'गाउँ गाउँमा सुचना र सञ्चारको लागी हाम्रो अभियान'
www.namastekarnali.com
नमस्ते कर्णाली
Namaste Karnali National Daily राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष १ अंक : १८२ बुधवार १४ फागुन, २०८१ 26 (Wednesday) February 2025 पृष्ठ ४, मूल्य रु : १०।-

उपप्रधानमन्त्री सिंहद्वारा नेपालगन्जमा नवनिर्मित सिटी हलको उद्घाटन

■ सरला सुवेदी
नेपालगन्ज, फागुन/१३

नेपालगन्जमा नवनिर्मित सुविधा सम्पन्न सिटी हलको उद्घाटन उपप्रधान एवम् सहरी विकास मन्त्री प्रकाशमान सिंहले गर्नुभएको छ । नेपालगन्ज उपमहानगरपालिका वडा नम्बर १४, भवानियापुरस्थित नगरकै अहिलेसम्मकै ठूलो क्षमताको यो बहुउद्देश्यीय सिटी हल आज एक भव्य समारोहका बीच उद्घाटन गरिएको हो । सहरी विकास मन्त्रालय, सहरी विकास तथा भवन निर्माण विभाग, सघन सहरी तथा भवन निर्माण आयोजनाको पहलमा निर्माण सम्पन्न भएको यस सिटी हलको ठेक्का निर्माण व्यवसायी लामा कन्स्ट्रक्सनले लिएको थियो। कुल २८ करोड बढी लागतमा सम्पन्न भएको यो सिटी हलमा ७९५ सिट क्षमताको मुख्य हल रहेको छ । त्यसैगरी, तीन वटा साना बहुउद्देश्यीय हल पनि छन्, जसले विभिन्न सभा, सेमिनार, सांस्कृतिक कार्यक्रम, व्यवसायिक गोष्ठी तथा अन्य गतिविधिहरू संचालन गर्न मद्दत गर्नेछ । सिटी हल उद्घाटन पश्चात् उपप्रधानमन्त्री सिंहले सो भवन नेपालगन्ज उपमहानगर पालिकाका प्रमुख प्रशान्त विष्टलाई हस्तान्तरण गर्नुभएको थियो । सिटी हल उद्घाटन समारोहमा मन्तव्य राख्दै उपप्रधानमन्त्री सिंहले यस महत्वपूर्ण पूर्वाधारको सही सदुपयोग गर्नुपर्ने बताउनुभयो । उहाँले सिटी हल नेपालगन्ज तथा आसपासका क्षेत्रहरूको आर्थिक गतिविधि प्रवर्द्धन गर्न मूल्यवान योगदान दिने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो। नेपालगन्ज उपमहानगर पालिकाका नगर प्रमुख प्रशान्त विष्टले सिटी हललाई चाँडै सञ्चालनमा ल्याइने जानकारी गराउँदै यसको संरक्षण र संवर्द्धनलाई पहिलो प्राथमिकता दिने बताउनुभयो । उद्घाटन कार्यक्रममा संघीय सांसद किशोर सिंह राठौर, संघीय सांसद दीपा शर्मा, लुम्बिनी प्रदेशका आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्री आदेश कुमार अग्रवाल, नेपालगन्ज उपमहानगर पालिकाका प्रमुख प्रशान्त विष्टलगायतका गण्यमान्य व्यक्तिहरूको उपस्थिति थियो । सहरी विकास मन्त्रालयका सचिव गोपाल प्रसाद सिग्देलको अध्यक्षतामा सम्पन्न उद्घाटन समारोह भव्य र व्यवस्थित रूपमा सम्पन्न भएको थियो। नेपालगन्ज सुदूरपश्चिम र लुम्बिनी प्रदेशका लागि एक प्रमुख व्यापारिक केन्द्रका रूपमा विकसित हुँदै गएको छ । यस्तो अवस्थामा नयाँ सिटी हलको निर्माणले नेपालगन्जको आर्थिक तथा सांस्कृतिक महत्वलाई अझै बलियो बनाउनेछ । यस सिटी हलमा सरकारी तथा गैरसरकारी कार्यक्रमहरू, व्यापार मेला, सांस्कृतिक गतिविधिहरू, प्रशिक्षण कार्यक्रमहरू, राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलनहरू आयोजना गर्न सकिने हुँदा व्यवसायी, उद्योगपति, कलाकार तथा नीति-निर्माताहरूका लागि यो एउटा प्रभावकारी मंच बन्नेछ । स्थानीय बासिन्दाहरू पनि सिटी हलप्रति निकै उत्साहित देखिएका छन्। व्यवसायीहरूका अनुसार, यो हल सञ्चालनमा आएपछि होटल, रेस्टुरेन्ट, यातायात तथा पर्यटन व्यवसायमा सकारात्मक प्रभाव पर्नेछ। यसले नेपालगन्जको समग्र विकासमा महत्त्वपूर्ण योगदान पुर्‍याउने अपेक्षा गरिएको छ । उद्घाटन समारोह भव्य रूपमा सम्पन्न भए पनि अब मुख्य चुनौती भनेको यसको प्रभावकारी सञ्चालन, उचित व्यवस्थापन र दीर्घकालीन उपयोगिता सुनिश्चित गर्नु हुनेछ । स्थानीय निकाय, व्यवसायी तथा नागरिक समाजले सिटी हललाई एक सफल परियोजना बनाउन सक्दो प्रयास गर्ने प्रतिबद्धता जनाएका छन् ।

