सम्पादकीय

भूमे साप्ताहिक

वर्ष ६ अङ्क २८ २०८१ माघ २७
आईतबार

विकासको काममा खेलबाड नगरौं

विकास देशको मेरुदण्ड हो। आर्थिक उन्नति, जनताको जीवनस्तर सुधार, र आधुनिक पूर्वाधारको निर्माणका लागि राज्यले गर्ने विकास निर्माण कार्य अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ। तर, विडम्बना के छ भने, नेपालमा विकास निर्माणका कामहरूमा कर्मचारी तथा कार्यन्वयन निकायको बेवास्ता, ठेकेदारहरूको लापरवाही, अनियमितता, र ढिलासुस्ती व्यापक देखिन्छ। हरेक वर्षको बजेटमा ठूलो रकम पूर्वाधार विकासका लागि छुट्याइन्छ, तर कार्यान्वयन तहमा पुग्दा ती योजनाहरू प्रभावकारी रूपमा सम्पन्न हुँदैनन्। कतिपय आयोजना तोकिएको समयमा सम्पन्न नहुनुका पछाडि भ्रस्टाचार, गैरजिम्मेवारीपन, र व्यवस्थापकीय कमजोरी प्रमुख कारण रहेका छन्। धेरैजसो ठूला परियोजनाहरू समयमै पूरा नहुने, गुणस्तरीय काम नहुने, र पटक–पटक अतिरिक्त बजेट थप्दै लम्बिइरहने प्रवृत्तिले देशलाई आर्थिक रूपमा ठूलो क्षति पुऱ्याइरहेको छ।

विकास निर्माणमा हुने यस्तो खेलबाड तत्काल रोक्न आवश्यक छ। ठेकेदारहरूको गैरजिम्मेवारीपूर्ण कार्यशैलीलाई कडाइका साथ नियन्त्रण गर्न, पारदर्शिता कायम राख्न, तथा समयमै काम सम्पन्न गर्ने सुनिश्चितता दिन सरकारले प्रभावकारी नीति ल्याउनु जरुरी छ। सार्वजनिक परियोजनाहरूको प्रभावकारी निगरानीका लागि नागरिक समाज, सञ्चारमाध्यम, र सरोकारवाला निकायहरूलाई पनि सचेत र सक्रिय बनाउनुपर्छ।

खास गरी प्रदेश र सङ्घीय सरकार मातहतको जिल्ला स्थित कार्यालयको काम निकै ढिलासुस्ती भइरहेको नागरिकको गुनासो छ। जिल्ला स्थित विकासे कार्यालयले समयमै कामलाई अघि बढाउन नसक्दा विकास निर्माणमा असर देखिएको छ। समयमा काम नहुँदा न दिगोविकास हुन्छ। समयमै विकास नहुँदा सरकारको लगानी पनि खेर गइरहेको छ। सहि ठाउँमा, ठिक समयमा विकास नहुँदा विकासको काम गतिविहिन भइरहेको अवस्था छ। दुःखद कुरा जिल्लाको जलस्रोत तथा सिंचाइ सवडिभिजन कार्यालय रुकुमपूर्वले यश आर्थिक वर्षको नयाँ योजना अहिले सम्म पनि कुनै काम सुरु गर्न सकेको छैन। समयमै काम सुरु नहुँदा कस्तो खालको विकास होला ? त्यसैले उक्त कार्यालयका कर्मचारीले जिम्मेवारपूर्ण रुपले समयमै काम सुरु गरिनु पर्छ।

समयमै पूरा नहुने आयोजना, गुणस्तरहीन काम, र दोहोरिने आर्थिक अनियमितताले देशको विकास अवरुद्ध हुन्छ। तसर्थ, अब विकासको नाममा भइरहेको अनियमितता अन्त्य गर्दै इमानदार र पारदर्शी प्रणाली लागू गरिनुपर्छ। जनताले विकासको वास्तविक लाभ लिन पाउने वातावरण सिर्जना गरौं, विकास निर्माणमा खेलबाड नगरौं।

प्रकाशक

भूमे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको
कार्यालय

खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)
लुम्बिनी प्रदेश नेपाल

वर्ष ६ अङ्क २८ २०८१ माघ २७
आईतबार

आगलागी पीडितलाई गाउँपालिका र अखिल क्रान्तिकारीको सहयोग

❖ *बालाराम शेर्पाली*

रुकुमपूर्व भूमे गाउँपालिका–३ स्थित क्याङ्सीमा माघ २० गते बिहान साढे ७ बजे विद्युत सट हुँदा घरमा आगलागी भएको हो। क्याङ्सीका भान्देउ रोकाको घरमा विद्युत सट हुँदा घर आगलागी भइ पूर्ण रुपमा क्षति भएको छ।

घर आगलागी हुँदा मानवीय क्षति नभएको तर, घर पूर्ण रुपले क्षति भएको वडाध्यक्ष प्रशुराम बुढामगरले जानकारी दिनुभयो। घर आगलागी हुँदा अनुमानित १२ लाख रुपियाँ बराबरको क्षति पुगेको छ।

तत्काललाई गाउँपालिका, वडा र अखिल क्रान्तिकारीले केही राहत प्रदान गरेको छदुई वटा फाइबर सिरक, दुई वटा बलाङ्केट, दुई वटा कम्बल यसैगरी दाल, चामल, नुन, तेल र अन्य खाद्यान्न अत्यावश्यक सामग्री सहित पीडितको घरमा पुगेर सहयोग गरिएको वडाध्यक्ष बुढामगरले बताउनुभयो। गाउँपालिका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठ, वडाध्यक्ष प्रशुराम बुढामगर, वडा सदस्य अर्थलाल रोकामगर, अखिल क्रान्तिकारी रुकुमपूर्वका अध्यक्ष चन्द्र रसाईली, शहिद बासु नमुना स्मृति विद्यालयका प्राधानध्यापक तुलाराम खड्का, पत्रकार महासंघका उपाध्यक्ष बालाराम शेर्पाली लगायतको उपस्थितिमा राहत हस्तान्तरण गरिएको हो।

