स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको प्रतिक

नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

कुनै पनि कलाकारका लागि एउटा विरासत बनिसकेको सिर्जनामा जोडिन पाउनु आफैंमा अहम् कुरा हो। थुप्रै फिल्ममा भिन्न-भिन्न भूमिकामार्फत आफूलाई प्रमाणित गरिसकेकी अभिनेत्री उपासना सिंह ठकुरी विरासत बनेको फिल्म 'माइतीघर' नामकै नयाँ फिल्म लिएर आउँदै छिन्। खास फिल्म र खास भूमिकाकारण पनि उपासना निकै उत्साहित छिन्। जसकारण उनी प्रचारको दौडधुपमा निकै व्यस्त छिन्।

आजको विचार...

चाडपर्व...
(दुई पेजमा)

दिनेशराज मैनाली

यही दशैंको फूलपातीबाट प्रदर्शन हुन लागेको फिल्म 'हरिबहादुरको जुत्ता'को नयाँ गीत 'सुन्तलीमाई' सार्वजनिक गरिएको छ। समीक्षा अधिकारी र मोहितवंश आचार्यको स्वरमा रहेको यस गीतमा दिनेश थपलिया (पूर्व प्रमुख निर्वाचन आयुक्त)को शब्द रचना, वसन्त सापकोटाको संगीत, कुशल सिंहको एरेन्ज र श्याम श्वेत रसाइलीको मिक्सिङ तथा मास्टरिङ छ। विक्रम स्वारको कोरियोग्राफी रहेको गीतको भिडियोमा अभिनेता आर्यन सिग्देल र अभिनेत्री वर्षा राउतले आकर्षक नृत्य प्रस्तुत गरेका छन्।

❒ वर्ष ३१ ❒ अंक ७३ ❒ २०८२ असोज १२ गते आइतबार 28 September 2025, Sunday ❒ पृष्ठ संख्या ४ मूल्य रू ५/-

दसैँमा घर जानेको लर्को

विभिन्न पेशा व्यवसाय, शिक्षाको लागि घरबाहिर रहेकाहरु दशैंमा आफ्नै गाउँ फर्कन लागेका हुन् । दसैंको अवसरमा सहर छाडेर घर जानेको संख्या दिन प्रतिदिन बढ्दै गएको छ । यति बेला पाल्पा र बुटवलका बसपार्कमा बढी चहलपहल छ, जहाँ बिहान र साँझमा घर जाने यात्रुको भीड बढ्ने गरेको छ ।

हाम्रा सवाददाता

पाल्पा, असोज ११/दसैं सुरु भएसँगै बसपार्क र काउन्टरहरूमा घर जाने यात्रुको लर्को लागेको छ । विद्यालय र कलेज बन्द भएको र कतिपय अफिसले छिट्टै बिदा दिन थालेपछि पाल्पा, बुटवल बसपार्कमा घर जानेको चाप बढेको हो ।

यति बेला काठमाडौंबाट गाउँघर फर्कनेको समेत गाडीमा भिड देख्न सकिन्छ । विभिन्न पेशा व्यवसाय, शिक्षाको लागि घरबाहिर रहेकाहरु दसैंमा आफ्नै गाउँ फर्कन लागेका हुन् । दसैंको अवसरमा सहर छाडेर घर जानेको संख्या दिन प्रतिदिन बढ्दै गएको छ । यति बेला पाल्पा, बुटवल बसपार्कमा बढी चहलपहल छ, जहाँ बिहान र साँझमा घर जाने यात्रुको भिड बढ्ने गरेको छ । गाउँ जानेहरूको संख्या बढेसँगै सहर सुनसान बन्दै गएका छन् । गाउँमा भने चहलपहल बढेको छ । घर लिप पोत गरेर चिटिक्क बनाइको छ । झार उम्रेका घर आँगन समेत सरसफाइ गरेर चिटिक्क पार्ने क्रम बढेको छ, भने बाटो घाटो र चौतारी पोखरी सरसफाइ गरिएको छ । दसैंमा घर रातोमाटो, पहेँलोमाटो र कमेरोले लिप पोत गर्ने, बिग्रे भत्केको मर्मत गर्ने, आँगन तथा बाटो घाटो सरसफाइ गर्ने प्रचलनले दशैंमा खोसिएको गाउँको खुसी फर्कन्छ । नेपालीको मुख्य चाडपर्वका रूपमा रहेको दशैं, शुभ दीपावली, छठ तथा नेपालसम्मत

मनाउन घर फर्कनेको लर्को र किनमेलका लागि तानसेन बजारमा चहल पहल छाएको व्यापारीहरूले बताएका छन् । गाउँ जाने यातायातका साधनहरूले धमाधम गाउँमा यात्रु ओसारिरहेका छन् ।

सवारी साधानहरुमा भिड भाड हुन थालेपछि जिल्लामा सुरक्षाका लागि यात्रु सहायता कक्ष समेत सञ्चालनमा ल्याइएको छ । चाडबाडको समयमा यात्रुलाई पर्ने समस्यालाई लक्षित गरी यहाँको मुख्य स्थान तासेनस्थित बसपार्कमा 'यात्रु सहायता कक्ष' स्थापना गरिएको हो । सामुदायिक प्रहरी सेवा केन्द्रले जिल्ला प्रहरी कार्यालय पाल्पा, जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय पाल्पा, श्रीनगर यातयाता व्यवसायीसँगको समन्यवय र सहकार्यमा यात्रुलाई लामो र छोटो दूरीको यात्रा गर्दा समस्या नपरोस् भनेर कक्षको स्थापना गरेको छ । यात्रुहरुले आफु माथी परेको अन्याय, अत्याचारको गलत काम कारवाहीका सूचना प्रहरी समक्ष गुनासो गर्न, बढी भाडा, सवारी साधन, अत्याधिक भारवहन, तिव्र गति भएको अवस्थामा प्रहरीलाई खबर गर्न सक्ने छन् । चाडपर्वमा विशेषगरी सवारीसाधन कम चल्ने र यात्रुको चाप बढी हुने गर्दछ यस्तो अवस्थामा मनपरी भाँडा असुल्ने, सामान छुट्न सक्छ, गन्तव्यमा हिडेका यात्रुहरु अलमलमा पर्ने जस्ता समस्या हुने भएकाले सहजताका लागि सहायता कक्ष स्थापना गरिएको सामुदायिक प्रहरी सेवा केन्द्रका अध्यक्ष जयप्रकाश उप्रेतिले बताए ।

सक्षिप्त समाचार

बेलायत जान खोज्ने क्रममा २ को मृत्यु

(रासस/एएफपी)

फ्रान्स, असोज ११/फ्रान्सबाट सानो डुङ्गामार्फत बेलायत जान प्रयास गर्ने क्रममा दुई आप्रवासीको ज्यान गएको छ । अधिकारीहरूका अनुसार करिब १०० जना सवार रहेको डुङ्गा दुर्घटनामा परेपछि दर्जनौं अन्य व्यक्तिहरूलाई सकुशल उद्धार गरिएको छ । दुर्घटना न्यूफशातेल-हार्डेलोट नजिकको समुद्री क्षेत्रमा शुक्रबार रातिको समयमा भएको हो । मोन्ट्रेयू-स्यु-मेयर क्षेत्रकी अधिकारी इसाबेल फ्रादिन-थिरोडले जानकारी दिँदै भनिन्,"अहिले करिब ६० जनालाई सुरक्षापूर्वक उद्दार गरी हेरचाहमा राखिएको छ ।" यो घटनासँगै सन् २०२५ को सुरुवातदेखि अहिलेसम्म इंग्लिश च्यानल पार गर्ने क्रममा मृत्यु हुने आप्रवासीहरूको सङ्ख्या कम्तीमा २५ पुगेको एएफपीले आधिकारिक तथ्याङ्कका आधारमा जनाएको छ । यस वर्ष मात्रै झण्डै ३१ हजार आप्रवासी साना डुङ्गाबाट बेलायत पुगिसकेका छन्, जुन हालसम्मकै रेकर्ड हो । हालै फ्रान्स र बेलायतबीच भएको आप्रवासी व्यवस्थापनसम्बन्धी सहमति अनुसार, शरणको लागि अयोग्य ठहरिने व्यक्तिहरू 'सुरक्षित मुलुक' हुँदै बेलायत पुगेका छन् । उनहरूलाई बेलायतले फ्रान्स फर्काउन सक्नेछ । यसको सट्टामा, फ्रान्समा रहेका र शरणको लागि योग्य ठानिएका व्यक्तिहरूलाई बेलायतले स्वीकार गर्ने सहमति भएको छ ।