नेपाल राष्ट्रिय आधारभूत विद्यालयको ४६औं वार्षिकोत्सव सम्पन्न

जग्गादाताहरू सम्मानित

■ नमस्ते समचारदाता
बाजुरा, फागुन/१३

हिमाली गाउँपालिका-४, बोर्ता गाउँस्थित नेपाल राष्ट्रिय आधारभूत विद्यालयले आफ्नो ४६औं वार्षिकोत्सव भव्य रूपमा सम्पन्न गरेको छ। वार्षिकोत्सव समारोह विद्यालय व्यवस्थापन समिति तथा शिक्षक अभिभावक संघको समन्वयमा आयोजना गरिएको थियो । कार्यक्रमको अध्यक्षता शिक्षक अभिभावक संघका अध्यक्षले गर्नुभएको थियो भने हिमाली गाउँपालिका कार्यालयका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत राज बहादुर भण्डारी प्रमुख अतिथि रहनुभएको थियो । त्यस्तै, गाउँपालिकाका प्रवक्ता एवं वडा नम्बर ४ का अध्यक्ष भीमानन्द पाण्डे विशिष्ट अतिथिको रूपमा उपस्थित हुनुभएको थियो । कार्यक्रममा कार्यपालिका सदस्य हिउकला भण्डारी, वडा सदस्य लालवीर भण्डारी, विद्यालय व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष देउमल भण्डारी, विद्यालयका प्रधानाध्यापक जयराम पाण्डे, तथा शिक्षक बीर बहादुर कार्की लगायत विभिन्न व्यक्तित्वहरूको उपस्थिति रहेको थियो । विद्यालयको वार्षिकोत्सव अवसर पारेर विद्यालयलाई २,२०० वर्ग मिटर जग्गा दान गर्ने व्यक्तिहरूलाई सम्मान गरिएको छ । २०७८ सालमा मौसमी विपद्का कारण पहिरोले गाउँ नै जोखिममा पारेपछि विद्यालयका संरचनाहरू पूर्ण रूपमा क्षतिग्रस्त भएका थिए । नयाँ स्थानमा विद्यालय पुनर्निर्माण गर्न आवश्यक जग्गा अभाव भएपछि स्थानीय कार्की परिवारले विद्यालयको भविष्यका लागि आफ्नो व्यक्तिगत जग्गा प्रदान गर्ने निर्णय गरेका थिए । विद्यालयको पुनर्निर्माणका लागि रत्न कार्की, नन्दरुपा कार्की, आजबीर कार्की, नन्दे कार्की, शेरबहादुर कार्की, जय बहादुर कार्की, नरी कार्की, अंगराज कार्की, आर.एन. कार्की, मानबहादुर कार्की र प्रवजित कार्की लगायत कार्की परिवारका सदस्यहरूले जग्गा प्रदान गरेका थिए । विद्यालय व्यवस्थापन समितिले उनीहरूको योगदानलाई उच्च सम्मान गर्दै प्रशंसा पत्र तथा दोसल्ला ओढाइ सम्मान गरेको हो । वार्षिकोत्सव कार्यक्रमलाई अझ उल्लासमय बनाउन विद्यार्थीहरूले जनचेतनामूलक नाटक, नृत्य तथा गीत प्रस्तुत गरेका थिए । कार्यक्रममा विद्यार्थी, अभिभावक तथा स्थानीय व्यक्तिहरूको उल्लेखनीय सहभागिता रहेको थियो । विद्यालय प्रशासनले स्थानीय समुदायको निरन्तर सहयोगले विद्यालयको गुणस्तर वृद्धि भइरहेको उल्लेख गर्दै आगामी दिनहरूमा थप भौतिक संरचना निर्माणका लागि पहल गरिने प्रतिबद्धता व्यक्त गरेको छ । विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अनुसार शिक्षा नै समाजको विकासको प्रमुख आधार हो, त्यसैले विद्यालयको भौतिक तथा शैक्षिक विकासमा सबै पक्षको निरन्तर सहयोग आवश्यक छ । विद्यालयलाई जग्गा दान गर्ने व्यक्तिहरूको योगदानलाई स्मरणीय मान्दै यस्ता समाजसेवी कार्यहरूले भावी पुस्तालाई शिक्षामा लगानी गर्न प्रेरित गर्ने विश्वास व्यक्त गरिएको छ।

कोहलपुर उपमेयर कप छात्रा क्रिकेटको उपाधि बालशिक्षा माविलाई

■ नमस्ते समचारदाता
कोहलपुर, फागुन/१३

कोहलपुर नगरपालिका आयोजनामा सञ्चालित ७औं उपमेयर कप छात्रा क्रिकेट प्रतियोगिता-२०८१ को उपाधि बालशिक्षा मावि भरैया उचालेको छ । कोहलपुर स्थित प्रस्तावित अन्तर्राष्ट्रिय क्रिकेट मैदानमा सञ्चालनमा रहेकोप्रतियोगिताको मंगलबार लक्ष्मी माविलाई हराउँदै बालशिक्षा मावि भरैयाले उपाधि उचालेको हो । गत फागुन ७ गतेबाट सञ्चालित ७औं उपमेयर कप छात्रा क्रिकेट प्रतियोगिता मंगलबार समापन भएको हो । समापन कार्यक्रममा च्याम्पियन बनेको बालशिक्षा मावि भरैयाललाई कोहलपुर नगरपालिका उपमेयर संगिता सुवेदी र नगर खेलकुद शाखा अध्यक्ष चक्र चिमाला क्षेत्रीले नगर पुरस्कार सहित ट्रफी ,मेडल र प्रमाणपत्र प्रदान गर्नुभएको थियो । च्याम्पियन बालशिक्षा मावि भरैयालारुई नगद पुरस्कार ३५ हजार र २५ हजार बराबरको क्रिकेट किट प्रमाणपत्र,ट्रफी र मेडल प्रदान गरिएको हो । मंगलबार भएको फाइनल खेलमा लक्ष्मी माविले टस जितेर पहिले ब्याटिङ रोजेको थियो। निर्धारित २० ओभरमा ८ विकेट गुमाउँदै लक्ष्मी माविले १०८ रन बनाएको थियो। लक्ष्मी माविले दिएको १०९ रनको लक्ष्य पछ्याएको बालशिक्षा मावि भरैयाले सहजै १७ ओभरमा ६ विकेट गुमाउँदै लक्ष्य पुरा गरेको हो। यो सँगै भरैयाले ४ विकेटले लक्ष्मी माविलाई हराउँदै उपाचि चुमेको हो। यस्तै उपविजेता लक्ष्मी माविले नगद पुरस्कार २० हजार र १५ हजार बराबरको त्रिकेट किट प्रदान गरिएको थियो । प्रतियोगितामा १९ वटा विद्यालयहरुको सहभागीता रहेको थियो । अन्य विभिन्न उतकृष्ट खेलाडीहरुलाई नगद सहित सम्मान गरिएको थियो ।

