'गाउँ गाउँमा सुचना र सञ्चारको लागी हाम्रो अभियान'
www.namastekarnali.com
नमस्ते कर्णाली
Namaste Karnali National Daily राष्ट्रिय दैनिक
वर्ष १ अंक : ९० मंगलवार ११ मंसिर, २०८१ 26 (Tuesday) November 2024 पृष्ठ ४, मूल्य रु : १०।-

कोदो उत्पादन हुँदा माग थिएन, उत्पादन नहुँदा माग बढ्दो

■ नमस्ते समचारदाता
कालीकोट, मंसिर/१०

कर्णाली प्रदेशका प्राय सबै जिल्लाहरुमा राम्रो उत्पादन हुने कोदोले अहिले मूल्य पनि राम्रो पाउन थालेको छ। विगतमा कोदो मात्र उत्पादन हुने ठाउँका कतिपय मान्छेहरु त भात खाना कै लागि भनेर तराईमा झरेका घटनाहरु पनि छन् । पहिले-पहिले कोदो गरिबले खाने अन्न अर्थात अन्य अन्न खान नपुग्ने मानिसले खाने अन्न भनेर हेला गर्ने गरिन्थ्यो । आजभोली कोदोको प्रयोगले पाचन प्रणाली राम्रो हुनुका साथै शरीरमा रगतको मात्रा बढाउनेदेखि कोलोस्टरको मात्रा घटाउने र हृदयघातबाट जोगाउने हुनाले कोदोको माग बढ्दै गैरहेको छ। कोदो उत्पादन हुने ठाउँमा भन्दा शहर बजारमा यसको माग बढ्दै गएको छ । कोदोलाई ढिंडो, रोटी, पुवा, सातु, खोले, लिटो जस्ता परिकारहरु बनाएर खाँदा मानिसको शरिर स्वस्थ हुने जानकारीपछि कोदोको माग बढ्दा ग्रामिण क्षेत्रमा उत्पादन हुने कोदाले राम्रो मूल्य पनि पाउन थालेको छ। कोदोबाट बन्ने सबै परिकार मानव स्वास्थ्यका लागि राम्रो हुने भन्दै लोकल मदिराजन्य

पेय पदार्थमा समेत मिसाउने चलन छ । शहरका ठुला होटलमा कोदोबाट उत्पादन गरिएको मदिरा, तुम्बा, जाँड, रक्सीको खोजी पनि बढ्ने गरेको छ । कालीकोटको मान्ममा होटल गर्दै आएका धर्मेन्द्र शाहीले रारा जाने पर्यटकले कालीकोटे कोदोको उत्पादन के छ भनेर खोजी गर्ने गरेको सुनाए। धानको भात खाने बानीमा हुर्केकाहरुले कोदोलाई कम महत्व दिने चलन अझै छ। तर कोदोको महत्व थाहा नभएर पहिल-पहिलेका कोदो सस्तो र कम प्रयोग हुँदै आएको रहेछ भन्ने आजभोलि सबै किसानलाई महसुस भएको छ। कोदोमा चामल, मकैभन्दा ३५ गुणा र गहुँभन्दा ८ गुणा बढी क्याल्सियम पाइने गरेको स्वास्थ्यको तथ्याङ्क छ। उत्पादनका हिसाबले राम्रो हुने कोदोका फाइदाबारे पछिल्लो समय यहाँका नागरिक जानकार हुन थालेपछि गाउँदेखि शहरसम्म कोदोको माग बढिरहेको छ। कुनै समय कोदोको प्रयोग गर्नेलाई गरिब, खाना नपुग्ने परिवारका रुपमा विश्लेषण गर्ने चलन थियो। धेरै उत्पादन हुने कोदोको महत्व सुरुमा थाहा नहुँदा मूल्य पनि थोरै पाउने गरेको थियो । अहिले कोदोको माग बढ्न थालेपछि मूल्य पनि राम्रो पाइने गरेको किसानको भनाइ छ । रास्कोट-२ का शान्ताकुमारी रोकामगरले पछिल्लो समय कोदोको मूल्य बढ्दै गैरहेको बताइन । तर कोदोको मूल्य बढेपछि पहिले तुलनामा अहिले उत्पादन चाही घटेको छ। हुन त पहिला कोदो बिक्री नभएर होला अहिले बिक्री हुन थालेकाले कोदोको अभाव हुन थालेको रोकाको भनाइ छ। रोका आफैंले पनि एकसय रुपियाँको पाँचदेखि छ पाथी अर्थात् किलोको हिसाब गर्दा सरदरमा २४ किलोका दरले किनेर प्रयोग गरेको कोदो अहिले एकसय रुपियाँको चार किलो मात्र पाउने गरेको सुनाइन।

बाँकी ३ पेजमा...

निजी विद्यालयहरुको छाता संगठन प्याब्सनको कोहलपुरमा नयाँ नेतृत्व

■ नमस्ते समचारदाता
कोहलपुर, मंसिर/१०

बाँकेको कोहलपुर नगरपालिका स्तरीय प्याब्सनको अधिवेशनले रमेश के.सी.को अध्यक्षतामा प्याब्सन कोहलपुर को नयाँ कार्यसमिति चयन भएको छ । नयाँ कार्यसमितिमा उपाध्यक्षमा समीर घर्ती, सचिवमा मित्र वली, कोषाध्यक्षमा अस्मिता पुन, सदस्यहरुमाः रबिन्द्र रेग्मी, कल्पना शर्मा, अमृत ढकाल तथा मनोनित सदस्यमा किशन गुरुङ रहेका छन् । एक तथ्यांक अनुसार नेपालमा निजी लगानीका करिब ८ हजार शिक्षण संस्थाहरु छन् । निजी शैक्षिक सञ्चालकहरुले विद्यालय शिक्षामा हालसम्म ६ खर्ब रुपैयाँ लगानी गरेका छन् र उनीहरुले विद्यालयको भौतिक संरचना, पूर्वाधार विकास, जनशक्ति व्यवस्थापन लगायतमा ६ खर्ब रुपैयाँ लगानी गरेका हुन् । निजी विद्यालयहरुको वार्षिक कारोबार (विद्यार्थीबाट उठेको शुल्क) करिब दुई खर्ब भन्दा बढी हुने बताइन्छ । करिब दुई लाख ५० हजार जनालाई रोजगारी दिएको निजी क्षेत्रसँग कुल विद्यार्थी संख्याको करिब २३ प्रतिशत अर्थात् करिब २० लाख विद्यार्थी अध्ययनरत छन् । यी

शैक्षिक संस्थाहरुको मुलुकको कुल गार्हस्थ्य उत्पादन (जिडिपी) मा शैक्षिक क्षेत्रको योगदान ७ दशमलव २३ प्रतिशत छ । जिडिपीमा शिक्षाको योगदान बढ्दो क्रममा छ। यो आधारमा पनि निजी शैक्षिक क्षेत्रमा आर्थिक गतिविधि बढ्दो छ । भौतिक अवस्था, व्यवस्थापकीय पक्ष र शैक्षिक गुणस्तर लगायत सबै दृष्टिकोणले सरकारले सञ्चालन गरेका समग्र सामुदायिक विद्यालयभन्दा निजी क्षेत्रले सञ्चालन गरेका संस्थागत विद्यालय निकै स्तरीय, अब्बल र उच्च रहेको उनीहरुले दिएको पटक-पटकको परिणामले प्रमाणित भइसकेको छ। पछिल्लो १० वर्षको एसएलसी वा एसइई परीक्षाको नतिजाको उत्तीर्ण प्रतिशत हेर्ने हो भने सामुदायिक विद्यालयको उत्तिर्ण प्रतिशत मात्र ३० प्रतिशतको हाराहारीमा छ भने निजी विद्यालयको उत्तिर्ण प्रतिशत लगभग ९० प्रतिशतको हाराहारीमा रहेको देखिन्छ । निजी स्कुलले राष्ट्रिय बोर्ड परीक्षा होस् वा अन्य कुनै राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिता होस्, सबैमा सदैव आफूलाई अब्बल साबित गर्दै आएका छन् । निजी विद्यालयको विगत र वर्तमानको मूल्यांकन गर्ने हो भने शिक्षाको सवालमा राज्यको शाख र प्रतिष्ठा नै निजी स्कुलले बचाएको देखिन्छ। निजी शैक्षिक संस्थाले वर्षेनी अर्बौं रकमको कर सरकारलाई बुझाएकै पनि छन् । मुलुकमा आइपर्ने प्रत्येक संकट र प्राकृतिक विपत्तिका हरेक बेला संस्थागत विद्यालयहरूले सरकारको सहयोगी हात बनेर विपत्ति विरुद्धको अग्रमोर्चामा आफूलाई उभ्याएकै छन् ।

लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियान सुरु

■ नमस्ते समचारदाता
कर्णाली, मंसिर/१०

'हामी सबैको प्रतिवद्धताः लैङ्गिक हिंसा अन्त्यको लागि ऐक्यवद्धता' भन्ने नाराका साथ अभियान सुरु गरिएको हो । लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियान सोमबार देखि सुरु भएको छ । हरेक वर्ष नोभेम्बर २५ देखि डिसेम्बर १० सम्म लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियान सञ्चालन गरिन्छ । लिङ्गको आधारमा हुने सबैखाले हिंसा अन्त्यका लागि उक्त अभियान हरेक वर्ष सञ्चालन हुँदै आएको छ । कालीकोट जिल्लाका विभिन्न स्थानीय तहमा लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियान (२५ नोभेम्बर देखि १० डिसेम्बर) अन्तर्गतको कार्यक्रम सोमबारदेखि सुरु भएको छ । 'हामी सबैको प्रतिबद्धताः लैङ्गिक हिंसा अन्त्यका लागि ऐक्यबद्धता' भन्ने राष्ट्रिय नाराका साथ कालीकोटमा पनि दिवसको मनाउन सुरु गरिएको छ । कालिकोटको खाँडाचक्र नगरपालिकाले हिंसाविरुद्ध

प्रभातफेरीको समेत आयोजना गरी मनाइएको छ । लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियानका अवसरमा आयोजना गरिएको प्रभातफेरी पछि बोल्दै नगरप्रमुख कमलबहादुर शाहीले हिंसाको अन्त्य नाराले होइन, मनैदेखि अन्त्य गर्न सकेमा अभियानको औचित्य हुने विचार व्यक्त गरे। नगरप्रमुख शाहीले सबै खाले हिंसा अन्त्यका लागि यो अभियानलाई सार्थक बनाउन अपिल समेत गरका छन् । लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियानकै क्रममा रास्कोटमा आयोजना गरिएको एक अन्तर क्रिया कार्यक्रममा नेकपा (एमाले)का नेता दयाराम सिम्खडाले कसैले पनि विभेदमा परेको महसुस नगर्ने गरी सामाजिक व्यवहार गर्न सबैले सक्नुपर्ने बताए । हाम्रा व्यवहार फरक हुन्छन्, काम फरक हुन्छन्, त्यसैले अब राज्यले तय गरेका दिवस अभियानलाई सफल पार्ने र परिवर्तन भएको देखाउने पनि राज्यका हामी नागरिकको जिम्मेवारी भएकाले सबैले सचेतपूर्ण भएर बिना भेदभाव व्यवहार गर्नुपर्ने उनको धारणा थियो । नरहरीनाथ गाउँपालिका अध्यक्ष नगेन्द्रबहादुर बिष्टले हिंसाविरुद्धका दिवस हुन या अभियान खाली औपचारिकतामा सिमित हुने गरेको बताउँदै बिष्टले हामीले आफुलाई हिंसा हुँदा वा कसैले अपमान गर्दा कस्तो महसुस हुन्छ, त्यसको अनुभूति गरेमा अरुमाथि अर्थात् लैङ्गिक हिंसा जस्ता अमानवीय व्यवहार सबैको मनमस्तिष्कबाट हराउँदै जाने बताए।

बाँकी ३ पेजमा...

नमस्ते कर्णाली विज्ञापन एजेन्सी
www.namastekarnali.com
नमस्ते कर्णाली मल्टिमिडिया प्रा.लि. द्वारा संचालित नमस्ते कर्णाली राष्ट्रिय दैनिक, नमस्ते कर्णाली राष्ट्रिय साप्ताहिक, namastekarnali.com मा विज्ञापन, सुचना, बोलपत्र आवह्वान सम्बन्धी सुचना, कर्मचारी भर्ना सम्बन्धी सुचना, जनहितमा जारी सुचना आदी प्रकाशन गर्नु परेमा हामीलाई सम्झनुहोला।
नमस्ते कर्णाली राष्ट्रिय दैनिक | नमस्ते कर्णाली राष्ट्रिय साप्ताहिक | नमस्ते कर्णाली डटकम
नमस्ते कर्णाली मल्टिमिडिया प्रा.लि.
सम्पर्क : कोहलपुर-११, बाँके
ब्युरो कार्यालय : सुर्खेत शाखा कार्यालय हुम्ला, मुगु, बाजुरा, कालिकोट, जुम्ला, सल्यान, जाजरकोट
कोहलपुर : ९८४७४६९०३ हुम्ला : ९८६८३९६३३२ मुगु : ९८६८३७८०५ बाजुरा : ९८६५६६८०९९
कालिकोट : ९८६५६६८०९९
FOLLOW US
namastekarnali2068@gmail.com
namastekarnali.com

सत्यवाणी :

भौतिक तथा व्यवसायीक सुरक्षाका लागि पत्रकार एकता नयाँ संविधानमा पूर्ण प्रेस स्वतन्त्रता । – नेपाल पत्रकार महासंघ