भूमे साप्ताहिक
नागरिक ३

वर्ष ६ अङ्क २८ २०८१ माघ २७
आईतबार

सिटिजन बैंकको सेवा ढिलासुस्ती, सेवाग्राहीलाई सास्ती

❖ **साप्ताहिक संवाददाता**

रुकुमपूर्व भूमे गाउँपालिका–२ स्थित खाबाङबगरमा रहेको सिटिजन बैंकले सेवा ढिलासुस्ती गर्दा सेवाग्राहीले सास्ती खेप्दै आएका छन्। सिटिजन बैंकले सेवा प्रवाहमा ढिलासुस्ती गर्दा सेवाग्राहीले सास्ती खेप्दै आएका हुन्।

गोप्य सेवाग्राहीहरूका अनुसार बैंकमा कारोबार गर्दा घण्टौं पर्खिनु परेको बताएका छन्। बैंकमा कर्मचारीले ढिलोसुस्ती काम र काममा स्पष्ट रुपले नबुझाइ दिदा सास्ती खेप्नु परेको सेवाग्राहीको भनाइ छ। सिटिजन बैंकको ढिलासुस्तीपूर्ण सेवाका

कारण वृद्धवृद्धा र बच्चाका आमालाई सारै नै कष्ट खेपिरहनु परेको उहाँहरुको भनाइ छ। सामाजिक सुरक्षा भत्ता लिन घण्टौं लाइनमा बस्न बाध्य हुनु कारोवार काममा कर्मचारीले काम ढिलाइ गरिराखेको नागरिकको गुनासो छ। सामाजिक सुरक्षा भत्ता लिन बिहान १० बजे बैंक पुगे पनि वृद्धवृद्धाहरू दिनभर लाइनमा बस्नुपरेको बताएका छन्। सिटिजन बैंक भूमे शाखाका प्रमुख

परेको त्यी व्यक्तिहरुले बताए। बालबालिका पोषण भत्ता, सामाजिक सुरक्षा भत्ता, व्यक्तिगत खाता, उपभोक्ता समितिको खाता खोल्ने लगायतका बैंकिङ डिल्लीबहादुर ओलीले भने सेवाग्राहीहरूको गुनासोलाई गम्भीर रूपमा लिएको बताउनुभयो। काम गर्दै जाने क्रममा कमीकमजोरी हुन सक्छ, भएका कमीकमजोरीलाई आगामी दिनमा सुधार गर्दै जाने ओलीले बताउनुभयो।

भूमे राष्ट्रपति रनिङ शिल्डमा लगातार चार पटक मावि महत प्रथम

साप्ताहिक संवाददाता / रुकुमपूर्व भूमे गाउँपालिका स्तरीय राष्ट्रपति रनिङ शिल्डमा लगातार चार पटक भूमे–६ जनजागृति माध्यमिक विद्यालय महत प्रथम हुँदै आएको छ।

२०७८ साल देखि २०८१ साल सम्म लगातार रुपमा भूमे गाउँपालिका स्तरीय राष्ट्रपति रनिङ शिल्डमा मावि महत प्रथम हुँदै आएको हो।

भूमे साप्ताहिक
खेलकुद
५

वर्ष ६ अङ्क २८ २०८१ माघ २७ आईतबार

लगातार रुपमा चार पटक सम्म शिल्डमा प्रथम हुँदै आएपछि मावि महतले समीक्षा कार्यक्रम गरी खुसीयाली मनाएको छ। पठनपाठनसँगै खेल क्षेत्रलाई थप विकास गर्दै जानेबारेमा समीक्षा कार्यक्रम गरिएको हो।

जिल्ला समन्वय समिति रुकुमपूर्वका प्रमुख मेघबहादुर श्रेष्ठकले शुभकामना तथा बधाई मन्तव्य दिदै खेलकुद प्रतिस्पर्धा मात्रै नभए र अनुशासन, मेहनत र संकल्पको पाठशाला भएको बताउनुभयो।

विद्यालय परिवारले विद्यार्थीको चौतर्फी ज्ञान विकासका लागि योजना बनाएर लागिरहनु पर्ने श्रेष्ठे बताउनुभयो। यसैगरी जिसस उपप्रमुख मोहनबहादुर केसीले खेलकुद खेलाडीहरूका लागि मात्र नभए र विद्यालयका अभिभावक तथा प्रशिक्षक,खेलप्रेमी सबैका लागि प्रेरणाको स्रोत भएको बताउनुभयो।

खेकुदलाइ अगाडि बढाउन राज्यले लगानी गर्नु पर्नेमा केसीले जोड दिनुभयो।

यस्तै भूमे गाउँपालिका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठले खेल माध्यमबाट पनि विद्यार्थीले आफ्नो प्रतिभा देखाउने, अनुशासन सिक्ने र एकआपसमा सहकार्य बढाउने अवसर प्रदान हुने गरेको बताउनुभयो।

गाउँपालिकाले खेलकुदलाई प्राथमिकता दिँदै आवश्यक पूर्वाधार विकास, खेल सामग्री उपलब्ध गर्दै आएको उहाँले बताउनुभयो। गाउँगाउँबाट राष्ट्रिय तथा अन्तरराष्ट्रिय स्तरका खेलाडीहरू जन्माउने लक्ष्य गाउँपालिकाले लिएको अध्यक्ष श्रेष्ठले बताउनुभयो।

