मिसन न्यूज

बेस्ट कर्णाली मिडिया

Mission News National Weekly

राष्ट्रिय साप्ताहिक

www.missionenews.com

भष्ट्राचारीलाई तिरस्कार र इमान्दारीलाई पुरस्कार संस्कृतिको विकास गरौं ।

घुस लिने दिने दुवै उतिकै दोसि हुन ।

नेपाल सरकार

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय

सूचना तथा प्रसारण विभाग

वर्ष-४ | अंक-७ | २०७६ भदौ १८ गते बुधबार | 04 September 2019 Wednesday | मूल्य रु. १०/-

पश्चिम नेपालकै भुस्वर्ग सान्नी त्रिवेणी

मिसन न्यूज

कालिकोट

जिल्लाको सान्नी त्रिवेणी गाउँपालिमा पर्ने त्रिवेणी पाटनले पर्यटकको मन लोभ्याने गरेको छ । त्रिवेणीको काखमा रहेका दर्जनौ पाटनले पर्यटकलाई मोहोनी लगाएको हो । त्रिवेणी आउने पर्यटकले भुस्वर्गको अनुभुति गर्दछन् । पछिल्लो समय त्रिवेणी पश्चिम नेपालकै सुन्दर स्वर्ग बनेको छ । मुम्राको लेकाली क्षेत्रमा रहेको सुन्दर त्रिवेणी पाटनमा पर्यटकहरुको चहलपहलले पर्यटनको आशा जोगाएको छ । प्रायाः सिजन अनुसार नै पर्यटकहरुको त्रिवेणी पाटनमा ओहोरदोहोर हुने गरेको पाइन्छ ।

त्रिवेणी पाटन समुन्द्री सतहदेखि करिव ४ हजार मिटरको उचाइमा रहेको छ । त्रिवेणी पाटन मात्र नभएर त्रिवेणी धामको रुपमा परिणत भएको छ । नेपालको पुर्व मेचि देखि पश्चिम महाकाली सम्मका हजारौ थिर्तालु भक्तजनहरु त्रिवेणी पाटन भएर बडिमालीकाको दर्शन गर्छन् । कालिकोट र बाजुराको सिमा क्षेत्रमा रहेको बडिमालिका मन्दिरको दर्शन गर्न एक दिन एक रात त्रिवेण धाममा वास वसेर भक्तजनहरु जाने गरेका छन् । पाटनबाट तिन वटा मुहान फुटेर तिन वटा खोला बनेपछि तिन खोलाको संगम हुँदा यसको नाम त्रिवेणी राखिएको जानकारहरु बताउँछन् । कर्णालीका सवै जिल्ला र सुदूरपश्चिम

सान्नी त्रिवेणी गाउँपालिका मुम्राको लेकाली क्षेत्रमा रहेको त्रिवेणी पाटन ।

पहाडका बझाङ, बाजुरा, डोटी, वैतडी र अछामको संगमस्थलको रुपमा त्रिवेणी धामलाई लिन सकिन्छ । त्रिवेणी क्षेत्रमा पुग्नै गाह्रो छ तर, पुगेपछि भने पर्यटकका मनहरु पनि रोमाञ्चित हुन्छन् । प्रकृतिका अनेक छटाले धार्मिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र भनिए पनि त्रिवेणी अत्यान्तै दर्शनीय छ । त्रिवेणी पाटनको जुनसुकै भागमा उभिएर हेर्दा पनि मानिसले मनोहर प्रकृतिको विपुल छटाहरूले घेरिएको पाउँछ । विशाल(विशाल गलैंचा ओछ्याइएका जस्तै लाग्ने ठूला(साना पाटनले घेरिएको त्रिवेण हेर्न आएका आगन्तुकको मननै लोभ्याउछ । त्रिवेणीको वरिपरि मिलाएर उमारिएका जस्ता लेकाली वन, पानीको कलकल र अलिपरतिर लस्करै उभिएका पाटनले त्रिवेणीलाई पृथ्वी(तलको स्वर्ग जस्तै कन्चन बनाएको छ । त्रिवेणीले पश्चिम नेपालको धार्मिक(सांस्कृतिक आयाम निकै थपेको छ । विभिन्न प्रजातिका वनस्पति रहेका छन् । त्रिवेणी क्षेत्रमा एक सय भन्दा धेरै विभिन्न किसिमका फूल फुल्छन् र २ सय भन्दा धेरै किसिमका चराचुरुङ्गीहरु छन् सयौं खाले जडिवुटि पनि पाइन्छ । अपार पर्यटकीय सम्भावनासहितको त्रिवेणी पाटनको विकासमा सरकारको ध्यान भने पुगेको छैन । सिजनअनुसार मात्र पर्यटक पुग्ने हुनाले यो क्षेत्रमा बास र खानपिनको प्रबन्ध छैन ।

संरक्षित क्षेत्रको तयारी

त्रिवेणीलाई भावि दिनमा संरक्षित क्षेत्र बनाउने तयारी रहेको सान्नी त्रिवेणी गाउँपालिको तयारी रहेको छ । त्रिवेणी पाटन मात्र नभइ त्रिवेणी धाम रहेको सान्नी त्रिवेणी गाउँपालिका अध्यक्ष

बाँकी ८ पेजमा.....

पलातामा घरदैलो अभियान

मिसन न्यूज

कालिकोट

जिल्लाको पलाता गाउँपाकिलामा घरदैलो अभियान सञ्चालग गरेको छ । पहिला पनि विभिन्न बस्तीमा औपचारिक तथा अनौपचारिक रुपमा घरदैलो, भेटघाट कार्यक्रम गरेको पलाताले यस पटक नमुना अभियानका रूपमा १० दिने घरदैलो अभियान चलाएको हो । ४० जनाको समूह रहेको अभियानमा पलाँता गाउँपालिका अध्यक्ष सहित उपाध्यक्ष, कार्य समिती सदस्य, सम्पूर्ण वडा अध्यक्षको सहभागिता भएका छन् । वडा नम्बर आठबाट सुरु भएको यो अभियान ७,६, ५,४, ३, २, १ हुँदै ९ नम्बर वडामा कार्यक्रम समाप्त हुने अध्यक्ष लक्ष्मण बमले जानकारी दिए । अभियानमार्फत पलाँताको स्थानीय सरकारले जनतालाई सेवा दिनकै लागि स्वास्थ्यकर्मीको टोलिले टोलटोलमा पुगेर सेवा पनि दिएको छ । बिकासका नयाँ कार्ययोजना सुरु गर्न प्राबिधिकहरु अभियानमा छुन भने थप सेवाका लागि भेटेरेनरी कर्मचारी, कृषि प्राबिधिक पनि साथमा रहेको अध्यक्ष बमले जानकारी दिए । घरदैलो अभियानकै शिलशिलामा वडा नम्बर ६ मा रहेको देउली मा. वि. उखाडीमा कृषि कक्षा संचालन उद्घाटन भएको छ भने वडा न. ४ मा आयुर्वेदिक हस्पिटलको समेत उद्घाटन गरिएको छ । जनयुद्धको निक्कै प्रभावित इलाका रहेको र जनयुद्धकालिन सपना पूरा गर्न र पिडामा मलहमपट्टि लाउन पनि यो अभियान थालनी रहेको अभियान टोलिका प्रचार प्रमुख तथा साहित्यकार पूर्णसिंह बम अनुरागले जानकारी दिए ।

स्थानीय तहमा धमाधम एम्बुलेन्स खरिद

मिसन न्यूज

कालीकोट

जिल्लाको रास्कोट नगरपालिकाले एम्बुलेन्स खरीद गरेको छ । नगरबासीको सेवा सुविधाका लागि एम्बुलेन्स खरीद गरिएको हो। एम्बुलेन्स नहुँदा बिरामीलाई अस्पतालमा लैजान स्टेचर, डोको र पिठ्युमा बोकेर लैजानु पर्ने बाध्यता हटेको छ । एम्बुलेन्स नहुँदा बिरामी बोकेर लैजानु पर्ने बाध्यता रहेको अबका दिन त्यो समस्या हल गर्नका लागि एम्बुलेन्स खरीद गरिएको नगरपालिका प्रमुख काशीचन्द्र बरालले बताए । ‘नगरबासीलाई सेबा सुविधालाई ध्यान दिएर एम्बुलेन्स किनिएको हो’ उनले भने,‘अब दिनमा सहज हुनेछ ।’ रास्कोट नगरपालिकामा एम्बुलेन्स नहुँदा बिगतमा जिल्ला बिरामी पर्दा दुई लगाएर बोक्नु पर्ने बाध्यता रहेको अब दिन नगरपालिका भित्र एम्बुलेन्स हुँदा सहज हुने नगर प्रमुख काशीचन्द्र बरालले बताए । ‘विगतमा जिल्ला अस्पतालसम्म बिरामी बोक्न दुई दिन लाग्थ्यो’

रास्कोट नगरपालिकाले खरिद गरेको एम्बुलेन्स

उनले भने,‘अब सडक पुगेको छ। एम्बुलेन्सबाट बिरामी बोक्न सहज हुने छ। ’यसभन्दा अघि जिल्लाका तिलागुफा नगरपालिका र पचालझरना गाउँपालिकाले समेत एम्बुलेन्स खरीद गरिसकेका छन् । यस्तै कालिकोटको पचालझरना गाउँपालिकाले किनेको एम्बुलेन्स कर्णाली प्रदेशका मुख्यमन्त्री महेन्द्रबहादुर शाही आफैंले मंगलबार करिब एक किलोमिटर गुडाएर सेवा सुरुवात गरेका हुन् । मुख्यमन्त्री शाही गृह जिल्लाका विभिन्न स्थानिय तहमा गरिएका कार्यक्रममा सहभागी हुन आएको मौका पारेर पचालझरना गाँउपालिकाले एम्बुलेन्स सेवा सुचारु गरेको हो । जिल्ला सदरमुकाम मान्म बजारस्थित होटल हिलसाइड अगाडिबाट मुख्यमन्त्री शाहीले एम्बुलेन्स चलाएर एक किलो मिटर गुडाए ।

बाँकी ८ पेजमा.....

मान्ममा साइकल यात्री

मिसन न्युज

कालिकोट

साइकल यात्री कर्ण श्रेष्ठको यात्रा कर्णाली प्रदेशमा आइपुगेको छ । खोटाङ्गको दिक्तेल नगरपालिकाबाट यात्रा थालेका श्रेष्ठ नेपालका ५८ वटा जिल्लाहरुको यात्रा सम्पन्न गरि कर्णाली प्रदेश अन्तर्गत ५८ कर्णाली प्रदेशको कालिकोट आइपुगेका छन् । खोटाङ्गको रुपाकोट मझुवागढी नगरपालिका-४ खाल्लेका ३२ वर्षीय श्रेष्ठले खोटाङ्गको हलेसीलगायत देशकै धार्मिक एवं पर्यटकीय स्थल चिनाउने उद्देश्यले २०७५ साल चैत ३ गतेबाट यात्रा थालनी गरेको बताए । ६ महिनामा साइकल यात्राबाटै देशभरीका ७७ वटै जिल्लाको भ्रमण गर्ने योजना रहेको सुनाए । पर्यटन क्षेत्रको विकास गर्न र आत्मनिर्भर बन्नसके मात्रै समृद्धि सम्भव छ भन्ने मान्यताका साथ श्रेष्ठले साइकल यात्रा थालेका हुन् । ’भ्रष्टाचार मुक्त समाजको निर्माण गरौं, धार्मिक एवं पर्यटकीय

बाँकी ८ पेजमा.....