सम्पादकीय

प्रधानमन्त्रीको आसन्न चीन भ्रमण र ध्यान दिनु पर्ने विषय

आगामी हप्ता प्रधानमन्त्रीको चीन भ्रमणमा जाने कार्याक्रम तय हुँदै गर्दा उनी पूर्व प्रधानमन्त्रीहरु र पूर्व परराष्ट्रमन्त्रीहरु सँग परामर्श गरेका छन् । कुनै पनि देशको कार्यकारी प्रमुखले विदेश भ्रमणमा जानु पूर्व यसरी परामर्श गरेर आफ्नो भ्रमणका एजेण्डा तय गर्नु राम्रो पक्ष हो । देशको प्रमुख कार्यकारीले गर्ने भ्रमण फलदायी बनाउनलाई आफ्नो देश दक्षिण एसियाको सबैभन्दा पुरानो स्वतन्त्र र सार्वभौमसत्ता सम्पन्न राष्ट्र भएको र आफ्नो देशको सार्वभौमसत्तालाई भ्रमणाका क्रममा ख्याल गरेर मात्र कुनै पनि सम्झौता गर्नु पर्दछ। हाम्रा छिमेकी दुई उदीयमान र प्रतिस्पर्धी शक्तिहरू चीन र भारत बीचको नेपालको विशिष्ट भूणानीतिक, भूआर्थिक र भूराजनीतिक स्थितिलाई ध्यानमा राख्दै सबैसँग मैत्रीपूर्ण सम्बन्ध कायम गर्नेतर्फ सरकारले ख्याल गर्नुपर्ने पर्दछ । हाम्रो कमजोर अर्थतन्त्रलाई कम भन्दा कम समयमा विकसित चरणमा पुऱ्याउन वैदेशिक व्यापार, पूँजी, प्रविधि, ज्ञान र सद्भाव दुवै छिमेकीको उत्तिकै आवश्यक छ। चीनको बीआरआईबाट फाइदा लिन नेपालले आफ्ना कदमहरु कसैको दबावमा नपरी अगाडी बढाउनु पर्दछ। प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले आफ्नो आसन्न चीन भ्रमणका क्रममा चीनसँग ऋण सम्झौता नगर्ने बताएका छन्। प्रधानमन्त्री ओलीले सिंहदरबारमा आसन्न चीन भ्रमणबारे पूर्व प्रधानमन्त्री र पूर्व परराष्ट्रमन्त्रीसँग गरेको परामर्शमा प्रधानमन्त्री ओलीले यस्तो बताउनुको पछाडि नेपाली काँग्रेस सँगको सहकार्य हो कि भन्ने वुद्धिजिवीहरुले टिप्पणी गरेका छन् । संसारमा दोस्रो शक्तिशाली राष्ट्रका रूपमा उदाएको चीनबाट नेपालले लाभ प्राप्त गर्ने भिजनका साथ अघि बढ्नुपर्ने आवश्यकताको महसुस प्रधानमन्त्रीले यो भ्रमणमा गर्नु पर्दछ । चीनसँगको पारवहन, बिजुली निर्यात लगायतका विषयमा पनि थप सहमति र सम्झौता गर्न सके नेपाल लाभान्वित हुने संभावना रहेका छन् त्यस तर्फ पनि प्रधानमन्त्रीले सोच्नु पर्दछ।

निःसन्तानपनको बढ्दो समस्या

डा. ज्योति अग्रवाल

दम्पतीले परिवार नियोजनका कुनै पनि साधन प्रयोग नगरी एक वर्षसम्म प्रयास गर्दा पनि गर्भ रहेन भने त्यसलाई निःसन्तानपन भनिन्छ। नेपालमा पछिल्लो समय विभिन्न कारणले निःसन्तानपनको समस्या बढ्दै गएको पाइन्छ। सामान्यतः हरेक १० दम्पतीमध्ये एक जनामा निःसन्तानपनको समस्या रहेको पाइएको छ । दुई दशकअघि र पछिको तथ्याङ्क तुलना गर्ने हो भने पनि नेपालको कुल प्रजनन दर घट्दो क्रममा छ । जनसाङ्ख्यिक तथा स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०२२ ले कुल प्रजनन दर प्रतिमहिला २.१ रहेको देखाएको थियो, जबकि सन् १९९६ मा यो दर ४.६ थियो । सहरी क्षेत्रमा प्रजनन दर अझ कम छ। सर्वेक्षण अनुसार सहरी क्षेत्रमा प्रतिमहिला दुई छ भने ग्रामीण क्षेत्रमा २.४ छ । विश्वमै पनि प्रजनन दर घटिरहेको छ । सन् २००० मा विश्वको प्रजनन दर प्रतिमहिला २.७ थियो भने अहिले २.३ छ।

● डा. ज्योति अग्रवाल

उमेर, खानपान, जीवनशैलीलगायतका कारण निःसन्तानपनको समस्या बढिरहेको पाइन्छ। आजकल करिअरलाई प्राथमिकता दिँदा ढिलो बिहे गर्ने चलन बढ्दै गएको छ तर महिलाको उमेर जति बढ्दै जान्छ, प्रजनन क्षमता पनि उति नै घट्दै जान्छ। जसले गर्दा ३५ वर्षभन्दा माथिको उमेरका महिलामा निःसन्तानपन देखिने गरेको छ।

समस्याका कारण

उमेर, खानपान, जीवनशैलीलगायतका कारण निःसन्तानपनको समस्या बढिरहेको पाइन्छ । आजकाल करिअरलाई प्राथमिकता दिँदा ढिलो बिहे गर्ने चलन बढ्दै गएको छ तर महिलाको उमेर जति बढ्दै जान्छ, प्रजनन क्षमता पनि उति नै घट्दै जान्छ। जसले गर्दा ३५ वर्षभन्दा माथिको उमेरका महिलामा निःसन्तानपन देखिने गरेको छ । यस्तै अस्वस्थकर खानपान, जङ्कफुडको बढी प्रयोग तथा वातावरणीय प्रदूषण पनि निःसन्तानपनको कारक मानिन्छन् । यसले गर्दा पुरुषको शुक्रकीटमा कमी आउने, महिलामा छिटो महिनावारी सुक्ने, अन्डाको संख्या तथा गुणस्तर घट्ने जस्ता समस्या निम्तिन सक्छन्। अर्कोतिर, आजकल महिला हुन् वा पुरुष, धूमपान तथा मद्यपान गर्ने क्रम बढेको छ। त्यसले पनि निःसन्तानपनको समस्या बढाउने गरेको छ। खानपान तथा जीवनशैलीका अतिरिक्त वातावरणीय प्रभाव पनि परिरहेको हुन्छ । आजकल महिलाहरू पनि पुरुषसरह काममा खटिइरहेका र तनावपूर्ण काम गरिरहेका हुन्छन्, जसको प्रभाव प्रजनन क्षमतामा पर्ने सम्भावना हुन्छ। यस्तै पुरुष संलग्न हुने केही पेसाजन्य क्रियाकलापले पनि प्रजनन क्षमतामा असर गरेको हुन्छ । जस्तो विकिरणमा काम गर्ने, कोइला उद्योग तथा तातो ठाउँमा काम गर्ने पुरुषको शुक्रकीटलाई असर गर्ने भएकाले निसन्तानपन उत्पन्न हुन्छ। अर्को भनेको पतिपत्नीबिचको दुरी हो । आजकल वैदेशिक रोजगारीको बाध्यताका कारण लामो समय पति पत्नीबिच दुरी रहेको हुन्छ । प्रजननका हिसाबले ऊर्जाशील समय अलग भएर बसेपछि सन्तान उत्पादनमा समेत असर गर्छ । मैले धेरै यस्ता बिरामी भेटेकी छु, जसका पति वर्षौंदेखि घर आएका छैनन् र सन्तान भएको छैन। यी त भए बाह्य कारण तर महिला तथा पुरुषको प्रजनन अङ्गमा आउने स्वास्थ्य समस्या पनि निःसन्तापनको कारक बन्छन्। महिलामा दोहोरिएर सङ्क्रमण भयो भने पाठेघरको नलीमा अवरोध उत्पन्न हुन्छ भने महिनावारी पीडायुक्त हुने, पाठेघरमा सिस्टहरू पलाउने जस्ता कारणले निःसन्तानपन हुन्छ। यस्तै, कसै-कसैमा जन्मजात पाठेघर सानो हुन्छ भने जन्मजात नै अन्डाको गुणस्तर र संख्या नै कम हुने हुन्छ । पुरुषमा शुक्रकीटको उत्पादन कम हुने, लिङ्ग नै उत्तेजित नहुने, वीर्य नै नझर्ने, यौन सम्पर्क नै गर्न मन नलाग्ने जस्ता समस्याले प्रजनन क्षमतामा असर गरिरहेको हुन्छ। अर्को भनेको हाइपर टेन्सन, मधुमेह, दम जस्ता दीर्घरोगका लामो समय खाइने औषधीले पनि निःसन्तानको समस्या निम्तन्छ।

आइभिएफ (इनभिट्रो फर्टिलाइजेसन)

