भूमे साप्ताहिक

वर्ष ५ अङ्क २५ २०८० असोज १७ बुधबार

सम्पादकीय

गाउँपालिकाको सकारात्मक कदम

विकास निर्माणका कामहरु प्रभावकारी र व्यवस्थित बनाउन भूमे गाउँपालिकाले उपभोक्ता समितिका पदाधिकारीहरुका लागि अभिमुखीकरण तालिम शुरु गरेको छ। गाउँ सभाबाट स्वीकृत कार्यक्रम अनुसार पालिकाले ९ वटै वडामा योजना तथा कार्यक्रमहरुको सञ्चालनका लागि गाउँपालिकाभित्र रहेका विभिन्न टोलहरुमा गठित उपभोक्ता समितिका पदाधिकारीलाई समितिको काम कर्तव्य र अधिकार तथा जिम्मेवारी लगाएतका विषयहरुमा अभिमुखीकरण गर्न लागिएको हो। यसप्रकारको कार्यक्रमले स्थानीय स्तरमा हुने विकास निर्माणका काम चुस्त, व्यवस्थित र प्रभावकारी हुने गाउँपालिकाले लक्ष्य लिएको छ।

पछिल्ला वर्षहरुमा महालेखा परीक्षकको कार्यालयले स्थानीय तहमा हुने गरेका विकास निर्माणका कामहरुमा प्रश्न उठाउँदै बेरुजू देखाउने गरेको छ। कतिपय अवस्थामा स्थानीय स्तरमा राम्रो काम भए पनि प्रक्रियागत रुपमा कागजपत्र मिलाउन नसक्दा महालेखाले बेरुजू देखाउने अवस्था आएको देखिन्छ। त्यसैले उपभोक्ता समितिमार्फत् हुने कामहरुमा समितिका पदाधिकारीहरु सचेत र प्रशिक्षित भएमा त्यस्ता समस्याहरु आगामी दिनमा नआउने विश्वास गर्न सकिन्छ। त्यस्तै, काममा हुने अनियमितता, भ्रष्टाचार, कमिसन लगायतका विकृतिहरुलाई रोक्न पनि जनस्तरमा विकास निर्माणका काममा प्रत्यक्ष जोडिने उपभोक्ता समिति सतर्क र सचेत रहनै पर्दछ। त्यसका लागि यस्ता तालिम र अभिमुखीकरणले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्न सक्छन्। गाउँपालिकाले उपभोक्ता समितिका पदाधिकारीहरुका लागि अभिमुखीकरणको आयोजना गरेर सकारात्मक कदमको शुरुवात गरेको छ। यस्ता कार्यलाई व्यवस्थित र नियमित गर्दै लैजानु आवश्यक छ।

प्रकाशक

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

भेडा गोठालोमै बित्यो जीवन

❖ **बालाराम शेर्पाली**

रुकुम (पूर्व) । मैला कपडा, निथ्रुक्क भिजेको ज्यान। बुकी पाटनको जङ्गल बीचमा त्रिपालले बारेको झुपडीमा ४ महिना बिताएर गाउँ झरेका छन् सतबहादुर गुरुङ। जेठ महिनाको पहिलो हप्ता लाग्नासाथ बेंसीबाट लेक चढेका सतबहादुर र उनका साथीहरु असोज लागेपछि बुकी पाटनदेखि गाउँ झरेका छन्।

रुकुम पूर्व र बागलुङको सिमानामा पर्ने भूमे गाउँपालिकाको पातीहाल्नेमा खर्कभरि विभिन्न काला सेता खैरो रङको भेडा लिएर सतबहादुर गुरुङ बुकी पाटनबाट ४ महिनाको बसाइपछि लेकबाट फर्किएका छन्। ६२ वर्षीय गुरुङ बाउबाजेले गर्दै आएको भेडापालन व्यवसाय ४७ वर्षदेखि गर्दै आएको बताउँछन्।

कृषि र पशुपालनभन्दा अरु विकल्प नभएपछि भेडा पालनमा लागेको उनी बताउँछन्। जमाना फेरिँदै गएसँगै मान्छेहरूले आफ्नो पेसासमेत फेर्दै आएको गुरुङको भनाइ छ। छोरा नातिले पशुपालनमा चासो नदिँदा भेडापालन व्यवसाय सङ्कटमा पर्न थालेको उनको बुझाइ छ। उनी भन्छन्, "जमानाअनुसार होला अहिलेका छोराछोरीहरु गोठमा काम गर्न मान्दैनन्। उतिबेलाको हाम्रो पालामा पढाइ लेखाइ भनेको के हो थाहै थिएन। अहिले छोराछोरी पढ्ने उमेरमा लेकमा गाई भैंसी, भेडा बाख्रा चराउन बाउ बाजेसँग जान्थ्यौं। अहिले करिब ५ सय हाराहारीमा भेडा छन्। बथानमा धेरै भेडा ब्याउने अवस्थामा छन्।"

