भूमे साप्ताहिक

वर्ष ५ अङ्क २२ २०८० भदौ २७ बुधबार

सम्पादकीय

तीज पर्वको शुभकामना

नेपाली महिला दिदीबहिनीहरुको विशेष चाड तीज पर्वको अवसरमा हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछौं। यस पर्वले समस्त नेपाली महिला दिदीबहिनीहरुलाई एकताबद्ध भई लैङ्गिक समानता र आफ्नो अधिकारका लागि लड्न प्रेरणा दिनेछ भन्ने हाम्रो विश्वास छ।

पूर्वीय दर्शनमा तीज पर्वको धार्मिक, सांस्कृतिक परम्परा र यसको शुरुवातका आफ्नै कथा छन्। आजको विज्ञान प्रविधिको युगमा त्यही परम्परा, त्यही कथा र मान्यतामै अल्झिएर बस्नु हुँदैन। समय अनुसार सांस्कृतिक पर्वहरुलाई पनि परिमार्जन गर्दै लैजानु पर्छ। कुनै बेला योग्य पति पाउन र पतिको दिर्घायूका रुपमा मनाइने तीज समयक्रमसँगै महिला अधिकार, स्वतन्त्रताका लागि मनाउन थालियो। अब तीज पर्वलाई महिलाको सशक्तिकरण, सहअस्तित्व र नेतृत्व तहमा महिलाको प्रतिनिधित्वका लागि आवाज उठाउने अभियानका रुपमा मनाउनु पर्दछ। तीज पर्वका नाममा हुने भड्किलोपन, गरगहना र आर्थिक हैसियत देखाउने होडजस्ता विकृतिबाट नेपाली समाजलाई जोगाउन राजनीति, समाजसेवा र अधिकारका क्षेत्रमा सक्रिय महिलाले नेतृत्व गर्नु पर्दछ।

विगतका विभिन्न ऐतिहासिक महिला आन्दोलन र जनसंघर्षको बलमा हामीले लैङ्गिक समानता र न्यायमा थुप्रै अधिकार प्राप्त गरेका छौं। कानुन बनाएका छौं। तर त्यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन अझैं हुन सकेको छैन। आम नेपाली महिलाहरुमा जागरण पैदा गर्न, आफ्ना हक अधिकारप्रति सचेत गराउन र आफ्नो जिम्मेवारीप्रति उत्तरदायी बनाउन तीज लगायतका सांस्कृतिक पर्वहरुको माध्यमबाट सचेतना फैलाउनु पर्दछ। त्यसले मात्रै यस्ता पर्वहरुलाई सामाजिक, सांस्कृतिक रुपान्तरणका रुपमा मनाउन सकिन्छ।

प्रकाशक

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

भूमे गाउँपालिकाले ग-यो गत आ.व.को समीक्षा

❖ बालाराम शेर्पाली

रुकुम (पूर्व) । भूमे गाउँपालिकाले आर्थिक वर्ष २०७९/८० को वार्षिक समीक्षा कार्यक्रम सम्पन्न गरेको छ। गाउँपालिकाको कार्यालय खाबाङ बगरमा गत आर्थिक वर्षमा भएका गतिविधिहरुको समीक्षा गरिएको हो।

भूमे गाउँपालिकाको ९ वटै वडा भित्र गत आर्थिक वर्ष २०७९/८० मा भएका विकास निर्माणसम्बन्धी गतिविधि, कार्यालयले प्रदान गरेका सेवा र सञ्चालन गरेका योजना तथा कार्यक्रमको वार्षिक समीक्षा गरिएको थियो।

गाउँपालिकाका सबै वडा र विभिन्न शाखाहरुबाट आएका जिज्ञासा तथा प्रश्नको जवाफ गाउँपालिका अध्यक्ष र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतले दिनुभएको थियो। गत आर्थिक वर्षमा पालिका र वडाहरुमा सञ्चालित योजना तथा कार्यक्रमहरुका बारेमा वडा सचिवहरुले बर्षभरि वडामा नागरिकताको सिफारिस कति भए? जन्म दर्ता कति जनाले बनाए? घटना दर्ता, सम्बन्ध विच्छेद कतिको भयो? मृत्यु दर्ता, भूमि कर तथा जग्गाको तिरो कतिले तिरे? विकासका काम के कति भए? वडामा गत आवमा आन्तरिक आम्दानी कति भयो लगायतका बारेमा जानकारी गराएका थिए।

यस्तै विद्यालयको भौतिक सुधारको अवस्था के छ? हाल भूमे गाउँपालिकामा कति वटा विद्यालय छन् र विद्यार्थी संख्या कति छ? शिक्षाको अवस्था कस्तो भन्ने विषयमा शिक्षा शाखा प्रमुखले जानकारी गराउनु भएको थियो। कृषि शाखाले पालिकाभित्र भइरहेको शाखाको गतिविधि सतप्रतिसत भएको जानकारी गराउनु भएको थियो। आर्थिक वर्ष २०७९/८० भूमे गाउँपालिकामा चालुतर्फ ८३.७३ प्रतिशत र पूजीगततर्फ ७७.३३ प्रतिशत, समग्रमा भौतिक तथा वित्तीय प्रगति ८१.२३ प्रतिशत काम भएको भूमे गाउँपालिका प्रशासन शाखाका सहायक चेतन बुढा मगरले जानकारी दिनुभयो।

भूमे गाउँपालिका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठको प्रमुख आतिथ्यमा भएको गत आवको योजना तथा कार्यक्रम समीक्षा एवं आगामी योजना सार्वजनिक कार्यक्रममा गाउँपालिका उपाध्यक्ष सविना बुढा मगर, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत देविलाल बिक, वडा नम्बर ३ को अध्यक्ष प्रशुराम बुढा र वडा नम्बर ७ को अध्यक्ष संगम रोका, गाउँपालिकामा रहेका सबै शाखाको सहभागिता रहेको थियो। कार्यक्रमको सञ्चालन प्रशासन शाखाका सहायक चेतन बुढा मगरले गर्नुभएको थियो।

स्थानीय परियोजना सल्लाहकार समिति गठन

रुकुम (पूर्व) । भूमे गाउँपालिका अध्यक्षको नेतृत्वमा स्थानीय परियोजना सल्लाहकार समिति गठन गरिएको छ। गाउँपालिका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठको अध्यक्षतामा गठन गरिएको ९ सदस्यीय स्थानीय परियोजना सल्लाहकार समितिमा गाउँपालिका उपाध्यक्ष, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, विभिन्न शाखा प्रमुखहरु सदस्य रहेका छन्।समितिको गठन गरिएको बैठकको सहजीकरण समुन्नती जलवायुमैत्री कृषि परियोजना र समुन्नती डिजिटल फाइनान्स परियोजनाले गरेको थियो। बैठकमा समुन्नती जलवायुमैत्री कृषि परियोजना र उन्नत चुलोको बजारीकरण परियोजनाको समीक्षा र आगामी योजना डिकोस नेपालका कार्यक्रम संयोजक बीरजङ पुनले प्रस्तुत गर्नुभएको थियो। समुन्नती डिजिटल फाइनान्स परियोजनाको समीक्षा र आगामी योजना डिप्रोक्स नेपालका कार्यक्रम अधिकृत लक्ष्मण विष्टले गर्नुभएको हो।

यसैबीच स्थानीय परियोजना सल्लाहकार समितिले भुमे गाउँपालिका वडा नं. २ सैपाटुङको आरुडाँडा कृषक समुहमा समुन्नती डिजिटल फाइनान्स परियोजनाद्वारा सञ्चालित डिजिटल वित्तीय साक्षरता तालिमको संयुक्त अनुगमन गरी तालिमका सहभागीहरुसँग अन्तरकृया गरेको छ। अन्तरक्रियामा सहभागीहरुले तालिममार्फत् बचत ऋण व्यवस्थापन, आम्दानी खर्च विश्लेषण, फजुल खर्च व्यवस्थापन तथा नियन्त्रण, मोबाइलबाट वित्तीय कारोबार गर्ने, कृषि एपहरु मार्फत् बजारको बारेमा थाहा पाउने, रोग किरा निवारण तथा आफ्ना उत्पादनहरुको बजारीकरण गर्न सकिने कुराहरुको ज्ञान पाएको साथै महिलाको कार्यबोझ व्यवस्थापन र वित्तीय निर्णय प्रकृयामा महिलाको सकृय सहभागिताका बारेमा जानकारी पाएको बताएका थिए।

अनुगमनका क्रममा गाउँपालिका उपाध्यक्ष सविना बुढाले सहभागीहरुलाई तालिममा सिकेका कुरा व्यवहारमा ल्याउन सुझाव दिदै परियोजनालाई धन्यवाद दिनुभएको थियो। समुन्नती कृषि परियोजना र समुन्नती डिजिटल फाइनान्स परियोजनाले सञ्चालन गरेका स्थानीय कृषक समुहहरुमध्ये हाल ९ वटा समुहका १७८ जना कृषकलाई डिजिटल वित्तीय साक्षरता तथा महिला सशक्तिकरण क्षमता विकासका तालिम सञ्चालनमा रहेका र आगामी वर्षमा कम्तीमा २५० जना अर्थात् १२ वटा समुहमा यो कार्यक्रम विस्तार गर्ने परियोजनाका अधिकृत लक्ष्मण विष्टले जानकारी गराउनु भयो।

भूमे-१ लुकुममा सार्वजनिक सुनुवाइ

❖ **बालाराम शेर्पाली**

रुकुम पूर्व । स्थानीय सरकारले के काम गर्दैछ? सेवा प्रवाहको कस्तो छ? जस्ता विषयमा आम नागरिकलाई चासो हुनु स्वाभाविक हुन्छ। नागरिकको त्यही चासोलाई सम्बोधन गर्न भूमे गाउँपालिकाले त्रैमासिक वा चौमासिक रुपमा सार्वजनिक सुनुवाइ कार्यक्रम गरिरहेको छ।

यसै क्रममा यही भदौ २३ गते शनिबार भूमे गाउँपालिका वडा नं. १ लुकुममा सार्वजनिक सुनुवाइ कार्यक्रम गरिएको छ। विकास तथा सेवा प्रवाहमा सेवाग्राहीसँगको दोहोरो संवादबाट उनीहरुको गुनासो सुन्ने र सम्बोधन गर्ने उद्धेश्यले उक्त कार्यक्रम राखिएको हो।

केही महिनाअघि वडा नम्बर ९ चुनबाङ र वड़ा नम्वर ६ महतमा सार्वजनिक सुनुवाइ गरेको पालिकाले यसपटक वडा नं. १ लुकुममा सार्वजनिक सुनुवाइ गरेको थियो। पालिकाबासी सबै नागरिकहरु गाउँपालिकाको कार्यालयसम्म आइ नपुग्ने र सबै क्षेत्रका नागरिकको अवस्था बुझ्न नसकिने भएकाले पालिकाबासीको घरआँगनमै पुगेर सार्वजनिक सुनुवाइ गरेको भूमे गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत देविलाल विकले बताउनु भयो।

सार्वजनिक सुनुवाइमा सहभागी स्थानीय नागरिकले सेवा सुविधाको गुणस्तर, विकास निर्माणमा थप पारदर्शिता र नियमनको विषयमा जोड दिनुपर्ने सुझाव दिएका थिए। वडा अध्यक्षको अध्यक्षतामा हुने कार्यक्रममा वडाका नागरिकले राखेको समस्या र गुनासोको गाउँपालिका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठ र उपाध्यक्ष सविना बुढा मगरले जवाफ दिनुभएको थियो भने सहायक जवाफदेहिताको रुपमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत तथा पशु सेवा शाखा, कृषि शाखा, महिला तथा बालबालिका कल्याण इकाई, प्रशासन शाखा, स्वास्थ्य शाखा र बैङ्कका शाखा प्रमुख र प्रहरी प्रमुखले स्थानीयको गुनासो तथा समस्याको सम्बोधन गर्नुभएको थियो।

सार्वजनिक सुनुवाइको क्रममा गाउँघरमा पुगेका कर्मचारीहरुले नागरिक अभिमत पनि लिएका थिए। त्यसमा भूमेका नागरिकको अभिमत हेर्दा सेवा प्रवाहमा सन्तुष्ट रहेको तथ्याङ्क देखिएको सूचना प्रविधि अधिकृत जनक ओलीले बताउनु भयो। उहाँले भन्नुभयो, "नागरिक अभिमतमा कर्मचारीको व्यवहारको अवस्था, कार्यालयका सम्पूर्ण क्रियाकलापको जानकारी, सेवा प्रवाहमा नागरिकको दायित्व, कार्यसम्पादनको मूल्याङ्कन र वर्तमान कार्य संरचनाको विषयमा नागरिकबाट अभिमत लिइएको थियो।"

तिजको अवसरमा खेलकुद प्रतियोगिता

❖ बालाराम शेर्पाली

रुकुम पूर्व । भूमे गाउँपालिका वडा नम्बर ३ मोराबाङमा तिजको अवसरमा विविध खेलकुद प्रतियोगिता हुने भएको छ। भूमे स्टार युवा क्लवले तिजको अवसरमा यही असोज १ गतेदेखि ५ गतेसम्म विभिन्न विधामा खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना गरेको क्लवका सल्लाहकार मालबहादुर मल्लले जानकारी दिनुभयो।

मल्लका अनुसार खेलकुद प्रतियोगितामा भलिबल (पुरुष तथा महिला), नृत्य, घैंटो फोर, साँस्कृतिक मौलिक लोक भाका प्रतियोगिता समावेश गरिएको छ। प्रतियोगितामा विजयी हुने टोलीलाई पुरस्कारको राम्रो व्यवस्था गरिएको मल्लले बताउनु भयो।

जसमा पुरुष भलिबलतर्फ प्रथम हुनेलाई १ लाख ५ हजार ५ सय, दोस्रो हुनेलाई ५५ हजार ५ सय ५५ रुपैयाँ, तेस्रोलाई ३५ हजार ५ सय ५५ रुपैयाँ हुनेछ भने सान्त्वना हुनेले १५ हजार ५ सय रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछन्। नगदसहित कप, मेडल र प्रमाण-पत्र सबैले पाउने मल्लले बताउनु भयो।

यस्तै महिला भलिबलतर्फ प्रथम, दोस्रो र तेस्रो हुनेले क्रमशः ३५ हजार, २५ हजार र १५ हजार नगदसहित कप मेडल र प्रमाण पत्र पुरस्कार पाउने छन्।

यस्तै खुल्ला नृत्यतर्फ प्रथम, दोस्रो र तेस्रो हुनेलाई क्रमशः ३ हजार, २ हजार र १ हजार सहित प्रमाणपत्र, घैंटो फोरमा विजेतालाई १ हजार ५ सय पुरस्कार दिइनेछ। तिज विशेष कार्यक्रममा पुख्यौंली सांस्कतिक भाकाको गीतमा प्रथम, दोस्रो र तेस्रो हुनेलाई क्रमशः ५ हजार, ३ हजार र २ हजारसहित प्रमाण-पत्र प्रदान गर्ने स्टार युवा क्लवका अध्यक्ष प्रेम कुमार सुनारले बताउनु भयो।

भूमे गाउँपालिकाको वडा नम्बर ३ मा ४ वटा टोल रहेका छन्। हरेक बर्ष चाडपर्वको अवसरमा पालो गरेर एउटा टोललाई खेल प्रतियोगिताका लागि बजेट विनियोजन गर्ने अभ्यास गरेको र यस वर्ष मोराबाङको पालो रहेको वडा अध्यक्ष प्रशुराम बुढामगरले बताउनु भयो। यसपटकको खेल प्रतियोगिता सञ्चालनका लागि २ लाख बजेट विनियोजन गरेको उहाँले बताउनु भयो। गत बर्ष सिमामा खेल सञ्चालन गरिएको थियो। यसपटक सबैको सल्लाहले मोराबाङलाई दिइएको र आगामी वर्ष क्याङ्सी वा झुम्लाबाङमध्ये एउटा टोललाई दिइने र छुटेकोलाई ०८२ मा समेटिने अध्यक्ष बुढाले बताउनु भयो।

आत्महत्या विरुद्धको दिवसमा -याली र कोणसभा

❖ बालाराम शेर्पाली

रुकुम पूर्व । भूमे गाउँपालिकामा विश्व आत्महत्या विरुद्धको दिवस सचेतनामुलक कार्यक्रम गरी मनाइएको छ। जिल्ला प्रहरी कार्यालय रुकुम पूर्वको आयोजनामा यही भदौ २४ गते भूमे गाउँपालिकाको कार्यालय खाबाङबगरमा सचेतनामूलक कार्यक्रम गरिएको हो।

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय खाबाङबगरबाट आत्महत्याको रोकथाम सम्बन्धी सन्देश लेखिएका प्लेकार्ड र ब्यानरसहित -याली निकालिएको थियो। -यालीपछि खाबाङबगरमा कोणसभा गरिएको थियो। कोणसभामा जिल्ला प्रहरी कार्यालय रुकुम पूर्वका प्रमुख प्रहरी नायव उपरीक्षक (डिएसपी) अञ्जना श्रेष्ठले आत्महत्यासम्बन्धी तथ्यांक तथा घटनाका विवरणहरु प्रस्तुत गर्नुभएको थियो। उहाँका अनुसार रुकुम पूर्वको भूमे गाउँपालिकामा ३ बर्ष यता ११ जनाले आत्महत्या गरेको बताउनु भयो।

उहाँका अनुसार नेपालमा आत्महत्याको तथ्याङ्क हेर्दा लुम्बिनी प्रदेश तेस्रो नम्बरमा रहेको छ। सो अवसरमा उहाँले मान्छेले आत्महत्या गर्नुको कारण र कानुनी व्यवस्थाका बारेमा जानकारी दिनुभएको थियो।

निमित्त प्रमुख जिल्ला अधिकारी हिरालाल आचार्यको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि भूमे गाउँपालिका अध्यक्ष होम प्रकाश श्रेष्ठले पछिल्लो समय आत्महत्याका घटना र तथ्याङ्क हेर्दा डरलाग्दो देखिएको भन्दै मानिसलाई जीवनप्रति आशावादी बनाउन सबैले सचेत पहलकदमी लिनुपर्नेमा जोड दिनुभयो। आफूले आफैलाई मार्ने भनेको निरासाको चरम अभिव्यक्ति भएको चर्चा गर्दै उहाँले स्थानीय सरकार, सरकारी संयन्त्र र समाजका अगुवाहरु चिन्तित भएर आत्महत्या नियन्त्रण र रोकथाममा लाग्नुपर्ने बताउनु भयो।

कार्यक्रममा भूमे गाउँपालिका उपाध्यक्ष सविना बुढामगर, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत देविलाल बिक, जिल्ला प्रहरी कार्यालय रुकुम पूर्वका प्रहरी नायव उपरीक्षक अञ्जना श्रेष्ठ, जिल्ला अस्पताल रुकुम पूर्वका डा. जितेन्द्रराज कोइराला लगायतको आतिथ्यता रहेको थियो। कार्यक्रमको सहजीकरण जिप्रकार्यालय रुकुम पूर्वका प्रहरी निरीक्षक तथा सूचना अधिकारी गणेश पाण्डेले गर्नुभएको थियो।

समुदायसँग अझ नजिक भन्ने मूलमन्त्र सहित रेडक्रस मानव सेवामा कटिबद्ध छ

दामोदर गौतम
सभापति, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, रुकुम (पूर्व)

तपाई कहिलेदेखि नेपाल रेडक्रस सोसाइटीमा आवद्ध हुनुहुन्छ ?

म नेपाल रेडक्रस सोसाइटी रुकुम पूर्व जिल्ला शाखाको पहिलो निर्वाचित सभापति हुँ। म करिब साढे दुई दशकदेखि प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रुपमा रेडक्रसमा आवद्ध रही वि.सं. २०६४ सालमा साविक रुकुम जिल्लामा रहेको नेपाल रेडक्रस सोसाइटी रुकुम जिल्ला शाखाबाट आजीवन सदस्यता लिएको हुँ।

राज्य पुनःसंरचनापछि २०७७ असोज १४ गते मोहन बहादुर केसीको संयोजकत्वमा गठित नेपाल रेडक्रस सोसाइटी रुकुम पूर्व जिल्ला शाखाको तदर्थ समिति सदस्य हुँदै २०७९ भाद्र ११ गते नेपाल रेडक्रस सोसाइटी रुकुम पूर्व जिल्ला शाखाको पहिलो अधिवेशनबाट पहिलो निर्वाचित सभापति भई मानवीय सेवामा कार्यरत छु।

रुकुम पूर्वमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको कार्यालय कहिले स्थापना भएको हो ?

रुकुम पूर्वमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखाको स्थापना वि.सं. २०७५ श्रावण ९ गते भएको थियो। लोकेन्द्र बहादुर बुढाथोकीको संयोजकत्वमा १५ सदस्यीय तदर्थ समितिबाट सुरु भएको जिल्ला शाखाले नेपाल रेडक्रस सोसाइटी केन्द्रीय कार्यालय, संघीय सरकार, प्रदेश सरकार र स्थानीय सरकारको सहयोगमा आफ्ना नियमित गतिविधि गर्दै आइरहेको छ।

रुकुम पूर्वमा यहाँको कार्यालयमार्फत् जिल्लाभर कस्तो काम गरिरहनु भएको छ?

रुकुम पूर्वमा मानवीय सेवा प्रदान गर्नका लागि स्थानीय सरकार, नेपाल प्रहरी र नेपाल रेडक्रस सोसाइटी रुकुम पूर्व जिल्ला शाखाको मातहतमा पालिकामा रहेका उपशाखाहरुसँग समन्वय र सहकार्य गरी मौसमजन्य प्रकोपको कारण वा अन्य विपद्का घटनाबाट प्रभावित परिवारहरुका लागि मानवीय सहयोग गरिराखेका छौं। नेपाल रेडक्रस सोसाइटी केन्द्रीय कार्यालयको समन्वय तथा

जापानीज रेडक्रस सोसाइटीको आर्थिक सहयोगमा सिस्ने गाउँपालिका वडा नं. ६ मा समुदायका अगुवाईमा विपद् जोखिम न्यूनीकरण कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ। त्यस वडामा विपद् पूर्वतयारीका गतिविधि सँगसँगै विभिन्न समयमा हुने महामारीजन्य रोगहरुको न्यूनीकरण गर्न स्थानीय रेडियोबाट सन्देश प्रसारण, समुदाय स्तरमा पर्चा पम्पलेटहरु वितरण गर्ने, खोप केन्द्रहरुमा स्वयंसेवक परिचालन गरी सरकारलाई सहयोग पु¥याउने कामहरु गरिराखेका छौं। विद्यालय र समुदायमा विपद् तथा जोखिम न्यूनीकरण सचेतना कार्यक्रम र अन्य विभिन्न सरोकारवालाहरुको क्षमता विकास तथा सशक्तिकरण सम्बन्धी कार्यक्रमहरु सञ्चालन गरिरहेका छौं।

रेडक्रस भनेको के हो ? यसका मुख्य लक्ष्य उद्देश्यहरु के हुन् ?

रेडक्रस भनेको विपद् प्रभावित परिवारहरुको घाउमा मलम लगाउने संस्था हो। प्राकृतिक प्रकोपको कारणले हुने क्षतिलाई कम गर्न होस् वा प्रकोपको कारण निम्तिने विपद्को प्रतिकार्य (मानवीय सहयोग) गर्न होस् या विपद्पछिको पुनःर्निर्माण र पुनःस्थापना गर्न नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले काम गर्ने गर्दछ।

रेडक्रसको मुख्य लक्ष्य भनेको सामुदायिक सहभागिता र बढ्दो संख्यामा स्वयंसेवकहरूको परिचालन, समाजको संगठनात्मक संरचनाको विस्तार र सुदृढीकरण, सरकारी तथा गैरसरकारी संस्थाहरूसँग सम्पर्क निर्माण गरी मानवीय पीडालाई कम गर्नु र जोखिम न्यूनीकरण गर्नु हो।

सकभर मानवीय उद्धार गर्न नपरोस् भन्ने पनि हो तर मानवीय कारणबाट होस् वा प्राकृतिक कारणबाट कोही न कोही प्रभावित भइरहेको अवस्था छ। त्यस अवस्थामा समुदायसँगै रेडक्रसले उद्धार कार्यमा सहयोग पु-याएको छ।

रेडक्रस सोसाइटीले काम गर्ने तरिका र कार्यक्षेत्र कस्तो रहेको छ?

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले आफ्नो स्थापनाकालदेखि नै संगठन विकास, स्वास्थ्य सेवा अन्तर्गत रक्तसञ्चार सेवा, एम्बुलेन्स सेवा, प्राथमिक उपचार, आँखा अस्पताल र विपद् व्यवस्थापनका गतिविधिहरु अगाडि बढाएको थियो।

हाल नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले सामुदायिक विकास, खानेपानी तथा सरसफाइ, मानवीय मूल्य तथा सञ्चार, जुनियर तथा युवा रेडक्रस, लैङ्गिक तथा सामुदायिक समावेशीकरण, सामान्य सेवा तथा समन्वय र आर्थिक श्रोत विकासका गतिविधिहरु सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ।

आगामी दिनमा रेडक्रस सोसाइटीले अगाडि बढ्न कस्तो कार्ययोजना बनाएको छ?

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले नियमित रुपमा आफ्ना गतिविधिहरु अगाडि बढाउँदै गर्दा "समुदायसँग अझ नजिक" भन्ने मूल मन्त्रलाई आत्मसाथ गर्दै समुदायको क्षमता विकास, जुनियर युवा रेडक्रस सर्कलमार्फत् विद्यालय तथा समुदाय स्तरमा जनचेतनाका गतिविधिहरु र समुदायको विकासका लागि खानेपानी तथा सरसफाई, विपद् पूर्वतयारीका लागि समुदाय स्तरमा अल्पीकरणका गतिविधिहरु, रक्तसञ्चार सेवालाई प्रभावकारी रुपमा सञ्चालन गर्न

रक्तदान गर्ने व्यक्तिलाई पुरस्कार तथा प्रोत्साहन, स्वयंसेवक व्यवस्थापन तथा तिनीहरुको क्षमता विकास, पारिवारिक सम्पर्क तथा पुनःस्थापना, एकीकृत पुनर्लाभ तथा आपतकालीन प्रतिकार्य, विपद् प्रभावितहरुका लागि नगद तथा भौचर सहायता, उत्थानशील समुदाय निर्माणका लागि जीविकोपार्जन गतिविधि, आवास संयोजन, जलवायुमैत्री एकीकृत विपद् पूर्वतयारी तथा विपद् जोखिम न्यूनीकरण कार्यक्रम लगायतका थुप्रै गतिविधिहरु आफ्नो योजनामा समेटेको छ।

रुकुम पूर्वमा रेडक्रस स्थापना भएदेखि समुदायलाई कस्तो सेवा दिइरहनुभएको छ?

रुकुम पूर्वमा जिल्ला शाखा स्थापनादेखि नै विपद् प्रभावित परिवारहरुका लागि गैह्र खाद्य सामग्री वितरण, पारिवारिक विपद् पूर्वतयारी योजना निर्माण गर्नमा सहजीकरण, कोभिड १९ को समयमा खोप केन्द्रहरुमा स्वयंसेवक परिचालन, मास्क वितरण, डेङ्गु र त्यसको संक्रमणबाट बच्ने उपायका बारेमा रेडियो सन्देश प्रसारण गरी समुदाय स्तरमा जनचेतना जगाउने काममा सहयोग पु¥याउँदै आएका छौं।

रगतको अभाव हुनेबित्तिकै सम्झिने संस्था हो रेडक्रस। रुकुम पूर्वमा रगत संकलनका लागि के कस्ता कार्यहरु गर्नुभएको छ ?

हो, रेडक्रसले रक्तदान जीवनदानको नारासहित कतिपय ठाउँमा रक्तसञ्चार केन्द्र (ब्लड बैंक) नै स्थापना गरेर रगतको आवश्यकता पूरा गरिरहेको छ भने ब्लड बैंक नभएका ठाउँमा रक्तदाताहरुको समूह बनाएर आवश्यक परेको बेला रक्तदान गर्ने गरिएको छ। त्यस्तै, कतिपय मानिसहरु अझैं पनि रक्तदान गर्दा कमजोर भइन्छ भन्ने भ्रममा हुन्छन्। त्यस्ता व्यक्तिहरुलाई भ्रमबाट मुक्त गर्न हरेक तीन/चार महिनाको बीचमा रक्तदान गर्दा झन फाइदा हुन्छ भन्ने कुरा बुझाउने गरेका छौं।

रुकुम पूर्वमा भर्खर मात्र जिल्ला अस्पतालमा ओपीडी सेवा सुरु भएसँगै रक्ततत्व आवश्यक पर्ने बिरामीका लागि जिल्ला शाखाले रक्तदान गर्ने व्यक्तिसँग समन्वय र सहकार्य गरी रक्तदान गर्न लगाई रक्त तत्व उपलब्ध गराएको छ। आउँदा दिनहरुमा अस्पतालको स्तरवृद्धि भएसँगै रुकुम पूर्व जिल्ला शाखाले रक्तसञ्चार सेवालाई प्रभावकारी रुपमा सञ्चालन गर्ने योजना बनाएको छ। रेडक्रस स्थापनाको ६१ औं बर्षको अवसरमा २०८० भाद्र १९ गते जिल्ला सदरमुकाममा रक्त समुह जाँच तथा रक्त सञ्चार सेवा सञ्चालनका लागि खुला छलफल कार्यक्रम गर्दै करिब १०० जनाको रक्त समूह जाँच गरि रेकर्ड राख्ने काम गरिएको छ।

अन्त्यमा केही भन्नु छ कि?

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले गरिरहेका कामबारे जानकारी गराउने अवसर दिनुभएकोमा भूमे साप्ताहिक परिवारलाई धन्यवाद व्यक्त गर्दछु। रेडक्रसलाई सल्लाह सुझाव वा गुनासो भएमा हाम्रो हटलाइन फोन सेवा ११३० मा सम्पर्क गर्न सक्नुहुनेछ। धन्यवाद, जय रेडक्रस।

प्रस्तुतिः बालाराम शेर्पाली

लोकसेवा आयोग, शिक्षक सेवा आयोग, हाजिरी जवाफ प्रतियोगिताका लागि उपयोगी

१. नेपाल र मार्सल आइसल्यान्ड राष्ट्रबीच कूटनीतिक सम्बन्ध कहिले स्थापना भएको थियो ?

२०२३ जुन २३ (यो नेपालसँग कूटनीतिक सम्बन्ध स्थापना गर्ने पछिल्लो १८१औं मुलुक हो।)

२. राष्ट्रिय बाल दिवस कहिले मनाइन्छ ?

भाद्र २९ गते (५९ औं राष्ट्रिय बाल दिवस २०८० को मूल नारा "बालबालिकामा लगानी: सुनिश्चित भविष्यको थालनी" रहेको छ।)

३. दक्षिण एशियाली सहयोग संगठन (SAARC) को स्थापना कहिले भएको थियो ?

सन् १९८५ डिसेम्बर ८ (बङ्गलादेश, भुटान, भारत, मालदिभ्स, नेपाल, पाकिस्तान र श्रीलंका गरी ७ वटा संस्थापक सदस्य राष्ट्रहरु हुन् भने अफगानिस्तानले सन् २००७ मा भारतको नयाँ दिल्लीमा भएको १४ औ सार्क शिखर सम्मेलनबाट औपचारिक रुपमा सदस्यता प्राप्त गरेपछि हाल सार्कमा ८ राष्ट्रहरु सहभागी रहेका छन्।)

४. विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथाको नयाँ उचाई ८,८४८.८६ मिटर कहिले कायम भएको हो ?

वि.सं. २०७७ मंसिर २३ गते (नेपालले करिब दुई वर्ष लगाएर पहिलो पटक आफ्नै स्रोतसाधनले सगरमाथाको उचाइ मापन गरेको हो।)

५. मारुनी नाच कुच जातिसँग सम्बन्धित छ ?

मगर (यो नेपालको परम्परागत नृत्य हो। भर्खरका कलिला केटा मान्छेलाई केटीका परम्परागत लुगाहरू लगाएर मारुनी बनाई मादलको तालमा पुराना पौराणिक कथाहरूमा आधारित गीतहरू गाएर यो नाच नाच्ने गरिन्छ।)

६. नेवारी भाषामा शिलु तीर्थको नामले परिचित प्रसिद्ध धार्मिक स्थल गोसाइँकुण्ड कुन जिल्लामा पर्छ ?

रसुवा (विशेष गरी हिन्दु र बौद्ध धर्मालम्बीहरुको साझा आस्थाको रुपमा रहने यो गोसाइँकुण्ड समुन्द्र सतहबाट ४,३८० मिटरको उचाईमा अवस्थित रहेको छ।)

७. स्कुलका पिता भनेर कुन राणा प्रधानमन्त्रीलाई चिनिन्छ ?

पद्मशम्शेर

८. भारतले चन्द्रमाको दक्षिणी ध्रुवमा चन्द्रयान-३ को सफलतापूर्वक अवतरण कहिले गरेको थियो ?

सन २०२३ अगस्त २३ (यसअघि रुस, अमेरिका र चीनले सफलता प्राप्त गरेसँगै भारत चौथो राष्ट्र बन्न सफल भएको छ ।)

९. आफ्नो नाम आफैले बिर्सने वैज्ञानिक को हुन ?

थोमस एल्वा एडीसन (सबैभन्दा बढी १०९३ वटा वैज्ञानिक आविष्कार गरेका हुनाले उनलाई आविष्कारका पिता समेत भनिन्छ।)

१०. "जीवन काँडा की फूल" नामक प्रसिद्ध कृति कसको हो?

साहित्यकार झमक कुमारी घिमिरे (उनको यो कृतिले वि.सं. २०६८ सालमा मदन पुरस्कार प्राप्त गरेको थियो।)

संकलनः चेतन बुढा मगर, भूमे गा.पा. प्रशासन सहायक (पाँचौं)

के हो चिनो बाली ? कसरी गर्ने चिनो खेती ?

- स्वतन्त्रराज चौधरी

परिचयः नेपालको उच्च पहाडी क्षेत्रमा परापूर्वकालदेखि नै चिनो बालीको खेती हुँदै आएको पाइन्छ। सामान्यतया चिनोकै नामले चिनिने यस बालीको धानजस्तो बोट र कोदोजस्तो दाना हुने हुनाले कतै-कतै धान कोदो पनि भन्ने चलन छ। चिनोको दाना सुगा लगायत अन्य चराहरूले मन पराउने हुनाले यसलाई **चरी अन्न** पनि भन्ने चलन छ। विशेष गरी कर्णाली प्रदेशका हिमाली जिल्लाहरूमा खाद्यान्न बालीका रुपमा खेती गरिँदै आएको यस बालीको वानस्पतिक नाम panicum milliaceum हो। यो बाली poaceae परिवारअन्तर्गत पर्दछ।

कर्णाली क्षेत्रका जिल्लाहरू बाहेक ओखलढुङ्गा, धादिङ, बाजुरा र बझाङमा पनि चिनो खेती गरिन्छ। नेपालको उच्च पहाडी भेगमा करिब ३,५०० मिटर उचाइसम्म वर्षायाममा यसको खेती गरिन्छ। कुनै बेला कर्णाली क्षेत्रको खाद्य सुरक्षामा प्रमुख योगदान पु-याउने यस बालीको हाल आएर सीमित रुपमा मात्र खेती र उपयोग भएको पाइन्छ। चिनो कुट्न गाह्रो हुने र यो चामलको भातजस्तो स्वादिलो नहुने हुनाले यसको खेती र उपयोगिता घट्दै गएको हो भन्ने केही स्थानीयको भनाई छ भने केही उपभोक्ताहरू स्वास्थ्यको दृष्टिकोणबाट यो बाली उपयोगी भएको समेत बताउँछन्। स्थानीयबासीको अन्य आयातीत खाद्यान्नमा पहुँच बढेसँगै यसको महत्व कम हुँदै गएको अवस्था छ।

औपचारिक क्षेत्रबाट सीमित अध्ययन/अनुसन्धान र प्रोत्साहनका कारण पनि चिनो बालीको समुचित उपयोग र खेती हुन सकेको छैन भने कतिपय जातहरू लोपोन्मुख अवस्थामा पुगिसकेका छन्। हाल आएर स्थानीय तथा प्राङ्गारिक कृषि उत्पादनहरूको उपयोगिता बढेसँगै विभिन्न सहरी क्षेत्रहरूमा चिनोको चामलको माग बढ्दै गएको पाइन्छ।

कर्णाली क्षेत्र लगायत अन्य स्थानहरूमा उत्पादन हुने चिनो बालीलाई सङ्कलन तथा प्रशोधन गरी बजारसम्म जोड्न सके यसको व्यावसायिक खेतीको सम्भावना देखिन्छ। नेपालमा खेती गरिने चिनोका विभिन्न जातहरूमा कसाडे, हाडे, कालो, दूधे, रातो चिनो आदि पर्दछन्। नेपालमा चिनोको सरदर उत्पादन प्रतिहेक्टर ८१८ केजी रहेको छ। यसको उपयोगिता बढेसँगै स्थानीय कृषकहरूको आम्दानीमा वृद्धिका साथै जैविक स्रोतको संरक्षण पनि हुने निश्चित छ।

महत्व तथा विशेषता

चिनोका दाना फालेर भुस हटाई भात वा खीरका साथै दाना भुटेर वा पिठो बनाएर विभिन्न परिकार खाने गरिन्छ। सामान्यतया चिनोको दानामा ११.९ प्रतिशत पानी, १२.५ प्रतिशत चिल्लो पदार्थ ७०.४ प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट पाइन्छ। यसमा गहुँ र धानमा भन्दा प्रोटिन र फलाम तत्व बढी पाइन्छ तर ग्लुटिन भने हुँदैन। ग्लुटिन गहुँ वा जौंमा पाइने प्रोटिनको मिश्रण हो, जसले गर्दा रोटीलाई पातलो हुने गरी बेल्न-तन्काउन सकिन्छ। यो एकदम छिटो पाक्ने (६०-९५ दिन) र सबैभन्दा माथिल्लो भेगसम्म खेती गर्न सकिने बाली हो।

यसको खेती गर्न सजिलो हुनुका साथै कम लगानीमा नै उत्पादन लिन सकिन्छ। अन्य बालीहरू भन्दा चिनो कमसल जग्गामा पनि खेत गर्न सकिन्छ। अन्नबालीमध्ये सबैभन्दा कम पानी चाहिने भएको हुनाले सुखाग्रस्त क्षेत्रमा एउटा भरपर्दो सहायक बालीका रुपमा वा खडेरीको मार न्यून गर्न सहयोग गर्ने बाली हो- चिनो। नेपालमा पाइने विभिन्न किसिमका चिनोका जातहरूमध्ये दूधे चिनो महत्वपूर्ण रहेको छ। दूधे चिनोको दाना सेतो हुने र छोटो समयमा नै पाक्ने भएकाले अन्य जातहरूभन्दा चिनोको खेती बढी मात्रामा गरेको पाइन्छ।

सामान्यतया भात, खीर र रोटीका परिकारका रुपमा प्रयोग गरिने यस जातमा अन्य जातहरूमा भन्दा बढी फल्ने, सुख्खा तथा रोगकीरा सहने जस्ता जातीय गुणहरू पाइन्छन्। दूधे चिनोको पराल अन्य चिनोका जातहरूको भन्दा अग्लो र पशुहरूले मनपराउने हुनाले पशुपालनका लागि पनि उपयोगी मानिन्छ।

चिनोको औषधीय महत्व

चिनोमा फेनोल्स, फाइटेट्स नाम गरेका क्यान्सर निरोधक रसादीहरू (फाइटोकेमिकल्स) र क्याल्सियम, म्याग्नेसियम, पोटासियम, फोस्फरस, सोडियम, म्यान्गानेज र आइरनजस्ता अक्सिकरण निरोधक खनिज लवणहरू पाइन्छन्।

यी रसादी र खनिज लवणहरूले हाम्रो शरिरमा खानेकुराहरू पच्ने क्रममा बन्ने सुपर अक्साइड ऋणात्मक तत्व, हाइड्रोक्सिल तत्व, हाइड्रोजन पेरोक्साइड, एकल अक्सिजन नाम गरेका प्रतिकृयाशील आणविक अक्सिजन तत्व रुपहरू (फ्री रेडिकल्स) बन्न दिदैनन् या त्यस्ता बनेका आणविक तत्व रुपहरूलाई निष्कृय पार्दछन् र शरिरका कोषहरूमा भएका चिल्लो पदार्थ, कोष झिल्ली, प्रोटिन, न्युक्लिक एसिड आदि जैविक अणुहरूको अक्सिकरण हुनबाट रोकी उक्त कोषहरू या तन्तुहरूको विनास हुनबाट बचाउँछ। यसले क्यान्सर, हाडजोर्नी दुख्ने, कलेजोसम्बन्धी रोग, रक्तनली साँघुरिएर हुने हृदयघात लगायत अन्य मुटु रोगहरू, माइग्रेन तथा मृगौलाको पत्थरी जस्ता रोगहरू हुन दिदैन। चिनोमा पाइने फोस्फरस तत्वले शरीरका ग्रन्थीहरूको विकास एवं पाचन प्रकृयामा मदत गर्दछ।

विभिन्न कारणले कपाल झर्ने समस्याका लागि चिनोको भात खानु अति उपयोगी मानिएको छ। रातो चिनो दूधमा पकाएर खीर बनाएर खुवाउँदा गर्भ तुहिने समस्या कम हुन्छ भन्ने जनविश्वास रहेको छ।

मधुमेह रोगको समस्या भएका मानिसका लागि चिनो अति उत्तम खानेकुरा मानिन्छ। चिनोमा बढी मात्रामा जटिल प्रकारको बनावट भएका एवं रगतमा ग्लुकोजको मात्रा ढिलो बढाउने कार्बोहाइड्रेट र पानीमा घुलनशील तथा अघुलनशील रेसा पदार्थहरू पाइन्छन्। जसले हाम्रो शरीरमा ग्लुकोज सहन क्षमता र इन्सुलीनको संवेदनशीलता बढाउन सहयोग पु-याउँछ। कतिपय मानिसलाई गहुँ खाँदा यसमा पाइने ग्लुटिन नामक प्रोटिनको एलर्जीका कारणले सिलियक भन्ने रोग लाग्न सक्छ। चिनोमा ग्लुटिन नामको प्रोटिन नपाइने हुँदा ग्लुटेनको एलर्जी हुने व्यक्तिहरूलाई चिनो अति लाभदायक हुन्छ।

बालीका वानस्पतिक तथा जातीय विशेषता

खेती प्रविधि

हावापानी: उच्च पहाडी क्षेत्रमा खेती गरिने चिनो पारिलो जमिनमा सुहाउँदो हुन्छ भने चिस्यान बढी भएको वा छायादार ओसिलो जमिनमा त्यत्ति उपयुक्त हुँदैन। विशेष गरी पाखो बारी र कम खनजोत गरिने जमिनमा चिनोको खेती उपयुक्त हुन्छ। जेठ १५ देखि असार महिनाको १५ सम्ममा रोपाइँ गरिने चिनो असोजको तेस्रो हप्ताभित्र बाली तयार भई भित्र्याइ सकिन्छ। समग्रमा चिनो खेतीका लागि औषत न्यूनतम तापक्रम दैनिक ८ देखि १० डिग्री सेल्सियस उपयुक्त मानिन्छ।

बीउदर तथा रोप्ने तरिका: चिनो खेती गर्दा मल हालेर जमिन खनजोत गरी ठाउँ अनुसार चैतको दोश्रो हप्ता वा असारको पहिलो हप्ता दुइ समयमा बीउ छरी उत्पादन लिन सकिन्छ। बीउ छरेको २ देखि ५ दिनमा नै उम्रन्छ। चिस्यान धेरै भएको माटोमा भन्दा चिस्यान कम भएको माटोमा यो छिटो उम्रन्छ। प्राकृतिक रुपले नै चिनोको दाना कडा हुने भएकाले रोप्नु अघि बीउलाई एक रात पानीमा भिजाउनु उपयुक्त हुन्छ।

भिजेको बीउको उमारदर धेरै हुने र माटोको चिस्यान कम भए पनि बीउ सजिलै उम्रन सहयोग हुने हुन्छ। साना दाना हुने चिनो बालीका सबै जातहरूको परम्परागत हिसाबमा छरुवा तरिकाले खेती गरिन्छ। जसको बीउदर १० देखि १२ केजी प्रतिहेक्टर उपयुक्त हुन्छ। यदि हार मिलाई खेती गर्ने हो भने प्रतिहेक्टर ८ देखि १० केजी बीउ आवश्यक हुन्छ, जसमा बीउदेखि बीउको दूरी १० सेन्टिमिटर र एक हारदेखि अर्को हारको दूरी २५ सेन्टिमिटर उपयुक्त हुन्छ। जमिनमा बीउ ३ देखि ४ सेन्टिमिटरसम्मको गहिराइमा रोपेमा चिस्यानको समस्या नहुने र चराबाट हुने क्षति पनि कम हुन्छ।

माटो र जमिनको तयारी: चिनोका जातहरू उच्च पहाडी क्षेत्रका सबै किसिमका माटोमा खेती गर्न सकिन्छ। विशेष गरी दोमट, बलौटे दोमट माटो र प्राङ्गारिक पदार्थ प्रसस्त भएको जमिन चिनोखेतीका लागि उपयुक्त हुन्छ। यसको खेती पीएच मान ४.४ देखि १० सम्मका जमिनमा गर्न सकिन्छ। चिनो खेतीका लागि जमिन २/३ पटक राम्रोसँग खनजोत गर्नुपर्छ।

पहिलो पटक जोत्दा राम्रोसँग बाँझो फुटाउने र दोस्रो जोताइमा ५-१० डोको प्रतिरोपनीका दरले कम्पोष्ट वा गाई भैंसीको मल मिलाई अन्तिम जोताइमा बीउ छर्न र रोप्न सकिन्छ। चिनो बालीले सुख्खा रुचाउने हुनाले जमिनमा पानी नजम्ने गरी कुलो कटाउन पर्दछ।

चिनो बालीमा लाग्ने रोग तथा तिनको व्यवस्थापन

मरुवा: मरुवा लागेको बोटका पातमा सुरुमा खैरो थोप्ला देखिन्छ र पछि बढ्दै जाँदा ईँटा आकारमा विकसित भई वरपरका हरित कणहरू पनि नष्ट हुँदै जान्छन्। डाँठमा सुरुमा कालो थोप्ला देखिन्छ र क्रमश: बढ्दै गई बालामा समेत आक्रमण गर्दछ र दाना कम लाग्दछ।

व्यवस्थापन: स्वस्थ बीउको प्रयोग गर्ने। ४ लिटर पानीमा १ लिटर गहुँत मिसाएर बोट भिज्ने गरी छर्ने। रोग लागेका बालाहरूलाई आगो लगाई नष्ट गर्ने वा खाल्टो खनेर पुर्ने।

कालो पोक: बालामा ढुसीको कालो धूलोले ढाकेको हुन्छ र त्यस कालो धूलोले गर्दा दानाहरूको वृद्धि विकासमा असर गर्छ, बोट मर्छ।

व्यवस्थापन: खेतबारीमा रोग लागेका बोटहरू उखेलेर जलाउने। सरसफाइ गर्ने। रोग अवरोधक जात लगाउने।

डडुवा : पातमा खैरो थोप्ला देखिन्छ र धर्साको रुपमा विकसित हुँदै जान्छ। पात, हाँगा र डाँठ सुक्दै जान्छन्।

व्यवस्थापन : स्वस्थ बीउको प्रयोग गर्ने। १ लिटर पानीमा १ लिटर मोही मिसाएर छर्ने। रोग लागेका बालाहरूलाई आगो लगाई नष्ट गर्ने।

चिनो बालीमा लाग्ने कीरा तथा तिनको व्यवस्थापन

गाडे कीरा/गभारो : सुरुमा लार्भाले डाँठमा प्वाल पारी भित्र पस्छ र डाँठलाई सुकाउँदै जान्छ। फलस्वरुप बालाहरू सुक्दै जान्छन् र बोट मर्छ।

व्यवस्थापन: कीराले क्षति गरेको बोटलाई जलाउने। खेतबारीमा सरसफाइ गर्ने। बत्ती पासोको प्रयोग गर्ने।

खुम्रे कीरा : खुम्रे कीराले जरा खाने हुनाले बोट सुक्दै जान्छ र बोट मर्दछ।

व्यवस्थापन: पाकेको मल प्रयोग गर्नेस खनजोत गर्दा देखिएका कीराहरू संकलन गरी मार्ने। बत्तीको पासोको प्रयोग गर्ने।

कटानी चुटानी

ठाउँ अनुसार असारमा छरेको चिनो भाद्रदेखि कार्तिकसम्ममा पाक्छ भने चैतमा छरेको चिनो जेठ अन्तिमतिर पाक्दछ। बोटमै चिनोका दानाहरू कडा र चमकदार भई पातहरू पहेंला एवम् खैरा देखिन थालेपछि बाली पाकेको बुझ्नु पर्दछ। क्रमैसँगले पहेंला भइसकेका बालाहरू मात्र छनौट गर्दै हँसियाको सहायताले काट्ने र खलामा सुकाउने गर्दै गर्नु पर्दछ।

बाला टिप्ने र काट्ने काम सकिएपछि पराल काट्ने र सुकाउने काम गरिन्छ। चिनोको परालालाई पशुको आहारका रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। परम्परागत तरिकाबाट सुकेका बालाहरूलाई लौराले ठटाई चुट्न सकिन्छ र चुटिसकेका दानाहरूको चिस्यानको मात्रा १२-१४ प्रतिशत हुने गरी वा दाना टोक्दा कुट्क्क आवाज आउनेसम्मको हुने गरी सुकाएर मात्र भण्डारण गर्नु पर्दछ।

चिनोको दाना चराहरूले निकै मन पराउने हुनाले पाक्ने समयमा विशेष ध्यान पु-याउनु पर्दछ।

चिनो बारीमा रङ्गीन कपडा वा झन्डा राखी चरा तर्साउने बन्दोबस्त मिलाउनु पर्दछ।

परम्परागत शैलीमा कुटानी चुटानीपछि चिनोको चामल बनाउने काम श्रमका हिसाबले एकदमै गाह्रो हुने गर्दछ। पारम्परिक कडा प्रशोधन विधि भएकै कारण पनि यसको खेती र उपयोगिता कम भएको हो। यसै कुरालाई मध्यनजर गरी जैविक विविधता अनुसन्धान तथा विकासका लागि स्थानीय पहल (ली-बर्ड), नेपाल कृषि अनुसन्धान परिषद् र बायोभर्सिटी इन्टरनेशनलको सहयोग र सहकार्यमा सञ्चालित स्थानीय बाली परियोजना मार्फत् हालै हुम्ला जिल्लामा चिनो कुट्ने र फल्ने मेसिनको सफल परीक्षण गरिएको छ।

चिनो कुटक नाम दिइएको उक्त मेसिन परियोजनाको सहयोगमा नेपाल कृषि अनुसन्धान परिषद् अन्तर्गतको कृषि इन्जिनियरिङ महाशाखाले विकास गरेको हो। प्रतिघण्टा ३० केजीसम्म चिनो प्रशोधन (भुस फाल्ने) गर्न सक्ने यस मेसिनको प्रयोगले प्रशोधन समयको बचत हुने, महिलाहरूको कार्यभार कम गर्ने र चिनोको उपयोगिता वृद्धि गर्न सहयोगी हुने देखिन्छ।

मूल्य अभिवृद्धि तथा वस्तु विविधिकरण

चिनो बालीको अन्य खाद्यान्न वा नगदे बालीहरूको जस्तो व्यावसायिक रुपमा उत्पादन तथा बिक्री वितरण हुन सकेको छैन भने उत्पादन विविधिकरणमा पनि सीमित प्रयासहरू मात्र भएका छन्। केही निजी होटेल तथा बेकरी व्यवसायीहरूले आफ्नै सक्रियतामा चिनोको खीर, बिस्कुट, कुकिज र केक बनाई बजारीकरण गरेको पाइन्छ। मानिसमा स्वास्थ्यप्रतिको बढ्दो चासोका कारण चिनोका विभिन्न खाद्य परिकारहरू बनाई बजारीकरण गर्न सके एकातिर मानिसको स्वास्थ्यलाई फाइदा हुन्छ भने कृषकका लागि पनि आम्दानीको स्रोत बन्न सक्छ।

यसै क्रममा खाद्य प्रविधि तथा गुणस्तर नियन्त्रण विभागमार्फत् विभिन्न सरकारी र गैरसरकारी निकायको संयुक्त पहलमा समय समयमा चिनोको परिकार विविधिकरण र पौष्टिक महत्व सम्बन्धी तालिमहरू सञ्चालनमा आएको छ भने बाली विकास तथा कृषि जैविक विविधता संरक्षण केन्द्र, ललितपुरले यो बालीको प्रवर्द्धनका लागि विविधिकरण, जैविक विविधताको संरक्षण र अभिलेखीकरण आदि सम्भागहरू समावेश गरी विभिन्न क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ।

विशेष गरी चामलकै रुपमा व्यापार हुने चिनो, ब्यापारीहरूले व्यक्तिगत रुपमा कृषकहरूसँग खरिद वा व्यक्तिगत सम्पर्कका आधारमा सीमित मात्रामा मात्र बजारीकरण भइराखेको अवस्था छ।

चिनोको मूल्य अभिवृद्धि तथा उत्पादन विविधिकरणका लागि सम्पूर्ण मूल्य श्रृंखलामा आधारित भई कार्यक्रम तर्जुमा तथा कार्यान्वयन गर्नु जरुरी छ। चिनो उत्पादक कृषक समूहदेखि बिक्रेता, प्रवर्द्धक र उपभोक्ता समेत समेट्ने गरी मूल्य शृंखलामा आधारित प्रवर्द्धनको काम गर्न सके यसको व्यवसायीकरणको सम्भावना देखिन्छ।

कविता

सुटकेस

- नारायण ओली

दु:खका पोकाहरु बोकेर
सुख किन्न हिडेको भरिया म
पाताल पुग्नुभन्दा अगाडि
एकचोटी घरतिर फर्केर हेर्छु
लालाबालाको ममता
जीवनसाथीको प्रेम
आमाबाबुको सहारा
झस्किदै सम्झिन्छु-
तारा देखिने घरको छानो
केटाकेटीको भविष्य
आमाको च्यात्तिएको चोलो र मजेत्रो
आफ्नो मनले आफ्नै मनलाई सम्झाउँछु।

बुवाको काँधको जिम्मेवारी फेर्न
जीवनसाथीको बुच्चे कानमा गहना फेर्न
रहर र सपनाहरुको गाँठोलाई कसेर
मसँग मुग्लान पस्ने आँट छ
बुवाको माटोसँगको पौरख देखेर
आमाको मेलापातप्रतिको लगाव
श्रीमतीको ढिकी र जाँतो
हातमा चुरा र शीरमा सिन्दुर नियालेर हेर्छु
आमाबाबुको ढल्किदो जवानी
केटाकेटीको चुलबुलाउँदो उमेर
श्रीमतीको कलकलाउँदो जवानी देखेर
आफ्नो मनले आफ्नै मनलाई सम्झाउँछु।

श्रीमतीलाई एकान्तमा बोलाएर
अङ्गालोमा बेरेर सम्झाउँदै
उ सँगै म पनि भक्कानिदै रुन्छु
अनि आँसुका थोपाहरु पुछि दिन्छु
घर धानेर बस्नु प्यारी
पिरतीको डोरी कस्नु प्यारी
मुग्लान पुगेर मै चिठी लेख्नेछु
दु:खको सुटकेसमा सुनको थैलो ल्याउनेछु
तिमीलाई मारवाडी गहना पात
बुवालाई ढाका टोपी
केटाकेटीलाई मिठाइ र नानाचाचा ल्याउँला
आफ्नो मनले आफ्नै मनलाई सम्झाउन्।

आमाबुबाको आशीर्वाद
शीरमा फूल र दुई गेडा अक्षता
दहीको सगुन निधारमा लगाएर
बिदाइका हातहरु हल्लाउँदै मुग्लान पसेको छु
व्यवहारको साँचो
काचो कलिलो मान्छेलाई दिएर
मनको कपाली तमसुकमा
विश्वासको भर्पाइ गरिदिएको छु
इज्जतका साँधहरु बलिया बनाएर
आमाबाबुको सद्भाव राख्दै
आफ्नो मनले आफ्नै मनलाई सम्झाउन्।

- खाबाङबगर, भूमे