महिलाको अन्डा र पुरुषको शुक्रकीटलाई प्रयोगशालामा निषेचनमार्फत भ्रुणको विकास गरी पाठेघरमा राख्ने प्रक्रिया नै आइभिएफ हो। निःसन्तानपनको समस्या हुनेबित्तिकै सबैलाई आइभिएफ नै चाहिन्छ भन्ने जरुरी छैन । पहिले प्राकृतिक रूपमै गर्भधारण गर्न सक्ने गरी विभिन्न उपचार प्रक्रिया गरिन्छ तर जसको पाठेघरको दुवै पट्टिको नली अवरुद्ध छ वा दुई सन्तान भएपछि बन्ध्याकरण गरेका तर पुनः सन्तान जन्माउने इच्छा भएकाहरूलाई आइभिएफ गरिन्छ । पाठेघर तथा अन्डामा सिस्ट भएको र प्राकृतिक रूपमा गर्भधारणको प्रयास नै गर्न मिलेन भने आइभिएफ प्रक्रियामा जानु पर्छ। यस्तै, पुरुषमा शुक्रकीटको कमी छ भने आइभिएफ गरिन्छ । सामान्यतः ५० लाखभन्दा कम शुक्रकीट छ भने आइभिएफको सल्लाह दिइन्छ । महिलामा महिनावारी सुकेको छ भने दाताबाट अन्डा लिएर पनि आइभिएफ गर्न मिल्छ।

आइभिएफ गर्ने तरिका

सबैभन्दा पहिले महिला महिनावारी भएको दोस्रो दिनमा अन्डा बढाउनका लागि इन्जेक्सन दिइन्छ। अन्डा बढाउने प्रक्रियाका लागि कसैलाई १० र कसैलाई १२ दिनसम्म लाग्छ। इन्जेक्सन दिएपछि अन्डा बढिरहेको छ कि छैन भनेर नियमित परीक्षण गरिन्छ । १८ मिलिमिटरभन्दा ठुलो अन्डा भयो भने त्यसलाई परिपक्व बनाउन इन्जेक्सन दिइन्छ तर इन्जेक्सन दिएको अन्डा ३६ घन्टापछि फुट्छ । अन्डा नफुट्दै ३४ देखि ३६ घण्टाभित्र अर्थात् डेढ दिनभित्रमा बिरामीलाई बेहोस पारेर योनिबाट अल्ट्रासाउन्डमार्फत सिरिन्ज छिराएर अन्डा झिकिन्छ। यस बेला इम्ब्रोइलोजिस्ट, एनेस्थेसिस्ट, गाइनोकोलोजिस्ट तथा सहायकहरूको टिम नै चाहिन्छ । अन्डा झिकेपछि इम्ब्रोइलोजिस्टहरूलाई दिइन्छ । उनीहरूले त्यो अन्डाबाट फ्लुड निकाल्छन् । फोलिक नामको उक्त फ्लुड बच्चा बनाउन महत्वपूर्ण मानिन्छ । फोलिक तीन प्रकारका हुन्छन्-एम टु, एम वान र जिबी । बच्चा बनाउन काम लाग्ने भनेको एम टु मात्र हो, जसलाई म्याचुअर्ड फोलिकल भनिन्छ । अनि माइक्रोस्कोपमा एकातर्फ अन्डा र अर्कोतिर शुक्रकीट स्थिर बनाएर राखिन्छ र अण्डामा शुक्रकीट निषेचन गरिन्छ। यो प्रविधिलाई इक्सी अर्थात् इन्ट्रासाइटोप्लाज्मिक स्पर्म इन्जेक्सन भनिन्छ । त्यसपछि आमाको पेटमा हुने वातावरण तयार गरिएको इन्क्युबेटरमा राखिन्छ । भ्रुण राम्रो छ भने पाँच दिन र ठिकै छ भने पाँच दिनमा निकालेर पाठेघरमा राखिन्छ तर यसरी निषेचन गरिँदा भ्रुण बन्छ नै भनेर निश्चित हुँदैन । जस्तै १० वटा अन्डामा शुक्रकीट निषेचन गरियो भने कहिलेकाहीँ १० वटा नै भ्रुण बन्छ भने कसैको सात वटा, कसैको दुई वटा भ्रुण बन्छ। भ्रुण बन्ने कुरा अन्डा र शुक्रकीटको गुणस्तर कस्तो छ भन्नेमा भर पर्छ। अनि, प्रयोगशाला कस्तो छ, इम्ब्रोइलोजिस्ट कस्ता छन्, इन्क्युबेटर कस्तो छ जस्ता कुराले निर्धारण गर्छन् । भ्रूणलाई पाठेघरमा प्रत्यारोपण गर्ने तरिका पनि दुई प्रकार को हुन्छ। एउटा अन्डा झिकेको तीन दिन या पाँच दिनमा राख्ने । यसलाई फ्रेस एम्ब्राओ ट्रान्सफर भनिन्छ । अर्को भनेको फ्रोजन टान्सफर हो तर हामी फ्रेसभन्दा फ्रोजनमा जोड दिन्छौं। त्यसका लागि तीनदेखि पाँच दिनमा बनेको भ्रूणलाई माइनस १२० डिग्रीको तापक्रममा फ्रिज गरिन्छ । बिरामीलाई महिनावारी गराइन्छ । मुखबाट खाने औषधी पनि दिइन्छ र अबचाहिँ उपयुक्त छ भन्ने यकिन भएपछि फ्रोजन भ्रूण प्रत्यारोपण गरिन्छ। यो सबै प्रक्रिया गर्दा १७-१८ दिन लाग्छ । भ्रूण प्रत्यारोपणको १२ दिनपछि प्रेगनेन्सी टेस्ट गरिन्छ । अनि मात्र थाहा हुन्छ आइभिएफ सफल भयो कि भएन भनेर । त्यसपछि बिरामीलाई घर पठाइन्छ तर हामी पूर्णतया बेड रेस्टभन्दा पनि घरको सानोतिनो काम गर्न नै सल्लाह दिन्छौँ तर गह्रौँ खालका काम गर्न मिल्दैन र धेरै कफी नखान पनि सल्लाह दिन्छौँ । यदि कुनै परिवारमा दीर्घरोग छ भने तयार भएको भ्रुणबाट सानो टुक्रा लिएर परीक्षण गरिन्छ, जसलाई प्रि-जेनेटिक टेस्टिङ अर्थात् पिजिटी भनिन्छ । यो परीक्षणबाट वंशाणुगत समस्या पत्ता लगाइयो भने समयमै त्यसको निदान गरेर स्वस्थ शिशु जन्म दिन सकिन्छ तर यो अलि महँगो हुने भएकाले सबैमा पिजिटी परीक्षण गरिँदैन । परीक्षण आवश्यक देखिएका र दम्पत्तिको अनुरोधमा मात्र गरिन्छ। विदेशमा भने आइभिएफका क्रममा पिजिटी परीक्षण अनिवार्य छ । तर, हामी बिरामीलाई आउनेबित्तिकै आइभिएफ गराउन बल गर्दैनौं। सकभर प्राकृतिक रूपमै गर्भधारणका लागि उपाय अपनाइन्छ। अरू कुनै उपाय नभएको अवस्थामा मात्र आइभिएफको प्रक्रिया अगाडि बढाइन्छ । आइभिएफको सफलता चाहिँ महिलाको अन्डा, पुरुषको शुक्रकीट आदिमा भर पर्छ । समग्रमा सफलता दर ५० देखि ६० प्रतिशत हुन्छ। त्यसमा पनि शिशु जन्मने दर भनेको ३० प्रतिशत ४० प्रतिशत मात्र हो। बाँकी गर्भधारण र सन्तानलाई जन्म दिने प्रक्रियाका क्रममा केही समस्या आउन सक्छन्। आजकल ढिलो बिहे गर्ने, ढिला सन्तान जन्माउन चाहना राख्ने या पहिले करिअरलाई प्राथमिकता दिनेहरूले अन्डा र शुक्रकीट फ्रिज गरेर राख्ने चलन पनि बढेको छ । यसो गर्दा जुन उमेर छँदा अन्डा र शुक्रकीट फ्रिज गरेको हो, पछिसम्म पनि त्यही उमेर अनुसारकै रहन्छ र आवश्यक परेका बेला आइभिएफमार्फत शिशु जन्माउन सकिन्छ। *–गोरखापत्र*

