हामी जे देख्छौं, त्यही लेख्छौं

रेखदेख

www.rekhadekh.com

प्रेस काउन्सिल नेपालद्वारा 'ख' मा बर्गिकृत

साप्ताहिक

रेखदेख

पत्रिकाको ग्राहक बन्नु परेमा
सूचना तथा विज्ञापन छपाई गर्नु परेमा
पत्रिका नियमित नआएमा
समाचार तथा विचार छपाई गर्नु परेमा
सम्पर्कको लागि :

९८५१२३६७१३,९८४७८७६७१३
Email-info@rekhadekh.com

वर्ष ५ अंक ३८ रुकुम २०७६ भदौ १६ सोमबार 2 September 2019 Monday बार्षिक शुल्क १०००। पृष्ठ ६

समाजवादी पार्टीको नयाँ कार्यभार

बैकल्पिक राजनीतिक शक्तिको रुपमा उदयीमान समाजवादी पार्टी रुकुम पश्चिमले एक दशकभित्रै समाजवादी पार्टीले नेतृत्व ,,।

२

जनताको घरमै सेवा पुगेको छ

संघीय संरचना अनुसार नेपालमा तीन तहका सर कार सञ्चालनमा रहेका छन्। स्थानीय, प्रदेश र संघीय सरकारले सेवा प्रवाह गरिरहेका छन्।

४

बढी माया गरेको डिभोर्स

पत्यारै नलाग्ने यो घटना युएइको हो । ती महिलाले आफ्नो लोग्नेसँग डिभोर्स माग्दा यस्तो कारण उल्लेख गरेकी छिन् कि त्यो सुन्दैमा अनौठो लाग्दछ ।

६

भेरी नदिसँगै बग्यो बस्ती !

रेखदेख संवाददाता
रुकुम

आठविसकोट नगरपालिका ६ का ३५ वर्षिय विष्णु बोहराको खानलाई गासँ र बस्नलाई बास छैन। गत साउन १५ गते भेरी नदिमा आएको बाढीले घरसँगैको बारी र भाडाकुडा, लत्ताकपडा सबै बगाएपछि उनीलाई खान, लगाउन र बस्नको समस्या भएको हो।

भेरी नदिले घर बगाएपछि उनी आठविसकोट नगरपालिकाको -९ राडिबजारमा आफन्तको घरमा बस्दै आएकी छिन्। उनीलाई दुई छोरीको पालन पोषण र शिक्षा दिक्षा कसरी गर्ने भन्ने चिन्ताले समेत सताउने गरेको बताएकी छिन्।

श्रीमानको मृत्युपछि बेसाहारा बनेकी उनीलाई बाढीले थप बेसाहरा बनाएको छ। ५ वर्षअघि उनको श्रीमानको मृत्यु भएको थियो । आठविसकोट-६ मनकाबगरकै बीरबहादुर बोहरालाई समेत खान बस्नको समस्या छ। उनी पनि आफन्तको घरमा बस्दै आएका छन्। विष्णु र विरबहादुर मात्रै होईन् मनकाबगरका १३ घरपरिवार वाढी बगाएको हो। साउन १५ गते ३ वटा र २९ गते १० वटा घर बगाएपछि उनीहरुलाई कहाँ बस्ने, के खाने भन्ने समस्याले सताएको वाढी पीडित कालीबहादुर बोहराले बताए। उनले भने, 'भेरी नदिमा आएको वाढीले घरबारी सबै बगायो, बस्न खानेको समस्या भएको उनले जनाए।' वाढी पीडितहरु अहिले आफन्तको घरमा बस्दै आएको स्थानीयले बताएका छन्।

मनकाबगरमा जम्मा ५२ घर थिए। जसमध्ये १३ घर बाढीले बगाएको छ। भने बाँकी ३९ घर बाढीको उच्च जोखीम रहेको स्थानीयले बताएका छन्। अघिल्लो वर्ष ठूलीभेरीले सोही नगरपालिका-४ का आधा दर्जन बढी घर बगाएको थियो। जाजरकोट-सडक खण्ड निर्माणको क्रममा झरेका ढुङ्गा र माटोका कारण ठूलीभेरीले बहाब परिवर्तन गरेर बस्ती कटान गर्न थालेको आठविसकोट नगरपालिकाले जनाएको छ।

अघिल्लो वर्ष कटान गरिएको क्षेत्रमा संघीय, प्रदेश र आठबीसकोट सरकारले झण्डै २ करोड बराबरको तारजाली लगाएको थियो । आठबीसकोट नगरपालिका उप प्रमुख गीता नेपालीले भनिन, अघिल्लो वर्षको तुलनामा हालसम्म कम क्षति भएको छ। थप क्षति नहोस् र जोखिममा रहेका बस्तीलाई जोगाउनका लागि हामी तयारै छौं,' उपप्रमुख नेपालीले भनिन, 'नगर पालिकाका साथै नगर प्रहरी, जनपथ लगायतको सुरक्षाकर्मी पनि तयारी अवस्थामा रहेको छन्।' आपतकालीन अवस्थाका लागि नगरपालिकामा एक हजार थान जाली र खाद्यान्न सामग्री तयारी अवस्थामा राखिएको छ। ६, ४, १२, १३ र ११ वडामा पहिरोको बढी जोखिम बढेको छ। केही दिन अघि १३ नम्बर वडामा एक महिलाको पहिरोले बगाएर मृत्यु भएको थियो भने केही घर बगेका थियो।

रेडक्रसको राहत

आठविसकोट नगरपालिका-६ मनकाबगरका बाढी पीडित परिवारलाई राहत सामाग्री वितरण गरिएको छ। वाढी पीडित १३ घरपरिवारलाई राहत सामाग्री वितरण गरिएको हो। नेपाल रेडक्रस सोसाईटी जिल्ला शाखा रुकुम पश्चिमले मंगलबार वाढी पीडित ९ घरपरिवारलाई भाडाकुडा र लत्ताकपडा वितरण गरेको नेपाल रेडक्रस सोसाईटी जिल्ला शाखाका मन्त्री टेकबहादुर खड्काले बताएका छन्। उनले भने, 'राहत सामाग्री अर्न्तगत त्रिपाल, भाडाकुडा, लत्ताकपडा वितरण गरिएको हो।' यस वर्ष बर्षातका कारण धेरै परिवारलाई राहत वितरण गरिएको नेपाल रेडक्रस जिल्ला शाखाका कोषाध्यक्ष यज्ञबहादुर खत्रीले बताए। उनले भने, 'झण्डै १ सय परिवारलाई राहत सामाग्री वितरण गरिएको छ।'

घरजग्गा रजिष्ट्रेशन बापत दुई करोड राजश्व

क्र.स.	स्थानीय	राजश्व संकलन
१.	मुसीकोट नगरपालिका	रु.५६,१८,२१४।
२.	आठविसकोट नगरपालिका	रु.४४,१७,६४०।
३.	चौरजहारी नगरपालिका	रु. ७४६७,१५२।
४.	बाँफीकोट गाउँपालिका	रु.१८,२७,९६९।
५.	सानीभेरी गाउँपलिका	रु.१४,४७,९१७।
६	त्रिवेणी गाउँपालिका	रु.२०,७९,१६६
जम्मा		रु.२,२८,५८,०५८।

रेखदेख संवाददाता
मुसीकोट

रुकुम पश्चिममा घर जग्गा रजिष्ट्रेशन बापत दुई करोड राजश्व संकलन भएको छ। जिल्लाका ६ स्थानीय तहहरुबाट घर जग्गा रजिष्ट्रेशन बापत आर्थिक वर्ष २०७५/०७६ मा २ करोड २८, लाख ५८ हजार ५८ रुपैयाँ संकलन भएको जिल्ला मालपोत कार्यालय रुकुम पश्चिम ले जानकारी दिएको छ।

६ वटै स्थानीय तह मध्ये सबैभन्दा बढी चौरजहारी नगरपालिकामाबढी राजश्व संकलन भएको हो।

गत आर्थिक वर्षमा चौरजहारी नगरपालिकाले रु.७४ लाख ६७ हजार १ सय ५२ बढी राजस्व संकलन गरेको छ। सदरमुकाम स्थित मुसीकोट नगरपालिकामा भने घरजग्गा कारोबार घटेको छ। मुसीकोट नगरपालिकामा रु. ५६ लाख १८ हजार २ सय १४ रुपैयाँ राजश्व संकलन भएको हो।

'घरजग्गा किनबेच भएकै आधारमा रजिष्ट्रेशन पास शुल्क स्थानीय तहमा वितरण हुने गरेको जिल्ला मालपोत कार्यालयका निमित्त मालपोत अधिकृत ओमप्रकाश खत्रीले जानकारी दिएका छन्। नगरपालिकामा घरजग्गा किन्नेले ४ प्रतिशत रजिष्ट्रेशन पास शुल्क तिर्नुपर्छ भने गाउँपालिकामा घरजग्गा किन्नेले २ प्रतिशत रजिष्ट्रेशन पास शुल्क तिर्नुपर्ने व्यवस्था रहेको छ।

रुकुम पश्चिमका तीन गाउँपालिका मध्ये त्रिवेणी गाउँपालिकामा सबैभन्दा बढी घरजग्गा किनबेच भएको छ। जसबाट रु. २० लाख ७९ हजार १ सय ६६ रुपैयाँ संकलन गरेको छ। भने सबै भन्दा कम सानीभेरी गाउँपालिकामा रहेको छ।

सानीभेरी गाउँपालिकाले १४ लाख ४७ हजार ९ सय १७ रुपैयाँ राजश्व संकलन गरेको थियो। घर जग्गा रजिष्ट्रेशन पास शुल्क वापत कर्णाली प्रदेशमा ८४ लाख ८९ हजार ३३ रुपैयाँ गएको मालपोत कार्यालय रुकुम पश्चिमले जानकारी दिएका छन्। घर जग्गा रजिष्ट्रेशन शुल्क मध्ये ६० प्रतिशत सम्बन्धित स्थानीय तह र ४० प्रतिशत रकम प्रदेशमा पठाएको छ।

विद्युत निर्माण गर्दै स्थानीय सरकार

रेखदेख संवाददाता
रुकुम पूर्व

रुकुम पूर्वका स्थानीय तहहरुले विद्युत निर्माण गर्ने भएका छन्। रुकुम पूर्वका पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिका र भुमे गाउँपालिकाले आफ्नै पहलमा विद्युत निर्माण गर्ने भएका हुन्। दुवै स्थानीय तहले एक/एक मेगावाट क्षमताको विद्युत निर्माण गर्ने भएका छन्।

पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाले वडा नं. ११ सेरामा एक मेगावाट क्षमताको विद्युत निर्माण गर्न थालेको छ। भने भुमे गाउँपालिकाले वडा नं. ६ र ८ मा पर्ने थवाङ खोलाको दोमई भन्ने स्थानमा विद्युत निर्माण गर्न थालेको बताएको छ । जसको लागि पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाले बिस्तृत अध्ययन पछि टेण्डर आह्वान गर्ने तयारी गरेको छ । उता भुमे गाउँपालिकाले आयोजनाको विस्तृत परियोजना प्रतिवेदन (डिपिआर) गर्ने काम भईरहेको छ। जिल्लामा यसभन्दा अघि निर्माण हुन थालेको रुकुमगाँड जलविद्युत आयोजान पछिको दोस्रो ठुलो आयोजना हुन्। पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाले एशियाली विकास बैकसँगको संयुक्त लगानीमा विद्युत उत्पादन गर्ने तयारी गरिएको गाउँपालिकाका अध्यक्ष ओमप्रकाश घर्तिले जानकारी दिएका छन्। उनले भने, 'विद्युत आयोजनाको बिस्तृत अध्ययनको काम भईर हेको छ, छिट्टै टेण्डर आह्वान गरिनेछ।'

पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाको रु ५ करोड र एशियाली विकास बैकको २८ लाख गरी जम्मा रु. ३३ करोड रुपैयाँको लागतमा उक्त आयोजना निर्माण हुनेछ। त्यस्तै भुमे गाउँपालिकाले पनि एक मेगावाट क्षमताको विद्यत उत्पादन गर्ने भएको छ। गत आर्थिक वर्षमा गाउँपालिका भित्र पर्ने लुकुम र थवाङखोलामा पूर्व सम्भाव्यता अध्ययन गरिएकोमा थवाङ खोलामा विस्तृत परियोजना प्रतिवेदना प्रतिवेदन तयार भईरहेको भुमे गाउँपालिका अध्यक्ष रामसुर बुढाले जानकारी दिएका छन्। दुई खोलामा सम्भाव्यता अध्ययन गर्दा थवाङखोलामा विद्युत उत्पादन हुने भएको छ। लुकम खोलमा विद्युत उत्पादनको राम्रो सम्भावना भएपनि यस खोलामा अहिले ४ वटा विद्युत आयोजना सञ्चालनमा रहेका छन्।

त्यहाँ विद्युत आयोजना सञ्चालन गर्दा अन्य विद्युत आयोजनालाई असर पर्ने हुनाले थवाङ खोलामा विद्युत उत्पादनको अन्तीम तयारी गरिएको छ । गत आर्थिक वर्षमा सम्भाव्यता अध्ययन गर्दा लुकुम र थवाङखोलामा ५/५ लाख रुपैयाँ खर्च लागेको छ। आय आर्जन योजनाका लागि गाउँपालिकाले संघ र प्रदेशको राजश्व बाँडफाँड र आन्तरिक राजश्व प्राप्त भएको कुल राजश्वको १० प्रतिसत ऋण लिन पाउने प्रावधान अनुसार ८५ लाख ऋण र गाउँपालिकाको रु ८९ लाख गरी जम्मा १ करोड ७४ लाख रुपैयाँमा काम अगाडि वढाएको अध्यक्ष बुढाले जनाए। एक/एक मेगावाट क्षमताको विद्युत उत्पादन भएमा गाउँपालिका उज्यालो बनाउने र बाँकी रहेको विद्युत अन्य स्थानीय तहमा निर्यात गर्ने गाउँपालिकाकाहरुको लक्ष्य रहेको छ।

पुथाउत्तरगंगा र भुमे गाउँपालिकाले एक/एक मेगावाट क्षमताको विद्युत निर्माण गर्ने भएका छन्।

फिजियोथेरापी सेवा ! फिजियोथेरापी सेवा !

