगा पाठकको क्लीनीक अहिले डिप्रेशनमा परेका नानीहरू बोकेर रुँदै आउने अभिभावकहरूले भरिने गरेको छ । आमा र बुबाको आपसी मन मुटाव, दिनहुँको कलह र सम्बन्ध विच्छेदका कारण नानीहरू डिप्रेशनमा पर्ने गरेको बताउनु हुन्छ, मनोविद् पाठक । त्यस्ता नानीहरूलाई सामान्य अवस्थामा ल्याउन कठिन हुने गर्छ । कति अभिभावकलाई नानीहरूका लागि मिलेर बस्न सुझाव दिँदा परिवार मिलेर फेरि खुशी साथ जोडिएको उदाहरण पनि प्रशस्तै छ उहाँसंग ।

तर शिक्षाको कमी, समाजको डर, आफन्तको हेपाइ पाईने त्रास र अनावश्यक इगो कै कारण धेरै महिला पुरुष मनोपरार्मबाट बञ्चित रहने गरेका छन् । त्यसै कारण आजकल अनेक सामाजिक समस्या बढ्दै गएको निश्कर्ष छ, पाठकको । घरायसी बोझ, कार्यालयमा हुने खिचातानी, प्रतिस्पर्धा र संगठनका व्यावसायीक समस्या सम्हाल्नु पर्ने कारण पनि महिलाहरू संधै तनावमा रहने गर्छन् । जसका कारण सामाजिक र पारिवारिक समस्याबाट सकेसम्म टाढिन खोज्ने, झिँजो मान्ने र कम प्राथमिकतामा राख्ने गरेकै कारण अहिले महिलाहरू आफ्ना नानीहरूबाट समेत टाढिँदै गएका छन् । बुझ्नै पर्ने बास्तविकता त के हो भने प्राकृतिक रुपले नै नानीहरू आमासंग बढी समय बिताउन चाहन्छन् । एक हिसाबले आमाको साथ नानीहरूका लागि सहज पनि हुने गर्छ । चाहे त्यो बुबासंग केही माग राख्न होस् वा बदमासी गर्दा कुटाईबाट बच्न होस् ।

समाजले झट्ट नदेख्ने तथ्य के हो भने महिलाहरू समाज निमार्णका अगुवा हुन् । यो समाजले सहजै स्विकार्न नसक्ने वास्तविकतालाई महिलाहरूले गौरवका रुपमा लिन आवश्यक छ । सन्तान र परिवारप्रतिको दायित्व भार होइन, गौरवको विषय हो । देश र समाजका लागि योग्य नागरिक दिएर आमाहरूले ठूलो गुण लगाएका छन् ।

विवाह सामाजिक संस्था हो । सो संस्थालाई हराभरा बनाउन सन्तानको आवश्यकता पर्छ । विवाह पश्चात सन्तान नहुँदा वा ढिलो हुँदा हुने ग्लानी, त्रास लगायत समाजबाट व्यहोनु पर्ने थप मानसिक तनाव समेतको भागी हुन्छन्, महिला-पुरुष । अझ थप महिलाहरूलाई यस मामिलामा सबैभन्दा बढी जिम्मेवार देखाईन्छ । बाँझी भन्ने लाञ्छना लगाइन्छ । तर सन्तान भएकाहरूलाई नानीहरूको चकचक र थोरै बहुत जिद्दिपनले चिडचिडा किन हुने गर्छ ? यसको कारण केलाउन लाग्दा कहिलेकाहीँ अचम्म लाग्छ । यदि यी यस्ता साना मसिना तर गम्भीर विषयमा ध्यान दिने हो भने समाज र राष्ट्रका लागि योग्य नागरिक दिन हरेक आमाहरू सक्षम हुने छन् । यो बलियो विश्वास हरेक महिलामा हुन आवश्यक छ ।

मनोविज्ञ पाठकको अनुभवमा जब नानीहरू डिप्रेशनमा पुग्छन् वा उनीहरूको मनोविज्ञान बिग्रने गर्छ, तब मेरो नानीलाई मनोपरामर्स दिन र उपचार गर्नु पर्‍यो भन्दै रुँदै धाउने पंक्तिमा बुबा भन्दा आमाकै संख्या बढी हुने गरेको छ । भन्नलाई त तेरो नि सन्तान हो नि, जिम्मेवारी तेरो पनि हो भन्दै बाबुलाई सन्तानप्रतिको दायित्व दिन खोजे पनि भावनात्मक रुपले आमाहरू सजिलै पन्छिन सक्दैनन् । समाजले झट्ट नदेख्ने तथ्य के हो भने महिलाहरू समाज निमार्णका अगुवा हुन् । यो समाजले सहजै स्विकार्न नसक्ने वास्तविकतालाई महिलाहरूले गौरवका रुपमा लिन आवश्यक छ । सन्तान र परिवारप्रतिको दायित्व भार होइन, गौरवको विषय हो । देश र समाजका लागि योग्य नागरिक दिएर आमाहरूले ठूलो गुण लगाएका छन् । अहिलेको बदलिँदो परिवेशमा आर्थिक उत्पादन र महिलाहरूका आत्म सम्मान र शिक्षामा गरेको लगानीलाई सदुपयोग गर्नकै लागि पनि घरको दहलिज पार गर्नु पर्ने आवश्यकता र बाध्यता अहिलेका महिलालाई छ । तर आफू अनुपस्थित रहँदा सासूससुरा, आमाबुबा वा अन्य बुजुर्गहरू संगै साथमा रहने र भविष्यमा आफ्ना सन्तानलाई उचित संस्कार दिने वातावरणका लागि सानातिना मन मुटावलाई नजर अन्दाज गरि परिवारमा मेल मिलापसंग रहने गरेमा भविष्यमा आउन सकने थुप्रै समस्याबाट धेरै हदसम्म जोगिन सकिन्छ । नानीहरूको आवश्यकता र मनोविज्ञानलाई समेत बुझ्नु अभिभावकहरूको कर्तव्य हुन्छ । किशोरावस्थाका नानीहरू स्वभावैले चञ्चल, उद्दण्ड र परिवर्तनमुखि हुन्छन् । छिटोछिटो हर्मोनमा भई रहने परिवर्तनका कारण उनीहरूमा के गर्दा ठीक वा बेठिक खुट्याउने क्षमता प्रायमा हुदैन पनि । स्कुल कलेजमा थरिथरिका पारिवारिक पृष्ठभूमि र आर्थिक हैसियतका साथीहरुसंग हुर्कन्छन् । उनीहरूको आवश्यकतालाई अभिभावकले बुझिदिने र समय अनुसार धेरै थोरै पैसा खर्च गर्न दिनु उचित हुन्छ । बरु के कति खर्च कहाँ गरे भन्ने जानकारी समय समयमा लिने गर्नु, साथीसंगत के कस्ता छन्, ती कुरामा सँधै सजग रहनु पनि अभिभावकको प्रमुख जिम्मेवारी हुन्छ । जसले एउटा असल नागरिक हुर्कने र मौलाउने बलियो वातावरणको खाका कोर्ने गर्छ ।