सम्पादकीय...

त्रिवेणीको आशा र भरोसा

सान्नी त्रिवेणीको पदयात्राले कर्णालीको पर्यटन समृद्धितिर आशा जोगाएको छ । नेपाल सरकारले भ्रमण वर्ष २०२० घोषणा गरे पश्चात त्रिवेणीको पदयात्राले पर्यटन क्षेत्रको आशा र भरोसा जोगाएको हो । कर्णाली र देशभर धेरै पर्यटकिय क्षेत्रहरु पर्यटन गन्तव्यमा परेता पनि कालिकोटको त्रिवेणी धाम पर्न सकेन । चालु आर्थिक वर्षमा सम्वन्धित निकायले यो क्षेत्रलाई पर्यटन गन्तव्यमा पार्न आवश्यक छ । यसको सदुपयोग गर्ने हो भने, पश्चिम नेपालको भुस्वर्गकै पहिचान दिने छ। पर्यटन क्षेत्रको प्रचुर संम्भावना बोकेको त्रिवेणीको मुहार फेर्न तिन वटै सरकारको ध्यान केन्द्रित हुन जरुरी छ। भौगोलिक रुपमा केहि चुनौती भएता पनि कर्णालीकै संम्भावना वोकेको सान्नी त्रिवेणी क्षेत्रले हजारौँको संख्यामा पर्यटक तान्ने आशा जोगाएको छ । सिजन अनुसार मात्र पुजापाठ गर्ने प्रचलन भएता पनि यो क्षेत्रमा पटकपटक दर्शालु र पर्यटकको ओहिरो लाग्ने देखिन्छ ।

त्रिवेणीको काखमा रहेका दर्जनौ पाटनले पर्यटकलाई लगाएको मोहोनीले थप संम्भावना देखाएको छ । त्रिवेणी आउने पर्यटकले भुस्वर्गको अनुभुति गर्दछन् । पछिल्लो समय त्रिवेणी पश्चिम नेपालकै सुन्दर स्वर्ग बनेको छ । मुम्राको लेकाली क्षेत्रमा रहेको सुन्दर त्रिवेणी पाटनमा पर्यटकहरुको चहलपहलले पर्यटनको आशा जोगाएको छ। प्रायाः सिजन अनुसार नै पर्यटकहरुको त्रिवेणी पाटनमा ओहोरदोहोर हुने गरेको पाइन्छ । त्रिवेणी पाटन समुन्द्री सतहदेखि करिव ४ हजार मिटरको उचाइ हुनुले झन पर्यटनको संम्भावना देखिन्छ। त्रिवेणी पाटन मात्र नभएर त्रिवेणी धामको रुपमा परिणत भएकाले यसको झन महत्व रहेको छ। नेपालको पुर्व मेचि देखि पश्चिम महाकाली सम्मका हजारौ थिर्तालु भक्तजनहरु त्रिवेणी पाटन भएर बडिमालीकाको दर्शन गर्छन् ।

यो स्वर्गको टुक्रालाई गाउँपालिका,प्रदेश सरकार र संघिय सरकारले वलैमा सोच्नु पर्ने वेला आएको छ। पछिल्लो समय प्रदेश सरकारले भक्तजना वस्ने दूई वटा भवन निर्माण त गरेको छ । तर, थप अन्य संरचनाको आवश्यकता देखिएको छ। यसका लागि गाउँपालिका मात्र होइन, सरोकारवाला सबैले त्रिवेणीको पर्यटन प्रर्वद्धनको लागि लाग्न आवश्यक छ। गाउँपालिकाले पहिलो पटक गरेको पदयात्रा सवैका लागि स्वागतयोग्य छ। त्रिवेणीको मोहोनी लाग्दो सुन्दर ताले धेरै पर्यटकलाई आकर्षण गरेको पाइन्छ। यहाँको थप संरचना र पर्यटन पदमार्ग निर्माण भएमा झनै राम्रो हुने वाला छ। यस क्षेत्रको पर्यटन विकासका लागि जसरी सान्नी त्रिवेणी गाउँपालिले कम्मर कसेको छ, त्यस्तै तिनवटै तहका सकारको पर्यटन विकासमा एकजुट हुनुको विकल्प छैन ।

सान्नी-त्रिवेणीसम्म पदयात्रा

विश्वनाथ सिम्खाडा
कालिकोट

पर्यटन भ्रमणवर्ष सुरु हुन ४ महिना बाँकी हुँदा पर्यटन पत्रकार महासंघ र गाँउपालिकाले पश्चिम नेपालको प्रमुख पर्यटकिय गन्तव्य त्रिवेणी पाटनको पदयात्रा सुरु गरेको छ । पर्यटन वर्ष २०२० लाई सघाउ पु(याउन र आफनो गाँउपालिकामा रहेको प्रशिद्ध प्रर्यटक स्थलको प्रचार प्रसारको लागि प्रर्यटन पत्रकार माहासंघ संग समन्वय गरी पदयात्रा सुरु गरिएको हो । सरकारले २०

लाख पर्यटक भित्राउने लक्ष्य राखेर प्रर्यटन वर्षको रुपमा सन २०२० घोषण गरेपछि योजनालाई सघाउन कर्णाली प्रदेशका पर्यटन सम्बन्धी सरोकारवाला, पर्यटन व्यवसायी, वैदेशिक रोजगार व्यवसायी, सञ्चारकर्मी, नागरिक समाजका अगुवा, राजनीतिककर्मी र सरोकार केन्द्रमा आवद्ध पुरुष तथा महिला गरी २१ जना पदयात्रामा सहभागी थिए। त्रिवेणि धामको प्रचारलाई स्थानीय प्रदेश र राष्ट्रिय तहको बनाई यसको अलौकिक शक्ति र त्रिवेणिधामबाट अवलोकन गर्न सकिने प्राकृतिक तथा जैविक सम्पतिबारेको प्रचार गराउन पदयात्रा अभियानको आयोजना भएको शान्नी त्रिवेणि गाँउपालिका अध्यक्ष डम्मर बहादुर शाहिले जानकारी दिए । उनका अनुसार,उपायाँ डाँडाबाट देखिने दृश्यावलीले बनाउने आश्चर्यता र स्वर्गीय अनुभूतीबारे विभिन्न क्षेत्रका व्यक्तित्वबाट थप प्रचार होस् भन्ने भावना विस्तार गर्न पदयात्रा अभियानलाई महत्व दिइएको हो । 'कम्तिमा त्रिवेत्री क्षेत्रको विकासका लागि सबै क्षेत्रको सहभागिताका लागि प्रर्यटन वर्ष २०२० को पूर्व सन्ध्यामा नंया र सुरुवाति कार्य थालनीको प्रण होस् भन्ने भावनाले पदयात्रा सुरुगरिएको हो' पदयात्रा सुरु हुनु अघि गाँउपालिकामा आयोजित त्रिवेणीको पर्यटन विकासका सम्भावना र चुनौती विषयक कार्यक्रममा बोल्दै शाहीले भने। उनले जैविक र प्राकृतिक महत्वले भरिएको त्रिवेणि पर्यटन मार्फत विकासको मार्गमा डोर्याउन यस्ता अभियान सहयोगी बन्ने पनि बताए । अहिले कच्ची यातायात मार्ग गाँउपालिकाबाट त्रिवेणि धामसम्म पुग्ने गरी पैदलबाटो अभियानलाई गति दिने काम भएको छ । प्रदेश सरकार र स्थानिय सरकारको गरि ५ करोडको लागतमा बाटो, र त्रिवेणि धाम जाने वाटोमै पर्यटकलाई वस्ने बाटो बाटोमा आवास निर्माण भएका छन्। यस्तै विचविचमा पर्यटकीय स्थलहरुको चित्रहरु राखिएको छ । सद्भावनादुत बनाई प्रत्येक दुत मार्फत कम्तिमा प्रतिवर्ष १५ देखि २५ हजार जनालाई त्रिवेणस् धाम पुग्ने वातावरणका निमार्णको योजना अघि सारेको बताए । जैविक सम्पदाको खानी भनेर यो जिल्लालाई लिने गरिएको

बाँकी ८ पेजमा.....

रास्कोटको सन्देश

व्यावसायीक एवं प्रतिस्प्रर्धात्मक कृर्षि प्रणालीद्धारा उच्च एवं दिगो आर्थिक बृद्धि हासिल गरी खाद्या सुरक्षा तथा गरिबी निवारणमा योगदान गर्न कृर्षि उत्पादन एवं उत्पादकत्व बढाई स्वस्थ प्रतिस्प्रर्धात्मक बनाई प्राकृतिक स्रोत वातावरण र जैविक विविधताको संरक्षण, एवं सदुपयोग गरौं।

रास्कोट नगरपालिकाको कार्यालय
कालिकोट

प्रकोप र महामारी सम्बन्धमा

नवजात शिशुलाई छुनु अघि बच्चालाई खाना खुवाउनु अघि खाना पकाउनु अघि खाना खानु अघि चर्पीको प्रयोग गरेपछि साबुन पानीले हात धुने बानी बसालौं।

महावै गाउँपालिका कार्यालय
कालिकोट

वन डढेलो नियन्त्रण सम्बन्धी सूचना

वन डढेलो रोकथाम गर्ने उपायहरुः-

१) वन डढेलोबाट क्षणिक फाईदा मात्र नहेरी डढेलोबाट हुने असरको बारेमा गाउँ, टोलमा चेतना जगाएर ।

२) भौगोलिक अवस्था हेरी सम्भव भएसम्म वन प्राविधिकको सहयोगमा अग्नी रेखा निर्माण गरेर ।

३) वनमा ज्वलनशील पातपतिङ्गरलाई समयमै जम्मा गरी कम्पोष्ट मल वा सोत्तरको रुपमा प्रयोग गरी वन क्षेत्रमा ज्वलनशील वस्तुको संचितीमा कमी ल्याउने ।

४) सामुदायिक वन समूहहरुले वन कार्ययोजना अनुसार वन क्षेत्रको संरक्षण गर्नु महत्वपूर्ण दायित्व हो। संरक्षण कार्य अन्तर्गत वन डढेलो रोकथाम तथा नियन्त्रण कार्य पनि पर्दछ। वन डढेलो लाग्न नदिनतर्फ सचेत रहने, रोकथाम तथा नियन्त्रण गर्न उपभोक्ताहरुमा सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने ।

वन डढेलो नियन्त्रण गर्ने उपायहरुः-

१) सानोतिनो डढेलो लागिहालेमा पानी, हरियो स्याउला, माटो बालुवा आदिले हानेर निभाउन सकिन्छ ।

२) नियन्त्रण गर्न नसकिने डढेलोलाईप्रति अग्नी विधी (Conter Fire Method) अपनाएर जस्तैः आगो आईरहेको दिशातिर पहिले नै आगो लगाई ज्वलनशील वस्तु समाप्त गरी डढेलो नियन्त्रण गर्न सकिन्छ ।

३) अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारहरु (Fire Fighting Tools) जस्तैः दांते (Fire Rake),चेप्टे (Fire Swatter), खुकुरी, सावेल, बन्चरो, बाल्टिन आदि प्रयोग गरेर ।