• नशा च्यापिएको • हात खुट्टा झमझमाउने • हाड खिइएको
• साईटिका • हातगोडा दुख्ने • मुख बांगिएको • प्यारालाईसीस

सम्पर्क : राप्ती समाज अस्पताल सल्ले रुकुम (पश्चिम)
फोन : ०८८-५३०२४५, ९८००८७०१६५

सडक दुर्घटनाबाट जोगिन ट्राफिक नियमको पालना गरौं।

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधी मन्त्रालय
सूचना तथा सञ्चार विभाग

'बाटो कहाँ जान्छ , त्यहा नजानुहोस् बरू त्यहाँ जानुहोस् जहाँ कुनै बाटो छैन र छाप छोड्नुहोस् ।' - राल्फ वाल्डो एमर्सन

सम्पादकीय

सबै गाउँमा सडक पुऱ्याऔं

सडक नपुगेको गाउँमा हेप्याड निर्माण गरिएको छ। गत आर्थिक वर्ष २०७५/७६ मा रुकुम पूर्वको पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिका वडा नं-५ हुकाम गाउँमा हेलिप्याड निर्माण गरिएको हो ।
नेपाल सरकारको विपद् व्यवस्थापन कार्यक्रम अर्न्तगत सडक सञ्जाल नपुगेको गाउँमा हेलिप्याड निर्माण गरिएको छ । नागरिक उड्यन प्राधिकरणको कार्यविधी सञ्चालन ऐन अर्न्तगत २६/२६ मिटरको लवाई चौडाई रहेको हेलिप्याड निर्माण गरिएको जनाएको छ। हेलिप्याड निर्माण क्षेत्र आसपासमा करिव ५१/५१ मिटरको दुरीमा खुल्ला र फराकिलो क्षेत्र आवश्यक पर्दछ। सडक नपुगेका गाउँमा हेलिप्याड निर्माण भएपछि स्थानीय खुसी भएका छन् । गत आर्थिक वर्ष २०७५/०७६ मा पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाको रु. ५ लाख लगानीमा हुकाम गाउँमा हेलिप्याड निर्माण गरिएको छ । भने चालू आर्थिक वर्ष २०७६/०७७ मा पुथा उत्तरगंगा गाउँपालिकाले दुर्गम गाउँ मैकोट र पेल्मामा हेलिप्याड निर्माण गर्ने लक्ष्य राखेको छ । दुर्गम गाउँमा हेलिप्याड निर्माण भएपछि सुत्केरी र गम्बीर प्रकृतिका बिरामीको लागि हेलिकप्टेर चार्टर गरेर राजधानी काठमाडौं पुऱ्याउन सजिलो भएको छ । तर गाउँमा सडक सञ्जाल नपुग्दा भने गरिब तथा विपन्न परिवार लाई उपचार सेवा महँगो भएको छ । रुकुम पूर्वको पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाबाट काठमाडौं हेलिक्प्टेर चार्टर गर्न झण्डै ४ लाख रुपैयाँ खर्च लाग्ने गर्दछ । रुकुम पूर्वका ३१ वडामध्ये १० वटा वडामा सडक सुविधा पुग्न सकेको छैन । भने सडक सञ्जालमा जोडिएको वडाहरु पनि हिउँदमा मात्र गाडि चल्ने गरेको छ । सबै गाउँमा सडक सञ्जाल पुऱ्याउन स्थानीय, प्रदेश र संघीय सरकारले पहल गरोस् ।

रेखदेख
पाठक वर्गमा अनुरोध
तपाईहरुलाई रेखदेख साप्ताहिक पत्रिकामा प्रकाशित सामाग्रीहरू कस्तो लाग्छ ? पत्रिकालाई थप जनमूखी बनाउन के गर्नुपर्ला ? साथै पत्रिकामा लेख-रचना, प्रतिक्रिया सल्लाह सुझावको साथै सूचना तथा विज्ञापन छाप्नु परेमा सम्पर्कको लागि मोवाईल ९८४७८७६७१३ ईमेल : info@rekhadekh.com वा rekhadekh@gmail.com मा पठाउनुहोला ।
- सम्पादक

समाजवादी पार्टी रुकुम पश्चिमको आगामी कार्यभार

बैकल्पिक राजनीतिक शक्तिको रुपमा उदयीमान समाजवादी पार्टी रुकुम पश्चिमले एक दशकभित्रै समाजवादी पार्टीले नेतृत्व लिने हैसियतमा पुग्ने सपना देख्नु चट्टानमाथि सुन्दर फलफूलका बगैचा निर्माण गरेर सबैलाई सुशासन र सम्बृद्धिको स्वादिष्ट फल चखाउने उद्घोष गर्नु जस्तै आफैमा असाध्यै चूनौतिपूर्ण संकल्प हो ।

उपेन्द्रलाल कामी

बिषय प्रवेश

बैकल्पिक राजनीतिक शक्तिको रुपमा उदयीमान नयाँ शक्ति पार्टी र संघीय समाजवादी फोरम रुकुम पश्चिमको पार्टी एकता समायोजन भेला २०७६ श्रावण ३२ गते मुसिकोट खलंगा शिशिर गेष्ट हाउसको सभाहलमा सम्पन्न भएको छ । सत्तारुढ दल नेकपा एवं पुर्व माओवादी केन्द्रको दवदवा रहेको रुकुम पश्चिममा आगामी ५ देखि १० बर्ष भित्र समाजवादी पार्टीले नेतृत्व गर्नेगरि सम्पूर्ण तयारीका साथ अघि बढ्ने उद्घोष सहित पर्शाराम खत्रीको अध्यक्षतामा ४९ सदस्यीय नव गठित समाजवादी पार्टी रुकुम पश्चिमको जिल्ला समन्वय समिति गठन गरेको छ । ४९ सदस्यीय जिल्ला समन्वय समितिका ७ जना पदाधिकारीहरुमा पुर्व नयाँ शक्ति र संघीय समाजवादी फोरमबाट ४ र ३ जनाको संख्या मिलाएर जाती, क्षेत्र, लिङ्ग र बिचारको प्रतिनिधित्व हुने गरि उपाध्यक्षमा जगत चन्द, तारा कुमारी घर्ती र रोम पुनलाई चयन गरिएको छ भने सचीवमा युवा नेता लोकमान पुन, सहसचीवमा ललित परियार र कोषाध्यक्षमा नविन घर्तीलाई चयन गरिएको छ ।

जिल्ला भेलामा समाजवादी पार्टीका केन्द्रीय सचीवालय सदस्य शरुण बाँठा मगरको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो भने बिशेष अतिथिमा कर्णाली प्रदेश सचीव चन्द्राकुमारी बि.क. र अतिथिहरुमा कर्णाली प्रदेश सचीव अमर ओली तथा अभियन्ता उपेन्द्रलाल कामीको उपस्थिति रहेको थियो । पार्टी एकता समायोजन भेला सम्पन्न भए लगत्तै बसेको जिल्ला समन्वय समितिको प्रारम्भिक समझदारी बैठकले जिल्लाका महत्वपूर्ण सवालहरुमाथि बृहत छलफल गरेर ठोस कार्यक्रम सहित अगाडी बढ्नका लागी यहि भाद्र २१ गते जिल्ला समन्वय समितिको पूर्ण बैठक बस्ने गरि पुर्व तयारीका आवश्यक कामहरु गर्ने भएको छ । बैठकको एजेण्डा निर्माण गरि ब्यापक छलफल बहस गरेर महत्वपूर्ण निर्णय लिन सहयोग पुगोस् भन्ने हेतुले यस आलेखमा सुझावमुलक बिषयहरुको उठान गरिएको छ ।

(क) जिल्लाको राजनीति तथा बस्तुगत अवस्थाको यथार्त बिश्लेशण गर्नुपर्ने ।

बैठकको मूल एजेण्डामा रुकुम पश्चिमको राजनीतिक प्रवृत्ति, सत्तारुढ ने.क.पा.को सिद्धान्त र ब्यवहार बीचमा भएको असंगति एवं स्थानीय तहमा भएका चरम बिकृति तथा बिसंगतिहरुको तथ्य सहितको बिश्लेशण, प्रमुख प्रतिपक्षी पार्टी नेपाली काँग्रेसको निष्प्रभावी भूमिका र अन्य अस्तित्व संकटमा रहेका साना राजनीतिक पार्टीहरुको अवस्था बारे ठोस बिश्लेशण गर्नुपर्ने हुन्छ । यसको साथै स्थानीय चुनावको बेला सत्तासिन पार्टी र जनप्रतिनिधिहरुले जनतामा गरेका प्रतिबद्धता र उक्त प्रतिबद्धतामाथि गरिएको बेवास्ता एवं जनताको विश्वासमाथि गरिएको कुठाराघात बारे बुँदागत रुपमा उठाउनुपर्ने सवालहरुको पनि सुक्ष्म अध्ययन तथा बिश्लेशण गर्नुपर्ने हुन्छ । जनसरोकारका बिषयमाथि राजनीतिक पार्टीहरुको बीचमा सहकार्य गर्न सकिने साझा सवालहरुको सही पहिचान गरेर सक्रिय एवं सृजनात्मक ढंगले पहलकदमी लिनुपर्ने बिषयहरुको पनि सुक्ष्म अध्ययन र बिश्लेशण गर्नुपर्ने हन्छ । यिनै बिषयहरुमाथि सुक्ष्म अध्ययन गर्न समाजवादी पार्टी निकटका ब्यक्तिहरु र बाहिरका शुभचिन्तकहरुसंग अनौपचारिक छलफल चलाएर परामर्श लिनुपर्दछ ।

(ख) रुची, क्षमता र आवश्यकता अनुसारको जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्नुपर्ने ।

संगठन निर्माणसंगै कार्य जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्ने प्रकृयामा कार्यसमितिका हरेक ब्यक्तिहरुसंग ब्यक्तिगत रुपमा छलफल-परामर्श गरेर रुची, क्षमता र आवश्यकता अनुसार कार्यजिम्मेवारी प्रदान गर्ने बिषयमा मूल नेतृत्वले प्रभावकारी भूमिका खेल्नुपर्ने हुन्छ । मूल नेतृत्वलाई सहयोग पुग्ने गरि पदाधिकारीमा रहेका जिल्लाका नेतृत्व टोलीले आफ्नो बिषयगत रुची र पार्टीको आवश्यकता अनुसार बैठकको एजेण्डामा समावेश गर्ने गरि बस्तुगत तथा आत्मगत अवस्थाको बिषयगत अध्ययन गरेर समस्या समाधानको ठोस कार्ययोजना सहितको कार्यक्रम प्रस्ताव तयार गरेर मूल नेतृत्व समक्ष प्रस्तुत गर्दा एजेण्डा थप बस्तुवादी भएर परिष्कृत बन्छ । बैठकको एजेण्डा तयार गर्दा आत्मकेन्दीत एवं मनोगत भएर सोच्नुभन्दा पनि पार्टीको हितलाई ध्यानमा राखेर बस्तुवादी भएर सोच्नुपर्ने हुन्छ । आफु मातहतका साथिहरुको रुची, क्षमता र आवश्यकता अनुसार सांगठनिक एवं बिभागीय जिम्मेवारी प्रदान गरेर उत्साहका साथ परिचालन गर्न एक कुशल सहजकर्ता एवं उत्प्रेरकको भूमिका निर्वाह गर्नुपर्ने कुरामा बिशेष ध्यान दिनै पर्दछ ।