आज 'विश्व रेबिज दिवस', नेपालमा पनि मनाइँदै

पाल्पा, असोज ११/आज विश्व रेविज दिवस, नेपालमा पनि विभिन्न कार्यक्रम गरि मनाइँदैछ । रेविजविरुद्ध पहिलो पटक प्रभावकारी खोपको विकास गर्ने वैज्ञानिक लुईस पाश्चरको निधन भएको दिन सेप्टेम्बर २८ मा उनको योगदानलाई स्मरण गर्दै हरेक वर्ष रेविज दिवस मनाउने गरिएको हो ।

रेविज रोग, रेविज लागेका कुकुर, स्याल, बिरालो लगायतका पशुको टोकाईबाट मानिस र अरु स्तनधारी प्राणीमा सर्ने प्राणघातक रोग हो । रोगका जिवाणुहरु रोगी पशुको र्‍यालमा रहने भएकाले त्यस्ता पशुले टोक्दा घाउसँगै मानिसको शरीरमा प्रवेश गरी रोग उत्पन्न गर्छन् । मानिसको शरीरमा रेविजको भाइरस प्रवेश गरेको ३० देखि ६० दिनमा रोग देखा पर्छ । तर कम्तीमा १० दिनमै वा वर्षौंपछि पनि देखा पर्न सक्ने सम्भावना हुने चिकित्सकले बताएका छन् । यस दिवसको उद्देश्य रेबिजविरुद्धको लडाइँमा सबै समूह, संगठन र सरोकारवालालाई एकजुट गराउने हो । ग्लोबल एलायन्स फर रेबिज कन्ट्रोलले सन् २००७ देखि विश्व रेबिजविरुद्धको दिवसको रुपमा मनाउन थालेको थियो । कालान्तरमा विश्व स्वास्थ्य संगठनले यस दिवसलाई समर्थन गरेको थियो । नेपालले सन् २०३० सम्म रेबिजलाई शून्यमा झार्ने लक्ष्य लिएको छ । तर नेपालको सन्र्दभमा रेबिज चुनौती बन्दै गएको चिकित्सकहरुको भनाइ छ । अझै पनि ९९ प्रतिशत रेबिज कुकुरको टोकाइबाट हुने गरेको छ । रेविज रोग, रेविज लागेका कुकुर, स्याल, बिरालो लगायतका पशुको टोकाईबाट मानिस र अरु स्तनधारी प्राणीमा सर्ने प्राणघातक रोग हो । रोगका जिवाणुहरु रोगी पशुको र्‍यालमा रहने भएकाले त्यस्ता पशुले टोक्दा घाउसँगै मानिसको शरीरमा प्रवेश गरी रोग उत्पन्न गर्छन् । मानिसको शरीरमा रेविजको भाइरस प्रवेश गरेको ३० देखि ६० दिनमा रोग देखा पर्छ । तर कम्तीमा १० दिनमै वा वर्षौंपछि पनि देखा पर्न सक्ने सम्भावना हुने चिकित्सकले बताएका छन् । रेविज प्राणघातक रोग भएकाले रोगबाट जोगिन खोप लिनै पर्ने तथा बौलाहा पशुले टोकेको शंका लागेमा तत्काल साबुन पानीले धुने जस्ता रोकथामका उपाय अपनाउनुपर्ने चिकित्सकको सुझाव छ ।

हार्दिक मंगलमय शुभकामना

विजया दशमी तथा शुभ दीपावली, छठ पर्व २०८२ को अवसरमा राजनीतिक दल, देश तथा विदेशमा रहनुभएका नेपाली आमाबुवा, दाजुभाइ, दिदीबहिनी, इष्टमित्र, शुभचिन्तकहरुमा राष्ट्रिय संकटको यस घडीमा सहजै अगाडि बढ्ने प्रेरणा प्राप्त होस्, पर्वले धार्मिक सहिष्णुता, आपसी सम्मान र एकताको सन्देश दिन सकोस्, सत्य, नैतिकता र समानताको बाटोमा हिंड्न प्रेरणा मिलोस् सबैमा सुख, शान्ति, समृद्धि एवं दीर्घायूको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

हिमालदत्त श्रेष्ठ
सभापति
एवं
नेपाली कांग्रेस जिल्ला कार्यसमिति
पाल्पा परिवार

पा.जि.हु.द.नं. ०५१/०५२ पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२

नव जनचेतना
NAVA JANACHETANA NATIONAL DAILY

सम्पादकीय

सूचनामा पहुँच दिवसको सन्दर्भ

कुनै पनि सूचना पाउने हक नागरिकको मौलिक अधिकार हो । सबै नागरिकलाई सूचनाको पहुँचमा पुर्‍याउने उद्देश्यले हरेक वर्ष सेप्टेम्बर २८ अर्थात् आजको दिन अन्तर्राष्ट्रिय सूचनामा पहुँच दिवस मनाउने गरिन्छ । यो सामान्य सूचनामा पहुँच नभएर हुनुपर्ने सूचनामा विश्वव्यापी पहुँचसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय दिवस हो । कतिपय विषय वा सन्दर्भ भाषानुवादका त्रुटिका कारणले अलग अर्थ लाग्ने बन्न पुग्छन् । वास्तवमा यो दिवस सुरुमा युनेस्कोले सूचनामा पहुँच दिवसका रूपमा मनाउन थालेको हो । आजको युग सूचनाको युग हो । 'ज्ञान नै शक्ति हो' भन्ने भनाइ 'सूचना नै शक्ति हो' भन्नेमा परिवर्तित भइसकेको छ । विश्वले सूचनालाई नै ज्ञानको रूपमा आत्मसात् गरेको छ । धेरै राष्ट्रले सूचनाको हकलाई अभिव्यक्ति स्वतन्त्रताको हकसँगै अगाडि बढाएको पाइन्छ । मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणाले समेत सूचनाको हकलाई नैसर्गिक मानव अधिकारको रूपमा परिभाषित गरेको छ । नेपालमा सूचनाको हक संवैधानिक रूपमा स्थापित भएको छ भने व्यवहारमा प्रयोगका लागि कानुनी आधार पनि तयार भइसकेका छन् । तर, सूचनाको हकको प्रयोग अपेक्षाकृत व्यापक र व्यवस्थित रूपमा भने हुन सकिरहेको छैन । सूचनाको हकसम्बन्धी ऐनको उद्देश्य साकार बनाउन राज्य संवेदनशील हुनैपर्दछ । यसो भएमा नै लोकतन्त्रको सुदृढीकरण र जिम्मेवार राज्य व्यवस्थाको निर्माण हुन्छ ।

लोकतान्त्रिक शासन व्यवस्थामा सूचनाको अधिकारलाई लोकतन्त्रको पूर्वसर्तका रूपमा नै स्वीकार गरिन्छ । सूचनामा पहुँचको अधिकार भनेको सूचनाको अधिकारबाट निःसृत अधिकार हो । लोकतन्त्र भनेको नागरिक सम्मतिको व्यवस्था हो र नागरिकको मतका आधारमा मात्र सरकार बन्ने र सरकारका गतिविधिमा नागरिकले सहभागी हुन पाउने पद्धति हो । यसकारण सरकारले कुनै सूचना राख्नु भनेको जसरी नागरिकको सम्पत्तिको सुरक्षा गर्नु जस्तै हो, त्यसरी नै राज्यका गतिविधिका बारेका नागरिकमा सूचना प्रवाह गर्नु नागरिक अधिकारको सम्मान गर्नु हो । सरकारका गतिविधिमा नागरिक त्यसबेला मात्र सहभागी हुन सक्छ, जतिबेला नागरिकले ठीक समय उचित सूचना पाउन सक्छन् । सूचना माग्नु र पाउनु व्यक्तिको हक हो भने सूचनाको व्यवस्थापन गर्दै सो कुराको जानकारी सर्वसाधारणमा प्रवाह गर्नु सार्वजनिक निकायको दायित्व र कर्तव्य हो । तर यहाँ सचेत नागरिकहरुले समेत सही सूचना पाउन सकेका छैनन् । आखिर किन यस्तो भइरहेको छ ? खोजी गरेर आम सर्वसाधारणलाई जानकारी आवश्यक छ । तसर्थ सूचनाको हकसम्बन्धी व्यवस्थालाई पूर्णरूपमा कार्यान्वयन गर्न सके मात्र दिवस मनाउनुको सार्थकता रहने छ ।