डिभिजन वन कार्यालय,कालिकोट
कर्णाली प्रदेश,नेपाल

हरितालिका र ऋषिपञ्चमीको महत्व

विनायकप्रसाद धिताल

तीज पर्व भाद्र महिनाको शुक्ल पक्षको तृतीया तिथिबाट सुरु भई पञ्चमी तिथिमा टुंगिने हुँदा समयक्रममा तृतीयालाई तृय, तृयलाई तृजे तृजेबाट तीज उच्चारण भएको बताइन्छ । साथै तीजलाई हरितालिका पनि भनिन्छ । संस्कृत भाषामा ह ृधातुले हरण गर्नु चोर्नु भन्ने बुझाउने कारणले पार्वतीले आफ्नो इच्छाबमोजिम पति रोज्न नपाएको दुःखद अवस्थामा उनका साथीहरू जया, विजया आदिले पार्वतीलाई आफ्ना पिता हिमालयबाट हरण गरी हिन्द महासागरको कन्याकुमारी भन्ने स्थानमा लुकाउन सफल प्रयास गरेका हुँदा र आलिका (अलिं) शब्दले साथीलाई बुझाउने हुँदा साथीलाई सम्मान दिने उद्देश्यले समेत हरितालिका भनिएको बुझ्न सकिन्छ ।

देवी पार्वतीको ब्रत कथा तीज मूलतः हिन्दू नारीहरूको पर्व हो । यद्यपि, यो नारी केन्द्रित पर्व गैरहिन्दू नारीहरूले पनि उत्तिकै उल्लासका साथ मनाउने गर्छन् । धार्मिक हिसाबले तीजको महत्वपूर्ण पक्ष भनेको ब्रत हो । तर, त्यतिमै तीजको अन्य महत्वपूर्ण पक्षहरूलाई संकुचन गर्न मिल्दैन । किनभने तीजले धार्मिक, सामाजिक र सांस्कृतिक पर्वका रूपमा नेपाली समाजले अनादिकालदेखि अत्यन्त प्रेमपूर्वक अँगाल्दै आएको पर्व हो । यसका सामाजिक सांस्कृतिक पक्ष यति बलिया छन् कि तिनलाई अनदेखा गरेर तीज पर्व मनाउने कुरा सोच्न सकिँदैन । नेपाली समाजमा तीजलाई नारीमुक्ति दिवसका रूपमा पनि लिने गरिन्छ । नेपाल विकट भौगोलिक अवस्था भएको मुलुक हो । आज २१औं शताब्दीसम्म आइपुग्दा त नेपालमा एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा सहज रूपमा आवतजावत गर्न मुस्किल छ भने धेरै पहिलेको समयमा अझ कति कठिनाइ थियो होला, सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ । त्यस्तो स्थितिमा बिहा गरेर गएका छोरी चेलीको आफ्नो माइतीघरसँग सम्पर्कविहीन भएर बस्नुपर्ने पीडादायी अवस्था थियो । वर्षमा कमसेकम एकपटक भए पनि माइतीघरसँग पुनर्मिलन हुने अवसर तीज पर्व थियो जसका लागि मनोवैज्ञानिक रूपमै घर र माइती दुवै प्रतिक्षारत हुन्थे । त्यही सांस्कृतिक पक्षको निरन्तरता आजसम्म पनि कायम छ । यद्यपि, समयको परिवर्तनसँगै भित्रिएको विकास र नौलो आधुनिक संस्कृति र विचारले त्यसमा केही प्रभाव पारेको देखिएको होस् । व्रत र धार्मिक अनुष्ठानको साथै तीज नारीका लागि माइतीसँगको भेटघाट मिष्ठान्न परिकार, सुन्दर बस्त्र, गहनाको पहिरन र नाचगानको पर्व हो । यी तीजका अभिन्न सामाजिक र सांस्कृतिक पक्ष हुन् । तीजका नारी भाद्र शक्ल द्वितीयादेखि पञ्चमी तिथिसम्म द्वितीयाको रातमा आआफ्नो रुचिअनुसार विशेष प्रकारका दरिलो अडिलो सात्विक खाना खाने, तृतीयामा निराहार बस्ने पार्वतीले महादेवलाई वर पाउन गरिएको अनुष्ठान र अडानलाई सम्झँदै बिहान सबेरै

नदी वा पायक पर्ने जलाशयमा गएर नुहाउने, रातो सारी, सिन्दूर, चुरापोतेमा सजिएर पशुपति नाथ वा पायक पर्ने अन्यमहादेव स्थानमा गई पूजा गर्ने र नाचगान गर्दै मनोरञ्जन गर्छन् । चौथीमा गणेशको विशेष पूजा र पञ्चमीमा अरुन्धतीसहित कश्यप, अत्रि, भरद्वाज, विश्वामित्र, गौतम, जमदगनी, वशिष्ठ ऋषिको पूजागरी पवित्र ब्राह्मण र कन्यालाई दान दक्षिणा थमाउँछन् । पञ्चमीको दिनमा ३६५ गोटा अपामार्ग अर्थात् दत्युनले दाँत सफा गर्ने, बालुवाको शिवलिंग बनाई टाउका माथि चाल्नो, चाल्नोमाथि कलश अथवा घडा राखेर घडाको पानीले नुहाएर कपालको पानी बालुवाको शिवलिंगमा चुहाउँदै आआफ्नो श्रद्धा भक्तिले उमामहेश्वरको पूजा गर्ने र त्यसपछि ब्राह्मण र कन्यालाई दानदक्षिणा दिने गर्छन् । ऋषिपञ्चमी सुरुहुने केही दिनअघि देखिनै महिला 'तीजको रहर आयो बरीलै' को थेगोमा विभिन्न लय चरणमा घरको बुहार्तन र अस्वस्थ बातावरण बिर्साउन 'तीज मनाउनु माइती घरमा, दसैं मनाउनु आफ्नै कर्मघरमा' भन्नेजस्ता गीतको भावमा नाच्दै रमाउने गर्छन् । तीजका गीतहरूमा प्रायः 'बरीलै' शब्द प्रकट गरिनु चाहिँ सानासाना बच्चाबच्चीको अप्रिय अवस्था 'कठैवरा, कठै विचरा'को संज्ञाले सान्त्वना दिएजस्तै अर्थमा बुझ्न सकिन्छ । विवाहित नारीहरूले घरघरमा बुहार्तन र अव्यवस्था सम्झँदा माइती पक्षका तथा कुनै विशेष अवस्थाका अविभावकले 'कठैवरा, कठैविचरा' भनेकै सम्झनास्वरूप तीजमा घरबाट आउँदा, माइतबाट जाँदाको अवस्थालाई मायालु भावमा सम्बोधन गर्दा कठैबरीलै हुँदै 'बरीलै' थेगो बन्न आएको हुन सक्छ । वर्तमानमा तीज पर्वलाई नारीहरूले धार्मिक पक्षको मान्यतालाई आत्मसात् गर्दै नारी स्वतन्त्रा र हकअधिकारको निमित्त आवाज बुलन्द पार्ने अवसरका रूपमा लिन थालेका छन् । साथै समाजमा देखिएको बेथिति भ्रष्टाचार, अन्याय, बलात्कार, नेता र उच्च पदमा बस्ने व्यक्तिहरूको व्यवहार आदि विषयमा कतै व्यंग्यात्मक त कतै आक्रामक रूपमा गीतमार्फत व्यक्त हुन थालेका छन् । काठमाडौंस्थित पशुपतिनाथलगायतका देशका विभिन्न स्थानका शिवमान्दिरमा सम्भव भएसम्म शिवलिंगको पूजासहित रातो पहेलो निलो बस्त्र, गरगहनामा सजिएर स्वस्फूर्त रूपमा नाचगान गर्दै त्यसैको सहारामा आआफ्ना दुःख र दबिएका भावना र विचारलाई अभिव्यक्त गर्छन् र चेतनाभित्र गुम्सिएर रहेको अव्यक्त पीडालाई अभिव्यक्त गर्छन्, रमाइलो र ठट्टा गर्छन् । एक किसिमको नारी जागरणको अवस्था त्यहाँ देखा पर्छ । विवाहित महिलाले माइतीको आँगनमा घरको बुहार्तन र दुःख बिसाउने पुराना गीत अब लोप भइसके भने पनि हुन्छ । समयको परिवर्तनसँगै चाडपर्व मनाउने शैलीमा पनि परिवर्तन त आउँछ नै त्यसलाई अन्यथा लिनुहुँदैन । तर, परिवर्तनको नाउँमा कुनै पनि चाडको मूल संस्कृतिलाई नै प्रहार गर्ने गरी गरिने गतिविधिमा भने नियन्त्रण हुनैपर्छ । तीज पर्वको सन्दर्भमा पनि अनियन्त्रित किसिमको तडकभडक, भोजभतेर, उत्ताउलोपना पुरुषसँग मिलेर गरिने शृंगारयुक्त भड्किला गीत तथा नृत्य आदिमा भने नियन्त्रण आवश्यक छ । तीजका पुराना गीत घरपरिवार र समाजसँग बढी जोडिएका हुन्थे । जुन सामाजिक संरचना छ त्यही सामाजिक संरचनाभित्रका आशा, निराशा, कुण्ठा, पीडा आदि तिनमा व्यक्त हुन्थे । आजका तीज गीतले भने यथास्थितिबाट उम्किएर सामाजिक बन्धनबाट फुत्किएर महिलालाई नयाँ भूमिकामा स्थापना गर्न जोड दिन्छ । तर, त्यो भूमिका परिवारिक शान्ति र सद्भाव बिथोल्ने हदसम्म पुग्नुहुँदैन भन्ने कुरामा सजगता चाहीँ जरुर चाहिन्छ । त्यसैले गीतका शब्द चयन ध्यान दिनैपर्छ । यसका लागि पहिलो कुरा क्षणिक मनोरञ्जन र स्रोताको ध्यान खिच्नका लागि जथाभावी गीत गाउने होडबाजी बन्द गरिनुपर्छ । अर्कोकुरा पुरुष परनिर्भरताका गीत पनि आजकाल बग्रेल्ती सुन्न पाइन्छ । मेरा पुरुषले मनग्गे कमाउँछन् । त्यसैले म जति पनि खर्च गर्न सक्छु वा उसले दिएको चुरापोते गहना र महँगो साडी लाएर म राम्री देखिएकी छु भन्ने जस्ता परनिर्भरताका भाव बोकेका गीतले निश्चय नै महिला स्वाभिमानलाई संकुचित पार्छ । त्यसको सट्टा 'नारीलाई घरभित्र थुन्ने चलन हट्यो बरिलै, मैले पनि पाल्न सक्छु मेरो आफ्नो पोइ' जस्ता महिला आत्मनिर्भरताका गीत घन्कनुपर्छ । राजधानी

क्षयरोग (टि.बी.) का लक्षणहरु

१. दुई हप्ताभन्दा बढी समयसम्म लगातार खोकी लाग्नु ।

२. साझँ पख सधै ज्वरो आउनु ।

३. खाना खान मन नलाग्नु ।

४. तौल(वजन) घट्नु ।

५. खकारमा रगत देखा पर्नु । यस्ता लक्षण देखा परेमा तुरुन्त स्वास्थ्य संस्थामा गई स्वास्थ्य तथा खकार जाँच गराऔं ।