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 : ९८४७२४६९०३ हुम्ला : ९८६८३९६३३२ मुगु : ९८६८३७०८०५ बाजुरा : ९८६५६६८०९९
कालिकोट : ९८६५६६८०९९
FOLLOW US
: namastekarnali2068@gmail.com
: namastekarnali.com

नमस्ते कर्णालीमा लेख, रचना पठाउन
namastekarnali2067@gmail.com 9847246903

जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइँ सराइँ र सम्बन्ध बिच्छेदलगायतका व्यक्तिगत घटनाहरु भएको ३५ दिनभित्र गाउँपालिकाको सम्बन्धित वडा कार्यालयमा गई दर्ता गराऔं ।
हिमाली गाउँपालिका
धुलाचौर,बाजुरा

गाँजा र मानव स्वास्थ्य

प्रा. डा. सुमनराज ताम्राकार

महादेवलाई पनि मनपर्ने गाँजा र शिवरात्रि त पर्याय जस्तै भइसकेको छ। अर्थात् अन्य बेलामा गाँजा सेवन नगर्ने मानिसहरूले पनि गाँजाको अनुभव लिइहालुँ न भन्ने इच्छा राख्ने वा सेवन नै गर्ने हुन्छ। नियमित गाँजा सेवन गर्नेहरूको त के कुरा भो र? कुनै समय यही गाँजा सेवन गर्न हिप्पी नेपालमा ओइरिएका थिए। बेलाबखत नेपालको संसद्मा सांसदहरूले गाँजाको उत्पादन तथा बिक्री वितरण खुल्ला हुनुपर्ने मागसँगै गाँजाको बहस चर्चामा हुने गर्छ। मनोद्विपकका रूपमा अधिक प्रयोग गरिने शिवको बुटीलाई प्रयोगकर्ताहरू छोटो रूपमा 'जी' भनेर चिनाईन्छ। गाँजाको फुल, फल, पात, डाँठ सबै नशाका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। गाँजाबाटै भाङ, किफ भनिने पाउडर, ह्यासिस तयार गरिने हुनाले यसलाई प्रारम्भिक तत्वका रूपमा लिइन्छ। विश्वका अधिकांश गाँजा सेवन गैरकानुनी नै भए पनि तथा यसलाई लागुपदार्थका रूपमा लिइए पनि अधिक गाँजा सेवन गरिने मुलुकहरूमा जाम्बिया, अमेरिका, क्यानाडा तथा नाइजेरिया पर्दछन्। अमेरिकामा मात्रै सन् २०१३ मा १५ देखि ६५ वर्षका करिब २३ करोड अमेरिकनले गाँजा सेवन गरेको आकलन छ। नेपालमा कति जनाले गाँजा सेवन गरिन्छ कुनै आधिकारिक तथ्यांक छैन भलै अनाधिकृत नै भए पनि शिवालयहरूमा गाँजा सेवनहरूको संख्या अधिक छ। विडम्बना भनौं पछिल्लो समय सवारी चालकहरूमा मादक पदार्थ सेवनमा कडिकडाउ गरिन थालेपछि गाँजा सेवन गरी सवारी चलाउन गरेको घटनामा बढोत्तरी भएको पाइन्छ। मनोद्विपक गाँजाले सोच्ने तथा निर्णय लिने क्षमतामा कमी ल्याउने हुनाले सडक दुर्घटनाको जोखिम ३ देखि ७ गुणाले बढाउँछ। गाँजाको आध्यात्मिक महत्व छ। कतिपय धर्ममा गाँजालाई पवित्र तत्वका रूपमा लिइन्छ। गाँजाबारे अथर्व वेदमा पनि उल्लेख भएको पाइन्छ। धुवाँ, बाफ (भेपोराइज), खानामा मिसाएर, चिया, भोल एवं क्याप्सुलका रूपमा प्रयोग गरिन्छ। धुवाँको रूपमा केही मिनेटमै तथा खाएको आधा घण्टादेखि एक घण्टामा असर देखिन थाल्छ। यसको असर गाँजा सेवन गरेको २ देखि ६ घण्टासम्म रहन्छ। मानसिक एवं भौतिक प्रभाव पार्ने गाँजाको सेवनले मुड परिवर्तन गर्ने र भोक बढाउने गर्दछ। एकाध पटकको गाँजा सेवनले अल्पकालीन रूपमा मुख सुक्खा बनाउने, आँखा रातो हुने, औंला हात खुट्टा चलाउन नसक्ने, स्मरण शक्ति क्षय गराउने, आफु माथि कसैले षड्यन्त्र गरिरहेको भ्रम पाल्ने, चिन्तित हुने वा त्रसित हुने हुन्छ। लामो समय देखिको गाँजा सेवनले लत बस्ने, व्यवहारजन्य समस्या देखापर्ने र गम्भीर खालको मानसिक समस्या विकसित हुने हुन्छ। मनोद्विपक उद्देश्यले गरिने गाँजाको सेवनले तत्काल उत्तेजित बनाउने, उत्साहित हुने, होस खल्बलिने, समय तथा स्थानको हेक्का नहुने, अनावश्यक तवरमा चनाखो बन्ने, यौनेच्छा बढाउने, आराम महसुस गराउने हुन्छ। तर गाँजा सेवनको मात्रा बढी भयो भने शारीरिक बनावट फरक देख्ने, ध्वनि तथा दृष्टि भ्रम हुने हुन्छ। दीर्घसेवनकर्ताको दैनिक जीवनयापनको गुणस्तरमा कमी आउने हुन्छ। गाँजा सेवनपछि धेरै दिनदेखि हप्तौंसम्म रगतमा गाँजाको मात्रा रहिरहन्छ। दीर्घकालीन रूपमा गाँजा सेवनले भौतिक, मानसिक, व्यवहारजन्य एवं सामाजिक स्वास्थ्य प्रतिकूल परिणाम ल्याउँछ। यसको सेवनले कलेजो (मुख्यतः हेपाटाइटिस सी), फोक्सो, मुटु, रक्तनलीसम्बन्धी समस्या ल्याउँछ। गर्भावस्थामा गाँजा सेवनले आमा र बच्चा दुवैमा नकारात्मक असर पुग्दछ। यसको सेवनले धमनीको सुजन गराउने हुन्छ। गाँजा सेवनलगत्तै मुटुको चाल बढाउने हुनाले सेवनको एक घण्टाभित्र हृदयाघात हुने सम्भावना पाँच गुणाले बढ्छ। प्रायः सूर्ती, धूमपान, रक्सी तथा कोकिनसँग गाँजा सेवन गरिने हुनाले बिगार धेरै गर्दछ। यसको जथाभावी सेवनले हृदयाघात, मस्तिष्कघात, एक्कासी मुटुको मृत्यु हुने तथा मुटु फुल्ने समस्या हुनसक्छ। सुर्तीमा जस्तै गाँजामा पनि टार हुने एवं गाँजाको धुवाँ धूमपानमा भन्दा फोक्सोको गहिराइसम्म पुग्ने हुन्छ। गाँजा सेवनले अल्पकालीन तवरमा श्वासनली फुकाउने भएकाले सास फेर्न सजिलो पार्ने भए पनि लामो समयसम्म र अधिक मात्रामा गाँजा सेवन गर्नाले खोकी लाग्ने, बाक्लो खकार आउने, स्वाँ स्वाँ बढ्ने, जीर्ण खालको ब्रोङ्काइटिस हुने हुन्छ। गाँजा सेवनले क्यान्सर गराउँछ भन्ने निश्चित नभए पनि अण्डकोष तथा फोक्सोको क्यान्सर हुन सक्ने देखाएको छ। त्यसो त गाँजालाई लागुपदार्थ वर्गमा राखिएको भए पनि औषधिका रूपमा गाँजा कति सुरक्षित र प्रभावकारी छ विस्तृत अध्ययन भएको छैन। औषधिका रूपमा प्रयोग गरिएमा गाँजा सेवनका फाइदा पनि छन्। क्यान्सरविरुद्ध चलाउने केमोको कारण हुने वाकवाकी एवं उल्टी कम गर्न, एचआईभी तथा एड्सबाट संक्रमितमा भोक जगाउन, लामो समयदेखिको पीडा तथा मांसपेशी पीडा कम गर्न गाँजाको प्रयोग गर्न सकिन्छ। औषधिकै रूपमा प्रयोग गर्दा पनि यसले गराउने सक्ने हानिहरूमा उल्टी हुने, रिँगटा लाग्ने, थकान महसुस गराउने, दुर्व्यसनी बन्ने तथा स्मरण शक्तिको नष्ट गराउने हुन्छ। रगत, पिसाब, कपाल, र्‍याल, पसिनामा गाँजा सेवनकर्ता अंश भेटिने हुनाले सडक दुर्घटना पछि वा अन्य फरेन्सिक (विधि विज्ञान) उद्देश्यका लागि अध्ययन गर्न सकिन्छ। *-अन्नपूर्ण*

औषधि छैन र ?