चौदण्डीको कोभिड अस्पतालबाट ३१ जना निको भएर घर फर्कियो

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

उदयपुर चौदण्डीगढी नगरपालिका बेल्टार स्थित ७ सातधारेमा रहेको कोरोना अस्पताल बाट हाल सम्म ३१ जना निको भइसकेको छ ।

जिल्लाको बिभिन्न स्थानबाट संक्रमित भएर उपचारका लागि आएका ३१ संक्रमितहरु निको भएर घर फर्किएको चौदण्डीगढी नगरपालिकाका प्रमुख खगेन्द्र राईले जानकारी दिनुभयो । जेठ २९ मा पहिलो पटक सो क्षेत्रमा संक्रमितहरुको उपचार गर्ने उदेश्यले ३ पालिका प्रमुखहरु त्रियुगा नगर प्रमुख वलदेव चौधरी, चौदण्डीगढीका खगेन्द्र राई र बेलकाका दुर्गा थापा (स्वस्ति)ले अस्पतालको संयुक्तरुपमा शिलान्यास गरेका थिए ।

अस्पतालमा दैनिक १५ देखि २५ जनासम्म संक्रमित विरामीहरु बस्दै आएका छन् । उनीहरुलाई निको भईञ्जेलसम्मको खानपिन लगायतको सबै खर्च नगरपालिकाको आफ्नै स्रोतबाट व्यवस्थापन गर्दै आएको प्रमुख खगेन्द्र राई राईले बताउनुभयो । तत्काल २० शैयाको आईसोलेसन वार्ड निर्माण हुने भनिएपनि अहिले सो भन्दा बढीको उपचार हुँदै आएको छ ।

उक्त अस्पताल निर्माणार्थ त्रियुगा, चौदण्डीगढी र बेलका नगरपालिका त्यसैगरी लिम्चुङबुङ, रौतामाईपोखरी र उदयपुरगढी गाउँपालिकासहित ६ वटा स्थानीय सरकारको २ करोड रुपैयाको लगानीमा हाल अस्पताल निर्माणाधिन अवस्थामा रहेको छ ।

१५ दिने निषेधाज्ञा हट्यो

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

उदयपुर/उदपयुरमा कोरोना संक्रमणको अवस्था स्थिर रहेपछि तीन नगरपालिकामा १५ दिनदेखि जारी निषेधाज्ञा हटाउने निर्णय भएको छ ।

प्रमुख जिल्ला अधिकारी चक्रपाणी पाण्डेको अध्यक्षतामा बिहीबार बसेको जिल्ला कोरोना संकट व्यवस्थापन केन्द्र र सुरक्षा समितिको संयुक्त बैठकले सिमामा कडाई गर्दै आगामी शनिबारदेखि निषेधाज्ञा हटाउने निर्णय गरेको हो ।

कोरोना संक्रमणको भयाभह अवश्था रहेका सुनसरी, सिरहा, सप्तरी जिल्लासँग जोडिएका नाकामा वाह्यि आगमनलाई ठप्प पार्ने र सरकारले रोक लगाएका वाहेका व्यापार, व्यवसायलाई सुचारु गर्ने निर्णय गरेको प्रजिअ पाण्डेले बताए । बेलकाको कोठु र आम्बासी, चौदण्डिगढीको सिवाइ, त्रियुगाको लालपत्ता र कटारी नगरपालिकाको बेलसोत क्षेत्र प्रत्यक्षरुपमा तराईका जिल्लासँग जोडिएकाले यी क्षेत्रबाट आउने सवारी तथा सर्वसाधरणको आवागमनलाई ठप्प पार्ने र अन्य मापदण्डअनुसार खोल्ने निर्णय भएको जनाईएको छ । कोरोना संक्रमण सुरुदेखिको अवश्थालाई समिक्षा गर्दै जोखिम रहेपनि परिस्थिति केहि सहज बन्दै गएकाले सर्वसाधरणको दैनिकीलाई सहज बनाउन सुचारु गर्ने निर्णय गरेको जनाईएको छ । मालपोत कार्यालयका सात जना कर्मचारी र बेलका नगर क्षेत्रमा

बाँकी अन्तिम पेजमा

नेपाल सरकारको सूचना

समाचार प्रकाशन/प्रसारण गर्दा महिला र बालबालिकाका संवेदनशिलतालाई ध्यान दिऔं । पत्रकार र संञ्चार माध्यमहरुले हिंसा, आतंक, अश्लिलता र अपराधलाई प्रश्रय दिने गरी समाचार संप्रेशण नगरौं ।

पत्रकार तथा संञ्चार माध्यमहरुले हिंसा र अपराधलाइ प्रश्रय दिने वा आत्महत्या गर्न उक्साउने, अश्लिल, सार्वजनिक स्वास्थ्य, सिस्टचार र नैतिकताको प्रतिकुल हुने वा त्रास उत्पन्न गर्ने किसिमका सामाग्री उत्पादन, प्रकाश, प्रसारण र वितरण गर्नुहुदैन् ।

नेपाल सरकार सूचना तथा सञ्चार प्रबिधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रशारण विभाग

उदयपुर बाट भारत लैजाँदै गरेको ८४ केजी गाँजा पक्राउ

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

उदपुर/उदयपुरबाट भारततर्फ लैजादै गरेको ठूलो मात्राको गाँजा र त्यसमा संलग्न दुइजनालाइ प्रहरीले पक्राउ गरेको छ। नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरीको संयुक्त विशेषटोलीले पक्राउ गरेको हेा।

जिल्लाको ताप्ली गाउँपालिका क्षेत्रबाट संकलन गरी उदयपुरगढी हुदै भारततर्फ लैजादै गरेको ठूलो मात्राको गाँजा र दुईजनालाई आज पत्रकार सम्मेलन गरी सार्बजनिक गरिएको छ।

जिल्ला प्रहरी प्रमुख एसपी भीमबहादुर दाहालका अनुसार पक्राउ पर्नेहरुमा ताप्ली गाउँपालिका १ ओख्लेका २९ वर्षिय जयराम भन्ने पुष्पबहादुर मगर र सोही गाउँपालिका वडा नं. ३ इनामेका ४३ वर्षिय रामबहादुर तामाङ रहेका छन्। उनीहरुले ताप्लीको विभिन्न ठाउँबाट संकलन गरी उदयपुरगढी गाउँपालिका ७ ठुलो तिल्केनीका सन्तबहादुर तामाङको बाख्रा खोरमा लुकाई राखेको अवस्थामा गाँजा फेला परेको प्रहरीले जनाएको छ। खोरबाट चारवटा बोरामा अन्दाजी ८४ केजी गाँजा र १ थान खुकुरी बरामद भएको जनाइएको छ। गाँजा ओसार पसार तथा कोरोवारबारे विशेष सुराकी प्राप्त भएपछि नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरीको विशेषटोली खटिएको थियो।