पलाँता गाउँपालिकाको कार्यालय
कालिकोट

कर्णालीमा तीजको रौनकता

मिसन न्यूज
कालिकोट

कर्णालीमा हरितालिका तीज धुमधामका साथ मनाइएको छ । विगतका बर्षभ्कै यसपालिको तिजमा पनि निकै रौनकताले छाएको हो । देश विदेशका हिन्दू नारी जस्तै कर्णालीका नारीले पनि तीजलाई भव्य स्वागत गरेकि छन् । तीज नारीहरुको लागि एउटा महत्वपूर्ण चाड भएकाले यसलाई विशेष रुपमा मनाउने प्रचलन रहेको छ । यो चाड भाद्र शुक्ल द्वीतिया देखि पञ्चमी सम्म ४ दिन मनाइन्छ । तीजमा भगवान शिवको आराधना गरिनुका साथै नाचगान मनोरञ्जन समेत गर्ने गरिन्छ । नेपाली हिन्दू महिलाहरूद्वारा स्वतन्त्र र आनन्दमय रूपमा मनाइने गरिन्छ । कर्णालीमा तीज अन्य धर्म र जातजातिका महिलाहरूले पनि हर्षोल्लासका साथ मनाउन थालेका छन् ।

कर्णाली प्रदेशको कालिकोट मान्म बजारमा स्थानीय महिला तीजमा रमाउँदै ।

आद्य शक्ति भगवानशिवकी अर्धाङ्गीनी हिमालय पुत्री पार्वतीले भगवान शिवको स्वास्थ्य तथा शरीरमा कुनै वाधा उत्पन्न नहोस् भन्ने विश्वास छ । वर्षौदेखि हरितालिका तिज कर्णालीका हिन्दु नारीहरूले यो पर्व खुसियालीका साथ मनाउदै आएका छन् । कर्णालीको तीजमा माइतीले बाबु आमा, दाजुभाइ छोरी र चेलीलाई घरमा गई लिएर आउने वा बोलाएर मीठामीठा परिकार खुवाउने चलन छ । मनका भावना एवम् सुखदुख साँटासाट गरी एउटै ठाउँमा खाने बस्ने चलन छ । यस दिन विशेष महत्वकासाथ दर खाने गरिन्छ । यहि दर खाने दिन बाट नै तिज पर्वको आरम्भ भएको मानिन्छ । दरमा ठाउँ अनुसार विभिन्न मिठा परिकार साथै खीर, सेलरोटी, केरा लगायतका खाना, फलफुल खाने गरिन्छ । आधुनिकता सँगसँगै यसमा खाइने परिकारमा परिवर्तन आउँदै गएको छ । सामान्यतया दर मध्यरात १२ बजेअघि खाने चलन बसिसकेको छ । भोलिपल्ट दिनभर पानी सम्म पनि नखाई बस्नुपर्ने भएकोले दर खाने दिन राती ढीलासम्म बसेर पेटभरी खाने प्रचलन कर्णालीमा छ । कर्णालीको समाजमा तीज महिलाहरूद्वारा भव्य मनाइने एउटा पर्वको रुपमा परिचित भएको छ ।

मौलिकता हराउँदै

कर्णालीमा तीजको शैली फेरिदैँ गएको छ । विगतको तुलनामा तीजको शैली फेरीदै गएको हो । आधुनिक समाजमा तीजको महत्वलाई जुनरूपले व्याख्या गरिए पनि कर्णालीमा नयाँ शैलीलाई बढी जोड दिइएको पाइएको छ । पुरानो शैलीको तिज मनाउने चलन हराउँदै आएको छ । तीज एक पौराणिक कालदेखि चलिआएको परम्परालाई पनि उत्तिकै प्राथामिकता राखिएको छ । सृष्टि र समाज चल्नको लागि परम्परागत मान्यता अनुसार, महिलाहरू विवाह पश्चात् आफ्नो श्रीमानको साथमा उसको घरमा बसी बाँकी जीवन बिताउनु पर्ने हुन्छ ।

कर्णालीको तीजले मौलीकतालाइ पनि संरक्षण गर्न जरुरी रहेको संचारकर्मी भरतराज बिष्टले बताए । विगतको तुलनामा कर्णालीको पुरानो शैलीको तिज लोभ हुँदै गएको उनले सुनाए । यसरी आफू जन्मेको घर, माता, पिता, भाइबहिनी, इष्टमित्र र समाज चटक्क छोडी पराइघरमा जीवन बिताउँदा आउने माइतिको यादलाई कमी गर्ने शक्ति तीजले दिने गरेको नारी जानकारहरुले बताइन् । तीज एउटा अवसरको महत्वपुर्ण पर्व रुपमा स्थापीत भएको कालिकोट खाँडाचक्र नगरपालिकाकी उपमेयर विजया बिष्टले बताइन् । गरगहना प्रर्दशन गुर्न भन्दा पनि कर्णालीको मौलिकताको संरक्षण गर्न जरुरी भएको बिष्टले बताइन् । कर्णालीमा पनि तीजको अवसरमा महिलाहरूलाई मीठामीठा भोजनका परिकारहरू खुवाइन्छ । नयाँ लुगा कपडा चिटिक्क लगाउने प्रचलन छ । महिलाहरूलाई पराइघरको विभिन्न जिम्मेवारी, तनाव, साथै माइतीको सम्भनाको खाडललाई कम गर्न यो पर्वको ठूलो भूमिका रहेको छ ।

तीज नारीको लागि महा पर्व भएकाले यसको सदुपयोग गर्न आवश्यक रहेको तिला कर्णाली बहुमुखि क्याम्पसकी प्रध्यापक मिठु शाहीले बताइन् । पौराणीक प्रचलनको तीज शैलीलाई संरक्षण गर्दै विकसित शैलीको तीज पनि मनाउनु उचित रहेको प्रध्यापक शाहीले बताइन् । तीजमा विवाहित महिलाहरू आफ्ना पतिको दीर्घायुको कामना गर्दै व्रत बसी नाचगान र मनोरञ्जन गर्छन् । त्यस्तै अविवाहित नारी सुयोग्य वरको आशा राखी व्रत बस्छन् । ब्रतको समयमा महिलाहरूले तीजको ब्रतकथा सुन्ने र समापनमा पूजा लगाई ब्राह्मणब्राह्मणीहरूलाई दान दक्षिणा गर्ने चलन रहेको छ । तीजको व्रत अन्य व्रत भन्दा फरक ढंगले लिइन्छ । पौराणिक कालदेखि चलिआएको तीज पर्व नारीको सुख दुःखको पोख्ने चौतारी बनेको छ ।

स्वास्थ्य सन्देश

उच्च ज्वरो आउँने, खोकी लाग्ने, घाँटी दुख्ने, सास फेर्न गाह्रो हुने भएमा जटिल सरुवा रोगको लक्षण हुन सक्छ । तसर्थ समयमै स्वास्थ्य संस्थामा आई स्वास्थ्य परिक्षण गराउँनुहोस् ।

पचालभ्करना गाउँपालिकाको कार्यालय
कालिकोट

प्रकोप नियन्त्रणको सूचना

मौसम बदलीका कारणले बिभिन्न प्रकार रोग लाग्ने डर भएको हुदाँ सफा र स्वच्छ पानीको प्रयोग गरौं । बासी भिंगा भन्केको खानेकुरा नखाऔं । घर आगन सफा सुग्घर राखौं । स्वस्थ्य जीवन राख्न सधै सफा सुग्घर हुने बानी बसालौं । सफा घर स्वस्थ्य जीवन जिउने आधार हो । सबै त्यसैमा लागौं ।

महावै गाउँपालिकाका
,कालिकोट

मासु व्यवसायी तथा उपभोक्ताहरुमा अनुरोध

– मासुको लागि बध गरिने पशुपन्क्षीहरुको बध गर्नुपुर्व र बध गरी सकेपछि स्वास्थ्य परिक्षण गरौं ।
– बिरामी परेको,मरेको,अस्वस्थ र सडेगलेको मासु तथा मासुजन्य पदार्थ नखाउँ र नखुऔं ।
– पशुपन्क्षी बथ गर्दा तथा मासुको उपयोग गर्दा बैज्ञानिक रुपमा स्वच्छ, सफा र स्वस्थकर तरिका अपनाऔं ।
– खुला रुपमा राखेको र भिंगा भन्केको माछा मासु नखाउँ र नखुवाऔं ।
– माछा मासु राम्ररी पकाएर भित्री भागसम्म राम्ररी पाकेको एकिन गरेपछि मात्र खाऔं ।

तिलागुफा नगरपालिका
कालिकोट

सम्पुर्णमा हाम्रो अनुरोध

नगरपालिकालाई पुर्ण सरसफाइ घोषणा गर्नु पर्ने अभियान थालिएकोले नगरपालिकाका सम्पुर्ण महानुभावहरुलाई उक्त अभियान सफल पार्न आफ्नो घर–घरमा चर्पी बनाई, घर वरपरको बातावरण सफा राखिदिनहुन अनुरोध गर्दछौ ।

खाँडाचक्र नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
कालिकोट

गौहत्या प्रकरण : छानबिन समितिद्वारा गहिरो अध्ययन

मिसन न्यूज
दैलेख

सुर्खेतको कटुकामा दर्जनौँ गाई र गोरु मरेको विषयको अध्ययन गर्न नेपालगञ्ज उपमहानगर

नेपालगञ्जबबाट दैलेख पुगेको छानविन टोली ।

पालिकाले बनाएको छानबिन समिति दैलेख आएको छ। मंगलबार समितिले दैलेखका प्रमुख जिल्ला अधिकारी युवराज कट्टेलसँग भेट गरेको र अन्य विभिन्न स्थानमा सोधपुछ गरेको टोलीले जानकारी दिएको छ । उपमहानगरपालिकाले उच्चबारका अध्यक्ष विकास आचार्यको संयोजकत्वमा गठन गरेको ७ सदस्यीय छानबिन टोली दैलेख आएको हो। टोलीले जिल्ला समन्वय समिति नारायण नगरपालिका शिरिस्थान मन्दिर लगायतका विभिन्न स्थानमा सोधपुछ गरेको टोलीका सदस्य वसन्त गौतमले जानकारी दिए। टोली मंगलबार नै दैलेखबाट फर्किएको छ।

प्रयोगविहिन लाखौंका संरचना

मिसन न्यूज
कालिकोट

जिल्लामा निर्माण गरिएका कृषि उपज संकलन केन्द्र प्रयोगविहीन बन्दै गएका छन्। तत्कालिन जिल्ला कृषि विकास कार्यालय र विभिन्न संघ संस्थाको सहयोगमा निर्माण भएका कृषि संकलन

कालिकोट जिल्लाको खाँडाचक्र स्थित ताडिमा निमार्ण गरिएको संकलन केन्द्र ।

केन्द्र प्रयोगबिहीन बन्दै गएका हुन् । जिल्लाको राष्कोट नगरपालिकाको सान्तिघाट, नरहरिनाथ गाउँपालिकाको खुलालु, तिलागुफा नगरपालिकाको खल्ला, खाडाचक्र नगरपालिकाको ताडि र कृषि ज्ञान केन्द्र नजिकै रहेका कृषि संकलन केन्द्र प्रयोगविहीन भएका छन्। किसानहरूले बारीबाटै सिधै व्यापारीलाई तरकारी बिक्री गर्न थालेपछि निर्माण गरिएका भौतिक संरचना अलपत्र परेका छन् । निर्माण गरिएका संकलन केन्द्र प्रयोगमा नआउदा पशुचौपायको बासस्थान बनेको छ भने कतिपय कृषि संकलन केन्द्रमा घास दाउरा राख्ने, बालबालिका खेल्ने स्थलको रुपमा परिणत भएका छन् । जिल्लामा निमार्ण गरिएको कृषि संकलन केन्द्र निर्माण भएको ७ वर्ष नपुग्दै प्रयोगविहीन बनेको स्थानीय मनि पाण्डेले बताए । संकलन केन्द्र सञ्चालनका लागि प्रयास गरे पनि पर्याप्त मात्रामा कृषिजन्य वस्तुको उत्पादन नहुँदा प्रयोगविहीन भएको उनको भनाई छ । थोरै उत्पादन भएको तरकारी व्यापारी सिधै बारीमै पुग्ने भएकाले लाखौंमा निर्माण गरिएका संरचना अलपत्र परेका छन् । 'सरकारी रकम लगानी भएकाले त्यसलाई अन्य रुपमा सार्वजनिक स्थल

बाँकी ८ पेजमा.....