सुनीलकुमार पौड्याल

मेरा पल्लाघरका छिमेकी जसलाई मानिसहरू उनको वास्तविक नामभन्दा सुलसुले उपनामले बढी चिन्छन्। आजसम्म कहिले फोन नगरेका उनले साँझपख फोन गरे। मैले फोन उठाउनासाथ उनले भने, 'सुपर्णखाजी बोल्नुभा हो ?' मेरो स्वीकारोक्ति उत्तर पाएपछि उनले थपे, 'अहिले ८ बजे तिम्रो मित्रको देशवासीको नाममा सन्देशको प्रत्यक्ष प्रसारण हुन लागेको तिमीलाई थाहा छ ?' मैले थाहा नभएको कुरा जनाएपछि उनले व्यंग्य कसे, 'त्यस्तो घनिष्ट मित्रले पनि थाहा दिएनन् त ?' मैले प्रश्नको रूपमा झर्किंदै जवाफ दिएँ, 'तिमीलाई त्यसको किन चासो ?' फोन राखिदिएँ। अस्तिको उनको भाषणमा मलाई नदेखेकाले म सुन्न गइनँ भन्ने लागेर उनी रिसाएका हुन् कि जस्तो लाग्यो। जे भए पनि मित्रको सन्देश त सुन्नै पर्‍यो भनेर समयभन्दा १५ मिनेट अगाडिदेखि टेलिभिजन खोलेर बसें। अनेक विज्ञापनपछि बल्लबल्ल मेरा मित्र मुस्कुराउँदै देखा परे। नाक र ओठबीच दायाँबायाँ लम्बिएको अलिकति कालो दलेको सेतो उनको जुँगा बिँडबिनाको अलिकति टेढिएको तरबारजस्तो लाग्थ्यो। उनी मुस्कुराइरहेका थिए र उनको मुस्कानमा अहंकारोन्मादको स्थायी बास प्रस्टै बुझिन्थ्यो। एकपल्ट अनिच्छुक नमस्कार प्रस्ट झल्किने गरी मुस्किलले हात उठाएर उनले बोले, 'प्यारा देशवासी !' मसँगै बसेर हेरिरहेको मेरो २० वर्षे छोराले मतिर हेरेर भन्यो, 'जनताको निर्यात गर्ने ती काकाले प्यारा कसरी भन्न सकेका होलान् ?' मैले उनको सम्बोधन छुट्ला भन्ने आसयले उसलाई चुप लाग्ने इसारा गरेर सम्बोधन सुन्न ध्यान केन्द्रित गरें। मेरा मित्र भन्न थाले, 'धेरैले मलाई तानाशाह भन्न र लेख्न थाले। म त प्रजातन्त्रको लागि पहिलेदेखि अहिलेसम्म पनि लडिराखेको मान्छे। म कसरी तानाशाह हुन् सक्छु। अँ, मनपरी गर्न नदिनु मेरो कर्तव्य हो। मेरो परिभाषामा चलिरहेको कुरामा अनावश्यक विरोध गर्नु नैं मनपरी गर्नु हो। अब म ठाउँमा छँदैछु। त्यसमा अर्कोले बिनाकारण विरोध गर्नु मनपरी हो। त्यो मनपरी सहेर बस्न त भएन नि। त्यस्तो विरोधलाई छुट दिन थाल्यो भने समाज भाँडिन्छ। समाज भाँडियो भने देश भाँडिन्छ। यस्तो भाँड्ने क्रियाकलाप कसरी सहने ?' उनले अलिकति पानी खाएर फेरि भन्न थाले, 'एउटा खुसीको कुरा तपाईंहरू समक्ष राख्न चाहन्छु -त्यो के भने, हाम्रो समूहले सकेसम्म समुहलाई चुस्त दुरुस्त बनाउने निर्णय गरिसकेको छ। त्यसका लागि जनबल प्राप्त गर्नै पर्‍यो। जनबल प्राप्त गर्न संख्या बढाउनै पर्‍यो। जनबल बढ्दै गएपछि हामी बलिया हुन्छौं। हामी बलिया भयौं भने हाम्रा कार्यकर्ता सोझै बलिया हुन्छन्। देशको आन्तरिक सुरक्षाको जिम्मा लिएका प्रहरीलाई के गर्ने, कसो गर्ने, कुनबेला कति कडा व्यवहार गर्ने निर्णय तिनले गर्न पाउँछन्। निर्णय दिने कुरामा तिनकै वर्चस्व रहनेछ। नोकरशाहीमा तिनकै सिफारिस चल्नेछ। छोटकरीमा भन्ने हो भने समाजका प्रत्येक क्षेत्रमा तिनकै हालीमुहाली हुनेछ तर हाम्रो प्रतिच्छाया बनेर मात्र, हाम्रो आशय बुझेरमात्र। कथमंकदाचित हाम्रो आशय प्राप्त गर्न ढिलाइ भयो र तिनीहरूबाट त्यस्ता क्रियाकलाप भइहालेछ भने हामी कारबाही गरेजस्तो गरिहाल्ने छौं। यसमा तिनीहरू आत्तिनु पर्ने कुरै छैन। त्यो कारबाही कतैबाट हुने विरोध साम्य नहुन्जेल मात्र हुनेछ। त्यसैगरी मलाई सहयोग गर्ने अर्को समूहका भए पनि उनीहरूलाई पनि केही छुट मैले दिनेछु तर मलाई समर्थन गरुन्जेल मात्र। लौ त भनुँ भने तिनीहरूले मान्छेकै बिक्री गरे पनि म कारबाही हुन दिने छैन। बरू ज्यादै सहयोग गर्नेलाई उच्च पदमा आसिन गराइदिन्छु।' एकछिन उनले फेरि पानी खाए। खल्तीबाट रुमाल झिकेर मुख पुछे अनि अगाडि बढे, 'कतिपय समाचारमा देशबाट युवा शक्ति निखिँदै छ भन्छन्। त्यो फजुल कुरा हो। मेरो समूहमा त बढ्दा छन्। अब इच्छा लाग्ने खुट्टा लागेकाहरू कतै जान्छन् भने तिनका बाउआमाले त रोक्न सक्दैनन् मैले कसरी रोक्ने ? भर्खर एउटा सिंगै गाउँका सबै विदेश लागे भन्ने समाचार आएको रहेछ। पत्रकारहरूले यस्तै फजुल कुरा लेख्ने गरेकाले मैले तिनीहरूलाई कडाइ गर्ने सोचेको छु। एकथरी पत्रकारले करोडौं कमाएर कहाँ कहाँ हो थुपारेको छ भनेर मेरो विरुद्धमा लेखेछ। मलाई दालभात खान त्यत्रो रकम किन चाहियो ? यो सजिलै सबैले बुझ्ने कुरा हो। त्यसैले त म मेराविरुद्ध लेख्ने पत्रकारको कुरा पत्याउँदिनँ।' मेरो छोरोले एउटा पन्नामा लेखेर मलाई देखायो, 'अदालतले करोडौं घुस खाएकोमा सजाय तोकेका व्यक्तिहरूले पनि खाने त दाल भात नैं हो सुन चाँदी त खाँदैनन् नि।' मैले छोरोलाई आँखा तरेर मेरो ध्यान नमोड्न इसारा गरें। उनको भाषण चलिनै रह्यो देशवासी हो ! 'म ज्ञानले भरिपूर्ण भएको मान्छे हुँ। मैले विदेशबाट पाएको विद्यावारिधिको उपाधि नै त्यसको प्रमाण हो। मलाई साहित्य, संगीत तथा कलाको समेत सम्पूर्ण ज्ञान छ।' मेरो छोरोले फेरि लेखेर देखायो, 'भ्रष्टाचार गरेर लुकाउन सक्ने कलामा त पूर्ण ज्ञान प्रमाणित नै छ नि।' मेरो अघिको इसारा उसले बुझेन कि भन्ने लागेर बोलें, 'बाधा नदे।' उनी भाषणमा बकिरहेका थिए, 'मैले नजानेको कुरा केही छैन। अध्यात्मको कुरा होस् कि कर्मकाण्डको, इतिहासको कुरा होस् कि मनोविज्ञानको, भौतिक शास्त्रको कुरा होस् कि दर्शनशास्त्रको। म हरेक विषयमा भाषण गर्न सक्छु। अरू सबै विषय यहाँ उल्लेख गर्न सकिँदैन। जे होस्, छोटकरीमा भन्ने हो भने विश्वका कुनै पनि कुरामा मेरो ज्ञान छ। मजस्तो मान्छे तपाईंहरूले पाउनु तपाईंहरूको सौभाग्य हो। मेरो विरोध नगर्नु नैं तपाईंहरूको लागि भलो हुन्छ। धन्यवाद ! भाषण सकियो र टेलिभिजन बन्द गरिदिएँ।