(ग) तत्कालिन र दीर्घकालिन महत्वका कार्यक्रमहरु तय गरेर जनताको बीचमा लैजाने ।

पार्टी/संगठनका पदाधिकारी सदस्यहरुको पदीय जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्ने तर जनताको बीचमा लैजाने कार्यक्रमहरु आकर्षक एवं जनपक्षीय भएनन भने परम्पर ावादी पार्टीहरु जस्तै ब्यक्तिगत पद-प्रतिष्ठामा मात्र आत्मरती लिने नोकरशाही सुबिधाभोगी कार्यशैलीको प्रवृत्तिबाट मुक्त हुन सकिदैन। बैकल्पिक राजनीति भनेको बिचार, नेतृत्व, कार्यदिशा, कार्यक्रम र कार्यशैलीबाट आफ्नो फरक पहिचान जनता माझ स्थापित गरेर श्रेष्ठता हासिल गर्नु हो । यसो गर्न सकिएन भने आफुलाई बैकल्पिक राजनीतिक पार्टीको जिम्मेवार नेता तथा अभियन्ताको रुपमा उभ्याउन सकिदैन । त्यसैले पार्टी एकता समायोजनसंगै नयाँ पार्टी निर्माणको क्रममा नै जनतामा सकारात्मक उर्जा दिएर आशाको सञ्चार गराउने खालका जनपक्षिय सवालहरुको उठान गरेर त्यसको प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागी राज्यलाई र चनात्मक दवाव सृष्टि गर्ने खालका ठोस कार्यक्रमहरु तय गरेर सृजनात्मक ढंगले लागु गर्नु पर्दछ । एउटा बैठकदेखि अर्को बैठक सम्मका कार्यक्रमहरुको कार्यतालिका बनाएर कार्यक्रमलाई ब्यवस्थित र प्रभावकारी ढंगले लागु गर्नु पर्दछ। कतिपय दीर्घकालिन महत्वका सवालहरुसंग सम्बन्धित कार्यक्रम समाजवादी पार्टीले शुरुवात गरिदिएर समाजका बुद्धिजीवी, नागरिक समाज र सर्वसाधारण जनताको वीचमा स्वस्फूर्त छलफल चलिरहने खालका कार्यक्रमहरु तय गरेर जनता माझ लैजानु पर्दछ ।

(घ) कार्य अनुगमन, मूल्याङ्कन र उत्प्रेरणा दिने खालका ब्यवस्थापकीय कार्यबिधि निर्माण गरेर लागु गर्ने ।

सांगठनिक कार्यजिम्मेवारी बाँडफाँड र जनपक्षीय कार्यक्रम तय गरेर लागु गर्ने बिषयसंगै जोडिएको अर्को महत्वपूर्ण पक्ष भनेको कार्य अनुगमन, मुल्याङ्कन र उत्प्रेरणा दिने खालको ब्यस्थापकीय कार्यबिधि निर्माण गरेर लागु गर्ने बिषय पनि एक हो। यो जुनसुकै पार्टी वा संगठनको हकमा पनि लागु हुन्छ । तर बैकल्पिक राजनीतिक शक्ति समाजवादी पार्टीको हकमा भने अनुगमन, मूल्याङ्कन र उत्प्रेरणा दिने बिषयलाई नितान्तै फरक एवं सृजनात्मक ढंगले लागु गर्नुपर्ने हुन्छ। यतिवेला समाजवादी पार्टी निर्माणकै प्रकृयामा छ । राजनीतिक बिचार र एजेण्डा मिल्ने बिभिन्न पार्टी/समुह र ब्यक्तिहरुसंग एकता, समायोजन र ध्रुवीकरणको कामलाई पनि संगसंगै अगाडि बढाइरहेको छ । एकातिर पार्टीको गुणस्तरमा बृद्धि गर्ने कामलाई बिशेष जोड दिनुपर्ने अवस्था छ भने अर्कोतिर बिभिन्न पार्टी, समुह र ब्यक्तिहरुसंग एकता, समायोजन र ध्रुवीकरणको कामलाई पनि संगसंगै अगाडी बढाउनुपर्ने आवश्यकता छ । यसको मतलव पार्टीको मात्रा र गुणलाई बढाउदै जानुपर्ने स्थिती छ। यस्तोवेला प्रभावकारी अनुगमन, काम तथा ब्यक्तित्वको सही मूल्याङ्कन र एक-अर्कालाई सहयोग तथा उत्प्रेरणा दिने खालको ब्यवस्थापकीय कार्यबिधि निर्माण गरेर यथासिघ्र लागु गर्नुपर्ने हुन्छ । नयाँ पार्टी निर्माणको क्रममा बिभिन्न पार्टी वा क्षेत्रबाट एकता, समायोजन तथा ध्रुवीकरणमा आउनेहरु आफ्नै खालको पृष्ठभूमि र प्रवृत्तिगत कार्यशैली बोकेर आएका हुन्छन । यसको सही पहिचान, सम्मान र उचित जिम्मेवारी ब्यवस्थापन गर्ने कुरामा कार्यबिधि एवं पद्दतीबाटै संबोधन गरिनुपर्दछ। कुनै ब्यक्ति बिशेषको स्वभाव-शैली मन परेको वा नपरेको आधारबाट मूल्याङ्कन गर्न थालियो भने कसैलाई अवमूल्यन र कसैको अतिशयोक्ति हुन जान्छ। मूल्याङ्कन गर्ने क्रममा कसैप्रति बढि आलोचक र कसैप्रति अति प्रशंसाको ब्यवहार गर्ने भन्दा पनि हरेको गुण र दोषलाई संगसंगै केलाएर रुपान्तरणका लागी सहयोगी भूमिका खेल्ने गरि समालोचक बन्ने कुरामा नै नेतृत्वले उत्प्रेरणा दिइरहनुपर्ने हुन्छ । गरेका कामकाजको संस्थागत ढंगले सही मूल्याङ्कन गरि दस्तावेजीकरण गर्ने कार्यको शुरुवात गरियो भने कसैलाई पनि अन्याय हुदैन र कामप्रति सबैको लगाव बढ्दै जान थाल्छ ।

उपसंहार

बैकल्पिक राजनीतिक शक्तिको रुपमा उदयीमान समाजवादी पार्टी रुकुम पश्चिमले एक दशकभित्रै समाजवादी पार्टीले नेतृत्व लिने हैसियतमा पुग्ने सपना देख्नु चट्टानमाथि सुन्दर फलफूलका बगैचा निर्माण गरेर सबैलाई सुशासन र सम्बृद्धिको स्वादिष्ट फल चखाउने उद्घोष गर्नु जस्तै आफैमा असाध्यै चूनौतिपूर्ण संकल्प हो । आन्तरिक रुपमा पार्टीलाई बैचारिक तथा संगठनात्मक हिसावले सुदृढ गर्दै लाने हो भने ने क पा नामको पार्टी आफ्नै कारणले केही बर्षभित्रै बिघटनतिर जाँदैछ भने नेपाली काँग्रेसमा पुरानो पुस्ता बाहेक नयाँ युवा पंक्तिले नयाँ बिकल्पको राजनीतिमा जोडिने बाटो खोजिरहेको छ। जो राजनीति भन्दा फरक ढंगले आफुलाई क्रियाशिल बनाइरहेको नयाँ युवाहरुको ठुलो जमात छ, त्यसले पनि भरपर्दो र विश्वसनीय वैकल्पिक राजनैतिक वातावरणको प्रतिक्षा गरिरहेको छ । यिनै सम्भावनाका आधारहरुमाथि टेकेर नै समाजवादी पार्टी रुकुम पश्चिमले तत्कालिन र दीर्घकालिन रणनीति तथा कार्यनीति सहितको ठोस कार्यक्रम तय गरेर सक्रिय रुपमा सृजनात्मक ढंगले लागु गर्न सके अहिलेदेखि नै निकै ठुलो जनजागरण ल्याउन सकिने सम्भावना देखिएको छ। त्यसमा पनि सत्तारुढ पार्टी ने.क.पा. र सत्ताको बागडोर सम्हालेर आफ्नो भ्रष्ट एवं जनबिरोधि चरित्र देखाइरहेका बिभिन्न तहका नेताहरुको चिन्तनगत कार्यशैलीको डटेर पर्दाफास गर्दै जनपक्षीय मुद्दाहरुलाई सशक्त ढंगले उठान गर्ने र सहि ढंगले ब्यवस्थापन गर्न पहलकदमी लिदै जाने हो भने समाजवादी पार्टी रुकुम पश्चिमले आफ्नो निर्धारित लक्ष्य प्राप्त गर्न सफल हुनेछ ।

ब्यक्तिगत घटना घटेको ३५ दिन भित्रै दर्ता गरौ
जन्मदर्ता भएपछि बालबालिकाको परिचय कायम हुन्छ। स्कुल भर्ना गर्न, नागरिकताको प्रमाण पत्र प्राप्त गर्न लगायतका कामको लागि जन्मदर्ता उपयोगी हुन्छ । त्यसैले बच्चा जन्मेको ३५ दिन भित्र आफ्नो वडा कार्यालयमा गई निशुल्क जन्मदर्ता गरौं । साथै विवाह, बसाईसराई, मृत्यु र सम्वन्ध बिच्छेदका घटनाहरु समेत ३५ दिन भित्र दर्ता गरी समयमा नै प्रमाण पत्र लिई ढुक्क बनौं ।
पुथाउत्तरगंगा गाउँपालिकाको कार्यालय
रुकुम (पूर्व) प्रदेश नं. ५ नेपाल

मकै गोड्ने उपयुक्त प्रविधी नहुँदा मकै जोत्दै स्थानीय किसान । रुकुम जिल्लाको अधिकास क्षेत्रमा परम्पर गत रुपमा मकै जोत्ने प्रचलन रही आएको छ । तस्वीर : रेखदेख साप्ताहिक

विकास र समृद्धिको बाधक नै भ्रष्टाचार !

रेखदेख संवाददाता
आठविसकोट

विकासको प्रमुख बाधक अनिमितता र भ्रष्टचार रहेको कर्णाली प्रदेश सरकार का कृषि, भुमी तथा सहकारी मन्त्री तथा कर्णाली सरकारका प्रवक्ता विमला केसीले बताएकी छिन् । तीन तहका सरकार स्थानीय, प्रदेश र संघीय सर कारबाट सञ्चालन हुने कार्यक्रममा हुने संस्थागत, नीतिगत र व्यवहारगत भ्रष्टाचारले विकासलाई अप्ठेरो पारेको उनको भनाई रहेको छ।

बुधबार जिल्ला सदरमुकाम मुसीकोटमा आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा बोल्दै मन्त्री केसीले शुसासन विना देश समृद्धि नहुँने बताएकी छिन् । गाउँमा हुने विकास निर्माण आयोजनामा टाँठाबाटाको हालीमुहाली, भोटका लागि विकास गर्ने परिपाटी, कागजमै योजना निर्माण गर्ने प्रचलनले गरिव तथा विपन्न समुदायको जीवन स्तरमा केही सुधार नभएको प्रष्ट पारेकी छिन्। उनले भनिन, 'अनिमितता र भ्रष्टाचारलाई निमूल पार्न कर्मचारी, उपभोक्ता समिति, नेता तथा कार्यकर्ता र जनप्रतिनिधी सबै आ-आफ्नो ठाउँबाट जिम्मेवारी हुनुपर्ने धारणा राखिन ।'

अनियमितता निर्मूल पार्ने सजिलो काम त हैन, तर पनि यसको अन्त्य विना दिगो विकास र समृद्धि नहुँने तर्क उनको छ। सार्वजनिक खरिद ऐनको संशोधन नहुँदा समेत अनियमितता र भ्रष्टाचार मौलाएको जनाईन्। समय सुहाउदा नीनि तथा कानून नहुँदा विकासलाई अवरोध गरेको मन्त्री केसीले बताईन् । देशको राजनीतिक अवस्था फेरिएर मात्रै केही नहुँने भन्दै मन्त्री केसीले जनताको जीवनस्तर बदल्न अनियमितता, भ्रष्टाचारको अन्त्य गरी सुशासन कायम गर्ने प्रतिवद्धता जनाईन् । विकासको दिगोपनको लागि असारे विकास रोक्ने, अनुगमन तथा मुल्याङ्कन प्रभावकारी बनाउन कर्णाली प्रदेश सर कार अगाडि वढेको जनाईन् । त्यसका लागि कर्णाली प्रदेश सरकारका आयोजनाहरु निर्माणको लागि अख्तियारी दिईएको मन्त्री केसीको भनाई रहेको छ। कर्णाली प्रदेशका १० जिल्लाको विकास नहुँनुमा बजेट अभाव, भौगलिक विगटता, दक्ष जनशक्तिको अभावका साथै अनियमितता र भ्रष्टाचार पनि प्रमुख बाधक रहेको जनाईन् ।

