भूमे साप्ताहिक
वर्ष ७ अङ्क ०३ साउन १८ आईतबार

सम्पादकीय

बाढीपहिरोको त्रास चेतावनीको घण्टी

प्रत्येक वर्ष बर्खाको समयसँगै रुकुमपूर्व लगायतका पहाडी जिल्लामा बाढी र पहिरोको त्रास स्थायी समस्याजस्तै भइसकेको छ। तर विडम्बना, वर्षेनी दोहोरिने यो विपत्तिका सामु राज्यका जिम्मेवार निकायहरूको तयारी खासै देखिदैन। यस वर्ष पनि मध्यपहाडी लोकमार्गको रुकुमपूर्व खण्डका धेरै ठाउँमा पहिरो जाँदा सवारी आवागमन अवरुद्ध भएको छ। सडक अबरुद्ध हुँदा बिरामी बोक्ने एम्बुलेन्सदेखि अत्यावश्यक सामान बोकेका गाडीहरू गन्तव्यमा पुग्न सकिरहेका छैनन्। पहिरोको त्रासले गाउँघरका मानिसहरु त्रसित छन्, अझ खोलानाला किनारमा बसोबास गर्ने बस्तीहरुमा रातभर निद्रै हराएको अवस्था छ। भने धेरै घरहरु बगाएको घटना ताजा नै छ।

सडक निर्माणका नाममा भएको अनियोजित ठेक्का प्रथाले आज हाम्रो भौगोलिक बनोटलाई कमजोर बनाएको यथार्थ लुक्न सक्दैन। निर्माणपछि जिम्मेवारी लिएर मर्मतसम्भार वा पहिरो नियन्त्रणको उपाय खोज्नुको साटो, ठेकेदारहरु हराउने परिपाटी खतरनाक बन्दै गएको छ। स्थानीय सरकार जनताको पहिलो आशा र भरोसा हो। तर बाढीपहिरो जस्तो आपतकालीन अवस्थामा स्थानीय सरकारकै उपस्थिति रहे पनि जनमानसमा निराशा बढ्दो छ। यो अवस्थामा पहिरो नियन्त्रण, सुरक्षित स्थानान्तरण, उद्धार र राहत वितरण जस्ता कार्यहरु तत्कालै संचालन गर्न सक्ने पूर्वतयारीको खाँचो छ।

रुकुमपूर्वको भूगोल, खोलाको प्रवाह, जमिनको बनोट, तथा बस्तीको अवस्थालाई हेरेर सरकारले बाढीपहिरोको जोखिम मूल्यांकन गर्नुपर्छ। खतरामा रहेका बस्तीहरूलाई सुरक्षित स्थानमा सार्न पूर्वयोजना आवश्यक छ। यसका लागि संघीय र प्रदेश सरकारसँग समन्वय गर्नुपर्ने स्थानीय तह र जिल्ला प्रसाशन कार्यालयको हो।

बर्खाको पानी हाम्रो समृद्धिको स्रोत बन्न सक्दछ, यदि हामीले यसको जोखिम व्यवस्थापन गर्न सकेका छौं भने। तर, वर्षेनी हुने विनाश हेरेर मौन बस्ने हो भने हामी आफैंले आफ्ना जनताको ज्यान र भविष्यसँग खेलबाड गरिरहेका छौं। अब ढिलो नगरी, तत्काल चेतनाको घण्टी बजाउन आवश्यक छ। नत्र पछुतोको खोलाले फेरि कसैलाई बगाउनेछ।

प्रकाशक

भूमे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)
लुम्बिनी प्रदेश नेपाल

वर्ष ७ अङ्क ०३ २०८२ साउन १८ आईतबार

परदेशिएको सन्तानसँग मोबाइलमै भेट

भूमे गाउँपालिका –६ को महत गाउँको चौताराको आँगनमा दुई जना वृद्ध महिला बसिरहेका छन्। एउटा हातमा मोबाइल, अनुहारमा उज्यालो मुस्कान देखिएको छ। फोनको पर्दामा देखिएको अनुहार उनीहरूका लागि टाढा परदेशिएको परिवार हो। तस्बिरमा हेर्दा देख्न सकिन्छ **"ए छोरा, कस्तो छस् त त्यहाँ ?"**

गाउँलेका लागि सामान्य जस्तो लाग्ने यो दृश्य, वास्तवमा गाउँको बदलिँदो कथा हो। एक समय चिठी कुरेर बस्नुपर्ने आमाहरू, अब भिडियो कलमा छोरासँग हाँसी–हाँसी कुरा गर्छन्। प्रविधिको यो पहुँचले रुकुमपूर्वको दुर्गम गाउँका जीवनमा गहिरो परिवर्तन ल्याएको छ। केही वर्षअघि फोनको नेटवर्क नपुग्ने गाउँमा अहिले इन्टरनेट छ, भिडियो कल छ, अनि आमाहरूको अनुहारमा मुस्कान पनि देखिएको छ।

"पहिल्यै त चिठी लेख्न पनि अरूसँग हात जोर्नुपर्थ्यो, अहिले त छोराको मुख हरेक साझ बिहान देख्न पाइन्छ," ७७ वर्षकी चौरासरी सुनाले बताउनुभयो। संचारको सहजताले उनीहरूका लागि विदेशमा रहेका सन्तानहरू टाढा छैनन् भन्ने अनुभूति दिएको छ।

महत गाउँ मात्र होइन, रुकुम पूर्वका धेरै गाउँहरूमा अब आमाबुबा मोबाइलको स्क्रीनमा आफ्ना सन्तानका हरेक खुसी बाँड्न थालेका छन्।

तस्बिरः कुलदीप न्यौपाने

वर्ष ७ अङ्क ०३ २०८२ साउन १८ आईतबार

सडक अवरुद्ध हुँदा गाउँ-गाउँको जनजीवन प्रभावित

❖ ***बालाराम शेर्पाली***

लगातारको वर्षाले भूमे गाउँपालिकाका अधिकांश ग्रामीण सडकहरू अबरुद्ध छन्। पहिरो र माटोको ढिस्काले बाटो पुरिँदा गाउँगाउँमा सवारी आवागमन र पैदल आवतजावत समेत ठप्प भएको छ। बाटो अवरुद्ध हुँदा बिरामी बोक्न, खाद्यान्न ढुवानी गर्न र विद्यालय जान समेत समस्या परेको स्थानीयहरुले बताएका छन्।

