

◆ सकभर ताजा खाद्य पदार्थ खरिद गर्ने ।  
◆ रगीबिरगीखाने कुराहरु खरिद तथा उपभोग नगर्ने बानी बसालौं ।  
◆ साथै मसीले लेखेका कागजमा खानेकुराको उपभोग नगरौं ।  
◆  
खाद्य प्रबिधी तथा गुण नियन्त्रण डिभिजन कार्यालय डडेल्धुरा

बर्ष : १८ अंक ६४ ● २०८२ बैसाख ३० गते मंगलबार (Tuesday 13 May 2025) पृष्ठ संख्या :- ८ मूल्य रु : १०

## ‘कह्यार कहिले बन्ध सुदूर पश्चिमको स्थायी राजधानी ?

अमरगढी पोस्ट समाचार  
डडेल्धुरा बैसाख २५ गते

सुदूरपश्चिम प्रदेशसभाको दुई तिहाई बहुमतले कैलालीको गोदावरी क्षेत्रमा प्रदेश राजधानी तोकेको ६ वर्ष भइसकेको छ। तर अस्थायी राजधानी तोकेर कार्य सञ्चालन भइरहेको धनगढीबाट स्थायी राजधानी तोकिएको गोदावरी सन्तु त परको कुरा, त्यसको सुरसार्समेत छैन। स्थायी राजधानी तोक्ने र राजधानी रहने स्थानको निकटतम गर्ने पहिलो प्रदेश हो सुदूरपश्चिम। प्रदेशसभाको पहिलो कार्यकालमै ०७५ असोज १२ गतेको बैठकमा दुई तिहाईको निर्णयबाट प्रदेश राजधानी कैलालीको गोदावरी नगरपालिका-४ तेघरी गोदावरीमा निर्माण गर्ने निर्णय भएको थियो। तर निर्णय भएको ६ वर्ष वितिसक्दा पनि उक्त निर्णय कार्यान्वयन हुन नसकेर अलपत्र अवस्थामा छ। राजधानीका बारेमा पहिलो प्रदेशसभाले निर्णय गरेको स्थानमा कार्यान्वयन हुन नसके भएपछि वर्तमान सरकारले हाल अस्थायी राजधानी र हेको धनगढीमै स्थायी राजधानी निर्माण गर्न गृहकार्य सुरु गरेको छ। वनक्षेत्र मासिने भन्दै गोदावरीमा राजधानी राख्ने निर्णयविरुद्ध ०७५ सालमै सर्वोच्च अदालतमा मुद्दा परेको थियो। वन क्षेत्रमा राजधानी तोकिएको भन्दै प्रदेशसभाको निर्णयविरुद्ध सर्वोच्च



अदालतमा मुद्दा परेको थियो। जैविक मार्ग मासेर प्रदेश राजधानी स्थापना गर्ने निर्णय गरिएको भन्दै मनीषकुमार श्रेष्ठ र देवीकुमारी जोशीले सर्वोच्च अदालतमा मुद्दा दायर गरेका थिए। उक्त मुद्दा अहिले पनि विचाराधीन रहेको प्रदेश सरकारका मुख्य न्यायाधिवक्ता ठेकेन्द्रप्रसाद जोशीले बताए। उनका अनुसार दुवै पक्षको प्रारम्भिक बहसपछि अदालतले निर्णय कार्यान्वयनमा रोक लगाउन नपर्ने अन्तरिम आदेश दिएको थियो। त्यसपछि भने यो मुद्दामा थप बहस हुन सकेको छैन। उक्त मुद्दाको पेशी थुप्रै पटक सडै आएको तत्कालीन मुख्यन्यायाधिवक्ता कुलानन्द उपाध्याय बताउँछन्। ‘अदालतले स्टे अर्डर भने जारी गरेको होइन। अर्थात् मुद्दा परेकै कारण राजधानी कार्यान्वयनमा बाधा भएको होइन। भोगाधिकार नपाएका

समस्या भएको हो,’ उनले भने। स्थायी राजधानी तोकिएपछि पनि सुदूरपश्चिममा चार वटा सरकार फेर बदल भइसकेका छन्। तर त्यसप्रति ठोस टुंगो लगाउने तत्परता भने कसैले देखाएका छैनन्। गत माघ ९ गते प्रदेशसभा बैठकको शून्य समयमा बोल्दै डोटीबाट प्रतिनिधित्व गर्ने माओवादी केन्द्रका प्रदेश सांसद शिवसिंह ओलीले एकाएक प्रदेश राजधानी डोटीको दिपायलमा बनाउनुपर्ने माग राखेपछि राजधानीका बारेमा केही चर्चा पनि भएको थियो। तर त्यत्तिकै सेलायो, छलफल र चर्चाले निरन्तरता पाउन सकेन। सांसद ओली सरकारको गोदावरीमा राजधानी नबनाउने मनशायकै कारण कार्यान्वयन अघि बढ्न नसकेको बताउँछन्। ‘अहिलेसम्म संघ सरकारबाट जग्गाको भोगाधिकार प्राप्त हुन सकेन, त्यसैले

अब पुरानो क्षेत्रीय सदरमुकाम रहेको र सन्तुलित विकास तथा पहाडी जिल्लाका लागि पनि पायक पर्ने स्थान डोटीको दिपायलमा नै राजधानी बनाउनु पर्दछ,’ सांसद ओलीले भने। त्यसअघि मुख्यमन्त्री कमलबहादुर शाहले पनि डडेल्धुरा पुगेर राजधानीका सम्बन्धमा यसअघिको निर्णय हेरफेर गर्न सकिने बताएका थिए। गत भदौ महिनामा डडेल्धुरामा आयोजित पत्रकार भेटघाटका क्रममा मुख्यमन्त्री शाहले हाल राजधानी तोकिएको कैलालीको गोदावरी नगरपालिका-४ तेघरी गोदावर क्षेत्रमा वनको विवाद समाधान नभएको बताएका थिए। विवादकै कारण भोगाधिकारसमेत प्राप्त हुन नसकेकाले भौतिक संरचना निर्माणका कुनै पनि काम अघि बढाउन नसकिएको बताउँदै उनले यस्तै अवस्था रहे विकल्प खोजिने बताएका थिए।