तरकारी उत्पादनबाट मनग्य आम्दानी

पुष्पराज भट्टराई
कालीकोट

जिल्लाको राष्कोट नगरपालिका-४ का ऐनबहादुर शाही (अपिल) को जीवनस्तर तरकारी खेतीबाट फेरीको छ । मौसमी तथा बेमौसमी तरकारी खेतीले राम्रै आम्दानी दिन थालेपछि शाहीको जीवन एका-एक फेरिएको हो ।

ऐनबहादुर शाहीलाई अहिले रास्कोट बजारमा तरकारी बेच्न भ्याई नभ्याई छ। राष्कोट बजारमा एका बिहानै तरकारी बेच्न ऐनबहादुर र उनकी श्रीमति पदमपुरा शाही विहानै बजार आएर अबेर घर फकिन्छन्। शाहीले उत्पादन गरेको तरकारीले रास्कोट बजारलाई पुऱ्याउस समेत गाहे भएको छ। 'तरकारी खेतीले म आत्मनिर्भर बनेको छु,' शाहीले भने, अहिले बजारमा बन्दा र काउली बेच्दै आएको छु।' मेहनत गरेर तरकारी खेती

गरे कसैसँग ऋण सापट गर्न जानु पर्दैन र रोजगारका लागि खाडी मुलुकमा पसिना बेच्नु पर्दैन । मेहनत गरे घरका खेतबारीमै सुन फलाउन सकिने विश्वास उनको छ । आफ्नो धान रोप्ने खेतबाट तरकारी खेती सुरु गरेका शाहीले अहिले धानबाट भन्दा बढी फाईदा तरकारी खेतीबाट आउने गरेको बताए । तरकारी खेती गरेका ऐनबहादुरले अहिले बार्षिक ३ लाख भन्दा बढी रकम बचत गर्ने गरेको सुनाए । काउली, बन्दा, आलु, प्याज, भिडा, खुर्सानी, फर्सी लगायतका तरकारी उत्पादन गर्दै आएका शाहीले राष्कोटमै तरकारी पुगाउन हम्मे हम्मे भएको बताए । तरकारी खेतीबाटै उनले छोराछोरीको अध्ययन खर्च जुटाइ रहेका छन्। 'धान लगाउने सबै खेतमा अहिले तरकारी खेती गरिरहेकी छु,' उनले भने, रास्कोटमा तरकारीको अभाव र उत्पादनको सम्भावनालाई देखेर तरकारी खेती सुरु गरेका हुँ।' थोरै जग्गामा लगाएको तरकारीले सुरुमै राम्रो आम्दानी दिएपछि उनलाई व्यावसायिक रुपमा तरकारी खेती गर्ने जाँगर बढ्यो। र अहिले उनको तरकारी खेती फस्टाएको छ । 'ज्ञान र सीप पाएपछि आफ्नो मेहनतले अघि बढ्छु'' उनले भने, यस वर्ष तरकारी खेतीबाट ५ लाख रुपैयाँ कमाउने योजना छ । पहिले त पैसा कमाउन विदेश नै जानुपर्छ भन्ने लाग्थ्यो तर अहिले यहीँ बसेर मेहनत साथ खेती गरियो भने विदेशको भन्दा बढी कमाइ गर्न सकिने रहेछ भन्ने अनुभव भएकाले अहिले आफ्नै ठाउँमा तरकारी खेती गरेर बसेको छु शाहीले बताए ।

सम्पुर्णमा हाम्रो अनुरोध

गाउँपालिकामा पुर्ण सरसफाइ अभियान थालिएकोले गाउँपालिकाका सम्पुर्ण महानुभावहरुलाई उक्त अभियान लाई सफल पार्न आफ्नो घर–घरमा चर्पी बनाई, घर वरपरको बातावरण सफा राखिदिनहुन अनुरोध गर्दछौं ।

नरहरिनाथ गाउँपालिका
कालिकोट

महत्वपूर्ण टेलिफोनहरु

कालिकोट जिल्ला अदालत	०८७-४४०१२१	शसस्त्र प्रहरी कार्यालय	०८७-४४०३१३
जिल्ला प्रशासन कार्यालय	४४००१२/४४०११२	राष्ट्रिय वाणिज्य बैक	४४०११९
जिल्ला समन्वय समिति	४४००२१/४४०११४	ग्लोवल आईएमई बैंक	०८७-४४०२७३
जिल्ला प्रहरी कार्यालय	४४००१३/४४०११३	सानीमा बैंक	०८७-४४०१२६
जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय	४४०१३३	एनआईसी बैंक	०८७-४४०१४४
जिल्ला कारागार शाखा	४४००१७	मेगा बैंक	०८७-४४००९८
जिल्ला सरकारी वकिल कार्यालय	४४००२०	निर्धन उत्थान विकास बैक	०८७-४४०२५९
जिल्ला शिक्षा समन्वय इकाई	४४०११६	किसान माइक्रोफाइनान्स	०८७-४४०२६२
कोष तथा लेखा नियन्त्रण कार्यालय	४४०११७	जिल्ला आयुर्वेद कार्यालय	४४०१७९
जिल्ला कृषि ज्ञान केन्द्र	४४०११८/४४०२०९	नापी कार्यालय	४४००१८
जिल्ला निर्वाचन कार्यालय	४४०१४९	मालपोत कार्यालय	४४००१९
नेपाल विद्युत प्राधिकरण	४४०१४७	जिल्ला खेलकुद विकास समिति	४४०००५
नेपाल खाद्य संस्थान	४४०००८	ईश्वर अफसेट प्रेस	०८७-४४०२३९
नेपाल रेडक्रस सोसाइटी	४४०१२५	हिमचुली कृषि सहकारी सस्था	०८७४४०१९७
आपत्कालीन एम्बुलेन्स	९७५८९००१३९	उद्योग बाणिज्य संघ कालिकोट	०८७-४४०१०८
जिल्ला ट्राफिक कार्यालय	९८५८३९०००६	मिसन न्यूज	०८७–४४०२४२
कृषि विकास बैंक कालिकोट	०८७-४४००५९		

मिसन न्यूज राष्ट्रिय साप्ताहिक

भाडामै सिमित स्थानीय तह

मिसन न्यूज
कालिकोट

कर्णाली प्रदेशका अधिकांश स्थानीय तह भाडाकै घरबाट सञ्चालन भइरहेका छन् । स्थानीय सरकार गठन भएको दुई वर्ष बितिसक्दासमेत गाउँका सिंहदरबार भनिने यहाँका अधिकांश स्थानीय तहको आफ्नै भवन नहुँदा बर्षेनी लाखौं रकम भाडामै खर्च हुने गर्छ । दैलेख, कालिकोट र सल्यानका ३० स्थानीय तहमध्ये २४ वटा स्थानीय तहले भाडाकै घरबाट सेवा प्रवाह गरिरहेका

छन् । कालिकोटमा आफ्नै भवन नरहेको स्थानीय तह धेरै रहेका छन् । गाउँपालिका कालिकोटको पलाँता गाउँपालिका अध्यक्ष लक्ष्मण बमले भौतिक संचरना निर्माणमा अन्योल भएको बताए । पलाँता गाउँपालिका मासिक ५० हजार तिरेर भाडाको घरमा बस्दै आएको छ । तैपनि, तत्काल भौतिक संरचना निर्माण गर्न नसकिएको बम बताउँछन् । 'स्थानीय तहका भौतिक संरचना संघीय सरकारले बनाउने भनेकाले हामी त्यसैको पर्खाइमा छौं', उनले भने, 'त्यसैले हामीले अहिलेसम्म भाडाकै घरबाट गाउँपालिका चलाएका छौं, अब भवन बनाउने विषयमा सोच्नुपर्ला ।' जिल्ला सदरमुकाममा रहेको मान्म खाँडाचक्र नगरपालिकादेखि वडा कार्यालयसमेत भाडामा सञ्चालन भइरहेका छन् । सल्यानका स्थानीय तहले पनि आफ्नै भवन बनाउने कुनै योजना बनाएका छैनन् । त्रिवेणी गाउँपालिकाले पनि भाडा तिरेर कार्यालय सञ्चालन गर्दै आएको छ । 'आफ्नै घर बनाउनका लागि डीपीआरको काम भएको छ', त्रिवेणी गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष करुणा खड्काले भनिन्, 'यस आर्थिक वर्ष भवन निर्माणका लागि बजेट विनियोजन हुन सकेन, हामीसँग बजेट अभाव छ । प्रदेश सरकारसँग बजेट मागेका छौं, यदि त्यो बजेट प्राप्त भए आफ्नै भवन बनाउन थाल्छौं ।' बजेट अपुग भएकाले आफ्नै भवन बनाउन नसकिएको उनको भनाइ छ । भाडाका घरबाट जेनतेन सेवा प्रवाह गरे पनि स्थानीयले आफ्नै भवन निर्माण गर्न सुझाव दिएका छन् । भाडाबापत लाखौं रकम खर्च भएको भन्दै यसलाई जोगाउन पनि स्थानीय तहले आफ्नो भवन बनाउनुपर्ने उनीहरूको भनाइ छ । दैलेखका ११ स्थानीय तहमध्ये आठ वटा तहको आफ्नो भवन छैन । कालिकोटका नौवटै तथा सल्यानमा १० मध्ये सात वटा स्थानीय तहले भाडाको घरबाट कार्यसम्पादन गर्दै आएका छन् । १० स्थानीय तहका ८३ वडा कार्यालयमध्ये ४५ वटा वडा कार्यालय भाडाकै घरबाट सञ्चालित छन् । भाडाको घरमा बस्ने हरेक स्थानीय तहले वार्षिक कम्तीमा पाँच लाखभन्दा बढी रकम भाडा तिर्नुपर्ने बाध्यता छ । आफ्नो भवन नबनेका कारण स्थानीय तहले कार्यालय व्यवस्थापन र कर्मचारी आवासका लागि घर भाडामा लिँदै आएका छन् । स्थानीय तहको आफ्नै भवन नबन्दा भाडाका साँघुरा घरबाट सेवा प्रवाह गर्नुपरेको नौमुले गाउँपालिका दैलेखका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत गणेशप्रसाद कोइरालाले बताए । उनका अनुसार गाउँपालिकाले तीन वटा घर भाडा लिएको छ । प्रशासनिक भवन, कर्मचारी आवास र न्यायिक समितिका लागि छुट्टाछुट्टै भवन भाडामा लिएको हो । गाउँपालिकाका लागि आवश्यक पूर्वाधार निर्माण अलमलमा परेको उनको भनाइ छ । यस्तै, चामुण्डा विन्द्रासैनी नगरपालिकाले भाडामा लिएको भवन अपुग हुँदा विद्यालय भवन

बाँकी ८ पेजमा.....