खेलाडीहरूको जोस, जागरलाई गाउँपालिकाले प्रोत्साहन गर्ने खालका कार्यक्रम ल्याउने गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष सविना बुढाले बताउनुभयो।

भूमे साप्ताहिक
आर्थिक ६
वर्ष ६ अङ्क २८ २०८१ माघ २७
आईतबार

रुकुमपूर्वको सिंचाइ कार्यालयद्वारा नयाँ योजनाको काम अझै सुरसार छैन्

❖ बालाराम शेर्पाली

सिंचाइ कार्यालय अन्तर्गत सञ्चालनमा आउनुपर्ने योजनाहरुको काम सुचारु नहुँदा स्थानीय आक्रोशित छन्।

कार्यालयका कर्मचारीले योजना कार्यन्वयमा चासो नगर्दा यस आर्थिक वर्षको ९ महिना बितिसक्दा समेत जलस्रोत तथा सिंचाइ विकास सवडिभिजन कार्यालय रुकुमपूर्वले यस आर्थिक वर्षको नयाँ योजनाको काम अझै सुरु गरेको छैन्। ठेक्का मार्फत कार्यन्वयन हुने योजनाको हाल सम्म पनि कार्यालयले ठेक्का आह्वान गर्न नसक्दा नयाँ योजनाका काम सुरु हुन नसकेको हो।

कार्यालयले तोकिएको समयमा ठेक्का प्रक्रिया अघि बढाउन नसक्दा सिंचाइ योजना अलपत्र अवस्थामा परेको स्थानीयले बताएका छन्।

काम शुन्य गतिमा रहेको भन्दै भूमे गाउँपालिका–२ का वडाध्यक्ष नारायण पुनले आक्रोश पोख्नुभयो। अझै पनि कार्यालयले आफ्नो काम सुरु नगरे आन्दोलनमा समेत जाने वडाध्यक्ष पुनले बताउनुभयो। वडाध्यक्ष पुनले जलस्रोत तथा सिंचाइ विकास सवडिभिजन कार्यालयका प्रमुख मदनप्रसाद शाहलाई कार्यालयको काम किन ढिलासुस्ती भयो भनेर बुझ्दा प्रमुख शाहले रिसाएर बजेट फ्रिज गएमा जिम्मा

म लिन्छु भन्नु भएको बताउनुभयो। प्रमुख शाहले थप यस विषयमा तपाईलाई किन चासो भयो ? भनेर आफूलाई शाहले उल्टो प्रश्न गरेको वडाध्यक्ष पुनले बताउनुभयो। सिंचाइ कार्यालय प्रमुख मदनप्रसाद शाहले रुकुमपूर्वको पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाको उपनिर्वाचनले एक महिना कार्यालयमा काम हुनु नसकेको बताउनुभयो। यस कार्यालयमा कर्मचारीहरु सरुवा भएर जादा काममा ढिलाइ भएको शाहले बताउनुभयो। प्रमुख शाहको अनुसार प्राविधिक तथा प्रशासनिक कारणले टेन्डर खोल्न ढिलाइ भएको बताउनुभयो। अब छिट्टै काम सुरु गर्ने शाहले बताउनुभयो। केही कारण बस यस आर्थिक वर्षको बजेट फ्रिज गएको खण्ड आफैं जिम्मेवारी हुने समेत प्रमुख शाहले बताउनुभयो।

शिलबन्दी कोटेशन माग सम्बन्धी सूचना

प्रथम पटक प्रकाशित २०८१/१०/२७ गते

नेपाल सर्वाङ्गिण विकास समाज काठमाण्डौले विगत १८ वषदेखि सर्वाङ्गिण विकासमा विभिन्न कार्यक्रम मार्फत विभिन्न संघ संस्था तथा सरकारी निकायसंग साझेदार गरेर विभिन्न कार्य गर्दै आईरहेको छ। **कन्भोय अफ होप, अमेरिकाको आर्थिक सहयोगमा** भूमे गाउँपालिका वडा नं. ३ रुकुम पूर्वमा संचालित सामुदायीक विकास कार्यक्रम अन्तर्गत कृषकहरुको लागि **फलामको टनेल निर्माण** गर्न विभिन्न सामाग्रीहरु आवश्यक भएकोले ईच्छुक फमहरुले यहिँ मिति २०८१/१०/२७ देखि २०८१/११/२ गते ५:०० बजेसम्म आवश्यक कागजात (फर्म दर्ता र नविकरणको प्रतिलिपि, २०८०/ २०८१ को कर चुक्ता, प्यान, भ्याटको प्रतिलिपि)सहित शिलबन्दी दर भाउ पत्र पेश गर्न आव्हान गरिन्छ। उक्त शिलबन्दी पत्र र कागजात संस्थाको फिल्ड कार्यालय भूमे ३, सिमामा बुझाउनु पर्नेछ। शिलबन्दी दर भाउ पत्र फारम तथा **TOR** यस संस्थाको वेबसाईट **www.nims.org.np/dpownload** बाट डाउनलोड गर्न सकिन्छ। शिलबन्दी पूर्णरुपमा वा अंशिक रुपमा स्वीकार गर्ने वा स्वीकार नगर्ने सम्पूर्ण अधिकार संस्थासंग रहनेछ।

भूमे साप्ताहिक
लोग सेवा ८
वर्ष ६ अङ्क २८ २०८१ माघ २७ आईतबार

साप्ताहिक लोक सेवा विशेष वस्तुगत प्रश्नोत्तर

१ अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनबाट बाहिरिने निर्णय कहिले गरेका हुन् ?