पछिल्लो सातादेखि निरन्तर परिरहेको वर्षाका कारण वडा नं. ९ चुन्बाङ, ८ नम्बरको कुचिबाङ–सिमखोला, ६ नम्बरको रुन्ची – नाखे, तामारी, खाम्दै, महत, ५ नम्बरको डालिबाङ, २ नम्बरको गाबाङ–आरु डाँडाँ, र ३ नम्बरको मोराबाङ, क्याङ्सी, झुम्लाबाङ लगायतका प्रमुख सडक खण्डहरू बन्द भएका छन्। गाउँपालिकाले जेसिभी लगाएर सडम सुचारु गरे पनि सडक सञ्चालनमा आएको केही समय नबित्दै फेरि अर्को रात पहिरो खस्ने गरेको छ। बारम्बार यसरी नै सडक बन्द हुँदा नागरिकलाई दैनिक दुःख खेप्नुपरेको छ। अबरुद्ध सडक खोल्न गाउँपालिका तयारी अवस्थामा रहे पनि अविरल वर्षाको कारण रोकिने अवस्था देखिएको छ। रुकुमपूर्व जस्तो पहाडी भूभागकको अधिकांश जमिन भिरालो र कच्चि हुदाँ हरेक वर्ष नागरिले सास्ती खेप्नु परेको छ। ग्रामीण सडकहरुमा न नाली छ, न त निकास। यसै कारण वर्षा सुरु भए लगत्तै सडक भासिने, चिप्लिने र पहिरो जाने समस्या हरेक वर्ष दोहोरिदै आएको छ।

नागरिक

वर्ष ७ अङ्क ०३ २०८२ साउन १८ आईतबार

सदरमुकाम रुकुमकोट विरुद्ध सर्वोच्चमा रिट दर्ता , कारण माग गर्दै अन्तरिम आदेश

❖ *जयमान बुढा मगर*

साउन ७ गते प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रीपरिषद्ले रुकुमपूर्वको जिल्ला सदरमुकाम सिस्ने गाउँपालिका–५ र ६ रुकुमकोटमा तोकेको निर्णय विरुद्ध रिट परेको छ। प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रीपरिषद्ले गरेको निर्णय विरुद्ध बुधबार सर्वोच्च अदालतमा रिट परेको हो। साउन १२ गते सरकारले रुकुमपूर्वको जिल्ला सदरमुकाम राजपत्रमा समेत प्रकाशन गरेको छ।

प्रतिनिधि सभा सदस्य कुसुमदेवी थापा, लुम्बिनी प्रदेश सभा सदस्यहरु सुरुल पुनमगर, दिलकुमारी बुढामगर, सरिता पुनमगर, पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाका अध्यक्ष पुनिराज घर्तीमगर र भूमे गाउँपालिकाका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठले सरकारले गरेको निर्णय विरुद्ध सर्वोच्च अदालतमा रिट दर्ता गर्नु भएको छ। उक्त रिट परेपछि सर्वोच्च अदालतले आज बिहीबार सरकारलाई रुकुमकोट सदरमुकाम तोक्नुको कारण देखाउ माग गर्दै अन्तरिम आदेश जारी गरेको छ।

२०८० भदौ २७ गते सर्वोच्चले सरकारलाई जिल्ला सदरमुकाम तोक्दा विभिन्न मापदण्डको अध्ययन गरी तोक्न परमादेश दिएकोमा हाल सरकारले कुनै पनि अध्ययन नगरी बहुसङ्ख्यक नागरिकको भावना विपरित सरकारले मुकाम तोकेपछि रिट दर्ता गरिएको पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाका अध्यक्ष पुनिराज घर्तीमगरले जानकारी दिनुभयो।

यसैगरी नेपाली काँग्रेसका नेता ध्रुवकुमार पुनमगर (गुमाने)ले लोकतान्त्रिक शासनमा बहुमत जनताको पक्षमा सुनुवाइ हुनु पर्ने बताउनुभयो। संघीयता आएपछि साविक रुकुम जिल्लालाई दुई भागमा विभाजन गरिएकको थियो। त्यसपछि रुकुमपूर्वलाई २०७४ असोज १९ गते सिस्ने गाउँपालिका ५ र ६ मा रहेको रुकुमकोटलाई जिल्ला सदरमुकाम तत्कालीन गृहमन्त्री जनार्दन शर्माले उद्घाटन गर्नुभएको थियो। त्यस दिनदेखि रुकुमकोटबाट जिल्लाको कामकाज सुरु भएको हो। तर तत्कालीन प्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवा नेतृत्वको मन्त्रीपरिषद्ले

२०७४ माघ ११ गते रुकुमपूर्वको सदरमुकाम पुथाउत्तरगङ्गा गाउँपालिका -१२, गोल्खाडामा कायम गर्ने निर्णय गरेको थियो। उक्त निर्णयविरुद्ध रुकुमकोट पक्षधर अधिवक्ता गणेश हमाल, हालका सिस्ने गाउँपालिका अध्यक्ष कृष्ण रेग्मी र स्थानीय दत्तबहादुर बस्नेतले सरकारलाई विपक्षी बनाई २०७४ माघ १७ गते सर्वोच्च अदालतमा रिट दर्ता गर्नुभएको थियो। त्यसपछि गोल्खाडा पक्षधरले सरकारले निर्णय कार्यान्वय हुनु पर्छ भनी चरणबद्ध आन्दोलन गरे। भने रुकुमकोट पक्षधरले पनि आन्दोलन गरेका थिए। त्यसबेला अवस्था यतिसम्म पुग्यो कि गोल्खाडा र आसपासबाट सदरमुकामको पक्षमा सर्वसाधारण रुकुमकोटतर्फ आएपछि स्थानीय प्रशासनले कफ्र्युसमेत लगाउनु परेको थियो। २०७५ माघ २७ गते पक्ष र विपक्षीका वकिलको बहसपछि तत्कालीन प्रधान न्यायाधीश चोलेन्द्रशमशेर जबरा र न्यायाधीश प्रकाशमानसिंह रावतको पूर्ण इजलासले स्थायी मुकामसम्बन्धी मुद्दा संवैधानिक इजलासमार्फत सुनुवाइ गर्ने फैसला गरेको थियो। त्यसपछि पटक पटकको पेसीपछि सदरमुकामको विवाद र यस विषयमा सर्वोच्च अदालतमा परेको रिट उपर २०८० भदौ २७ गते तत्कालीन प्रधान न्यायाधीश विश्वम्भरप्रसाद श्रेष्ठसहितको संवैधानिक इजलासले यसअघि गरेको सरकारको निर्णय उत्प्रेषणको आदेशबाट बदर भएको भनेर सरकारका नाममा परमादेश जारी गर्‍यो। उक्त आदेशमा पर्याप्त आधार र मापदण्डलाई टेकेर पुनः सरकारले सदरमुकाम तोक्नुपर्ने, सदरमुकाम तोक्दा मापदण्ड बनाएर सदरमुकाम सार्ने वा तोक्ने गर्नू भनेको थियो।