जनहितमा जारी सन्देश

- आफ्नो घर आगन सफा राखौं ।
- विकास निर्माणको काममा जन सहभागीता जुटाऔं ।
- बालबालिकालाई विद्यालय पठाऔं काममा नलगाऔं ।
- हावाहुरी चल्ने ठाउँमा आगो जथाभावी आगो नबालौं । बाल्नु परे पनि काम सकिना साथ तुरुन्त निभाउने गरौं ।
- छाडा चौपायाहरुलाई नियन्त्रण गरौं ।
- जन्मदर्ता, विवाहदर्ता, मृत्युदर्ता, बसाईसराई, व्यक्तिगत घटनाहरु समयमै नै दर्ता गरौं ।
- आफ्नो तिर्नु पर्ने कर समयमै तिरी जरीवाना बाट बचौ ।
- सभ्य समाजको निर्माणमा सहयोग पुऱ्याऔं ।
- दुर्व्यसनबाट बचौं र बचाऔं, घरेलु हिंसा विरुद्ध डटेर लागौं ।
- सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गरौं । हरेक विकास निर्माणका कार्यहरुमा काँधमा काँध मिलाएर अघि बढौं ।
- पालिकाको हरेक विकास निर्माणका कार्यहरुमा सबै पालिकावासीले सहयोग गरौं ।

अदानचुली गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
श्रीनगर, हुम्ला

जनहितमा जारी सन्देश

- आफ्नो घर आगन सफा राखौं ।
- विकास निर्माणको काममा जन सहभागीता जुटाऔं ।
- बालबालिकालाई विद्यालय पठाऔं काममा नलगाऔं ।
- हावाहुरी चल्ने ठाउँमा आगो जथाभावी आगो नबालौं । बाल्नु परे पनि काम सकिना साथ तुरुन्त निभाउने गरौं ।
- छाडा चौपायाहरुलाई नियन्त्रण गरौं ।
- जन्मदर्ता, विवाहदर्ता, मृत्युदर्ता, बसाईसराई, व्यक्तिगत घटनाहरु समयमै नै दर्ता गरौं ।
- आफ्नो तिर्नु पर्ने कर समयमै तिरी जरीवाना बाट बचौ ।
- सभ्य समाजको निर्माणमा सहयोग पुऱ्याऔं ।
- दुर्व्यसनबाट बचौं र बचाऔं, घरेलु हिंसा विरुद्ध डटेर लागौं ।
- सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गरौं । हरेक विकास निर्माणका कार्यहरुमा काँधमा काँध मिलाएर अघि बढौं ।
- पालिकाको हरेक विकास निर्माणका कार्यहरुमा सबै पालिकावासीले सहयोग गरौं ।

सिमकोट गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
सिमकोट, हुम्ला

सुदूरपश्चिममा अन्तर्राष्ट्रिय दिवस सप्ताहव्यापी मनाइने

नमस्ते समचारदाता
कैलाली, मंसिर/१०

सुदूरपश्चिममा अपाङ्गता भएका नागरिकहरुले यस वर्ष अन्तर्राष्ट्रिय दिवस सात दिनसम्म मनाउने भएका छन् । सबै प्रकारका अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको साझा संस्थागत राष्ट्रिय अपाङ्ग महासङ्घ नेपाल सुदुरपश्चिम प्रदेशले यसका लागि ५१ सदस्यीय मूल आयोजक समिति गठन गरेर तयारी थालेको हो । प्रदेश राजधानीसमेत रहेको कैलालीको धनगढीमा यस वर्षको अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको अन्तर्राष्ट्रिय दिवस मङ्सिर १४ गतेदेखि २० गतेसम्म विभिन्न कार्यक्रमसाथ मनाइने अध्यक्ष मानबहादुर साउदले जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार साप्ताहव्यापी मनाइने कार्यक्रमलाई भव्य तथा व्यवस्थित रुपमा मनाउनका लागि सरोकारवाला सरकारी तथा गैरसरकारी संघसंस्थासँग छलफल गरेर विभिन्न उपसमिति बनाइएका छन् । अन्तर्राष्ट्रिय दिवसलाई खुशीयालीका साथै आन्दोलनका रुपमा मनाउन गइरहेको भन्दै अध्यक्ष साउदले गतवर्ष झैं अपाङ्गता भएका युवाहरुको स्वरोजगार मेला मुख्य आकर्षक रहने बताउनुभयो । उहाँका अनुसार धनगढी उपमहानगरपालिका गेट अगाडि तीन दिनसम्म प्रदर्शनी मेला तथा महोत्सव चल्नेछ ।

उक्त प्रदर्शनी मेला तथा महोत्सवमा 'अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको श्रमको सम्मान, आर्थिक सशक्तीकरण र समाज रुपान्तरणको अभियान' भन्ने मूल नाराका साथ अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुबाट सञ्चालित लघु, घरेलु तथा साना उधोगबाट उत्पादित वस्तुहरुको प्रदर्शनी मेला लाग्नेछ । यसका साथै सचेतनामूलक अन्तरक्रिया, लोकसांस्कृतिक कार्यक्रम, निःशुल्क स्वास्थ्य चेकजाँच, सीप तथा कला प्रदर्शनी र उत्कृष्ट कार्यको सम्मान लगायतका कार्यक्रम रहने उहाँले जानकारी दिनुभयो। अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको अन्तर्राष्ट्रिय दिवस यही मङसिर १८ गते मनाइँदैछ । यस वर्षको मूल नारा 'समावेशी र दिगो भविष्यका लागि अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूको नेतृत्वलाई प्रवर्द्धन' छ।

खुर्सानी खेतीबाट राम्रो आम्दानी

नमस्ते समचारदाता
कैलाली, मंसिर/१०

कैलालीको जानकी गाउँपालिका -४ की सविता बडायक खुर्सानी खेती गरेर राम्रो आम्दानी गर्न सफल हुनुभएको छ। पाँच कठ्ठा जमिनमा विभिन्न प्रजातिको खुर्सानी खेती गरेर उहाँले आम्दानी गर्न सफल हुनुभएको हो । खुर्सानी खेतीबाट भएको आम्दानीले परिवारको खर्च मज्जाले चलेको बडायकले बताउनुभयो । "हामी परिवारमा ११ जना छौं" उहाँले भन्नुभयो, "जग्गा धेरै छैन । व्यावसायिक खेती गर्न थालेपछि गुजाराका लागि समस्या छैन ।" खुर्सानीबाट भएको आम्दानीबाटै बालबच्चाको पढाइ खर्च सजिलै धानिरहेको उहाँले बताउनुभयो । सविताको बारीमा विभिन्न पाँच प्रजातिको खुर्सानी फलेको छ । जसमध्ये सोल्जर र सुपर तारा यसवर्ष गजबले फलेको उहाँले सुनाउनुभयो । प्रतिकेजी चार सयको दरले दसैंदेखि खुर्सानी बिक्री गरिरहेको जनाउँदै उहाँले भन्नुभयो, "अहिलेसम्म नौ क्विन्टल बिक्री गरिसकेको छु ।" छोटो अवधिमै साढे तीन लाखभन्दा बढीको खुर्सानी बिक्री गरेको उहाँले सुनाउनुभयो । उहाँले लगाएको खुर्सानी आगामी जेठसम्म फल्नेछ। निरक्षर सविताले २०७८ सालमा एकीकृत शत्रुजीव व्यवस्थापन (आइपीएम) कृषक पाठशाला तालिम लिएपछि व्यावसायिक रुपमा खुर्सानी खेती सुरु गर्नुभएको थियो । तरकारी खेती गरेर ठुलो ट्याक्टर, पावर ट्रिलर र सानो हाते ट्याक्टर किन्न सफल भएको उहाँले जानकारी दिनुभयो । "ट्याक्टर किनेपछि खुर्सानी खेतीको काम गर्न थप सहज भएको छ" बडायकले भन्नुभयो।