भेडा पालन साह्रै दुखजिलो पेसा भए पनि यसमा आफू सन्तुष्ट रहेको भूमे गाउँपालिका वडा नम्बर ३ क्याङ्सीका फर्कबहादुर बिक बताउँछन्। "सानै उमेरदेखि भेडा पाल्दै आएको हुँ। हातखुट्टा चल्दासम्म र शरीरमा शक्ति हुँदासम्म भेडा नै पाल्ने सोचमा छु। अहिले हिउँदमा रामली लेक र बर्खामा डोल्पाको सिमाना बागधाराको बुकीमा भेडा चराउन लैजाने गरेको उनी बताउँछन्।

उनी बिहान बेलुकाको खाना पकाएर खान र गोठको छेउमा बाँधेर राखेका २ वटा कुकुर आफ्नो र भेडाको सुरक्षा गर्न पालेका छन्। भेडा चोरी हुन र वन्यजन्तुबाट जोगाउनका लागि यी कुकुरले रक्षा गर्छन्। वर्षौंदेखि भेडासँगै रमाउँदै आएको छु। भेडासँगै लेकबेंसी गरेर घर परिवारको जीविका चलाउँदै आएको छु। पहिले-पहिले भेडी गोठ जाँदा भूमेका धेरै ठाउँका भेडी गोठालोको जमघट हुने गरेको तर पछिल्लो समय गोठालो कम भएको बिक बताउँछन्। पछिल्लो समय युवापुस्ताले यो पेसा अँगाल्न नचाहँदा परम्परागत भेडापालन बिस्तारै हराउँदै गएको छ। भेडी गोठालोहरु हिउँद लागे बेंसी झर्दछन् भने बर्खा लागे लेकतिर। उनीहरूलाई चाडपर्व कुन बेला आउँछ केही थाहा हुँदैन।

तपाईलाई भूमे साप्ताहिक कस्तो लागिरहेको छ ? अहिले प्रकाशन भइरहेका सामग्रीभन्दा नयाँ विषय अरु के थप गर्दा राम्रो हुन्थ्यो होला ? केही रचना वा सल्लाह सुझाव भए हामीलाई पठाउनु होस्। सल्लाह सुझावका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/hello.bhume को कमेन्ट बक्समा वा इमेल news.bhume@gmail.com मा पठाउनु होला।

भूमेमा बजार अनुगमन, अखाद्य वस्तु नष्ट

दशैं तिहार लगायतका चाडपर्वहरु नजिकिदै गर्दा बजारमा हुन सक्ने कालोबजारी, महंगी, कृत्रिम अभाव सिर्जना जस्ता कुराहरुलाई मध्यनजर गरि अनुगमन शुरु गरिएको छ।

❖ श्रजना कार्की

रुकुम (पूर्व) । रुकुम(पूर्व) मा बजार अनुगमन गरिएको छ। दशैं तिहार लगायतका चाडपर्वहरु नजिकिदै गर्दा बजारमा हुन सक्ने कालोबजारी, महंगी, कृत्रिम अभाव सिर्जना जस्ता कुराहरुलाई मध्यनजर गरि मंगलबार रुकुम (पूर्व) को भूमे गाउँपालिकाको विभिन्न ठाउँमा अनुगमन गरिएको हो। जिल्ला प्रशासन कार्यालय, भूमे गाउँपालिका, घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालय, कोष तथा लेखा नियन्त्रक कार्यालय, एकीकृत कृषि तथा पशुपंछि विकास कार्यालय, नेपाल प्रहरी, सशस्त्र प्रहरी, पत्रकार लगायतको उपस्थितिमा बजार अनुगमन गरिएको हो।

भूमे गाउँपालिका १ को लुकुम, २ को काँक्री र खाबाङबगर बजारमा अनुगमन गर्दा ३५ हजार एक सय ५५ रुपैयाँ बराबरको अखाद्य सामान बरामद गरी नष्ट गरिएको छ। खाबाङमा रहेको मारिङ बहुउद्धेश्यीय सहकारी संस्थासँगै ७ वटा होटेल, एउटा मेडिकल, १२ वटा किराना पसल र केही मासु पसलहरुमा अनुगमन गरिएको छ। अनुगमनको क्रममा सबैभन्दा बढी आटा म्याद गुज्रिएको भेटिएको थियो। यसैगरी आलु चिप्स, चाउचाउ, भुजा, हर्लेक्स, काजु, बेसार लगाएतका सामान म्याद गुज्रिएका भेटिएका थिए।

अनुगमनको क्रममा कतिपय होटेलहरुमा सरसफाइ नभएको पाइएको छ। मुल्यसूची भने कुनै पनि पसलहरुले नराखेको पाइएको छ। व्यवसायीहरु दर्ता प्रक्रियामा भने जान थालेको पाइएको छ। यसैगरी मारिङ सहकारीसँगै बजारका अन्य गरी ४ वटा पसलहरुमा भने ठूलो मात्रामा लेबलिङ नगरेको चामल भेटिएको छ। उनीहरुको बिल हेर्दा त्यो चामल भर्खरै झारेको देखिएको छ भने बोरामा मनसुली लेखिएको तर भित्र धुलो धुलो भएको मोटो चामल भएको भेटिएको छ। चामलको बोरामा उत्पादन मिति र उपयोग गर्न मिल्ने समय उल्लेख नगरिएको भेटिएपछि सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी हिरालाल आचार्यले कम्पनीलाई फोन गरेर चामल फिर्ता लैजान निर्देशन दिनुभएको छ।