पर्यटन विकासमा योजनाबद्ध पहल गर्न आवश्यक

❖ ***साप्ताहिक संवाददता***

रुकुमपूर्व, पहाडी हिमाली जिल्ला, प्रकृतिले भरिपूर्ण छ। गुफा, झरना, पौराणिक स्थल, धार्मिक थलो, जडीबुटीले भरिएको यो ठाउँ पर्यटकको लागि 'स्वर्ग रहेको छ। रुकुमपूर्वको तीन गाउँपालिकामा रहेको विभिन्न स्थानहरु पर्यटकीय नक्शामा निकै परिचित छ। संघीयताको सुरुवातसँगै स्थापना भएको रुकुमपूर्वमा हालसम्म पनि सरकारी पूर्वाधार र सेवा विस्तार अधुरो रहेको छ।

प्रशासनिक र भौतिक पूर्वाधार अझै पूर्णरूपमा तयार नभएको कारण यहाँको पर्यटकीय विकास भने पछि परेको छ। तर यहाँको सम्भावना विशाल छ। यसलाई योजनाबद्ध रूपमा समेट्न सके आर्थिक समृद्धिमा फड्को मार्न सक्ने वाह्य पर्यटक बताउछन्। रुकुमपूर्वमा धेरै पर्यटकीय क्षेत्र छन्— झरना, गुफा, धार्मिक स्थल, वन, नदी, र विविध

सांस्कृतिक सम्पदा र सबै क्षेत्रलाई सही रूपमा वर्गीकरण गरी चिनारी बनाउन जरुरी रहेको पर्यटकहरुले बताएका छन्। भूमे गाउँपालिकाले हरेक गाउँ–गाउँमा रहेका पर्यटकीय स्थलको विवरण संकलन गरेर प्रचारप्रसार जुटेको छ। डिजिटल प्रविधिको सदुपयोग गर्दै वाह्य आन्तरिक पर्यटक भित्र्याउन लागि परि रहेको गाउँपालिकाले जनाएको छ। पर्यटनको विकासमा सरकार मात्रै होइन, स्थानीय युवा, व्यवसायी, सञ्चारकर्मी र निजी क्षेत्रको सक्रिय सहभागिता आवश्यक रहेको पालिकाले जनाएको छ । रुकुमपूर्वले आफ्नो पहिचान बनाउँदै पर्यटनको सुन्दर बाटो समेट्न सके आर्थिक विकाससँगै सामाजिक विकास हुने अपेक्षा गरिएको छ।

फोन गर्न डाँडा चढ्नुपर्ने बाध्यता

❖ *किस्मत शेर्पाली*

रुकुमपूर्वको भूमे गाउँपालिका–२ सैपातुङमा आजको डिजिटल युगमा पनि बासिन्दाले फोन गर्न डाँडा चढ्नुपर्ने बाध्यता भोग्नुपरेको छ। नेपाल टेलिकमको मोबाइल सञ्जाल नपुगेपछि यहाँका स्थानीय दैनिक सम्पर्कका लागि घण्टौंको दुरी पार गर्न विवश छन्। स्थानीय सितल बुढाले भन्नुभयो, घर परिवाररको सदस्य विदेश गएका छन् भने खबर गर्न डाँडा जानुपर्छ। घरमै बसेर कुरा गर्न नपाउने पीडा हामी सैपातुङेले झेलेका छौं। यद्यपि गाउँघरमै सडक पुगेको छ, सञ्चार सेवा भने अझै पनि दूर देखिन्छ। अर्की स्थानीय दिलकुमारी रोकाले भन्नुभयो। कहिले काहीँ त बिरामी परेको खबर दिन पनि मान्छे खोज्नुपर्छ। हिंड्ने मान्छेलाई खबर पठाउनु पर्छ, होइन भने आफू नै हिंड्नुपर्छ। सैपातुङ वरपरका अन्य गाउँमा भने नेपाल टेलिकमको सेवा काम गरिरहे पनि यही गाउँ भने अझै पनि सञ्चार सञ्जालविहीन रहेको स्थानीय रमेश बुढामगरको अनुसार गाबाङ डाँडाको टावर सञ्चालनमा आयो भने समस्या हट्छ भन्ने आश रहेको बताउनुभयो। नेपाल टेलिकम रुकुमपूर्व कार्यालयका प्रमुख झुपलाल ओलीका अनुसार भूमे–१ र २ का लागि छुट्टै टावर निर्माण भइसकेको छ। महतमा रहेको टावरले सेवा नदिएपछि नयाँ टावर निर्माण गरिएको हो। विभिन्न कम्पनीहरूसँगको समन्वय ढिला भए पनि अब चाँडै सञ्चालनमा ल्याइने ओलीले बताउनुभयो। उता वडाध्यक्ष नारायण पुनमगरले पनि सैपातुङको समस्या समाधानको चरणमा रहेको जानकारी दिनुभयो। गाबाङ डाँडामा अहिले मर्मत कार्य चलिरहेको छ। उहाँले भन्नुभयो, टावर सञ्चालनमा आएपछि सैपातुङका बासिन्दाले पनि घरमै बसेर सहज सञ्चार सेवा लिन सक्ने वडाध्यक्ष पुनले बताउनुभयो।

धान जोगाउन सीमामा हरेली पूजा

❖ *साप्ताहिक संवाददाता*

रुकुम पूर्वको भूमे गाउँपालिका – ३ सिमामा धान बालीको सुरक्षाका लागि परम्परागत हरेली पूजा गरिएको छ। साउन महिनामा आइतबार पर्ने दिन मनाइने यो पूजामा गाउँका सबै किसानले आ–आफ्नो खेतमा गई बालीनालीलाई मुसा, कीरा–फट्याङ्ग्रा र विषालु जीवजन्तुबाट जोगाउन पूजा गरेका हुन्। हरेली पूजाको परम्परा यस गाउँमा पुर्खादेखि चल्दै आएको स्थानीय जानकार उदिम पुनमगरले बताए। “हरेली साउन १५ देखि २५ भित्र आइतबार पर्छ भने त्यो दिन पूजा गरिन्छ,” उनले भने। पूजाको तयारी अघिल्लो दिन शनिबार गरिन्छ भने आइतबार बिहान बिहान खेतमा गई पूजा गर्ने चलन रहेको छ। स्थानीय राजन पुनमगरका अनुसार हरेली पूजामा गहुँको पिठोबाट मुसा, बिरालो, सर्प, कीरा–फट्याङ्ग्रा, घरायसी