तीनदिनको खटाईमा ठूलो मात्रामा गाँजा र त्यसमा संलग्नलाई पक्राउ गर्न सफल भएको एसपी दाहालले बताउनुभयो। वहाँले पक्राउ परेकाहरुलाई लागु औषध मुद्दामा कारवाही प्रकृया अगाडी बढाएको पनि जानकारी दिनुभयो। यसबारे आवश्यक अनुसन्धान तथा अन्य संलग्न ब्यक्तिहरुकोसमेत खोजी कार्य भईरहेको वहाँले बताउनुभयो।

ओसार पसारमा विभिन्न ब्यक्तिहरु संलगन भएको र त्यसको खोजी तथा छानविन भईरहेको बताइएको छ। अझै पनि त्यस क्षेत्रमा प्रहरीको संयुक्तटोली खटिई खोजतलासी गरिरहेको सशस्त्र प्रहरी बल ५ नं. गण हे.क्वा, त्रियुगाका प्रमुख एसपी सुधिर सुवेदीले बताउनुभयो। गाउँबाट घरघरमा गाँजा संकलन गरी ल्याउने र सिरहाको ब्यापारीलाई विक्री गर्ने र त्यहाँबाट भारततर्फ लैजाने गरेको प्रहरीले जनाएको छ। ओसार पसार तथा ब्यापारमा संलग्नमा ठूलै कारोवारीसमेत हात पार्ने कोशिसका साथ प्रहरी लागी परेको जनाएको छ।

पक्राउ परेका मध्ये तामाङले यस कार्यमा दोस्रो पटक संलग्न भएको बताएको र मगरले पहिलोपटक संलग्न भएको बताएको प्रहरीले जनाएको छ। कानुनद्वारा प्रतिवन्धित गाँजा कारोवारमा संलग्नलाई कडा कारवाही हुनेगर्छ।

यसप्रकारको गाँजा विक्री, खरिद तथा ओसार पसारमा संलग्न भएको भन्ने अदालतबाट ठहरिएमा दशवर्षसम्म कैद र एकलाख रुपैयासम्म जरिवाना हुने कानुनी सजाय छ। कानुनले दश किलो ग्रामदेखि माथि जतिसुकै भएपनि दुईवर्षदेखि दशवर्षसम्म कैद र पन्ध्रहजार रुपैयादेखि एक लाख रुपैयासम्म जरिवाना हुने उल्लेख गरेकोछ।

म्याद गुज्रेको औषधी बेच्ने गाईघाटका एक आयुर्वेध पसल सिल्ड

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

गाइघाट/मिति सकिएको औषधी बिक्रि वितरण गर्ने गाईघाटका एक आयुर्वेद पसललाई सिल्ड गरिएको छ। जिल्ला प्रशासन कार्यलय सहितको अनुगमन टोलीले शुक्रबार मिति सकिएको सामान सँगै गाईघाट स्थित त्रियुगा माविको पछाडी रहेको नमुना आयुर्वेद फार्मेशीलाई सिल्ड गरेको हो।

जिल्ला प्रशासन कार्यलय, उद्योग बाणिज्य संघ, सगरमाथा अञ्चल आयुर्वेद औषधलय, खाद्य तथा गुण नियन्त्रण कार्यलय, नगर प्रहरी लगाएतको संयुक्त टोलीले सिल्ड गरेको हो। मोतिगडाका एक विरामी कविराज गजमेरले लगेको औषधीमा समय सकिएको मिति फेला परेपछि

फार्मेशीलाई शिल्ड गरिएको हो। गजमेरले पहिलो चोटी र दोस्रो चोटी लगेको दुबै औषधीमा मिति सकिएको पत्ता लागेको छ। पहिलो चोटी लगेको महिलाले खाने सुन्दरी कल्प र दोस्रो पटक लगेको हिम्कोसिड दुवैमा पनि म्भाद सकिएको गजमेरले बताए। गजमेरले छोरीले मिति हेर्दा मात्रै थाहा पाएको बताए। पछिल्लो समय लगेको हिम्कोमिल भने उनले प्रयोग समेत गरिसकेका थिए। टोलीले म्याद सकिएको १० आइटमका औषधीहरु समेत जफत गरेका छन्। जफत भएका औषधी र पसललाई अनुस्धान गरी आवश्यक कार्वाही गर्ने जिल्ला प्रशासन कर्यालयले जनाएको छ।

विश्वमा १ करोड ७७ लाखभन्दा बढी कोरोना मुक्त

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

उदयपुर/विश्वभर एक करोड ७७ लाख भन्दा बढीले कोरोना जितका छन्। दुई सय १३ देशमा फैलिएको कोरोनाबाट संक्रमित भएका मध्ये एक करोड ७७ लाखभन्दा बढीले कोरोना जिते घर फर्किएका हुन्। अमेरिकाका ३४ लाख २५ हजार, ब्राजिलका ३० लाख ३१ हजार, भारतका २७ लाख ७२ हजार र रसियाका ८ लाख ८ हजार कोरोना सङ्क्रमितले कोरोनालाई जितेको वर्ल्डमिटरले जनाएको छ।

अहिले ६८ लाख २८ हजारभन्दा धेरै व्यक्तिको उपचार भैरहेको छ। विभिन्न अस्पतालमा उपचाररत सङ्क्रमितमध्ये १ प्रतिशत बिरामीको अवस्था गम्भीर छ। ९९ प्रतिशत सङ्क्रमितको अवस्था सामान्य रहेको जनाईएको छ। अहिलेसम्म कोरोनाबाट दुई करोड ५३ लाख ८३ हजारभन्दा बढीमा मानिस सङ्क्रमित भएका छन् भने आठ लाख ५० हजारको मृत्यु भएको जनाईएको छ।

खुल्यो ! खुल्यो !! खुल्यो !!!

सुखाय आयुर्वेद अस्पताल प्रा.लि., गाईघाटमा पहिलो पटक बी.ए.एम.एस.एम.डी. सर्जन डा. रमेश पौडेलद्वारा पाईल्स, फिस्टुला, फिसर, मुसा, कोठी, खिल, शिष्ठ, शरिरका अन्य भागमा मासु पलाएको विना अप्रेशन क्षारसुत्र विधीद्वारा सफल उपचार गरिन्छ। साथै अन्य सेवाहरु प्यारालाईसिस सेवा, फिजियोथेरापिक, पञ्चकर्म, अकुप्रेसर, स्नेहन, स्वदन, आयुर्वेदीक मसाज आदि सेवाहरु पनि उपलब्ध छन्।

सम्पर्क
सुखायु आयुर्वेद अस्पताल प्रा.लि.
गाईघाट, उदयपुर

साहित्य / कथा

कविता

दन्दनी दावानलमा जलिरहेछ माटो ।

लेखक सुधीर छेत्री

सा'पले दंश बिछ्याएर नीलो हावामा
खैरे मरूभूमि अनुवाद गर्नचाहन्छ
अनि
बस्तीबाट निस्केका पराक्रमी रा'कोहरू
उज्यालोको वान्ता गर्दै
धृतराष्ट्रलाई छाया'को उपहार पस्किरहेछ ।