- सन् २०२५ जनवरी २० अमेरिकाको ४७ औं राष्ट्रपतिका रूपमा शपथ लिएपछि उनले अमेरिकालाई डब्लुएचओबाट बाहिर निकाल्नेसम्बन्धी कार्यकारी निर्देशनमा हस्ताक्षर गरेका।
  – ट्रम्पले आफ्नो पहिलो कार्यकालमा पनि सङ्गठनबाट अमेरिकालाई अलग गरेका थिए। –ट्रम्पले सोही दिन पेरिस जलवायु सम्झौता परित्याग गर्ने आदेशमा पनि हस्ताक्षर गरेका।
  –विश्लेषकहरूले विश्वको दोस्रो ठुलो हरितगृह ग्यास उत्सर्जक मुलुक अमेरिका सम्झौताबाट बाहिरिनु जलवायु परिवर्तनविरुद्धको लडाइँका लागि ठुलो धक्का भएको बताएका । ट्रम्प आफ्नो पहिलो कार्यकालमा पनि ऐतिहासिक जलवायु सम्झौताबाट बाहिरिएका थिए ।

२ नेपालको पहिलो सार्वजनिक संस्थान कुन हो ?

- विराटनगर जुट मिल

३ .नेपाल आयल निगम लिमिटेडको स्थापना कहिले भएको हो ?

- विसं २०२७ पुस २६ –विसं २०२७ पुस २६ गते कम्पनी ऐन, २०२१ अन्तर्गत प्राइभेट कम्पनीका रूपमा यसको स्थापना भएको।
- **४ वसन्त र पतझड नामक कृतिका लेखक को हुन् ?**
- कन्फ्युसियस

५रातो कर माफ गर .' भन्ने आन्दोलन केसँग सम्बन्धित छ ?

- सेनेटरी प्याडको मूल्य

६ .सार्सको पूरा रूप के हो ?

- सिभियर एक्युट रेस्पिरेटरी सिन्ड्रोम
  –सन् २००२ को नोभेम्बरदेखि २००३ सम्म फैलिएको सार्सबाट १७ देशका ७७४ जनाको निधन भएको।

७ मुटुको धमनीमा आएको अवरोध वा बन्द धमनीलाई चिरफार नगरी खुलाउने विधिलाई के भनिन्छ .?

- एन्जियोप्लास्टी

८ .राष्ट्रिय सूचना आयोगको गठन कहिले भएको हो ?

- विसं २०६५ वैशाख २२

दहि सम्बन्धी रोचक तथ्य जानकारी र बनाउने तरिका

❖ नारायण ओली

दही के हो ? कसरी बनाउने र केमा बनाउने ?

दूध जमायर बनायको र त्यसबाट नौनी, घिउ आदि बनाउनका लागि तयार पारियको बाक्लो दुग्ध खाद्य पदार्थलाई दही भनिन्छ। पञ्चगव्यको एक पदार्थ हो। दहीलाई अंग्रेजीमा **Yogurt** वा **Curd** भनिन्छ। नेपालमा दहिलाई विभिन्न नामले चिनिन्छ जस्तै तद्रूप्य, दधि, विरल र क्षीरज आदि। दहीको स्वाद थोरै तर्रो, अमिलो र गुलियो हुन्छ। यो पचे पछि अमिलो हुदै जानप्छ।

हाम्रो सामान्य जीवनमा भएका विकास र अहिलेको अधुनिक समाजमा भएका आविश्करका बारेमा हामी अनविज्ञ छौं। हामीले प्रयोग मात्र गरिरहनछौं तर यसको खोजी गर्ने ईच्छा र चाहाना खास्सै राख्दैनौं।

यो सबै गर्न हामीलाई आवश्यक पनि छैन। म दहीको आविश्कार कसरी, कहिले र कहाँबाट भयो ? भन्ने कुराको जानकारी दिन चाहान्छौं। हामी सबैले प्रत्येक दिन दही खाने गरेका छौं।

दही स्वास्थ्यका लागि राम्रो मानिन्छ। सामान्यतया दुधबाट बन्ने दही सुरुमा कसले बनाए ? दही बनाउने प्रचलनको सुरुवात कहाँबाट भयो? दिनदिनै दही खाने मध्ये थोरैलाई मात्र थाहा होला । हिन्दु मुलुकहरूमा भगवान श्रीकृष्णको पालादेखी नै दहीको सुरुवात भएको मानिन्छ।

श्रीकृष्ण भगवान पनि माखन र दही चोरका रुपमा परिचित छन् तर पश्चिमा देशहरूमा दहीको सुरुवात कहाँबाट र कहिलेबाट भयो भन्ने कुराको विवाद कायमै रहेको छ। पूर्वी युरोपियन देश बुल्गारियामा आजभन्दा चार हजार बर्ष पहिले घुमक्कड जातिका मानिसहरुले दही जमाउने तरिकाको खोजी गरेको विभिन्न लेखहरुका लेखकले दाबी गरेका छन्।

उनीहरु आफ्ना परिवारका साथमा एक ठाउँबाट अर्का ठाउँमा बसाइ सरीरहन्थे। यसै क्रममा दहीको प्रचलन विश्वव्यापी रुपमा फैलिएको भन्ने मान्यता रहेको छ। यो देशको इतिहास झैं दहीको इतिहास पनि उति नै पुरानो रहेको मानिन्छ। यहाँ दहीलाई नियमितरुपमा खाने गरिन्छ भने यहाँ दही बिना खाना नै अपुरो मान्ने चलन पनि छ।

जानकारहरुका अनुसार दही बनाउने काम मध्य एसिया र मध्यपूर्वका क्षेत्रहरुमा अलग अलग समयमा सुरु भएको मानिन्छ। बुल्गेरियामा दही प्रयोगको सिलसिला सदियौं देखि चलिआएको मानिन्छ।