## ‘भाइरल पुल’ निर्माण गर्नेले नै पाएनन् पारिश्रमिक

अमरगढी पोस्ट समाचार  
डडेल्धुरा बैसाख २५

बाजुराको गौमूल गाउँपालिकामा ‘भाइरल पुल’ का रूपमा परिचित भोलुङ्गे पुल उद्घाटन भएको एक वर्ष वितिसक्दा पनि निर्माणमा संलग्न मजदुर र निर्माण कम्पनीले हालसम्म पारिश्रमिक पाएका छैनन्। २०८१ को वैशाख २३ गते पूर्वसङ्घीय सांसद तथा नेकपा (एमाले) का केन्द्रीय सदस्य लालबहादुर थापाले सो पुल उद्घाटन गर्नुभएको थियो। स्थानीय राजीव रोकायाका अनुसार पुल निर्माणमा खटिएका मजदुरले भन्दा २० लाख रुपियाँ पाउन बाँकी छ। उनीहरू लामो समयदेखि सम्बन्धित

उहाँले भन्नुभयो। उहाँका अनुसार कार्यालयले रकम नदिएपछि मजदुरलाई दिनुपर्ने तलब, साउत र ठेकेदारको खर्चसमेत अडिकएको हो। केही मजदुरलाई खाली चेक दिइएको भए पनि हालसम्म नगद भुक्तानी हुन सकेको छैन। दाहालले भन्नुभयो, ‘पैसा नपाउँदा मेरो नाममा प्रहरीमा उजुरीसमेत परेको छ।’ स्थानीय पूर्वाधार विकास आयोजना कार्यालय, धनगढी कैलालीका इन्जिनियर जगदीश विष्टले अधिल्लो वर्ष बजेट अभावका कारण भुक्तानी रोकिएको स्वीकार गर्नुभयो। चालु आवमा सबै बाँकी रकम छिट्टै भुक्तानी हुने उहाँले बताउनुभयो। पुल



निकायमा तलबको माग गर्दै आएका छन्। ‘पुल बन्दै गर्दा काम गरेका मजदुर एक वर्षसम्म पनि पैसा नपाउँदा समस्यामा परेका छन्,’ रोकायाले भन्नुभयो। निर्माण कम्पनी अंशमन चन्द्रोदय जेभी धनगढीका प्रतिनिधि तथा प्राविधिक चेतन दाहाल आफैले पनि तलब नपाएको बताउनुभयो। ‘काम सम्पन्न भएर पुल सञ्चालन मा आए पनि कार्यालयबाट ५६ लाख ३० हजार रुपियाँ भुक्तानी पाउन बाँकी छ,’

निर्माणपछि सामाजिक सञ्जालमा भाइरल बनेको उक्त भोलुङ्गे पुल पर्यटकका लागि आकर्षणको केन्द्र बनेको छ। टिकटक, फेसबुक जस्ता माध्यममा दर्जनौं भिडियो बनाइने यो पुल जिल्लाकै सबैभन्दा लामो र अग्लो मानिन्छ। गौमूल गाउँपालिका-३ को माझपालीवाट धल्काडा, पाते र गर्जेसम्म जोडिएको पुलको लम्बाइ २६० मिटर र उचाइ करिब १७० मिटर छ।

www.ShuklaPhanta.gov.np  
Mail: info@shuklaPhanta.gov.np  
Phone N.: ०९९-५१००१०



बालबालिकामा हुने सबैखाले रोग र समस्याहरु बाट छुटकारा

नवजात शिशु तथा बालरोग सम्बन्धी उपचार तथा समस्याहरु

- बच्चाको दमको जाच, दममा प्रयोग हुने Spirometry
- बारम्बार रुघारसोकी लागिरहने समस्या
- घ्यार(घ्यार भइरहने, नाक बन्द भइरहने समस्या
- निमोनिया तथा प्लज्जीको समस्या,
- खाना नखाने, तौल नबढ्ने, बारम्बार जोरो आहिरहने
- काठापखाला लागिरहने, जन्डिस, अपच, कब्जियत,
- पेट दुख्ने र कान पावने जस्ता समस्याहरु



डा.पुष्प राज अवस्थी

MBBS, MD (Paediatrics)  
DM (Paediatrics Critical Care)  
PGIMER (India), NMC No. 11987



शुक्लाफाँटा नगरपालिका  
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

पत्र संख्या : २०८१/८२  
च.नं.:



मिति : २०८२/०१/२८

कर बुझाउने सम्बन्धी अत्यन्त जरुरी सूचना !

उपरोक्त सम्बन्धमा यस शुक्लाफाँटा नगरपालिकाको आर्थिक ऐन २०८१, बमोजिम यस कार्यालयलाई बुझाउनु पर्ने घरजग्गामा लाग्ने सम्पत्ति कर र भुमिकर(मालपोत), घर वा जग्गा वहाल वा लिजमा दिएको भए सोमा लाग्ने घर वहाल कर, व्यवसायमा लाग्ने व्यवसाय कर चालु आर्थिक वर्ष २०८१/८२ सम्मको कर बुझाउन बाँकी भएमा मिति २०८२ असार मसान्त भित्र आफ्नो नजिकको वडा कार्यालयमा गई अनिवार्य रुपमा कर बुझाउन हुन अनुरोध गरिन्छ। साथै उल्लेखित अवधिभित्र कर नबुझाएमा नियमानुसार थप जरीवाना लाग्ने हुदा समयमा नै कर तथा शुल्क बुझाई सहयोगका लागि शुक्लाफाँटा नगरपालिका हार्दिक अनुरोध गर्दछ।

खेमराज विष्ट  
(प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत)  
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत



सम्पादकीय

मन्त्रिपरिषद् पनि कानून नै नलाग्ने निकाय हुन सक्दैन

ललिता निवास, पतञ्जली, गिरिवन्धु टी-इस्टेट, वाइडबडी, टेराक्स जस्ता प्रकरणको एउटा साभा विशेषता छ- तिनमा मन्त्रिपरिषद् अर्थात् तत्तत् समयका प्रधानमन्त्रीको निर्णायक भूमिका छ। मन्त्रिपरिषद्ले गर्ने निर्णयलाई 'नीतिगत' भनिने र त्यसमाथि अनुसन्धान नहुने सुविधालाई प्रधानमन्त्रीहरूले नै दुरुपयोग गरिरहेका छन् भन्ने यी प्रकरणले पुष्टि गर्छन्।