विषादीको प्रयोगबाट बचौं र बचाऔं

- किरा मार्ने विषादीले मानिसलाई पनि असर गर्दछ,
- अनावश्यक रुपमा विषादीको प्रयोग नगरौं,
- विषादी प्रयोग गर्नैपर्ने भए प्राविधिकको सल्लाहमा मात्र गरौं,
- विषादी प्रयोग गर्नुपूर्व त्यसको असरको बारेमा जानकारी लिऔं,
- विषादी तयार गर्दा र प्रयोग गर्दा सतर्कता अपनाऔं,
- विषादी प्रयोग गरिएको तरकारी तथा फलफूल खान योग्य भए नभएको यकिन गरेर मात्र उपभोग गरौं,
- विषादी प्रयोग गरिएका तरकारी तथा फलफूल विष मुक्त नभएसम्म विक्रि वितरण नगरौं,
- विषादीको प्रयोग भएका फलफूल तथा तरकारीले क्यान्सरलगायतका रोगहरू लाग्न सक्छ,
- विषादीको प्रयोगले जनस्वास्थयमा गम्भिर असर पर्न सक्छ,

त्यसैले विषादीको प्रयोगमा सचेत बनौं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

अस्पतालको स्तरोन्नति अन्योलमा

नमस्ते समचारदाता
सुर्खेत, मंसिर/१०

पश्चिम सुर्खेतको प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र सालकोटलाई अस्पतालका रुपमा स्तरोन्नति गर्ने योजना अन्योलमा परेको छ। प्रदेश सरकारले पञ्चपुरी नगरपालिका-२ मा रहेको स्वास्थ्य केन्द्रलाई शय्या थपेर सेवा विस्तार गर्ने योजना अघि सारेको थियो तर बजेट विनियोजन नगर्दा अस्पताल स्तरोन्नति योजना अलपत्र परेको छ। त्यहाँ सङ्घीय सरकारको लगानीमा १५ शय्याको अस्पताल निर्माण भइरहेको छ। त्यसैलाई प्रदेश सरकारको लगानीमा ५० शय्याको अस्पताल निर्माण गर्ने भनिएको थियो। १५ शय्या हुँदै ५० शय्यामा स्तरोन्नति गर्ने प्रदेश सरकारको योजना अलपत्र परेको हो। चालु आर्थिक वर्ष २०८१/८२ मा बजेट काटिएपछि अस्पताल स्तरोन्नतिको काम अन्योलमा परेको पञ्चपुरी नगरपालिकाले जनाएको छ। आव २०७९/८० मा बजेट विनियोजन गरेर अस्पताल स्तरोन्नतिको कार्य अघि बढाइएको थियो। उक्त आव अस्पताल निर्माणका लागि तीन करोड बजेट विनियोजन गरिएको भए पनि कार्यान्वयन भएन। गत आव २०८०/८१ मा पनि प्रदेश सरकारले तीन करोड बजेट विनियोजन गरेको थियो। उक्त वर्ष बजेटको स्रोत सुनिश्चित नहुँदा कार्यान्वयन हुन सकेको थिएन। नगरपालिकाले निर्माण गरेको डिपिआर अनुसार ५४ करोडको लागत अनुमान रहेको छ। प्रदेश सरकारले न्यून बजेट विनियोजन गर्ने र बजेट नै कटौती गरेसँगै अस्पताल स्तरोन्नतिको योजना असफल बनेको हो। अस्पताल निर्माणको करिब ९० प्रतिशत काम सकिएको छ। अब फिनिसिङको काम बाँकी छ। अझै तीन करोड बजेट लाग्ने पालिकाले जनाएको छ।

कोदो...

कोदोको मूल्य बढ्दा उत्पादन घटेको छ । मूल्य राम्रो पाउन थालेपछि कोदोको खेती गर्नेतिर किसान उत्साहित भएका छन् । जुम्ला तातोपानी-३ का कृष्णहरि अधिकारीले कोदोको माग बढेकाले प्रायः अहिले बाँझो बारीमा कोदो लगाउने किसानको संख्या बढेको बताए। अधिकारीले पहिलाजस्तो उत्पादन त छैन, पहिलाको जस्तो कोदोको उत्पादन र अहिलेको जस्तो मूल्य हुने हो भने किसानलाई फाइदा हुने सुनाए। बालबालिकाको मस्तिष्क वृद्धिदेखि मधुमेह, उच्च रक्तचाप भएका बिरामीका लागि उल्लेखनीय फाइदा हुने रहेछ भनेर नागरिकले जानकारी पाएपछि कोदोको मूल्य बढिरहेको छ। अहिले एकसय रुपियाँको दुई पाथी अर्थात चार किलोमा बिक्री हुने गरेको स्थानीयको भनाइ छ । स्वास्थ्यकर्मी अशोक न्यौपानेले गाउँमा कोदोको फाइदाबारे जानकारी दिन थालेपछि किसानमा उत्साह आएको बताउछन् । स्वास्थ्यकर्मी न्यौपानेले कोदो खास बाली हो भनेर किसानले नबुझेकै कारणले खेती कम गर्दा उत्पादन पनि घटेको बताए। स्वास्थ्यकर्मीका अनुसार नियमित कोदोको प्रयोगले मुटुरोग लाग्न दिँदैन भने हड्डी बलियो बनाउँछ। बालबालिकाको हाड र दाँतको विकासमा सघाउँछ भने नराम्रो कोलेस्ट्रोल घटाउँछ । शरीरको विषाक्तता बाहिर निकाल्छ, पाचनतन्त्रलाई तन्दुरुस्त राख्छ । रगतको कमी हुन दिँदैन । कब्जियत हुन दिँदैन । स्तन क्यान्सर हुनबाट जोगाउँछ । रक्तचाप घटाउँछ। मिर्गौला र कलेजोको रोग लाग्न दिँदैन। चिकित्सकका अनुसार उर्जाको राम्रो स्रोत कोदोमा छ। रोग प्रतिरोधी क्षमता बढाउने, पित्तथैलीमा पत्थरी हुन नदिने, छाला चम्किलो बनाउने। शरीरमा कुनै चोटपटक लागेमा घाउ छिटो भरिन सहयोग गर्छ । आमाको दूध बढाउने र बालबालिकालाई कुपोषण हुनबाट जोगाउँछ ।

लैङ्गिक...