-अन्नपूर्ण

जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइँ सराइँ र सम्बन्ध बिच्छेदलगायतका व्यक्तिगत घटनाहरु भएको ३५ दिनभित्र गाउँपालिकाको सम्बन्धित वडा कार्यालयमा गई दर्ता गराऔं।

ताँजाकोट गाउँपालिका
हुम्ला

७औं उप-मेयर कप छात्रा क्रिकेट प्रतियोगिताका केही फोटोफिचर

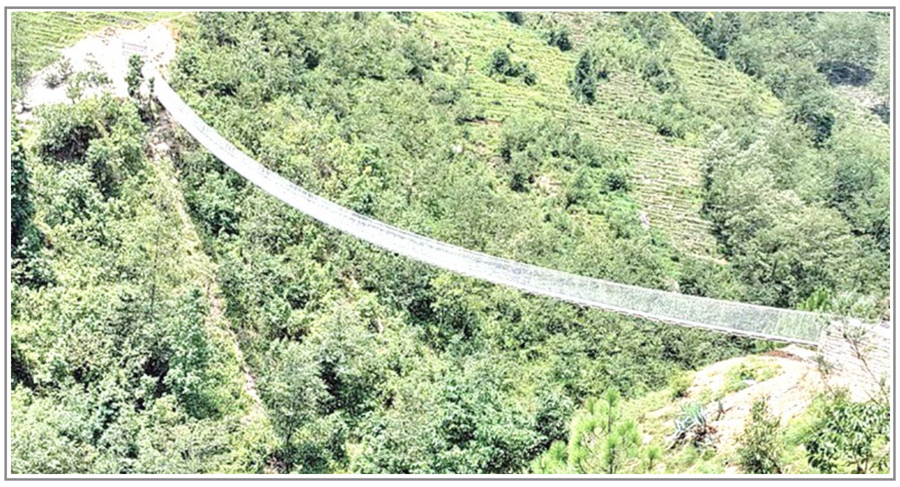
www.namastekarnali.com
जि.प्र.का.बाँके दर्ता नं १६२/०७९/८०
जिल्ला हुलाक नं. २९/०८१-०८२