५ करोडको जडिवुटी निकासी

रेखदेख संवाददाता
मुसीकोट

रुकुमबाट बार्षिक झण्डै ५ करोड रुपैयाँको जडिवुटी निकासी भएको छ। गत आर्थिक वर्ष २०७५/०७६ मा झण्डै ५ करोड रुपैयाँ वरावरको जडिवुटी निकासी भएको जिल्ला वन कार्यालय रुकुम (पश्चिम)ले जानकारी दिएको छ। जिल्ला बन कार्यालय रुकुम पश्चिमका अनुसार -'गत आर्थिक वर्षमा ५७ हजार ४ सय ६५ किलोग्राम जडिवुटी निकासी भएको छ।' जसबाट ७ लाख ६१ हजार सात सय रुपैयाँ राजश्व संकलन भएको जिल्ला वन कार्यालय रुकुमका निमित्त प्रमुख जीवराज महतले जानकारी दिएका छन् । उनले भने, हरेक वर्ष झण्डै १० करोड बरावरको जडिवुटी निकासी हुने गरेको छ।

रुकुमबाट प्रत्येक वर्ष कुरिल्लो, अल्लो, टिम्मुर, समय चिराईतो, काउलो, जटामसी, पदमचाल्लो, कटुकी, धुपी, तेजपात लगायतका जडिवुटी ठुलो मात्रामा निकासी हुने गरेको जिल्ला वन कार्यालय रुकुमले जानकारी दिएको छ। विशेषगरी रुकुमको हिमाली क्षेत्रमा ३७ प्रजातीका जडिवुटी उत्पादन हुने गरेको जिल्ला वन कार्यालय रुकुमले जनाएको छ। रुकुमको जडिवुटी गुणस्तरिय हुने भएकाले माग समेत अत्याधिक रहको व्यापारीहरु बताएका छन् । स्थानीय व्यापारी अमर ओलीका अनुसार- 'जडिवुटीको कारोवार गरेर वार्षिक १० लाख भन्दा वढी आम्दानी गरेको जाकारी दिएका छन् ।

रुकुममा उत्पादन हुने जडिवुटीहरु देशका शहरहरु दाङ, बाँके, काठमाण्डौ, पोखरा लगाययत भारतमा समेत ठुलो मात्रामा रुकुमको जडिवुटी निकासी हुने गर्दछ। जिल्लाको मुख्य व्यापारी केन्द्र झुल्नेटा बजारबाट मात्रै गता आर्थिक वर्षमा २०७५/७६ मा झण्डै एक करोड बरावरको जडिवुटी किसी भएको झुल्नेटा वजार व्यवस्थापन समितीका अध्यक्ष शिब पुनले जानकारी दिएका छन्। उनले भने, हरेक वर्ष झण्डै करोड वढीको जडिवुटी निकासी हुने गर्दछ।

जनहितमा जारी सन्देश

- महिलाको उमेर कम्तिमा २० बर्ष पुगेपछि मात्र बिबाह गरौं ।
- गर्भावस्था र सुत्केरी अवस्थामा पोषिलो खानेकुरा खाने गरौं ।
- गर्भावस्थामा कम्तीमा ४ पटक स्वास्थ्य जाँच गराऔं ।
- बच्चा दक्ष स्वास्थ्यकर्मीको निगरानीमा स्वास्थ्य संस्थामै जन्माऔं ।
- बच्चा जन्मेको एक घण्टाभित्र आमाको बिगौती दुध खुवाउऔं ।
- बच्चा जन्मेको ६ महिना सम्म आमाको दुधमात्र खुवाउनु पर्दछ ।
- बच्चा ६ महिना पुगेपछि मात्र पुरक आहारा खुवाउने गरौं ।
- बच्चालाई कुपोषणबाट जोगाउन पोशिलो खानेकुरा खुवाऔं ।
- सरसफाई गरौं, झाडापखाला, आऊ जस्ता रोगबाट बचौं ।

सिस्ने गाउँपालिकाको कार्यालय
रुकुम (पूर्व) ५ नम्बर प्रदेश नेपाल

रेखदेख साप्ताहिक राशिफल

भदौ १६-२२ भदौ २०७६
2-8 September 2019

युवा जोतिष : ठाकुर देवकोटा
सम्पर्क नं. ९८४७८४४०९५

मेष : प्रतिस्पर्धामा सफलता रहनेछ । तपाईको नराम्रो सोच्नेहरु बाट सावधानी रहनु होला । बादविवादमा सावधानी भएर अगाडि बढनु होला । भविश्यको लागि नयाँ कार्यको थालनी हुने समय देखिन्छ । व्यापार व्यवसायमा सफलता रहनेछ । प्रयास बाट बिभिन्न कार्यहरु बनाउने समय रहेको छ । यात्राको समय छ ।

वृष : स्वास्थ्यमा केहि प्रतिकुलता रहनेछ । नयाँ कामलाई अगाडि बढाउन समस्या रहनेछ । आफुमा केहि कमि कमजोरी भएको महशुस हुनेछ । मेहनत तथा लगनशीलता बाट सफलता रहला । नराम्रो समाचार सुन्नु पर्नेछ । शिक्षामा भने अनुसार सफलता प्राप्त गर्न अप्ठरो हुनेछ । व्यापार व्यवसायमा मध्ययम रहला ।

मिथुन : बोल्दा बिचार गरेर बोल्नु होला । घर परिवार तथा आफन्तको साथ र सहयोग बाट कार्यमा सफलता रहनेछ । कार्यमा लगनशीलता हुनु राम्रो हुन्छ । अग्रज व्यक्तिको सल्लाह सुझाव लिएर अगाडि बढनु होला । आफनो योजना गोप्य राखेर अगाडि बढनु होला । पशु चौपाय तथा कृषि क्षेत्रमा सफलता रहला ।

कर्कट : व्यापार व्यवसाय तथा रोजगार क्षेत्रमा सफलता रहनेछ । घरायसी कार्यमा खर्च बढने समय छ । नबिन कामहरु सन्चालन हुनेछन । तपाईको मेहनत बाट कार्यमा सफलता रहनुका साथ आर्थिक लाभ रहनेछ । आफन्तको साथ र सहयोग मिल्ने देखिन्छ । प्रेमि प्रेमिका तथा दाम्पत्य जीवनमा समस्या आउनेछ ।

सिंह : सोचे अनुसार कार्यमा सफलता पाउन समस्या आउनेछ । तपाईको कमि कमजोरीको फाईदा अरुले लिने प्रयास गर्नेछन । तपाईको मान प्रतिस्ठामा वाधा आउला । अध्ययन अध्ययापनमा समस्या आउला । तार्किक एवम बैचारिक कार्यमा सफलता पाउन विचार लाई तौलेर अगाडि बढनु होला ।

कन्या : खानामा बिशेष ख्याल गर्नु होला । आफन्तमा केहि असझदारी बढने समय छ । गफगाफ तथा भेटघाटमा समय बढि बित्ने देखिन्छ । सोचे अनुसार प्रतिफलमा कमी रहला । सोचे अनुसार कार्यमा अगाडि बढन समस्या आउला । समय अनुसार कार्यहरु अगाडि बढाउन नसक्दा व्यस्थता बढने योग देखिन्छ ।

तुला : शरिरमा आलश्यता गर्दा केहि समस्या आउनेछ । आफनै कमिजोरीका कारण कार्यमा ढिलाई छ । प्रतियोगितामा अरु भन्दा कमजोरी हुने समय छ । घर बाहिरको कार्य बाट लाभ रहने समय छ । यात्रामय दिन छ । खर्चमा बृद्धि रहनेछ । व्यापार व्यवसायमा लगानी बढाउने समय रहेको देखिन्छ ।

वृश्चिक : आर्थिक आयआर्जनमय समय छ । बिगतमा गरिएका कामहरु बाट प्रशस्त्र लाभ रहने समय देखिन्छ । परिश्रमको प्रतिफल अवश्य आउनेछ । ल्याउनु पर्ने तथा आउने रकम प्राप्त अबश्य र हनेछ । पैत्तिक वा बचत रकम बाट लाभ रहनेछ । साथी आफन्तको सहयोगले कार्यमा सफलता रहनेछ ।

धनु : जग्गा,जमिन तथा सवारी साधन बाट लाभ रहनेछ । अरुलाई आफनो प्रभावमा पार्न सकिने समय छ । अवसरहरु थुपै आउनेछन चिन्ने प्रयास गर्नुहोला । अरुको भरमा पर्दा केहि कार्यमा ढिलाई रहनेछ । व्यापार व्यवसाय तथा रोजगारी क्षेत्रमा सफलता रहनेछ । अग्रज व्यक्तिहरुको साथ र सहयोग रहनेछ ।

मकर : स्वास्थ्यमा केहि प्रतिकुलता रहनेछ । व्यापार व्यवसायमा खर्चमा बृद्धि रहने देखिन्छ । अरुको लागि बढि समय दिनु पर्ने देखिन्छ । सामाजिक कार्यमा मान सम्मान प्राप्त रहने देखिन्छ । काम समयमा पुरा नहुँदा केहि प्रतिकुलता रहने देखिन्छ । सहयोगको आशा देखाउने बाट धोका रहनेछ ।

कुम्भ : आर्थिक क्षेत्रमा केहि बिवाद रहने समय छ । सहयोगिहरुको साथ लिन सकेमा कार्यमा सफलता अवश्य रहनेछ । आफनो आन्तरिक कार्यमा बिशेष गरेर अगाडि बढनु होला । शरिरमा आलस्यता भएता पनि जोश जागरका साथ अगाडि बढने समय छ । समयलाई व्यवस्थापन गदै अगाडि बढनु होला ।

मीन : आफन्त तथा साथीहरु सगको भेटघाट बढने समय छ । प्रेमि प्रेमिका तथा दाम्पत्य जीवनमा सफलता रहनेछ । घराँयसि सामाग्री जोडने समय छ । दैनिक कार्य प्रणलीमा सफलता आउला । नयाँ जानकारी तथा ज्ञान लिन सकिनेछ । व्यापार व्यवसाय तथा रोजगारी क्षेत्रका व्यक्तिहरु लाई बिशेष लाभ रहनेछ ।

रेखदेख
रूकुमको लोकप्रिय पत्रिका
२०७६ भदौ १६ सोमबार । 2 September 2019 Monday

जनताको घरमै सेवा पुगेको छ

संघीय संरचना अनुसार नेपालमा तीन तहका सरकार सञ्चालनमा रहेका छन् । स्थानीय, प्रदेश र संघीय सरकारले सेवा प्रवाह गरिरहेका छन् । तीन तहकै सरकारले जनमुखी काम नगरेको भन्दै व्यापक असन्तुष्टि समेत बढेको पाईन्छ । कतै कर्मचारी अभाव, कर्मचारी र जनप्रतिनिधी बीच तालमेल नहुँनु जस्ता कारणले स्थानीय सरकारको सेवा प्रति नागरिक असन्तुष्टि बढेको हो । यसै सर्न्दभमा रुकुम पूर्व भुमे गाउँपालिकाका अध्यक्ष रामसुर वुढासँग रेखदेख सहकर्मी प्रभात गुरुङले गरेको कुराकानी सारसंक्षेप यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ । -सम्पादक

रामसुर वुढा (अध्यक्ष) भुमे गाउँपालिका

१) तपाईं गाउँपालिका अध्यक्ष निर्वार्चित भएपछि यहाँका जनताले अनुभूत गर्ने गरि भएका विकासका काम के-के छन् ?