सन् १९८० देखि नै विभिन्न मुलुकले महिलामाथि हुने हिंसाविरुद्धको दिवस मनाउँदै आए पनि सन् १९९९ मा संयुक्त राष्ट्रसंघले यसको अनुमोदन गरेपछि महिलामाथि हुने हिंसाविरुद्धको विभिन्न अभियान सुरु भएको इतिहास छ। नेपालको मन्त्रिपरिषद बैठकले २०७५ साल मङ्सिर २ गते नेपालमा सामाजिक सचेतना सहित लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको अभियान सञ्चालन गर्न सङ्घीय सरकारका मन्त्रालय तथा निकायहरु, सात वटै प्रदेश सरकार, ७७ वटै जिल्ला समन्वय समिति, ७५३ वटै स्थानीय तह एवम् त्यसका वडाहरु सरोकार वाला निकायहरु, सामाजिक संघसंस्थाहरुलाई आह्वान गर्ने निर्णय गरेको थियो । सोही निर्णयअनुसार सबै निकायहरुले विभिन्न कार्यक्रम आयोजना गरी लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियान सञ्चालन गर्दै आएका छन्।

नमस्ते कर्णाली राष्ट्रिय दैनिक
वार्षिक ग्राहक योजना अब तपाईहरुका बिचमा
प्रत्येकलाई उपहार योजना
अब नमस्ते कर्णालीको वार्षिक
ग्राहक भई तुरुन्तै प्राप्त गर्नुहोस:

आकर्षक
भित्ते घडी
यतिमात्र होईन... साथमा
बम्पर उपहार

रंगिन टिभी एकजनालाई

१० जनालाई मोबाइल
सम्पर्कका लागि
प्रधान कार्यालय :
...लपुर, न्यूरोड बाँके फोन नं. ९८४८२४६९०३
शाखा कार्यालयहरु
नेपालगञ्ज बाँके, सिमिकोट हुम्ला, गमगढी मुगु, खलंगा जुम्ला, मान्म कालीकोट र दुनै डोल्पा

विद्यार्थीहरु चौरमा घाम ताप्दै पढ्छन्

■ नमस्ते समचारदाता
जुम्ला, मंसिर/१०

हिमाली तथा पहाडी जिल्लाहरुमा तिहारपछि खुलेका विद्यालयमा विद्यार्थीको पठनपाठन चौरमा हुँदै आएको छ । कक्षामा निकै चिसो हुने भएकाले चौरमा घाम तापेर पठनपाठन गरिएको हिमज्योति माविका प्रधानाध्यापक जयबहादुर धामीले जानकारी बताए । विद्यालय पोसाक अनिवार्य गरिएका कारण कक्षामा बस्दा चिसो बढी हुने भएकाले चौरमा बसेर पठनपाठन गर्दा सहज भएको कक्षा आठका छात्र सन्तोस शाहीले प्रतिक्रिया दिए । उक्त विद्यालयमा पहिलो कक्षाबाहेक अन्य सबै कक्षा चौरमै सञ्चालन हुने गरेको छन् । कक्षाबाहिर पठनपाठन गर्दा हल्ला बढी हुने भए पनि चिसोका कारण बाहिरै बस्न बाध्यता रहेको उनको भनाइ छ । बिहान नौ बजे लाग्ने घाम दिउँसो दुई बजेपछि अस्ताउने गरेकाले पनि चिसो निकै बढेको छ । बालबिकास र अन्य साना कक्षाका विद्यार्थीलाई पहिलो कक्षाबाटै चौरमा पठनपाठन गरिँदै आएको छ । दिनमा तीन घण्टा मात्र घाम लाग्ने लालीगुराँस मावि लिप्नेले चौरमा आगो समेत तापेर पठनपाठन गराउने गरेको छ । उक्त विद्यालयका प्रधानाध्यापक कालीबहादुर महताराले विद्यालय क्षेत्रमा बिहान नौ बजे लाग्ने घाम बाह्र बजेपछि अस्ताउने गर्छ । कर्णाली नदी किनारमा विद्यालय भएकाले हिउँदमा लिप्नेमा थोरै समय घाम लाग्छ । उनले आफ्नो विद्यालयमा पनि सबै कक्षा बिहानबाटै चौर र खेतमा पढाइ भइरहेको बताए । कक्षामा चिसो हुने भएपछि बाहिर आगो बाल्ने ब्यवस्था भने विद्यार्थी आफैँले गर्दै आएका छन् । हिउँदमा कक्षाबाहिर चौरमा पठनपाठन गर्ने विद्यालयको संख्या ४५ भन्दा बढी रहेको शिक्षा विकास तथा समन्वय एकाइले जनाएको छ ।

आइएचआरसीद्धारा निःशुल्क कानूनी परामर्श सेवा

■ नमस्ते समचारदाता
नेपालगन्ज, मंसिर/१०

सुशासन र कानूनको क्षेत्रमा क्रियासिल संस्था सूचना र मानव अधिकार अनुसन्धान केन्द्र नेपालगन्जले निःशुल्क कानूनी परामर्श सेवा शुरु गरेको छ । सोमबार २५ डिसेम्बरका दिन महिला हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियान अन्तरगत यस वर्ष पनि संस्थाले निःशुल्क कानूनी परामर्श सेवा शुरु गरेको हो । सोमबार निशुल्क सेवा लिनेमा पहिलो सेवाग्राही बाँके जानकी गाउँपालिका वार्ड नं. ३ इन्द्रगाउँका ५० वर्षिया रसिदा वानो बेहना रहेकी छन् । विपन्न महिला समेत रहेकी बेहनालाई जिल्ला अदालतमा मुद्दा दर्ताका लागि मिसिल तयार गरी सहयोग गरिएको छ । दिनभरी तीन जनालाई निशुल्क कानूनी सेवा प्रदान गरिएको संस्थाका अध्यक्ष अधिवक्ता विश्वजित तिवारीले बताए । तिवारीका अनुसार समुदायमा रहेका महिला, गरिब, विपन्न, असहाय, मुस्लिम महिलाहरुलाई कानूनसंग सम्वन्धित विभिन्न सेवाहरु प्रदान गरिने छ । १६ दिने अभियानमा विशेष गरी महिलाको कानूनी अधिकार संग जोडिएकाले उनीहरुको सवालमा पैरवी र सामाजिक सेवाको भावनाले उक्त सेवा प्रदान गरिने अध्यक्ष अधिवक्ता तिवारीले जानकारी दिए । संस्थाले विगत लामो समयदेखि समुदायका गरिब विपन्न, तथा अल्पसंख्यक समुदायका नागरिकहरुको कानूनी प्रक्रिया अर्न्तगत, निवेदन, जाहेरी, प्रतिउत्तरमुद्दा लगायतको सेवा प्रदान गर्दै आएको कार्यकारी निर्देशक राकेशकुमार मिश्रले बताए । संस्थाले कानूनको क्षेत्रमा विशेष काम गरिरहेकाले कानूनसंग सम्वन्धित विभिन्न सेवाहरु उपलब्ध गराउदै आएको छ । संस्थाले कानूनी परामर्शसंगै अन्य सरोकारवाला निकायसंगको समन्वयमा सचेतनामुलक अभियानमा पनि जोडिएको छ । संस्थाले समुदायस्तरमा पारलिगल मार्फत कानूनी सचेतना अभियान पनि संचालन गरिरहेको छ । स्थानीयलाई कानूनको बारेमा सचेतना, उनीहरुको स्थानीय सरकारमा पहुँच, सरोकारवाला निकायहरु जस्तै अदालत, प्रहरी, प्रशासनलगायतमा स्थानमा जान सहजीकरण गरिरहेको संस्थाका अध्यक्ष तिवारीले बताएका छन् ।