Opinion @ Social Network

मान्छेमा गुण ३२ होइन बस चार हुनुपर्छ
सुन्दर मन,सफा नियत
सुन्दर व्यवहार र इमान्दार ।

(दिपक सारुको फेसबुक स्टाटसबाट www.facebook.com/Dipak.Saru)

यो स्तम्भमा सामाजिक संजालमा पोष्ट गरिएका धारणाहरु राख्नेछौं । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shittalpati मा लगअन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नवजनचेतना दैनिकको रुपमा तपाईसामु आईरहेको छ । यो पत्रिका अझ स्तरीय अनि पठनीय बनाउनको लागि तपाईहरुको अमूल्य सुझावहरुको हामीलाई अत्यन्तै जरुरी छ । पाठकवृन्द तपाईका सुझावहरु दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

नवजनचेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

चाडपर्व सुरक्षामा नागरिकको दायित्व

दिनेशराज मैनाली

> *विदेशमा रहेकाहरू नेपाल फर्कने, आवश्यकता अनुसार किनमेलमा सरिक हुने, गाऊँस्थित घरमा जाने र खुसी साँटासाँट गर्ने लगायतका कार्य भई नै रहेको छ भने शुभ दीपावली, छठ पर्व र नयाँ नेपाल सम्वतसम्म निरन्तर रहि नै रहने छ । पछि पछुताएर गर्न सकिने सम्भावना धेरै कम भइसकेको हुन्छ ।*