ज्येष्ठ नागरिकलाई घरमै स्वास्थ्य परीक्षण

नमस्ते समचारदाता
जुम्ला, फागुन/१३

जुम्लाको सिँजा गाउँपालिकाले ज्येष्ठ नागरिकका लागि घरमै स्वास्थ्य परिक्षण गरिरहेको छ । गाउँमै स्वास्थ्य परीक्षण हुने भएकाले ज्येष्ठ नागरिक सो दिन पर्खिरहेका हुन्छन् । गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखाको आयोजना र स्वास्थ्य चौकीको समन्वयमा प्रत्येक महिनाको एक पटक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने व्यवस्था गरिएको हो । सिँजा गाउँपालिका स्वास्थ्य संयोजक ललित रोकायाका अनुसार घरमै गएर सेवा दिने गरिएको जानकारी दिनुभयो । उहाँका अनुसार गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखाले स्वास्थ्य संस्थाहरूसँगको सहकार्यमा डेड वर्षदेखि हरेक महिनाको एक दिन गाउँमा स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आइरहेको जानकारी दिनुभयो । उहाँले ज्येष्ठ नागरिक निःशुल्क घरदैलो परामर्श तथा उपचार कार्यक्रम अन्तरगत ज्येष्ठ नागरिकलाई रहेक स्वास्थ्य संस्थाले महिनाको एक पटक स्वास्थ्य जाँच गर्दै आउनुभएको छ । उहाँहरूलाई घरमै सुगर, प्रेसर, तौल नाप्ने, सरसफाइ शिक्षा तथा गर्भवती सुत्केरीलाई समेत जाँच गर्ने सकारात्मक शिक्षा, सरसफाइका विषयमा सचेतना समेत गरिँदै आउने गरिएको छ । तालिका अनुसार प्रत्यक स्वास्थ्य संस्थाले मासिक एक दिन एक गाउँमा जानुपर्दछ । गाउँमा भेला गराएर बिहान दिउसोको समय मिलाएर सेवा दिने, दिर्घरोगीलाई अस्पताल पठाउने, थप उपचार गर्न माथिल्लो निकायमा पठाउने काम भइरहेको छ । गाउँपालिकाका अध्यक्ष पूर्णप्रसाद धितालका अनुसार ‘उपचार नपाएर थलिएका नागरिकलाई स्वास्थ्य सेवा दिनु हाम्रो उद्देश्य भएकाले दैलोमा स्वास्थ्य सेवा दिन थालेका छौं । गाउँपालिकाले सञ्चालन गरेको यो सेवाले ज्येष्ठ नागरिकलाई घरमै उपचार पाउने सुविधा दिएको छ । हाल गाउँपालिकाका १ देखि ६ वडासम्म ३२ गाउँमा घरदैलो स्वास्थ्य सेवा पुर्‍याउने लक्ष्य रहेको गाउँपालिकाले जनाएको छ । जुम्लाको सिँजा गाउँपालिका-६ काडागाउँकी ८१ वर्षीया कुसा बुढा आफ्नै आँगनमा उपचार पाएपछि निकै भएको बताउनुहुन्छ । दम रोग र श्वासप्रश्वास समस्याले थलिएकी उनलाई स्वास्थ्यकर्मीले घरमै पुगेर निःशुल्क उपचार गरेपछि राहत भइरहेको छ । उहाँका अनुसार स्वास्थ्य चौकी पुग्न डेढ-दुई घण्टा उकालो-ओरालो चढ्नुपर्ने बाध्यता कम भएको ज्येष्ठनागरिकहरू बताउछन् । गाउँपालिकाको समन्वयमा सुरु गरिएको घरदैलो स्वास्थ्य सेवाले ज्येष्ठ नागरिक, गर्भवती, सुत्केरी, अपाङ्गता र विपन्न वर्गलाई समेत विशेष लाभ पुगेको छ । सिँजाको धाँपा स्वास्थ्य चौकी, नराकोट स्वास्थ्य चौकी, देवीडाँडा आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्र, विष्टवाडा आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्र, दाँत आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्र लगायत गाउँपालिका भरिका स्वास्थ्य संस्थाले मासिक एक पटक गाउँमा गएर सेवा दिइरहेका छन् । स्वास्थ्य शाखाका अनुसार विशेष गरी ६० वर्षमाथिका नागरिकका लागि यो कार्यक्रम प्रभावकारी बनेको छ । ‘घरमै पुगेर निःशुल्क जाँच तथा औषधी वितरण गर्न थालिएपछि ज्येष्ठ नागरिकलाई ठुलो राहत पुगेको छ । हालसम्म सयौँ ज्येष्ठ नागरिकले यो सेवाबाट लाभ लिइसकेका छन् । स्वास्थ्यकर्मीहरूले घरमै पुगेर स्वास्थ्य परीक्षण, औषधी वितरण तथा आवश्यक परामर्श दिँदै आएका छन् ।