दही जमाउनका लागि आवश्यक पर्ने ब्याक्टेरियाको एउटा खास नस्ल पाइने गर्दछ। त्यसको माहौल पनि दही जमाउनका लागि धेरै नै प्रभावकारी रहेको हुन्छ। बुल्गेरियाले नै पश्चिमी देशहरुलाई दहीसँग परिचित गराएको मान्यता छ।

त्यहाँका स्टामेन ग्रीगोरोव नाम गरेका बैज्ञानिकले सबैभन्दा पहिले दही जमाउने तरिकाका बारेमा खोजी गरेका थिए। बुल्गेरियामा यि बैज्ञानिकका नाममा ट्रन इलाकामा दही म्यूजियम पनि बनाइएको छ। उनले नै दहीको ब्याक्टेरियाको खोजी गरेका थिए। उनले खोजी गरेको उक्त ब्याक्टेरियाको नाम ल्याक्टोब्यासिलस बुल्गारिकस राखिएको थियो।

नेपालमा प्रचलित केहि दहीका प्रकारहरू:

एकराते: ठेगीमा एक रात राखेको वा अघिल्लो दिन जमाइएको एक रात बास बसेको दहीलाई एकराते दही भनिन्छ।

चोक्रा: राम्रो संग नजमेको मही पार्दा नफिटिने दहीको ढिकालाई चोक्रा भनिन्छ।

जुजुधौ: धेरै बेर सम्म ततायर दूधमा केसर, चिनी आदि मिसाई जमाएर तयार पारिएको भादगाउँले दहीलाई जुजुधौ भनिन्छ।

लहरे दही: राम्रोसंग जमेको बाक्लो दहीलाई लहरे दही भनिन्छ। दहिका विभिन्न भाषा अनुसार व्याख्या गरेको पाइन्छ। नेपालमा बोलिःने विभिन्न भाषा अनुसार दहिको परिभाषा फरक हुन सक्छ। हाम्रो समाजमा दूध, दही आदि राख्न तथा जमाउनका लागि प्रयोग गरिने भाँडाकुँडा

कर्परः दही राख्ने माटाको भाडो आरी, कहतारो आदि।

कहतारो: आरीका छाँट जस्तो दही जमाइने माटाको भाँडो हो।

कागेठेकी: बिहामा दुलापट्टिबाट दुलहीकहाँ पठाइने लग्नपत्रिका र मङ्गलका निमित्त तयार गरिएको ठेकी, साइपाटो वा जन्त जाँदा दहि छाकेले बोक्ने ठेकी हो।

कोसी: दही, मही, अचार आदि राख्न प्रयोग गरिने धातु, काठ वा माटाको प्रयोग गरि तयार गरियको भाँडो हो।

गर्गरी: मिठो खालको दही जमाउन प्रयोग गरिने काठको ठेकी हो।

ठेका: दही वा मही राखिनका लागि मात्र प्रयोग गरिने काठको भाँडो हो।

ठेकाभाँडा: गोठ वा गौशालामा दूध दही राख्न तयार गरिएका भाँडाकुँडाको एक समूह हो।

ठेकी: दही, मही घिउ, तेल आदि राख्ने काठको भाँडो वा ठेको हो।

ठेको: दही, मही राख्नका लागि तयार गरियको काठको ठूलो ठेकी हो।

डेली: पहिले पहिले दही, मही राखेर बोक्ने बाँस वा बेतका चोयाबाट बुनेको एक प्रकारको भाँडो हो।

दहीठेको: विवाहमा जन्तीका साथमा दुलाहाका तर्फबाट ससुराली जादाँ लैजाने दहीको ठेकी वा कागेठेकी हो।

फाम: दूध, दही, मोही राख्न प्रयोग गर्ने काठको गबुवा, गावु, काठको ढुङ्ग्रो हो।

मन्थनी: दहीलाई महि पार्दा मथ्ने काठको ठेको हो। हाम्रो नेपाली समुदायमा मोही पार्नका लागि प्रयोग गरिने साधनहरू

कोइलो: मही मथ्ने मधानीमा बेर्ने डोरीकाहरु, मधानी वा नेतीको टुप्पोमा लगाउन प्रयोग गर्ने काठका मसिना टुक्रोहरू।

घुर्रा: मही पार्दा मदानीको विड छिराएर अड्याउनका लागि तयार गरिएको काठको प्वाल भएको चक्का, घुर्रो वा खिर्रे हो।

तरो: मदानीमा डोरी छिराउन तयार पारियको प्वाल हो।

तार्की: मदानीको टुप्पामा जोडियको एक प्रकारको तार हो।

नाइटो: महि पार्दा मथ्ने मदानीको तल्लो छेउ हो। यसलाई सूर्यको दर्शन गराउन हुँदैन भन्ने विश्वास छ। कहिलेकाही मदानीलाई कतै लैजानुपरेमा यसलाई पातले छोपेर मात्र बाहिर लैजाने चलन छ।

नेती: दही मथेर नौनी निकाल्दा मधानी घुमाउने डोरी, वा एक प्रकारको रस्सी हो।

पोरो: चारपाटा परेको मही मथ्ने मधानीको तल्लो भाग हो।

मधानी: बाँस वा काठको लौरोबाट तयार पारिएको चारैतिर छेडिएको चारपाटे साधन वा मही पार्ने एक प्रकारको उपकरण हो। यसलाई मन्थनी, मदानी, मन्थन, मन्थान, मन्थानी, गर्गरी पनि भनिन्छ।

शर: मधानीमा बेरेको उक प्रकारको नेती हो।

दही बनाउनका लागि विभिन्न तरिकाहरू छन्, प्रत्येकका आफ्नै फाइदाहरू छन्। यहाँ एक लोकप्रिय विधिहरू प्रस्तुत गरिएको छ।

दही बनाउने तरिका:

दुध % ३ फ्याट)एसलिने (%५.८. एफ.एन.।

गुनस्तर समायोजन (% ४ प्रोटिन समायोजन)गर्ने।

दुध)९० डि (मिनेट १० देखी५ /.से.तताउने।

दुधलाई होमोजिनाइजेशन (१५०देखी २०० बार ६०देखि ६५ डिसे.) गर्ने .