भदौ २३ र २४ गते दुई दिनसम्म चलेको 'जेनजी आन्दोलन' र अकल्पनीय जनधनको हताहती तथा क्षतिपश्चात नयाँ सरकार गठन भई हाल समाजमा शान्ति सुरक्षा र अमनचयन बहाल रहेको भए पनि सुरक्षाकर्मीहरूको हतियार लुटपाट, कारागारबाट भागेका आपराधिक व्यक्तिहरूबाट समाजलाई अशान्त राख्न र ठूलो क्षति पुर्‍याउन सक्नेतर्फ हरपल सचेत रहनु सभ्य नागरिकको कर्तव्य भएकोले आफू, आफन्त, समाज र मुलुकको दैनिक शान्ति सुरक्षामा नागरिकबाट सम्पादन गरिनु पर्ने दायित्वलाई मध्यनजर गर्दै यो आलेख तयार पारिएको छ । नेपालीहरूको महान् चाड बडा दशैं घर आँगनमा आइसकेको छ। नवरात्रिको पहिलो दिनलाई स्वागत गरी घर-घर, कार्यालय तथा कोतघरमा घटस्थापना गरी जमरा राख्ने कार्य सम्पन्न मात्रै भएको छैन अपितु हालको विषम परिस्थितिमा पनि चाडपर्व मनाउन नागरिकहरू हतारमा रहेको देखिन्छ । विदेशमा रहेकाहरू नेपाल फर्कने, आवश्यकता अनुसार किनमेलमा सरिक हुने, गाऊँस्थित घरमा जाने र खुसी साँटासाँट गर्ने लगायतका कार्य भई नै रहेको छ भने शुभ दीपावली, छठ पर्व र नयाँ नेपाल सम्वतसम्म निरन्तर रहि नै रहने छ । लगातारको वर्षाको कारण विभिन्न राजमार्गहरूमा पहिरो खस्न गई आंशिक तथा पूर्णतया अवरुद्ध रहेका छन् भने सरकारी संयन्त्रहरू आ-आफ्ना तर्फबाट खुलाउन यथासम्भव प्रयास गरिरहेका पाइन्छन्। यस पालाको दशैं हिले दशैं हुन सक्नेतर्फ मौसम पूर्वानुमान विभागले जनाएको छ। यात्रा गर्दा प्रहरी कन्ट्रोल कक्षको १००, ट्राफिक प्रहरीको हटलाइन १०३ तथा प्रहरीको वेबसाइटमा राखिएको सूचनामा जानकारी लिएर मात्र यात्रा गर्न सचेत हुन पर्ने देखिन्छ । अत: मानिसहरूको आवागमन असाध्यै बढी हुने यस अवसरमा सरकारी निकायहरू जिल्ला प्रशासन कार्यालय, यातायात कार्यालय, सडक विभाग, ट्राफिक प्रहरी र जनपथ प्रहरी तथा सवारीधनी, सवारीचालक, सह-चालक लगायतबाट समूहगत सचेतनामूलक कार्यक्रम गरी सोही बमोजिम कार्यान्वयन गरिनु पर्ने टड्कारो समेत रहेको छ। लामो यात्राको लागि दुई जना सवारीचालक राख्नु पर्ने नियमलाई कार्यान्वयन गरी सवारीधनीहरूले आफूलाई प्राप्त जिम्मेवारी पूर्णतया पालन गरी समाजलाई गुन लगाउनु पर्ने त छँदैछ दुर्घटना न्युनीकरणमा समेत अहम् भूमिका खेल्नु पर्ने छ । सरकारी संयन्त्रहरूबाट बढी भन्दा बढी चेकजाँच गरी मादक पदार्थ सेवन (मापसे) तथा लागुपदार्थ सेवन (लापसे) गरी सवारीसाधन चलाएको पाइएमा हदैसम्मको कारबाही गर्ने, समयमै यान्त्रिक चेकजाँचको व्यवस्था मिलाउने, सिट क्षमता भन्दा बढी यात्रु राख्न निषेध गर्ने, छतमा यात्रु राख्न नदिने, अनधिकृत पार्किङलाई नियन्त्रण गर्ने र ट्राफिक नियमको सधैं पालना गर्न सके र सम्बन्धित सम्पूर्ण निकायले समेत यथासम्भव सहकार्य गरे मात्र सवारी साधनसहित यात्रुहरूलाई निर्धारित गन्तव्यमा सुरक्षित तथा सुविधापूर्वक पुर्‍याउन मद्दत गर्दछ । सवारीसाधनमा यात्रा गर्ने अवधिभर असाध्यै चनाखो रहनुपर्ने हुन्छ । नगद, बहुमूल्य गर-गहनाको प्रयोगले यात्रा अवधिभर सुरक्षा खतरा बढाउँछ । यात्राको क्रममा अपरिचित व्यक्तिले दिएको सामान्य चकलेट, चिया बिस्कुट खाएर लुटिएको घटना त वर्णन गरिसाध्य नै छैन । लुटिनु भन्दा अगावै चनाखो हुन सके राम्रो । पछि पछुताएर गर्न सकिने सम्भावना धेरै कम भइसकेको हुन्छ । साथै, दैनिक रुपमा काठमाडौंको विभिन्न नाकाहरूबाट बाहिरिने व्यक्तिहरूले आ-आफ्नो घर डेरा छाड्ने क्रममा सुरक्षाका उपायहरूसमेत अवलम्बन गरी आफू, आफन्तजन, स्व:जन लगायतलाई सुरक्षित बनाउनु अपरिहार्य भई सकेको छ । अन्यथा आपराधिक कार्यमा संलग्न व्यक्तिहरूबाट लुटिइसकेपछि लगन पछिको पोते जस्तो पछुताउनुबाहेक के नै बाँकी रहन्छ र ? तसर्थ, सम्पूर्ण घर धनीहरूले घरमा राखेको कामदार, डेरामा बस्ने व्यक्तिहरूको नाम, थर, स्थायी, वतन, मोवाइल नम्बर र फोटोसहितको विवरण राखेको खण्डमा आवश्यक परेको अवस्थामा अनुसन्धान कार्यमा सहजता आउने छ । घरमा सीसीटीभी क्यामेरा जडान गर्ने, घरबाट बाहिर जाने क्रममा सके त सुरक्षा गार्डको व्यवस्था गर्ने, नसके टोल छिमेकका विश्वासिलो व्यक्तिलाई जानकारी गराउने र नजिकको प्रहरी इकाइलाई जानकारी गराई समय-समयमा गस्ति तथा निगरानी गर्नको लागि अनुरोध गर्ने कार्य गरेमा सम्भावित चोरीबाट बच्न सकिने हुन्छ । सकेसम्म नगद र बहुमूल्य गर-गहनाहरू बैंकमा राख्न सके र अनलाइन कारोबार गर्ने गरेको खण्डमा ठूलो क्षति हुनबाट जोगिन सकिन्छ । त्यस्तै, प्रकारान्तरले आधुनिक युगमा अपराधीहरूले विविध विधि र प्रविधिहरूको व्यापक दुरुपयोग गरी आपराधिक घटनाहरू घटाउने भएकाले आफू सजग रही अरुलाई सजग गराउन हुन तथा सामाजिक सञ्जालको सदुपयोग मात्रै गर्न सके पनि अनलाइन ठगी, हनी ट्र्‍याप, आपराधिक विश्वासघात र आपराधिक लाभ (एक्सटर्सन) सम्बन्धी कसूरबाट जोगिन सकिने छ । जुवा, तास, मापसे, लापसे लगायतबाट जोगाएको रकममध्ये केही रकम समाजको हितमा लगाई आ-आफ्नो टोल छिमेकमा सीसीटीभी क्यामेरा र साइरन जडान गर्ने सके आपत परेको समयमा आफू जोगिन र छर छिमेक समुदाय आदिलाई जोगाउन सकिने तर्फ पनि सम्पूर्णको ध्यान पुग्नु पर्ने देखिन्छ । त्यस्तै, प्रकारले फेसबुकमा नचिनेको व्यक्तिबाट फ्रेण्ड रिक्वेस्ट आएमा, तपाईंलाई चिठ्ठा पर्यो लगायतको सूचना ह्वाट्स एप्समा आएमा नखोली डिलेट गर्ने गर्दा पीडित हुने सम्भावना कम हुन्छ। सामाजिक सञ्जालको पासवर्ड कसैसँग पनि शेयर गर्ने नगरौं । कुनै मित्रसँग अनलाइन भिडियो कल गर्ने क्रममा वास्तविक जीवनमा आफूले के गर्न हुन्छ र के गर्न हुँदैन भन्ने तथ्यलाई फदयंगम गर्न र पालना गर्न सके पनि आफू जोगिन सकिने हुन्छ । सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गर्ने क्रममा लाइभ अपडेट गर्ने बानीले पनि कतै न कतै समस्यामा पार्ने हुन सक्दछ । आज त गाऊँ जान लागेको सपरिवार, अहिले नागढुङ्गामा पुगियो, केही समयपश्चात मुग्लिनमा खाना खाँदै र दिउँसोको समयमा पोखराको फेवातालमा डुङ्गा सयर आदि छिनछिनमा अपडेट गर्ने बानीले चोरले घरमा सफाचट पारिसकेको पत्तै हुँदैन । तसर्थ, यात्रा समाप्त गरी फर्केर लेट पोष्ट राख्दा पनि बिग्रने त केही होइन । यसमा सजगता नै अपनाउँदा बेश हुन्छ । आफूले कहिल्यै पनि नकाटेको चिठ्टा पर्यो भनी कोही कसैले सूचना पठाउँदैमा त्यसैलाई पत्याई आफू सहभागी नभएको चिठ्ठाका पछि लाग्नु किमार्थ बुद्धिमानीपूर्ण कार्य हुनै सक्दैन, कदापि पछि नलागौं । त्यस्ता प्रकारका चिठ्ठाका पछि लाग्दा धेरैजनाले अनाहकमा धन गुमाएका, परिवारमा बिखण्डन आएका र अन्त्यमा ज्यानैसम्म गुमाएका घटना समेत बढीरहेको पाइन्छ । जसरी पौडन नजानेको एउटा व्यक्तिले पौडन सिकेर मात्र गहिरो स्थानमा पौडनु उचित हुन्छह त्यसरी नै अति उच्च सावधानी अपनाएर मात्र सामाजिक सञ्जालको प्रयोग गर्न सकेको खण्डमा धन, सामाजिक प्रतिष्ठा र जनको समेत क्षति हुनबाट जोगिन सकिने हुन्छ । धेरै जनाको बानी सित्तैमा पायो भने जे पनि प्रयोग गर्ने हुन्छ । सित्तैमा पाइने वाइफाइमा लगइन गरी घण्टौंसम्म ह्याङआउट भइरहने बानीबाट पनि फिसिङमा पर्ने सम्भावना हुन्छ । जसरी मछुवारेले गड्यौलाको चारो हाली पानीमा बल्छी फाल्दा माछाले मुख खोलेन भने बल्छीमा पर्ने सम्भावना हुँदैन त्यसरी नै हामीले पनि सित्तैमा उपलब्ध हुने वाइफाइमा लगइन नगरेमा फिसिङमा पर्नबाट बच्न सकिन्छ । मापसेले गर्दा लगभग ७७ प्रतिशत अपराध घट्ने गरेको पाइन्छ । तसर्थ, सके त मापसे गर्दै नगरौं र गर्नै परे पनि आफूले एउटा हदसम्म मात्रै मापसे गर्ने गरौं तर मादक पदार्थले आफूलाई कहिल्यै पनि सेवन नगरोस् भन्ने तर्फ पनि सचेत रहनसके जीवन, धन त अपराध कर्मबाट जोगिन सकिने हुन्छ । मापसे गरी बाबुको हत्या गरेको एउटा सन्दर्भ यहाँ प्रस्तुत गर्नु सान्दर्भिक हुन्छ जस्तो लाग्छ। यो पङ्तिकार २०७६ सालमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाको प्रमुख रहेको समयमा बिहान एउटा बृहतको हत्या भएको भनी मातहत कार्यालयबाट प्रतिवेदन भयो । इलाका नाकाबन्दी गरी अनुसन्धान गर्ने क्रममा अघिल्लो दिन बाबुले वृद्ध भत्ता ल्याएका रहेछन् । साँझ बाबु छोरा बसेर मापसे गरेछन् । बाबुले छोरालाई अब पिउने कार्य बन्द गरौं भन्दा छोराले मानेनछ र अझै पिउने कुरा गर्दा बाबुले नमानेपश्चात छोराले छेउमै रहेको दाउराको चिर्पटले हिर्काउँदा बाबुको तत्कालै ज्यान गएको रहेछ । बाबुको दु:खद निधन र छोराको कारागारको बास मापसेले नै गराएकोले यसलाई आफूले प्रयोग गर्ने बानीमा पनि आमुल सुधार गरिनु जरुरी देखिन्छ । जसरी सम्पूर्ण व्यक्तिले कानून जानेकै र पालना गरेकै हुनु पर्दछ भन्ने विधिशास्त्रीय मान्यता छ त्यसरी नै कानूनको पालनाको लागि प्रहरीको परिकल्पना गरिएको हुन्छ । नेपाल प्रहरी ऐन, २०१२ ले प्रहरीको गठन गरी जन र धनको सुरक्षा गर्ने जिम्मेवारी प्रदान गरेको परिप्रेक्ष्यमा उक्त कार्यका लागि २४ सै घण्टा प्रहरी परिचालित रहेको छ। तर के अहिलेको अवस्थामा प्रहरीको मनोवल उच्च रहेको छ त ? भन्ने तर्फ हामी नागरिकले मनन गरी तोडफोड तथा आगजनी गरिएका प्रहरी कार्यालयहरू स्वतस्फुर्त तवरले पुन:निर्माण गरिनु र प्रहरीलाई समाजमा पुनर्स्थापित गराएको कार्यले नै प्रमाणित गरिसकेको छ । अत: प्रहरीको भर नागरिकलाई र नागरिकको भर प्रहरीलाई भन्ने उक्तिलाई सार्थक बनाउन समाजबाट गरिएको हर प्रयास स्तुत्य रहेको छ । ढुङ्गाको भर माटो र माटोको भर ढुङ्गा भने झैं सभ्य नागरिकबाट अपराध नियन्त्रण र अनुसन्धानमा हरसमभव सहयोग गरिने भएकाले सम्पूर्ण नागरिकलाई बिना बर्दीका प्रहरी भनी बर्दीका प्रहरीद्वारा सम्मान व्यक्त गरिएको पाइन्छ । हालैको विषम अवस्थामा प्रहरीका लुटिएका हतियारहरू फिर्ता ल्याउन, कारागारबाट भागेका आपराधिक व्यक्तिहरूलाई कानूनको दायरामा ल्याउन, प्रहरीका कार्यालयहरू पुन: निर्माण गर्न र समाजमा शान्ति कायम गरिराख्न पनि नागरिकको अहं भूमिका रहन जान्छ । अत: 'सेवा हि परमो धर्म' को मूलमन्त्रलाई आत्मसात गरी सम्पूर्ण नागरिकको प्रयास यसैमा कार्यमा केन्द्रीत हुन सके सुरक्षा र पुन:निर्माण तथा सुरक्षा र प्रशासन सुदृढ हुन जाने अपेक्षा गर्न सकिन्छ ।