व्यवसायीलाई पनि लेबलिङ नगरिएको त्यो चामल पालिका, वडा र सम्बन्धित वडाका रहेका प्रहरी चौकीको रोहबरमा फिर्ता पठाउन भनिएको छ। अनुगमनको क्रममा स्थानीयलाई डेट हेरेर सामान किन्न र व्यवसायीहरुलाई पनि डेट हेरेर मात्र सामान मगाउन तथा बेच्न आग्रह गरिएको छ। जिल्लाको माथिल्लो क्षेत्रमा मानिसले सामानको उत्पादन मितिलाई खासै ध्यान दिदैनन् भन्ने सोचेर कम्पनीहरुले म्याद गुज्रिएको सामानहरु पठाउने गरेको पाइएको छ। यसतर्फ सचेत रहन व्यवसायीहरुलाई अनुगमन टोलीले आग्रह गरेको छ।

विगतको तुलनामा भने अहिले यसतर्फ नागरिक र व्यवसायीहरु सचेत हुँदै गएको घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालयका उद्योग अधिकृत मधुकर डाँगीले बताउनु भयो। विगतमा बजार अनुगमन गर्दा एकै दिनमा लाखौंको म्याद गुज्रिएको सामान बरामद हुने गथ्र्यो। अहिले भने म्याद गुज्रिएका सामानहरु कमै मात्रामा भेटिने गरेको उहाँले बताउनु भयो।

भूमे गाउँपालिका उपाध्यक्ष सविना बुढा, सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी हिरालाल आचार्य, उद्योग अधिकृत मधुकर डाँगी, कोष तथा लेखा नियन्त्रक कार्यालयका प्रमुख नरेन्द्र बुढा, एकीकृत कृषि तथा पशुपंछी विकास कार्यालयका प्रमुख पिताम्बर बस्नेत, प्रहरी निरिक्षक हरी भट्टराई, सशस्त्र प्रहरी निरीक्षक सत्यबहादुर बुढाथोकी लगाएतको उपस्थितिमा बजार अनुगमन गरिएको हो। अनुगमनको क्रममा बरामद गरिएको अखाद्य सामान सबैको रोहबरमा नष्ट गरिएको छ।

उपभोक्ता समितिका पदाधिकारीलाई अभिमुखीकरण

❖ बालाराम शेर्पाली

रुकुम पूर्व । भूमे गाउँपालिकाको आ.व. २०८०/८१ को वार्षिक स्वीकृत कार्यक्रम अनुसार योजना तथा कार्यक्रमहरुको संचालनका लागि गाउँपालिकाभित्र रहेका विभिन्न टोलहरुमा गठित उपभोक्ता समितिका पदाधिकारीहरुलाई समितिको काम कर्तव्य र अधिकार तथा जिम्मेवारी लगाएतका विषयहरुमा अभिमुखीकरण कार्यक्रम सुरु गरिएको छ।

भूमे गाउँपालिकाको आयोजनामा ९ वटै वडाहरुमा कार्यक्रम संचालन गर्ने गरी कार्यतालिका प्रकाशित गरिएको छ। कार्यतालिका बमोजिम सुरु गरिएको अभिमुखिकरण कार्यक्रम वडा नं १ बाट २०८० असोज १० गतेबाट सुरु भएको छ। त्यसैगरी क्रमशः वडा नं २ मा असोज ११ गते, वडा नं ३ असोज १२ गते, वडा नं ४ असोज १४ गते, वडा नं ५ मा असोज १६ गते, वडा नं ६ असोज १७ गते अभिमुखीकरण सम्पन्न भइसकेको छ। त्यस्तै वडा नं ७ मा असोज १८ गते, वडा नं ८ मा असोज १९ गते र वडा नं ९ असोज २२ गते अभिमुखिकरण कार्यक्रम सञ्चालन हुने कार्यतालिका रहेको छ।

यसरी संचालन गरिएको कार्यक्रममा उपभोक्ता समितिका पदाधिकारीहरु निकै उत्साहपूर्वक रुपमा उपस्थित भई सहभागी जनाएका छन्। अभिमुखिकरण कार्यक्रमको उद्देश्य उपभोक्ता समितिद्वारा संचालन गरिने आयोजनाहरुमा उपभोक्ताहरुलाई योजना कार्यान्वयनमा सहजता हुनुका साथै समितिको आयोजनाप्रतिको अपनत्व, आयोजनाको महत्व तथा आयोजना संचालनमा उपभोक्तालाई जिम्मेवार गराउनु रहेको भूमे गाउँपालिका योजना तथा अनुगमन प्रमुख प्रेमप्रसाद भट्टराईले जानकारी दिनुभयो।

अभिमुखीकरण कार्यक्रमपछि उपभोक्ता समितिहरुबाट आयोजना संचालन गर्दा अपनाउनु पर्ने विभिन्न प्रकृयाहरु योजना सम्झौता, योजना कार्यान्वयन, भुक्तानीका लागि आवश्यक कागजात तथा विल भरपाई तयार गर्ने र योजनाको सम्पन्न पश्चात भुक्तानी लिने प्रकृयाहरुमा सहजता आउने भट्टराईको भनाइ छ। अभिमुखीकरण कार्यक्रमसँगै नयाँ उपभोक्ता समिति दर्ता, यसअघि दर्ता भएका उपभोक्ता समितिहरुको नवीकरण तथा योजना सम्झौता लगायतका कार्यहरु समेत गर्ने गरी कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको भट्टराईले जानकारी दिनुभयो।

गोर्खा वेलफेयरले खानेपानी, स्वास्थ्य र विपद् व्यवस्थापन लगायतका क्षेत्रमा काम गर्दै आएको छ

प्रतिक गुरुङ
अनुगमन तथा मूल्याङ्कन संयोजक
गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपाल

तपाई कहिलेदेखि गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालमा कार्यरत हुनुहुन्छ?