भूमे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

बोलपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

प्रकाशित मिति: २०८१/१०/२३

यस कार्यालयबाट राष्ट्रिय देनिक पत्रिका र PPMO e–GP System को www.bolpatra.gov.np/egp मा प्रकाशित बोलपत्र आह्वानको सूचना अनुसार दर्ता भई प्राबिधिक रुपमा सफल भएका बोलपत्रहरु मध्ये तपसिलमा उल्लेखित बोलपत्रदाताको बोलपत्र न्यूनतम मूल्याङ्कित सारभूत रुपमा प्रभावग्राही भई स्वीकृतिको लागि सिफारिस भई आए बमोजिम सार्वजनिक खरिद ऐन २०६३ को दफा २७ (२) बमोजिम स्वीकृतिको आशयको सूचना सम्बन्धित सबै बोलपत्रदाताहरुको जानकारीका लागि प्रकाशन गरिएको छ।

तपशिल :

क्र. सं	ठेक्का नं.	कामको विवरण	बोलपत्र दाताको नाम र ठेगाना	कबोल गरिएको रकम (मु.अ.कर बाहेक)
१	EGP/BRMO/SQ/AMBH/G–6/2081-82	Procurement and supply of Modern Beehive for farmer of Bhume R.M	Shree Managya Furniture Uddhayog Form	रु.५,४४,७२०/- (अक्षेरुपी पाँच लाख चो वालिस हजार सात सय बीस मात्र)

देविलाल वि.क
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

दुध लाई .डि ३७)से.) मा चिस्याउने।दुधलाई चिस्याएर दही जमाउने भाँडोमा खन्याउने।दही जमाउने भाँडोमा तोकिए अनुसारको डी.भि.एस. जोरन वा विउ राख्ने र करिब १० मिनेटसम्म मिसाउने।

जोरन विउ मिसाइएको दुधलाई प्याकिङ गर्ने र ३७ डि.से को तापक्रममा ५घण्टा राख्ने ६-।

दहिको अम्लता ४.६-४.७ पुग्नासाथ दहि जमाउने कोठा बाट हटाएर चिसो स्थानमा राख्ने।दहिलाई एकदम छिटो ४ डीसे को तापक्रममा भण्डरण . गर्ने।

दही खादा ध्यान पुऱ्याउने केहि कुराहरू:

दहीलाई तताएर कहिल्य पनि खान हुदैन।

राम्रसंग नजमेकोदही खान हुँदैन।यसले शरीर भित्र दोष (रोग) बढाउने र पचाउन कठिन हुने हुनाले हानिकारक हुन्छ।

मिठो दही मात्र खानुपर्छ तर अमिलो दही कहिले पनि खान हुदैन किनकी मिठो दहीले रोगनाश गर्दछ भने अमिलो दहीले रोग जन्माउँने काम गर्दछ।

बुद्धिमान मानिसहरू नुन, मरिच, सर्सिउँ, चिनी, मुगी, अमला वा फलफुलको रस, मह आदि नहाली दही खाने गर्दैनन्।

दहीमा अलैंची, सिधेनुन, चिनी वा मिश्री, कालो मरीच, अमला, सखर र घिउसँग दही खानु राम्रो मानिन्छ।

मुगीको दालसँग पनि दही खानु राम्रो हुन्छ।कफविकार र पित्तविकार जस्ता समस्या हुदाँ दही खानु हुदैन।

कुष्ठरोगका विरामीहरूले पनि दही खान हुँदैन।दमका रोगहरु वा पित्तजन्य रोगका विरामीलाई दही पिउन दिनुहुदैन।कहिले पनि दूध दहीसँग खानु हुँदैन।दही वा तरसंग केरा खान हुँदैन।कहिले दही र दूधसँग मिसाएर मूला खान हुँदैन।बासी खानेकुरालाई दहीमा मुछेर खानू हुदैन।

दूधभात दही र मही संगै कहिले पनि खान मिल्दैन।कहिलेकाही नियम मिचेर वा व्यवस्था गरेर दही खाँदा हुने बेफाइदाहरू जरो बउने, रक्तपित्त हुने, विसर्प (सुकेलुतो) हुने, रिँगटा लाग्ने,कडा खालको कमलपित्त हुन सक्दछ।

बालमैत्री शिक्षा आजको आवश्यकता

बालकेन्द्रित शिक्षण सिकाई, अर्थपूर्ण वाल सहभागिता, लैङ्गिक सचेतना, समावेशिकरण, बालमैत्री भौतिक संरचना, बालबालिकाको लागि प्रभावकारी, स्वस्थ र सुरक्षित, समुदायको सहभागिता जस्ता पक्षहरु बालमैत्री शिक्षा प्रणालिमा पर्दछन्। आजभोली शिक्षा क्षेत्रमा बालमैत्री शिक्षा प्रणालीका बारे निकै बहस छलफल हुने गरेको पाइन्छ। शिक्षा क्षेत्रमा काम गर्ने सरकारी तथा गैरसरकारी संघसंस्थाले शिक्षण सिकाई क्रियाकलापहरुलाई बालमैत्री बनाउन थुप्रै पहल गरिरहेका छन्। यसका लागि ठुलो मात्रामा बजेट पनि विनियोजन भइरहेको छ। यद्यपी अपेक्षित रुपमा उपलब्धि हासिल गर्न सकिएको छैन भन्दा अतियूक्ति नहोला।