- हामी गाउँपालिकामा निर्वार्चित भइसकेपछि तीन आर्थिक वर्षका लागि वार्षिक नीति तथा कार्यक्रम प्रस्तुत भएको छ । खासमा जनताले गाउँमै छिटो-छरितो सेवा प्राप्त गरेका छन् । गाउँमै सिंहदरबार पुगेको महसुस जनताले गरेका छन् । गाउँमै सेवा प्राप्त गरेपछि साँच्चिकै सिंहदरबार जनताको घरदैलोमा आएको प्रत्याभूति नागरिकले गरेका हुन् । जस्तै वडा कार्यालयबाट दिइने सेवा, अन्य विभिन्न विपद् न्यूनीकरणका कामहरू भएका छन् । विकास निर्माणको कामहरुमा पुर्वाधार र सामाजिक विकास सँगसँगै अगाडि बढाउनुपर्छ भन्ने हाम्रो मुल योजना छ । पुर्वाधार अन्तर्गत सडक, विजुली, खानेपानी, भवनहरू छन् । त्यस अन्तर्गत हामीले अहिले सडक अन्तर्गत दुई आर्थिक वर्षमा हामीले झण्डै २१ किलोमिटर सडकको ट्र्याक खोलिएको अवस्था छ । धेरै ठाउँहरूमा हामीले विद्यालय मर्मत संम्भार गरेका छौं । खास गरेर गाउँपालिकाबाट अहिले ठुला भवनहरू हाम्रो गाउँपालिका स्तरबाट बनाउन सक्ने अवस्था छैन । यस्ता कार्यहरू प्रदेश तथा जिल्ला स्तरबाट हुँदै आएका अवस्था हो । तैपनि हामीले विद्यालयको आवश्यकताको आधारमा अहिलेसम्म यो आर्थिक वर्ष २०७६/७७ सम्म तीन ओटा विद्यालय भवनहरू निर्माण भईरहेको छ । केही निर्माण भइराखेका छन् । धेरै ठाउँमा आधारभूत खानेपानीहरूको व्यवस्थाहरू भइसकेका छन् । अहिले हामीले एउटा महत्वपुर्ण र महत्वाकांक्षी योजना हाइड्रोपावरको योजना निर्माणमा जुटेका छौं । पुर्व सम्भाव्यताको अध्ययनबाट १९ करोड लागतमा उत्पादन हुने १ मेगावाटको थबाङ हाइड्रोपावर आयोजनाको सुरु यसै आर्थिक वर्ष २०७६/७७ देखि हुँदैछ । जसमा पुर्व सम्भाव्यताका निम्ति गत सालमा हामीले १० लाख रुपैयाँ खर्च गरिसकेका छौं । भने यस आर्थिक वर्षमा करिब रु. २ करोडको बजेटमा पहिलो वर्षको ती योजना कार्यान्वयनमा लैजान्छौं । त्यस्तै कृषि र पर्यटन क्षेत्रको पुर्वाधारहरू निर्माण गरिरहेका छौँ । मारिङमा महत्वपुर्ण एउटा वन तथा कृषि अनुसन्धान केन्द्रको रुपमा विकास गरिरहेका छौँ । अहिलेसम्म त्यहाँ बन्दा, रायो, स्कुच, आलु लगायत थुप्रै तरकारी र अन्नबालीहरू पनि उत्पादन भइसकेका छन् । फलफुलको हिसाबले दुई आर्थिक वर्षमा गरेर झण्डै ५ सय स्याउको बिरुवा रोपिएका छन् । र अन्य कृषकहरूलाई पनि हामीले केही छुटमा अनुदानमा कृषि सामाग्रीहरू वितरण गरेका छौं । यसले कृषकहरूको आर्थिक विकासमा टेवा पुऱ्याउँछ भन्ने हाम्रो उद्देश्य हो । त्यस्तै गरेर हामीले पर्यटन क्षेत्रलाई पनि आर्थिक समृद्धिको महत्वपुर्ण पाटोको रुपमा लिएका छौँ । त्यसलाई विभिन्न ठाउँहरूमा ऐतिहासिक रुपमा रहेका जुन अवशेषहरू, ऐतिहासिक धरोहरहरू, त्यसलाई पौराणिक (पुराना) मगर बस्तीमा रहेका मगर जीवनशैलीमा रहेका लोपोन्मुख संस्कार र सस्कृतिको जर्गेना गरिरहेका छौं । आदिवासी जनजाति मगरहरूको संग्रहालय बनाउने, ऐतिहासिक १० वर्षे जनयुद्धमा भएका ठाउँहरू, बैठकहरू र त्यसबेला सञ्चालन भएका विद्यालयहरू, उद्योगहरू, जनमुक्ति सेनाका तालिम केन्द्रहरूको अवशेषहरूको विकास गर्ने र त्यसलाई पर्यटन पुर्वाधार क्षेत्रको विकास गर्ने भन्ने सोचका साथ कृषि र पर्यटनसँगै विद्युत निर्माण गरि आर्थिक विकासका क्षेत्रलाई पनि सँगसँगै लैजाने किसिमले प्रत्यक्ष नागरिकलाई प्रत्याभूति दिने किसिमका कामहरू यो ३ वर्षमा भइराखेका छन् ।

२) विकास निर्माणमा बजेट कार्यान्वयनका चुनौतीहरू केके छन् ?

-सार्वजनिक खरिद ऐन अन्तर्गतको हामीले स्थानीय तहमा गर्ने काम भनेको उपभोक्ता समिति मार्फत नै हो । केही काम निर्माण व्यवसाय मार्फत बाट हुन्छ । स्थानीय सरकार भनेको नागरिकको नजिकको सरकार भएको कारणले जनतालाई नै लाभ हुने किसिमले योजना निर्माण भईरहेका छन् । गाउँपालिकाबाट निर्माण गर्ने योजनाहरुमा दिगोपनको लागि पहल गरिरहेका छौं । गाउँपालिकाबाट निर्माण हुने योजनाहरुमा जनसहभागिता हुनुपर्छ है भन्ने ज्ञान छैन् । त्यसैले उपभोक्ता समिति मार्फत काम गर्दा २० प्रतिशत जनताको जनश्रमदान हुनुपर्छ भन्ने सार्वजनिक खरिद ऐनको नियममा छ । तर २० प्रतिसत श्रमदान गराउन निकै चुनौति छ । त्यस्तै दुर्गम क्षेत्र भएको कारणले गर्दा निर्माण सामाग्रीहरूको दुवानी गर्न चुनौती छन् । त्यस बाहेक हामीसँग त्यस्तो खालको कुनै समस्या छैन । योजनाबद्ध ढंगले कार्यपालिकामा हामीले एकमतले निर्णय गर्छौं । हामी निर्णय गर्दा पनि विभाजित हुने किसिमले गर्दैनौं । हामीले योजनाहरू पनि प्राथमिकताका आधारमा आवश्यकताको आधारमा गर्छौं । विषयगत क्षेत्रका कुराहरूमा कुन विषयको कुन क्षेत्रलाई आवश्यक हो त्यस अनुसार प्राथमिकता गराउँछौं । कुल बजेटमा सबै क्षेत्रलाई सन्तुलन मिल्ने गरेर बजेट विनियोजन गर्छौं । खासगरी कार्यपालिकाको तर्फबाट निर्णय गर्ने र कार्यान्वयन गर्ने सम्बन्धको कुरामा चुनौती छैन । मैले अघि पनि भनें जनचेतनाको कमी र दुर्गमको कारण सामान दुवानी र परिपुर्तिको चाहिँ समस्या हुने गर्दछ ।

३) शिक्षा, स्वास्थ्य र रोजगारी प्रवर्द्धनका लागि के कस्ता कामहरू भइरहेका छन् ?

- आधारभूत स्वास्थ्य आम नागरिकको मौलिक अधिकार हो । सोही बमोजिम आधारभुत स्वास्थ्य सेवा स्थानीयलाई सबैको पहुँचमा पुग्राउन कोशिस गरेका छौं । भुमे गाउँपालिकामा स्वास्थ्य चौकी ५ वटा छन् । सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई माथिबाट नेपाल सरकारले स्वीकृत बनाएर पठाएको सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई केन्द्र ३ वटा हो । त्यसमा पनि अपुग महशुस गरेर गाउँपालिकाबाट ३ वटा सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई केन्द्रहरू थप गरेका छौं । हालसम्म ८ वटा नेपाल सरकारले स्वीकृत गरेको कोटा र त्यसमा आवश्यक ठानेर हामीले ३ वटा थप गरेको सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई सहित ११ वटा स्वास्थ्य संस्था छन् । ११ वटा सामुदायिक संस्थाहरू मार्फत नागरिकहरूमा आधारभूत स्वास्थ्य सेवा पुग्ने किसिमले सेवा गरिरहेका छौं । त्यसका लागि गाउँपालिकाबाट भोलेन्टियर ऐन बमोजिम जनशक्ती परिपुर्ति गरिएको छ । आवश्यक भन्नुपर्दा औषधिहरूको परिपुर्ति गर्ने नेपाल सरकारले निःशुल्क उपलब्ध गर्ने औषधिहरू कुनै पनि अभाव छैनन् । त्यसको अलावा हुनसक्ने महामारी ध्यानमा राखेर आवश्यक औषधीहरु रिजर्भको रुपमा राखेका छौं । बेलाबेलामा हामीले स्वास्थ्य शिविरहरू गरेर जनतालाई सेवा दिएका छौं । ती शिविरहरू पनि निःशुल्क सञ्चालन गरिरहेका छौं । यसरी हामीले स्वास्थ्य क्षेत्रको सेवा प्रवाह गर्ने काम गरिरहेका छौं । शिक्षा क्षेत्रमा सामुदायिक विद्यालयहरूको गुणस्तरलाई वृद्धि गर्ने उद्देश्यका साथ प्रविधि र शैक्षिक उपलब्धिलाई सुधार गर्नको लागि हामीले विद्यालयहरूको पुर्वाधार तर्फ कक्षा व्यवस्थापन खास गरेर बालमैत्री कक्षा व्यवस्थापन गरिरहेका छौं । कक्षा व्यवस्थापनमा बालमैत्री साना पलङ साना खाटहरू देखि लिएर बच्चाहरूले खेल्ने किडबक्सहरू सजिलै बुझ्न सक्ने पढाईका म्याट्रियलहरू बनाइरहेका छौं । विद्यालयलाई प्रविधि मैत्री बनाउन एलसीडी टिभिबाट विभिन्न खालका ई-म्याट्रियलहरू बाट हामीले बाल मैत्री कक्षा व्यवस्थापनका कार्यक्रमहरू गरेका छौं । माथिल्लो कक्षाहरुमा प्रविधिको विकाससँगै विद्यालयहरूलाई पनि त्यो खालको प्रविधिमैत्री बनाउनुपर्छ भन्ने उद्देश्यका साथ अहिले ३४ वटा विद्यालय मध्येमा ३२ वटा विद्यालयमा वैकल्पिक उर्जाको निम्ति सौर्य उर्जा जडान भइसकेका छन् । ती विद्यालयहरूमा प्रविधि मैत्रीका निम्ति कम्प्युटर ल्यापहरू स्थापना भइसकेका छन् । ई-लाइब्रेरीको स्थापना भएका छन् । दरबन्दीहरूको अपुग हुने भएको कारण भोलेन्टियर ऐन अन्तर्गतका (स्वयम् सेवक शिक्षक) हरू ३४ वटा विद्यालयहरूमा ४६ जना शिक्षकहरू राखिएको छ । यस क्षेत्रमा दण्ड र पुरस्कार भन्ने छ । राम्रो शिक्षकलाई पुरस्कृत गर्ने हाम्रो उद्देश्य हो । यसमा गत शैक्षिक वर्ष २०७५/७६ को निम्ति १० जना शिक्षकहरू उत्कृष्ट भई पुरस्कृत भएका छन् । कर्तव्य पुरा नगर्ने दुई चार जना शिक्षकहरू कारवाही पनि परेका छन् । यसरी दण्ड र पुरस्कृतको नियम शिक्षा क्षेत्रमा अगाडि बढाएका छौं । रोजगारीको लागि एउटा तालिम केन्द्र स्थापना गरेका छौं । हामीले गुणस्तरीय पढाइको निम्ति योग्य शिक्षक तयार गर्न पनि तालिम केन्द्रको स्थापना गरेका हौं । शैक्षिक तालिम केन्द्रको स्थापना गर्ने आर्थिक वर्ष २०७६/७७ का निम्ति प्रदेश सरकारको ४० र गाउँपालिकाको ४० लाखको लगानीमा तालिम केन्द्रको स्थापना हुँदैछ । त्यसैमा शैक्षिक तालिम पनि हुन्छ अरु व्यवसायिक तालिमहरू पनि हुन्छन् । त्यो केन्द्रमा शिक्षकहरूलाई कसरी राम्रोसँग पठन-पाठन गराउने भन्ने तालिम सँगै विद्यालय क्षेत्र भन्दा बाहिर रहेका युवाहरूलाई व्यवसायिक कसरी बनाउने भनी विभिन्न खालका तालिमहरू गरिने छ । विभिन्न व्यवसायिक जस्तै कम्प्युटर, सिकर्मी, डकर्मी लगायत व्यवसायिक तालिमहरू सञ्चालन गरेर तिनीहरूलाई योग्य बनाई स्वरोजगारी बनाउन खोजिरहेका छौं । अहिले झन हामीले गाउँपालिका स्तरमै छुट्टै एउटा तालिम केन्द्रको स्थापना गर्छौं र त्यसैबाट सबै तालिमहरू सञ्चालन हुन्छन् । अब हामीले कुनै पनि व्यवसाय गर्ने युवा उद्यमीहरू आए भने हामीले कार्यपालिकामै निर्णय गरेर उहाँहरूको प्रस्ताव, के गर्न चाहेको, कति लाख लागत लाग्छ त्यो लागत, उहाँको चाहना र आवश्यकतालाई हेरेर हामीले नगद अनुदान दिने व्यवस्था पनि छ । व्यवसायिक युवाहरूलाई अनुदान दिने कार्यक्रम यो हाम्रो नीति निरन्तर नै छ । त्यसकारण हामीले रोजगारी क्षेत्रमा, शैक्षिक क्षेत्रमा र स्वस्थ्य क्षेत्रमा नागरिकहरूलाई सरकारसँग हामी छौं र सरकारबाट मौलिक रुपमा हामीले पाउने अधिकार हामीले पाइराखेका छौं । भन्ने महशुस होस् भन्ने उद्देश्यका साथ यी कार्यक्रमहरू वार्षिक नीति तथा कार्यक्रममै समेटेर कार्यान्वयन भइरहेको छन् ।

४) रुकुम पुर्व कान्छो हिमाली हो । यस भित्र रहेको यो भूमे गाउँपालिका जो पहाडै पहाडले घेरिएको साना साना खोंचहरू भएको डाँडाहरूमा बस्ती भएको गाउँपालिका हो । अब बन्न सक्ने शहरको व्यवस्थापनका लागि के कस्ता योजनाहरू निर्माण हुँदैछन् ?