-अनलाइन खबर डटकम

महत्वपूर्ण टेलिफोन

प्रहरी कार्यालय
बुटवल ०७१-५४०२२२
स.प्र.क्याम्प बुटवल ९७४७०४३४६९
बुटवल रामनगर ०७१-५४१२३३
भैरहवा ०७१-५२०१९९
अर्घाखाँची ०७७-५२११९९
गुल्मी ०७९-५२०१९९
परासी ०७८-५२०१९९
तौलिहवा ०७६-५६००९९
पाल्पा ०७५-५२०५३६, ५२०१९९
इप्रका रामपुर ०७५-६९१५१५

अस्पताल कार्यालय
लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५५१५५७, ५५१५५८
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२००, ५४०२०१
भिमअस्पताल भैरहवा ०७१-५२०१९३
मिसनअस्पताल पाल्पा ०७५-५२०१११, ५२०४८९
परिवार नियोजन संघ पाल्पा ०७५-५२०७२३
पाल्पा जिल्ला अस्पताल ०७५-५२०१५४
लुम्बिनी मेडिकल कलेज प्रभास ०७५-४११२०१
पिचन्द्र परासी ०७८-५२०१८८
भैरहवा आँखा अस्पताल ०७१-५२०२६५
अर्घाखाँची जिल्ला अस्पताल ०७७-५२०२५७
तम्घास जिल्ला अस्पताल ०७९-५२०१८८
तौलिहवा जिल्ला अस्पताल ०७६-५६०२००
सिद्धार्थबाल महिला अस्पताल ०७१-५४४४५०
बुटवल हस्पितल ०७१-५४६४३२
लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४१, ५४५६४१
रेडक्रस बुटवल ५४१००४
लायन्स आँखा उ. केन्द्र बुटवल ५४५८४५
मेडिटेक अस्पताल ५४९०७२
कान्तिपूर डेण्टल हस्पिटल ०७१-५४७८४०
आँखा अस्पताल पाल्पा:०७५-५२०३३३, ५२११७९
रामपुर अस्पताल: ०७५-४००१५४

एम्बुलेन्स न.
रेटरी क्लब बुटवल ०७१-५४४६००
लियो क्लब अफ बुटवल ०७१-५४५८९३
रेडक्रस भैरहवा०७१-५२०२६३
रेयुकाई भैरहवा ०७१-५२६६७३,९८४७०२२४६४
परासी ०७८-५२०१२५
रेडक्रस पाल्पा ०७५-५२०६००
रेडक्रस तौलिहवा ०७६-५६००१५
रेडक्रस अर्घाखाँची ०७७-४२०२७५, ४२०११७
रेडक्रस गुल्मी ०८९-५२०१६३
नेपाल परिवार नियोजन संघ ०७१-५४००८१
लुम्बिनी नर्सिङ होम प्रा.लि. ०७१-५४१६४१
नेपाल भारतमैत्री समाज मो. ९८४७०२५०९९
जनसेवा क्लब नयाँमिल १९५७०२१२४६
लुम्बिनी नि.व्या.संघ भैरहवा ६२१०५८
बनगाई क्लब बनगाई ०७६-६९०१०२
रेडक्रस देवदह ०७१-५७७०९९
लुम्बिनी मेडिकल कलेज ०७५-५२०८४०
बुटवल जेसिस ९८४७१२९९६४
न्यू एकता क्लव तानसेन : ०७५-५२२२००
परिवार नियोजन संघ पाल्पा : ९८४७१०२७६५
रामपुर टे.इन्स्टी.:९८५७०६२२४७,९८५७०६०५०४

दैनिक राशिफल

मेष : कार्यक्षेत्रमा सहकर्मीहरूबाट सहयोग मिल्नेछ। अध्ययनमा समस्या आउनेछ।	**तुला** : विरोधीहरूबाट कामको आलोचना हुनेछ। यात्रा गर्दा सावधानी राख्नुहोस्।
वृष : साथीभाईहरूसंग रमाइलो समय व्यतीत हुनेछ। सम्बन्ध सुमधुर रहनेछ।	**वृश्चिक** :कार्यक्षेत्रमा नयाँ अवसर हात लाग्नेछ। आत्मविश्वासमा वृद्धि हुनेछ।
मिथुन : मतभेद हुन सक्छ सचेत रहनुहोस्। जग्गा जमीनको किनबेचमा हतार नगर्नुहोस्।	**धनु** : भेटघाटले मनप्रसन्न रहनेछ। नोकरी वा पेशामा जिम्मेवारी बढ्नेछ।
कर्कट : सबैलाई साथमा लिएर चल्नुहोस्। निजी सम्बन्धमा मनमुटाव रहला।	**मकर** : पराक्रमले अधिकार स्थापित गर्न सकिनेछ। भाग्यको साथ मिल्नेछ।
सिंह : प्रभावशाली व्यक्तिसँग सम्पर्क बढ्नेछ। सामाजिक कार्यमा सहभागी भइएला।	**कुम्भ** : परिवारको खुसीको लागि आफ्नो इच्छा त्याग्नु पर्ला। मेहनतको फल नमिल्ला।
कन्या : घरमा अतिथीको आगमनले मन प्रसन्न रहनेछ। सम्बन्धमा मधुरता आउनेछ।	**मीन** : परोपकारका भावना जाग्नेछ। सम्पत्तिको किनबेचमा सावधान रहनुहोला।

कृषि

बाख्रा अनुसन्धान केन्द्रमा घाँसको समस्या

तनहुँको बन्दीपुरमा रहेको राष्ट्रिय बाख्रा अनुसन्धान कार्यालयले २९ जिल्लामा प्रजनन् योग्य पाठापाठी वितरण गरेको छ । कार्यालयले गत आर्थिक वर्षमा २९ जिल्लामा प्रजनन् योग्य पाठापाठी वितरण गरेको हो । कार्यालयले १९१ पाठापाठी वितरण गरेको वरिष्ठ कृषि अधिकृत बुद्धिराम आचार्यले जानकारी दिए । उनका अनुसार १४८ बोका र ४३ पाठी वितरण गरिएको छ । शुद्ध बोर, शुद्ध सानन, जमुनापानी, शुद्ध खरी, शुद्ध सिन्हाललगायत विभिन्न प्रजातिका पाठापाठी वितरण गरेको आचार्यले बताए । उनका अनुसार शुद्ध बोर ५० वटा धादिङ, गोरखा, तनहुँ, दोलखा, सल्यान, लमजुङ, रसुवा, कास्की, बैतडी, सुर्खेत, स्याङ्जा, नुवाकोट, सिन्धुली, रोल्पा, धनुषा, अर्घाखाँची र बारामा वितरण गरिएको छ ।