बालबालिकाहरुको उमेर, रुचि, चाहना, क्षमता, पृष्ठभूमि आदि सम्पूर्ण पक्षहरुलाई ध्यानमा राखि सिक्ने सिकाउने वातावरण तयार गरेर प्रदान गरिने शिक्षालाई सामान्यतया: बालमैत्री शिक्षा भनिन्छ। प्रत्येक वालबालिकाले आफुलाई भौतिक रुपमा सुरक्षित, संवेगात्मक रुपमा संरक्षित तथा मनोबैज्ञानिक रुपमा मनोवल उच्च महशुस गराउने वातावरण भएको विद्यालयलाई बालमैत्रि विद्यालय भनिन्छ।

सिमित स्रोत साधन, प्रभावकारी अनुगमन प्रणालि, समुदायको सक्रियता, सम्वन्धित निकायहरुको जिम्मेवारी र उत्तरदायित्वको अभावमा बालमैत्री शिक्षाको प्रभावकारी कार्यान्वयन हुन सकिरहेको छैन।

शिक्षाको विकासक्रम र इतिहास हेर्ने हो भने गुरुकुल शिक्षा प्रणालिमा शिष्यहरुलाई गुरुको कडा अनुशासनमा राखेर शिक्षा प्रदान गरिन्थ्यो। विभिन्न खालका उपदेश, शाष्त्र जस्ता विषयवस्तु हरुलाई कण्ठ गर्न लगाएर शिष्यहरुलाई शिक्षित दिक्षित गराइन्थ्यो।

त्यतिबेलाको अवस्थामा पाठ्य सामाग्रिहरुको अभाव, सुचना प्रविधिको विकास नभइसकेको हुँदा त्यो शिक्षा प्रणालीको अर्को उत्तम विकल्प थिएन। तर शताब्दिऔ पछि आजको जमानामा आइपुग्दा पनि हाम्रो शिक्षा प्रणालीले त्यति धेरै फड्को मारिसकेको देखिदैन।

आजपनि बालबालिकाहरुलाई शिक्षकको कडा अनुशासनमा राख्न दण्ड सजायलाई सामान्य रुपमा हेरिन्छ। जुन शिक्षकले बालबालिकाहरुलाई कडा भन्दा कडा अनुशासनमा राख्न सक्यो त्यसैलाई नै समाजले असल शिक्षकको रुपमा चित्रण गर्ने गरेको पाइएको छ।

बिहान १०:०० बजे विद्यालयमा हाजिर हुने, तोकिएको समयमा तोकिएको विषयहरुको पठनपाठनमा समावेश हुने, शिक्षकले पढाइरहेका बेला मौन बस्ने, दिइएको गृहकार्य लाई ध्यानमा राखि ४:०० बजे विद्यालयवाट बाहिरिने अनि भोलिपल्ट सबै गृहकार्य बनाएर विद्यालयमा हाजिर हुने, सामान्यतया यस्तै दिनचर्या भएका विद्यालय, शिक्षक तथा विद्यार्थीहरुलाई असल भन्ने गरिन्छ। तर बालबालिकाहरुले के सिकिरहेका छन् ?, उनिहरुको मनोविज्ञानमा कस्तो असर परिरहेको छ? बालबालिकाहरुका रुचि र आवश्यकताहरु के के हुन ?, बालबालिकाहरुको अन्तरनिहित प्रतिभाको प्रष्फुटन भएको छ कि छैन?

उनिहरुलाई नयाँ कुराको खोजी गर्ने प्रयाप्त अवसर दिइएको छ कि छैन?, उनिहरुलाई पढ्न, सिक्न र बुझ्न मैत्री वातावरण तयार गरिएको छ कि छैन? यि यावत पक्षहरु ओझेलमा परिरहेका छन्।

बालबालिका सम्वन्धि अन्तराष्ट्रिय महासन्धी १९८९ ले बालबालिकाहरुको शिक्षा पाउने अधिकारलाई सुनिश्चित गरेको छ। सोही महासन्धीले सबै बालबालिकाहरुको सर्वाङ्गिण विकासका लागि विना कुनै भेदभाव गुणस्तरिय शिक्षा पाउनुपर्ने आवश्यकतालाई पनि स्वीकार गरेको छ। यसै अधिकारलाई सुनिश्चित गर्न नेपालको अन्तरिम संविधान तथा शिक्षा सम्वन्धि विभिन्न दस्तावेजहरुले समेत मार्गदर्शन गरेका छन्।

आजको आवश्यकता भनेको बालबालिकाहरुलाई विद्यालयमा पुर्याउनु मात्र होइन, उनिहरुको रुची र क्षमता अनुसार उपयूक्त शिक्षाको व्यवस्थापन गर्न सक्ने बनाउनु पनि हो। गुणस्तरिय शिक्षा प्रदान गर्न

बालमैत्री शैक्षिक वातावरण अनिवार्य सर्त हो। विद्यालयमा बालमैत्री वातावरण तयार गर्नका लागि सम्पूर्ण निकाय उत्तरदायी तथा जिम्मेवार हुनु जरुरी छ। बालबालिकाहरुलाई विद्यालयमा आउनका लागि रमाईलो वातावरण तयार गर्नुपर्ने हुन्छ।

यदि विद्यालयमा उसलाई नयाँ कुरा जान्ने सिक्ने प्रयाप्त अवसर तथा स्वतन्त्रता प्राप्त भयो भने उ घरैदेखी खुशी भएर विद्यालय प्रवेश गर्छ, अनि उसको अन्तरनिहित प्रतिभा प्रष्फुटन हुने अवसर प्राप्त हुन्छ