सामग्री बनाइन्छ। "बिरालोले मुसा खाओस्, किराले धान नखाओस् भन्ने विश्वासका साथ पूजामा ती सामग्री बनाएको पुनमगररले बताए। स्थानीय युवती जीवन सुनारले हरेली पूजा किसानको बालीप्रतिको माया हो भन्दै युवापुस्ताले यसको संरक्षण गर्नुपर्ने धारणा राखिन्। अहिलेका केटाकेटी खेतीतिर ध्यान दिंदैनन्, परम्परा हराउने डर छ। सुनारले भनिन्। शनिबार खेतको बिचमा मिहेल जातको हाँगा गाड्ने चलन पनि छ। जसलाई स्थानीय भाषामा 'भोकर' भनिन्छ। यही भोकरलाई पूजा स्थल बनाइन्छ।

भूमि देवता र पुर्खाको संरक्षण होस् भनेर भोकरमा पूजा गर्छौं। स्थानीय युवा चन्द्र रसाइलीले बताए। पूजा सकिएपछि चौतारीमा जम्मा भई मिठो खानेकुरा खानेदेखि बरदान माग्ने चलन छ। सन्तान नभएकाले सन्तान, विवाह नभएकाले विवाह, विद्यार्थीले विद्या, गरिबले धन माग्ने पूजाको विशेषता रहेको छ। पूजापछि गाउँलेहरू गीत–सङ्गीत र नाचगानमा रमाउँछन्। वर्षभर खेत, बारी र वनजङ्गलमा क्षति नहोस् भन्ने कामना गर्दै परम्परागत ढंगमा गीत गाउँदै नाच्ने गरिन्छ।

हरियाली जन युवा क्लबको १८औं वार्षिक उत्सवमा भलिबल खेल सुरु

❖ ***साप्ताहिक संवाददाता***

हरियाली जन युवा क्लबद्वारा आयोजित १८ औं वार्षिक उत्सवको उद्घाटन सत्र आइतबार भव्य रूपमा सम्पन्न भएको छ। क्लबको आयोजनामा सुरु भएको कार्यक्रममा पुरुष तथा महिला ३५ वर्षमाथिका खेलाडीहरूबीच भलिबल प्रतियोगिता तथा विविध सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूको औपचारिक उद्घाटन गरिएको हो। कार्यक्रमको प्रमुख अतिथि तथा भूमे गाउँपालिका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठले उद्घाटन समारोहमा बोल्दै अध्यक्ष श्रेष्ठले विकास निर्माणसँगै युवाको सशक्तिकरणका लागि खेलकुदको भूमिका महत्वपूर्ण हुने उल्लेख गर्नुभएको छ। विकासका संरचना मात्रै होइन, युवाको ऊर्जा सृजनात्मक ढंगले प्रयोग गर्न खेलकुद अपरिहार्य रहेको बताउनुभयो। युवालाई भोलिको नेतृत्वका रूपमा तयार पार्न यस्ता प्रतियोगिता जरुरी रहेको र गाउँपालिकाले खेलकुद प्रवर्द्धनका लागि परि रहेको बताउनुभएको छ। यस्तै कार्यक्रमको शुभकामना मन्तव्य दिँदै भूमे गाउँपालिका प्रवक्ता तथा वडा नं.

२ का वडाध्यक्ष नारायण पनुमगरले खेलकुदलाई केवल स्वास्थ्य र मनोरञ्जनसँग मात्र जोडेर हेर्न नहुने धारणा व्यक्त गर्नुभएको छ। खेलकुद राष्ट्रको गौरव, एकताको प्रतीक र सामाजिक रूपान्तरणको माध्यम भएको बताउनु भएको छ। खेलकुदले युवा पुस्तालाई अनुशासन, आत्मविश्वास र नेतृत्व क्षमतातर्फ डोऱ्याउन र राष्ट्र निर्माणमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने उहाँले बताउनुभयो।

वडा नम्बर ३ का वडाध्यक्ष प्रशुराम बुढामगरले हरेली पूजासँगै खेलकुदलाई पनि क्लवले जोड् दिएको बताउनुभएको छ। हरेली पूजाले कृषि र संस्कृतिको संरक्षण गर्छ भने खेलकुदले युवा उर्जा र सामाजिक एकता बढाउँने उहाँले बताउनु भएको छ।

यस्तै नेकपा माओवादी केन्द्रका प्रदेश कमिटी सदस्य रुपधन कामीले भलिबल खेलको शुभकामना दिनुहुदै रुकुमपूर्वको सदरमुकामबारे विवाद चुलिँदै गएको सन्दर्भमा वर्तमान निर्णयले बहुसंख्यक जनताको चाहना बेवास्ता गर्दै निर्णय गर्दा गलत गरेको आरोप लगाउनुभएको छ। नेता कामीका अनुसार सरकारले सिस्ने गाउँपालिका –५ र ६ अन्तर्गतको रुकुमकोटलाई सदरमुकाम तोकेको भए पनि उक्त निर्णयमा पुथा र भूमे गाउँपालिकाका बासिन्दाको हित समेटिएको छैन। रुकुमपूर्वको सदरमुकाम सिस्नेमा मात्रै हुनु पर्ने हैन, पुथा र भूमे गाउँपालिकाका जनताको पनि हो। तर सरकारले नागरिकको पक्षमा निर्णय नगरेपछि हामी सर्वोच्च अदालतमा रिट दायर गरेका छौं। सरकारको निर्णयविरुद्ध सर्वोच्च अदालतमा मुद्दा दायर गरिएको जानकारी दिंदै कामीले उक्त निर्णय पुनर्विचार हुनुपर्नेमा जोड दिनुभएको छ। अखिल (क्रान्तिकारी) रुकुमपूर्वका अध्यक्ष तथा सो क्लवका व्यवस्थापक चन्द्र रसाइलीले हरेली पर्वको ईतिहास बताउदै क्लवले निकै सर्घष गर्दै यहाँसम्म पुगेको बताउनुभयो। खेलकुद परिवर्तन र चेतनाको माध्यम हो। हामीले यस वर्ष हरेली पूजाको अवसर पारेर प्रतियोगिताको आयोजना सहयोग जुटाएर गरिएको बताउनुभयो। रसाइलीको अनुसार परम्परा जोगाउनु मात्रै हैन, परम्पराको उपयोग गरेर नयाँ पुस्तालाई सामाजिक जिम्मेवारी र सक्रिय भूमिकातर्फ डो¥याउनु आवश्यक रहेको बताउनुभयो। नेपाली कांग्रेसका वडा सभापति भीम बहादुर पुनले खेलकुद प्रतियोगिताले गाउँमा लुकेर बसेका प्रतिभालाई उजागर गर्न सहयोग पुग्ने बताउनुभयो। युवा पुस्तालाई खेलतर्फ आकर्षित गर्दै भोलीका दिनमा ग्रामीण क्षेत्रमा उत्पादन भएका खेलाडीले राष्ट्रिय स्तरमा स्थान पाउने बताउनुभयो।