सोह्र वटा झोलुङ्गे पुल प्रयोगविहीन



नमस्ते समचारदाता
हुम्ला, फागुन/१३

जिल्लाभर सोह्र वटा झोलुङ्गे पुल निर्माण भएर पनि प्रयोगमा आउन सकेका छैनन् । ती पुल अपायक पर्ने स्थानमा निर्माण हुनु र केही स्थानमा सडक सञ्जाल जोडिएका कारण ती पुल प्रयोगविहीन बनेका हुन् । जिल्लाका सातमध्ये छ वटा गाउँपालिकाका १६ वटा झोलुङ्गे पुल हाल प्रयोगविहीन अवस्थामा रहेको सिमकोट गाउँपालिकाका सबइन्जिनियर दान बहादुर रावलले बताउनुभयो । यसरी प्रयोगविहीन अवस्थामा रहेका झोलुङ्गे पुल गाउँपालिका अनुसार नाम्खा गाउँपालिका-६ को हिमाल पारिको गाउँ लिमीको ताक्चीको लिमी कर्णाली नदीमाथि निर्माण भएको झोलुङ्गे पुल प्रयोगमै नआई जीर्ण अवस्थामा रहेको छ । सोही गाउँपालिकाको वडा नं. ५ को तुम्कोटखोलाका दुई वटा झोलुङ्गे पुलको अवस्था पनि उस्तै छ । यता नाम्खा गाउँपालिकाको याल्वाङको चाला जानका लागि कर्णाली नदीमाथि निर्माण भएको पुल पनि प्रयोगविहीन अवस्थामा छ । नाम्खा गाउँपालिकाकै सल्लीखोलामा बनेको झोलुङ्गे पुल पनि प्रयोगविहीन अवस्थामा रहेको छ । उक्त पुल एक वर्षअगाडि निर्माण भए पनि प्रयोगमा आउन सकेको छैन । नाम्खा गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष तकदिर लामाले आफ्नो गाउँपालिकाका झोलुङ्गे पुल प्रयोगविहीन अवस्थामा रहेको स्वीकार गर्नुभयो । उहाँले यसो हुनुमा केही अपायक पर्ने स्थानमा निर्माण भएका र केही सडक सञ्जाल जोडिएका कारण पुल प्रयोगविहीन अवस्थामा भएको उल्लेख गर्नुभयो । उहाँले गाउँपालिकाभित्रका अन्य धेरै पुल प्रयोगविहीन अवस्थामा पुग्ने बताउनुभयो । सिमकोट गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष सुशीला भाम रोकायाले आफ्नो गाउँपालिकाका प्रयोगविहीन पुल अन्यत्र सार्न खोजेको भए पनि स्थानीयले नै नदिएका कारण समस्या भएको बताउनुभयो । सिमकोटले यस्ता प्रयोगविहीन झोलुङ्गे पुललाई आवश्यक पर्ने अन्य स्थानमा सार्न खोजेको थियो । उहाँले प्राविधिक रूपमा राम्रो अध्ययन र आवश्यकतालाई ध्यान नदिएका कारण पनि यी पुल उपयोगविहीन बन्न पुगेका जनाउनुभयो । सिमकोट गाउँपालिका-७ को हेप्का खोलामा दुई स्थानमा निर्माण भएका झोलुङ्गे पुल पनि प्रयोगविहीन अवस्थामा छन् । सिमकोट गाउँपालिकाकै हुमानेखोला र रलिङखोलाको झोलुङ्गे पुल पनि प्रयोगमा आउन सकेको छैन् । खार्पुनाथ गाउँपालिका-१ को छारेको झोलुङ्गे पुल पनि प्रयोगविहीन अवस्थामा रहेको छ भने वडा नं. ५ को याङ्चुखोलाको पुल पनि प्रयोगमा आउन सकेको छैन । सर्केगाड गाउँपालिका-२ को रिपगार्डमा निर्माण गरिएको झोलुङ्गे पुल पनि प्रयोगविहीन छ । चंखेली गाउँपालिकाको सलीसल्लाको कर्णाली नदीमाथि निर्माण गरिएको पुल पनि प्रयोगविहीन छ भने दर्बीमा निर्माण भएको झोलुङ्गे पुल प्रयोगमा आएको छैन । दर्बी नदीमाथिकै मेखाला जाने बाटोको झोलुङ्गे पुल पनि प्रयोगविहीन रहेको छ । ताँजाकोट गाउँपालिका-५ को पैमाखोलाको झोलुङ्गे पुल पनि प्रयोगमा आउन सकेको छैन ।