डोटीमा टिमुरको बेर्ना उत्पादन गर्दै वन कार्यालय

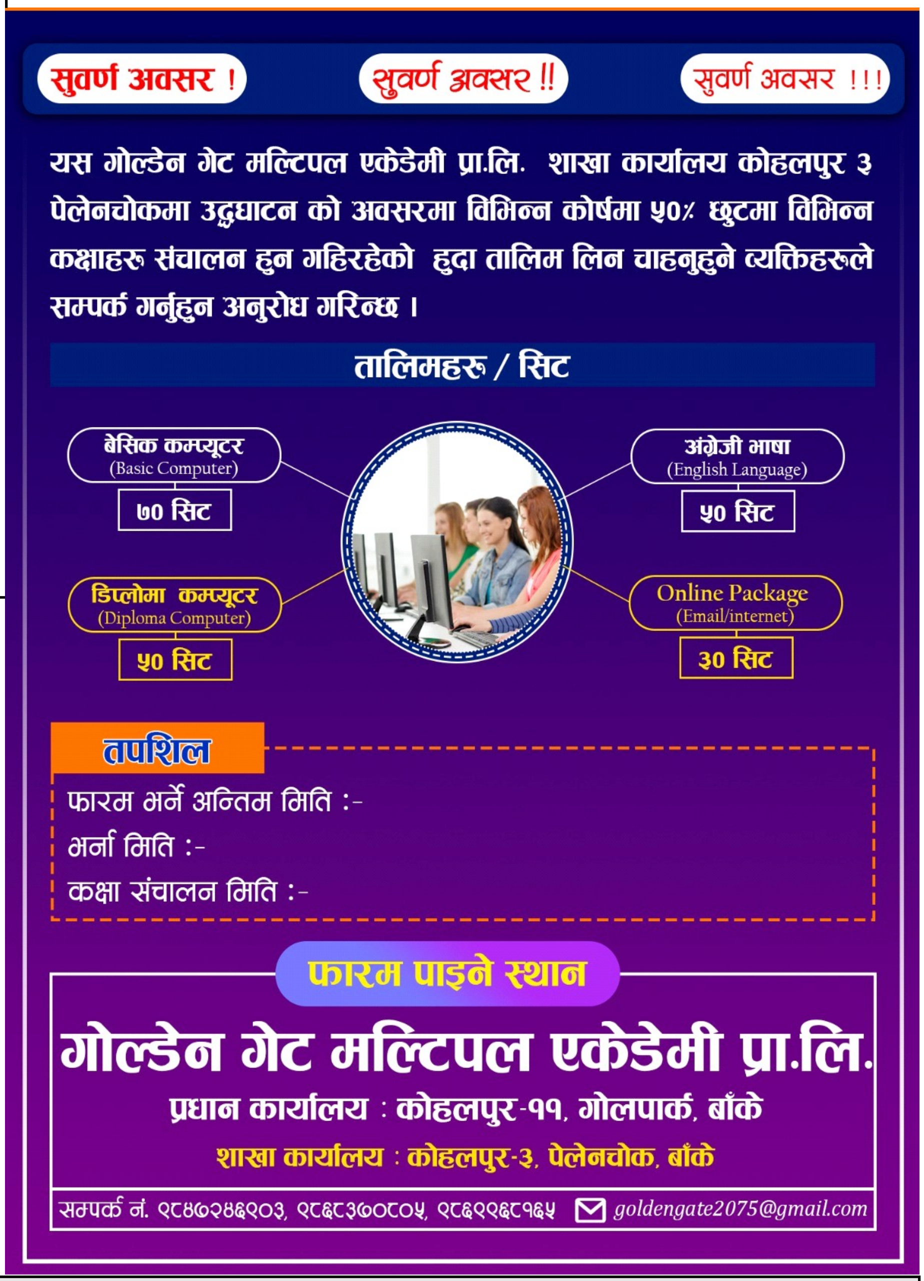
■ नमस्ते समचारदाता
डोटी, मंसिर/१०

डिभिजन वन कार्यालय डोटीले निःशुल्क बिरुवा वितरण गर्ने गरी टिमुरको बेर्ना उत्पादनको तयारीमा जुटेको छ । डिभिजन वन कार्यालयका प्रमुख गोकुल रिजालले विगतमा प्राइभेट नर्सरीबाट बेर्ना किनेर वितरण गर्दै आएकोमा यसवर्ष आफैंले बेर्ना उत्पादन गर्ने तयारी गरेको जानकारी गराए । 'बेर्ना उत्पादनका लागि यतिखेर टिमुरको बिउ सङ्कलन गरिएको छ । पाकेको टिमुरलाई सुकाएर फुटेपछि भित्रको गेडा बिउको रुपमा प्रयोग हुन्छे, पहिलो पटक परीक्षणको रुपमा आफैंले बेर्ना उत्पादनको तयारीमा छौं । बेर्ना तयार गर्न कति समय लाग्छ, हेरौं कत्तिको सफल हुन्छ ।' डिभिजन प्रमुख रिजालले भने । मध्यपहाडी क्षेत्रको हावापानीमा हुने टिमुर जडीबुटी औषधी तथा मसलाको रुपमा प्रयोग हुन्छ । वनजङ्गल, बारीको कान्लामा भएका टिमुरको महत्व नबुझ्दा त्यसै खेर गैरहेको हुन्छ । सामुदायिक वन तथा व्यावसायिक किसानलाई टिमुरका बोट निःशुल्क वितरण गरेर आम्दानीको लाभ लिनका लागि डिभिजन वनले टिमुरका बेर्ना निःशुल्क वितरण गर्ने तयारी गरेको हो । डोटीको हावापानीमा टिमुर राम्रै फल्ने भएकाले यसको व्यावसायिक उत्पादनका लागि आफैंले बेर्ना तयार गरी वितरण गर्नसके धेरैजना लाभान्वित हुने प्रमुख रिजालको भनाइ छ । उनले डिभिजन वनले विभिन्न जातका बिरुवा उत्पादन गरेर निःशुल्क वितरण गर्दै आए पनि अन्य बेर्ना भन्दा टिमुरको बेर्ना उत्पादन गर्न मिहिनेत र समय लाग्ने भएकाले अलि बढी खर्चिलो हुने बताए । 'पहिलोपटक परीक्षणका रुपमा बेर्ना उत्पादन गर्दैछौं, बिउबाट बेर्ना उमार्ने भएकाले कति उम्रिन्छ । सफल भयो भने प्राइभेट नर्सरीबाट किन्नुपर्ने बाध्यता हट्छ । डिभिजन प्रमुख रिजालले भने ।

रुकुमपश्चिममा छोराले चक्कु प्रहार गरी बुवाको हत्या

■ नमस्ते समचारदाता
रुकुमपश्चिम, मंसिर/१०

रुकुमपश्चिममा आफ्नै छोराले चक्चु हानी बुवाको हत्या गरेका छन् । जिल्लाको आठबिसकोट नगरपालिका-१० घारीखोलाका १९ वर्षीय वीर बहादुर केसीले ५१ वर्षीय आफ्नै बुवा दर्बे केसीको हत्या गरेको प्रहरीले जनाएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रहरी निरीक्षक ऋषि पाठकका अनुसार आइतबार बेलुका वीर बहादुरले बुवाको पेटमा चक्कु प्रहार गरेर हत्या गरेका हुन् । बुवाको हत्यापछि उनी फरार छन् । उनको खोजीमा प्रहरी परिचालन भएको प्रहरी निरीक्षक पाठकले जानकारी गराए । स्थानीयका अनुसार बुवाले कान्छी श्रीमती ल्याएको भन्दै पटक पटक विवाद हुने गरेको थियो । बुवालाई चक्कु प्रहार गरेर वीरबहादुर जंगल तिर भागेको बताइएको छ । हत्याको कारण भने अनुसन्धान पछि मात्रै खुल्ने प्रहरीले जनाएको छ ।



नमस्ते कर्णाली
Namaste Karnali National Daily राष्ट्रिय दैनिक
नमस्ते कर्णाली राष्ट्रिय दैनिकका लागि प्रकाशक/ सम्पादक : अशोक भण्डारी ,प्रधान कार्यालय : कोहलपुर-११ बाँके, शाखा:सुर्खेत,हुम्ला,मुगु,कालिकोट,जुम्ला,डोल्पा,बाजुरा
सम्पर्क : ९८४७२४६९०३ इमेल: namastekarnali1@gmail.com मुद्रण: गैरे अपसेट प्रेस (छापाखाना), कोहलपुर, बाँके