बोर ९८.४४ प्रतिशत एउटा गोरखामा, बोर ९६.८७ प्रतिशत १० वटा पर्वत, धादिङ, कास्की, नुवाकोट, गोरखा, सिन्धुली र धनुषामा वितरण गरिएको छ । बोर ९३.७५ प्रतिशत १८ वटा गोरखा, धादिङ, कपिलवस्तु, काठमाडौँ, स्याङ्जा, दोलखा, धनुषा, तनहुँ र बारामा वितरण गरिएको आचार्यले बताए । यसैगरी बोर ८७.७५ प्रतिशत ३१ गोरखा, धादिङ, काठमाडौँ, स्याङ्जा, तनहुँ, बारा, सल्यान, नुवाकोट, नवलपरासी (बसपु) र लमजुङमा वितरण गरिएको छ । बोर ७५ प्रतिशत २० वटा धादिङ, सिराहा, काठमाडौँ, कास्की, गोरखा, तनहुँ, नवलपरासी (बसपु), लमजुङ, सिन्धुली र बारामा वितरण गरिएको जनाइएको छ । बोर ५० प्रतिशत २० वटा काभ्रेपलाञ्चोक, काठमाडौँ, ललितपुर र गोरखामा, सानन ९६.८७ प्रतिशत छ वटा धनकुटा, सुर्खेत, बैतडी, ताप्लेजुङ, नुवाकोट र गुल्मीमा वितरण गरिएको छ । सानन ९३.७५ प्रतिशत एउटा पर्वतमा, सानन ८७.५ प्रतिशत एउटा गुल्मीमा, सानन ७५ प्रतिशत छ काठमाडौँ, कास्की, रसुवा र बैतडीमा, सानन ५० प्रतिशत रसुवामा, जमुनापारी ५० प्रतिशत एउटा नवलपुरमा, शुद्ध खरी २० वटा नवलपुर, सुर्खेत, मकवानपुर, तनहुँ र गोरखामा र शुद्ध सिन्हाल एउटा काठमाडौँमा वितरण गरिएको जनाइएको छ । कार्यालयले बाख्राको अनुसन्धानका लागि विभिन्न जिल्लामा स्रोतकेन्द्र स्थापना गरिएको छ । तनहुँको भानु नगरपालिकास्थित बरभञ्याङ, आँबुखैरेनी गाउँपालिकास्थित बरादीमा, घिरिङमा, गोरखाको बक्राङ, स्याङ्जाको पेखुथाना र धादिङको निलकण्ठमा बाह्य अनुसन्धान केन्द्र स्थापना भएका छन् ।

केन्द्रमा बाख्राहरुलाई चरिचरणको घाँसमा बाह्य जनावरबाट क्षति हुने गर्दा समस्या हुने गरेको छ । त्यस्तै हिउँद तथा सुख्खा मौसममा बाख्रालाई घाँसको कमी हुँदै आएको छ । त्यसका लागि सरपानी तथा आले गाउँमा जमिन सम्याई घाँस लगाइएको छ । कूल ८० हेक्टर क्षेत्रफलमा फैलिएको केन्द्रमा बाख्राको लागि आवश्यक पर्ने डालेघाँस, भुइँघाँसको खेती गरिएको छ । बाख्रालाई विशेष गरेर नेपियर, मोलाटो, सेटारिया, सिग्नल घाँस, किम्भु खनायोलगायतका घाँस खुवाउने गरिएको छ ।

-रासस

बागलुङमा मुस्ताङी च्याङ्ग्राको आयातमा कमी

यस वर्ष हिमाली जिल्ला मुस्ताङबाट बडादसैँलाई लक्षित गरी कम च्याङ्ग्रा भित्रिएका छन् । मूल्य वृद्धि भएसँगै कम मात्रामा यहाँ च्याङ्ग्रा भित्रिएका हुन् । जिल्ला सदरमुकाममा अहिलेसम्म एक सय च्याङ्ग्रा भित्रिएका छन् । हिमाली क्षेत्रको जडीबुटी खाएकाले स्वादिलोसँगै स्वास्थ्यका लागि फाइदा हुने च्याङ्ग्रा खासगरी बडादसैँ र तिहारमा बढी खपत हुने गरेको यहाँका व्यापारी बताउँछन् । दसैँमा प्राय: उपभोक्ताले मासुका लागि भैँडाच्याङ्ग्रा खोज्ने गरेकाले हिमालपारिबाट घटस्थापनाको भोलिपल्टदेखि च्याङ्ग्रा भित्रिउने गरिएको बलबहादुर थापाले बताए ।

बर्सेनि बागलुङबाट मुस्ताङ पुगेर च्याङ्ग्रा भित्र्याउँदै आउनुभएका उपल्लाचौरका थापाले यस पटक २९ वटा मात्रै च्याङ्ग्रा भित्र्याएको जानकारी दिए । उनले प्रतिच्याङ्ग्रा रु ३५ हजारदेखि रु ३७ हजारसम्ममा बिक्री हुने गरेको बताए । च्याङ्ग्राको मासु काटेर प्रतिकिलो रु दुई हजारसम्ममा बिक्री गर्दै आएको भन्दै थापाले मूल्यवृद्धि भएकाले पछिल्लो समय च्याङ्ग्राको मासु कम खपत हुन थालेको अनुभव सुनाए । गत वर्ष जिल्लामा तीनसय भन्दा बढी च्याङ्ग्रा भित्रिने गरेकामा यस वर्ष मूल्य वृद्धि भएसँगै उक्त सङ्ख्यामा कमी आएको हो । “स्थानीय खसीबोकाको मासु बढी खपत भइरहेको छ, दसैँमा च्याङ्ग्रा खाने परम्परा भए पनि मूल्य वृद्धिका कारण सबैले खान सक्ने अवस्था छैन । आर्थिक अवस्था कमजोर हुनेले खानै सक्दैनन्”, थापाले भने, “मुस्ताङबाट चार दिनमा च्याङ्ग्रा ल्याएको हो, रोज्जा च्याङ्ग्राको मूल्य रु ३७ हजार पर्दछ ।” उनले पहिला जस्तो च्याङ्ग्रा व्यापारमा नाफा नभएको बताए । थापासँगै बागलुङका ज्ञानेन्द्रबहादुर कार्की र महेन्द्रबहादुर केसीले यस पटक ३०/३० गरी ६० वटा च्याङ्ग्रा भित्र्याएका छन् । बागलुङ बजारमा मासु पसल सञ्चालन गर्दै आएका केसीले लामो समयदेखि दसैँ र तिहारको अवसरमा मुस्ताङ पुगेर च्याङ्ग्रा ल्याउने कामलाई निरन्तरता दिइराखेका छन् । च्याङ्ग्राको आयात थोरै हुँदा मूल्य बढेको उनको भनाइ छ । मुस्ताङको छोसेर, कागबेनी, चमरलगायत ठाउँमा पुगेर व्यवसायीले च्याङ्ग्रा ल्याउने गरेका उनले जानकारी दिए । गोठबाट उतैका व्यापारीले च्याङ्ग्रा मुस्ताङको सदरमुकाम जोमसोम ल्याउने र आफूले त्यहाँबाट खरिद गरेको केसीले जानकारी दिए । हिमाली भेगमा पालन गरिएका भैँडाच्याङ्ग्राले लेकाली जडीबुटी खाने भएकाले मासु पोषिलो र स्वादिष्ट हुने उपभोक्ताको भनाइ छ । चाडपर्वका लागि हिमालपारिको जिल्ला मुस्ताङबाट च्याङ्ग्रा बागलुङ झार्ने गरिन्छ ।