मधुमेह भएकाले केरा खान हुन्छ ?

मिसन न्यूज
स्वास्थ्य

मधुमेह भएको मानिसले आफ्नो आहारामा विशेष ध्यान दिनुपर्छ । जथाभावी खाने गरेमा मधुमेह अनियन्त्रित भएर गम्भीर शारीरिक समस्या आउन सक्छ । विशेषगरी कार्बोहाइड्रेट भएका खाद्यवस्तु खाँदा विचार पुर्‍याउनु आवश्यक छ । यसमा अन्न, तरकारी मात्र होइन फलफूल पनि पर्छन् । मधुमेह रोगीले खान नहुने परम्परागत मान्यता रहेको एउटा फल हो केरा । मधुमेह भएकाले

केरा खानै हुन्न, केरामा कार्बोहाइड्रेटको मात्र धेरै हुन्छ भन्ने सोचाइ छ तर त्यसो हुँदैन । बरु मधुमेह भएका मानिसले थोरै मात्रामा केरा खाने गरेमा त्यसबाट फाइदा मिल्छ । समग्रमा भन्नुपर्दा केरामा स्याच्युरेटेड चिल्लो, सोडियम र कोलेस्टेरोल निकै कम हुन्छ । केरामा शरीरलाई अत्यावश्यक पोषक तत्व भिटामिन बी ६, पोटासियम र म्याग्निजको राम्रो संयोजन हुनेगर्छ । तथापि केही चिकित्सकले मधुमेह रोगीलाई केरा खाँदा विचार गर्न सुझाव दिन्छन् किनभने केरामा क्यालोरीको उच्च मात्रा हुन्छ । एउटा सामान्य आकारको केराको ग्लाइसेमिक इन्डेक्स ११ हुने जानकारी हार्वर्ड हेल्थ पब्लिसिङमा दिइएको छ । रगतको ग्लुकोज मात्रामा खाद्यवस्तुले पार्ने प्रभावलाई ग्लाइसेमिक इन्डेक्सले मापन गरिन्छ । १० भन्दा कम ग्लाइसेमिक इन्डेक्स हुनुलाई राम्रो मानिन्छ । कम चिनी भएका फलफूलको नाम लिँदा स्याउ, अङ्गुर र नासपाती पर्छन् । यसैगरी मेवा र भुईंकटहरमा धेरै चिनी हुन्छ । केरामा केही बढी कार्बोहाइड्रेट भए पनि मधुमेह रोगीले केरा खान चटक्कै छाड्नुहुन्न । किनभने केरामा हुने अन्य पोषक तत्व शरीरलाई चाहिन्छ । मधुमेह नियन्त्रणमा राख्न प्रत्येक छाकमा आफूले कत्तिको कार्बोहाइड्रेट खाइरहेको छु भन्ने हेक्का राख्नु जरुरी छ । मध्यम आकारको एउटा केरामा करिब ३० ग्राम कार्बोहाइड्रेट हुन्छ । यसैबाट आफूलाई कत्तिको मात्रामा कार्बोहाइड्रेट चाहिएको छ र केरा कति खाने भन्ने निर्णय लिनुपर्छ । नस्याच्युरेडेड चिल्लो वा स्वस्थ चिल्लोका स्रोत जस्तो कि बदाम, गेडागुडीसँग केरा खाँदा शरीरलाई बढी फाइदा पुग्छ । रगतको ग्लुकोजमा यसले सकारात्मक प्रभाव पर्ने देखिएको छ । यस अतिरिक्त दहीसँग केरा खाँदा पनि शरीरलाई धेरै राम्रो हुन्छ । विशेषगरी पाचन प्रणालीलाई यसले फाइदा मिल्छ । अनुसन्धानकर्ताले रगतको ग्लुकोजमा काँचो केराको प्रभाव जाँच गरेका छन् । हरियो केरा वा पूरै नपाकेको केराले रगतमा ग्लुकोजको मात्रा खासै नबढाउने पाइएको छ । किनभने काँचो केरामा कम चिनी हुन्छ । साथै काँचो केरामा शरीरले सजिलै पचाउन नसक्ने स्टार्च हुने भएकाले रगतमा ग्लुकोजको मात्रा बिस्तारै वृद्धि हुन्छ । मानिसले दिनमा कति केरा खानुपर्छ भन्ने कुरा उसको शारीरिक क्रियाकलाप र रगतमा चिनीको मात्रामा केराले पार्ने प्रभावमा भर पर्छ । कडा परिश्रम गर्नेले बढी केरा खान सक्छन् । केही मानिसको रगतमा चिनीको मात्रा केरा वा अन्य फलप्रति बढी सम्वेदनशील पनि हुन्छ ।

स्वास्थ्य प्रतिष्ठा, विकास र समृद्धिका लागि पुर्ण सरसफाई

जोखिमपुर्ण अवस्था	पुर्ण सरसफाइका सुचकहरु
१.दिसा गरेपछि २.खाना पकाउन वा तयार गर्नु अघि ३.खाना खानु र सुत्नु अघि ४.बच्चाको दिसा धोइ दए पछि ५.फोहोर धाएपछि	१.चर्पीको प्रयोग घरायसी, संस्थागत र सार्वजनिक २.पानीको प्रयोग सम्वन्धि सुरक्षित ब्यबहार ३.साबुनपानीले हातधुने बानी ४.खाना प्रयोग सम्वन्धि सुरक्षित ब्यबहार ५.सफा घर आगन ६.सफा वातावरण

स्वास्थ्य कार्यालय कालिकोट
कर्णाली प्रदेश, नेपाल

हाम्रो सन्देश

स्वस्थ जीवनको लागि एक छाक भात एक छाक रोटी खाऔं । धान चामलको बढ्दो आयातलाई कम गरि खाद्यान्नमा परनिर्भरता घटाऔं । खेती योग्य बाझों जग्गामा खेती गरि खाद्य संम्प्रभुताको मौलिकहक लाई कार्यान्वयन गरौं, गराऔं ।

शुभकालिका गाउँपालिका
कालिकोट

नेपाली तरकारी युएईमा

मिसन न्यूज

काठमाडौं

किसानले आफ्नो उत्पादनको बजार भाउ नपाउँदा कहिले बारीमा डोजर लगाउनुपर्ने, कहिले गाई-भैंसीलाई खुवाउनुपर्ने त कहिले सडकमा पोखेर विरोध जनाउनुपर्ने बाध्यता छ। कृषिमा युवाको आकर्षण न्युन छ । उब्जनीको उचित मूल्य नपाउँदा कृषितर्फ आकर्षण नहुनु स्वभाविक हो। अब मूल्य नपाएका कारण कृषि उपजहरू खेतमै डोजर लगाउने, सडकमा फ्याँक्नुपर्ने दिन गएका स्टल निर्माणको उद्घाटन हुने छ। कम्पनीले आज तामा, गुन्द्रुक, बोडी, काँक्रो, डल्ले खुर्सानी लगायतका तरकारी युएई पठाएको छ । हाल कम्पनीले साताको दुई पटक आइतबार र बुधबार मागबमोजिमको तरकारी कतार पठाउँदै आएको छ । निर्यातका सुरुआती दिनमा कालिमाटी बजारबाट तरकारी किनेर पठाउने गरे पनि अहिले कम्पनीले प्रत्यक्ष किसानसँगै तरकारी लिँदै आएको छ। उनका अनुसार अहिले उनीहरूले पाँचखाल, थानकोट, सिन्धुली र दहचोकबाट तरकारी

छन्। पहिलोपटक तरकारी विदेश निर्यात गरेको 'अलसमन इन्टरनेसनल नेपाल' कम्पनीले अब युएईमा पनि तरकारी निर्यात गर्ने भएको छ। सेप्टेम्बर ४ अर्थात भोलि बुधबारदेखि युएईमा तरकारी निर्यात गर्न लागिएको कम्पनीका प्रोजेक्ट म्यानेजर कल्याण घिमिरेले जानकारी दिए । 'कतारमा हामीले सन् २०१८ देखि नै तरकारी पठाएका हौं, भोलिदेखि युएईमा पनि नेपाली तरकारी बेचिने भएको छ', घिमिरेले भने। युएईको सारजाहमा रहेको सफारी मलसँग दैनिक ३ देखि ४ हजार केजी तरकारी पठाउने गरी सम्झौता भएको प्रोडक्ट म्यानेजर घिमिरेले जानकारी दिएका छन् ।

अलसमन इन्टरनेसनल नेपालका प्रोजेक्ट म्यानेजर कल्याण घिमिरे। उनका अनुसार कम्पनीले आज नै युएईमा तरकारी पठाइसकेको छ। भोलि सफारी मलको तरकारी डिपार्टमेन्टमा नेपाली तरकारीको ल्याइरहेका छन्। त्यसबाहेक नपुगेको अवस्थामा सहकारी र कालिमाटीबाट पनि किन्ने गरेको उनले जानकारी दिए । किसानलाई फलाएका तरकारी दिन उनले आग्रह गरेका छन् । 'बिचौलियाका कारण हामीलाई सिधै किसानसँग तरकारी लिन गाह्रो भइरहेको छ,' उनले भने 'हामीलाई तरकारी दिनुहोस्, हामी अरूले भन्दा २ रूपैयाँ बढी दिन्छौं।' कतारको बजारमा नेपाली तरकारीको माग अत्यन्तै राम्रो छ । सरकारले मद्दत गरे दिनमै ३ र ४ हजार किलो तरकारी लैजान सक्ने उनी बताउँछन्। 'अहिले तरकारी लैजान कार्गो महँगो र क्वारेन्टाइन चेक ढिलो हुँदा विमानस्थलमा घन्टौं लाग्छ, यसले तरकारी कुहिने समस्या छ।' उनी एक्लैले तरकारी निर्यात गरेका होइन्। उनका साथमा तीन जना छन्। उनले कतारमा पनि 'अलसमन ग्लोबल नेपाल' भन्ने कम्पनी खोलेका छन्।

औद्योगिक उत्पादन घट्यो

एजेन्सी

बेइजिङ

चिनियाँ औद्योगिक उत्पादनसम्बन्धी दुई वटा सर्भेक्षणले चिनियाँ सामानको मागमा कमी आएको देखाएका छन् । अमेरिकासँग व्यापार र प्रविधि प्रकाशित अर्को सर्भेक्षणमा बजार माग सोपेक्षित रुपमा कमजोर रहेको देखाएको छ। अध्ययनमा जुलाईको ४९.७ अंकको तुलनामा पछिल्लो अगस्टमा ४९.७ बिन्दुमा आइपुगेको छ। चिनियाँ निकासीकर्ताहरु अमेरिकी करवृद्धिका अघिल्तिर