र शिक्षक त्यस कार्यमा सहयोगीको भुमिकामा हुन्छ। बालमैत्री सिकाइका सम्वन्धमा नोबेल पुरुस्कार विजेता रविन्द्रनाथ टैगोर भन्नुहुन्छ **"Don't limit a child to your own learning, for he was born in another time."** अर्थात बालबालिकालाई तपाई आफ्नो सिकाईको दायराभित्र सिमित नगर्नुहोस्, किनकि उ धेरै पछिल्लो समयमा जन्मेको हो। माथिको भनाइबाट के बुझिन्छ भने हामी बयस्कहरुको सिकाई परिवेश, वातावरण र आज २१औं शताब्दीका बालबालिकाहरुको सिकाई परिवेश वातावरण विच धेरै भिन्नता छ। तसर्थ हामीले आफ्नो अनुभव र सिकाईका आधारमा बालवालिकाहरुलाई सिमित नगरौं, उनिहरुलाई वर्तमान परिवेशमा नयाँनयाँ कुराहरुको खोजि गर्ने जान्ने बुझ्ने वातावरण तयार पार्न लागि परौं।

विद्यालयमा मात्र बालकालिकाहरुलाई वालमैत्री वातावरणका कुरा गर्ने तर समुदायमा उनिहरुलाई सो अनुकुलको वातावरण भएन भने पनि बालबालिकाहरुको चौतर्फी विकासमा अवरोध पैदा हुन्छ। चाहे घरमा होस् या विद्यालयमा, समुदायमा होस् या अन्यत्र कतै, बालबालिकाहरुलाई उनिहरु मैत्री वातावरण र व्यवहार हुन जरुरी छ।

वयस्कहरुले यसमा सहजिकरण गर्दै अघि बढ्नुपर्छ। विद्यालयमा बालमैत्री वातावरण हुनका लागि केही न्यूनतम शर्तहरु हुन्छन्। जसमा बालमैत्री भौतिक संरचनाहरु जस्तैः कक्षाकोठा, खेलमैदान, शौचालय, धारा, फर्निचर, प्रयोगशाला, झ्याल ढोका इत्यादी पर्दछन् भने अन्य पक्षहरुमा बालकेन्द्रीत, दण्डरहित, भयरहित शिक्षण सिकाई क्रियाकलापहरु, समावेशीकरण, लैङ्गिक समता, स्वास्थ्य तथा सरसफाई, समुदायको संलग्नता आदि पर्दछन्।

विद्यालय तथा समुदायमा बालमैत्री वातावरण तयार गरि बालबालिकाहरुलाई सिक्ने अवसर प्रदान गरेको खण्डमा अवस्य पनि हाम्रा बालबालिकाहरु भविश्यमा गएर समाज र राष्ट्रका लागि असल तथा सक्षम नागरिक हुनेछन् र अन्तराष्ट्रिय जगतमा पनि प्रतिस्पर्धी बन्न सक्नेछन्। अनि देश विकासमा यिनिहरुको महत्वपूर्ण भूमिका रहनेछ।

भूमे गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)

जनहितमा जारी सन्देश

- जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइसराइँ, सम्वन्ध विच्छेद जस्ता व्यक्तिगत घटनाहरु सम्बन्धित वडा कार्यालयमा गइ ३५ दिनभित्रै दर्ता गराऔं ।
- आफूले तिर्नु/बुझाउनु पर्ने घर जग्गा कर, मालपोत कर, व्यवसाय कर लगायतका कर तथा शुल्कहरु समयमै बुझाउने बानी बसालौं ।
- सार्वजनिक स्थलहरुमा जथाभावी फोहोर नफालौं, आफ्नो घर आँगन सफा राखौं र फोहरको उचित व्यवस्थापन गरौं ।
- आफ्नो वरपर सञ्चालनमा रहेका विकास निर्माण कार्यहरुमा सहभागी हुँदै रेखदेख गरौं ।
- आफ्ना नानी -बाबुहरुको शिक्षा, स्वास्थ्यमा ध्यान पुऱ्याऔं ।
- विद्यालय जाने उमेर समूहका बालबालिकाहरुलाई विद्यालय पठाऔं, आफ्नो समुदाय र विद्यालयहरुलाई बालमैत्री बनाऔं ।
- गाउँघरमा रहेका पुराना पोखरीहरुको संरक्षण गर्दै थप नयाँ पुनर्भरण पोखरीको निर्माण गरी पानीका मुहानहरुको संरक्षण गरौं ।
- बालविवाह सामाजिक अपराध भएकाले २० वर्षपछि मात्र विवाह गरौं र गराऔं ।
- सार्वजनिक सम्पत्ति, ऐतिहासिक, पुरातात्विक सम्पदाहरुको संरक्षण गरौं ।
- वनमा आगलागी हुन नदिन सावधानी अपनाऔं ।
- अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु, असहायहरु, जेष्ठ नागरिकहरु र बालबालिकाहरुलाई आवश्यक सहयोग गर्ने बानी बसालौं ।
- व्यवसाय सञ्चालन गर्दा गाउँपालिका वा सम्बन्धित निकायमा अनिवार्य दर्ता गराइ सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- प्राविधिक सल्लाह बमोजिम उन्नत बीउबिजनको प्रयोग गरी कृषिजन्य वस्तुको उत्पादन तथा उत्पादकत्व वृद्धि गरौं ।
- घरेलु हिंसा, लैङ्गिक हिंसा, जातीय भेदभाव लगायतका सबै प्रकारका भेदभाव र हिंसाको अन्त्य गरौं ।
- प्लास्टिक जथाभावी नफालौं, प्लास्टिकको न्यून प्रयोग गरौं, प्लास्टिकमुक्त गाउँ बनाउने अभियानमा सबैले सहयोग गरौं ।