यसरी मुलुकका ठूला अनियमितताका काण्डको रचनाकार नै मन्त्रिपरिषद् भइरहेको दृष्टान्तले अनियमितताको मूल मुहान नै उही भएको सन्देश दिएको छ। तसर्थ नीतिगत निर्णयलाई पनि अनुसन्धानको दायरामा आउन सक्ने स्थिति निर्माणका लागि दबाव बढिरहेको छ। संसदको राज्य व्यवस्था तथा सुशासन समितिले अन्तर्गतको उपसमितिले नीतिगत निर्णयलाई परिभाषित गर्ने र प्रधानमन्त्रीलाई पनि जवाफदेही बनाउने गरी सहमति जुटाएको छ। तर सत्तारूढ नेतृत्वको असहमतिको कारण विधेयक नै अलपत्र परेको छ। यो स्थिति अन्त्य गर्नुपर्छ। उपसमितिको प्रतिवेदनअनुसार अधि बढ्ने वा सरकारले उपयुक्त प्रस्ताव राख्ने वा समितिले आफ्नो सार्वभौमिकता प्रयोग गर्ने विकल्पबाट निकास निकाल्नुपर्छ।

प्रधानमन्त्री निवास विस्तारका लागि भन्दै ललिता निवासको सरकारी जग्गा 'भूमाफिया' लाई दिने निर्णय माधवकुमार नेपाल नेतृत्वको मन्त्रिपरिषद्ले गरेको थियो। यही मन्त्रिपरिषद्ले हदबन्दी छुट्टामा पतञ्जलीलाई जग्गा किन्न दिई दुई महिनाभित्रै बेच्ने दिने स्वीकृति दिएको थियो। जसको विषयमा अख्तियारले अनुसन्धान गरिरहेको छ तर तत्कालीन निर्वाधिकारी प्रधानमन्त्री नेपालले अख्तियारलाई बयान दिने क्रममा मन्त्रिपरिषद्को निर्णय अख्तियारको क्षेत्राधिकारमा नपर्ने जिकिर गरेका छन्। पछि ललिता निवास क्षेत्रमा रहेको पशुपति टिकिन्छा गुठीमा रहेको सरकारी जग्गा भूमाफियालाई दिने गरी बाबुराम भट्टलाई नेतृत्वको मन्त्रिपरिषद्ले निर्णय गरेको थियो। त्यस्तै भूमाफियाको विर्तामोडस्थित गिरिवन्धु टी-इस्टेटका नाममा रहेको हदबन्दी छुट्टाको जग्गा बेचबिखन गर्ने वाटो खोलादिई केपी शर्मा ओली नेतृत्वको अधिल्लो सरकारले मन्त्रिपरिषद्वाटै निर्णय गरेको थियो। यस्ता अनेक प्रकरण छन्, जसमा प्रधानमन्त्रीदेखि उच्च तहको राजनीतिक नेतृत्वको प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष संलग्नता जोडिएको हुन्छ।

तर, सामान्यतया अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले उनीहरूलाई अनुसन्धानको दायरामा ल्याएको वा मुद्दा दायर गरेको पाइँदैन। जस्तो कि, ललिता निवास प्रकरणमा आयोगले 'नीतिगत निर्णय' को लेप लगाएर निर्णयाधिकारीलाई उन्मुक्ति दिएको छ। ठूलो अनियमितता भएको प्रस्ट देखिने तर राजनीतिक नेतृत्वचाहिँ अनुसन्धानबाहिर परिरहने शृंखलाको अन्त्य आवश्यक छ। अख्तियार विधेयकमा सहमति जुटाउन गठित उपसमितिले गत ४ पुसमा राज्य व्यवस्था तथा सुशासन समितिका सभापति रामहरि खतिवडालाई बुझाएको प्रतिवेदनमा के नीतिगत निर्णय हो र होइन भनेर खुलाएको छ। जसमा कानूनबमोजिम र मन्त्रिपरिषद्ले नै निर्णय गर्नुपर्ने अवस्थामा बाहेक सार्वजनिक खरिद, सम्बन्धमा गरेको कुनै पनि निर्णय नीतिगत निर्णय नहुने भनिएको छ। त्यस्तै, कानूनबमोजिम अन्य अधिकारी वा निकायले निर्णय गर्नुपर्ने विषयमा त्यस्तो अधिकारी वा निकायको अधिकारमा प्रवेश गरी वा अधिकार क्षेत्र नाघी गर को कुनै पनि निर्णय नीतिगत हुनेछैन भनिएको छ। कानूनबमोजिम सर्वसाधारणलाई समान रूपले लागू हुनेमा बाहेक कुनै व्यक्ति वा संस्था विशेषलाई मात्र लाभ, सुविधा वा हित हुने गरी गरेको कुनै पनि निर्णय नीतिगत हुनेछैन भन्ने प्रस्ट पारिएको छ। भ्रष्टाचार निवारण विधेयकमाथि पनि उपसमितिले त्यही दिन प्रतिवेदन बुझाएको थियो, जसलाई संसदले पनि पारित गरेर कानून प्रचलनमा आइसकेको छ। तर, अख्तियार विधेयक भने वेवारिसे बन्नुको कारण प्रधानमन्त्री तथा एमाले अध्यक्ष केपी शर्मा ओली र कांग्रेस सभापति शेरबहादुर देउवाको असहमति नै हो। नीतिगत निर्णयको आडमा अनियमितता मौलाइरहेको तथ्य जगजाहेर छ। मन्त्रिपरिषद् निर्णयका आधारमा हुने अनियमिततामा तुलनात्मक रूपमा राज्यको ठूलो रकम र सम्पत्तिको दोहन भइरहेको छ। सानातिना कैयौँ अनियमिततामा भन्दा मन्त्रिपरिषद्को एउटै अनियमितताबाट राज्यलाई हुने क्षति ठूलो हुन्छ। अनियमितता रोक्ने मुख्य जिम्मेवारी बोकेकाहरू नै भ्रष्टाचारमा जोडिँदा सुशासनको आशालाई कमजोर बनाउँछ।

'सांसदहरूले हेरुन् निर्वाचन क्षेत्रको अनुहार



चेतन अधिकारी

अधिकांश सांसदहरूको विकासबारेको बुझाइ अझै पनि परम्परागत नै छ। विकास भन्नु नै सडक, पुल र भवन मान्ने सनातनी चलनमा क्रमभंगता जरुरी छ। सामाजिक सूचकलाई पनि विकासको आधार मानेर बजेट विनियोजन गर्ने हो भने निर्वाचन क्षेत्रका जनताले उचित लाभ पाउँछन्।