म अहिले गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालमा अनुगमन तथा मूल्यांकन संयोजकको रुपमा कार्यरत छु। मैले गोर्खा वेलफेयर ट्रष्टमा काम गरेको साढे ५ वर्ष भइसक्यो। रुकुम पूर्व भूमे गाउँपालिकाको स्थानीय नागरिकसँग मेरो अनुभव बाँड्न पाउँदा म धेरै खुसी छु। रुकुम पूर्व हिमाली जिल्ला भए पनि प्राकृतिक रूपमा विभिन्न स्रोत साधनका हिसाबले यो जिल्ला निकै धनी छ।

गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालको आयोजना व्यवस्थापन कस्तो रहेको छ?

गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालमा काम गर्न पाउँदा खुसी लागेको छ। यस संस्थाले मुख्यतया गुणस्तरीय सेवा प्रवाह, पारदर्शिता र जवाफदेहीता कायम गर्न, वास र डीआरआरमा नगरपालिकालाई बलियो बनाउन र समुदायका मानिसहरूलाई सुरक्षित पानी प्रदान गर्नमा ध्यान केन्द्रित गरिरहेको छ। गोर्खा वेलफेयर ट्रष्टको परियोजना व्यवस्थापन निकै राम्रो छ। यो कार्यक्रम

गतिविधिहरुको सबै प्रगति ट्र्याक गर्न एक राम्रो निगरानी प्रणाली छ।

गोर्खा वेलफेयर ट्रस्ट महामारीमा सारथि बन्दै पनि आएको छ, यसमा तपाई के भन्नुहुन्छ?

गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले आपतकालीन तयारी र प्रतिकार्यमा पालिकासँग सहकार्य गर्दै आएको छ। कोभिड-१९ प्रतिकार्यका क्रममा गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले पर्सनल प्रोटेक्टिभ इक्विपमेन्ट, स्यानिटेसन र हाइजिन किट्स प्रदान गरेको थियो। गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले पनि मनसुन सहयोग र विन्टराइजेसनमा सहयोग गरेको छ। स्थानीय जनता र पालिकाहरू यसबाट धेरै खुसी र सन्तुष्ट थिए।

यसका साथै गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले स्थानीय विपद् जलवायु उत्थानशील योजना निर्माणमा प्राविधिक सहयोग पनि गरेको छ। गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले पनि स्थानीय आपतकालीन कार्य सञ्चालन केन्द्रलाई लजिस्टिक सहयोग गरेको छ। त्यसैले आपतकालीन तयारी र प्रतिकार्यमा भएको सबै प्रगति हेर्न पाउँदा म निकै खुसी छौं।

गोर्खा वेलफेयर ट्रष्टद्वारा खानेपानी स्तरोन्नति आयोजनातर्फ अहिले कुन कुन जिल्लामा काम गरिरहेको छ?

गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले हालसम्म ५१ जिल्लामा २ हजार ३ सय ८० परियोजना निर्माण गरेको छ। त्यसबाट ५ लाख ६ हजार १ सय १८ लाभग्राही र ८० हजार ४ सय ५५ घरधुरी लाभान्वित भएका छन्। गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले ६१ हजार ६ सय ३४ वटा ट्याप स्ट्यान्ड र ४ सय ३१ वटा स्कुल ल्याट्रिन निर्माण गरेको छ। गोरखा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले चालू आर्थिक वर्षमा गुल्मी, जाजरकोट, कास्की, लमजुङ, म्याग्दी, पाल्पा, प्युठान, रामेछाप, रुकुम (पूर्व), रुकुम (पश्चिम), संखुवासभा र सोलुखुम्बु गरी १२ जिल्लामा खानेपानी आयोजना निर्माण गरिरहेको छ।

गोर्खा वेलफेयर ट्रष्टबाट कहाँ कहाँ स्वास्थ्य सामग्री प्रदान गर्नुभएको छ?

कोभिड-१९ को रोकथामका क्रममा गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले ५० जिल्लालाई सहयोग गरेको छ। यसैगरी व्यवहार परिवर्तनका लागि गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले रुकुम पूर्वको भूमे गाउँपालिका, संखुवासभाको पाँचखपन नगरपालिका र लमजुङको दोर्दी गाउँपालिकाका कुपोषित बालबालिकालाई सहयोग गरेको छ।

तपाईको संस्थाले स्थानीय सरकारसँग सहकार्य गरेर काम गरिरहेको छ, यसमा आम नागरिकहरुले कस्तो प्रतिक्रिया दिनुभएको छ?