हुम्लाका आठ सय व्यवसायी कर तिर्दैनन

नमस्ते समचारदाता
हुम्ला, फागुन/१३

हुम्ला जिल्लाका आठ सय भन्दा बढी व्यवसायी र फर्म लगायतका संस्था व्यक्तिहरू कर नतिर्नेमा परेका छन् । संस्था, फर्म र व्यवसाय दर्ता गर्ने र त्यसपछि नवीकरण नगरेको कारण उनीहरू कर नतिर्ने लिस्टमा कर कार्यालयले राखेको हो । जिल्लाभर दर्ता नभएर नवीकरण नगरी कर नतिर्ने संख्या ८८३ रहेको उद्योग वाणिज्य सङ्घ हुम्लाका अध्यक्ष राम बहादुर भण्डारीले बताउनुभयो । यो कर भ्याट र प्यान रहेको छ । यसरी हालसम्म कर नतिर्नेमा व्यक्तिगत फर्म, गैरसरकारी संस्था, सरकारी संस्था, गुम्बा, व्यवसाय, सामूहिक फर्म रहेका छन् । २०६० सालमा दर्ता भएर हालसम्म नवीकरण नभएका संस्थाहरू पनि रहेको परिपत्र कर कार्यालय सुर्खेतबाट सङ्घमा आएको उहाँले बताउनुभयो । पछिल्लो समय विभिन्न सरकारी कार्यालयहरूमा अनुदान लिनका लागि फर्म दर्ता गर्ने तर त्यसलाई नवीकरण नगर्ने संख्या बढी रहेको छ । काम नगरे पछि त्यस्ता फर्म तथा संस्था, व्यवसायलाई रद्ध नगर्नाले पनि हुम्ला जिल्लाका ठुलो संख्यामा कर नबुझाउने संख्या देखिएको हो । कर कार्यालयले हालसम्म कर नतिर्नेहरूका लागि कर छुटको व्यवस्था ल्याएको । फागुन मसान्तसम्म नवीकरण गरेर कर बुझाउन सबैका लागि छुटको अवधि राखेको कारण आआफ्ना व्यवसाय नवीकरण उहाँले आग्रह गर्नुभयो । राज्यले कुनै पनि बेला यसरी छलिएको कर लिने भएको कारण समय मै प्राप्त अवसरलाई नगुमाउन अध्यक्ष भण्डारीले आग्रह गर्नुभयो

गाडीको ठक्करबाट बालकको मृत्यु

नमस्ते समचारदाता
कैलाली, फागुन/१३

कैलालीमा गाडीको ठक्करबाट एक बालकको ज्यान गएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालयका अनुसार लम्कीचुहा नगर पालिका-५ का छ वर्षीय जेनिश विष्टको ज्यान गएको हो । बालकलाई लम्कीस्थित लालरत्न अस्पताल अगाडि सुदूरपश्चिम प्रदेश ०१००१ च ३७४७ नम्बरको यात्रुवाहक गाडीले ठक्कर दिएको थियो । गाडीको ठक्करबाट घाइते बालकको लालरत्न अस्पतालमा उपचारको क्रममा ज्यान गएको जनाइएको छ । उनलाई हिजो भ्यानले ठक्कर दिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक कवीन्द्र सिंह बोहराले बताउनुभयो । गाडीसहित चालक अछामको मङ्गलसेन नगरपालिका-४ का २३ वर्षीय भोजराज केसीलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ ।

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 तुरून्त निभाउने गरौं ।
- छाडा चौपायाहरुलाई नियन्त्रण गरौं ।
- जन्मदर्ता, विवाहदर्ता, मृत्युदर्ता, बसाईसराई, व्यक्तिगत घटनाहरू समयमै नै दर्ता गरौं ।
- आफ्नो तिर्नु पर्ने कर समयमै तिरी जरीवाना बाट बचौ ।
- सभ्य समाजको निर्माणमा सहयोग पुऱ्याऔं ।
- दुर्व्यसनबाट बचौं र बचाऔं, घरेलु हिंसा विरूद्ध डटेर लागौं ।
- सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गरौं । हरेक विकास निर्माणका कार्यहरूमा काँधमा काँध मिलाएर अघि बढौं ।
- पालिकाको हरेक विकास निर्माणका कार्यहरूमा सबै पालिकावासीले सहयोग गरौं ।

कोहलपुर नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
कोहलपुर, बाँके

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