-रासस

कृषि मुलुक च्याउमा समेत परनिर्भर

पछिल्लो समय च्याउको उत्पादन र बजार दुवै विस्तार हुँदै गएको छ । कम लगानीमा बढीभन्दा बढी आम्दानी लिन सकिने भएकाले पनि किसानमात्रै नभई कर्पोरेट हाउसहरूसमेत च्याउ व्यवसायतर्फ आकर्षित हुन थालेका छन् । विगतमा आयातमा निर्भर नेपाल क्रमिकरूपमा आत्मनिर्भरतर्फ अग्रसर हुँदैछ । तथापि सरकारको स्पष्ट नीति नहुँदा अपेक्षाअनुसार च्याउको विकास विस्तार र प्रवर्द्धन भने हुन सकिरहेको छैन । च्याउ खेती आर्थिक र रोजगारीको दृष्टिकोणले अपार सम्भावना बोकेको कृषि व्यवसाय हो । अनुकूल भौगोलिक विविधताका कारण नेपालमा बाह्रै महिना यसको खेती गर्न सकिन्छ । अन्य नगदेबाली जस्तो धेरै जग्गा नचाहिने र छोटो अवधिभित्रै प्रतिफल प्राप्त गर्न सकिने नाफामुखी कृषि व्यवसाय भएकाले च्याउले गरिबी निवारणमा समेत महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छ तर पनि च्याउ सरकारको खासै प्राथमिकतामा रहेको देखिँदैन । च्याउ अति नै पोषिलो र स्वास्थ्यवर्द्धक खाद्यवस्तु भएकाले विश्वबजारमा यसको माग अत्यधिक रहेको छ । नेपालमा धेरै जातका च्याउहरू पाइन्छन् तर यसको अध्ययन अनुसन्धान र विकास भने हुन सकेको छैन । नेपालमा बहुमूल्य जातका च्याउको उत्पादन र निर्यातको प्रचुर सम्भावना हुदाँहुदै पनि सरकारले चासो नदिएकाले नेपाल र नेपाली किसान च्याउका सम्भावित अवसरहरूबाड वञ्चित हुनुपरिरहेको छ । फ्रेस च्याउको आयात घटे पनि च्याउजन्य उत्पादन ठूलो परिमाणमा आयात भइरहेको छ ।

मासु, फलफूल र तरकारीमा भन्दा बढी तत्व : विभिन्न अध्ययनअनुसार च्याउमा प्रोटिनको मात्रा मासु र माछाभन्दा कम तथा धेरैजसो तरकारी तथा फलफूलभन्दा बढी पाइन्छ । शरीरलाई नभइनहुने नौवटा अत्यावश्यक अमिनो अम्लहरू कुनै पनि एउटै प्राकृतिक स्रोतमा हुँदैनन् तर यी सबै अत्यावश्यक अमिनो अम्ल च्याउमा पाइएको छ । च्याउमा पाइने प्रोटिन पचाउन पनि धेरै सजिलो हुन्छ, अन्य गेडागुडी र मासुको प्रोटिन पचाउन नसक्ने बालबालिका र वृद्धवृद्धाहरूका लागि त च्याउ झन् उपयोगी मानिन्छ । प्रोटिनबाहेक च्याउमा विभिन्न भिटामिन तथा खनिज तत्वहरू पनि पाइन्छन् । च्याउमा भिटामिन बी कम्प्लेक्स तथा भिटामिन सी पर्याप्तमात्रामा पाइन्छ । फोलिक एसिड तथा भिटामिन बी १२ जस्ता गर्भवती तथा दूध खुवाउने महिलालाई अति आवश्यक पोषक तत्वहरू सामान्य तरकारी सबैमा पाइँदैन तर च्याउमा एकसाथ पाइन्छ । फस्फोरस, सोडियम तथा पोटासियमजस्ता खनिज तत्वहरू पनि च्याउमा प्रशस्त मात्रामा पाइन्छ । व्यावसायिक कीट विकास केन्द्रद्वारा प्रकाशित च्याउ खेती प्रविधि पुस्तिकाअनुसार च्याउमा उच्च पोटासियम, सोडियम पाइन्छ, जुन ब्लडप्रेसरका बिरामीका लागि आवश्यक हुन्छ । च्याउमा सक्खर तथा बोसोको मात्रा धेरै कम हुने तथा कोलेस्टेरोलरहित भएकाले च्याउ मधुमेहका बिरामीका लागि अत्यन्तै फाइदाजनक मानिन्छ । च्याउमा रेशादार पदार्थसमेत बढी हुने भएकाले कब्जियतबाट बचाउनुका साथै दैनिक च्याउ खाने व्यक्तिलाई क्यान्सर रोग लाग्न नसक्ने स्वास्थ्यकर्मीको दाबी छ । त्यसैगरी च्याउले मानव शरीरका कोषहरूलाई चाँडो बुढो हुनबाट बचाउनुका साथै कोलेस्टेरोल घटाउँछ, जसको कारण फदयाघात, पक्षाघातजस्ता समस्याबाट जोगाउँछ । शरीरमा अनावश्यक गिर्खा आउनबाट रोक्छ भने रुघाखोकी निरोधक क्षमताका साथै हाड रोगको रोकथाममा पनि सहयोग गर्छ ।

सम्भावना र चुनौती : च्याउ खेती आर्थिक र रोजगारीको दृष्टिकोणले अपार सम्भावना बोकेको एउटा कृषि व्यवसाय हो । अनुकूल भौगोलिक विविधताका कारण नेपालमा बाह्रै महिना च्याउ खेती गर्न सकिन्छ । अन्य नगदेबालीजस्तो धेरै जग्गा नचाहिने र छोटो अवधिभित्रै प्रतिफल प्राप्त गर्न सकिने नाफामुखी कृषि व्यवसाय भएकाले च्याउले गरिबी निवारणमा समेत महत्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छ । पछिल्लो समय स्वदेशी तथा विदेशी बजारमा च्याउको माग बढ्दै गएको छ । उन्नत प्रविधि विकास र च्याउको प्रजातीय विकासका कारण च्याउको व्यावसायिकीकरण बढ्दै गएको छ । पौष्टिक खाद्यतत्व उपलब्धताका कारण च्याउ खाद्य तथा पोषण सुरक्षाको बलियो आधार पनि मानिन्छ । स्थानीय स्रोत र साधनको सदुपयोग गरी च्याउ उत्पादन गर्न सकिन्छ । च्याउ प्रशोधन गरी विभिन्न परिकार बनाएर लामो समयसम्म भण्डारण तथा उपयोग गर्न सकिन्छ । त्यसो त खुला सिमानाका कारण भारतीय च्याउको प्रवेशले नेपाली च्याउले राम्रो मूल्य पाउन सकेको छैन । तथापि पछिल्लो समय नेपाली च्याउले भारतीय च्याउलाई विस्थापित गर्दै गएको च्याउ उत्पादक किसान संघका अध्यक्ष सन्तोष कार्की बताउनुहुन्छ । उहाँका अनुसार नेपालमा हाल च्याउ खेतीमा करिब ३५ हजार किसान आबद्ध छन् भने वार्षिक करिब १५ अर्ब रुपैयाँ बराबरको च्याउ कारोबार हुने गरेको छ । हाल कन्य च्याउको दैनिक उत्पादन ५० हजार केजी, गोलो च्याउ १० हजार केजी, राजा च्याउ एक हजार केजी, सिताके करिब आठ सय केजी र अन्यको उत्पादन दैनिक पाँच सय केजी रहेको छ । कृषि मन्त्रालयको तथ्यांकअनुसार आर्थिक वर्ष २०७९/८० मा नेपालमा ताजा गोभ्रे च्याउ तीन लाख १७ हजार नौ सय ३३ केजी आयात भएको थियो तर आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा घटेर ८२ हजार तीन सय १० केजीमा झरेको छ । त्यसो त च्याउको धेरैजसो उत्पादन र खपत काठमाडौंलगायतका शहरी क्षेत्रमा मात्रै रहेको पाइएको छ । ग्रामीण क्षेत्रमा च्याउको खासै प्रवर्द्धन हुन सकेको छैन । तर, व्यावसायिक कीट विकास केन्द्र प्रमुख डा. सावित्री बराल भने सरकारले विगत वर्षहरूमा च्याउ प्रवर्द्धनात्मक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरेकै कारण अहिले च्याउमा उपभोक्ता र उत्पादकमा जागरण ल्याएको बताउनुहुन्छ । उहाँले हिमालय टाइम्ससँग भन्नुभयो, ‘विगतमा केन्द्रमार्फत् सरकारले च्याउको प्रवर्द्धनात्मक कार्यक्रम सञ्चालन गरेको थियो । सोही कारण पछिल्लो समय सर्वसाधारणमा पनि च्याउ खानुपर्ने रहेछ भन्ने धारणा बन्दै गएको छ । विगतमा च्याउ खानै हुँदैन भन्ने जमात पनि अहिले च्याउतर्फ आकर्षित भइरहेको अवस्था छ । तथापि संघीयतासँगै सबै काम संघले गर्दैन, नीतिगत काम हुन्छ । तीनवटै सरकारबीच कामको बाँडफाँट भएका छन् ।’ साथै च्याउको राष्ट्रिय स्रोत केन्द्र स्थापनाका लागि खोपासीमा भवनलगायत पूर्वाधार निर्माणको काम सुरु भइसकेको पनि उहाँले जानकारी दिनुभयो । स्रोत केन्द्र स्थापनापछि च्याउ क्षेत्रले गति लिने उहाँको भनाइ थियो । च्याउ खेतीसम्बन्धी दक्ष प्राविधिक जनशक्ति अभाव, बिउ उत्पादक व्यक्ति/संस्थाहरू र उनीहरूले उत्पादन गरेका च्याउ बिउको गुणस्तरप्रति आम च्याउ उत्पादक कृषक अझै विश्वस्त हुन नसकिरहेको अवस्था, च्याउको बजार मूल्यमा अस्थिरता, च्याउको उपयुक्त बजार प्रविधि र व्यवस्थित बजार सञ्जाल अभाव, च्याउ प्रशोधन प्रविधि अभाव, राष्ट्रियस्तरको सरकारी च्याउ स्रोत केन्द्र र च्याउ नीति अभाव, च्याउ बिउ उत्पादन प्रयोगशालाको गुणस्तर, नियमन अभावलगायतका समस्या रहेको केन्द्रले जनाएको छ ।