- हाम्रो क्षेत्रमा दुई किसिमले सोच्नुपर्ने हुन्छ । एउटा पुराना बस्तीहरूलाई नयाँ ढंगले नमुना बस्ती कसरी बनाउने भन्ने विषय छ । पछिल्लो समय सडक सञ्जाल गाडी मोटर आइसकेपछि र यो विभिन्न किसिमका प्रशासनिक केन्द्रहरू स्थानीय तहमा बनो छन् । दुई वटा राष्ट्रिय राजमार्ग हाम्रो गाउँपालिकाको भुगोलमा छन् । एउटा मध्यपहाडी पुष्पलाल लोकमार्ग पुर्व-पश्चिम भएर गएको र अर्को सहिद मार्ग उत्तर-दक्षिण भएर प्लस प्वाइन्टमा छन् । सडक छेउछाउमा शहरको विकासको रुपमा आवश्यकता बढेर आएको छ । त्यसकारण हामीले शहरको हकमा शहर राम्रोसँग नबन्दै सचेत ढंगले एउटा बस्तीको योजना सहित जानुपर्छ भन्ने सोचेका छौं । रुकुम पूर्व हिमाली जिल्ला हो । तर पनि राज्यले त्यो सुचीमा राखे पनि यहाँ विभिन्न खालका राज्यबाट पाउनुपर्ने आवश्यक सुविधाहरू पाइरहेको छैन । हिमाली जिल्लामा सुचीकृत छ । हिमाली जिल्लामा सुचीकृत भइसकेपछि हिमाली जिल्लाको फरक पहिचान दिने खालको शहरको र बस्तीहरूको व्यवस्थापन त्यो ढंगको हुनुपर्छ । यहाँ अरु क्षेत्र भन्दा पनि नयाँ र मौलिकपना खालको बस्ती र बजार व्यवस्थापन हुनुपर्छ भन्ने हाम्रो मुल मान्यता छ । हामी त्यसरी नै लैजान्छौं । अहिले बजारहरूमा साना साना टहराहरू बनाइराखेका छौं । तर कसैले ठुला पक्की घरहरू बनाउने भयो भने गाउँपालिकाको मापदण्ड अनुसार बनाउनु पर्दछ । त्यो मापदण्ड भित्र रहेर नै संरचनाहरूको निर्माण गर्नुपर्ने हुन्छ । पक्की संरचनाहरू निर्माण गर्दाखेरी गाउँपालिकाको स्वीकृति बेगर आफुखुसि कसैले पक्की संरचना बनाउन पाउँदैन । जहाँ सम्म पनि गाउँ बस्तीहरूको कुरा छ अलिकति चुनौतीहरू चाहिँ छन् । बाक्लो बस्तीमा रहेका कारण त्यसलाई अलिकति फराकिलो बनाएर लैजाने कुराहरूमा केही समस्या छन् । त्यो कुराहरूलाई पनि अब आगामी दिनहरूमा यहाँका नागरिकहरूसँग नै सहकार्य गरि आगामी दिनमा बन्ने घरहरूलाई नयाँ व्यवस्थित ढंगले बनाउनुपर्छ भन्ने सोचेका छौं । त्यसका लागि चेतनामूलक कार्यक्रममा गर्ने गाउँपालिकाले लक्ष्य राखेको छ । अर्को कुरा फोहोर व्यवस्थापन गर्न पनि हामी लागेपरेका छौं । हामीले पुर्ण सरसफाइ युक्त टोलहरूको घोषणा गर्ने अभियानमा लागिरहेका छौं । त्यस अन्तर्गत हाम्रो सफा तथा हरियाली भूमे गाउँ भनेर हामीले रणनैतिक योजना बनाएका छौं । त्यस अन्तर्गत घरहरू हरियो बनाउने, वातावरणमा रुखहरू रोपेर हरियो बनाउने अभियान छ । भने फोहरहरू निश्चित ठाउँमा खाडलहरू बनाएर कुहिने र नकुहिने फोहरहरू सम्बन्धित ठाउँमा फाल्ने गरेका छौं । हामीले फोहर व्यवस्थापनको लागि सचेतनामूलक होडिङ बोर्डहरू राखेका छौं । धेरै ठाउँहरूमा फोहर संकलन गर्ने स्थानीय स्रोतबाट बनाईने निगालोबाट बुनेका डोकोहरू निर्माण गरेर त्यसलाई ठाउँठाउँमा राखेर जम्मा हुने फोहरलाई निश्चित ठाउँमा विसर्जन गर्ने हाम्रो योजना छ । यसरी नै फोहोर व्यवस्थापन गरेर लैजाने भन्ने कुराको वार्षिक हाम्रो नीति तथा कार्यक्रम छ । यस वर्ष देखि थर्ड पाटीलाई दिने योजना छ बोलपत्र आह्वान भइसकेको छ । अब त्यसको कुनै तेस्रो पक्ष गैर सरकारी संस्थाले प्रस्ताव पाउँछ र त्यसले लिएर यो कार्यक्रम लागु गर्छ ।

५) शहरीकरणसँगै सडक सञ्जालले छोइसकेपछि भूमे गाउँपालिकाले पैदलमार्ग हरूलाई बेवास्ता गऱ्यो, पैदलमार्गको स्तर उन्नति भएनन् भन्ने छ नि ?

- त्यस्तो यदाकदा भएको हुन सक्छ । पहिला सबै गोरेटो बाटो मात्रै भएर त्यतातिर मात्रै बढी योजना पर्ने हुन्थ्यो । अहिले मोटर बाटो आइसकेपछि गोरेटो बाटो केही कम भएको हो । मोटर बाटो सँगसँगै लैजाँदा खेरि गोरेटो बाटो कहिँ कतै ओझेलमा पऱ्यो कि भन्ने जस्तो महशुस हुन सक्छ । तर हामीले त्यस्तो गरेका छैनौं । अहिले पनि प्रधानमन्त्री स्वरोजगार कार्यक्रमको धेरै जसो काम त्यही गोरेटो बाटोहरू नै सम्पन्न भएका छन् । एकिन त्यसको रिपोर्ट मैले लिन पाएको छैन । कति परिणाम हामीले खन्यौं भन्ने मसँग हिसाब किताब नभए पनि गत साल र यस वर्ष पनि हामीले गोरेटो बाटोहरू नयाँ ट्र्याक खोल्ने, मर्मत गर्ने काम, बाटोहरू सोलिङ गर्ने काम हामीले गरिरहेका छौं । प्रधानमन्त्री स्वरोजगार कार्यक्रमको त झन बढी भन्दा बढी म्याट्रीयलहरू नदिने श्रम मात्रै पाउने भएका कारणले गोरेटो बाटोहरू धेरै नै खनिएका छन् । त्यसैले त्यस्तो महशुस भएको हो भने कुन ठाउँमा आवश्यक हो त्यस्तो ठाउँमा आगामी कार्यक्रममा समेट्दै लैजान्छौं ।

६) धेरै ठाउँहरूमा योजनाहरू अलपत्रै अवस्थामा हुन्छन् भन्ने खबर हरू बेलाबेलामा सुनिन्छन् । भूमे गाउँपालिकाले यो प्रवृति बढ्न नदिन कस्ता खाले नीति लिएको छ ?

- यो धेरै पुरानो रोग हो । अहिले त्यस्तो समस्या छैन । हामीले चौमासिक कार्यक्रम बनाएका छौं । ४/४ महिना भित्रैमा योजना सिध्याउने गरि निर्णय पारित भइसकेको हुन्छ । त्यसै अन्तर्गत धेरै कार्यक्रमहरू हामीले स्थानीय तह आइसकेपछि ती समस्या हल नै भइसकेको अवस्था छ । कहिँ कतै त्यस्ता परेका छन् भने त्यस्ता खाले कार्यक्रममा प्राथमिकता हुँदैन । त्यस्तो प्रकारको कार्यक्रमलाई दोस्रो प्राथमिकता पर्छ । किनभने उपभोक्ता समिति नै जागरुक भएन भने त हुँदैन । जहाँ उपभोक्ताहरू सक्रिय छन् त्यहाँ परिणाममुखी हुन्छ । छिटो लाभ पनि हुन्छ । त्यसकारणले गर्दा ओझेलमा पार्ने उपभोक्ता समिति र क्षेत्रलाई हामीले तपाईंहरूले काम गर्न सक्नुभएन भने अर्को वर्ष तपाईंहरू कहाँ कार्यक्रम नै बजेट थप हुँदैन है भनेर भनिराखेका हुन्छौं । त्यसकारणले गर्दा यहाँका जनताले उपभोक्ताहरूले कहिँ कतै काम बाँकी राखे पूरा गर्न सकेनन् भन्ने मलाई लाग्दैन । स्थानीयतह हुनु भन्दा पहिलाका समस्याहरू विकराल नै थिए र अहिले ती समस्याहरू समाधान भएर गइसकेका छन् । बरु पहिले अलपत्र भएर रहेका योजनाहरूलाई पुनः हामीले योजनामा राखेर तदारुकताका साथ निर्धारित समयमै काम पूरा गर्ने किसिमले गरिराखेका छौं । जस्तै अहिले पनि हामीले रिका-लुकुम-थवाङ सडक पहिले विभिन्न सडक डिभिजनबाट जिल्ला विकास समितिबाट भएको योजना थियो । सबैभन्दा ठूलो त्यत्रो सडकको योजना यो कसको जिम्मामा जाने या स्थानीय तहमा गएको हो कि ? प्रदेशकै कुनै डिभिजनमा रहेको या संघमा रहेको तयो खालको त्यस्तो अन्यौलतामा अकर्मण्यतामा रहेको अवस्था थियो त्यसलाई समेटेर हामीले यो लथालिङ्ग परेको योजनालाई चौमासिक योजनाभित्र राखेर कार्यान्वयन गर्ने गरेका छौं । यदि कतै एकाध त्यस्ता योजनाहरू तोकिएको समयभित्र भएका छैनन् भने उहाँहरूलाई अर्को वर्ष प्राथमिकताको मौका हुँदैन । अरु जसले राम्रोसँग सक्रिय पुर्वक परिणाममुखी काम गर्न सक्छ । समयमा सिध्याउन सक्छ त्यस्ता योजनाहरूलाई प्राथमिकता दिन्छौं । त्यस अनुरुप योजनामा लापरबाही र समय सिमा भित्र नसिध्याउनेहरूलाई केही पछि पारिन्छ । भोलि हो त्यहाँ आवश्यकता थियो होला तर केही वर्ष उहाँहरूले कारबाही स्वरुप अलिकति प्राथमिकतामा पछि पर्नुहुन्छ ।

रेखदेख
रुकुमको लोकप्रिय पत्रिका
२०७६ भदौ १६ सोमबार । 2 September 2019 Monday
हामी जे देख्छौं, त्यही लेख्छौं
स्वास्थ्य ५
www.rekhadekh.com

कब्जियतबाट जोगिने ८ घरेलु उपाय

दाम्पत्य जीवनमा स-साना झगडा भएन भने त्यो दामपत्य जीवन नै निरश हुन्छ । त्यसैले दामपत्य जीवनलाई रोचक बनाउनका लागि स-साना झगडा हुनु आवश्यक हुन्छ । तर कहिलेकाहीं तपाईंको झगडाले विकट रुप लियो भने त्यसले माया बढाउनुभन्दा सम्बन्धको नै अन्त्य हुन बेर लाग्दैन । त्यसैले आज हामी दाम्पत्य जीवनमा के-के कारणले झगडा पर्न सक्छ भनेर चर्चा गर्छौं ।

कब्जियत साझा स्वास्थ्य समस्या हो। यसले पेटमा गम्भीर गडबडी भएको संकेत गर्छ। सबै उमेरका मानिसमा देखिने यो रोगबाट विशेषगरी वृद्धवृद्धा पीडित छन्। कतिपय कब्जिय तपीडित चिकित्सकको औषधि खाइरहेका छन् भने कतिपय घरेलु उपचारमै निर्भर छन्। विज्ञहरुका अनुसार कब्जियतका लागि घरेलु उपचार अन्य औषधिभन्दा बढी प्रभावकारी हुन्छ। कब्जियतबाट मुक्त हुने आठ तरिका :