विषयमा जारी व्यापार युद्धले चिनियाँ औद्योगिक उत्पादनमा कमी आएको हो । चिनियाँ व्यावसायिक अखबार काइसिनद्वारा विश्लेषणात्मक खरिद सूचकले गत जुलाईको ४९.९ बिन्दुबाट ५०.४ बिन्दुमा पुगेको देखाएको छ। कूल १०० अंक रहेको यस सूचकले पछिल्लोपटक कारखाना उत्पादनमा सामान्य वृद्धि भएको देखाएको छ, तर वार्षिक बिन्दुगत उत्पादनमा कमी आएको देखिएको छ। अखबारका अनुसार कारखानबाट उत्पादित वस्तुको मागमा व्यापक कमी आएको छ। शनिबार नै चिनियाँ औद्योगिक समूह चाइना फेडेरेसन अफ लजिस्टिक एन्ड पर्चेजिङद्वारा संघर्षरत देखिएका छन् । जुलाईमा चिनियाँ सामानको अमेरिका निकासीमा ६.५ प्रतिशतले कमी आएको छ। चीनको सबैभन्दा ठूलो बजार अमेरिका हो । अमेरिका र चीनले आइतबार मात्र एकअर्का मुलुकका अर्बौं डलर बराबरका सामानमा करवृद्धि गरेका छन्। चीनले निर्माण क्षेत्रमा सरकारी लगानी बढाएर आर्थिक वृद्धिलाई निरन्तरता दिने प्रयत्न थालेको छ । चीनमा अघिल्लो वर्षको तुलनामा यस वर्षको जुन महिनासम्म आर्थिक वृद्धि ६.२ प्रतिशत मात्र रहेको छ। विगत २६ वर्षमा चीनको यो सबैभन्दा न्यून आर्थिक वृद्धि हो।

साताको भाग्यफल

मेष :	प्रतिस्पर्धीहरू पछि हट्नाले काममा उत्साह जाग्नेछ। व्यापारमा राम्रो आम्दानी हुनेछ। प्रियजनसँग रमाइलो भेटघाट हुनेछ। मिहिनेत गर्दा राम्रै उपलब्धि प्राप्त हुनेछ। अध्ययनका सन्दर्भमा रमाइलो यात्रा हुन सक्छ। आतिथ्यपूर्ण सम्मान र स्वादिष्ट भोजनको आनन्द प्राप्त हुनेछ।
वृष :	सुरुमा घरेलु समस्याले काममा अल्झाउन सक्छ। अध्ययनमा पनि त्यति समय दिन नसकिएला। मंगलवारदेखि स्थितिमा सुधार आउनुका साथै विभिन्न अवसर आउनेछन्। प्रतिस्पर्धाको दौडमा सहयात्रीहरूलाई उछिन्न सकिनेछ। कामका बाधाहरू स्वतः हट्नेछन्।
मिथुन :	सुरुमा अस्वस्थता र घरेलु समस्याले काममा बाधा हुन सक्छ। आफ्ना कमजोरी बाहिरिनाले अवसरवादीहरू जुर्मुराउनेछन्। मंगलवारदेखि स्थितिमा सुधार आउनेछ। अध्ययनमा रुचि बढ्नुका साथै जेहेन्दार विद्यार्थीहरूको सपना पूरा हुनेछ। मिहिनेतले सफलताको उचाइमा पुर्‍याउन सक्छ।
कर्कट :	प्रारम्भमा विभिन्न अवसर प्राप्त हुनेछन् भने पहिलेको नतिजाले पनि उत्साह जगाउनेछ। मिहिनेतले नाम, दाम र इनाम दिलाउनेछ। मंगलवार र बुधवार भने आफ्नैबाट धोका हुन सक्छ। बेसुरमा दिएको वचनले पनि समस्या निम्त्याउन सक्छ।
सिंह :	यो साता मध्यम फलदायी रहनेछ। सुरुमा विवादास्पद जिम्मेवारी आउनाले मानसम्मानमा आघात पर्न सक्छ। आलोचकहरूले पनि दुःख दिन सक्छन्। मंगलवारदेखि सहयोगीहरू जुट्नाले धेरै काम बन्नेछन्। मिहिनेतले सफलताको उचाइमा पुर्‍याउन सक्छ।
कन्या :	इच्छाशक्ति बढ्नाले लक्ष्य प्राप्ति हुनेछ। रमाइलो जमघटका बीच स्वादिष्ट खानपानको आनन्द प्राप्त हुनेछ। अध्ययनमा प्रगति हुनेछ भने ज्ञानलाई निखार्ने अवसर जुट्नेछ। सुखद् समाचारले काममा उत्साह जगाउनेछ। मिहिनेतले सफलताको उचाइमा पुर्‍याउन सक्छ।
तुला :	प्रारम्भमा खर्चिलो काम गर्नुपर्ने हुँदा अलि धेरै रकम जोहो गर्नुपर्ला। तापनि पछिका लागि लगानी गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ। मंगलवारदेखि स्थितिमा सुधार आउनेछ भने कर्मयोगले उचाइमा पुर्‍याउन सक्छ। आफन्तसँगको भेटघाटले आनन्द प्राप्त हुनेछ। अध्ययनले पनि प्रगतिको मार्ग अवलम्बन गर्नेछ।
वृश्चिक :	सुरुमा उठ्नुपर्ने रकम हातलागी हुनेछ र आम्दानी बढ्नेछ। तर खर्च समेत बढ्नाले अर्थ अभाव देखा पर्न सक्छ। रोकिएका काममा दोहोर्‍याएर प्रयत्न गर्नुपर्ला। आफ्नो मिहिनेतबाट अरूले फाइदा उठाउन सक्छन्।
धनु :	प्रतिष्ठित काम गर्दै कीर्तिमानी हासिल गर्ने समय छ। कर्मयोगले उचाइमा पुर्‍याउनेछ। कामको सन्दर्भमा वरिष्ठ व्यक्तिहरूसँग मित्रता बढ्नेछ। मिहिनेतले कीर्तिमानी समेत दिलाउन सक्छ। बुधवारसम्म राम्रै आम्दानी हुनेछ।
मकर :	प्रारम्भमा अरूको हस्तक्षेपले काम रोकिन सक्छ। तापनि दोहोर्‍याएर प्रयत्न गर्दा मंगलवारदेखि स्थितिमा सुधार आउनेछ। अध्ययनमा प्रगति हुनेछ भने कामको सन्दर्भमा विशिष्ट व्यक्तिसँग भेटघाट गर्ने अवसर जुट्नेछ।
कुम्भ :	प्रारम्भमा परिस्थिति अनुकूल नदेखिए पनि मिहिनेतले बिस्तारै सफलताको खुड्किलो चढ्न सकिनेछ। बुद्धिको उपयोगले चुनौतीहरूलाई पन्छाउन सफल भइनेछ। प्रयत्न गर्दा भाग्यले साथ दिनेछ। नयाँ काम तथा सीप सिक्ने अवसर प्राप्त हुनेछ। पुरुषार्थले कीर्तिमानी दिलाउन सक्छ।
मीन :	सुरुमा प्रियजनसँग रमाइलो भेटघाट हुनेछ। उपहार तथा आतिथ्यपूर्ण सम्मान पाइनेछ। मंगलवार र बुधवार भने शारीरिक तथा मानसिक रूपमा कमजोर भइनेछ। अर्थअभावले कामको योजना रोकिन सक्छ। बिहीवारदेखि स्थितिमा सुधार आउनेछ र भाग्यले साथ दिनेछ।

प्रयोगविहिन..

बनाई प्रयोग गर्न सकिन्थ्यो । तर सबैतिरबाट बेवास्ता हुँदा सरकारी रकमको दुरुपयोग भएको छ ।' केहीवर्षअघि खाडाचक्र नगरपालिकाको ताडिमा रहेको संरचना जिर्ण रहेको छ। त्यस्तो त व्यापारीक मुख्य ठाउँमा निर्माण गरिएकासम्पूर्ण टहरा बेवारिसे अवस्थामा पुगेका छन्। संकलन केन्द्रमा सरकारी निकाय र स्थानीयबासीको ठूलो लगानी भए पनि उक्त लगानी खेर गएको छ। यस्तै २०६९ सालमा झन्डै १० लाखको लागतमा खाडाचक्र नगरपालिका-३ ताडिमा निमार्ण गरिएको संकलन केन्द्र पनि अलपत्र परेको छ। २०६९ सालमा निमार्ण गरिएको दुई कोठे भवन अलपत्र अवस्थामा रहेकाले यहि साउनबाट आफुले होटल गरेर बसेको मनराज पाण्डेले बताए । उनले भने, 'कोठामा पशुचौपायाको मलमुत्र मात्र थियो, १ हप्ता लगाएर सफा गरे १० हजार खर्च गरेर झ्याल ढोका हालेर अहिले होटल गरेको छु।' तरकारी राख्नका लागि बनाएको कति भए भवनको हावाले छाना उडाएको छ भने ढलान उप्किदै गएको स्थानीय कृषकको भनाई छ।

भाडामै सिमित.........................

हडपेर दैनिक कार्यसम्पादन गर्दै आएको छ । भैरवी गाउँपालिकाका इन्जिनियर हीरासिंह थापाका अनुसार सबै वडाको भवन निर्माणका लागि एक करोड ८६ लाख विनियोजन गरिएको छ। तर, जिल्लाका नारायण, दुल्लु नगरपालिका र महाबु गाउँपालिकाको आफ्नै भवन छन्।

केन्द्र टुंगो लगाउन नसकेका र जनप्रतिनिधिबीच विवाद रहेका स्थानीय तहले आफ्नै भवन बनाउनेतर्फ जाँगर देखाएका छैनन् । दैलेखको ठाँटीकाँध गाउँपालिकाका अध्यक्ष धीरबहादुर शाहीले जग्गा नहुँदा भवन बनाउन नसकिएको बताए । जग्गाको टुंगो लागेपछि मात्र भवन निर्माणको योजना बन्ने उनको भनाइ छ। यो गाउँपालिकाले कार्यालय भाडाबापत वार्षिक आठ लाख रुपैयाँ तिर्ने गरेको छ । 'गाउँपालिकाको केन्द्रमा गतिला घर छैनन्', अध्यक्ष शाहीले भने, 'जीर्ण घरबाटै गुजरा चलाइरहेका छौं, जग्गा भेटिएपछि आफ्नै भवन बनाउने सोच छ । कमिसनका लागि होइन, बाध्यताले भाडामा बसेका हौं।'

मान्ममा साइकल.......................