उद्घाटन सत्र क्लबका अध्यक्ष अनक रामदामको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको थियो। कार्यक्रममा भूमे गाउँपालिकाका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठ प्रमुख अतिथिका रूपमा सहभागी हुनुहुन्थ्यो। विशेष अतिथिका रूपमा जिल्ला समन्वय समितिका सदस्य विष्णु रोका, गाउँपालिका प्रवक्ता नारायण पुन मगर, वडा नं. ३ का अध्यक्ष परशुराम बुढा, वडा सदस्यहरू, विभिन्न राजनीतिक दलका प्रतिनिधि, शिक्षक, पत्रकार तथा स्थानीयवासीहरूको उल्लेखनीय उपस्थिति रहेको थियो। कार्यक्रम सञ्चालन शहिद शुक्र माध्यमिक विद्यालय, सिमा का लेखापाल राजन पुन मगरले गर्नुभएको थियो भने स्वागत मन्तव्य क्लबका सचिव भरत पुनले राखेका थिए।

जैविक विविधताको संरक्षणमा डिभिजन वन कार्यालयको अग्रस छ :प्रमुख खड्का

गणेश बहादुर खड्का डिभिजन वन कार्यालय रुकुमपूर्वको प्रमुखको रूपमा कार्यरत हुनुहुन्छ।

डिभिजन बन कार्यालय रुकुमपूर्वको कार्य क्षेत्र, संरचना र मुख्य जिम्मेवारी के-के हुन् ? कुन-कुन सामुदायिक बनहरू पर्छन् ?

डिभिजन बन कार्यालय रुकुमपूर्वको कार्यक्षेत्र सम्पूर्ण रुकुमपूर्व जिल्लाका तीनैवटा गाउँपालिका **भूमे, पुथा उत्तरगंगा र सिस्ने गाउँपालिका** हो। हाम्रो मुख्य जिम्मेवारी वन तथा वातावरण संरक्षण, व्यवस्थापन, जैविक विविधता संरक्षण र समुदायलाई वन पैदावारको दिगो उत्पादन तथा उपयोगमा सहयोग गर्नु हो। यस जिल्लामा रहेको सबै सामुदायिक वनहरु हाम्रो कार्यक्षेत्रमा पर्दछन।

हाल हामीले १७ हजार ६ सय ६० घरधुरी संलग्न १ सय ५७ वटा सामुदायिक बन उपभोक्ता समूह मार्फत १६ हजार ३ सय ४० हेक्टर क्षेत्रको संरक्षण र व्यवस्थापन गर्दै आएका छौं।

बन अतिक्रमण, अवैध कटानी वा चोरी निकासीको अवस्था कस्तो छ ?

रुकुमपूर्वमा स्थानीय बासिन्दाले आफ्नो दैनिक आवश्यकताका लागि मात्र वन पैदावार प्रयोग गर्ने भएकाले व्यावसायिक स्तरमा काठ, दाउरा उत्पादन वा चोरी निकासीको समस्या देखिँदैन। साथै, हाल वैदेशिक रोजगारीका र तराई तथा शहरतिर हुने बसाइँसराइका कारण स्थानीय जनसंख्या केही हदसम्म घटेका छन्, जसले वन अतिक्रमणको सम्भावना पनि न्यून बनाएको छ। यदाकदा हुने कानुन विपरीतका गतिविधि नियन्त्रणमा सामुदायिक वन उपभोक्ता समूह र स्थानीय समुदायको सक्रिय भूमिका देखिएको छ।

सामुदायिक वनको कार्ययोजना अनुसार हुने क्रियाकलापले वन उत्पादन वृद्धि गर्न, घरायसी वन पैदावारको आपुर्ति व्यवस्था मिलाउन सहजता आउनुका साथै संरक्षणमुखी व्यवस्थापनलाई सुदृढ बनाउन मद्दत पुऱ्याइरहेको छ।

सामुदायिक बनहरूको अवस्थाबारे कार्यालयको मूल्याङ्कन के छ ? बन्यजन्तु सुरक्षा र जैविक विविधताको संरक्षणमा के गर्दै आउनु भएको छ ?

सामुदायिक बन उपभोक्ता समूहहरूले विगतमा नाङ्गा डाँडापाखामा वृक्षारोपण गरेर हरियाली बनाएका छन्। वन संरक्षण, स्थानीय जनताहरुको घरायसी आवश्यकता परिपूर्ति र संरक्षणमुखी व्यवस्थापनमा

ती समूहहरू सक्रिय छन्। वन्यजन्तु र जैविक विविधता संरक्षणका लागि हाम्रो कार्यालयले सुरक्षा निकाय, स्थानीय समुदाय र उपभोक्ता समूहसँग सहकार्य गर्दै चोरी–शिकार नियन्त्रण, आहार प्रजाती संरक्षण, वासस्थान व्यवस्थापन र सचेतनामूलक गतिविधि सञ्चालन गरिरहेको छ।

पालिका, वडास्तर र जनप्रतिनिधिहरूसँग कार्यालयको सहकार्य कस्तो छ ?

यस जिल्लाका तीनैवटा गाउँपालिकाका अध्यक्षज्यूहरु, वडाध्यक्ष ज्यूहरु लगायतका जनप्रतिनिधिहरुसँग हाम्रो सहकार्य निकै सुमधुर छ। विकास निर्माणलाई वातावरणीय दृष्टिले दिगो बनाउन हामी नियमित परामर्श र प्राविधिक सुझाव दिने गर्छौं। यसका साथै विकास र संरक्षणबीच सन्तुलन कायम गर्न प्राविधिक सुझाव र वातावरणमैत्री उपायहरू अवलम्बन गर्न प्रोत्साहित गर्दै आएका छौं। यसले दिगो विकास र वन संरक्षण दुवैलाई सुनिश्चित गर्ने विश्वास लिएका छौं।

जलवायु परिवर्तनले रुकुमपूर्वमा वन र वातावरणमा के असर परेको देख्नुभएको छ ?

हाम्रो जस्तो हिमाली जिल्लामा जलवायु परिवर्तनका असरहरू गम्भीर छन्। हिमनदी पग्लिने दर बढ्नु, हिउँको मात्रा घट्नु, वर्षा अनियमित हुनुका कारण जलस्रोतमा अनियमितता आएको छ। जडिबुटी र औषधिजन्य वनस्पतिको उत्पादनमा कमी, वन्यजन्तुको बासस्थान साघुरिनु र स्थानीय जीविकोपार्जनमा असर देखिएका छन्। यी असरलाई न्यूनीकरण गर्न र स्थानीय समुदायलाई जलवायु अनुकूलन मुखी कार्यक्रममा संलग्न गराउने कार्यलाई हाम्रो कार्यालयले प्राथमिकतामा राखेको छ।

डढेलो नियन्त्रणका लागि कार्यालयले के रणनीति अपनायो? यस वर्ष कति डढेलोका घटना भए ?

डढेलो नियन्त्रणमा हाम्रो मुख्य रणनीति पूर्वतयारी, सचेतना कार्यक्रम संचालन र डढेलो लागेको अवस्थामा रेपिड रेस्पोन्स (**Preparedness, Awareness and Rapid Response**) हो। यसमा हामिले संवेदनशील क्षेत्र पहिचान गरी फायर लाइन निर्माण र मर्मत साथै वनमा रहेका प्रज्वलनशिल पदार्थहरुको व्यवस्थापन, सचेतना कार्यक्रम संचालन, तालिम गोष्ठि मार्फत क्षमता विकाश तथा डढेलो लागेको अबस्थामा स्थानीय तह र सुरक्षा निकायसँग समन्वय गरी हाम्रो रेपिड रेस्पोन्स टोली परिचालन र जोखिम बढी हुने समयमा नियमित गस्ती र अनुगमन गर्ने गरेका छौं। यसले समुदायमैत्री र दीर्घकालीन डढेलो नियन्त्रणमा सहयोग पुऱ्याइरहेको छ।

बजेट, जनशक्ति र प्रविधिको अभाव कस्तो छ ? सेवा प्रवाहमा कस्ता कठिनाइ छन् ?

कार्यालयले गर्नुपर्ने कार्यक्षेत्रको व्यापक्ता र चुनौतीको तुलनामा बजेट, जनशक्ति र प्रविधिगत साधनहरू पर्याप्त छैनन्। तथापि, उपलब्ध स्रोत साधनलाई अधिकतम उपयोग गर्ने रणनीति अपनाएर सेवा प्रवाहलाई प्रभावकारी बनाउन निरन्तर प्रयास गर्दै आएका छौं। वन संरक्षण, व्यवस्थापन, जैविक विविधता संरक्षणदेखि जलवायु अनुकूलनसम्मका कार्यक्रमहरूको आवश्यकता ठूलो भए पनि बजेट सीमित छ। त्यसैले प्राथमिकता निर्धारण गरेर

कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने गरेका छौं। भौगोलिक अवस्था जटिल र कार्यक्षेत्र फराकिलो भएकाले उपलब्ध जनशक्ति अपेक्षाकृत न्यून छन्। यसलाई समाधान गर्न हामीले समुदाय, स्थानीय तह र उपभोक्ता समूहहरूसँग सहकार्यलाई प्राथमिकता दिएका छौं। नवीनतम प्रविधि (ड्रोन, GIS, रिमोट सेन्सिङ, डिजिटल डेटा म्यानजेमेंट आदि) को उपयोग विस्तार गर्न आवश्यक देखिन्छ, तर स्रोत सीमित छन्। उपलब्ध प्रविधिको अधिकतम प्रयोग र चरणबद्ध रूपमा नयाँ प्रविधि भित्र्याउने काम भइरहेको छ। सेवा प्रवाहमा हामिले भोगेका कठिनाइहरूमा दुर्गम भौगोलिक अवस्थाका कारण समयमै पहुँच पुऱ्याउन कठिनाइ हुने गरेको छ। डढेलो, अवैध कटानीजस्ता आकस्मिक घटनामा तत्काल रेपिड रेस्पोन्स चुनौतीपुर्ण रहेको छ। पर्याप्त प्राविधिक जनशक्ति र उपकरण अभावमा सेवा प्रवाहमा ढिलाइ हुन सक्ने अवस्था रहेको छ। तथापि, यी चुनौतीबीच पनि हामी स्थानीय तह, समुदाय, सुरक्षा निकाय र साझेदार संस्थाहरूसँग समन्वय गर्दै सेवा प्रवाहलाई प्रभावकारी बनाउन निरन्तर अग्रसर छौं।

कतिपय स्थानीयले वन कार्यालयप्रति गुनासो गर्छन् ? बोटबिरुवा रोपेर पनि संरक्षण हुँदैन, वन हेरालुहरू छैनन्न यो गुनासोको जवाफ के हो ?

वृक्षारोपण क्षेत्रमा रोपिएका बिरुवाको संरक्षण र व्यवस्थापन महत्त्वपूर्ण हुन्छ। यसका लागि हामीले सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहसँगको समन्वयमा नियमित अनुगमन, घेराबार, चरिचरण नियन्त्रण र संरक्षणका उपायहरूलाई प्राथमिकतामा राखेका छौं। यसका लागि सामुदायिक वनबाट प्राप्त आम्दानी समूहको खातामा जम्मा हुने व्यवस्था बमोजिम समूहकोषबाट हेरालु राख्ने व्यवस्थालाई पनि प्रोत्साहन गरीएको छ। स्थानीय समुदायलाई जिम्मेवारी र अधिकारसहित संलग्न गराउनु दीर्घकालीन वन संरक्षणको सबैभन्दा प्रभावकारी उपायहरूलाई प्राथमिकतामा राखेका छौं।

वन संरक्षणमा युवाहरूलाई संलग्न गराउने के कस्ता कार्यक्रमहरू छन् ? सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहलाई प्रशिक्षण कतिको दिनु भएको छ ?

वन संरक्षणमा युवाको सक्रिय सहभागिता अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण भएकाले हामीले विभिन्न कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरिरहेका छौं। युवालाई लक्षित गरी डढेलो नियन्त्रण, वृक्षारोपण, जैविक विविधता संरक्षण, वातावरणीय सचेतना र जलवायु अनुकूलन जस्ता विषयमा सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहसँग सहकार्यमा तालिम, गोष्ठी र स्वयंसेवी गतिविधि सञ्चालन हुँदै आएका छन्।

हरेक वर्ष सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहका युवाहरू सहभागी हुने गरी तालिम दिइन्छ। तालिम प्राप्त गरेका युवालाई वन संरक्षण सम्बन्धी सचेतना कार्यक्रमका लागि स्वयंसेवकका रूपमा परिचालन गर्ने गरिएको छ। युवाहरूको सीप र उत्साहलाई वन संरक्षणमा जोड्न सक्दा दीर्घकालीन प्रभाव पर्छ भन्ने सिकाइका आधारमा कामहरु भएका छन्।

आउँदो वर्षका लागि कार्यालयको प्रमुख योजना के-के छन् ?

डिभिजन वन कार्यालय रुकुमपूर्वले वन संरक्षण, जल संरक्षण, प्राकृतिक स्रोतको दीगो व्यवस्थापन र स्थानीय सहभागिता सुदृढीकरणलाई मुख्य प्राथमिकतामा राखेको छ। यसका लागि सिँचाइ र खानेपानीका मुहान वरिपरि वृक्षारोपण र संरक्षणलाई प्राथमिकता दिने। जैविक विविधता संरक्षणका लागि वन्यजन्तुको वासस्थान संरक्षण र आहार प्रजाति संरक्षण गर्ने। अवैध चोरीशिकार र वन अपराध नियन्त्रणका लागि समुदाय र सुरक्षा निकायसँग सहकार्य गर्ने। सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहलाई थप सशक्त बनाउन सीप विकास, तालिम र संस्थागत क्षमता विकास कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने।

महिला, युवा र सीमान्तकृत समुदायको सहभागिता बढाउने गरी लक्ष्य समूह मैत्री कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने। समूहहरूलाई स्रोत उपयोग र आम्दानी व्यवस्थापनमा सक्षम बनाउने र उनीहरूबाटै हेरालु तथा निगरानी प्रणालीलाई सशक्त बनाउने। GIS, ड्रोन र डिजिटल डेटा व्यवस्थापन प्रणाली मार्फत वन क्षेत्रको वैज्ञानिक निगरानी र अनुगमनलाई नियमित गर्ने। डढेलो नियन्त्रण, जैविक विविधता संरक्षण र जलवायु अनुकूलन कार्यका लागि रेपिड रेस्पोन्स प्रणालीलाई अझ बलियो बनाउने। जडिबुटी खेती र गैरकाष्ठ वन पैदावारको प्रवर्द्धन गरी स्थानीय आयआर्जनमा टेवा दिने हाम्रो आगामी वर्षका योजना हुन। हाम्रो उद्देश्य वन संरक्षण र प्राकृतिक स्रोत व्यवस्थापनमार्फत वातावरणीय सन्तुलन कायम राख्नु मात्र होइन, स्थानीय बासिन्दाको जीविकोपार्जनलाई सबल बनाउनु र जलवायु परिवर्तन न्यूनीकरणमा योगदान गर्नु पनि हो।

अन्तमा केही भन्नु हुन्छ ?

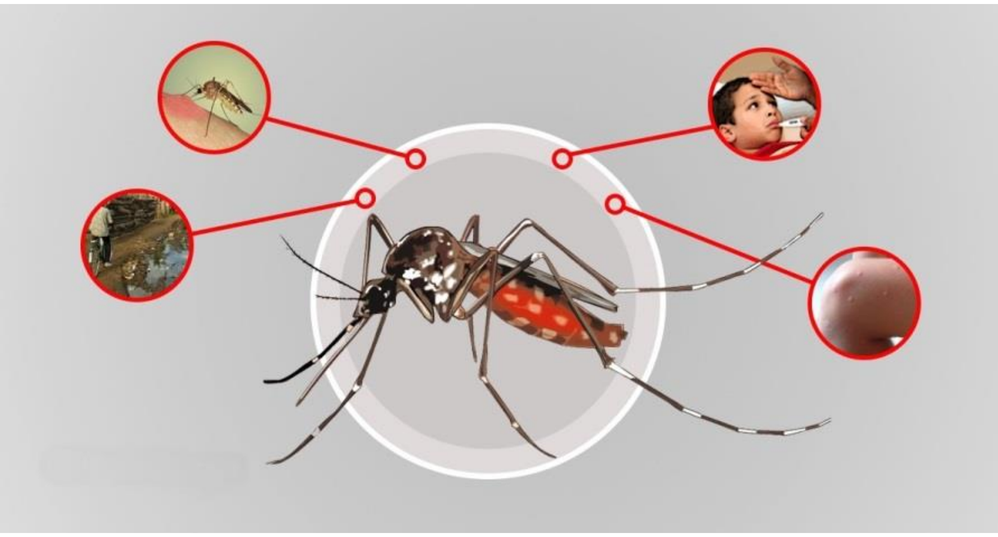
हाम्रो टिम सबै सरोकारवाला, विशेष गरी स्थानीय समुदाय, जनप्रतिनिधि र साझेदार संस्थाहरूसँग हातेमालो गर्दै दिगो वन संरक्षण र व्यवस्थापनमा निरन्तर लागिरहेका छौं। सामुदायिक सहभागिता नै वन संरक्षणको मूल आधार हो। अन्तमा म भूमे साप्ताहिकका पाठक तथा सम्पूर्ण जिल्लावासी नागरिकलाई वन र वातावरण संरक्षणमा सक्रिय सहभागिताको लागि आग्रह गर्दछु। यो अवसरको लागि सम्पादकीय टिमलाई धन्वाद !

डेङ्गी भाइरसबाट कसरी बच्ने

❖ *निम प्रसाद गिरी*

परिचयः डेङ्गी भाइरसबाट सर्ने संक्रामक रोग हो। यो रोग संक्रमित कीटको टोकाइबाट सर्छ। संक्रमित लामखुट्टेले तोक्दा एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्छ। लामखुट्टेको टोकाइबाट सर्ने भाइरल समस्या जसमध्ये सबैभन्दा धेरै फैलिने रोग विशेष गरी एडिस जातको एडीज एजिप्टाई (Aegypti) र एडिस एल्बोपिक्टस (Albopictus) जातको लामखुट्टेबाट सर्छ। यो रोग विशेषतः लामो समयदेखि देखिँदै आएको रोग हो। सन १७७९ मा पहिलो पटक एसिया र अफ्रिकामा देखापरेको थियो। सन १९५० को दशकमा थाइल्यान्ड, फिलिपिन्समा देखिएपछि ठूलो खतरा देखिएको हो।

यो रोग विश्वव्यापी रुपमा फैलिएको छ। विशेष गरी १९७० पछि यो रोग ९ गुना बढेको छ। विश्वका करिब २.५ अरब जनसंख्या यो रोगको जोखिम क्षेत्रभित्र पर्छ। प्रत्येक वर्ष करिब ५० करोड मानिसमा यो रोगको संक्रमण हुने गर्छ। यस मध्ये



करिब पाँच लाख मानिसमा गम्भीर अवस्था देखिन सक्छ भने करिब २० हजारको मृत्यु हुने गर्दछ। नेपालमा पहिलो पटक देखिएको यो रोग सन १९०४ मा चितवन, नवलप्रासी लगायतका जिल्लामा महामारीको रुपमा देखिएको थियो। विगत केही वर्ष यता विशेष गरी साउन महिनामा यसले प्रमुख रूपमा फैलावट लिँदै आएको छ।

डेङ्गु रोगका लक्षण

डेङ्गु रोगको भाइरस संक्रमण भएको केही ४ देखि १० दिनसम्ममा यसका लक्षण देखा पर्न सक्छ। यस रोगका लक्षण तथा नङ्गनङ्गो निम्न छन्:

- ❖ उच्च ज्वरो आउनु (१०२° F देखि १०३° F)
- ❖ टाउको दुख्ने।
- ❖ आँखाको पछाडि दुख्ने।
- ❖ गिँजा दुख्ने, छालामा रातो दाग आउने।
- ❖ वाकवाकी लाग्ने।
- ❖ छालामा रातो रातो बिबिरा र दागहरू देखापर्छ।
- ❖ आँखामा तथा शरीरका विभिन्न भागमा राताराता डाबरहरू देखापर्छ।
- ❖ थकान तथा कमजोरी महसुस हुन्छ।

डेङ्गु रोगको कारक तत्वः डेङ्गु भाइरस डेंगु भाइरसबाट हुने यो रोग मुख्यतया चार प्रकारका DEN1, DEN2, DEN3, DEN4 नामक विभिन्न प्रकारका भाइरसबाट संक्रमित व्यक्तिबाट लामखुट्टेको टोकाइबाट अर्को व्यक्तिमा सर्छ र रोग लाग्छ।

डेङ्गु रोग सर्ने तरिकाः डेङ्गु भाइरसबाट संक्रमित एडीज जातको पोथी लामखुट्टेले कुनै व्यक्तिलाई टोकेपछि समाजमा विभिन्न समयमा सफा देखिने ठाउँमा रहेका लामखुट्टे पाइन्छन्। (विशेष गरी चिसो स्थानमा) Dengue Virus सर्नेछ। यो लामखुट्टे अन्य सामान्य लामखुट्टे भन्दा बिहान र दिउँसो टोक्ने हुन्छ। जसलाई **"Tiger-mosquito"** (बाघझैं देखिने लामखुट्टे) पनि भनिन्छ। यो प्रजातीको लामखुट्टे प्रायः संक्रमित लामखुट्टेको टोकाइ भएको व्यक्तिले फ्यालेको पानी तथा स्थानमा देखा पर्छ। एउटै घरमा पनि सजिलै संक्रमण फैलिन सक्छ। उक्त पोथी लामखुट्टेले वातावरणमा पाएको २–३ दिनमा तातोमा विशेष गरी टिनको पानी नटाँसेको अवस्थामा पनि

टोक्ने गर्छ र त्यसले अण्डा दिन सक्छ। सामान्य जीवन रहने ठाउँ, किचनको ठाउँ, (क्रस) पानीको भाँडो, ट्यांकी, फुलदानी, घरको पुछने बाल्टिन, पुरानो टायर, प्लास्टिक झोला आदि सबै स्थानमा देखा पर्न सक्छ। एउटा लामखुट्टेले आफैंले जीवनकालमा १०० देखि ४०० वटा अण्डा दिन सक्छ। एक पटक लामखुट्टेको आयु भएको ७-८ हप्ता हुने हुँदा पोथीले २-८ हप्ता अण्डा दिन्छ। डेङ्गु रोग कुनै पनि मानिसको प्रतिरक्षा प्रणालीमा सर्दैन।

डेंगी रोगको उपचार

डेङ्गी एक भाइरसबाट सर्ने रोग हो। यसको प्रत्यक्ष उपचार नभए पनि चिन्ह र लक्षणका आधारमा उपचार गरिन्छ। यो रोग सामान्यतः केही दिनमै निको हुने गर्दछ, तर लापरवाही गर्नाले ज्यानसमेत गुम्ने खतरा हुन्छ। त्यसैले निम्न कुरामा ध्यान दिनुहोस्:

- डेंगीको लक्षण देखिएमा तुरुन्तै नजिकको अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुहोस्।
- प्रशस्त मात्रामा झोलिलो पदार्थ (जस्तै सूप, ओआरएस, जुस, पानी आदि) सेवन गर्नुहोस्।
- ज्वरो कम गर्न पारासिटामोल मात्र सेवन गर्नुहोस्।
- दुखाई कम गर्ने अन्य औषधी (जस्तै आइबुप्रोफेन वा डाइक्लोफेनाक) प्रयोग नगर्नुहोस्, यीले रगत बग्ने समस्या बढाउन सक्छ।
- विश्राम गर्नुहोस् र शरीरलाई पर्याप्त आराम दिनुहोस्।
- नोटः डेङ्गीको लक्षणमा उच्च ज्वरो, टाउको दुख्ने, आँखाको पछाडि दुख्ने, मासपेशी तथा हड्डी दुख्ने, छालामा रातो दाग देखिनु, बान्ता वा वाकवाकी लाग्नुजस्ता लक्षणहरू देखिन सक्छन्।
- सचेत रहौं, सुरक्षित रहौं।

डेङ्गी रोगको रोकथाम तथा बच्ने उपाय

- लामखुट्टे उत्पादन हुन नदिने ।
- घर वरिपरि पानी जम्न नदिने ।
- फूलदानी, पुराना टायर, बोतल, ड्रम, कुलर आदि सफा राख्ने।
- प्रत्येक सातामा एकपटक पानी भरेका भाँडोहरू खाली वा सफा गर्ने।
- पूरै शरीर ढाक्ने लामो बाहुलाको कपडा लगाउने।
- मच्छरदानी (झुल) प्रयोग गर्नुहोस्, सुत्दा अनिवार्य रूपमा प्रयोग गर्ने।
- लामखुट्टे भगाउने क्रिम, स्प्रे वा क्वायल प्रयोग गर्ने।
- झ्याल-ढोका खुल्ला राख्दा जाली प्रयोग गर्ने।
- घर मात्र होइन, छिमेकी क्षेत्र पनि सफा राख्ने।
- साप्ताहिक सरसफाइ अभियान चलाउने।

बच्चा, वृद्ध, गर्भवती र बिरामीहरूमा विशेष ध्यान दिने।

सूचना

भूमे गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)

जनहितमा जारी सन्देश

- जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइसराइँ, सम्वन्ध विच्छेद जस्ता व्यक्तिगत घटनाहरु सम्वन्धित 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 बालवालिकाहरुलाई 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 बालवालिकाहरुलाई आवश्यक सहयोग गर्ने बानी बसालौं ।
- व्यवसाय सञ्चालन गर्दा गाउँपालिका वा सम्वन्धित 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 ।