पानी

पानी कब्जियतको सबैभन्दा महत्वपूर्ण र उपयुक्त औषधि हो। बारम्बार प्रशस्त पानी पिएर वा झोलयुक्त खाना खाएर कब्जियत रोगबाट मुक्त हुन सकिन्छ। तर, पानीको नाममा सोडा वा अन्य पेय पदार्थ पिउनु कब्जियतको समाधान होइन। धारा वा कुवाको सफा पानी तताएर वा 'प्युरिफाई' गरेर पानी खाँदा कब्जियतको खतरा घट्नुका साथै कब्जियत भइसकेका व्यक्तिलाई पनि धेरै फाइदा गर्छ ।

फाइबरयुक्त खाना

हामी शरीरलाई चाहिने खानाको सट्टा अन्य अनावश्यक खानेकुरा खाएर पैसाको हिनामिना गरेका हुन्छौं । तर, त्यही पैसाबाट पोसिलो र शरीरलाई हित गर्ने स्वस्थकर खानाको बारेमा हेक्का नराख्दा हामीले स्वास्थ्यमा ठूलो मूल्य चुकाइरहेका छौं । जौ, गहुँ, रोटीजस्ता फाइबरयुक्त खाना पोसिलो मात्र होइन कब्जियतका लागि महत्वपूर्ण औषधि नै साबित भएका छन् ।

फलफूल तथा सागसब्जी

ताजा फलफूल तथा सब्जी उच्च पोषणयुक्त मात्र होइन, त्यसमा प्रशस्त फाइबर र तरल पदार्थ हुन्छ। यो हाम्रो समग्र पाचन पक्रियामा फाइदाजनक हुन्छ। तसर्थ, प्रशस्त हरियो सागसब्जी र ताजा फलफूल खाँदा कब्जियतको सम्भावना हुँदैन र भइसकेको कब्जियत पनि निको हुन्छ।

गेडागुडी

भिटामिन र प्रोटिनयुक्त गेडागुडी र बिउबिजनको नियमित उपभोगले कब्जियतलाई स्वभाविक रुपमै अन्य गरिदिन्छ।

तेल

जैतुनको गेडा, सब्जीको रस, भटमासको तेल, तिलको गेडा पनि कब्जियत उपचारमा प्रयोग हुन्छ। यी खाद्य पदार्थमा निकै न्यून मात्रामा चिल्लो पदार्थ हुनुका साथै आन्द्रालाई चिप्लो बनाई पेटको उकुसमुकुस र डम्म हुनबाट रोकिदिन्छ ।

उखुको जुस, खुदो र मह

कब्जियतका लागि उखुको जुस, खुदो र मह अचुक औषधि हुन्। उखुको जुसमा आवश्यकताअनुसार मह मिसाएर खाँदा यसले राम्रो औषधिको काम गर्छ ।

अंगुर र कागती

उच्च साइट्रस एसिडयुक्त अंगुर र कागतीले आन्द्राको फोहोरलाई सजिलै मलद्वारमार्फत निष्कासन गरिदिन्छ। थोरै मात्र अंगुर र कागती जुसले पनि यो समस्यालाई तत्कालै समाधान गरिदिन्छ ।

व्यायाम

विज्ञहरुका अनुसार उठबसलगायतको शारीरिक व्यायाय पनि आन्द्रामा रहेको स्टुल फाल्नका लागि उपयुक्त तरिका हो।

रहरका छोराछोरी र बाध्यताको जागीर

नेपाली समाजको प्रकृति नै यस अनुरूपको छ कि घरका सम्पूर्ण गृहस्थी महिलाले नै हेर्नुपर्छ । गाउँदेखि शहरसम्म लगभग उस्तै स्थिति छ । शहरिया जीवनमा खेतीपाती र पशुपालनको झन्झट हुँदैन ।

रचना मल्ल

नेपाली समाजको महिलाका काँधमा महत्वपूर्ण जिम्मेवारी हुन्छ। अझ कामकाजी महिलाको जिम्मेवारी दोब्बर हुन्छ ।

कामकाजी महिलाको सन्दर्भमा यहाँ नियमित रूपमा तलब-भत्ता बुझेर काम गर्ने, कार्यालय जाने वा नियमित काम गर्ने महिला बुझ्नुपर्छ । घरको सम्पूर्ण जिम्मेवारी बिहान तथा बेलुकी निर्वाह गरेर दिउँसो आफ्नो कार्यस्थलमा अत्यन्त जिम्मेवारी साथ प्रस्तुत हुनुपर्ने महिलाहरू काम काजी महिला हुन् ।

नेपाली समाजको प्रकृति नै यस अनुरूपको छ कि घरका सम्पूर्ण गृहस्थी महिलाले नै हेर्नुपर्छ । गाउँदेखि शहरसम्म लगभग उस्तै स्थिति छ । शहरिया जीवनमा खेतीपाती र पशुपालनको झन्झट हुँदैन । शहरका महिला घरभन्दा बाहिर आयआर्जनको नियमित कार्यमा संलग्न नरहेको अवस्थामा दिउँसो भरि फुर्सदको जीवनयापन गर्दछन्, जबकि ग्रामीण महिलामा भने यो लागू हुँदैन । घर भित्रको कार्य, बालबालिकाको हेरविचार सिध्याएर ग्रामीण महिलाले दिउँसो खेती पाती तथा पशुपक्षीमा ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ । कुनै पनि महिलालाई नियमित रूपमा खासै फुर्सद हुँदैन । शहरिया तथा ग्रामीण महिला भएपनि धनीहरूको हकमा अवस्था फरक हुन सक्छ ।

वर्तमान चलनचल्तीको भाषामा घर परिवारको जिम्मेवारी सम्हाल्ने, खेतीपातीको काममा सघाउने, पशुपालनमा सहयोग गर्ने तर पसल, उद्योग, शिक्षण संघ-संस्था वा अन्य क्षेत्रमा काम गरी थप आयआर्जनमा प्रत्यक्ष संलग्न नहुने महिलालाई कामकाजी महिलामा निन्न । तर गाउँमा खेतीपाती र पशुपालन जस्तै शहरमा संलग्न भए जस्तै शहरका महिला पुरुष जस्तै आयआर्जनका सम्पूर्ण गतिविधिहरूमा महिला संलग्न हुन्छन् । अब ग्रामीण महिला पनि विस्तारै यस्ता गतिविधिमा संलग्न हुनथालेका छन् । महिलालाई शहरमा काम गर्न तुलनात्मक रूपमा बढी समस्याको सामना गर्नुपर्छ। चुनौतीहरूलाई चिर्दै ग्रामीण महिलापनि रोजगारीका सम्पूर्ण क्षेत्रहरूमा आफ्नो प्रभाव विस्तार गरिरहेका छन् ।

महिला सचेतता, सक्षमता तथा संवैधानिक हकका कारण आज नेपाली महिलाले सेना तथा प्रहरी सेवामा समेत प्रवेश पाएका छन् । वैदेशिक रोजगारमा पनि महिला जान थालेका छन्। प्रविधि तथा प्राविधिक क्षेत्रमा पनि महिलाको उपस्थिति बढ्दो छ। यसले आर्थिक योगदानमा महिलाको सहभागिता बढ्दो छ । यसले महिला शिक्षा तथा जागरणमा पनि निकै ठूलो योगदान पुर्‍याएको छ ।

महिलाहरू समानताका दिशामा अग्रसर छन्। सबै क्षेत्र तथा अधिकार मा महिला समान भएपनि बच्चा जन्माउने सवालमा भने महिलालाई एकाधिकार प्राप्त छ ।

प्रसव अघि र पश्चात् महिलाले कठिन दिनबाट गुज्रनुपर्ने हुन्छ। अर्को एउटा मानव गर्भमा प्रवेश गरेदेखि त्यसले बाह्य संसारमा अवतरण गरेर कम्तीमा तीन वर्षसम्म आमाको साथ चाहन्छ । यसमध्ये कतिपय अर्थात् केही समय यति संवेदनशील हुन्छ किआमा र बच्चाको स्वास्थ्य माथि तुरुन्तै नकारात्मक असर पर्न सक्छ । यदि समयमा उचित ध्यान दिन सकिएन भने त्यस्तो समयावधिको लापरवाहीले बच्चा वाआमा वा दुवैको जीवनमा थिखतराको घडी आउन सक्छ वा जीवन भरिका लागि दीर्घरोग लाग्ने, अपाङग हुने जस्ता प्रभावहरू देखिन सक्छन् ।

यी र यस्ता कारणहरूले गर्दा कामकाजी महिलालाई प्रसव अघि र पछि गरी महिलाले आफ्नो इच्छा अनुसार साठी दिन बिदा लिन सक्ने प्रावधान छ । यस्तो बिदा दुई पटकलाई मात्र हुने व्यवस्था रहेको छ र केही समय देखि त सुत्केरीका पति जागिरे भएमा तिनले पनि सुत्केरी स्याहारका लागि पन्ध्र दिनको बिदा लिने व्यवस्था भएको पनि प्रकाशमा आएको छ । यसले महिलालाई विशेष सुविधा दिन खोजेको देखिन्छ तर यस प्रयासलाई युगानुकूल पर्याप्त मान्न सकिन्न। यसमा थप सुधारको आवश्यकता देखिन्छ ।

सार्वजनिक सञ्चार माध्यम तथा सरकारी सञ्चार माध्यमहरूले पनि एउटा विज्ञापन नियमित रूपमा प्रसारण गर्ने गरेका छन्। त्यो lj 1fkgs f]; Bj o:t f]5- बच्चाको लागि आमाको दूध अमृत समान हुन्छ। आमाले आफ्नो बच्चालाई कम्तीमा ६ महिनासम्मआफ्नो दूधमात्र ख्वाउनुपर्छ।

यो वैज्ञानिक सत्य हो किआमाको दूध बच्चाको लागि अमृत समान हुन्छ। वैज्ञानिकहरूले प्रमाणित गरि सकेका छन् कि आमाको दूधमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता बढी हुन्छ। जुन बच्चाले आफ्नो आमाको दूधमात्र छ महिना सम्म खान्छ त्यसले ठूलूला रोगहरु विरुद्ध लड्ने क्षमता प्राकृतिक रूपमै पाउँछ । ६ महिना उमेर नपुगेका बच्चालाई आमाको दूध बाहेक अरू केही पनि ख्वाउनु हुँदैन भनिन्छ। ६ महिनाको बच्चा भएपछि बल्ल बच्चालाई तरकारीको झोल, दालको पानीजस्ता पदार्थ थोरथोरै ख्वाउन थाल्नुपर्छ। रसायन नमिसाइएको प्राकृतिक फलफूलको रस (जुस) पनिथोरथोरै ख्वाउन सकिन्छ। छ महिनापुग्ने बित्तिकै अन्नख्वाउन सुरु गर्नुभन्दा पनि अझ केही समय पर्खिनु पर्छ भनिन्छ।

सरकारी सञ्चारमाध्यमहरूमा वा अन्य सञ्चार माध्यममा पनि सरकारी निकायको संलग्नता (तथा लगानीमा पनि हो कि?) बच्चाको लागि अमृत मानिने आमाको दूध बाहेक अरूथोक केही ख्वाउनुहुँदैन पनि भनिन्छ र सरकारले पनि यस वैज्ञानिक सत्यलाई स्वीकार गरिसकेको अवस्था छ भने कामकाजी महिलालाई हाल उपलब्ध गराउने बिदा दिनुमा सहानुभुति मात्र देखिन्छ ।

साठी दिनको बिदा प्रसव अघि र पछि समेत गरी भएकोले गर्भमा बच्चालाई लिएर एक (दुई हप्ता अघिदेखि बिदा लिएर घर बस्ने महिलाले बच्चा जन्मिन डाक्टरले दिएको समय भन्दा दुई चार दिन बढी ढिलो हुन थाल्दा मानसिक तनाव झेल्न थाल्छन् । आमाले लिने तनावको असर बच्चा माथि पर्छ भन्ने कुरो त सत्य हो नै ।

साथै यदि आफूले काम गर्ने थलो र आफ्नो घरको दूरी अलि बढी छ भने कामकाजी महिलालाई साठी दिनको बिदा सिध्याएर कार्यस्थल पुग्न तथा फर्किन अतिरिक्त समय खर्च गर्नुपर्ने हुन्छ । बिदा सिध्याएर कार्यस्थल जान थाल्दा बच्चाको उमेर दुई महिना पनि पुगेको हुँदैन। आमाले काम गर्ने ठाउँमा बच्चाको रेखदेख आमाबाट गर्न सम्भव हुँदैन। बच्चालाई राख्ने शिशु स्याहार केन्द्र पनि कार्यस्थलमा उपलब्ध हुँदैन। यस्तो अवस्थामा कामकाजी महिलाले आफ्नो दुई महिना पनि नपुगेको शिशुलाई घरमा छोडेर कामगर्न गई फर्केर फेरि घर आउँदा सम्म कम्तीमा आठ घण्टा बितेको हुन्छ।