क्षेत्रको प्रबर्द्धन गरौं,' नाराका साथ आफ्नै खर्चमा यात्रामा निक्लिएका श्रेष्ठले समृद्धिको मुख्य आधार शिक्षा भएकाले दुई खाले शिक्षा नीति अन्त्य गरी व्यवहारिक र प्राविधिक शिक्षाको आवश्यक्तामा जोड दिए। शिक्षाका नाममा व्यापार, सुशासनका नाममा असमानता, विकासका नाममा मौलाएको भ्रष्टाचार र अनियमितता तथा कानुन पालना एवं कार्यान्वयनमा हुने गरेको विभेद देखेर त्यसविरुद्ध जागरण ल्याउन साइकल यात्रामा निक्लिएको साइकल यात्री श्रेष्ठले बताए। देशको चिन्ता टाउकोमा र माया छातीमा राखेर साइकलबाट नै देशको सबै जिल्ला घुम्न सकिने सन्देश दिन पनि देश दौडाहामा हिंडेको उनको भनाई छ। स्नातक गरी फोटो स्टुडियो र किराना पसल सञ्चालन गरिरहेका श्रेष्ठ साइकल यात्रामार्फत् पर्यटकीय क्षेत्र र धार्मिक स्थलहरु चिनाउन तथा भ्रष्टाचारविरुद्ध नेपाली जनतालाई एकजुट बनाउन उपयुक्त माध्यम लागेकोले देश भ्रमणमा निक्लेको बताउँछन्। श्रीमतीलाई वृद्ध बुवाआमा र नाबालक दुई छोराको जिम्मेवारी सुम्पिदै यात्रामा निक्लिएका श्रेष्ठलाई देशको हालतबारे निकै चिन्ता लाग्ने गरेको बताए । सरकारको मूल नारा 'समृद्ध नेपाल, सुखी नेपाली' बाट समेत प्रभावित श्रेष्ठले प्राविधिक एवं व्यवहारिक शिक्षा लागु गरेर स्थानीय साधन स्रोत परिचालन गरे मुलुक समृद्ध हुने बताए। सरकारको अभियानमा यात्राले सहयोग पुग्ने बताएका उनले नेताहरुको बोली र व्यवहार समान हुनुपर्ने तथा चुनावी घोषणापत्र अनुसार काम हुनुपर्ने जिकिर गरे ।

स्थानीय तहमा.........................

एम्बुलेन्समा गाउँपालिका अध्यक्ष खड्गराज सेजुवाल, जिल्ला समन्य समिति सदस्य ऐना शाही र पत्रकारहरु चढेका थिए । मुख्यमन्त्री शाहीले एम्बुलेन्स चलाएको हेर्न ठूलै घुइँचो लागेको थियो। मुख्यमन्त्री शाहीले कर्णाली प्रदेश सरकारले पनि कालिकोटका लागि दुई वटा एम्बुलेन्स खरिद गरेको जानकारी दिए। कुनै बिरामीलाई एम्बुलेन्स नभएर स्ट्रेचर र डोकामा बोक्नु पर्ने अवस्था अन्त्य भएको दाबी गरे । पचालझरना गाँउपालिका अध्यक्ष खड्गराज सेजुवालले जनप्रतिनिधिका लागि गाडी किन्न छुटयाइएको बजेटबाट एम्बुलेन्स किनिएको बताए । राजश्व छुट सहित १२ लाखको लागतमा एम्बुलेन्स खरिद गरिएको हो ।

'भष्ट्राचार विरुद्धको सहकार्य:सुशासनको लागी अपरिहार्य'

कुनै सार्वजनिक जवाफदेही पदमा बहाल रहेको व्यक्तिले भष्ट्राचार गरी अख्तियारको दुरुपयोग गरेमा देहायको ठेगानामा पत्राचार, ईमेल, फोन वा फ्याक्स गरी भष्ट्राचार नियन्त्रण र सुशासन प्रबर्द्धनमा सहयोग पुऱ्याउन हुन अनुरोध छ ।

सर्म्पक ठेगाना

अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगको कार्यालय,सुर्खेत
फोन नं.०८३-५२५३७४,०८३-५२३१७८,०८३-५२१९६०
फ्याक्स नं. ०८३-५२३८८४
२४ सै घण्टा उपलब्ध हुने मोवाइल नं. ९८५८०५३४२२
ईमेल नं. ciaasurkhat@gmail.com

पश्चिम नेपालकै भुस्वर्ग...........................

डम्वरबहादुर शाही (डिवि) ले बताए। यस क्षेत्रलाइ आगामी दिनमा संरक्षित क्षेत्रको रुपमा घोषणा गर्ने तयारी रहेको अध्यक्ष शाहीले बताए। सान्नी त्रिवेणी मात्र नभइ देशकै ठुलो सम्पतीको रुपमा लिन सकिने अध्यक्ष शाहीले बताए। यस क्षेत्रमा कस्तुरी, बाघ, घोरल जस्ता बन्यजन्तु र दुर्लव पंक्षि रहेका छन् । पछिल्लो समय यहाँका व्यवसायीहरूले विकासका लागि व्यक्तिगत र संस्थागत प्रयास थालेका उद्योग बाणिज्य संघ कालिकोट महासचिव तिलबहादुर शाहीले बताए । त्रिवेणी जाने चलनचल्तीको बाटो कालिकोटको सदरमुकाम मान्म हुँदै सान्नीको मेहलमुडी र मुम्रा भएर जान्छ । विमान वा बसबाट बाजुरा,लगाएतका अन्य जिल्ला भएर पनि जान सकिन्छ । मान्मबाट बिहानै पैदल हिंड्दा एक दिनमा मुम्राको मालिक वन पुगिन्छ। त्यस्तै दोस्रो दिनमा त्रिवेणी पुगिन्छ। मालीवनदेखि बिहानीको शीतलमा ठाडो उकालो वाटो भएर बिचविचमा पानी र खानपिन गरेर मध्प दिउसो तिर त्रिवेणी पुगिन्छ । असोजमा त्रिवेणी पुग्नेहरूले पाटनहरूमा बादल तथा कुहिरो नलाग्ने र मौसम सफा रहने भएकाले रहर मज्जाले पूरा गर्न सक्छन्। बडिमालिकामा जनैपूर्णिमाका वेला धुमधामसँग धार्मिक मेला लाग्ने भएकाले त्रिवेणी भएर भक्तालु जाने गर्दछन। जनैपूर्णिमामा भारतको कुमाउ गढवालदेखिका त्रिवेणी आउँने गरेका पुजारी कृष्णप्रसाद धमालाले बताए। उनले भने 'त्रिवेणी हुँदै बडिमालिका जाने हजारौं तीर्थालु हुन्छन्।' त्रिवेणीमा नुहाएर बडिमालिका दर्शन गरे मनले चिताएको पूरा हुन्छ। रोगव्याध नाश हुन्छ र पदोन्नति हुने विश्वास छ। शुद्ध मनले दर्शन गरे मनोकांक्षा पूरा हुन्छ। त्यसैले सुस्वास्थ्य, धनलाभ र सुयोग्य वरबधुको कामना गर्दै पूजा गरिन्छ पुजारी धमालाले सुनाए। त्रिवेणीमा दुइटा खोला छन, गंगा र जमुना। जहाँ नुहाउँदा रोग र पाप पखालिन्छ भन्ने धार्मिक विश्वास छ । त्रिवेणीमा अस्तु विसर्जन गर्दा पितृ स्वर्गमा पुग्छन् भन्ने पनि विश्वास छ । मनरोञ्जनका लागि मात्र होईन प्रकृतिको धनि मानिएको त्रिवेणि पाटन र त्यस आसपासका क्षेत्रको बर्णन गरी साध्यै छैन। प्राकृतिक सम्पदाको क्षेत्रमा स्मरणिय क्षेत्रहरु मध्ये त्रिवेणि पाटन एक महत्वको धार्मिक क्षेत्र तथा मनोरञ्जनको क्षेत्रका रुपमा लिन सकिन्छ। जिल्लामा पछिल्लो समयमा धार्मिक तथा प्राकृतिक सम्पदाका क्षेत्रमा संरक्षणको अभियानमा चासो बढे पनि यि क्षेत्रहरु प्रति वेवास्ता हुने गरेको छ । प्रकृतिको सम्पदाको क्षेत्रमा त्यति चासो नदिएकै कारण कर्णालीका प्राकृतिक संम्पदाहरु ओझेलमा परेका हुन । त्रिवेणीको पाटन विकासमा पछि परे पनि प्राकृतिक सम्पदा र उत्पादनका हिसावले आत्मनिर्भर बन्न सकिने स्थानीयले बताए।

सान्नी-त्रिवेणीसम्म.....................

छ । पाण्डप गुफा झरना, ताल-तलैया, दुलर्भ वन्यजन्तु तथा वनस्पति र धार्मिक महत्वका प्राचिन गुम्बा तथा मठ-मन्दिरहरूको छत्रछायाँका साथमा जलस्रोतको बलियो सम्भावना रहेको त्रिवेणि क्षेत्रको प्रर्वद्धनका लागि देशकै अब्बल मानिने अध्यक्ष शाहिले बताए। पर्यटन विकास गर्न सकिने प्रशस्त सम्भावना रहेकाले योजनालाई र अभियानलाई कार्यन्वयन तर्फ ध्यान दिएमा लक्ष्य हासिल गर्नमा कुनै असहजता नरहेको प्रर्यटन पत्रकार महासंघका जिल्ला अध्यक्ष प्रेमराज सिम्खाडाले बताए। उनले भने 'पश्चिम नेपालकै प्रमुख प्रर्यटकीय त्रिवेणी धामलाई विश्वसामु चिनाउन हामीले स्थानिय तहसंग पहल गरी पदयात्रा सुरु गरेका छौ।'

बेस्ट कर्णाली मिडियाद्धारा जारी सुचना

बेस्ट कर्णाली मिडिया प्रालिद्धारा प्रकाशित 'ख' वर्गमा वर्गिकृत मिसन न्युज साप्ताहिक पत्रिका सुर्खेत र कालिकोटबाट एकै साथ प्रकाशन भईरहेको छ। साथै **www.missionenews.com** डिजिटल अनलाईन पत्रिका हरपल तपाईको साथमा छ। पलपलको समाचार, ताजा सुचना तथा विज्ञापनका लागि सधैं यहाँको साथमा छौं ।

हाम्रा विशेषता

- सरकारी,गैरसरकारी तथा प्राइभेट कार्यालयको वेवसाईड डिजाइन् ।
- अनलाईन पत्रिका डिजाइन ।
- वेवसाइड तथा अनलाईन पत्रिकाको लागि डोमेन रिजव ।
- वेव तथा अनलाईनका लागि होस्टीग ।
- स्थानीय तथा राष्ट्रिय संचार माध्यामा प्रशारणका लागि रेडियो तथा टेलिभिजन कार्यक्रम उत्पादन ।
- भिडियो डुकुमेन्ट्री उत्पादन ।
- स्थानीय तथा राष्ट्रिय पत्रपत्रिका, रेडियो तथा टेलिभिजनका लागि विज्ञापन एजेन्सी ।

फोन : ०८७-४४०२४२,९८४८०४९४५५, ९८६८३१५३५३
इमेल : bestkarnalimedia@gmail.com
missionnewsp@gmail.com

बेस्ट कर्णाली मिडिया प्रालिद्धारा प्रकाशित मिसन न्यूज राष्ट्रिय साप्ताहिक, सम्पादक,पवित्र शाही, कार्यालय, विरेन्द्रनगर.६,सुर्खेत, खाँडाचक्र न.पा.१,कालीकोट, फोनः ०८७-४४०२४२,९८४८०४९४५५ ९८६८३१५३५३,९८४८३२९७४८,इमेल,missionnewsp@gmail.com,bestkarnalimedia@gmail.com, मुद्रण, ईश्वर अफसेट प्रेस,कालीकोट,नवदुर्गा छापाखाना,वि.न.पा.सुर्खेत