सरकार आगामी आर्थिक वर्षको बजेट निर्माणमा जुटेको छ। संघैजस्तै यस वर्ष पनि कुन सांसदको निर्वाचन क्षेत्रमा कस्ता योजनामा कति बजेट विनियोजन गर्ने भन्ने छलफल र रस्साकस्सी चलिरहेको छ। त्यसका लागि प्रधानमन्त्रीदेखि मन्त्री र सचिवसम्मका कार्यक्षमा विकास र बजेटका योजना मार्गको लस्कर लागेको छ। राष्ट्रिय अर्थतन्त्र साँघुरिइरहेका निर्वाचन क्षेत्रमा विनियोजन हुने बजेटको आकार पनि घट्ने कुरा स्वाभाविक हो। तर बजेट विनियोजन गर्दा कुन निर्वाचन क्षेत्रको प्राथमिकता के हो ? भन्ने माग गर्ने सांसद र विनियोजन गर्ने अर्थ मन्त्रालयका अधिकारीहरूले पनि बुझ्नुपर्छ। नेपालमा तथ्यमा भन्दा पनि पहुँचमा योजना र बजेट विनियोजन गर्ने प्रचलन छ। जसले विकासको आवश्यकता पहिचान र कार्यान्वयनमा केही समस्याहरू देखापरेका छन्।

सांसदहरू निर्वाचन क्षेत्रका मतदाताको मतले विजयी भएर आएका हुन्छन्। मतदाताका वग्रेल्लो माग हुन्छन्। अर्कोतिर निर्वाचनका समयमा उनीहरूले अनेकौँ वाचा गरेका पनि हुन्छन्। भूगोलमा काम गरेका र निर्वाचन जितेर आएका जनप्रतिनिधिहरूका अथाह वाध्यता हुन्छन्। त्यही कारण सांसदहरू योजनाका लम्बेतान फेहरिस्त बोकेर मन्त्रालयका चोटाकोठा धाइरहेका छन्। सिदवारमा लाग्ने 'बजेट मेला' मा मतदाता, स्थानीय तहका जनप्रतिनिधि, प्रदेशका मुख्यमन्त्री, मन्त्री र सांसद तथा संघीय सांसद र मन्त्रीहरू पनि आफ्नो मन्त्रालय छोडेर उनै मतदाता बोकेर अर्को मन्त्रालय धाइरहेका भेटिन्छन्। बजेटको माग गर्दै हिँडेका सांसद तथा जनप्रतिनिधिलाई आफ्नो निर्वाचन क्षेत्रको आवश्यकता के हो ? निर्वाचन क्षेत्रमा शिक्षा, स्वास्थ्य, खानेपानी, शौचालय, आवासलगायत सुविधाको के कस्तो पहुँच छ ? निर्वाचन क्षेत्रमा कस्ता-कस्ता जातजाति, उमेर समूह र आर्थिक अवस्था भएका मानिसहरूको बसोबास छ भन्ने कुराको जानकारी होला कि नहोला ? यदि छैन भने उनीहरूले बनाउने योजना र लैजाने बजेटले निर्वाचन क्षेत्रलाई नै न्याय गर्न सक्दैन। राष्ट्रिय जनगणना २०७८ ले निर्वाचन क्षेत्रको जनसांख्यिक र सामाजिक सूचकका विषयमा केही नयाँ तथ्यहरू उजागर गरेको छ। तीमध्ये केही निर्वाचन क्षेत्रका सूचकहरूको चर्चा गरौँ।

रौतहट नेपालको कमजोर साक्षरता दर भएको जिल्ला हो। यस जिल्लाको क्षेत्र नं २ र ३ मा सबैभन्दा कमजोर साक्षरता छ। नेपालको औसत साक्षरता दर ७६.३ प्रतिशत हुँदा क्षेत्र नं २ को साक्षरता ५२.४ प्रतिशत छ। जहाँ महिला साक्षरता त ४५.५ प्रतिशत मात्र छ। क्षेत्र नं. ३ मा पनि साक्षरता दर ५७.८ प्रतिशत मात्र छ। त्यहाँ पनि महिला साक्षरता ४५.५ प्रतिशत छ। राष्ट्रिय औसतभन्दा करिब २५ प्रतिशत कमजोर रहेको रौतहट निर्वाचन क्षेत्र नं २ मा शैक्षिक