हो, गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले नेपालका १४ वटा पालिकासँग समन्वय र सहकार्य गर्दै आएको छ। गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालको कार्य नैतिकताबाट सबै पालिका र जनता निकै खुसी छन्। भूमे गाउँपालिकाका जनता निकै सहयोगी छन् र गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालसँग मिलेर काम गरिरहेका छन्।

भूमे गाउँपालिकामा गोर्खा वेलफेयरले पोषण सर्भे पनि गरेको छ? सर्भेबाट कस्तो अवस्था देखिएको छ?

गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले कुपोषित बालबालिकालाई लक्षित गरी सबै वडामा व्यवहार सञ्चार परिवर्तनमा काम गर्दै आएको छ। गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले दुई वर्षमुनिका कुपोषित बालबालिकाको मास स्क्रिनिङ गरेको छ। प्रतिवेदन अनुसार भूमे गाउँपालिकामा कुपोषित बालबालिकाका २६ जना नयाँ कुपोषित बालबालिकाको घटना भेटिएका छन्। गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले स्वास्थ्य चौकी र पालिकासँग मिलेर पोषणको महत्वबारे जनचेतना जगाउने काममा तिव्र रुपमा अगाडि बढेको छ।

चालु आ.व. २०८०/८१ को योजनाहरुको कस्तो रहेको छ?

यस आर्थिक वर्षमा गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालले भूमे गाउँपालिकाको वडा नम्बर २ को काँक्री ३ को सिमा झुम्लाबाङको अन्य टोलहरुमा विगतको समयमा एक घर एक धारा निर्माण भएको छ। अबको केही दिनपछि झुम्लाबाङमा एक घर एक धारा निर्माणको सुरुवात गर्ने तयारीमा छौं। लाबाङमा पनि एक घर एक धारा निर्माण हुनेछ।

अन्तमा केही भन्नु थियो कि?

अन्तर्वार्ताका लागि गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपालको कार्यलयको तर्फबाट र मेरो ब्यक्तिगत तर्फबाट धेरै धेरै धन्यवाद। भूमे गाउँपालिकासँग काम गर्न पाउँदा गोर्खा वेलफेयर ट्रष्ट नेपाल खुसी छ। यस पालिकामा भएका विकास निर्माणका कामहरु हेर्दा निकै खुसी लागेको छ। धन्यवाद।

प्रस्तुतिः बालाराम शेर्पाली

खानेपानी तथा सरसफाई डिभिजन कार्यालय रूकुम पूर्वको सूचना

पूर्ण सरसफाइ प्राप्तिको लागि निम्न कुरा अबलम्बन गरौं।

- दिसा पिसाबका लागि चर्पीको मात्र प्रयोग गरौं।
- दिसा पिसाब गरिसकेपछि, खाना पकाउनुअघि र खाना खानु अघि साबुनपानीले राम्रोसँग हात धुने गरौं।
- घरायसी तहमा पिउने पानीको सुरक्षित व्यवस्थापन र शुद्धिकरण गरौं।
- व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिऔं।
- सुरक्षित खानाको प्रयोग गरौं।
- घरभित्र र बाहिरका तरल, पच्ने ठोस र नपच्ने ठोस फोहोरमैलाको उचित व्यवस्थापन गरौं।

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

१. मदन पुरस्कार २०७९ कुन कृतिलाई प्रदान गरिएको छ?

✍ विवेक ओझाको उपन्यास- ऐठन

२. नेपालमा राष्ट्रिय योग दिवस कहिले मनाइन्छ?

✍ माघ १ गते (नेपाल सरकार मन्त्रिपरिषद्को विसं २०७२ साउन २८ गतेको बैठकले माघ १ गते राष्ट्रिय योग दिवस मनाउने औपचारिक निर्णय गरेको थियो।)

३. नेपालमा गाउँपालिकाको संख्या कति रहेको छ?

✍ ४६० वटा

४. वि.सं. २०७८ को जनगणना अनुसार सबैभन्दा बढी जनसंख्या वृद्धिदर रहेको जिल्ला कुन हो?

✍ भक्तपुर (वार्षिक औषत वृद्धिदर ३.३५ प्रतिशत रहेको छ।)

५. भुकम्पमा परी मर्ने राजा को हुन्?

✍ अभय मल्ल

६. नेपालको सबैभन्दा लामो नदी कुन हो ?

✍ कर्णाली (यसको लम्बाई ५०७ कि.मि. रहेको छ।)

७. विश्वको सर्वोच्च शिखर सगरमाथा आरोहन गर्ने पहिलो नेपाली महिला को हुन्?

✍ पासाङ ल्हामु शेर्पा (वि.सं. २०५० बैशाख १० गते आरोहन गरेका थिए।)

८. सुपारी विवाह कुन जातिसँग सम्बन्धित छ ?

✍ धिमाल

९. नेपालको सबैभन्दा बढी उचाईमा रहेको जिल्ला सदरमुका कुन हो ?

✍ हुम्लाको सदरमुकाम सिमिकोट (समुन्द्री सतहबाट २९४६ मिटर उचाईमा रहेको छ।)

१०. मोबाइल फोनका आविस्कार कसले गरेका थिए?