विश्व बजारमा च्याउ : जर्मन को-अपरेसनसँगको सहकार्यमा सिप्रेडलगायतका संस्थाले तयार पारेको च्याउ उत्पादन तथा बजारीकरण पुस्तिकाअनुसार च्याउ मानव सभ्यतासँगै खाद्य, पोषण र औषधिका रूपमा प्रयोग हुँदै आएको छ । विगतमा च्याउ एक महत्वपूर्ण र विशिष्ट भोजनका रूपमा उपयोगमा थियो तर पछिल्लो समय व्यावसायिक उत्पादन, प्रविधि विकास र खुला बजारले च्याउको सर्वसुलभ उपलब्धता बढाएसँगै धनी गरिब सबैको पहुँचमा रहेको छ । यसरी १९९० दशकदेखि च्याउको लोकप्रियतासँगै उत्पादन पनि बढेर गएको छ । विश्वमा च्याउको बजार करिब १६.७ अर्ब डलरको अनुमान गरिएको छ । एसिया प्यासिफिक मुलुकहरूले च्याउ उत्पादनमा अग्रस्थान बनाउँदै आएका छन् । जसमा चीनले विश्वकै धेरै अर्थात् ७५ प्रतिशत च्याउ उत्पादन गर्छ भने जापान, भारत, इण्डोनेसिया पनि च्याउ उत्पादनमा अगाडि छन् । विश्वमा च्याउका करिब १४ हजार प्रजातिमध्ये सात हजार जति खानयोग्य मानिएको छ भने झण्डै दुई सय प्रजाति परीक्षण उत्पादन भएकामा ६० प्रजातिका च्याउको व्यावसायिक उत्पादन हुने सम्भावना देखिएको छ । नेपालको भौगोलिक एवं जैविक विविधताका कारण च्याउ प्रजातिमा धेरै विविधता पाइए पनि अध्ययन अनुसन्धान हुन सकेको छैन । हालसम्म ११ सय ५० प्रजातिको मात्रै अभिलेखीकरण भएको पाइएको छ । जसमध्ये एक सय ४७ प्रजाति खानयोग्य, सय प्रजाति विषालु र ७० प्रजाति औषधीय गुण भएको पाइएका छन् । तर, व्यावसायिक कीट विकास केन्द्रका अनुसार नेपालमा पाइएका च्याउमध्ये एक सय ७० प्रजाति खानयोग्य छन् ।

-इहिमालय टाइम्स डटकम

विजया दशमी तथा शुभ दिपावली २०८२ को शुभ अवसरमा देश तथा विदेशमा रहनुभएका सम्पूर्ण नेपालीहरु, वडावासी तथा सेवाग्राहीहरुमा सुख, शान्ति, समृद्धि र दिर्घायुको कामना गर्दै हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

वडा कार्यालयको अनुरोध

- मासु तथा मासुजन्य पदार्थको आवश्यकताभन्दा बढी उपभोग नगरौं ।
- काटेको वा पकाएको मासु वा मासुजन्य पदार्थ सुरक्षित राखेर मात्र उपभोग गरौं ।

टुक प्रसाद भट्टराई
वडा अध्यक्ष एवं
तानसेन नगरपालिका वडा नं. १३ को कार्यालय
बौघागुम्बा, तानसेन, पाल्पा

मनको आवाज............

'नाम पनि यूनिक, काम पनि यूनिक'

यूनिक एफ.एम. ९४.२ मेगाहर्ज

विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
यूनिक शोसियल कम्यूनिकेशन प्रा.लि.
तानसेन, पाल्पा
०७५-५२१४६४, ५२१४६६
E-mail
news.uniquefm@gmail.com
www.uniquefm942.com

वर्गिकृत डिस्प्ले

१ X ५ साइजमा मात्र

वर्गिकृत डिस्प्लेमा विज्ञापन दिनुहोस् व्यवसाय बढाउनुहोस्

सम्पर्क: ०७५-५२०६०१

रेविज: तथ्य बुझौं, त्रसित नहोऔं ।

रेविज: कुकुर तथा जंगली जनावरको टोकाईबाट मानिसमा सर्ने प्राणघातक रोग हो ।

यसबाट बच्न :

-घरपालुवा जनावरलाई नियमितरुपमा रेविजविरुद्धको खोप लगाऔं,
-जनावरले टोकेमा तुरुन्तै साबुन पानीले कम्तीमा १५ मिनेटसम्म राम्रोसँग धोऔं,
-जनावरले टोकेमा तुरुन्तै नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौं,
-स्वास्थ्यकर्मीको सल्लाहबमोजिम रेविजविरुद्धको खोप लगाऔं,
-कुकुर तथा घरपालुवा जनावरलाई खुल्ला रुपमा नछाडौं,
-जंगली वा अपरिचित जनावरसँग टाढा बसौं,
रेविजको उपचार हुँदैन, सतर्कता अपनाऔं !

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

बडादसैं २०८२ को पावन अवसरमा

हार्दिक मंगलमय
शुभकामना

विजया दशमी २०८२ को पावन अवसरमा देश, विदेशमा रहनुभएका सम्पूर्ण नेपालीजनहरु, सेवाग्राही, कर्मचारीवर्ग, शुभेच्छुकहरुमा सुख, शान्ति समृद्धि र दिर्घायुको कामना गर्दै हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

राजेन्द्र सिगल
सचिव

बुद्धि प्रसाद शर्मा
सभापति

नेपाल नेत्र ज्योति संघ/पाल्पा लायन्स लाकौल आखाँ अस्पताल परिवार
तानसेन, पाल्पा

हरेक प्रहरका ताजा समाचारका लागि www.shittalpati.com क्लिक गर्नुहोस् ।

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित, कार्यालय:कैलाशनगर-५,तानसेन,पाल्पा,फोन:०७५-५२०६०१,E-mail:njdnews@gmail.com पा.जि.हु.द.नं. ५/२०७८/०७९, पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२ प्रबन्धक : इन्द्रा भट्टराई, सम्पादक: रामचन्द्र रायमाझी, प्रधान सम्पादक: जगदीशप्रसाद भट्टराई