कार्यक्रम र त्यससँग जोडिएका अन्य सूचक लागि बजेट माग गर्नु उपयुक्त हुन्छ। गाउँघरबाट बालबालिकाहरू किन विद्यालय पठाइएका छैनन् ? त्यस क्षेत्रका सांसदले यी कुराको विवरण खोज्नुपर्छ। जस्तै, घरबाट विद्यालय टाढा भएर हो कि ? वाटो पर्ने खोलामा पुल नभएर हो कि ? खानेकुराको अभावमा विद्यालय जान नसकेर हो कि ? बाबुआमा ज्यला मजदुरी गर्न जाने भएकाले समयमा खाना नदिएर हो कि ? पढाइ हुने भाषा नबुझेर विद्यालय जान रुचि नगरेका हुन् कि ? विद्यालयमा खाजा नपाएर हो कि ? शौचालय, खानेपानी, कक्षाकोठा नभएर हो कि ? शिक्षकको यातनाले हो कि ? बाबुआमाले छोरा छोरीलाई पढाइभन्दा घरेलु काममा लगाएर हो कि ? के कारणले साक्षरता दर कमजोर भएको हो त ? जब कुनै निर्वाचन क्षेत्रको साक्षरता दर कमजोर हुन्छ स्वतः त्यो क्षेत्रका सबै सूचकहरू पछि पर्छन्। त्यसैले सांसदले उल्लेखित विषयका तथ्यांक अद्यावधिक गरेर बजेट माग गर्ने हो भने अर्थ मन्त्रालयलाई यस्ता माग पत्साउन मुस्किल पर्दछ। हाम्रा अधिकांश सांसदहरूको विकासबारेको बुझाइ अझै पनि परम्परागत नै छ। विकास भन्नु नै सडक, पुल र भवन मान्ने सनातनी चलनमा क्रमभंगता जरुरी छ। सामाजिक सूचकलाई पनि विकासको आधार मानेर बजेट विनियोजन गर्ने हो भने निर्वाचन क्षेत्रका जनताले उचित लाभ पाउँछन्। केही दिन पहिले लुम्बिनी प्रदेशको अर्घाखाँची जिल्ला हुँदै यात्रा गर्ने अवसर मिल्यो। पहाडी जिल्लामा पनि प्रायः सडक सबैतिर पुगेको छ। तर यस जिल्लाको सडक सञ्जाल हेर्दा अचम्म लाग्दो छ। आखाले भ्याएसम्म नागबेली सडकहरू देखिँदा रहेछन्। समथर पहाडले बनेको यो जिल्लाका धेरै सडक कालोपत्र छन्। सडक बनेकामा यहाँका बासिन्दाले पूर्वमन्त्री एवं यस जिल्लाका सांसद ( निलाम्बत) टोपबहादुर रायमाझीलाई सम्झँदा रहेछन्। सडक सडक देखेपछि मैले सन्धिखर्कको ओरालो लाग्दै गर्दा एक जना वृद्धलाई सोधें 'यति धेरै सडक तपाईंहरूलाई किन चाहियो ?' वृद्धले व्यंग्यात्मक शैलीमा भने 'बसाइँ हिँड्न' ती वृद्धले भनेको कुरा अर्घाखाँचीलगायतका पहाडी जिल्लामा मेल पनि खान्छ। भाष्य बसाइँसराइकै कारण यस जिल्लाको जनसंख्या वृद्धिदर -१.०५ प्रतिशतका दरले वार्षिक घटिरहेको छ। पातला तर सुन्दर सफा देखिने अर्घाखाँचीका बस्तीमा कालोपत्र सडकसँगैका घरहरू रिता भेटिए। गुल्मीको सिमानामा रहेको अर्घाखाँचीको छत्रेदेउराली गाउँपालिकामा सख्खरको व्यापार गर्ने एक युवाका अनुसार सडक हैन यहाँ अब मानिसलाई सानातिना भए पनि रोजगारीका कार्यक्रम आवश्यक छ। मुख्यमन्त्री चेतनारायण आचार्यको समेत निर्वाचन क्षेत्र रहेको यो जिल्लाको आवश्यकता भनेको ठूलो संख्यामा भइरहेको बसाइँसराइ रोक्ने कार्यक्रम र बजेट हो।

जनसांख्यिक हिसाबले पनि निर्वाचन क्षेत्रमा एकरूपता छैन। सबैभन्दा बढी जनसंख्या भएको निर्वाचन क्षेत्र काठमाडौँ-२ हो। यहाँको जनसंख्या २ लाख ६८ हजार १६९ छ। त्यसपछि क्रमशः रूपन्देही-२, भक्तपुर-२, चितवन-२, सुनसरी-२, ललितपुर-३, बर्दिया-१, सुर्खेत-२ र बैतडी छन्। सबैभन्दा कम जनसंख्या भएको निर्वाचन क्षेत्र मनाङ हो। जहाँको जनसंख्या ५ हजार ६ सय ५८ छ। त्यसपछि मुस्ताङ, डोल्पा, रसुवा र हुम्ला हुन्। यी सबै जिल्लामा एउटा मात्र निर्वाचन क्षेत्र छ। नेपालको जनसंख्यामा पुरुषको तुलनामा महिलाको संख्या बढी देखिन्छ। तर तराई र केही सहरी क्षेत्रका निर्वाचन क्षेत्रमा पुरुषको जनसंख्या बढी भएर लैगिक अनुपात पनि १०० भन्दा माथि छ। यसमा मनाङ र मुस्ताङको क्रमशः १२९.४ र १२९.७ प्रतिशत छ। काठमाडौँ-१ को लैगिक अनुपात ११४.९ प्रतिशत छ। पर्सा, बारा, काठमाडौँ-१०, रसुवा र सर्लाही-४ उच्च लैगिक अनुपात भएका जिल्लाहरू हुन्। यसको अर्थ यी निर्वाचन क्षेत्रहरूमा तुलनात्मक रूपमा

रोजगारीको प्रबन्ध राम्रो छ। युवाहरूले रोजगारी गाउँमै पाएर नै गाउँमा अडिएका छन् भन्ने सन्देश हो। यो तथ्यांकका आधारमा यी निर्वाचन क्षेत्रका सांसदले बजेटमा रोजगारी र युवा लक्षित कार्यक्रमलाई प्राथमिकतामा राखेर माग गर्नु उपयुक्त हुन्छ। अर्कोतिर पहाडी क्षेत्रका प्युठान (८९.४), गुल्मी १ (८२.८) पाल्पा-१ (८३.३), अर्घाखाँची (८३.७), गुल्मी-२ (८३.८) आदि न्यून लैगिक अनुपात भएका निर्वाचन क्षेत्रहरू हुन्। सायदै यी निर्वाचन क्षेत्रका युवाहरू वैदेशिक रोजगारीमा ठूलो संख्यामा होलान्। ती निर्वाचन क्षेत्रका सांसदहरूले युवालाई गाउँमै अड्याउने कार्यक्रम माग गर्दा सान्दर्भिक हुन्छ। नेपाल सांस्कृतिक रूपमा संयुक्त परिवार प्रणालीमा बस्ने समाज भए पनि त्यो संस्कार क्रमशः खण्डित भइरहेको छ। राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार करिब ६० प्रतिशत जनसंख्या एकल परिवारमा बस्छन्। निर्वाचन क्षेत्रगत रूपमा हेर्दा हिमालका तीन जिल्लामा यो दर निकै उच्च छ। दोलखा जिल्लाका तीन चौथाइभन्दा बढी (७५.४ प्रतिशत) मानिस एकल परिवारमा बस्छन्। सिन्धुपाल्चोक र सोलुखुम्बुमा ७०.९ र ७०.४ प्रतिशत जनसंख्या एकल परिवारमा बस्छन्।

सांसदहरूले सामाजिक सुरक्षाका कार्यक्रम प्रस्ताव गर्दा आफ्नो निर्वाचन क्षेत्रको जनसंख्याका विविध विशेषताहरूलाई पनि ध्यान दिनुपर्छ। जस्तै, निर्वाचन क्षेत्रमा आश्रित जनसंख्याको अवस्था, एकल र विधवा महिलाको जनसंख्या, बालविवाहको अवस्था आदिका बारेमा पनि जानकारी लिएर योजना र बजेटको माग गर्नुपर्दछ। सबैभन्दा बृद्ध जनसंख्या भएको निर्वाचन क्षेत्र स्याङ्जा-१, गोरखा-१ र धादिङ-१ हो। यी निर्वाचन क्षेत्रको कुल जनसंख्यामा क्रमशः १९.२, १९.० र १८.२ प्रतिशत ६० वर्षभन्दा माथिको छ। जबकि मुलुकमा कुल जनसंख्याको ९.६ प्रतिशत जनसंख्या वृद्धहरूको छ। यी निर्वाचन क्षेत्रलाई बुढ्यौली लागिसकेको देखिन्छ। यी क्षेत्रका सांसदले ज्येष्ठ नागरिकको हेरचाहका कार्यक्रमलाई उच्च प्राथमिकतामा राख्नुपर्ने देखिन्छ। युवा उमेरको जनसंख्या सबैभन्दा बढी भएको निर्वाचन क्षेत्र काठमाडौँ-१ हो। जहाँ १६-२४ वर्ष उमेर समूहको जनसंख्या २२.७ प्रतिशत छ। काठमाडौँका क्षेत्र नं २ र ६ मा पनि यही उमेर समूहको बाहुल्य देखिन्छ। सामाजिक विकृतिको रूपमा रहेको बालविवाह मधेश प्रदेशको राजधानी धनुषा जिल्लामा उच्च देखिन्छ। यस जिल्लाको निर्वाचन क्षेत्र २, १ र कर्णाली प्रदेशको राजधानी भएको जिल्ला सुर्खेत-१ मा बालविवाह दर उच्च छ। यी क्षेत्रका विवाहित जनसंख्यामध्ये क्रमशः २९.३, २७.५ र २६.४ प्रतिशत जनसंख्याले बालविवाह गरेको छ।

जनगणनामा आफ्नै घरमा बसोबास गर्ने परिवारको अनुपातमा डेरामा बस्नेहरूको अवस्थाको पनि विश्लेषण गरिएको छ। काठमाडौँका नौवटा निर्वाचन क्षेत्र र ललितपुर-३ मा डेरवासीको जनसंख्या उच्च छ। नेपालका कुल परिवारमध्ये १२.८ प्रतिशत भाडामा बस्छन्। तर काठमाडौँ-१ मा ६२ प्रतिशत परिवार भाडामा बस्ने गरेका छन्। काठमाडौँ-६ मा ६०.६ प्रतिशत परिवार भाडामा बस्ने गरेका छन्। मधेश प्रदेशको रौतहट-२ मा सबैभन्दा कम ०.२७ प्रतिशत परिवार भाडामा बसेको देखिन्छ।

खानेपानीको सवालमा तराइभन्दा हिमाली क्षेत्रमा धाराको पानीको सुविधा बढी विस्तार भएको देखिन्छ। जस्तै, एउटै मात्र निर्वाचन क्षेत्र भएका मनाङ, ताप्लेजुङ, सोलुखुम्बु, रसुवा र दार्चुलामा सर्वाधिक जनसंख्याले खानेपानीको सुविधा पाएका छन्। जसमा मनाङ र ताप्लेजुङमा क्रमशः ९८.२ र ९६.५ प्रतिशत परिवारले धाराको पानीबाट खानेपानी सुविधा पाएका छन्।

डिलाशैनी सा.ब.उ समुह जोरायल २ डोटीको सन्देश मुलक सुचना

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं। अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं। सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगावै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङगरहरू हटाऔं । बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, खोटो संकलनमा ध्यान दिऔं पोथा र साना बोटमा खोपी नलगाऔं ।

ज्लावान छहरा सुनलेख सा.ब.उ समुह जोरायल १ डोटीको सन्देशसुचना

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं। अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं। सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगावै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङगरहरू हटाऔं । बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, खोटो संकलनमा ध्यान दिऔं पोथा र साना बोटमा खोपी नलगाऔं ।

तिमुली सा.ब.उ समुह जोरायल गा.प १ डोटीको सन्देश सुचना

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं। अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं। सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगावै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङगरहरू हटाऔं । बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, खोटो संकलनमा ध्यान दिऔं पोथा र साना बोटमा खोपी नलगाऔं ।

# अध्ययनमै बित्यो चार वर्ष फस्फोराइटको मात्रा घट्यो

## अमरगढी पोष्ट समाचार

**बैतडी, वैशाख ३० गते ।** कृषि मल उद्योग सञ्चालन गर्न बैतडीमा चार वर्षअघि नै खानी तथा भूगर्भ विभागका विज्ञले फस्फोराइट पत्ता लगाए पनि परिमाणको विषय यकिन नहुँदा बर्सेनि अध्ययन तथा अनुसन्धानमै बजेट र समय खर्च भइरहेको छ ।



तीन वर्षअघि १६ प्रतिशत भनिएकोमा गत वर्ष तीन/चार प्रतिशत मात्रै फस्फोराइट भएको तथ्य उजागर भएपछि खानी सञ्चालनमा अलमल सिर्जना भएको हो । जिल्लाको दोगडाकेदार गाउँपालिका-७ र ३, बसौरा र पुर्चौडी नगरपालिका-६, साउनगाउँमा फस्फोराइट खानी रहेको छ । दोगडाकेदारको बसौराबाट पुर्चौडीको साउनगाउँसम्म करिब ४० किलोमिटरभन्दा लामो दुरीसम्मको क्षेत्रमा खानी फैलिएको छ ।

विज्ञ टोलीले यसअघि दोगडाकेदारतर्फको खानीमा तीन वर्षअघि ड्रिल गरेर अध्ययन भएको थियो । बरिष्ठ भूगर्भविद् कुमार खड्कासहित १५ जनाको टोलीले ५५ दिनसम्म ड्रिल (प्वाल पार्ने काम) गरेर १६ प्रतिशत फस्फोराइट फेला परेको जानकारी दिइएको थियो । गत वर्ष पुनः अध्ययन गर्दा तीन/चार प्रतिशत मात्रै फस्फोर इट भेटिएपछि उत्खननका लागि निजी क्षेत्रका कुनै पनि कम्पनीले चासो देखाएनन् । खानी तथा भूगर्भ विभागका सूचना अधिकारी नारायण बाँस्कोटाका अनुसार फस्फोर इटको परिमाण घट्दा नजी क्षेत्रका कम्पनीसँग प्रस्तावना आत्वन गरिए पनि कसैले पेस नगरेको बताउनुभयो ।

उहाँले यस वर्ष खानीको थप अध्ययन हुने बताउनुभयो । नेपालमै कृषि मलको सम्भावना अध्ययन गर्न खानी तथा भूगर्भ विभागको टोलीले फस्फोराइट खानीमा ५० मिटर गहिरो प्वाल पारेर विस्तृत अध्ययन गर्न ५५ लाख रुपियाँ खर्च गरेको थियो । गत वर्ष पनि अध्ययनमा पाँच लाख रुपियाँ खर्च भएको पाइएको छ । चालु आवमा पनि खानीको विस्तृत अध्ययन गर्न आवश्यक बजेट रहेको खानी तथा भूगर्भ विभागका सूचना अधिकारी बाँस्कोटाले जानकारी दिनुभयो । उहाँले विभागबाट फस्फोराइट पत्ता

लगाउने काम भए पनि परिमाण घट्बढ भइरहेँदा निजी क्षेत्रका कम्पनी लगानी गर्न उत्साहित नभएको बताउनुभयो । बैतडीमा फस्फोराइट खानीबाहेक फलाम खानी, चुनदुङ्गा खानी, शिलाजित खानी, स्लेट खानी र खल बनाउन प्रयोग हुने दुङ्गाको खानी, सिल्वर लगायत आठभन्दा बढी खानी रहेका छन् ।

आइएमी समूहले बैतडीका चुनदुङ्गा उत्खनन गरेर सिमेन्ट उद्योग सञ्चालनको तयारी गरिरहेको छ । दोगडाकेदार गाउँपालिकामा चुनदुङ्गा र फस्फोराइट खानी, दशरथचन्द्र नगरपालिकाको ग्वाल्लेकमा सिसा र मौरा भिरमा शिलाजित खानी रहेका छन् । पुर्चौडी नगरपालिकाको मल्लादेहीको कालीदुङ्गा क्षेत्रमा ३५ वर्षअघि स्थानीयले उत्खनन गरेर फलाम निकालेका चार सयभन्दा बढी खाडल अहिले पनि देख्न सकिन्छ । द्रुत कालमा फलाम खानी बन्द भएपछि ती खाडलमा अहिले स्थानीयले फोहोर र मरेका पशुचौपाया फाल्ने गरेका छन् ।

त्यसै गरी सिगास गाउँपालिका-१ को सुगरखालमा फलाम खानी र नजिकै खरकेउडागाउँमा खरीदुङ्गा र स्लेट खानी रहेको छ । डिलासैनी गाउँपालिकालाई छोएर बग्ने चमेलिया नदी किनारमा युरेनियम र सुनको सम्भावना, शिवनाथ गाउँपालिकामा कुटानी पिसानीमा प्रयोग हुने घट्ट, जाँतो र खल बनाउने दुङ्गा खानी भए पनि उद्योग सञ्चालन हुन सकेको छैन ।

पाटन नगरपालिका-१, गुल्मी र गुराँसेको खोलामा पहुँलो रङ्गको खनिज पानीमा बग्ने गरेको पाइएको छ । स्थानीयले सो खनिज काठमाडौँ लगेर परीक्षण गर्दा ८५ प्रतिशत सिल्वर र हेको प्रारम्भिक जानकारी आएको वडाध्यक्ष तर्कसिंह ठगुन्नाले बताउनुभयो ।

## शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइ डडेल्धुरा

**शिक्षा हाम्रै अधिकार, विद्यालय जानु हाम्रो कर्तव्य ।**

**शिक्षा बिना विकास असम्भव छ । हरेक बालबालिकालाई गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्नु हाम्रो साझा दायित्व हो ।**

**छोराछोरी दुबैलाई समान अवसर दिनुहोस् । समयमै विद्यालयमा भर्ना गरौं, शिक्षित समाज निर्माणमा हातेमालो गरौं ।**

**विद्यालय जान पाउनु हरेक बालबालिकाको अधिकार हो – यसलाई सुनिश्चित गरौं ।**

## जन सा.ब.उ समुह जोरायल ३ गडाखर्क डोटीको सन्देश मुलक सुचना

**बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो ।**

**बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बातावरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं ।**

**अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं ।**

**सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगाबै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरु पतिङ्गरहरु हटाऔं ।**

**बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, खोटो संकलनमा ध्यान दिऔं पोथा र साना बोटमा खोपी नलगाऔं ।**

## डढेलोबाट बचौं र बचाऔं ।

- सलाई, लाईटरजस्ता प्रज्वलनशील वस्तु बालबालिकाले भेट्ने ठाउँमा नराखौं,
- जंगलमा सलाई तथा लाईटरको प्रयोग नगरौं र गर्ने पर्ने भए सावधानीपूर्वक प्रयोग गरी राम्रोसँग निभाऔं,
- सानो असावधानीले जंगलमात्र होईन आसपासका बस्तीसमेत उजाड हुन सक्छन्,
- जन, धन र वनको संरक्षण गरौं,

सचेत बनौं, डढेलोबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।

## कफलकटे साब.उ समुह जोरायल २ डोटीको सुचना

### डढेलोबाट बचौं र बचाऔं ।

- सलाई, लाईटरजस्ता प्रज्वलनशील वस्तु बालबालिकाले भेट्ने ठाउँमा नराखौं,
- जंगलमा सलाई तथा लाईटरको प्रयोग नगरौं र गर्ने पर्ने भए सावधानीपूर्वक प्रयोग गरी राम्रोसँग निभाऔं,
- सानो असावधानीले जंगलमात्र होईन आसपासका बस्तीसमेत उजाड हुन सक्छन्,
- जन, धन र वनको संरक्षण गरौं,

सचेत बनौं, डढेलोबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।

## गन्यापधुरा गाउपालिका डडेल्धुरा

### डढेलोबाट बचौं र बचाऔं ।

- सलाई, लाईटरजस्ता प्रज्वलनशील वस्तु बालबालिकाले भेट्ने ठाउँमा नराखौं,
- जंगलमा सलाई तथा लाईटरको प्रयोग नगरौं र गर्ने पर्ने भए सावधानीपूर्वक प्रयोग गरी राम्रोसँग निभाऔं,
- सानो असावधानीले जंगलमात्र होईन आसपासका बस्तीसमेत उजाड हुन सक्छन्,
- जन, धन र वनको संरक्षण गरौं,

सचेत बनौं, डढेलोबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।

## जोशीपुर गाउपालिका कैलाली

### डढेलोबाट बचौं र बचाऔं ।

- सलाई, लाईटरजस्ता प्रज्वलनशील वस्तु बालबालिकाले भेट्ने ठाउँमा नराखौं,
- जंगलमा सलाई तथा लाईटरको प्रयोग नगरौं र गर्ने पर्ने भए सावधानीपूर्वक प्रयोग गरी राम्रोसँग निभाऔं,
- सानो असावधानीले जंगलमात्र होईन आसपासका बस्तीसमेत उजाड हुन सक्छन्,
- जन, धन र वनको संरक्षण गरौं,

सचेत बनौं, डढेलोबाट आफू पनि बचौं र अरुलाई पनि बचाऔं ।

## बेलौरी नगरपालिका कञ्चनपुर

### शिखर नगरपालिकाको अनुरोध

- ❖ व्यक्तिगत घटना दर्ता समयमै गरौं ।
- ❖ कर तिर्ौं ।
- ❖ कुनै पनि निजी तथा सार्वजनिक संरचना निर्माण गर्दा नगरपालिकाबाट नक्सा पास र अनुमति पत्र लिएर मात्र गरौं ।
- ❖ सामाजिक सुरक्षा भत्ता पाउने व्यक्तिहरुले नाम दर्ता र अद्यावधिक समयमै गरौं ।
- ❖ कुहिने र नकुहिने फोहोर घरबाटै छुट्याएर सुरक्षित रूपमा विसर्जन गर्ने बानी बसालौं ।
- ❖ प्लास्टिकजन्य वस्तुहरुको प्रयोग घटाऔं ।



**शिखर नगरपालिका**

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय तलकोट, डोटी

**नबदुर्गा सा.ब.उ समुह जोरायल गा.प.२ डोटीको सुचना**

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं।  
अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं।  
सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगाबै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङ्गरहरू हटाऔं । बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, र बन्यजन्तुलाई पनि बचाई असल नागरिकको दायित्व बहन गरौं । अध्यक्ष

**बारपाखे सा.ब.उ समुह जोरायल १ डोटीको सुचना**

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं।  
अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं।  
सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगाबै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङ्गरहरू हटाऔं । बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, र बन्यजन्तुलाई पनि बचाई असल नागरिकको दायित्व बहन गरौं । अध्यक्ष

**कफलडा रानीबन सा.ब.उ समुह जोरायल गा.प.१ डोटीको सुचना**

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं।  
अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं।  
सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगाबै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङ्गरहरू हटाऔं । बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, र बन्यजन्तुलाई पनि बचाई असल नागरिकको दायित्व बहन गरौं । अध्यक्ष

**घण्टेश्वर सा.ब.उ समुह जोरायल गा.प.१ डोटीको सुचना**

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं।  
अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं।  
सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगाबै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङ्गरहरू हटाऔं । बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, र बन्यजन्तुलाई पनि बचाई असल नागरिकको दायित्व बहन गरौं । अध्यक्ष

**रक्तदान गरौं, जीवन बचाऔं ।**

१. रक्तदान दानमध्ये सबैभन्दा ठूलो दान अर्थात जीवन दान हो ।
२. तपाईं हामीले दिएको एक युनिट रगतले ३ जनासम्मको ज्यान बच्न सक्दछ ।
३. हरेक स्वस्थ व्यक्तिले ३-३ महिनामा रक्तदान गर्न मिल्दछ ।
४. १८ वर्षदेखि ६५ वर्षको उमेरसम्म रक्तदान गर्न सकिन्छ ।
५. रगतको अन्य विकल्प नभएकोले रक्तदान नै एक मात्र उपाय हो ।
६. रक्तदानमा कुनै धर्म र जात हुँदैन ।
७. आफूले पनि रक्तदान गरौं, अरुलाई पनि रक्तदान गर्न प्रेरित गरौं ।



सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकार  
आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्रालय  
धनगढी, कैलाली

**सिद्धनाथ सा.ब.उ समुह जोरायल १ डोटीको सन्देश मुलक सुचना**

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं।  
अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं। सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगाबै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङ्गरहरू हटाऔं ।  
बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, र बन्यजन्तुलाई पनि बचाई असल नागरिकको दायित्व बहन गरौं ।

**रानीपोखरी सा.ब.उ समुह जोरायल २ डोटी**

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं।  
अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं। सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगाबै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङ्गरहरू हटाऔं ।  
बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, र बन्यजन्तुलाई पनि बचाई असल नागरिकको दायित्व बहन गरौं ।

**छहरा सा.ब.उ समुह जोरायल २ डोटीको सन्देश मुलक सुचना**

बन जंगलमा चोरी सिकारी नगरौं कानुनले बर्जित गरेका कुनै पनि काम गर्नु अपराध हो । बृक्षारोपण गरौं, बन संरक्षण गरौं बाताबरण स्वच्छ र सफा राखौं, बन लाई डढेलोबाट बचाउ, जैबिक विविधताको संरक्षण गरौं।  
अग्नी नियन्त्रणमा उपयोगी औजारको प्रयोग गरौं। सुख्खा सिजन सुरु हुनुभन्दा आगाबै बन वारपारको बाटोमा सुकेका पातहरू पतिङ्गरहरू हटाऔं । बन क्षेत्रको संरक्षणमा जुटौं, हामी पनि बाचौं, र बन्यजन्तुलाई पनि बचाई असल नागरिकको दायित्व बहन गरौं ।



नाम दर्ता गरी दुक्क हुनुहोस् !

पाचन प्रणाली रोग तथा कलेजो प्रत्यारोपण विशेषज्ञ निसर्ग हस्पिटल धनगढीमा

सबै खाले पेट, कलेजो  
अनि पाचन प्रणाली सम्बन्धि  
समस्याहरू

- खाना नपच्ने, ज्यास्ट्राइटिस, पखाला
- कब्जियत, जन्डिस, अपच, भोक नलाग्ने
- बारम्बार बान्ता र वाकवाकी लाग्ने
- छाती दुख्ने र जलन हुने, निलन गाह्रो हुने
- पेट देख्ने, पेट फुल्ने, एसिड रिफ्लक्स, तौल घट्ने
- दिसा र बान्तामा रगत बग्ने, रगतको कमि हुने

**डा. शेखर पौडेल**

MBBS, MD (PGIMER, Chandigarh)  
DM Gastroenterology (AIIMS, New Delhi)  
Fellowship in Liver Transplant Hepatology  
NMC No. 11983