✍ मार्टिन कुपर (उनले सन् १९७३ अप्रिल ३ मा आविस्कार गरेका थिए।)

११. वर्तमान नेपालको संविधान २०७२ कहिले जारी भएको हो ?

✍ वि.सं. २०७२ असोज ३ गते

संकलन : चेतन बुढा मगर
भूमे-६, रुकम (पूर्व)

तोरी खेती प्रविधिः संक्षिप्त चर्चा

- नारायण ओली

परिचयः

तोरी एक प्रकारको दुई दलीय तेलहन बाली हो। नेपालको पहाडी तथा समथर भूभागमा यसको खेती गरिन्छ। यो नेपालको मुख्य तेलहन बाली हो। यसको बोट सानो हुँदा सागको रूपमा तरकारी बनाउन प्रयोग गरिन्छ। भूमेको सन्दर्भमा बेसीदेखि लेकसम्म खेती गरिन्छ। यसको खेती लेखमा असोज महिना र बेसीमा मंसिरसम्म गर्न सकिन्छ। तेल औद्योगिक कच्चा पदार्थ हो। यसको पिना मल तथा पशु आहारामा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

महत्त्वः

खाद्य पदार्थको रुपमा प्रयोग गरिन्छ। मल तथा पशुको आहाराको रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। औद्योगिक कच्चा पदार्थको रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसले माटोमा नाइट्रोजन फिक्सेसन गर्ने भएको हुनाले माटोको उर्वरता वृद्धि हुन्छ।

हावापानीः

रायो तथा तोरी खास गरेर समशितोष्ण हावापानीदेखि शितोष्ण हावापानीमा हिउँदको समयमा हुने बाली हो। चिसो हावापानीमा हुने तुषारो सहन नसक्ने

खालको हुन्छ। तोरी लगाएको २५-३० दिनमा फूल फुल्न थाल्छ र ५० दिनसम्म फुलिरहन्छ।

माटोः

तोरी खेती धेरै किसिमको माटोमा हुन्छ। हलुका बलौटे, दोमट र चिम्टाइलो माटोमा खेती गर्न सकिन्छ। प्रसस्त प्राङ्गारिक तत्व भएको पानी नजम्ने माटोमा हुन्छ। साधारणतया माटोको पिएच ६ देखि ७.५ हुनुपर्छ। हामीले वर्षे आलु रोपेको जमिन तथा अन्य जमिनमा पनि रोप्ने चलन छ।

जातः

भूमे गाउँपालिकाको सन्दर्भमा धेरै जसो स्थानीय जातको तोर र शर्सु खेती गर्ने चलन छ। धेरै रोग किराको प्रकोप नहुने उत्पादन राम्रो हुने गर्छ। उन्नत खेती प्रविधिमा भने पुया बोल्ड, कृष्णा, बिकास, प्रगती लुम्ले, मोरङ तोरीको प्रयोग गरिन्छ।

जमिनको तयारी तथा लगाउने तरिकाः

- तोरी खेतीका लागि जमिन तयारी गर्दा २-३ पटक खनजोत गरी, डल्ला फुटाई माटो खुकुलो बनाउनु पर्छ।
- झारपातलाई राम्रोसँग फाली दाँते पाता चलाई राम्रोसँग तयारी गर्नुपर्छ।
- तोरी खेती खास गरेर कार्तिक महिनाभरि गर्न सकिने भएता पनि कार्तिकको दोस्रो हप्तामा खेती गर्दा उत्पादन धेरै हुन्छ।
- तर हाम्रो भूमेको सन्दर्भ तथा हावापानीमा असोज महिनादेखि मंसिर महिनासम्म खेती गरिन्छ।

३-४ सेमी गहिरो बनाई बीउ रोप्नुपर्छ। प्रति हेक्टरमा ८-१० केजीका दरले बीउको आवश्यकता पर्छ। हाम्रो क्षेत्रमा आलु-तोरी-गहुँको बाली चक्र अपनाउन सकिन्छ। तोरीलाई अन्य हिउँदे बालीसँग मिश्रित खेती पनि गर्न सकिन्छ।

यसलाई रोपेको २०-२५ दिनमा फूल फुल्ने बेला सिँचाइ गर्न सकिन्छ र त्यसपछि ४०-५० दिनको बीचमा पनि सिँचाइ गर्दा उत्पादन राम्रो हुन्छ। यो बालीमा **NPK** ६०:४०:२० का दरले प्रयोग गर्नुपर्छ। हाम्रोजस्तो प्राङ्गारिक जिल्लामा प्रसस्त मात्रामा जैविक मल, गोठे मल, कम्पोष्ट मल वा गडेउँले मल आदि प्रयोग गर्न सकिन्छ।

झारपात तथा रोग किराहरुः

यस बालीमा बिशेष गरी अरोवेन्की नामक परजीवी झार आउने भएको हुनाले गोडमेल

गरेर खाडलमा गाडि दिनुपर्छ। अन्य कुनै झारपात आएमा होसियारपूर्वक उखेलेर फाल्नुपर्छ।