दुई महिनाको शिशु आफ्नो आमाको दूध आठ घण्टा सम्म नखाइरहन सक्दैन। यस अवधिमा शिशुको रेखदेख गर्नेले प्याकेटको दूध वा पाउडर दूध ख्वाएर बच्चालाई फकाउनु पर्ने बाध्यता हुन्छ । बजारमा पाइने यीदुवैथरि दूध दुई महिनाको नवजात शिशुको स्वास्थ्यको दृष्टिले कति उपयुक्त हुन सक्छस यो अर्को बहसको विषय हो । तर एकातिर छ महिनासम्म आमाको दूधमात्र ख्वाउनुपर्छ भन्नु र अर्कोतिर कामकाजी महिलाले यस्तो अवसर पाउने वातावरण नहुनु बीच व्यापक विरोधाभास रहेको छ । यसको लागि कानुनमा सुधार गर्नुपरे पनि गरेर बच्चालाई यस्तो अधिकार दिलाउनुपर्छ । कामकाजी महिला ग्रामीण तथा शहरिया दुवै समाजमा आफैंमा उदाहरण पनि हुन् किनभने यस्ता महिलाहरू एकातिर शिक्षित छन्, देश-दुनियाँ जानेका छन्, समाजका धेरै पाटाहरूमा नवीन विचार तथा व्यवहार प्रस्तुत गर्छन् भने कामकाजी बन्न नसकेका महिलाहरूका लागि प्रत्यक्ष वा परोक्षरूपमा अनुकरणीय पनि हुन्छन् ।

छ महिना सम्म आफ्नो मात्र दूध ख्वाउनन सक्नु कामकाजी महिलाको अत्यन्त बाध्यात्मक विवशता भएपनि अन्य कामकाजी नभएका महिलाको लागि यो दृष्टान्त बन्छ कि बच्चालाई दुई महिना मात्रआफ्नो दूध चुसाए पुग्छ। शिक्षितहरुले यदि गर्छन् भने हामीले किनयसो गर्न नहुने भन्ने धारणा साधारण महिलामा पर्ने डर छ । बच्चालाई दूध चुसाउँदा वा लामो समय दूध चुसाउँदा सौन्दर्य घट्छ भन्ने मनोविज्ञान अझै हराइनसकेको सन्दर्भमा यस्तो सोचाइ झन् खतरनाक हुन जान्छ।

जनहितमा जारी सन्देश

रुकुम जिल्ला २०७१ साल पौष ७ गते नेपालको १८ औं खुल्ला दिशामुक्त क्षेत्र घोषणा भई सकेको छ । भने सन् २०२० सम्ममा रुकुमको सम्पूर्ण गाउँपालिका र नगरपालिकाका साथै जिल्लालाई नै पूर्ण सरसफाई घोषणा गर्ने लक्ष्य रहेको हुँदा सम्पूर्ण रूकुम जिल्लाबासी दाजुभाई, दिदी वहिनीहरूमा तपशिलमा उल्लेखित पूर्ण सरसफाईका ६+१ सूचकहरु पुरा गरी साविकका गाविस तथा हालका वडा तथा गाउँपालिकाहरूलाई पूर्ण सरसफाईयुक्त घोषणा अभियानलाई सफल बनाउन सम्पूर्ण जिल्लाबासीहरूमा हार्दिक अनुरोध गर्दछौं ।

तपशिल :

१) योजना तर्जुमा तथा व्यवस्थापन
२) चर्पीको समुचित प्रयोग (घरायसी, संस्थागत र सार्वजनिक)
३) व्यक्तिगत सरसफाई (साबुन पानीले हात धुने (घरायसी, संस्थागत र सार्वजनिक)
४) सुरक्षित पानीमा पहुँच तथा प्रयोग
५) सुरक्षीत खानाको प्रयोग
६) घरायसी एवं संस्थागत सरसफाई
७) वातावरणीय सरसफाई

डिभिजन प्रमुख
खानेपानी तथा सरसफाई डिभिजन
कार्यालय रुकुम (पश्चिम)

वर्षातका कारण ग्रामिन सडक भत्कीएपछि खच्चडबाट सामान ढुवानी गर्दै । तस्वीर रेखदेख

लोग्नेले बढी माया गरेको भन्दै पत्नीले मागिन् डिभोर्स

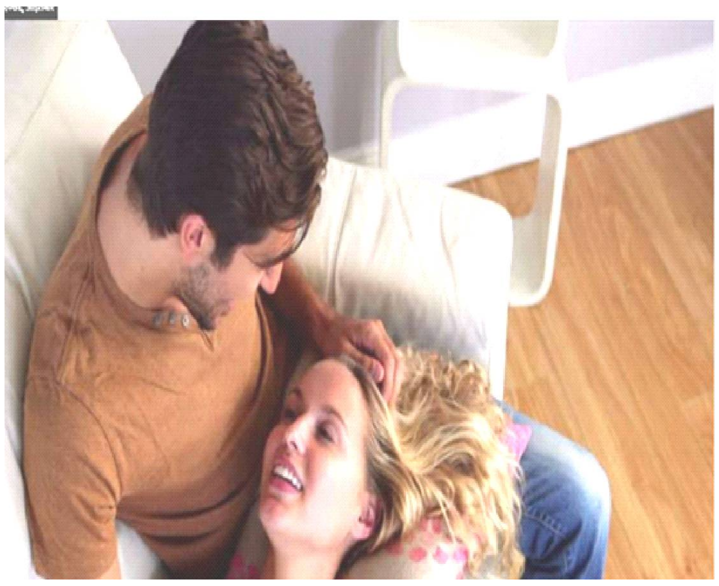
पति पत्नीबीच झैझगडा हुँदा, मन नमिल्दा तथा पतिले राम्रोसँग पालन पोषण नगर्दा पति पत्नीबीच डिभोर्स हुने गरेको त थाहा भएकै कुरा हो ।

तर यो दुनियामा केही महिला यस्ता पनि हुँदा रहेछन् जसले लोग्नेले बढि माया गर्दा पनि डिभोर्स माग्दा रहेछन् ।

पत्यारै नलाग्ने यो घटना युएइको हो । ती महिलाले आफ्नो लोग्नेसँग डिभोर्स माग्दा यस्तो कारण उल्लेख गरेकी छिन् कि त्यो सुन्दैमा अनौठो लाग्दछ । लोग्नेले आफुलाई आवश्यकता भन्दा धेरै माया गरेको उनको आरोप छ ।

एक वर्षअघि विवाह गरेकी ती महिलाले हालै अदालतमा डिभोर्सका लागि निवेदन दिइन् । लोग्नेले आफुलाई चाहिने भन्दा धेरै प्रेम गरेको र आफुलाई बढि प्रेम मन नपर्ने उनको तर्क छ ।

अदालतमा भएको बहसका क्रममा उनले इजलासमा भनेकी छिन्,



'मेरो पति न त म सँग झगडा गर्छन्, न त मलाई कहिल्यै चिन्तित हुन दिन्छन् ।

लोग्नेले आफुलाई अत्यन्तै धेरै माया गर्दा म वाक्क भएँ र प्रेमकै कारण मेरो जिवन नर्क बन्यो । त्यसैले मैले डिभोर्स गर्ने निर्णय गरेकी हुँ ।'

लोग्नेको अत्यधिक प्रेम र स्नेहबाट आफु प्रताडित भएको उनको भनाई छ ।

बिहे भएको एक वर्षमा एकपटक पनि झगडा हुन नपाएको उनले बताएकी छिन् ।

एजेन्सीको सहयोगमा

व्यक्तिगत घटना घटेको ३५ दिन भित्रै दर्ता गरौं

जन्मदर्ता भएपछि बालबालिकाको परिचय कायम हुन्छ । स्कुल भर्ना गर्न, नागरिकताको प्रमाण पत्र प्राप्त गर्न लगायतका कामको लागि जन्मदर्ता उपयोगी हुन्छ । त्यसैले बच्चा जन्मेको ३५ दिन भित्र आफ्नो वडा कार्यालयमा गई निशुल्क जन्मदर्ता गरौं । साथै विवाह, बसाईसराई, मृत्यु र सम्वन्ध बिच्छेदका घटनाहरु समेत ३५ दिन भित्र दर्ता गरी समयमा नै प्रमाण पत्र लिई ढुक्क बनौं ।

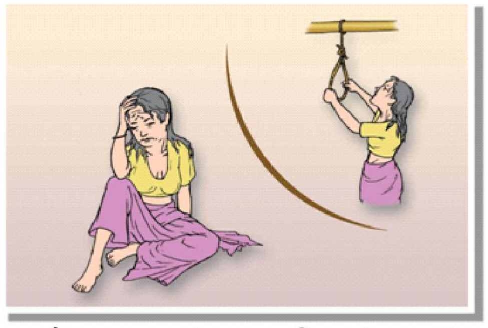
सानीभेरी गाउँपालिकाको कार्यालय
रूकुम (पश्चिम) कर्णाली प्रदेश नेपाल

जनहितमा जारी सन्देश

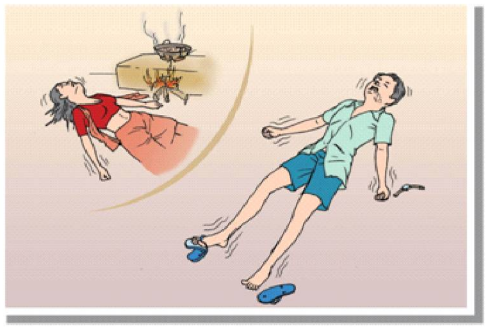
- महिलाको उमेर कम्तिमा २० बर्ष पुगेपछि मात्र बिबाह गरौं ।
- गर्भावस्था र सुत्केरी अवस्थामा पोषिलो खानेकुरा खाने गरौं ।
- गर्भावस्थामा कम्तीमा ४ पटक स्वास्थ्य जाँच गराऔं ।
- बच्चा दक्ष स्वास्थ्कर्मीको निगरानीमा स्वास्थ्य संस्थामै जन्माऔं ।
- बच्चा जन्मेको एक घण्टाभित्र आमाको बिगौती दुध खुवाउऔं ।
- बच्चा जन्मेको ६ महिना सम्म आमाको दुधमात्र खुवाउनु पर्दछ ।
- बच्चा ६ महिना पुगेपछि मात्र पुरक आहारा खुवाउने गरौं ।
- बच्चालाई कुपोषणबाट जोगाउन पोशिलो खानेकुरा खुवाऔं ।
- सरसफाई गरौं, झाडापखाला, आऊ जस्ता रोगबाट बचौं ।

भुमे गाउँपालिकाको कार्यालय
रुकुम (पूर्व) ५ नम्बर प्रदेश नेपाल

शरीर मात्र स्वस्थ भएर पुग्दैन मन पनि स्वस्थ हुनुपर्छ ...



एक्लै बस्न रूचाउने, मन आत्तिइरहने, अरूको कुरा सुन्दैमा झर्को लाग्ने, निद्रा नपर्ने वा बारम्बार आत्महत्याको विचार आएमा ....



अचानक मुर्छा परेर बेहोस हुने, हात खुट्टा अर्रो (कडा) हुने र मुखबाट फिँज निस्किएमा ...

डराउने, आत्तिने, रूने र स्कुलमा एकपछि अर्को गर्दै बेहोस हुने समस्या देखा परेमा.......

बालबालिकामा पनि टोलाउने, बढी चक्चक् गर्ने, डराउने, चुप लागेर बस्नै नसक्ने ... जस्ता समस्या देखिएमा ......

नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा उपचार र मनो-परामर्शका निम्ति तुरून्तै लैजाऔँ ..!

एन. प्याफ. रुकुम | जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालय, रुकुम | यु.एम.एन

हिमाली छापाखाना एण्ड स्टेशनरी पसल

हामीकहाँ फोटोकपी, लेमिलेसन, स्क्रिन प्रिन्ट, फोटो प्रिन्ट, पाठ्यपुस्तक, पत्रपत्रिका, कपडाको झोला छपाई, स्टेशनरी सामान, भिजिटीङ्ग कार्ड, विवाह कार्ड, शुभकामना कार्ड, कम्प्युटर टाईपिङ्ग, स्क्यानिङ्ग, एमआरपी फारम भर्नुका साथै इमेल इन्टरनेट सेवा समेत प्रदान गरिन्छ ।

हिमाली छापाखाना एण्ड स्टेशनरी पसल
मुसीकोट नगरपालिका १ तल्लो बजार रुकुम (पश्चिम)
फोन ०८८-५३०२६९ वा ९८४७९५४१९९, ९८४७९५४०७१

रेखदेख साप्ताहिकको लागि प्रकाशक/सम्पादक : प्रबिर ददेल कार्यालय : मुसिकोट नगरपालिका. १, मिडियाचोक रुकुम
फोन नं : ९८४७८७६७१३ इमेल : info@rekhadekh.com, rekhadekh@gmail.com
Web-www.rekhadekh.com मुद्रण : राप्ती अफसेट प्रेस रुकुम