समयको कीलामा
विद्रोहका गोरूहरू फन्फनी घुम्छन्
अनि दाइँबाट उछिट्टिएका
रोमान्टिक धानका खोस्टाहरू
कपोलकल्पित सपनाको ड्याङ्मा
चाकालचुकुल खेलिरहन्छन् ।

भ्रान्तिका हुत्तीहारा खेतीवालाहरू
मृगतृष्णाका बिरूवा बोकेर
कलिला ढुङ्गामा
अहिल्यालाई ढकढकाइरहेछन् ।

यो आन्दोलनको आगो भीषण छ,
यसले आगो चपाउँछ
अनि फुप्रो ओकल्छ ।
डढ़ेर भष्म हुनेछन्
जुकाहरू र इन्द्रजाल बुन्ने वीषका थैलीहरू ।

आफ्नै ध्वनिको बुमऱ्याङ् खा नसकेका
काफरे वा्लपेपरहरू
आफ्नो बनावटको तन्त्रमा
अभिनयको मन्त्र फुक्न जान्दछ।

सन्त्रासको डल्ला पटेका बनाएर
पड्काउँदै
यो गाउँभरि तेरो शान्ति
चिथ्रा(चिथ्रा भएर फुट्यो,
अब यथास्थितिलाई संस्कारको देउता मानेर
त्यहीं धूप बालेर बस् मूर्ख ।

स्रोत विचलन प्रकाशन, कालेबुङ

मनोरञ्जन

करिश्माले फेरी कुलमान नै मागिन

कुलमानको चार बर्षको कार्यकालको उच्च मुल्याङकनलाई सहमत जनाउँदै फेरी पनि विधुत प्राधिकरणको निर्देशकमा कुलमान नै हुनु पर्ने नायिका करिश्मा मानन्धरले माग गरेकी छिन् ।

कुलमान घिसिङको कार्यकाल सकिन लाग्दै गर्दा मानन्धरले आफ्नो फेसबुक स्टाटसमा कुलमान घिसिङको कार्यकाल पून दोहराउने बिषयमा लेख्दै सरकार सँग यस्तो माग गरेकी हुन् । चार वर्षअघि नेपालमा दैनिक १८ घण्टासम्म लोडसेडिङ थियो । २४ घन्टा बिजुली उपलब्ध हुने कुरा सर्वसाधारणका लागि कल्पना जस्तै थियो । तर, २०७३ सालको भदौमा सरकारले कुलमान घिसिङलाई नेपाल विद्युत प्राधिकरणको कार्यकारी निर्देशकको जिम्मा दिएपछि देश झिलिमिली भयो । वर्षौंदेखि अर्बौं घाटामा रहेको प्राधिकरणलाई उनले चार वर्षमा नाफा दिलाएका छन् ।

कुलमानको यही भदौ २९ गते चार वर्षे कार्यकाल सकिँदैछ । यतिबेला प्राधिकरणको कार्यकारी निर्देशकको आगामी कार्यकालका लागि आफू अनुकुलका व्यक्ति ल्याउन राजनीतिक तहमा निकै सक्रियता बढेको छ । तर, सामाजिक सञ्जालमा कुलमानलाई पुनः दोहोऱ्याउनु पर्ने आवाज उठिरहेको छ । नेपाली कलाकारहरुले पनि उनलाई

दोहोऱ्याउन सरकारसँग माग गरेका छन् । कुलमानसँग खिचेका दुई तस्बिर फेसबुकमा पोस्ट्याउँदै अभिनेत्री करिश्मा मानन्धरले लेखेकी छन्, 'थोरै आफ्नो सोचेर धेरै अरुको लागि गर्ने कमै मान्छे हुन्छन्, कुलमान घिसिङ फेरि चाहिन्छ ।'

त्यस्तै, कलाकार हरिवंश आचार्यले उज्यालो ल्याउनेलाई सम्मान गर्न आग्रह गरेका छन् । देशमा अन्धकार ल्याउने धेरै भएको र उनीहरुलाई खोजी(खोजी हटाउनु पर्ने पनि उनको माग छ ।

उनी फेसबुकमा लेख्छन्, 'यो देशमा अन्धकार ल्याउनेहरु धेरै छन्, तिनीहरुलाई खोजी(खोजी हटाउनु पर्छ ।

शिक्षा

आर्थिक विकासमा प्राविधिक शिक्षाको महत्व

नेपाल किन बनेन ? नेपालको आर्थिक विकास किन भएन ? र नेपालको विकास कसरी सम्भव छ ? यी र यस्ता विषयमा केही पहिलेदेखि नेपालमा गम्भीर बहस हुँदैआएको छ । नेपालको संविधानको प्रस्तावनामै आर्थिक समानता र समृद्धि सुनिश्चित गर्ने समाजवादप्रति प्रतिबद्ध रही समृद्ध राष्ट्र निर्माण गर्ने उल्लेख गरिएको भए पनि अझै विकासको स्पष्ट खाका तय गरेर त्यसअनुसार कार्य हुनसकिरहेको छैन ।

आर्थिक विकास रोजगारीको सिर्जना र नागरिकको जीवनचर्या समृद्ध गराउन केन्द्रित रहने क्रियाकलाप हुन् । आर्थिक वृद्धिदर, कुल गार्हस्थ उत्पादन, रोजगारीको अवस्था, गरिबी दर, मानव विकास सूचकांक र नागरिकको जीवनस्तर जस्ता सूचकहरूले देशको आर्थिक विकासको अवस्था दर्शाउँछन् ।

शिक्षा देशको आर्थिक विकासको प्रमुख आधार हो । देशको आर्थिक विकासमा प्राविधिक शिक्षाले खेल्ने भूमिका अझै ठूलो छ । नेपालमा धेरै पहिलेदेखि व्यावसायिक सीपकै आधारमा जातहरूको वर्गीकरण गरिनु र दक्ष सीप प्रयोग गरेर निर्माण गरिएका पुराना संरचना एवं काठ र ढुङ्गालगायतका उत्पादन धेरैमात्रामा हुनुले यहाँ प्राविधिक शिक्षा लिने र दिने चलन प्राचीन समयदेखि रहँदै आएको मान्न सकिन्छ ।

तर, नेपालमा प्राविधिक शिक्षाको औपचारिक सुरु विसं २००४ बाट भएको हो । त्यसपछिका विभिन्न कालखण्डमा नेपालमा प्राविधिक शिक्षाको विकासका लागि फरक फरक प्रयोग गरिए पनि आशा गरेअनुसार ती सफल हुन सकेनन् । देशको आर्थिक उन्नतिका लागि योग्य, सक्षम, प्रतिस्पर्धी र उत्पादनशील जनशक्ति तयार गर्न र सबैका लागि रोजगारीका अवसर सिर्जना गर्न प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालिमका अवसरको व्यापक विस्तार गरी सबै इच्छुक नागरिकका लागि समावेशी एवम् समतामूलक पहुँच स्थापित गर्ने प्रमुख उद्देश्य राखेर प्राविधिक तथा व्यावसायिक शिक्षा एवं तालिम नीति, २०६९ निर्माण गरिएको छ । यी प्रयासको अध्ययनबाट राज्यले प्राविधिक शिक्षाको क्षेत्रलाई आफ्नो मुख्य अङ्गको रूपमा स्वीकार गरेको तथ्य बुझ्न सकिन्छ ।

नेपालमा वार्षिक करीब पाँच लाख युवा श्रम बजारमा प्रवेश गर्छन् भन्ने तथ्याङ्क छ । तर ती युवासँग बजारमा बेच्नको लागि प्राविधिक ज्ञान वा सीप असाध्यै कम हुन्छ वा हुँदै हुँदैन । प्राविधिक शिक्षाले व्यक्तिको आर्थिक प्रगतिको लागि आवश्यक सैद्धान्तिक र व्यावहारिक ज्ञान प्रदान गर्छ र व्यावहारिक ज्ञानले व्यक्तिलाई प्रतिस्पर्धात्मक बजारका लागि आवश्यक प्राविधिक सीपयुक्त बनाउँछ । विज्ञानप्रविधिमा दिनहुँ नयाँ परिवर्तन भइरहेका छन् ।

मानिसका धेरै पेसा अभिन्नरूपमा प्रविधिमा आश्रित बनेका छन् । यसले प्राविधिक शिक्षाको सान्दर्भिकता बढाएको छ । राजनीतिक दल र तिनका भातृ संगठनले विभिन्न दस्तावेज र भाषणमा भन्ने गरेको वैज्ञानिक शिक्षा वा व्यक्तिलाई गरिखान सिकाउने शिक्षा नै प्राविधिक शिक्षा हो । यस्तो शिक्षामा उद्योग, व्यावसायिक उत्पादन र सेवा क्षेत्रका लागि आवश्यक पर्ने व्यावहारिक ज्ञान र सीप समावेश भएका हुन्छन् ।

प्राविधिक शिक्षाले व्यक्तिलाई औद्योगिक रोजगारी, स्वरोजगारी वा उद्यमशीलताका लागि दक्ष बनाई उत्पादकत्व वृद्धि गराउँछ । दक्ष जनशक्तिले देशको आर्थिक एवं भौतिक विकासमा महत्वपूर्ण योगदान गर्ने हुनाले यिनलाई देशकै सम्पदाको रूपमा पनि लिइन्छ । यस्ता सम्पदा उत्पादन गर्ने प्राविधिक शिक्षाको देशमा ठूलो महत्त्व रहन्छ । देशमा उपलब्ध सबै स्रोत सदुपयोग गरेर अधिकतम लाभ लिन पनि प्राविधिक शिक्षाको उचित विकास र सुदृढीकरणबाट मात्र सम्भव हुन्छ ।

देशको सबै क्षेत्रको समानुपातिक विकासमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्ने प्राविधिक शिक्षाको क्षेत्र विवादित हुनुलाई कदापी शुभ मान्न सकिँदैन । नेपालको शिक्षा प्रणालीले बेरोजगारहरूको संख्यामात्र बढायो भन्ने चौतर्फी आरोप लागिरहेको बेला प्राविधिक शिक्षाको क्षेत्रलाई यसको मर्मअनुसारनै विकास गर्न पहल गर्नु सम्बद्ध सबैको कर्तव्य हो ।

नेपालले सन् २०३० सम्ममा सबै ठाउँबाट सबै प्रकारका गरिबीको अन्त्य गर्ने, भरपर्दो, समावेशी र दिगो आर्थिक वृद्धि तथा सबैका लागि पूर्ण र उत्पादनमूलक रोजगारी एवं मर्यादित कामको प्रबर्धन गर्नेलगायतका दिगो विकासका लक्ष्य तय गरेको छ । तोकिएको समय सीमाभित्रै यी लक्ष्य हासिल गर्न पनि प्राविधिक शिक्षाको विकासबाट मात्र सम्भव हुन्छ । प्राविधिक शिक्षाको क्षेत्रमा लगानी अपेक्षाकृत बढी भए पनि यस्ले दिने प्रतिफलको मूल्य धेरै महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

स्वास्थ्य

गर्मीमा बालबालिकाका स्यहार यसरी गर्नुहोस् ।

नेपालमा केही बच्चा पनि कोरोना भाइरसबाट संक्रमित भएको प्रमाणित भएको छ। यस्तो अवस्थामा अभिभावक झनै सचेत भई कोरानाको संक्रमणबाट बच्ने सुरक्षाका उपायहरु अवलम्बन गरिरहन जरुरी छ ।

बन्दाबन्दीसँगै मौसम परिवर्तन भएर गर्मी बढ्दै गएको छ। बालबालिकाको प्रतिरोधात्मक शक्ति त्यसै पनि कमजोर हुने हुँदा मौसम परिवर्तनसँगै चाँडै रोगले सताउने गर्छ ।

बालबालिकाहरु घर-कोठामै थन्किन बाध्य भएका कारण गत वर्षहरुझैं बाहिर घुमफिर गर्न पाएका छैनन्, जसका कारण बजारमा उपलब्ध हुने विभिन्न जंकफुड तथा खानेकुरा खान पाएका छैनन्। त्यसैले उनीहरुलाई हिजो-आजका दिनमा मौसमी रोग थोरै लाग्नु स्वभाविक हो ।

तर यसो भए पनि घरमै रहेका बालबच्चाले घरमै खरिद गरिराखेका विभिन्न जंकफुड खाने र अभिभावक पनि लामो समय घरमै बस्नुपरेको दिग्दारीका कारण बच्चालाई उचित स्याहार नगर्दा र खानामा लापरबाही गरिदिँदा उनीहरु बिरामी पर्न जान्छन् ।

यो समयमा बालबालिकालाई झाडापखाला, ठेउला, दादुरा तथा विभिन्न एलर्जीका समस्या देखा पर्छन्। फ्रिजमा भएको चिसो खानेकुरा र अन्य चिसो पेय पदार्थ खाइरहँदा हाडे आउने सम्भावना प्रबल हुन्छ। गर्मी मौसममा औलो, मस्तिष्क ज्वरो तथा तराई क्षेत्रमा मलेरिया हुनसक्छ ।

झाडापखाला लाग्दा उचित ध्यान नपुऱ्याउँदा जलवियोजन भई समयमा उपचार भएन भने बालबालिकाको मृत्युसमेत हुनसक्छ । झाडापखाला लाग्दा जंकफुड खुवाउनु हुँदैन भने झोलिलो खानेकुरा खुवाउने बहानामा कोक, फेन्टा, फ्रुटी जस्ता पेय पदार्थ खुवाउनु हुँदैन । बन्दाबन्दीको यस्तो अवस्थामा केही सानातिना समस्या आइहाले तुरुन्तै स्वास्थ्य संस्थामा लगिहाल्ने परिस्थिति छैन। सम्बन्धित चिकित्सकसँग भौतिक रुपमा भेट्न नसके पनि फोनबाट वा इन्टरनेटको माध्यमबाट सल्लाह-सुझाव लिन सकिन्छ । तर औषधि पसलबाट चिकित्सकको सिफारिस विनाका औषधिहरु जथाभावी सेवन गराउनु हुँदैन ।

बन्दाबन्दीले हामी सबै फुर्सदिला छौं। धेरै घरमा आजकाल युट्युबको माध्यमबाट सिकेर विभिन्न परिकार बनाउँदै खाँदै गरेको देखिन्छ । तर यसले एकातिर फाइदा र समयको सदुपयोग गरे पनि उचित मात्रामा शारीरिक व्यायामका अभावका कारण बालबालिकामा मोटोपन बढ्दै गएको छ र त्यसको भविष्यमा नकारात्मक असर पर्छ ।

त्यसैले मुख्य रुपमा अभिभावक बढी चनाखो हुनपर्छ र बालबालिकाको खानपानमा विशेष सावधानी अपनाउनु पर्छ। गर्मी मौसममा लामखुट्टे, झिँगा तथा अन्य किराफट्याँग्रा बढी सक्रिय हुने हँदा त्यसबाट बच्न झुलको प्रयोग तथा घरवरिपरि एवं भान्सा कोठाको सरसफाइमा ध्यान दिन जरुरी छ।

यसरी हेरचाह गर्न सकिन्छ

(नवजात शिशहरुलाई पंखा वा एसीको हावा सिधा पर्ने गरी नराख्ने। गाउँघरतिर भए सित्तल ठाउँमा वा रुखको छहारीमुनि बस्न सकिन्छ ।

(प्रशस्त मात्रामा झोलिलो चिजहरु (दाल तरकारीको रस, गेडागुडी) खुवाउने ।

(पानी प्रशस्त पिउने बानी बसाल्ने। उमालेर मात्र पानी पिउने ।

(बच्चाहरुलाई डायपर लगाउँदा विशेष सावधानी अपनाउने। कपडाको न्याप्किन प्रयोग गर्ने ।

(ताजा मौसमी फलफूल (खर्बुजा, केरा, अंगुर, मेवा) खुवाउने ।

(स्तनपान गर्ने बालबच्चालाई बारम्बार आमाको दूध खुवाउने ।

(धेरै तारेको, भुटेको, मसालेदार, बासी खानेकुरा नखुवाउने। एकै पटक धेरै खाना नखुवाउने, थोरैथोरै गर्दै दिनको ४-५ पटक खुवाउने ।

ज्वरो आउँदा वा रुघाखोकी लागेको समयमा तुलसीको पातको रस खुवाउन सकिन्छ ।

(दूध अनि कहिलेकाहीँ दहीलाई मोही बनाएर वा कागतीको रस र पानी सर्वत बनाएर खुवाउन सकिन्छ। कागतीको सेवनले रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति वृद्धि गर्छ।

(बालबालिकालाई दैनिक वा एक दिन बिराएर नुहाइदिनुपर्छ। बेलाबेलामा साधारण मालिस गरिदिएमा रक्तसञ्चारको सन्तुलनमा महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ।

(काँक्रो, गाँजर, मुलालाई राम्रोसँग धोइपखाली गरी सलादको रुपमा सेवन गर्ने।

(बिहान-बेलुका एक कप मनतातो पानीमा मह हालेर खुवाएमा ऊर्जा प्राप्त हुन्छ ।

त्रिविका वार्षिक परीक्षा दशैंअघि नहुने

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

काठमाण्डौं/त्रिभुवन विश्वविद्यालयका वार्षिक परीक्षा दशैंअघि नहुने भएको छ । कारोनाको सङ्कमण बढ्न थालेपछि तत्काल वार्षिक परीक्षा सम्भव नभएपछि दशैं पछाडि नै परीक्षा गर्ने तयारी गरिएको हो ।

वार्षिक परीक्षा आफैंले सञ्चालन गर्ने र सेमेष्टर परीक्षाको जिम्मा भने सम्बन्धित डिन कार्यालयलाई दिएको परीक्षा नियन्त्रण कार्यालयले जनाएको छ । यसअघि लकडाउन खुलेसँगै गाडी चल्ने भन्दै परीक्षा नियन्त्रण कार्यालयले भदौ १६ गतेबाट सेमेष्टर र असोजको पहिलो हप्ताबाट वार्षिक परीक्षा गर्ने तयारी रहेको थियो । तर अब त्रिवि दशैंअघि परीक्षा गर्ने योजनाबाट पछि हटेको छ । मङ्सिर १५ वा २० गतेदेखि परीक्षा गर्ने गरी तयारी भएको छ । पनिकाले मङ्सिर २० देखि परीक्षा सञ्चालन गरेर चैतसम्म सबै सकाउने तयारी गरेको छ ।

प्रयोगविहीन सिम एक वर्षपछि मात्र विक्रि गर्न पाउने

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

प्रयोगविहिन सिमकार्ड दूरसञ्चार सेवा प्रदायकले एक वर्षपछि मात्र बिक्री गर्न नपाउने भएको छ । यसअघि प्रयोगमा नरहेको सिमकार्ड छ महिनापछि निष्क्रिय गर्नसक्ने र त्यसलाई 'रिसाइकल' गर्दै पुनः बिक्री गर्नसक्ने सुविधा सेवा प्रदायकलाई थियो । नेपाल दूरसञ्चार प्राधिकरणले हालै मात्र सिमकार्ड प्रयोगसँग सम्बन्धित यो नयाँ व्यवस्था गरेको हो । अब सिमकार्ड प्रयोग नभएको एक वर्षपछि मात्र सेवा प्रदायकले सिमकार्ड पुनः बिक्री गर्न पाउने भएको हो ।

सिमकार्ड खरिद गर्ने तर प्रयोग नगर्ने प्रवृत्तिलाई निरुत्साहित गर्न प्राधिकरणले पहिलोपटक २०७१ चैत २ गते त्यस्तो निर्णय गरेको थियो । प्रयोगविहीन सिमकार्ड निष्क्रिय गर्नुपर्ने अवधि अहिले पनि छ महिना नै कायम छ तर त्यसरी निष्क्रिय गरेको छ महिनासम्म बिक्री गर्न नपाउने गरी प्राधिकरणले पछिल्लो निर्णय गरेको हो ।

छोटो समयमै सिमकार्ड पुनः बिक्रीको सुविधाले त्यही नम्बर प्रयोग गरिएको बैङ्क खाता, सामाजिक सञ्जाललगायतको डेटा असुरक्षित हुन सक्ने सम्भावनालाई मध्ये नजर गर्दै यस्तो निर्णय भएको जनाईएको छ । नम्बर दुरुपयोग हुनसक्ने सम्बन्धमा नेपाल बैङ्कर्स सङ्घले पनि प्राधिकरणलाई यस्तो अवधि दुई वर्ष पुऱ्याउन प्राधिकरणलाई अनुरोध गरेको थियो । तर सिमकार्ड सीमित स्रोत भएकाले एक वर्षसम्म बिक्री गर्न नपाउने निर्देशन जारी गरेको प्राधिकरणले जनाएको छ ।

जेठसम्म तीनवटा सेवा प्रदायकले तीन करोड ७० लाख सिमकार्ड बिक्री गरिसकेका छन् । गत वर्ष मङ्सिरसम्म बिक्री भएको सिमकार्डको सङ्ख्या चार करोड २० लाख थियो । सेवा प्रदायकले यसबीचमा सिमकार्ड रिसाकइल गर्दै त्यसलाई पुनः बिक्रीमा ल्याएका थिए । यसरी बिक्री गर्दा पहिलेको प्रयोगकर्ताको संवेदनशील डेटा असुरक्षा हुने गुनासो बढेपछि प्राधिकरणले बिक्रीको समय थप गरेको जनाएको छ । सेवा प्रदायकलाई प्राप्त मोबाइल कोडबाट सिर्जना हुनसक्ने नयाँ सिमकार्ड नम्बरको सीमितता बढेपछि सेवा प्रदायकबीच पछिल्लो समय सिमकार्ड रिसाइकल गर्ने प्रवृत्ति बढेको थियो ।

एकैपटक सिमकार्ड रिसाइकल गर्दा सेवा प्रदायकले यसअघि देखाउँदै आएको आफ्नो ग्राहक आधार व्यापक घटेको थियो । यसले गर्दा मङ्सिरयता नै करिब ५० लाख मोबाइल प्रयोगकर्ता घटेको देखिएको छ ।

त्रियुगा नगरपालिका १३ न. वडा कार्यालयको अनुरोध

नन्मदर्ता, विवाह दर्ता, मृत्युदर्ता, बसाईसराई र सम्बन्धविच्छेद जस्ता व्यक्तिगत घटनाहरु ३५ दिन भित्रमा दर्ता गरौं । (३५ दिनभित्रैमा दर्ता गराएमा कुनै शुल्क लाग्ने छैन)

- ☐ खानेपानी सँधै सफा राखौं । पिउनेयोग्य पानी मात्र पिउने गरौं ।
- ☐ यस वडा भित्र बसोबास गर्ने प्रत्येक घरधुरीले चर्पी निर्माण गरी चर्पीको प्रयोग गरौं साथै खाना पकाउन, खान अघि र दिसा धोएपछि अनिवार्य रुपमा सावुन पानीले हात धुने बानी बसालौं ।
- ☐ आफ्नो घर आँगन सफा राखौं र सडक/बाटो तथा सार्वजनिक स्थलहरु सधैं सफा राख्न सवैले पहल गरौं । फोहरमैलाको उचित व्यवस्थपन गरौं ।
- ☐ शैक्षिक सत्रको शुरुमा विद्यालय जाने उमेरका सवै बालकालिकाहरुलाई विद्यालयमा निवार्य भर्ना गरौं/गराऔं ।
- ☐ बच्चा जन्मेको दिनदेखि २ वर्षभित्र सवै प्रकारको खोप लगाऔं ।
- ☐ बच्चा जन्मेको ५ वर्षसम्म नियमित तौल गर्ने गरौं र सन्तुलित खाना दिने बानी बसालौं ।
- ☐ नियमित गर्भ जाँच गरी स्वस्थ्य संस्थामा नै सुत्केरी गराऔं ।
- ☐ परिवार नियोजनको साधन प्रयोग गरौं/गराऔं ।
- ☐ २० वर्ष नपुगी कुनै पनि बालबालिकाको विवाह नगरौं/नगराऔं । बाल विवाह हुनबाट बचाऔं ।
- ☐ कुनै पनि बालबालिकालाई बाल श्रममा नलगाऔं ।
- ☐ लैङ्गिक हिंसा नगरौं । कसैले गरेमा सहेर नबसौं ।
- ☐ कसैले पनि धुम्रपान, मध्यपान नगरौं /नगराऔं । बालबालिकालाई लागु औषध दुर्व्यसनी हुनबाट बचाऔं ।
- ☐ बन संरक्षण गरौं र वन विनाश हुनबाट बचाऔं ।

त्रियुगा नगरपालिका
१३ न. वडा कार्यालय, ढिक, उदयपुर
१ न. प्रदेश, नेपाल

कोरोनाको उपचारमा आयुर्वेदिक औषधिको अनुसन्धान

पूर्णपुष्टि सम्वाददाता

काठमाण्डौं/कीर्तिपुरको राष्ट्रिय आयुर्वेद अनुसन्धान तथा तालिम केन्द्रले कोरोना संक्रमित व्यक्तिको उपचारका लागी आयुर्वेदिक औषधिको अनुसन्धान गरिरहेको छ । कोरोना संक्रमित बिरामीको चाँडो स्वास्थ्य लाभमा उपयोगी हुने औषधिको अनुसन्धान गरिरहेको हो ।

त्यसक्रममा अनुसन्धान भइरहेको एक औषधिले बिरामीलाई लाभ भइरहेको छरु। सो औषधिको प्रयोगले दुई साता भन्दा कम समयमै सङ्क्रमित बिरामीले स्वास्थ्य लाभ गरी घर फर्कन थालेको चिकित्सकले दाबी गरेका छन ।

आयुर्वेदिक उपचारबाट अरू रोग भएका कोरोना सङ्क्रमित व्यक्तिलाई पनि धेरै फाइदा भएको केन्दले जनाएको छ । पहिलेदेखि नै विभिन्न रोग भएका व्यक्तिलाई कोरोना सङ्कमण भएपछि डर थिपीएको छ । तर आयुर्वेदिक पद्धतिले त्यस्ता व्यक्तिलाई निको पारेपछि चिकित्सक र बिरामीमा उत्साह देखिएको छ ।

त्यहाँ भर्ना भएका कोरोना सङ्क्रमितहरूमध्ये दुई १३ जना बिरामी निको भएर घर फर्किसकेको जनाएको छ ।

१९ महिनाको दूधेबालकका आमादेखि ७८ वर्षको ज्येष्ठ नागरिकसम्म यही औषधिले राम्रो गरेको केन्द्रले जनाएको छ । आयुर्वेदिक औषधिमा विभिन्न रोग प्रतिरोधक क्षमता बढाउने जडीबुटी प्रयोग हुने भएकाले कोरोनासँग लड्न सक्ने क्षमता भएको जनाईएको छ ।

यसैगरी रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउने जडीबुटी मिलाएर बनाइएको औषधि खान दिइएको छरु। त्यसको सात दिनपछि पीसीआर परीक्षण गराउँदा सबैको रिपोर्ट नेगेटिभ आएको र कोरोना नदेखिएको जनाएको छ ।

निषेधज्ञा

समुदाय स्तरमा कोरोना भाईरसको संक्रमण देखिएसँगै स्थानीय प्रशासनले पहिलोपटक साउन २८ गते राती १२ बजेदेखि भदौ ७ गतेसम्म निषेधाज्ञा जारी गरेको थियो ।

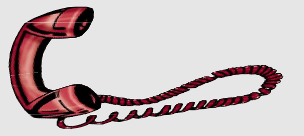
संक्रमण बढ्दै गएपछि दोश्रोपटक भदौ ७ देखि १२ गतेसम्म पाँच दिनका लागि निषेधाज्ञा गर्ने निर्णय गरेको थियो । विश्व स्वास्थ्य संगठनको मापदण्डका आधारमा सर्म्पकमा रहेका व्यक्तिलाई १४ दिनसम्म राख्दासमेत कुनै लक्षण देखानपरेको र पिसिआर रिर्पोटसमेत नेगेटिभ आएपछि केहि खकुलो बनाएको प्रजिअ पाण्डेले बताए ।

निषेधाज्ञा हटेपनि सरकारले प्रतिवन्ध गरेको होटल, रेष्टुँरा, सैलुन, व्युटीपार्लर, जिमहाउस, पार्टीप्यालेस, मठमन्दिर र अन्य भेला हुने कार्यक्रम भने पुर्ववत अवश्थामै रोक लगाउने निर्णय भएको उनले बताए ।

यसकासाथै खाद्यान्न र अतिआवश्यक सवारीसाधन वाहेकका सवारीलाई जिल्ला वाहिर आउँजाउँमा रोक लगाउने, उपभोग्य सामग्री लिएका आएका सवारीलाई लालपत्तामा सेनिटाईजर गर्ने, चालक र सहचालकलाई भुईमा झर्न नदिई अनलोड गर्ने, नाकामा ज्वरो नाप्ने यन्त्र राख्ने लगायतको निर्णय भएको प्रजिअ पाण्डेले बताए ।

जिल्लामा १ सय ११ जनामा कोरोना पुष्टि भइसकेको छ । त्यसमध्ये २२ जना उपचारमा छन् भने बाँकी सबै जना उपचार पछि घर फर्किसकेको जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय प्रमुख मोहन सुवेदीले जानकारी दिए ।

हेल्लो उदयपुर...



सरकारी कार्यालयहरु-
जिल्ला प्रशासन कार्यलय ४२०१३१
नेपाल पत्रकार महासंघ ४२०३२०
जिल्ला प्रहरी १००/४२०१९९/४२०२१५
गाईघाट नगर प्रहरी ४२०२१४
ट्राफिक प्रहरी ४२०३९९
१८ नं. वाहिनी ४२०५६७
भवानी दलगण बोक्से ४२०५७५
प्रहरी चौकी, गाईघाट ४२०२१४
जिल्ला अस्पताल ४२०१८७
घरेलु उद्योग समिति ०२०२२०
करदाता सेवा कार्यालय,गाईघाट ४२१५४१
एम्बुलेन्स, गाईघाट ४२०२००
दमकल सेवा ४२०२८०
त्रियुगा जनता वहुमुखी क्याम्पस ४२०३०४
जिल्ला विकास समिति ४२०२४९/४२०२६०
त्रियुगा नगरपालिका ४२०१०८
दुर संचार कार्यालय ४२०४४४
जिल्ला शिक्षा कार्यालय ४२०१०५
जिल्ला कृषि विकास कार्यालय ४२०१३०
जिल्ला सहकारी कार्यालय ४२०१४१
बिद्युत प्राधिकरण ४२०२०३
जिल्ला वन कार्यालय ४२०१३४
जिल्ला अदालत ४२०१९४
सरकारी वकिल कार्यालय ४२०१३८
जिल्ला निर्वाचन कार्यालय ४२०२६२
मालपोत कार्यालय ४२०२०१
जिल्ला खानेपानी ४२०११०
महिला विकास कार्याल ४२०३६७
पूर्णपुष्टि साप्ताहिक ४२०७३०
माझखर्क साप्ताहिक ४२०३९४
पूर्वनेपाल साप्ताहिक ९८४२८२८०८४
पहिचान द्वैमासिक–९८४२९८२०१२
नयाँ सहयात्री ४२०५१६
नागरिक आव्हान ६९०६०० त्रियुगा एफ एम ४२०७६७
उदयपुर एफएम ९७५३००३२६७
लक्ष्मी छापाखाना ४२०८०७, ४२०८६२
गंगा अफसेट–९७४३००९८४९
सिद्धिविनायक नेटवक ४२०१४०
मुलुकी दैनिकी ०३५४२१४८८
बरुवा टाईम्स दैनिकी ०३५४३११९०
उदयपुर दर्शन ९८४२८२५७३२

पार्टीहरू-
संघीय समाजवादी पर्टी नेपाल उदयपुर - ०३५४२१५५३
नेकपा एमाले ४२०२०८
नेकपा माओवादी–४२०७४७
नेपाली काँग्रेस ४२००४२
राष्ट्रिय जनमोर्चा उदयपुर–०३५४२१५७५

संघ/संस्थाहरू-
हिम शिखर बहुउद्धेसिय सहकारी संस्था गाईघाट-०३५४२०८६६
हिमाली यातायात व्य. संघ ४२०२४०
नेपाल वार एशोसियसन –४२०४८८
महिला पुनर्स्थापना केन्द्र ०३३ ६९०१२९
नेस्पेक, उदयपुर ४२०६२०
अपाङ्ग विकास संघ ६९०२५९
चेलीवेटी क्लब ४२०७६६
हुरेन्डेक –४२००४८
सीएलआरसी ४२०४८३
कमर्सियल एग्रिकल्चर एलायन्स् ४२०७८४
नवप्रभात समाजसेवी परिवार ४२०३२२
दलित महिला संघ ६९०२८२
दलित नेटवर्क ०३५-४२०८१२
मूलधार महिला सेवा केन्द्र ६२०५९२
पञ्चावती ग्रामीण विकास केन्द्र ४२०५५०
गैसस महासंघ उदयपुर ९८४२८२८१५०
रेडक्रस ४२०२००
इलाका बाल विकास ४२०२१२
संगम पुस्तकालय ४२०७४४
सुपर काइनेटिक कुरियर्स ४२०४७९
त्रियुगा उमावि गाईघाट ४२०१०६
बेल्टार पिसिओ ४२१३११
रामपुर पिसिओ ४२९१६६
भुट्टार पिसिओ ४२११०१
बलम्ता पिसिओ ४२९१३५
हडिया पिसिओ ४२००९९
जोगिदह पिसिओ ४२०७०७

मेडिकल-
मधुमेडिको ४२०३३३
शिवशक्ति मेडिकल ४२०११५
मेरी स्टोप्स् गाईघाट ४२०७९१
राष्ट्रिय जनमोर्चा ०३५-४२१५७५