तोरी बालीमा विभिन्न किसिमका रोगो तथा किराहरुले सताउने गर्दछ। जस्तैः थोप्ले डढुवा, सेतो रोग, डाउनी बिल्डिउ, धुले ढुसी, आदि रोगले सताउने गर्छन्। यश रोगको लागि उपयुक्त व्यवस्थापन गर्नुपर्छ। तोरी बालीलाई विभिन्न किराहरुले पनि सताउने गर्छ। जस्तैः तोरीको करौते झिंगा, लाही किरा, पुतली आदिले सताउने गर्दछन्। यस्ता रोग तथा किराहरुको प्रकोप देखा परेको खण्डमा प्राविधिकको सल्लाह अनुसार उपयुक्त औषधी तथा पेष्टिसाइटको प्रयोग गर्नुपर्छ।

बाली भित्र्याउनेः

तोरी वाली तेलहन बाली भएको हुनाले ७५% पाकिसकेपछि होसियारपूर्पक काटेर सुकाउनु पर्छ। २/३ घाम सुकाएर तरी चुट्नुपर्छ। केडामा ९% भन्दा कम चिस्यान भएपछि भण्डार गर्नुपर्छ। तोरी बलाको उत्पादन प्रतिहेक्टर ०.८ देखि १.५ मेट्रिक टन हुन्छ।

लम्पी स्किन रोग सम्बन्धी जानकारी

परिचयः

- यो रोग गाई भैसीमा देखिने रोग हो ।
- यो पोक्स भाइरसले गर्दा लाग्ने गर्छ ।
- सन् 2012 मा मध्यपूर्व देखि दक्षिण-पूर्वी युरोपमा फैलिएको थियो ।
- हाल ५५ जिल्लामा फैलिएको पुष्ट्याई भएको छ ।
- मृत्युदर गाईवस्तुमा ३-७ र भैंसीमा ०% रहेको छ ।
- यसले स्थानीयको तुलनामा उन्नत नश्ललाई बढी असर गर्ने गर्छ ।
- उत्पादनमा गिरावट् आउने, ओसारपसारमा प्रतिवन्ध गर्नुपर्ने हुदा आर्थिक नोक्सानी हुने गर्दछ ।
- यो रोग पशुबाट मानिसमा सर्दैन ।
- रोग गर्मि मौसममा किराहरुको टोकाईबाट सर्ने गर्दछ ।

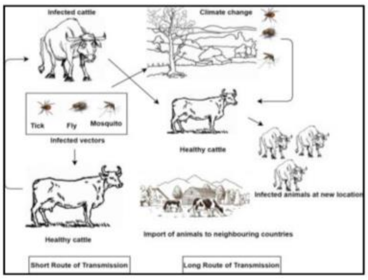
लक्षणहरुः

संक्रमित पशुहरुमा निम्न लक्षणहरु देखा पर्ने गर्दछ ।

- उच्च ज्वरो १०४ डिग्री फरेनहाइट भन्दा बढी आउने गर्दछ ।
- छालामा १ देखि ५ सेन्टिमिटरका साह्रा गोलो गिर्खाहरू देखिने ।
- थतुनो,ओठ, मुख र नाकभित्र घाउ देखिन्छ।
- आखाँ र नाकबाट अत्यधिक मात्रामा तरल पदार्थ आउँछ,र्‍याल काड्छ, लिम्फ नोडहरू सुनिन्छन, संक्रमित पशु लक्षण नदेखाई मर्न पनि सक्छ ।
- किराले गिर्खाहरु फुटाएर जटिल प्रकारका घाँउ बनाउन सक्छ ।

रोग सर्ने माध्यमः

- संक्रमित लामखट्टे, झिंगा, किर्ना जस्ता किराहरूको टोकाइबाट सर्छ ।
- संक्रमित गाईवस्तुहरुको ओसारपसार गर्दा सर्छ ।
- उपचारमा संलग्न प्राविधिक तथा प्रयोग गरिने संक्रमित औजारबाट सर्न सक्छ।
- पशुको प्रजनन, दानापानी खाने भाँडा, चरण क्षेत्र तथा प्रत्यक्ष पशुको सम्पर्कबाट पनि सर्न सक्छ ।



उपचारः

दुर्भाग्यवश यो रोग भाइरसबाट लाग्ने भएको हुदाँ प्रभावकारी उपचार छैन । यसको सबैभन्दा राम्रो उपाय भनेको रोग लाग्न नदिनुनै उत्तम उपाय हो। यसको सट्टा, संक्रमित जनावरहरूले सहायक हेरचाह गर्न सकिन्छ,जसमा लक्षणको आधारमा उपचार गर्न एन्टिबायोटिक, पेनकिलर र घाउ सफा गर्ने स्प्रेहरुको प्रयोग गर्न सकिन्छ । कुनै उपचार नभए पनि रोग फैलिन नदिन वा नियन्त्रण गर्न भ्याक्सिनको प्रयोग गर्न सकिन्छ । दुर्भाग्यवश यसको भ्याक्सिन हाल सम्म नेपालमा उपलब्ध छैन । आसा छ यसको भ्याक्सिन नेपालमा छिटै उपलब्ध हुने छ ।

रोगको शंका लागेमा के गर्नेः

- रोगको प्रकोप फैलिएको क्षेत्रका पशुहरुलाई नियमित निरिक्षण गर्ने ।
- रोगको शंका लागेका नजिकका भेटेरीनरी प्राविधिक, गाउँपालिका पशु सेवा केन्द्र, एकिकृत कृषि तथा पशुपन्छी विकास कार्यालयमा खबर गर्ने ।
- पशुहरुको ओसारपसार गर्न पुर्णरुपमा बन्द गर्नुपर्छ ।

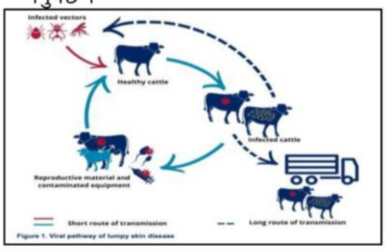


Figure 1. Viral pathway of lumpy skin disease

रोकथाम तथा जैविक सुरक्षाका उपायहरुः

तपाईं आफ्नो फार्मको सुरक्षा कसरी गर्न सक्नुहुन्छ ? आफ्नो फार्मको सुरक्षाका लागि विभिन्न उपायहरु अपनाउने गर्नुहोला । विश्वसनीय स्रोतहरूबाट गाईभैंसी खरिद गर्नुपर्दछ । गाईभैंसी खरिद गरेर ल्याउदा २८ दिनसम्म बथानबाट अलग्गै वा क्वारेन्टाइनमा राख्नुपर्दछ । यो रोगको प्रकोपको समयमा रोग लागेको ठाउँ बाट गाईभैंसी ल्याउन हुदैन। गोठलाई झिंगा, लामखुट्टे तथा अन्य किराहरूबाट मुक्त राख्नु ,सरसफाइमा ध्यान दिनुपर्दछ । आवश्यकता अनुसार उपयुक्त किटनाशक औषधी प्रयोग गर्नुपर्दछ । गोठको वरिपरि पानी जम्ने ठाउँ हुनु हुदैन । आफ्नो फार्ममा जैविक सुरक्षाका उँपायहरू अवलम्बन गर्नुपर्दछ । प्रत्यक वर्ष पशुवस्तुहरुलाई खोप लगाउनुपर्छ ।

रोग देखिएमा यहाँ सम्पर्क गर्नुहोलाः

- वडानं १ र २ का लागि अमृता रोका, ९८४८०५७२७२
- वड नं ३ र ८ का लागि दिल कुमारी सुनार, ९८६७२२९४६६
- वडा न् ४ र ५ का लागि जनम बुढा मगर, ९८४८६९९७२८
- वडा नं ६ र ७ का लागि भुपाल ओली, ९८६६९१६०३७
- वडा नं ९ का लागि कमल के सी, ९८४६८१०१६०
- गाउँपालिका पशु सेवा केन्द्र का लागि नारयण ओली, ९७६२५२७१७० भुपेन्द्र शाही , ९८६६९१६०३७

जनहितका लागि
भूमे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
पशु सेवा केन्द्र

खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

थप जानकारीका लागि. ९७६२५२७१७०, ९८६६९१६०३७, ९८४८६९९७२८, ९८६८६३३५५१, ९८४८०५७२७२, ९८४६८१०१६०

भूमे गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)

जनहितमा जारी सन्देश

- जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइसराइँ, सम्बन्ध 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 ।

ज्यानमारा रोग रेविजबाट

आफू कसरी बच्ने र अरुलाई बचाउने?

बौलाहा कुकुर,विरालो,स्याल,न्याउरी मुसा वा अन्य मांसहारी जनावरको टोकाईबाट रेविज रोग सर्दछ ।

बौलाहा वा शङ्कास्पद कुकुर र जंगली जनावरले टोकेमा तुरुन्तै सावुन पानी वा सफा पानीले ५ मिनेटसम्म राम्रोसँग घाउ पखालौ र औषधी लगाऔ ।

टोक्ने कुकुर १० दिनभित्र मऱ्यो,मारियो,बेपत्ता भयो वा चिन्न सकिएन भने डाक्टरको सल्लाह बमोजिम रेबिज रोग विरुद्धको खोप लगाउने । **सावधान !** बौलाहा कुकुरले टाउको वा आसपासका धेरै ठाउँमा नराम्रो गरि टोकेको अवस्थामा तुरुन्तै रेबिज विरुद्धको खोप लगाउनुपर्छ । किनकी रोग लाग्ने सम्भावना धेरै हुन्छ ।

पाल्तु कुकुर वा विरालोलाई नियमित रुपमा रेविज रोग विरुद्धको खोप लगाउनुपर्छ । पहिलो पटक ३ महिनाको उमेरमा दोस्रो पटक ९ महिनाको उमेरमा त्यसपश्चात प्रत्यक वर्ष रेबिज विरुद्धको खोप लगाउनु पर्छ ।

कहिलै बिर्सिनु भएन,रेविज रोग लागेपछि कुनै उपचार हुदैन तर बेलैमा सावधानी पुग्यो भने सजिलै बाँच्न सकिन्छ।

अनि यता पनि हेरौ त ।

- बौलाएको कुकुरले टोकेमा नियमित रेबिज रोग विरुद्धको खोप लगाउनुपर्छ।
- आजसम्म एउटा मात्र खोप लगाएर पुग्ने रेबिज खोप पत्ता लागेको छैन ।

भूमे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
पशु सेवा केन्द्र

खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल