संरक्षक
कृष्णप्रसाद बस्याल
अध्यक्ष
बगनासकाली गाउँपालिका

प्रमुख सल्लाहकार
सरस्वती दर्लामी (चिदी)
सुन्दरप्रसाद श्रेष्ठ
गोविन्दप्रसाद भट्टराई
शालिकराम पहारी

सम्पादक
मणिराम अधिकारी
स्वास्थ्य संयोजक
बगनासकाली गाउँपालिका

सम्पादन मण्डल
सन्तोष जि.सी.
ध्रुव पराजुली
विनिता पौडेल
नारायणप्रसाद गैरे
दिपक घिमिरे

प्रकाशक
बगनासकाली गाउँपालिका
चिर्तुङ्गधारा पाल्पा

मुद्रक
रानीमहल अफसेट प्रेस,पाल्पा
तानसेन, पाल्पा ९८५७०६०८५८

सम्पादकीय

समृद्धिका लागि हाम्रो यात्रा

नेपालमा संविधान निमार्णको इतिहासलाई हेर्ने हो भने हालको संविधान सातौं संविधान हो । जनताबाट जनताका लागि निर्मित पहिलो नेपालको संविधान २०७२ रहेको छ । हाम्रो संविधान २०७२ ले स्थानीय तहलाई प्रर्याप्त अधिकारहरु दिएको छ । संविधान र यसका संवैधानिक व्यवस्थाहरु आफैमा विकास र समृद्धिको कडी भने होइन त्यो त केवल यात्रा देखाइदिने, दिशा निर्देश गर्ने दस्तावेज मात्र हो । आज हामी सबैले विकास र समृद्धिको कुरा गरिरहेका छौं । समृद्धिको यात्रा तय गर्न हाम्रो संविधानले मार्ग प्रशस्त गरेको छ । अब हामीले गाउँपालिकालाई समृद्ध गाउँपालिकाको अभियान चलाउने बेला भएको छ । गाउँपालिकालाई कस्तो बनाउने, कुन बाटोमा हिडाउने भन्ने कुराको निर्धारण गर्नु जरुरी छ । उद्देश्य र गन्तव्य निर्धारण नगरी हिडिएको यात्रा जता पनि जान सक्छ । अरु मानिसले हिडेको बाटो हिड्दा अरु जहाँ पुग्छन् हामी पनि त्यहि पुग्छौं त्यसकारण हामीले संसारलाई नयाँ आँखाले हेर्न सक्नु पर्दछ । नयाँ बाटाहरु पहिल्याउन सक्नु पर्दछ ।

गाउँपालिकाको विकास र समृद्धिलाई स्पष्ट योजना सहितको बाटोमा श्रृखलाबद्ध पाइलाहरु अगाडि बढाउनु पर्ने बेला भएको छ त्यसकारण बगनासकाली गाउँपालिकामा शिक्षा स्वास्थ्य, कृषि, पशु, आयूर्वेद, पूर्वाधार, आर्थिक सामाजिक, साँस्कृतिक, पर्यटन क्षेत्रको विकास गरी २०७९ सालभित्र विकास र समृद्धिमा फड्को मार्ने गरी कार्यक्रम तय गरी कार्यान्वयनमा जानुपर्ने आजको आवश्यकता रहेको छ ।

विकास र समृद्धिको पाइलाहरु अगाडि बढ्दै गर्दा हाम्रा केही गन्तव्यहरु तय पनि भइसकेका छन्, जस अन्तर्गत खरको छाना रहित गाउँपालिका, सबै नागरिकहरुलाई खानेपानीको व्यवस्था गर्ने, बालमैत्री स्थानीय शासन भएको गाउँपालिका घोषणा गर्ने, कृषि पशुपालनमा व्यवसायीकरण र आधुनिकिकरण गरी आत्मनिर्भर गराउने, शिक्षालाई आधुनिकिकरण तथा प्राविधिक शिक्षामा जोड दिने, आधारभुत स्वास्थ्य सेवालाई सबैको पहुँचमा पुऱ्याउने, पर्यटनको विकास गरी आयमा वृद्धि गर्ने, शुन्यहोम डेलिभरी घोषणा, पूर्ण सरसफाई युक्त गाउँपालिका घोषणा गर्ने, गाउँपालिकाको भौतिक पूर्वाधार तथा बाटा घाटाहरुको स्तरोन्नति भएको गाउँपालिका निमार्ण गर्ने लगायतका सामाजिक विकास गर्ने अभियानहरु रहेका छन् ।

हामीलाई आशा तथा पूर्ण भरोसा छ, समृद्ध गाउँपालिका निमार्णमा सम्पूर्ण जनप्रतिनिधि, आम गाउँपालिका बासी पत्रकार, बुद्धिजीवि तथा कर्मचारीहरुको प्रयासमा समृद्ध बगनासकाली निमार्णको यात्रामा सफल हुनेछौं ।

जय बगनासकाली ।

बगनासकाली गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

lr tÈwf/f, kfNkf

५ नं. प्रदेश, नेपाल

प.सं. :०७५/०७६

च.नं. :

मिति : २०७६/१/१

शुभकामना

नयाँ वर्ष २०७६ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण बुवाआमा, दाजुभाई, दिदीबहिनीहरुमा शुख शान्ति समृद्धि र सुस्वास्थ्यको लागि हार्दिक मंगलमय शुभ कामना व्यक्त गर्दछु ।

मुलुकमा सञ्चालन भएका विगतको एकात्मक राज्यसञ्चालनविरुद्ध आन्दोलन भई व्यवस्थालाई परिवर्तन गर्दै, संघीय प्रणालीलाई अंगीकार गरेको सर्वविवितै छ । देश संघीयतमा गएसँगै स्थानीय तहमा महत्त्वपूर्ण कानूनी अधिकारहरु प्रत्योजित भएका छन् ती जनमुखी कानूनी व्यवस्थालाई व्यवहारमा उतार्ने स्थानीय सरकारको जिम्मेवारी रहेको छ । नेपालमा नयाँ व्यवस्थाको शुरुवातसँगै विभिन्न क्षेत्रमा अन्योलता पनि रहेका छन् । विभिन्न विषयगत शाखामा अन्योलता छन । स्पष्ट कानूनी व्यवस्थालाई व्यवहारमा सामान्यकरण गरी जनतालाई परिवर्तनको अनुभूति दिलाउने स्थानीय सरकारको चाहना रहँदारहँदै पनि विलम्ब पनि भएका छन् । मूलुकको विकासको लागि स्थानीयस्तरमा विकास प्रकृयालाई अग्रगामी छलाङ् मार्न, समय सिर्जित आवश्यकतासँग सामान्यीकरण गर्न नयाँनयाँ प्रविधिहरु प्रविष्ठ गर्न गराउन सामाजिक परिवर्तन, परिमार्जन, मानवीय सभ्यता र सँस्कृतिको सकारात्मक परिवर्तन, राष्ट्र राष्ट्रियताप्रति समर्पित सोंचको विकास भई बगनासकालीको समृद्धिका लागि नयाँ वर्ष २०७६ साल सफल रहोस् यही हाम्रो हार्दिक मंगलमय हार्दिक शुभकामना ।

कृष्णप्रसाद बस्याल

अध्यक्ष

बगनासकाली गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

lr t{ẅf/f, kfNkf

५ नं. प्रदेश, नेपाल

प.सं. :०७५/०७६

च.नं. :

मिति : २०७६/१/१

शुभकामना

नयाँ वर्ष २०७६ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण बुवाआमा दाजुभाई दिदीबहिनीहरुमा शुख शान्ती समृद्धि र सुस्वास्थ्यको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

नेपाली जनताहरुको चाहना र बलिदानीबाट प्राप्त संघीय गणतन्त्रात्कम व्यवस्थाको उपलब्धिलाई जनचाहना अनुसार सस्थागत विकासका गरी मुलुकको समृद्धिकामा एकताबद्ध भई अगाडि बढ्नु पर्ने आजको आवश्यकता रहेको छ ।

नागरिकहरुको समीपमा रहेको स्थानीय सरकारले जनचाहना अनुसारका कामहरु गर्ने प्रयत्न गरिरहेका छ । यद्यपि प्रर्याप्तता भने भएको छैन । हामीले समुदायको समृद्धिका लागि धेरै कामहरु गर्न बाँकी रहेका छन । समृद्धिको यात्रामा एउटा व्यक्ति र पक्षले मात्र ध्यान दिएर हुँदैन, सबै तह तप्का, राजनीतिक दल, बुद्धिजीविहरुको सकारात्मक सहयोग आवश्यक पर्दछ । हामीलाई पूर्ण विश्वास छ, नयाँ वर्ष २०७६ साल समृद्धिको आधार वर्ष रहनेछ यसका लागि सवै राजनीतिक दल, बुद्धिजीविहरुको स्वतस्र्फूत रुपमा समाज परिवर्तनको लागि लाग्नु हुनेछ भन्ने आशा र विश्वासका साथ नयाँ वर्षाको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

सरस्वती चिदी

उपाध्यक्ष

बगनासकाली गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

lr t]Ewf/f, kfNkf

५ नं. प्रदेश, नेपाल

प.सं. :०७५/०७६

च.नं. :   मिति : २०७६/१/१

शुभकामना

नयाँ वर्ष २०७६ सालको उपलक्ष्यमा बगनासकाली गाउँपालिका निवासी सम्पूर्ण आमाबुबा, दाजुभाई, दिदीबहिनीहरुमा सुस्वास्थ्य र दीर्घायुको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु । बगनासकाली गाउँपालिकाको समृद्धिका लागि जनप्रतिनिधिहरु र कर्मचारीहरुको सम्बन्ध नङ र मासुको जस्तै रहने र जनप्रतिनिधिले निमार्ण गरेका जनमुखी नीति तथा कार्यक्रमलाई कार्यान्वयन गर्ने गराउने हामी सबै जिम्मेवार पदमा रहने व्यक्तिहरुको काधमा त रहन्छ नै तथापी हाम्रो गाउँपालिकाको विकास र हरेक क्षेत्रको समृद्धिका लागि सम्पूर्ण जनप्रतिनिधिहरु, कर्मचारीहरु र गाउँबासी दाजुभाई दिदीबहिनीहरुमा २०७६ सालमा उत्साहका साथ हातमा हात र काँधमा काँध मिलाएर गाउँपालिकाको समृद्धिमा अगाडि बढ्न हामी सबैलाई प्रेरणा मिल्नेछ भन्ने पूर्ण विश्वासका साथ २०७६ सालको हार्दिक मंगलमय शुभकामना ।

सुन्दरप्रसाद श्रेष्ठ
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

:yfgLo txdf cfjlws of]hgfsf] cfjZostf

कोशलराज पौडेल
लेखा अधिकृत

संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको माध्यमबाट दीगो, शान्ति, संशासन विकास र समृद्धिको आकांक्षा पूरा गर्ने उद्देश्यका साथ वि.सं. २०७२ असोज ३ गते नेपालको सातौं संविधानको रुपमा 'नेपाल संविधान' जारी गरिएको छ । नेपालको सवैधानिक इतिहासमा पहिलोपल्ट जनताबाट निर्वाचित जनप्रतिनिधिहरुले संविधान सभाबाट संविधानको निर्माण गरेका हुन् । संघ, प्रदेश र स्थानीय तह गरी ३ तहको शासकीय व्यवस्था रहेको नेपालको वर्तमान संविधानले तिनै तहलाई व्यवस्थापकीय, कार्यकारीणी र केही न्यायिक अधिकारको समेत उपयोग गर्न सक्ने गरी व्यवस्था गरेको छ ।

सार्वभौम जनतालाई अधिकार सम्पन्न बनाउन विगतको एकात्मक राज्य व्यवस्थाले सिर्जना गरेका सवै प्रकारका विभेद शोषण, अन्यायलाई हटाउनका लागि समावेशी संघीय शासन प्रणलीको अवलम्बन गरिएको छ । केन्द्र, प्रदेश र स्थानीय तह गरी तीनवटै तहका सरकारहरु मुलुकलाई समृद्धि तर्फ रुपान्तरण गर्नका लागि क्रियाशील रहेका छन् । संघीयता कार्यान्वयनका लागि महत्वपूर्ण पक्ष मानिएको राजनीतिक संक्रमणको अन्त्य भई प्रशासनिक संक्रमण अन्त्य हुने अवस्थामा रहेको छ । कर्मचारी समायोजन प्रक्रिया करीब सकिन लागेको अवस्थामा छ । यसले स्थानीय तहमा हुने कर्मचारीको अभावलाई केही हदसम्म भएपनि सम्बोधन गर्ने देखिएको छ ।

आवधिक योजनाको ऐतिहासिक विकासक्रम

नेपालमा वि.सं. २००७ सालमा भएको निरंकुश राणा शासनको अन्त्यपछि देशको आर्थिक विकासको लागि सोच्न थालेको पाइन्छ । देशको विकासका लागि निश्चित कार्ययोजना सहित अगाडि बढ्नुपर्ने महशुस गरी टंकप्रसाद आचार्यको पालामा २०१३ असोज १ गतेबाट प्रथम पञ्चवर्षिय योजनाको शुरुवात भएको हो । नेपालमा जुद्धशमशेरको पालामा २० वर्षे दीर्घकालीन नीतिको तर्जुमा गरिएको भएपनि कार्यान्वयन हुन सकेको थिएन । वि.सं. २०१३ साल असोज १ गतेबाट नेपालमा प्रथम आवधिक योजनाको शुरुवात भएको पाइन्छ । नेपालमा योजनाबद्ध विकासको सिलसिलामा हाल १५ औं आवधिक योजना कार्यान्वयनको चरणमा रहेको छ । वि.स. २०१८, २०४७ र २०४८ गरी तीन वर्ष योजना विहीन वर्षको रुपमा रहेको थियो । हालसम्म दोस्रो, एघारौ, बाऱ्हौ, तेऱ्हौ र चौधौ योजना त्रिवर्षिय योजनाको रुपमा रह्यो भने अन्य सबै योजनाहरु पञ्चवर्षिय योजनाको रुपमा रहेका छन् । हाल नेपाल सरकारले १५ औं योजना कार्यान्वयन गरिरहेको छ भने केही प्रदेशहरु प्रदेश आवबधिक योजना तर्जुमा क्रियाशील छन् । त्यस्तै कतिपय स्थानीय तहहरुले पनि स्थानीय विकास क्रियाकलापलाई व्यवस्थित गर्न दिर्घकालीन सोंच सहितको आवधिक योजना तर्जुमा गरेका छन् भने धेरै स्थानीय तहहरुको यस प्रति ध्यान गएको छैन । स्थानीय तहहरुले वार्षिक योजना तथा बजेटको निर्माण गरी कार्यान्वयन गरीरहेका छन् । ७५३ वटै स्थानीय तहहरुले योजना र बजेट मार्फत जनताका आधारभूत आवश्यकताहरु परीपुर्ति गर्न क्रियाशील भएका छन् । अबको आवश्यकता भनेको स्थानीय तहहरुको आवधिक योजना तयार गर्नु हो । स्थानीय तहहरुको स्थानीय माग र आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्न सक्ने गरी अल्पकालिन, मध्यकालिन र दीर्घकालीन योजनाको तर्जुमा गरी कार्यान्वयन गर्नुपर्दछ ।

स्थानीय सरकार संचालन ऐन, २०७४ दफा २४ मा गाउँपालिका तथा नगरपालिकाले आफ्नो अधिकार क्षेत्रभित्रका विषयमा स्थानीय स्तरको विकासका लागि आवधिक, वार्षिक, राजनीतिगत, विषय क्षेत्रगत मध्यकालीन तथा दीर्घकालीन विकास योजना बनाई लागु गर्नुपर्दछ । यस्ता नीतिहरु नेपाल सरकार र प्रदेश सरकारको नीति लक्ष्य उद्देश्य, समय सीमा र प्रक्रियासँग अनुकूल हुने गरी सुशासन, वातावरण, बालमैत्री, जलवायु परिवर्तन, विपद् व्यवस्थापन, लैङ्गिक तथा सामाजिक समावेशीकरण जस्ता अन्तर सम्बन्धित विषयलाई ध्यान दिनुपर्नेछ भन्ने व्यवस्था रहेको छ ।

आवधिक योजना आफैमा एक अनुशासन हो । यसले उपलब्ध सिमित स्रोत र साधनको अधिकतम उपयोग गर्दै विकास प्रक्रियालाई छिटो छरितो बनाउन सघाउ पुऱ्याउँदछ । दीर्घकालीन सोंच सहितको स्पष्ट लक्ष्य र उद्देश्य भएको आवधिक योजनाले विकासलाई द्रुत र व्यवस्थित बनाउँछ । जनताहरुको आर्थिक, सामाजिक रुपान्तरणका लागि आधार प्रदान गर्दछ । विकासलाई दीगो, मितव्ययी र भरपर्दो बनाउँछ । राजनीतिक नेतृत्वले जनतासंग गरेका प्रतिबद्धता पूरा गर्न पनि आवधिक योजनाले सघाउ पुऱ्याउँदछ । शिक्षा, स्वास्थ्य तथा सरसफाई, स्थानीय सडक, बजार व्यवस्थापन, वातावारण संरक्षण, जैविक विविधता, कृषि तथा पशुपालन, खानेपानी

विपद् व्यवस्थापन, जलाधार, भाषा संस्कृतिको संरक्षण लगायत २२ वटा अधिकार सुची नेपालको संविधानको अनुसुची ८ मा स्थानीय तहको अधिकार सुची अन्तर्गत व्यवस्था गरिएको छ । यी विषयहरुमा स्थानीय तहले संघीय र प्रादेशिक कानूनसंग नबाभि्कने गरी स्थानिय परिवेश र विशिष्टतालाई ध्यानमा राखी आवश्यक कानून निर्माण गरी कार्यान्वयन गराउन सक्ने व्यवस्था रहेको छ । त्यस्तै अनुसुची ९ मा भएको संघ, प्रदेश र स्थानीय तहले साभ्का अधिकार सुचीको उपयोग गरी स्थानिय तहले आवधिक योजना निर्माण गर्न सक्दछन् ।

स्थानीय तहको आवधिक योजना निर्माणका आधारहरु

- नेपालको संविधान (राज्यका निर्देशक सिद्धान्त, नीति तथा दायित्व)
- दीगो विकास लक्ष्य
- अर्न्तराष्ट्रिय स्तरमा गरिएका सन्धी सम्भ्कौताहरु
- राज्यको दीर्घकालीन सोंच
- अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा गरिएका प्रतिवद्धताहरु
- संघीय सरकारको आवधिक योजना
- प्रादेशिक सरकारको आवधिक योजना
- ऐन, नियम (विभिन्न सरकारले निर्माण गरेका)
- स्थानीय सरकारका नीति तथा कार्यक्रम
- स्थानीय तहका प्राथामिकताका क्षेत्रहरु
- स्थानीय आवश्यकता र विशिष्टता
- जनसांख्यीक एवं भौगोलिक अवस्था
- स्थानीय तहको विकास व्यवस्थापन गर्न सक्ने क्षमता

आवधिक योजनाका उद्धेश्यहरु :

- मुलुकको आर्थिक सामाजिक रुपान्तरण गर्न
- जनताका आधारभूत आवश्यकताहरु पुरा गर्न
- स्थानीय तहको दीर्घकालीन लक्ष्य कीटान गर्न
- स्थानीय रोजगारीका अवसरहरु सिर्जना गर्न
- गरीबी निवारण गर्न
- सिमित स्रोत र साधनको अधिकतम उपयोग गर्न
- विकासमा जनसहभागितालाई प्रोत्साहन गर्न
- संघ र प्रदेशबीच सहकारिता र सहअस्तित्व कायम गर्न
- राजनीतिक प्रतिबद्धताहरु पूरा गर्न
- स्थानीय सीप, साधन र पूँजीको परिचालन गर्न
- दीगो विकास लक्ष्य हासिल गर्न
- सम्भाव्य स्रोतसाधनको पहिचान र सोको प्रक्षेपण गर्न
- स्थानीय विविधतालाई सम्बोधन गर्न
- विकास प्रक्रियालाई व्यवस्थित र स्वचालित बनाउन
- प्राकृतिक धार्मिक तथा सांस्कृतिक स्रोतहरुको संरक्षण गर्न
- सन्तुलित र समावेशी विकास गर्न
- स्थानीय उत्पादन र उत्पादकत्व वृद्धि गर्न
- विकासका उपलब्धीहरु सवै वर्ग र समुदायमा न्यायोर्चित वितरण गर्न

राज्यको दीर्घकालिन लक्ष्य, राष्ट्रिय र अर्न्तराष्ट्रिय स्तरमा गरिएका प्रतिबद्धताहरु, संघीय र प्रादेशिक सरकारले तयार गरेका आवधिक योजनासंग तादम्यता हुने गरी स्थानीय तहले आवधिक योजना तयार गर्नुपर्दछ उक्त आवधिक योजनाको उद्देश्य पूरा हुने गरी स्थानीय तहले आवधिक योजना तयार गर्नुपर्दछ । स्थानीय तहले पनि विकासका सहयात्रीहरु निजी क्षेत्र, गैरसरकारी संस्था, सहकारी क्षेत्र र स्थानीयस्तरमा गठन भएका विभिन्न संघ संस्थाहरुलाई समेत विकास प्रक्रियामा समावेश गर्न सक्ने गरी योजनाको तर्जुमा गर्नुपर्दछ । नीजि क्षेत्रसंग भएको पूँजी, गैर सरकारी क्षेत्रसँग भएको सामाजिक पूँजी, सहकारी क्षेत्रसंग भएको स्थानीय सीप, पूँजी र प्रविधिलाई अधिकतम परिचालन गर्न सक्ने गरी स्थानीय तहले आफूलाई नियामक, उत्प्रेरक र सहजकर्ताको भूमिकामा रहनुपर्दछ । लगानी मैत्री वातावरणको सिर्जना गरी निजी क्षेत्रलाई आर्थिक विकासका लागि क्रियाशील बनाउनु पर्दछ । स्थानीय तहका प्रमुख समस्या, समस्या समाधानका उपायहरु र स्थानीय सम्भावनाहरुलाई ध्यानमा राखी आवधिक योजना तयार गर्नुपर्दछ । कति समयभित्र कुन विधि र प्रक्रियाबाट आवधिक योजनाबाट विकास लक्ष्य हासिल गर्ने स्पष्ट हुनुपर्दछ । स्थानीय तहका प्राथमिकतता क्षेत्रहरु पहिचान गर्नुपर्दछ । विकास प्रक्रियामा जनसहभागितामुलक पद्धतिको अबलम्बन गर्दै स्थानीयस्तरका जनताको पहुँच अभिवृद्धि गर्नुपर्दछ । स्पष्ट दीर्घकालिन सोंच, लक्ष्य, उद्देश्य, रणनीति कार्यान्वयन कार्यतालिका कार्य जिम्मेवारी अनुगमन तथा मूल्याङ्कन, कार्ययोजना सहित तर्जुमा गरिएको आवधिक योजना विकासका लक्ष्यहरु हासील गर्न सक्दछ । स्थानीय विविधतालाई शक्तिको रुपमा लिई विविधताको सम्बोधन गर्न सक्नुपर्दछ ।

निष्कर्ष :

देशको दीर्घकालीन लक्ष्य, संघीय र प्रादेशिक सरकारले तर्जुमा गरेका आवधिक योजना लक्ष्य प्राप्त गर्न स्थानीय तहले पनि आवधिक योजना तर्जुमा गर्नुपर्दछ । आर्थिक सामाजिक रुपान्तरण, जनताको जीवनस्तरमा सुधार, विकासलाई व्यवस्थित र स्वचालित बनाउन स्थानीय तहले पनि स्थानीय सम्भावनालाई ध्यान दिदै आवधिक योजना बनाउनुपर्ने टड्कारो आवश्यकता छ । त्यसका लागि स्थानीय तहलाई आवधिक योजना तर्जुमा गर्न ढिलो भइसकेको छ । स्थानीय तहमा योजना तर्जुमा गरिसकेपछि स्थानीय तहको संस्थागत क्षमता अभिवृद्धि गर्नुपर्दछ । त्यसका लागि आवश्यक ज्ञान, सूचना प्रविधि, अध्ययन तालिम र अनुसन्धानमा लगानी बढाउनुपर्दछ ।

d]n ldnfk stf{x?sf] e'ldsf

कुल प्रसाद ढुंगाना
वडा सदस्य तथा
न्यायिक समिति सदस्य
बगनासकाली गाउँपालिका

मेलमिलाप कर्ताहरुले सर्व प्रथम विवाद के हो ? विवाद कसरी हुन्छ ? र विवादलाई कसरी समाधान गर्न सकिन्छ ? भन्ने बारेमा यकिन गर्न सक्नु पर्दछ । विवाद जो कसैको पनि सानो हुँदैन जसले जहाँ विवाद गर्छ त्यहाँ उसले समस्या ठूलो भएको महशुस गर्दछ ।

विवाद समाधान गर्दा वार्ताको माध्यम, मध्यस्तताको माध्यम र मेलमिलापको प्रकृयाबाट, विवाद समाधान गर्न सकिन्छ । विवादलाई जहिले पनि नियन्त्रणमा राख्नु पर्दछ, विवाद र आगो उस्तै हो आगो लाई नियन्त्रण नगरी छोडेमा सारा सखाप पार्छ, त्यस्तै विवाद पनि समयमा व्यवस्थापन तथा समाधान हुनुपर्छ अन्यथा आगोको रुप झै फैलिन सक्दछ ।

विवाद उत्पन्न हुने साधन श्रोत समेत बुझ्नु पर्दछ । बिबादलाई मध्यस्थता गर्ने ब्यक्तिले विवाद उत्पन्न हुने श्रोत साधनहरु, सूचना तथा जानकारी आपसी सम्बन्ध व्यक्तिगत चाहाना तथा आवश्यकता सामाजिक तथा संस्थागत संरचना मूल्य मान्यता र अन्य विविध कारणहरुलाई ख्याल गर्नु पर्दछ ।

संसारका विभिन्न मुलुकहरुले बिबादको समाधान संबादबाटै गरेको पाईन्छ जसमा श्रीलङका, फिलिपिन्स दक्षिण अफ्रिका भारत लगायतका धेरै देशहरु रहेका छन । बिश्व ईतिहासलाई हेर्दा आधुनिक मेलमिलापको सुरुवात अमेरिकाको हार्वट यूनिभरसिटीवाट भएको र यस सम्बन्धी "Getling to yes" भन्ने पुस्तक समेत William Urrey लगायतका वैज्ञानिक हरुले तयार पारेका थिए ।

नेपालमा बिबाद समाधानको इतिहासलाई हेर्ने हो भने धेरै अगाडि बाटै स्थानीयस्तरमा बिबाद समाधान गर्ने चलन रहेको पाइन्छ । राज्यको तर्फबाट न्यायिक अधिकारको व्यवस्था २००६ चैत्रमा बनेको नेपाल राज्य नगर पञ्चायती ऐनबाट पनि सुरु भएको देखिन्छ भने स्थानीय स्वायत्त शासन ऐन २०७५ ले पनि न्यायिक अधिकार तत्कालिन स्थानीय निकाय नगरपालिका र गाउँ विकास समितिलाई दिएको थियो । २०६८ सालमा मेलमिलाप सम्बन्धी ऐन बनेपछि यस सम्बन्धी कुराहरु अधि बढको पाइन्छ ।

मेलमिलापका प्रकारहरू :

१) Avoidence Approach ((पन्छाएर)
२) Compitition Approach (प्रतिस्पर्धा)
३) Accomoclition Approach (अरुले भनेको मान्ने)
४) Compromise Approach (सम्झौता)
५) Colaboration Approach (संकाय)

यी उल्लेखित प्रकृयाहरु सन् १९७० मा शुरु गरे भने १९८० मा विस्तार भयो र १९९० बाट विश्वभरि फैलिदै गएको पाईन्छ । मेल मिलापको प्रकृयाबाट विवाद निरुपण गर्ने शिलशिलमा सिंगापुर अग्रस्थानमा देखिन्छ । तसर्थ यस सम्बन्धी प्रकृया बुझ्नको लागि विभिन्न मुलुकबाट सिंगापुर भ्रमण जाने गर्दछन् । जहाँ मेलमिलाप राम्रो हुन्छ । त्यहाँ विकास पनि राम्रो हुन्छ । अत संचारको वारेमा पनि थाहा पाउन जरुरी हुन्छ । संचार भनेको सूचना लिने दिने कार्य हो । संचार रारीरिक हाउ भाउ, शब्द स्वरबाट गर्न सकिन्छ । संचार एक ओहोरो र दोहोरो गरी प्रकारबाट गर्न सकिन्छ ।

संचारमा प्रश्न गर्दा, बन्द प्रश्न खुल्ला प्रश्न र अनुसरण प्रश्न गर्न सकिन्छ ।

बन्द प्रश्नमा सामान्य हो होइन र शारीरिक हाउभाउ समेत हुन्छ भने खुला प्रश्नमा संचार माध्यमहरुमा आउने प्रश्न हुन्छ त्यस्तै अनुसरण प्रश्नमा एउटा प्रश्न सोध्ने र फेरि दोहोऱ्याएर सोध्ने जस्ता प्रश्नहरु हुन्छन् ।

अशल श्रोता बन्नका लागि केहि सुत्रहरु :-

१) बोलिरहेको व्यक्तिलाई पूर्णध्यान दिने ।
२) वक्तातर्फ ध्यान केन्द्रित भएको कुरा प्रत्याभूत गराउने ।
३) व्यक्तिले अब के भन्छ सुन्ने ।
४) वक्त्राका सबै कुरा सुनि सकेपछि मात्र बोल्ने
५) ध्यान पूर्वक प्रतिरोध नगरी सुन्ने ।

मेलमिलाप कर्ताको भूमिका नं. १

१) संयोजक २) प्रकृया ३) परिक्षक ४) अहस्य ५) नियन्त्रक ६) सल्लाहकार

भूमिका नं. २

१) सहयोगी २) सहजकर्ता ३) अनुसन्धानकर्ता ४) विवेचक ५) उत्प्रेरक

मेलमिलाप कर्ताहरु कस्तो हुनुपर्छ र त्यसमा हुने गुणहरु तपशीलमा उल्लेखित जनावर तथा पशु र किटसंग तुलना गरिएका शब्दमा उल्लेखित भाव जस्तो हुनु पर्दछ ।

जस्तै :-

१) मुसा जस्तो चतुर
२) माछा जस्तो गहिराईमा पुग्ने
३) कुकुर जस्तो विश्वासिलो/इमान्दार
४) हात्ति जस्तो स्मरण गर्न सक्ने
५) खच्चड जस्तो भारी बोक्ने
६) हाँस जस्तो दूध पानी छुट्याउने
७) वकुल्ला जस्तो धैर्यता
८) कोइली जस्तो मिठो वोलि
९) कमिला जस्तो मेहनति
१०) उल्लू जस्तो अन्धकारमा देख्ने
११) चील जस्तो सुक्ष्म दृष्टि

मेलमिलापको विशेषता:-

१) विवादको शान्तीपूर्ण समाधानको उपाय
२) सरल प्रकृया
३) अनौपचारिक विधि

४) कम खर्चिलो
५) न्यायमा सर्वसाधरणको पहुचमा वृद्धि
६) मेलमिलापकर्ता निष्पक्ष र तटस्थ हुने
७) जीत-जीतको परिणाम प्राप्त हुने
८) सदाको लागि विवाद अन्त हुने ।

विवादमा समस्या समाधानका सिद्धान्तहरू :

१) कानूनी प्रकृया
२) प्रतिस्पर्धा
३) एक अर्कामा अनुकूल बनेर
४) सम्झौता गरेर

विवाद समाधानमा वार्ता किन ?

१) पक्षहरू आफैले समाधान खोज्ने तेश्रो पक्षको आवश्यक नपर्ने ।
२) विवाद समाधान वा छलफलमा समय र खर्च कम लाग्ने ।
३) वार्ताका कार्यविधि पक्षहरू आफैले तय गर्न पाउने ।
४) गोप्यता कायम हुने ।
५) तेश्रो पक्षले बहकाउन प्रभावमा पार्न नपाउने ।
६) सहमतिमा पक्षहरुको चित्त बुझ्ने
७) सहमति निष्पक्ष, दीगो दुवैलाई स्वीकार्य हुने ।
८) पक्षहरुको सहमति कार्यान्वयन सहज हुने ।

विवादमा समस्या समाधानका सिद्धान्तहरू :

१) कानूनी प्रकृया
२) प्रतिस्पर्धा
३) एक अर्कामा अनुकूल बनेर
४) सम्झौता गरेर

वार्ताका चरणहरू:-

१) तैयारी चरण
२) रणनीति तैयार गर्ने चरण
३) वार्ताको चरण
४) समझदारी विकाश गर्ने
५) सौदा गर्ने
६) वार्ता अन्त्य गर्ने चरण

वार्ताको नियम :

१) अडानमा सौदावादी नगर्ने
२) व्यक्तिलाई समस्यावाट अलग नगर्ने
३) पारस्परिक लाभयुक्त विकल्पको खोजी गर्ने
४) वस्तुगत आधारको प्रयोगमा जोड दिने
५) सर्वोत्तम र न्यूनतम विकल्पको पहिचान गर्ने ।

अडान र हित :

अडान र हितको कुरा गर्दा अडान दृश्य हुन्छ भने हित अहस्य हुन्छ । मेलमिलापकर्ताहरु अडानमा भन्दा हितमा केन्द्रित हुनुपर्छ ।

हितका प्रकारहरु :-

क) अलग
ख) साझा
ग) परस्पर

हितका प्रकारहरु अलग-अलग हुन सक्छन् साँझा हुन सक्छन् भने परस्पर सवैको लागि पनि हुन सक्दछ ।

अडानमा किन भन्ने प्रश्न आउँछ भने हितमा भएकाले, भएकोल भन्ने शब्दहरु आउछन् ।

Apprecative inquiry अर्थात प्रशसनीय दृष्टिकोण : -

मेलमिलाप कर्ताहरु जहिले पनि प्रशसनीय ढंगबाट काम गर्न सक्ने हुनुपर्दछ । पुरानै निरंकुश सामन्ती पर्था अपनाउनु हुँदैन ।

मेलमिलापकर्ताहरु जहिले पनि प्रशन्न मुद्रामा आफ्नो व्य(वहार प्रस्तुत गर्न सक्ने हुनुपर्दछ । जुन सुकै पक्षको जस्तो सुकै व्यवहार किन नहोस् उसंग पनि आत्मा हुन्छ भन्ने कुरा बुझि सहमतिमा लैजाने प्रयास गर्नु पर्ने हुन्छ ।

सकारात्मक पक्षका चरणहरू

१) लक्ष २) नियम ३) सिद्धान्त ४) चरणहरू

यी उपरोक्त चरणहरुका आधारमा मेल मिलापकर्ताहरुले व्यवहार देखाउनु पर्दछ ।

मेलमिलाप कर्ताहरुले कस्तो अवस्थामा सहमति नगराउने । कानूनले दिएको व्यवस्था विपरित सामाजिक रुपमा अन्याय हुने भौलिक र मानव अधिकार हनन् हुने खालका विवादमा मेल मिलापकर्ताहरुले पक्षहरुलाई सहमति गराउन हुँदैन ।

मेल मिलापका थप औजारहरू:-

BATNA/WATNA, ZOPA & Dirty Tricks

BATNA = Best After native to a Negotiated Agreement.

पक्षहरुको रोहवरमा मेलमिलापकर्ताले सहमतिमा ल्याउने विभिन्न उपायहरु गर्दै जाँदा पनि सम्भव हुन नसकेपछि पुनः कुनै उत्तम विल्कप खोजी पक्षहरुको रायवाट सहमति ल्याउन खोजियको प्रयास ।

WANTA = Worse alternative to a negotiated Agreement

यो तरिकामा एउटा पक्षले अडान लिदै गर्दा शक्तिशाली देखिनु र अर्को पक्ष अलि लचक र कमजोर देखिएको अवस्थामा सहमतिमा ल्याउन गरिने प्रयास ।

ZOPA= Zone Of Possible Agreement मिलापत्रको सम्भ(ावित क्षेत्र ।

दुवै पक्षहरुको सवै कुराहरु सुनि सकेपछि, अब यिनीहरु कुन कुरामा मिल्न सक्छन् भन्ने पत्ता लगाउनु ।

पत्ता लगाउने विषयमा कुरा गर्दा एकान्त वार्ता गर्ने र एकान्त वार्तामा मिल्ने-मिल्ने कुराहरु खोजी गर्ने मिल्ने, मिल्ने प्रकृयाको प्रस्तुतीमा समान नहुन सक्छ यसमा मेलमिलाप कर्ताको भूमिका प्रमुख रहन्छ ।

Dirty Tricks:- छटु चालको क्रियाकलाप पक्षहरुले अनेकौ वाहानाहरु गर्दै मिल्न नचाहाना पनि सक्छन् त्यो वेला मेलमिलाप कर्ताले उनिहरुसंग प्रश्नहरुवाट उनिहरुको आन्तरिक जड पत्ता लगाउन परिक्षण गर्दै जानु पर्दछ । त्यसवेला सावधानी पूर्वक आफूले आफैलाई चिन्दै प्रभावकारी बनाउनु प्रयास गर्न सकिन्छ ।

; Gbe{ ; fdful dh]ldnfk
s tf{?sf] tflnd augf; sfnL

बगनासकाली गाउँपालिकामा बालमैत्री अभियान समस्या,सम्भावना र चुनौती

झपेन्द्र खनाल
वडा सदस्य
बगनासकाली-६, यम्घा, पाल्पा

आजका बालबालिका भोलिका देशका कर्णधार र राष्ट्रलाई उठाउने दरिला खम्बाहरु हुन । देशलाई समुन्नत एवं समृद्ध बनाउने भोलिका योजनाकारहरु पनि । आजका बालबालिका हरु नै हुन जसको हातमा राष्ट्रको भविष्य समेटिएको हुन्छ । आजका बालबालिका हरु सम्य, सुसस्कृत भए भने मात्र भोलि देशले असल र योग्य नागरिक प्राप्त गर्न सक्छौ । यसैका लागि हामीले बालबालिकाहरुलाई सोही दिशातर्फ निर्दिष्ट गर्न हाम्रा गतिविधि, क्रियाकलाप एवं अभियानहरु संचालन गर्नु आवश्यक छ । बालबालिकाहरुप्रति गरिने व्यवहार, दृष्टिकोण अनि कार्यक्रमहरु सोही दिशातर्फ परिलक्षित हुनु जरुरी छ ।

हामी सवै अभिभावकहरु चाहिरहेका छौं कि हाम्रो भविष्य भन्दा बालबालिकाको भविष्य सुखद होस् । हाम्रा बालबालिकाहरु हरेक क्षेत्रमा अगाडि बढ्न हामी आफु भन्दा अझ धेरै शिक्षित बनून् । गुणस्तरीय शिक्षा प्राप्त गर्न सकून । हामी आफुले थप कष्ट सहेरै भएपनि हाम्रा बालबालिकाहरु चाहि खुशी र खुशी रहून भन्ने चाहना हरेक सचेत अभिभावकहरुको रहेको हुन्छ । यी र यस्ता खालका सोंचहरु नै बालमैत्री सोंचहरु हुन् ।

बालमैत्रीका अवधारणाहरु, देश, काल र परिस्थिति अनुसार त्यसका सूचक र परिभाषाहरुमा केही फेर बदल पनि हुन सक्छन् । देशको अवस्था त्यहाँको राजनैतिक, आर्थिक, साँस्कृतिक परिवेश अनुसार बालमैत्रीको स्वरुप पनि भिन्न हुन सक्छ । बालबालिका का अधिकारहरुलाइ सुरक्षित गर्दै, बालबचाउ, बाल संरक्षण, बालविकास र बाल सहभागिता जस्ता बालबालिकाका क्षेत्रका समग्र पक्षहरुको संबर्द्धन एवं प्रबर्द्धन गरी सुशासन अभिवृद्धि गर्न ल्याइएको नवीनतम अवधारणा नै बालमैत्री हो भन्ने मान्यतालाई बगनासकाली गाउँपालिकाले अवलम्बन गर्दै घर, परिवार, संघ, संस्था, सरकार तथा समग्रमा बयस्कहरुले बालबालिकाहरुको समग्र हितलाई ध्यानमा राखी बालबालिकाहरुको पहुँच र अर्थपूर्ण सहभागिता हुने गरी योजना निर्माण र कार्यान्वयन गर्नु बालमैत्री वातावरण हो भन्ने मान्यतालाई आत्मसाथ गर्दै बगनासकाली गाउँपालिका को साधन र श्रोतहरु बालबालिकाको क्षेत्रमा समेत प्रवाह गर्ने र बालबालिकाहरु प्रति गरिने हिंसा, शोषण र विभेदको समेत अन्त्य गर्ने अवधारणा र अपेक्षा सहित गाउँपालिका यो अभियान संचालन गर्न लागि परेको छ । जस अनुसार ३९ वटा सूचक तथा १६ वटा खुड्किलाहरु पार गरी बगनासकाली गाउँपालिका लाई बालमैत्री स्थानीय शासन घोषणा गर्ने नीति तय गरेको छ । बगनासकाली गाउँपालिका बालमैत्रीको क्षेत्रमा अग्रणी भूमिका निर्भाह गर्दै अभियानको अभियन्ता बनेको छ । यस अभियानलाई पूर्ण रुपमा सफल बनाउने ध्ययका साथ आफ्ना कार्यक्रम र गतिविधिहरु अगाडि सारेको छ । बालबालिकाको प्रयास र पहलले मात्र उनीहरुको भविष्य उज्वल हुन सम्भव नभएकोले विभिन्न अवसरहरु प्रदान गर्दै अधिकार रक्षाका लागि निश्चित उद्देश्य लिएर काममा जुट्न बगनासकालीले सबैलाई आव्हान समेत गरेको छ । केवल एकल प्रयासले मात्र हाम्रा बालबालिकाहरु माथि हुने सबै प्रकारका हिंसा, शोषण र विभेदको अन्त्य गर्न नसकिने भन्दै सबै सरोकारवालहरु एकजुट भै कामको थालनी गर्नुपर्ने कुरालाई आत्मसाथ गरी बगनासकाली गाउँपालिकाले ''बालमैत्री स्थानीय शासन'' कार्यक्रम अवलम्बन गरेको छ । ३९ सूचक तथा १६ खुड्किला हरु पार गरेर मात्र यस स्थानीय निकायलाई बालमैत्री घोषणा गर्न सकिन्छ । यस मध्येका केहि सूचकहरु र खुड्किलाहरु सहज र सरल लाग्छन् भने कुनै चाहि निश्चित समय सिमाभित्र पुरा हुन नसक्ने अवस्था सिर्जना हुने हो कि भन्ने आशंका गर्ने ठाउँ भेटिन्छ ।

बालमैत्री स्थानिय शासन यसको सम्भावना, समस्या र चुनौतीका सन्दर्भमा स्थानीय निकायभित्रका समग्र जिम्मेवार पक्षसंग छलफल र बहस चलाउनु नितान्त आवश्यक छ । बगनासकाली गाउँपालिकाहरु बालमैत्री घोषणा गर्दै गर्दा यसका सूचक र खुड्किलाहरु हामीले पूरा गर्न सक्छौं कि सक्दैनौ वा ती सूचक र खुड्किलाहरु पूरा गरी सकेको अवस्थामा त्यसलाई निरन्तरता दिन सकिन्छ कि सकिदैन भन्ने विषय वस्तुतर्फ ध्यान जानु पर्दछ । बालमैत्री गलिविधि र व्यहारलाई घर परिवार, विद्यालय समाज र सार्वजनिक स्थलहरुमा समेत स्थापित गर्न सक्नुपर्छ र सवै सुमदायका प्रत्येक बालबालिकाहरुले बालमैत्री वातावरणको महशुस गर्न पाउनुपर्छ । अन्यथा बालमैत्री कार्यक्रम केवल घोषणामा मात्र समिति बन्न सक्छ ।

हामीले समाजभित्र रहेका गलत मान्यता, संस्कार र परिपाटीलाई निर्मुल पार्नु आवश्यक छ । आज पनि हाम्रो समाजमा छोरा र छोरीप्रति हेर्ने दृष्टिकोण विभेदपूर्ण छ । आफ्नै सन्तानप्रति हेर्ने दृष्किोण जब सम्म समान हुँदैन तबसम्म हाम्रो समाज बालमैत्री बन्न सक्दैन । बाल बिबाहको संख्यामा कमि आएको हुनुपर्ने भनिएको छ । अहिले पनि जानेर वा नजानेर मागेर वा भागेर हाम्रो समाजभित्र बालबिबाह भएको पाइन्छ । कानुनी रुपमा बन्देज गरिएको भएपनि कुनै रुपमा बालविवाह भइनै रहेको पाइन्छ । सवै घरधुरीहरुमा पिउन योग्य खानेपानीको सुविधा उपलब्ध हुनुपर्ने कुरा सूचकमा समावेश छ । बगनासकालीको आजको मूल समस्या मध्येको तड्कारो समस्या खानेपानी नै हो । सबै नागरिकको घर-घरमा पिउन योग्य खानेपानीको व्यवस्था गर्नु गाउँपालिकाको प्रमुख दायित्व हो । यसतर्फ गाउँपालिकाको नीति, कार्यक्रम र अवधारणा आएको त पाइन्छ तर पनि यो समस्याको पूर्ण रुपमा समाधान गर्न धेरै जटिलताहरु छन् । बालमैत्री स्थानीय शासन घोषणा गर्दै गर्दा यस बगनासकालीभित्रका सवै घरघरमा पिउन योग्य स्वच्छ खानेपानी तोकिएको समय सिमाभित्र पुऱ्याउन सकिन्छ कि सकिदैन ? स्वच्छ खानेपानी बिनाको बगनासकाली बालमैत्री बन्न सक्छ कि सक्दैन ? यसतर्फ तदारुकताका साथ काम हुनु जरुरी छ । सवै घर घरमा शौचालयको व्यवस्था हुनुपर्ने सूचकमा उल्लेख छ । बगनासकाली गाउँपालिकाका सवै वडाहरुलाई 'खुला दिशा मुक्त' घोषणा गरी सकिएको अवस्था छ । यसको अर्थ बगनासकाली गाउँपालिकाका सवै वडाका सवै घरधुरीहरुमा शौचालयको व्यवस्था छ र चर्पी मै दिशापिसाब गर्ने बानीको विकास भएको छ भन्ने मान्यता स्थापित भएको छ । अझै पनि कतिपय सुमदायभित्रका घर बस्तीहरुमा शौचालय नाम मात्रको भएको र खुल्ला रुपमा दिशा पिसाब गर्ने गरेका केही परिवारहरु समेत भेटिन्छन् यसतर्फ पनि सम्बन्धित निकायको ध्यान जानु आवश्यक छ । घोषणा गर्दै जाने व्यवहारमा लागु नहुने परिपाटीले हामीले गरेका निर्णय र कार्यक्रमहरु फितला देखिन्छन् ।

चाडवाड र मेलापर्वको निहुँमा जाँडरक्सीको खुलेआम प्रयोग गर्ने बानी हाम्रो समाजभित्र अहिले पनि व्याप्त छ । रक्सी, चुरोट र खैनीको किनमेल र ओसार पसारमा बालबालिकाको व्यापक प्रयोग अभिभावकहरु आफैले नै गरिरहेका हुन्छन् जुन गतिविधि बालमैत्री स्थानीय शासनको बाधकको रुपमा देखिन्छ । यस्ता खालका प्रकृतिलाई निराकरण गर्ने तर्फ सबैको ध्यान जानु जरुरी छ । अपाङ्ग बालमैत्री वातावरणलाई व्यवस्थित गर्ने कार्यक्रम अझै पनि केवल चर्चामा मात्र सिमित छ । यी र यस्ता कार्यक्रमहरु कहाँ, कहिले र कसरी गर्ने भन्ने विषयमा स्पष्ट नीति र कार्यक्रमहरु ल्याउनु पर्छ ।

त्यस्तै गरी बालमैत्री स्थानीय शासनलाई पूर्ण बनाउनका लागि आवश्यक केही सूचकहरु थप गर्नुपर्ने देखिन्छ । जस्तैः-समाजमा छोरा र छोरीप्रति हेर्ने दृष्टिकोण समान हुनुपर्ने । कमजोर आर्थिक अवस्था भएका बालबालिकाहरुको शिक्षा स्वास्थ्य र पोषणको जिम्मा राज्यले लिनुपर्ने जस्ता सूचकहरु समेत थप गरी बालबालिकाहरु प्रतिको समान न्यानको अवधारणा समेत बालमैत्री शासनमा स्पष्ट हुनुपर्छ । विद्यालयहरु, धारा, शौचालय लगायतका संरचनाहरु बालमैत्रीपूर्ण छन् कि छैनन । त्यस्ता खालका बालमैत्री संरचनाहरु निर्माण गर्न हाम्रो सामर्थ्यले भ्याउँछ कि भ्याउँदैन । हाम्रो समय सिमाले उक्त अवसर दिन्छ कि दिंदैन भन्नेतर्फ ख्याल गर्नै पर्छ । असहाय, अनाथ, द्वन्द्वपीडित एवं विस्थापित जोखिमपूर्ण बालबालिकाहरुलाई स्थानिय सरकारले दिने सुरक्षा र संरक्षण के कस्तो हुने र त्यसको निरन्तरताको बारेमा आउने कार्यक्रम के कसरी तर्जुमा गर्ने भन्ने बारेमा पनि गाउँपालिकाले नीति र कार्यक्रममा

स्पष्ट पार्नुपर्छ । बालबालिकाका अधिकारका बारेमा जान्ने बुझ्ने र महशुस हुने गरी बालबालिकाको र नेतृत्वको विकास गर्नु गराउनु एवं त्यस खालका गतिविधि र क्रियाकलाप संचालन हुनु बालमैत्री स्थानीय शासनको जग हुने कुरा बगनासकालीले महशुस गरेको छ । यसैको लागि बालमैत्री अभियानको थालनी भएको छ । अभियान एउटा साधन हुन सक्छ साध्य होइन । हाम्रो सामाजिक परिवेश र बनोट एवं गतिविधिहरुलाई हेर्दा बालबालिकाका हक र अधिकारहरुका बारेमा केही सिमित संघसंस्था एवं समाजका एकाध अगुवा नेतृत्वले बुझेर मात्र अभियान सफल हुन गाह्रो हुन्छ । समाजभित्रका हरेक तह र तप्काका व्यक्तिहरुले बुझ्नु आवश्यक छ । अप्ठेरो बाटो छोटो हिड्नु भन्दा ढिलै भएपनि सजिलो र सरल बाटो घुमाउरो नै रोज्नु सुरक्षित हुन्छ भन्ने कुरा पनि विर्सन हुदैन ।

d[uf}nf :jf:Yo ;DalGwt ;fdfGo hfgsf/L

उमादेवी भट्टराई
अ.हे.व.
खानीगाउँ स्वास्थ्य चौकी

मृगौला हाम्रो शरीरको महत्त्वपूर्ण अंग हो । यसको मुख्य काम हाम्रो शरीरको रगतलाई सफा गरेर, शरीरमा भएका फोहरलाई बाहिर पठाई स्वस्थ र सन्तुलन बनाउने काम गर्दछ । यसका साथै रक्तचापको नियन्त्रण गर्ने, शरीरमा सोडियम, पोटासियम जस्ता लवणहरुलाई सन्तुलनमा राखनु, भिटामिन डी र राता रक्तकोष बनाउनमा सहयोग गर्नु जस्ता कामहरु रहेका छन । यदि मृगौला बिरामी परेमा नियमित रुपमा गरेको काममा कठिनाई भई शरीरलाई अफठ्यारोमा पारी मानिसको ज्यान नै जान सक्ने हुँदा, मृगौलाको स्वास्थ्यमा ध्यान दिनु महत्वपूर्ण रहेको छ ।

मृगौलालाई समस्या पर्न सक्ने कारणहरु :

- मधुमेह रोग ।
- उच्च रक्तचाप ।
- औषधिको अनुचित प्रयोग ।
- मृगौलामा संक्रमण ।
- मृगौलामा पत्थरी ।
- जन्मजात मृगौला कमजोर ।
- रक्सी तथा कडा पेय पर्दाथको प्रयोग ।
- मौरी, खावा, तथा अरिङ्गाल जस्ता किराहरुले टोक्दा ।
- मृगौलामा चोटपटक ।
- असन्तुलित खाना ।
- शरीरमा पानीको मात्रा कम भएमा ।

मृगौलालाई समस्या भएमा देखा पर्नसक्ने चिन्ह तथा लक्षणहरु :

- पिसावमा रगत देखा पर्नु ।
- पिसावमा फिंज देखा पर्नु ।
- पिसाव धेरै बढी हुनु वा धेरै कम हुनु ।
- सधै थकाईको महशुस हुनु ।
- छाला सुख्खा हुने र चिलाउने ।
- खाना खानमा रुचि कम हुनु ।
- निद्रा कम लाग्नु ।
- आखा वरिपरीको भाग सुन्निनु ।
- शरीरको मासु बाउडिनु ।
- शरीर सुन्निनु ।
- शरीरमा रगतको मात्रा कम हुनु ।

मृगौलाको समस्याको रोकथामका उपायहरु

- धुम्रपान र मदिरापान नगर्ने ।
- सफा पानी प्रशस्त मात्रामा पिउने (दिनमा कम्तीमा २.५ लि. देखि ३ लि.)
- स्वस्थ ताजा र पौष्टिक खाना मिलाएर दैनिक खाने ।
- फलफुल, सागसब्जी दैनिक रुपमा खाने ।
- माछा मासु भन्दा दुध दहिलाई प्राथमिकता दिएर खाने ।
- दैनिक ३० मिनेटसम्म पसिना आउने गरी शारीरीक व्यायम गर्ने ।
- नुनको प्रयोग दैनिक ५ ग्राम भन्दा कम प्रतिव्यक्ति प्रयोग गर्ने अर्थाथ नुनको मात्रा कम खाने बानी गर्ने ।
- चिकित्सकको सल्लाह बिना जताभावी औषधिको प्रयोग नगर्ने ।
- बजारको खाना भन्दा घरमानै उत्पादन गरेका बिषादि प्रयोग नभएका खानामा जोड दिने ।
- खेतवारीमा काम गर्दा विभिन्न ठोक्ने खालका किराहरुबाट बच्ने ।
- शारीरीक चोटपटक लाग्नबाट बच्नको लागि होसियारी अपनाउने ।
- कम्तीमा वर्षमा १ पटक सम्पूर्ण शरीरको जाचँ गराउने ।

बालमैत्री स्थानीय शासनको लागि बालसंरक्षण प्रणालीको महत्व

dgf]h cfrfo{
k|f]sn k;{g÷
sfo{qmn ;b:o ;lrj
afndq}qL :yfgLo zf;g
sfof{Gjog 0{sf0{ augf; sfnL
ufpkflnsf, kfNkf

विश्वका सवै मुलुकमा बालबालिका रहेका हुन्छन् । आजका बालबालिका भविष्यका बैज्ञानिक, डाक्टर, वकिल, इन्जिनियर आदि बन्ने हुन् । त्यसैले राष्ट्रको भोलि कस्तो अवस्था बनाउने हो भन्ने कुरा प्रत्यक्ष रुपमा बालबालिकासंग गासिएको हुन्छ । बालबालिकाले प्राप्त गर्ने शिक्षा, स्वास्थ्य, मनोरञ्जन, अभिभावकत्व र सामाजिक वातावरणले नै उनिहरुको भविष्य निर्धारण गरिरहेको हुन्छ । सानैदेखि उचित शिक्षा, राम्रो हेरचार, तथा संरक्षण नपाउने बालबालिका भविष्यमा राम्रा हुन्छन भन्न सकिदैन । हाम्रो देशका बालबालिका पनि सदियौदेखि विभिन्न किसिमका हक अधिकारबाट वञ्चित छन् । आज हरेक क्षेत्रको निम्नि बाल अधिकार सबैको सरोकारको महत्वपूर्ण विषय बन्न पुगेको छ । बालबालिकाको हक अधिकारको प्रश्न मानव अधिकारसंग गासिएको विषय पनि हो । बालबालिकालाई उनिहरुको आधारभूत आवश्यकताबाट विमुख गराइनु हुँदैन । हरेकक्षेत्रबाट उनीहरुको उच्चतम हितलाई ध्यान दिन जरुरी छ । त्यसैले यिनै कुरालाई आत्मसाथ गर्दै सन् १९२३ मा शुरु भएको बालअधिकार सम्बन्धी अवधारण सन् १९८९ मा आइपुगेर एक महासन्धीका रुपमा आएको छ । जसलाई २० नोभेम्वर १८८९ मा संयुक्त राष्ट्रसंघ महासभाद्वारा पारित बालअधिकार सम्बन्धी महासन्धी (Convention on the Right of the Child) लाई छोटकरीमा सिआरसी पनि भनिन्छ । बालबालिकाको अधिकार तथा राज्य र परिवारको दायित्वको बारेमा त्यसमा उल्लेख गरिएको छ । यो महासन्धी हालसम्म संसारका सवै भन्दा बढी १९२ राष्ट्रले अनुमोदन गरेको महासन्धी हो । बाल अधिकारको मूल आधारको रुपमा मानिने यस महासन्धीलाई नेपालले १४ सेप्टेम्वर १९९० मा अनुमोदन गरी बालबालिका सम्बन्धी ऐन २०७५ बनाई लागु भइसकेको छ । यसवाट के पुष्टी हुन्छ, भने नेपाल पनि बालबालिकाको हक अधिकारलाई स्थापित गर्न लागिपरेको देखिन्छ ।

बालअधिकार सम्बन्धी महासन्धीले बाल बचावटको अधिकार, बालविकासको अधिकार, बालसंरक्षणको अधिकार र बालसहभागिताको अधिकारलाई सुनिश्चित गरको हो । ति अधिकारलाई विशेष प्राथमिकतामा राखेको हुनाले बालसंरक्षणको क्षेत्रलाई प्रभावकारी बनाउन जुनसुकै बेलामा पनि बालबालिकाहरुका आधारभूत अधिकार संरक्षित हुनुपर्छ । यिनै मान्यताका आधारमा बालअधिकारका आधारभूत अवधारणा एवं बालबालिका सम्बन्धी नेपाली राष्ट्रिय कानूनका मूलभूत प्रावधान अन्तर्गत रही बालसंरक्षणको अवधारणा अघि सारिएको हो । बालबालिकाहरुलाई जटिल परिस्थिति एवं संवेदनशिल अवस्थामा पनि उनिहरुको सर्वोत्तम हितलाई ध्यानमा राखी प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रुपमा पार्ने प्रभाव प्रति चनाखो हुन जरुरी छ ।

बालबालिका भविष्यका कर्णधार हुन् भन्ने भनाई अहिलेको अवस्थामा फरक भएको छ । बालबालिका भविश्यका कर्णधार मात्र होइनन् वर्तमानका साझेदार हुन भविश्यका कर्णधार भन्ने वर्तमानमा उनीहरुमा लगानीको वातावरण निर्माण गरिएन भने भविश्यका कर्णधार हुन सक्दैनन् । २०६८ सालको जनगणना अनुसार हाल देशको जनसंख्याको करिव ४४ प्रतिशत बालबालिका छन् । नेपालको बालबालिका सम्बन्धी ऐन २०७५ र बालअधिकार महासन्धी १९८९ अनुसार बालबालिकाको आधारभूत अधिकारको संरक्षण हुन जरुरी छ । खासगरी बालबालिकाहरुलाई विभिन्न खालका जोखिमवाट मुक्त राखी उनिहरुको विकासको अधिकारलाई सुनिश्चित गर्न सक्नुपर्दछ । यसको लागि राज्यको प्रमुख दायित्व भएतापनि बालबालिका को क्षेत्रमा कार्यरगत गैसस, अर्न्तराष्ट्रिय गैसस, स्थानीय तह र मानव अधिकारको क्षेत्रमा क्रियाशील संघसंस्थाहरुको समेत दायित्व हुन आउँछ । समग्रमा भन्ने हो बालबालिकाको क्षेत्र समाजका सवै अंगको सरोकारको विषयमा पनि हो र बाल अधिकार सवैको सरोकारको विषय पनि हो ।

बगनासकाली गाउँपालिकामा मात्रै हेर्ने हो भने बालबालिकालाई विभिन्न तहमा संरक्षण गर्न जरुरी देखिन्छ । खासगरी सामाजिक परम्परामा रहेको बाल विवाह, छोरा र छोरी बीच गरिने सामाजिक भेदभाव लगायत बालबालिका माथि हुने घरेलु हिंसा, यौन दुर्व्यवहार, लागु औषधको दुर्व्यसन जस्ता कुराहरुबाट

बालबालिकालाई संरक्षण गर्न जरुरी छ, भने अर्को तर्फ गरिवी लगायतका आर्थिक कारणले विद्यालयबाट वञ्चित भएका बालबालिकाहरुलाई पनि संरक्षण गरी विद्यालयसम्म पुग्ने अवसर प्रदान गर्न जरुरी छ ।

बगनासकाली गाउँपालिकाले बालमैत्री स्थानीय शासनको अवलम्वन गरेको र वडा तहमा गाउँ बालसंरक्षण समितिहरु गठन भई बालबालिकाको संरक्षणको लागि क्रियाशील छन् भने देश सघिय संरचनामा परिवर्तन भए पश्चात स्थानीय तहमा प्रहरी चौकीहरु पुर्नस्थापित भई सर्व साधारणको सुरक्षाको लागि क्रियाशील छन् । बालबालिकाको संरक्षणका लागि गठन भएका बालसंरक्षण समितिहरु, बालबालिकाको क्षेत्रमा काम गर्ने गैरसरकारी संघसंस्था लगायत सरकारी सुरक्षा संयन्त्रको समन्वयमा बालबालिकालाई हुने हानी र जोखिमवाट संरक्षण गर्न समन्वय गरी काम गर्न सकेमा बालसंरक्षणमा थप प्रभावकारी हुने जाने आवश्यकता महशुस गरिएको छ ।

उद्देश्यहरू:

१. बालबालिका माथि हुने दुर्व्यवहार, हेला, अपमान, उत्(पीडन, यौन दुर्व्यहार जस्ता सामाजिक अपराधहरुबाट बालबालिकालाई संरक्षण गर्ने, पीडकलाई कानूनी सजायं दिलाउने,

२. सामाजिक परम्पराको रुपमा रहेको बालविवाह, असमान विवाह, छोराछोरी वीच गरिने भेदभावबाट बालबालिकाको संरक्षणको लागि संयुक्त कार्य गर्ने,

३. बालबालिकाको आधारभूत न्यूनतम अधिकारबाट वञ्चित गरी निष्कृष्ट बालश्रमको लागि शहर बजार तर्फ बालबालिका ओसार पसार गर्ने कार्यलाई रोक्न पहल गर्ने र यस्ता कार्यगर्ने व्यक्तिहरुलाई कानूनी सजायको लागि पहल गर्ने,

४. लागुऔषध, दुर्व्यसन जस्ता विषयमा बालबालिका लाई सचेत गराउने र यस्ता गतिविधिका विरुद्ध कार्य गर्ने,

५. विभिन्न कारणले पीडित भएका बालबालिकाहरुको सामाजिक पुर्नस्थापनाको कार्य गर्ने,

१. लागु औषध तथा दुर्व्यसनबाट बालबालिका लाई संरक्षण :

बालबालिकालाई बाल अधिकारको जानकारी एवं बालबालिकाले पाउनु पर्ने न्यूनतम संरक्षणका अधिकारहरु बारे जानकारी दिनु र संरक्षणका कार्यक्रम संचालन गर्दा बाल सञ्जाल, बालक्लब, गाउँबालसंरक्षण समिति, स्थानीय क्लब र विद्यालयलाई केन्द्रीत गरिनेछ ।

२. बालसंरक्षण प्रणालीको विकास :

बालबालिकामा हुने शोषण, दुर्व्यवहार, बाल विवाह, बालबालिका बीच गरिने विभेद, बालबालिकाको ओसार पसार लगायतका बालअधिकार उल्लघंन गर्ने पीडकहरुलाई कडा भन्दा कडा कानुनी कारवाही गर्ने र यस्तो समस्याबाट पीडित बालबालिकालाई पुर्नस्थापना गर्ने उद्देश्यले यो कार्यक्रम संचालन गर्न जरुरी भै सकेको छ । समूदायमा बाल संरक्षणका प्रणालीहरु व्यवस्थित रुपमा सञ्चालन र परिचालन भएको अवस्थामा बगनासकाली गाउंपालिकाले अवलम्वन गरेको बालमैत्री स्थानीय शासन कार्यक्रम सफलतामा पुग्ने निश्चित हुन्छ । यस महान कार्यमा बालवालिका संग सरोकार राख्ने सम्पूर्ण पक्ष सजग भएर लाग्नु आजको आवश्यकता भएको छ ।

6fpSf]bVg' (Headache)

टाउँको दुख्ने समस्याको अनुभव नभएको मान्छे सायद कोही हुँदैन । हामी नेपालीहरु यो समस्यालाई सामान्य नै मान्दछौ तर टाउँको दुख्ने कारण सामान्य देखि जटिलसम्म पनि हुन सक्छ । सामान्यतया शरीरको तापक्रममा तिब्रता आई मस्तिष्कको आवरणमा हुने तिब्र चापलाई टाउँको दुख्नु भनिन्छ । टाउँको दुख्नुलाई कसैले कपाल दुख्नु पनि भन्दछन् । टाउँको दुख्ने समस्या आफैमा रोग होईन । यो समस्या अन्य रोगको लक्षण पनि हुन सक्छ ।

यस समस्याको लक्षणहरु :

- *शरीरको तापक्रम बढनु ।*
- *अनुहार रातो हुनु ।*
- *चिट्चिट् पसिना आउनु ।*
- *रक्तचाप बढनु ।*
- *काम गर्न नसक्नु ।*

यस समस्याको प्राथमिक उपचार :

- *बिरामीले आरम गर्नु पर्दछ ।*
- *मानसिक चिन्ताबाट मुक्त रहनु पर्दछ ।*
- *जुन कारणबाट टाउँको दुखेको त्यसको कारण पत्ता लगाई उपचार गर्नु पर्दछ, जस्तै आखाको समस्याले टाउँको दुखेको भए आखाको उपचार गराउनु पर्दछ ।*
- *सफा पानी प्रशस्त पिउनु पर्दछ ।*
- *टाउँको धेरै दुखेमा टाउकोमा पानी पट्टी लगाउन सकिन्छ ।*
- *टाउँकोमा रुमालले बाध्न सकिन्छ ।*
- *सामान्य घरमा गर्न सकिने उपायहरुबाट निको नभएमा स्वास्थ्य संस्थामा गई कारणको निदान गरी उपचार गर्नु पर्दछ ।*

प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रम

कामना पराजुली
रोजगार संयोजक
बगनासकाली गाउँपालिका, पाल्पा

नेपालको संबिधान २०७२ को धारा ३३ ले रोजगारीको हकलाई मौलिक हकका रुपमा समावेश गरेको छ । सोही मौलिक हकको कार्यान्वयन गर्न रोजगारीको हक सम्बन्धी ऐन २०७५ समेत जारी भएको छ । नेपाल सरकारले चालु आर्थिक वर्ष २०७५-०७६ को नीति तथा कार्यक्रम र बजेट मार्फत सार्वजनिक विकास निर्माणका कार्यहरुमा रोजगारीको अवसर सिर्जना गरी आगामी पाँच वर्षभित्रमा कुनैपनि नेपाली नागरिकले बाध्यताको वैदेशिक रोजगारीमा जानुपर्ने अवस्थाको अन्त्य गर्ने घोषणा गरेको छ । यस कार्यक्रमलाई सञ्चालन गर्नका लागि अहिले देशव्यापी रुपमा प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रम सुरु भएको छ । प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रमलाई अघि बढाउनको लागि रोजगारीको हक सम्बन्धी ऐन २०७५, नियमावली २०७५ र प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रम सञ्चालन निर्देशिका २०७५ जारी भई कार्यान्वयनमा समेत आइसकेका छन् । यस कार्यक्रम सहजिकरण गर्न प्रत्येक गाउँपालिका र नगरपालिकामा श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालयले एक जना रोजगार संयोजकलाई खटाइएको छ । गाउँपालिका/नगरपालिकामा रोजगार सेवा केन्द्र स्थापना भई रोजगार संयोजकले प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रम सुचारु गरिसहेका छन् ।

यस कार्यक्रम अन्तर्गत, सर्वप्रथम बेरोजगार व्यक्तिहरुले बेरोजगार दर्ताको लागि दिने निवेदन फारम भरेर आफ्नो स्थायी ठेगानाको वडा कार्यालयमा दर्ता गर्नु पर्नेछ । निवेदन दिने व्यक्ति १८-५९ उमेर समूहको बेरोजगार व्यक्ति हुनु पर्नेछ । यसरी गाउँपालिकाको/नगरपालिकाको सबै वडा कार्यालयहरुमा परेको निवेदन वडा कार्यालयले रोजगार सेवा केन्द्रमा संकलन गर्नु पर्नेछ । बेरोजगार व्यक्तिले आफ्नो वडा कार्यालयमा दिएको निवेदनको आधारमा गाउँ कार्यालयपालिका /नगर कार्यपालिकाको निर्णयबाट निजलाई रोजगार व्यवस्थापन सूचना प्रणालीमा (EMIS) मा प्रविष्ट गरी सूचीकरण गरिनेछ । यसरी सूचीकृत बेरोजगार व्यक्तिले लाभग्राही परिचय पत्र प्राप्त गर्नेछन् । लाभग्राही परिचय पत्र प्राप्त बेरोजगार व्यक्तिले आफ्नो सीप अनुसार एक आर्थिक वर्षमा कम्तिमा १०० दिन न्यूनतम रोजगारीमा संलग्न हुने अवसर प्राप्त गर्नेछन् । परिवारको कुनै पनि सदस्यले न्यूनतम रोजगारी प्राप्त गर्न नसकेको अवस्थामा त्यस्तो परिवारलाई १०० दिनको न्यूनतम पारिश्रमिकको ५० प्रतिशत बराबरको रकम निर्वाह भत्ताका रुपमा समेत प्रदान गरी सामाजिक सुरक्षाको व्यवस्था गर्ने लक्ष रहेको छ । यसका अतिरिक्त यो कार्यक्रमले व्यावसायिक तथा सीपमूलक तालिम मार्फत बेरोजगार व्यक्तिको सीप तथा उद्यमशीलता अभिबृद्धि गर्ने, रोजगारीका नयाँ क्षेत्रहरुको पहिचान गर्ने र श्रमको सम्मान गर्ने संस्कृतिको विकास गर्ने जस्ता कार्यक्रमहरु समेत संचालन गर्नेछ । यो कार्यक्रम तीनवटै तहका सरकारी, निजी, सहकारी तथा सामुदायिक क्षेत्रहरुबीचको समन्वय र सहकार्यमा संचालन हुनेछ ।

रोजगारीको हक सम्बन्धी ऐन २०७५, नियमावली २०७५ अनुसार सेवाहरुको संक्षिप्त :

(क) बेरोजगार व्यक्तिले पाउने सेवा :

- एक आर्थिक वर्षमा न्यूनतम १०० दिन बराबरको रोजगारी
- रोजगार सूचना, परामर्श र सहजिकरण
- व्यवसायिक तथा सीप विकास तालिम

(ख) बेरोजगार परिवारले पाउने सुविधा :

- न्यूनतम १०० दिनको रोजगारी प्राप्त नगरेको अवस्थामा रोजगारी नपाएको दिनको न्यूनतम पारिश्रमिकको पचास प्रतिशतका दरले हुन आउने रकम निर्वाह भत्ताको रुपमा उपलब्ध गराईने छ ।
- निर्वाह भत्ता गाउँ कार्यपालिका वा नगर कार्यपालिकाको निर्णयमा कोष तथा लेखा नियन्त्रण कार्यालयमार्फत परिवारका बेरोजगार सदस्यहरुको मञ्जुरिनामा सहित सिफारिस भई आएको सदस्यको बैङ्क खातामा सोझै भुक्तानी दिइने छ ।

(ग) निर्वाह भत्ता पाउने अवस्था :

- परिवारको कुनै पनि सदस्यले न्यूनतम रोजगारी नपाएमा,

- नेपाल सरकारले तोकेभन्दा कम वार्षिक आय भएको परिवार भएमा,
- परिवारको कुनै सदस्य स्वरोजगार नभएमा,
- परिवारको कुनै पनि सदस्य वैदेशिक रोजगारीमा नभएमा,
- सरकारी कोष (संघ, प्रदेश वा स्थानीय तहको कोष) वा अन्य मुलुक वा अर्न्तराष्ट्रिय वा अन्तर सरकारी संघ, संगठन वा अन्य कुनै संस्थाबाट नियमित निवृत्तभरण वा अवकाश सुविधा लिइरहेको नभएमा वा सामाजिक सुरक्षा कोष वा नेपाल सरकारको सहायता सम्बन्धी अन्य कोष वा रोजगारदाताबाट नियमित रुपमा कुनै पनि किसिमको सहायता प्राप्त गरेको नभएमा ।

यसरी सञ्चालन हुने कार्यक्रमको सहजिकरणका लागि रोजगार संयोजकका रुपमा बगनासकालीका गाउँपालिकामा सेवा गर्ने अवसर मैले पाएकाकी छु मलाई विश्वास छ सरकारले अगाडि बढाएको कार्यक्रममा हामी सवै सफल रहने छौं । उत्पादनशील रोजगारीका अवसरमा वृद्धि गरी दिगो आर्थिक विकास मार्फत समृद्ध नेपाल र सुखी नेपालीको राष्ट्रिय सोच लाई बगनासकाली गाउँपालिकामा हासिल, गर्न सफल हुनेछौ ।

augf; sfnL ufpFkflnsfsf] cg'/f]w

गर्भवती महिलाले स्वास्थ्य सस्थामा गइ गर्भ जाँच गराऔं, स्वास्थ्य सस्थामा बच्चा जन्माऔं ।

☞ गर्भ अवस्थामा कम्तीमा चार पटक गर्भजाँच गराउनु पर्दछ ।

१. पहिलो जाँच ४ महिनामा
२. दोश्रो जाँच ६ महिनामा
३. तेश्रो जाँच ८ महिनामा
४. चौथो जाँच ९ महिनामा

कुनै समस्या भएमा कुनैपनि बेला स्वास्थ्य सस्थामा गई गर्भ परीक्षण गराउनुहोस् ।

☞ गर्भ अवस्थामा कुनै खतराका लक्षण देखिएमा तुरुन्त स्वास्थ्य सस्थामा जाँच गर्न जानका लागी अनुरोध छ ।

☞ तालिका अनुसार गर्भ परीक्षण गरी तोकिएको प्रसुति केन्द्रमा सुत्केरी भई नेपाल सरकारले तोकेको यातायात खर्च रु.२०००। हजार र तालिका अनुसार गर्भजाँच गरेवापतको रु.८००। गरी रु.२८००। साथै बगनासकाली गाउँपालिकाबाट दिइएको थप रकम रु १००० सुविधा समेत लिनुहोस् ।

नवजात शिशुको अत्यावश्यक स्याहार गरेमा मृत्यु हुनबाट बचाउन सकिन्छ ।

आमा र शिशुको उचित स्याहार गर्न स्वास्थ्य सस्थामा गई निःशुल्क प्रसुति सेवा लिनुहोस् ।

थप जानकारी तथा सेवा र सल्लाहकोलागी नजिकको स्वास्थ्य सस्थामा सम्पर्क राख्नुहोस् ।

नवजात शिशु तथा सुत्केरी जाँचका लागि सुत्केरी भएको ३ दिन र ७ दिनमा तालिम प्राप्त नसिङ्ग कर्मचारीहरुबाट घरमै जाँच गराउन सम्पूर्ण सेवाग्राहीहरुले स्वास्थ्य संस्थामा खबर गरि सेवा लिनुहुन अनुरोध छ ।

अनुरोधक
augf; sfnL ufpFkflnsf
स्वास्थ्य शाखा

bn{d dxfsfnL dgsfdgfsf]emNsf]

gþ u}]

दर्लम महाकाली मन्दिरले धार्मिक पर्यटकहरूका लागि एउटा महत्त्वपूर्ण गन्तब्यको रुपमा परिचय बनाएको छ । बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं. ५ मा दर्लम महाकाली भगवती मन्दिर रहेको छ ।

दर्लमडाँडा निवासी स्व. पदमपाणी गैरेका पूर्वज कुलानन्द तारापतिहरूले वि.सं.१९३० देखि सोही ठाउँमा महाकाली भगवतीको नित्य पूजा गर्दै आएका थिए । स्वर्गिय पदम्पाणि गैरेले वि.सं. १९९० देखि श्री दर्लम महाकाली भगवतीको सानो मन्दिर निर्माण गरी माटोको मूर्ति बनाई पूजा आज सुरु गरेका थिए । हाल यो मन्दिर मनकामना मन्दिरको शैलीमा निर्माण गरिएको छ ।

हाल यो मन्दिर तामाको छानो र गजुर सहित प्यागोडा शैलीमा रहेको छ । मन्दिरको दक्षिणतर्फ सुन झाँक्री र चण्डी माइको थानका साथै पूर्वतर्फ महाकालीको उत्पति स्थल रहेका छन् ।

दर्लममहाकालीको किम्वदन्ति

यहाँको ऐतिहासिक किम्दन्तिका कारण पनि यहाँ धार्मिक पर्यटकहरू बढी आकर्षित हुने गरेका छन् । किम्दन्ति अनुसार वि.सं. २०१० साल कार्तिक शुक्ल त्रयोदशीको दिन राति सपनामा दर्लमका पदम्पाणि गैरे र छिमेकी गाउँ मलेङका ज्यो.हुमकान्त बस्याललाई महाकालीले आकाशवाणीको रुपमा मैले यस ठाउँमा, यस समय (बिहान ब्रम्ह मुहुर्तको समयमा शिलाको रुपमा दर्शन दिनेछु र म सोही शिलामा विराजमान हुनेछु । अब उप्रान्त माटोको मूर्तिमा पूजा नगरी सोही शिला ल्याई नित्य पूजा अर्चना गर्नु भनी आकाशवाणीको रुपमा दिक्षा दिइन् । दुवै जनाले एउटै समयमा पाएको दीक्षामा महाकालीको विराट मूर्तिको दर्शन पाएकोले हालको मन्दिर भन्दा २ सय मिटर पूर्वको सपाङ्दी भन्ने स्थानबाट सपनामा बताए अनुसार दुबै जनालाई मैले शिलाको रुपमा दर्शन दिनेछु भनी बिहान ब्रह्म मुहुर्तमा यस ठाउँमा जानु भनेअनुसार पदमाणि गैरेले पूजाको सामाग्री थालीमा लिई सोही ठाउँमा पानीको कुवा नजिकै उभिएर बसेका थिए ।

जव ब्रह्म मुहुर्तको समय नजिकै आएको रहेछ र उनको मनमा आखिर सपना हो भन्ने भ्रम भएछ जब पानी घडीको आधारमा ब्रह्म मुहुर्तको समय भएको थाहा भयो तत्काल जमिनको एक हिस्सा भत्किएर उत्तर तर्फको पानीको कुवामा माटो झऱ्यो र माता महाकालीको मूर्ति शिलाको रुपमा प्रार्दुभाव भयो । सबै गाउँलेहरू मिलेर पालै पालो शिलाको दर्शन गरी त्यस स्थानबाट शिलारुपी माता महाकालीलाई उठाई पानी कुवाको डिलमा सुताई धोई पखाली गर्दा गर्दैका बखत अर्का भक्त खानीछाप मलेङ्ग निवासी ज्योतिष हुमकान्त बस्याल पनि सोही ठाउँमा आइपुगे ।

बस्यालले पनि आफ्नो सपनाबारे सुनाए । महाकालीको दिक्षा अनुसार आफू त्यहाँ आइपुगेको बताएपछि दुबै जनालाई सपनीमा एउटै दिक्षा मिलेको प्रमाणित भयो । यसरी भेटिएको मूर्ति पखाल्ने क्रममा मूर्तिमा राखिएको पानी तत्कालै सुक्यो । यो क्रम केही बेरसम्म चल्यो । त्यसैक्रममा स्थानीय एक जना भट्टराई थरका पण्डितले यसरी पानी खन्याइरहँदा माताको अपमान हुने हुँदा पानी नखन्याउन सल्लाह दिए । सोही क्रममा मूर्तिको पूजाआजा गर्दै पहिलो पटक दर्शन पाउने पदमपाणी कै नेतृत्वमा माताजीलाई खाटमा राखेर अविर सिन्दुर चढाउँदै सानो पुरानो मन्दिरमा भित्र्याइएको थियो । जसअनुसार नित्य पञ्चायन पूजा, रुद्राभिषेक, हवन र महाकालीको पूजाअर्चना निरन्तर चलिरहेको छ ।

माता महाकालीको साक्षात्कारको अवस्था

माता महाकालीले २०४८ साल कार्तिक २२ गते राती २ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म बुटवल उप नगरपालिकाअर्न्तगत भाडामा कोठा लिई बसेको अवस्थामा पदम्पाणि गैरेका छोरा ठूलकान्छा भनेर चिनिने ङणराज गैरेलाई प्रत्यक्षरुपमा माता महाकालीले बिराट रुपको दर्शन दिइन् । महाकालीले दिक्षा दिइन्, तँ मनकामना भन्ने ठाउँमा गएको छैनस् – त्यहाँ जा । त्यहाँ पनि मै हुँ म त्यहाँ सानो रुपमा छु । म यहाँ विराट रुपमा छु । मनकामना भन्ने ठाउँको मन्दिर मलाई ज्यादै प्रसन्न छ र यहाँ पनि सोही अनुरुपको मन्दिर बना ।

मन्दिर निर्माणका लगि तिमीहरूको ७६ जना सदस्यहरू बस्ने गरेको मुल घरलाई भत्काएर जमिन ठिक ठाक पारेर पुरानो मन्दिर समेत समेटिने गरी मन्दिर निर्माणको काम गर्नु भनी अराए अनुसार मनकामना मन्दिरकै आकारमा प्यागोडा शैलीमा मन्दिर निर्माण गरी तामाको छाना राखिएको छ । माताले मन्दिर बनाउँदा

मूलद्धार पूर्वतर्फ र सहायकद्धार दक्षिणतर्फ राख्नु भनी दिक्षा दिएकी थिइन् । भने मन्दिरको उचाईको २/३ उचाई भएको त्रिशुल पूर्वतर्फ राख्न अह्राएकी थिइन् । मूल ढोका र दक्षिण ढोकाको अगाडि दायाँ बायाँ ठूला ठूला घण्ट राख्न र भक्तजनले चढाएका साना घण्टहरू मिलाएर राख्न माताले अह्वाएको ङणराज गैरेले बताए । पञ्च पञ्चायन तथा गौरीशंकर शिव पाञ्चायनलाई भुवनेश्वरी मन्दिर तथा भजन कीर्तन सत्तल निर्माण गरी स्थापना गरिएको छ ।

दर्लम महाकाली भगवती मन्दिरको महत्त्वलाई हृदयंगम् गरी त्यतिबेलाको मन्दिर क्षेत्रलाई बिस्तार गरी गोरखा मनकामना भगवती मन्दिरको आकारमा वि.सं. २०५३ साल आश्विन महिनाको महा नवमीको पूण्य तिथिको अवसरमा ५८ वर्ष सम्म माता महाकालीको पूजा गर्दै आएका पुजारी पुरुषोत्तम गैरेको करकमलबाट शिलान्यासको काम गरिएको थियो । त्यसै गरी २०७३/०७४ सालमा निजकै छोरा थर्कराज गैरेको बारीको बीच भागबाट मन्दिरदेखि माताको शिला उत्पत्ति स्थल सपाङ्दीसम्म पक्की बाटो निर्माण गरिएको छ ।

हाल बनेको महाकाली भगवतीको मन्दिर ३ तलाको बनेको छ । एक तलाको बरण्डा माथि पक्की ढलान छ भने २ तलाका छाना प्यागोडा शैलीमा तामाको छानाले छाइएको छ । मन्दिर परिसरमा गुरुयोजना अनुरुप भुवनेश्वरी मन्दिर, भजन कीर्तन सत्तल सहितको शिवालय र होमकुण्ड र पुरानो मन्दिरको जीर्णोद्धार पुरातत्व विभागको सल्लाहअनुसार गरिएको छ । मूल मन्दिरको पूर्वतर्फ २ तले नौ कोठे भवन निर्माण कार्य निर्माणाधिन अवस्थामा छ, भने मन्दिर परिसरको गेट बनिसकेको र झ्याँक्रीस्थानको चौपारी निर मूल प्रवेशद्धार विशेष रुपमा बनेको छ । यो मन्दिर जिल्ला प्रशासन कार्यालय पाल्पाबाट २०५८ कार्तिक १६ गते दर्ता नं. ५०४ मा दर्ता भएको छ । मन्दिर परिसर हाल १२-०५-३-० क्षेत्रफल भएको लालपूर्जा प्राप्त जमिनमा रहेको छ, भने कि.नं. १४९ को ६-०-२-३ क्षेत्रफलको पल्लोबारी पनि मन्दिरकै नाममा समावेस रहेको छ । मन्दिरको नाममा १८ रोपनी । ६ आना, १ दाम ३ पैसा क्षेत्रफलमा फैलिएको जग्गा रहेको छ । उक्त जग्गा पदमपाणिका ८ भाई छोराहरूले अंशबन्डा गर्नु अघि उक्त सबै जग्गा माताको नाममा छुट्याएका थिए ।

मूल मन्दिरको पूर्वतर्फको ९ कोठे भवनको माथिल्लो तलामा रेलिङ सहितको भवन निर्माण गर्ने, सामुदायिक भवन, वेद विद्यालय, मन्दिर परिसरमा ढुङ्गा छाप्ने, पानी टंकी र भ्यू टावर निर्माण, गणेश र लक्ष्मी नारायणको मन्दिर साथै धर्मशाला निर्माणका काम क्रमशः अगाडि बढाउने गुरुयोजना रहेको छ । यसका लागि नेपाल सरकार, पुरातत्व विभाग, जिल्ला समन्वय समिति सहित गाउँपालिका लगायतसित समन्वय गर्ने योजना रहेको अध्यक्ष ङणराज गैरेले बताए ।

वि.सं. २०६९ माघ गतेदेखि ८ गतेसम्म मन्दिरलाई आर्थिक सहयोग पुऱ्याउने उद्देश्यले तत्कालीन छिमेकी गाविसहरू तथा अन्य संघसंस्थाहरूको सहभागितामा पं.भीमकान्त पन्थी प्रमुख वाचकको रुपमा रहेको महायज्ञबाट संकलन भएको ४५ लाख रुपैयाँ मध्ये बचत रकमबाट मन्दिरको तामाको पाताले मूल छानो छाउने काम सम्पन्न भएको छ । तत्कालीन गाउँ विकास समिति, जिल्ला विकास समिति, शहरी विकास तथा भवन निर्माण कार्यालयबाट प्राप्त सहयोग, संस्कृति तथा पर्यटन मन्त्रालयबाट निरन्तर सहयोग प्राप्त नै रहेको छ । स्थानीय तथा बाह्य भक्तजनहरूबाट प्राप्त नगद तथा जिन्सी सहयोगबाट मन्दिर निर्माण तथा पूजा संचालनमा सहयोग पुगेको छ ।

मन्दिरमा गरिने नित्य वार्षिक कार्यक्रमहरू

यस दर्लम महाकाली भगवती मन्दिरमा दैनिक पूजा, पाठ पारायणका साथै वार्षिकरुपमा मन्दिरमा थप धार्मिक कार्यहरू हुँदै आएको छ । जसअनुसार प्रत्येक वर्ष माता महाकालीको उत्पत्ति भएको दिन हरेक वर्ष कार्तिक शुक्ल त्रयोदशीका दिन बाजा गाजा, भजन किर्तन सहित माता महाकालीको रथ यात्रा गराउने प्रचलन रही आएको छ । शिवरात्रीमा रुद्राभिषेकसहित भजन कीर्तन, चैते दशैमा नित्य नवदुर्गा पूजा, परम्परागत सप्तशती चण्डीको विधानअनुसार र माता महाकालीको सत्तप्रमोधको विधान अनुसारको पूजा गर्ने गरिन्छ । यस्तै गरी श्री कृष्ण जन्माष्टमीमा श्रीकृष्ण जन्मोत्सव, श्रावण महिनामा बोलबमको जल चढाउने कार्यक्रमका साथै नवदुर्गामा बडादशै पूजा गर्ने गरिन्छ । यी समयमा अरु बेला भन्दा यहाँ दशनार्थीहरूको भीड लाग्ने गर्दछ । कुनै शुभकार्यका लागि महाकालीसँग भाकल गर्ने र भाकल पूरा भएपछि रोट, बली वा पञ्चवली लैजाने प्रचलन समेत रहेको छ । महाकाली मन्दिरको गुरु योजनाअनुसार हाल मूल मन्दिरको निर्माण कार्य सम्पन्न भइसकेको छ भने भुवनेश्वरी मन्दिर, होम कुण्ड, मूल गेटको काम भइरहेको मन्दिर संरक्षण समितिका सचिव पीताम्वर शर्माले बताए । भगवती माताको आर्शिवादले आफ्ना मनोकांक्षा पुरा भएको काली भक्त हुमप्रसाद गैरेको अनुभव छ ।

- लेखक मेचीकाली दैनिकका पाल्पा समाचारदाता तथा सामुदायिक रेडियो मदनपोखराका रेडियो प्रतिनिधि हुन् ।

t kf0{xfdLdf klg h'sfsf] ;d:of xg ;S5

गोमबहादुर क्षेत्री
बराङ्गदी स्वा. चौकी पाल्पा

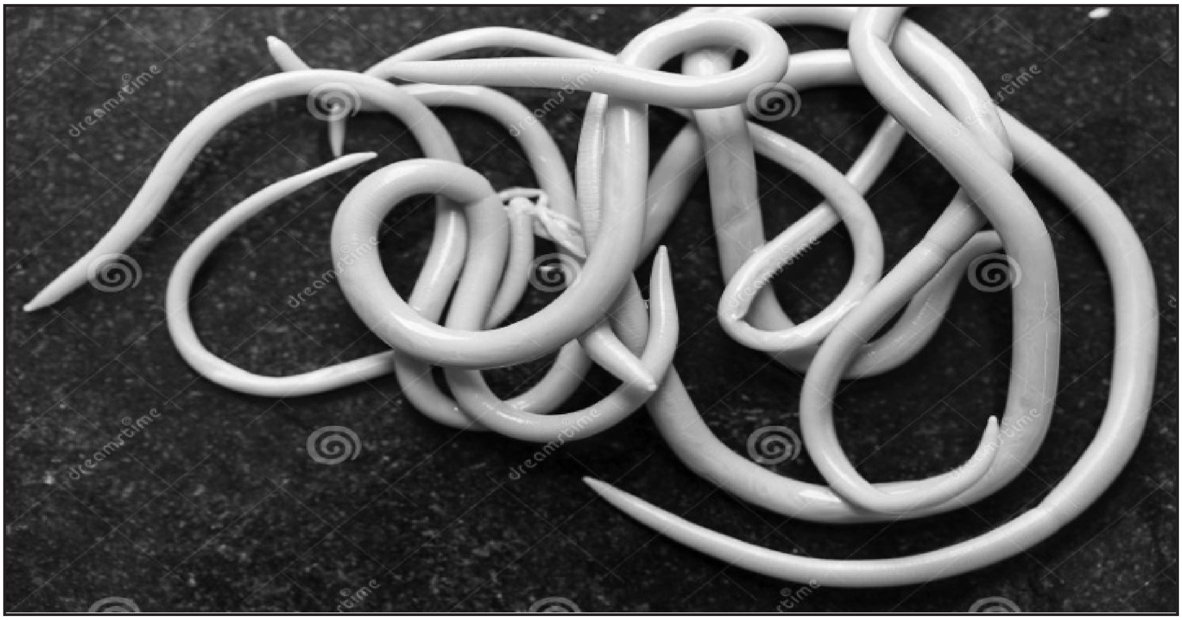
गतसाल ओखलढुंगा चिसंखुगदी गा.पा.-६ भदौरेका झनमाया मगरको ८ वर्षिय छोरा मदन मगरलाई निकै लामो समयदेखि पेट दुख्ने फुलिदै जाने खान मन नलाग्ने वाकवाकी लागिरहने भएपछि घामी झाँक्री कहाँ लगियो तर विसेक भएन, सबैथोक गाउँघरे उपायले नभएपछि मिसन सामुदायिक अस्पतालमा भर्ना गरियो । त्यहाँ चिकित्सकहरुले पेटको एक्सरे गरेर हेर्दा आन्द्रा अबरुद्ध भएको देखियो तर जुकै हो भन्ने थाहा भएन । जुकाको औषधिले काम नगरेपछि २ घण्टा लगाएर अप्रेसन गरेर हेर्दा चाउचाउ जस्तो गुजुलिएका ७ सय जति जुकाहरु देखिए ती बालकलाई उपचारमा अलिकति पनि ढिला भएको भए बालकको मृत्यु निश्चित थियो ।

तपाई हाम्रो समुदायमा पनि कतिपय यस्तै घटनाहरु लुकेर रहेका हुन सक्छन् । आउनुस आज यसबारे सचेत हुन प्रयास गरौं ।

महिलाहरुमा प्रकोप र समस्या प्रबल देखिएकाले तिनैलाई लक्षित गरेर नेपाल सरकारले वर्षमा २ पटक बैशाख र कार्तिकमा नियमित जुकाको औषधि वितरण गर्दै आएको पनि छ र पनि जुका केटाकेटी र गर्भवतीमा मात्रै होइन सबै उमेरका व्यक्तिहरुमा पर्न सक्छ । यस तर्फ पनि हामी सचेत रहनै पर्दछ ।

किन पर्छ त जुका ?

जुकाबाट संक्रमित व्यक्तिको आन्द्रामा पोथी जुकाले लाखौं फुलहरु पारेको हुन्छन् । जुन दिसाबाट बाहिर आएपछि दुषित पानी र माटोको सम्पर्कमा आउँदा



के होला त जुका ?

जुका खासमा परजीवि नै हो । मान्छेको शरीरमा रहेर रगतको माध्यमबाट खाद्यवस्तु प्राप्त गरी बाँच्ने जीव जुकाहरु खासमा दुई प्रकारका हुन्छन् (१) शरीरभित्र रहेर रगत चुस्ने (२) शरीर बाहिर रहेर रगत चुस्ने । हाम्रो शरीरभित्र खासगरी आन्द्रामा बसेर रगत चुसेर हुर्कने जुकाहरुको बारेमा छलफल गरौं ।

केही अनुसन्धानको आधारमा जुकाको संक्रमण स्कुले उमेरका केटाकेटी र किशोरी तथा गर्भावस्थाका

पुनः विभिन्न माध्यमबाट निरोगीको शरीरमा पुगेपछि संक्रमण शुरु हुन्छ । यसका लागि हात नधोही खाने, खानेकुराहरु नपखाली खाने बासी सडेगलेका भुइँमा झरेका राम्ररी नपाकेका मासु खाने, औंला नङ चुसी रहने, माटो खाने ज्यादा गुलियो खाने, खाली खुट्टाले हिंड्ने बानीहरुले सघाई रहेको हुन्छन् ।

के हुन्छ जुका पर्दा ?

जुका परेको थाहा पाउन त खासमा दिसा जाँच गर्नु

पर्छ त्यसबाहेक अन्य अवस्थामा अरु जाचँहरु गरेर पनि एकिन गर्न सकिन्छ र पनि केही लक्षणहरुका आधारमा पनि जुका परेको अनुमान लगाउन सकिन्छ जस्तै : जुका परेको व्यक्तिलाई पेट दुखी रहने, फुल्ने बाकबाकी र बन्ता आउन सक्ने, खान मन नलाग्ने, तौल घटने, कुपोषण रक्त अल्पता, एलर्जी, निद्रामा दाँत कटकटाउने, मलद्धारमा चिलाउने, आँखा वरिपरिको भागमा कालो धब्बा जस्तो देखापर्ने, अपच हुने, आलश्यपटका लक्षणहरु देखा पर्दछन् कतिपय अवस्थामा खोकी र छारेरोगको जस्तै बेहोस हुने खालका समस्याहरु पनि देखिन सक्छन् ।

कति प्रकारका हुन्छन् जुका ?

जुका कति प्रकारका छन् भनेर यिनको प्रजातीहरु एकिन नभएपनि हामीहरुलाई धेरै जसो सताउने जुकाहरुको बारेमा यहाँ जानकारी गराउन खोजिएको छ ।

१) गोलो जुका : सानो आन्द्रमा बस्ने गँड्यौला जस्तो गोलो जुका (एसकासीस लुम्ब्रिक्वाइडेस) हो । यसले हाम्रो आन्द्रामा ६ देखि २४ महिनासम्म रहेर दु:ख पुऱ्याउन सक्छ । विश्वमा सर्वतिर पाइने यो जुकाले केटाकेटीहरुलाई कुपोषित बनाइदिन सक्छ । माथि शल्यक्रिया गर्नु परेको उदाहरण पनि यही जुकाको संक्रमणकै कारण हो ।

२) अंकुशे जुका : सुख्या बालुवा, माटोमा १० वर्ष सम्म बाच्न सक्ने अंकुश जुका सेतो धागो जस्तो डेढ इन्च लामोसम्म हुन्छ । खाली खुट्टाले हिड्दा खुट्टाको कापमा हुने नरम छालालाई सजिलै छोडेर रगतसम्म पुगेपछि ठूलो आन्द्रामा पुगि हुर्किन थाल्छ । अंकुशे जुकाका ५ हजार फुलले मात्र पनि दिनमा २ मि.लि. रगत चुसिदिन सक्छ । यसका फूलहरु रक्तसंचारबाट बिभिन्न अंगमा पुगेपछि जीउ चिलाउने खोकी लाग्ने खकारमा रगत आउने पखाला कब्जियत र रक्त अल्पता बनाउन सक्छ ।

३) नाम्ले जुका (टेप वर्म) : बोराको चेप्टो सेतो धागो जस्तो देखिने यो जुकाको शरीर खण्ड-खण्ड मिलेर बनेको हुन्छ । खण्ड-खण्ड परेका मागहरु नचुडिने हो भने ५ देखि १० मिटरसम्म लामा हुछन । यी जुकाहरु खासगरी भैंसी, राँगा गाई सुंगुर बंगुर इत्यादीको मासु काचै खादा तथा राम्रोसंग नपकाइन खादा लाग्छ । गाईगोरु र रांगाको मासुमा टेनिया सेजीनेटा संगुर-बंगुरका मासुमा टेनिया सोलियम र कुकुरको संगतबाट इकिनोकोक्कस ग्रानुलोस जस्ता नाम्ले जुका पर्दछन् । यी जुका केही समय जनावरमा केही समय माटो तथा केही समय मानिसको शरीरमा रहेर आफ्नो जीवन चक्र पुरा गर्दछन् पेट दुख्ने खान मन नलाग्ने टाउँको दुख्ने बेहोस हुने जस्ता लक्षणहरु यसको संक्रमणमा देखिने हुन्छ ।

४) चुर्ना जुका (पिन वर्म) : हन्टेरोवियस भर्मीकुलारिस नामको पिन जस्तो देखिने जुका सानो आन्द्राबाट मलद्धारामा आएर बस्छ र चिलाएर कन्याउँदा लुगा र दिसाबाट सजिलै अन्यत्र फैलिन सक्छ खानमन नलाग्ने चिलाउने पखला लगायत मलद्धारमा दाद समेत निस्केने हुन सक्छ ।

कसरी जोगिने जुकाबाट ?

जुकाकै कारण रक्तअल्पता कुपोषण रोग प्रतिरोघात्मक क्षमता कमजोर हुने मात्र नभई कतिपय जटील समस्याहरु पनि आइलाग्ने हुदा यसबारे सबैले बेलैमा सचेत हुनु जरुरी छ । जुका कलेजो र मस्तिकसम्म पुगेमा रोगीको निदान र उपचारमा लाखौं खर्च लाग्छ शल्यक्रिया गर्नु पर्ने तथा अन्य जटीलता समेत उत्पन्न हुनसक्छ त्यसैले जुकाको संक्रमणबाट जोगिन निम्न कुराहरु गर्न सकिन्छ :-

१) विद्यालय उमेरका बालबालिका तथा गर्भवती महिलाहरुलाई अनिवार्य रुपमा जुकाको औषधि खाने खुवाउने ।

२) घरविद्यालय र सार्वजनिक स्थलवरपर सरसफाई राख्ने खालिखुट्टा नहिड्ने शौचालयको प्रबध मिलाउने ।

३) खानेकुरा बनाउँदा खुवाउँदा खाँदा उपयुक्त सरसफाई र मिचिमिचि हातधुने बानीको विकास गर्ने ।

४) दिसा पानी, हात झिंगा माटो काँचो मासु फलफूल र दूधको मध्यमबाट सर्ने अवस्थाबाट सधै सचेत रहने ।

५. व्यक्तिगत सरसफाईमा विशेष ध्यान दिने खाली खुट्टाले कहिल्यै नहिंडने ।

६) सागसब्जी सलाद तथा अन्य फलफुलहरु राम्ररी पखालेर मात्र खाने, पानी फिल्टर गरेर वा उमालेर मात्र पिउने बानी बसाल्ने ।

७) मासु राम्ररी पकाएर मात्र खाने ।

८) जुका परेको शंका लागेमा बेलैमा स्वास्थ्य संस्थामा गएर उपयुक्त सल्लाह र औषधि लिइहाल्नु पर्दछ ।

९) परिवारमा सबैले ६।६ महिनामा जुकाको औषधी खानु राम्रो हुन्छ ।

augf ; sfnLsf] :jf:Yonf0{lgofNbf

शान्ति अधिकारी
संचारकर्मी
बगनासकाली ४ खानीछाप पाल्पा

स्वास्थ्य मानिसको लागि सबै भन्दा ठूलो सम्पत्ति हो । स्वास्थ्यलाई विकासको मेरुदण्डको रूपमा समेत लिईएको छ । स्वस्थ व्यक्तिले मात्र परिवार, समाज र राष्ट्रका निम्ती योगदान दिन सक्छ । जब व्यक्ति नै स्वस्थ छैन भने स्वयंलाई पनि अ जन्म व्यर्थ लाग्दछ । अस्वस्थ मानिसले शारीरिक पिडा त भोगिरहेकै हुन्छ, मानसिक पिडाले समेत ग्रसित देखिन्छ । जब व्यक्ति कुनै न कुनै रोगको चपेटामा पर्छ उसमा चिन्ता बढ्नु स्वभाबिक हो, सगसगै शारिरीक तथा मानसिक आलस्यता तनावग्रस्त जीवनशैली र आफन्तको समेत अपहेलना सहेर बाच्न बाध्य हुन्छ । त्यति मात्र कहाँ हो र धर्तिमा बाच्ने र केही गर्ने रहर हुँदाहुँदै संसार छोड्नु पर्ने बाध्यता पनि सिर्जना हुने गर्दछ । यसर्थ सार्थक र अर्थपूर्ण जीवन जिउनको लागि स्वस्थ हुनु जरूरी छ । स्वस्थ रहनको निम्ति खानपान र नियमित ब्यायाममा समेत ध्यान दिन जरुरी देखिन्छ ।

स्वस्थ रहन पाउनु व्यक्तिको नैसर्गिक अधिकार पनि हो । त्यसैले नेपालको संविधान २०७२ ले आधारभुत स्वास्थ्य सेवालाई नागरिकको मौलिक हक भाग ३ अन्तर्गत धारा ३५ मा सुरक्षित गरेको छ । धारा ३५ को उपधारा(१) मा प्रत्येक नागरिकलाई राज्यबाट आधारभुत स्वास्थ्य सेवा नि:शुल्क प्राप्त गर्ने हक हुनेछ र कसैलाई पनि आकस्मिक स्वास्थ्य सेवाबाट बन्चित गरिने छैन भनी उल्लेख गरिएको छ ।

त्यस्तै उपधारा (२) मा प्रत्येक व्यक्तिलाई आफ्नो स्वास्थ्य उपचारको सम्बन्धमा जानकारि पाउने हक हुनेछ । उपधारा (३) मा प्रत्येक नागरिकलाई स्वास्थ्य सेवामा समान पहुँचको हक हुनेछ । उपधारा (४) मा प्रत्येक नागरिकलाई स्वच्छ खानेपानी तथा सरसफाईमा पहुचको हक हुनेछ भनी उल्लेख गरेको छ ।

त्यसैगरि नेपाल सरकारले हरेक नागरिकलाई आधारभुत स्वास्थ्य सेवामा पहुँच पुऱ्याउने उद्देश्यले संविधानको धारा ५१ (ज) १५ मा उल्लेखित राज्यका नीति अन्तर्गत नागरिकको स्वास्थ्य बिमा सुनिश्चित गर्दै स्वास्थ्य उपचारमा पहुँचको व्यवस्था मिलाएको छ । राष्ट्रिय बिमा २०७१ र सामाजिक स्वास्थ्य सुरक्षा विकास समिति गठन आदेश २०७०/०७१ बाट ३ जिल्लामा लागु गरी हाल २२ वटा जिल्ला थप गर्दै कार्यक्रम अगाडि बढाएको पाईन्छ । बिस्तारै देश भर स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रम लागू गरी सर्वसाधरण जनताले सामान्य उपचारको अभावमा पनि ज्यान गुमाउन पर्ने स्थितिलाई तोड्न लागिरहेको देखिन्छ ।

बगनासकालीमा स्वास्थ्यको स्थिति :

पाल्पा जिल्लाको उत्तरपूर्वी भागमा अव्यवस्थित पाल्पाका १० स्थानीय तहहरू मध्येको एक गाउँपालिका हो बगनासकाली । नेपालमा संघीयता लागु भएपश्चात् उत्तरीक्षेत्रमा रहेका साबिकका ९ वटा गाविसहरू मिलाएर बगनासकाली गापा निर्माण गरिएको हो । बगनासदेबी र काली गंगाको संयुक्त नामबाट यसको नामाकरण गरिएको छ । यसर्थ बगनासकाली आफैमा पवित्र र पृथक छ भन्ने भान हुन्छ । यहाँको स्वास्थ्य क्षेत्रलाई नजिकबाट नियाल्दा क्रमिक रूपमा सुधार हुँदै गएपनि पूर्ण सन्तुष्टि हुने अवस्था भने पाईदैन । यतिबेला गापाभित्र प्रत्येक वडामा एक एक स्वास्थ्य चौकि संचालनमा छन् । त्यस्तैगरि २७ वटा खोप केन्द्र र २९ वटा गाउँघर क्लिनिकले सेवा प्रदान गर्दै आएका छन् । खानीछाप, नायर, चापपानी गरी ३ वटा स्वास्थ्य चौकीले प्रसुति सेवा सुरू गरेका छन् । नायर स्वास्थ्य चौकी र चापपानी स्वास्थ्य चौकीबाट ल्याव सेवाको समेत आरम्भ भएको छ । कर्मचारी प्रयाप्त छन्, औषधि तथा आवश्यक सामाग्रीको कमी देखिदैन र पनि सबै जनता सेवाबाट लाभान्वित छन् भन्न सकिदैन ।

भौगोलिक दृष्टिकोणको हिसाबले पायक नपर्ने ठाउँमा स्वास्थ्य चौकी रहनु, यातायातको व्यवस्था नहुनु जस्ता कारणले गर्दा पनि मानिसहरू आज पनि सिटामोलसम्म पनि किनेर खान बाध्य छन् । स्वच्छ पिउने पानीको अभाव छ जसको कारण स्वास्थ्यमा असर पुगिरहेको देखिन्छ । स्वास्थ्य चौकिलाई आवश्यक पर्ने भवनहरू सबै वडामा निर्माण हुन सकेका छैनन् जसले गर्दा सेवा प्रदायक र सेवा ग्राहि दुबैलाई असहज भैरहेको छ ।

गाउँघर क्लिनिक तथा खोपकेन्द्रहरू संचालनमा छन् तर व्यवस्थित हुन सकेका छैनन । बाटो घाटो चौपारी पाटी पौवाहरूबाट सेवा प्रदान गर्नु पर्ने बाध्यता रहेको देखिन्छ । सामान्य ज्वोरोको बिरामीले पनि रगत परीक्षण गरेर मात्र औषधि सेवन गर्न उपयुक्त ठानिन्छ, तर गाउँगाउँमा ल्याव सेवा पुग्न नसक्दा नचाहँदा नचाहँदै पनि सामान्य रोगका बिरामीहरू समेत अन्यत्र जान बाध्य छन् । सबै वडाहरूमा मोटर बाटो पुगेको छ तर व्यवस्थित बनाउन नसक्दा पनि बिरामीहरूलाई असर पुगेको देखिन्छ । ग्रामीण क्षेत्रका सडकहरू प्रायः वर्षायामा बन्द हुने, नियमित सवारी साधन वा एम्बुलेन्सको व्यवस्था नहने जस्ता समस्याले गर्दा पनि सेवाग्राहीहरू समस्या भोलिरहेका देखिन्छन् ।

निष्कर्ष स्वास्थ्य जस्तो संवेदनशील क्षेत्रमा स्थानीय सरकारले अलि बढी लगानी गरी स्थानीय स्तरमा दिन सक्ने सबै सुविधाहरू प्रदान गर्ने वातावरण मिलाउनु पर्ने देखिन्छ । स्वच्छ पिउने पानी र सरसफाईको व्यवस्था, सडक निर्माण भन्दा भएका सडकको संरक्षण मर्मत र व्यवस्थित गराउनतर्फ ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ । पाएक पर्ने स्थानमा स्वास्थ्य चौकि भवन निर्माणमा तिब्रता, संचालित खोप तथा गाउँघर क्लिनिकहरू व्यवस्थित, सबै वडाहरूमा प्रसुति तथा ल्याव सेवा, नियमित सवारीसाधन आवागमन प्रयाप्त औषधि र आवश्यक सामाग्रीको व्यवस्था, तालिम प्राप्त दक्ष कर्मचारीको व्यवस्था गर्न सकियो भने बगनासकाली गापा स्वास्थ्यको क्षेत्रमा पछाडि छ भन्ने अवस्था रहदैन कि ?

O{lenh / o; sf]dxTj

ध्रुब पराजुली
सुचना प्रविधि अधिकृत

परिचय

ई–भिलेज भन्नाले सूचना प्रविधिको पहुँच ग्रामीण स्तरसम्म पुऱ्याई यसको मध्यमबाट सार्वजनिक सेवा (ई–सेवा), शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, पर्यटन, स्थानीय विकास लगायतका क्षेत्रको विकास, विस्तार तथा प्रवर्द्धन गर्नु हो । सूचना प्रविधिको अधिकतम प्रयोग गरी शहर र ग्रामीण क्षेत्रबीच रहेको विकासको खाडल (Digital Divide) लाई कम गर्नु तथा नेपाल जस्तो विकासोन्मुख र भौगोलिक विविधता रहेको मूलुकमा सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको द्रुत तर विकास र प्रयोगबाट ग्रामीण क्षेत्रको आर्थिक तथा सामाजिक विकास गरी जीवनस्तर माथि उठाउनु यस कार्यक्रमको मूल उद्देश्य रहेको छ । नेपाल सरकार (मन्त्रिस्तर) बाट स्वीकृत 'ई–भिलेज कार्यक्रम सञ्चालन तथा व्यवस्थापन कार्यविधि, २०७०' बमोजिम आ.व. २०७० र ७१ देखि सूचना प्रविधि विभागले देशका विभिन्न ग्रामीण क्षेत्रहरुमा ई–भिलेज केन्द्रहरुको स्थापना गरी कार्यक्रम लागू गर्दै आइरहेको छ । केन्द्रहरु विशेष गरी गाउँपालिका/नगरपालिकासँगको सहकार्यमा सामुदायिक स्कूल, पुस्तकालय तथा स्थानीयस्तरमा सञ्चालित सामुदायिक संस्थाहरुमा स्थापना गरिएको छ । सूचना प्रविधि पूर्वाधार एवं दक्ष जनशक्तिको उपलव्धता नभएका कारण आधारभूत एवं अत्यावश्यक सेवाहरुवाट बञ्चित भएका देशका दुर्गम एवं ग्रामीण क्षेत्रका मानिसहरुलाई ई–भिलेज केन्द्र मार्फत सेवा प्रदान गर्नु अत्यन्तै उपलब्धी मूलक एवं प्रभावकारी हुने देखिएको छ । यस अर्थमा ई–भिलेज केन्द्रहरु सूचना प्रविधि सेवा केन्द्रको रुपमा रहेका छन् । ई–भिलेज कार्यक्रम लागू गर्नको लागि विभागले Desktop Computer, Laptop Computer, Printer, Photocopy, Scanner, Projector, Ext= Hard Disk, Sound System, Switch, Modem, Solar Power Backup, E-Village Portal, E-School MIS Software, Digital Contents-Teaching/Learning Audio-Visual Contents) लग(ायतका हार्डवेयर, सफ्टवेयर तथा डिजिटल कन्टेण्टहरु केन्द्रलाई प्रदान गर्ने गरेको छ ।

शिक्षामा साक्षरता भएरपनि प्रविधिबाट टाढा रहेको हाम्रो देशको जनशक्तिलाई प्रविधिमैत्री बनाई देशका हरेक क्षेत्रमा सेवाग्राहीहरूको पहुँचका साथै विभिन्न सूचनाहरूको जानकारी पाउन सक्नेछन् । सूचनाको हक सम्बन्धी अधिकारलाई संविधानमा मात्र सिमित गराइएकाले देशका ग्रामिण क्षेत्रका जनतालाइ इ–भिलेजका माध्यमबाट सूचना प्रवाह गर्न सके साक्षर र सम्पन्न नयाँ नेपाल बनाउन सकिनेछ ।

Afugf;sfnL s[if ljsf;df t/sf/LafnLdf 9'jfg cgbfg sfo{qmd

सन्तोष जिसी
कृषि विकास संयोजक
बगनासकाली गाउँपालिका

पाल्पा जिल्लाका १० वटा स्थानीय तह मध्यको बगनासकाली गाउँपालिका एक हो। यस गाउँपालिकाकमा कृषि विकासका लागि सम्भाब्यता भौगोलिक वातावरण। सूक्ष्म जलवायू, सिचाई यातायात बजारीकरण र आर्थिक जिविको उपार्जनका लागि प्रसस्त सम्भाब्यताहरु रहेको गाउँपालिका हो। सम्भाब्यताको अध्ययन विश्लेषण तथा परीक्षण गर्ने काममा यहाँको सिगो गाउँपालिका लागि परेको छ। कृषि विकासमा सम्भाब्यतालाई अवसरमा रुपान्तरण गर्नु यस गाउँपालिकाको लागि प्रमुख चुनौतीमा लिएको छु। जस मध्येका कृषक/कृषक समूह/कृषि सहकारी संस्था तथा व्यवसायिक कृषि फर्महरुले संचालन गरेका व्यवसायिक तरकारी खेतीमा उत्पादन वजार व्यवस्थामा प्रति के.जि. उत्पादन लागतको आधारमा उत्पादित बस्तुको मूल्य नपाउने हुँदा उत्पादकको मनोवल खस्किदै

गएको पाईन्छ र उपभोक्ताले सोही कृषि जन्य बस्तुको उपभोगका लागि चर्को मूल्यमा लिनुपर्ने वातावरण सृजना भएको पाईन्छ र सोहि बस्तु उत्पादक तथा उपभोगक्ता दुवैलाई पर्न गएको मूल्यको बीचको रकम अन्तरलाई न्यूनीकरण गर्ने उद्देश्यका साथ यसै आ.व. ०७५।०७६ को वार्षिक स्वीकृत कृषि विकास कार्यक्रमबाट जम्मा रकम रु १ लाख सोहि समस्या समाधानका लागि कृषि जन्य तरकारी बाली ढुवानी अनुदान कार्यक्रम संचालन गर्नका लागि संचालन कार्यविधि निर्माण गरी यो कार्यक्रम पाईलट प्रोग्रामको रुपमा संचालन हुँदै आइरहेको छ।

सोहि रकमबाट करिव ५० देखि ७० मे.टन. तरकारी बाली बाह्रय बजारमा उत्पादक स्वंले उचित बजार व्यवस्थापन गरी आम्दानि गर्न सक्ने छन्। सम्भव त यो राष्ट्रिय स्तरमै यो पहिलो प्रयास हुन सक्छ।

संचालन प्रकृया:

१. यो कार्यक्रम संचालन न्यूनतम एक बालीमा ५०० के.जि.प्रति पटक बजार बिक्रीमा लग्नुपर्ने हुन्छ।

२. सम्बन्धित उत्पादन पकेट क्षेत्रको जानकारी तथा सहभागि हुनुका लागि निवेदन तथा सहभागि हुन चाहेको फारम कृषि विकास शाखामा दर्ता गर्नुपर्ने छ।

३. सम्बन्धित वडा कृषि प्राविधिकहरुलाई बजार लग्नु पूर्व अनिवार्य जानकारी गर्नुपर्ने छ ।
४. व्यापारीको हकमा यो अनुदान कार्यक्रम लागु हुने छैन ।
५. कृषि उपज संकल्न केन्द्रमा कारोवार गर्ने भए कारोवार गर्ने कृषकको पाश बुक अनिर्वाय रहने छ । संकल्न केन्द्रले गर्ने भए बैङ्क खाता अनिवार्य हुने छ ।
६. ढुवानी गर्ने साधनको हकमा विल बुक,सवारि चालक अनुमति पत्रको प्रतिलिपि आबश्यक पर्ने छ भने वोकेर सम्बन्धित स्थान सम्म लग्नु पर्ने भए कामदारको भर्पाई पेश गर्नु पर्ने छ ।
७. स्थानीय बजारमा बिक्री गर्नका लागि यो अनुदान लागु हुने छैन ।
८. दैनिक कारोवार रेकर्ड फारम अनिवार्य पेश गर्नु पर्ने छ ।
९. उत्पादन तथा बजार बिक्री प्रक्रियागतका फोटो, वडा कृषि प्राविधिक तथा सम्बन्धित वडा कार्यालयको सिफारीस अनिवार्य पेश गर्नु पर्ने छ ।

हालसम्म ढुवानी अनुदान लिने कृषक तथा कृषक समुहहरुको विवरण:

बगनासकालीमा पहिलो चरण अनुदान लिनेको विवरण:

क्र. सं.	कृषक/कृषक समूह/कृषि	वडा नं.	ढुवानी गरेको बाली	जम्मा के.जि	स्वीकृत रकम रु.
१	गिरीप्रसाद गैरे	७	टमाटर	१६००	३,२००
२	कृष्णप्रसाद न्यौपाने	२	खुर्सानी	२२००	३,५००
३	कृष्णप्रसाद न्यौपाने	२	काउलि	३५००	७,०००
४	पिताम्बर उप्रेति	२	खुर्सानी	१३००	२,२००
५	नमूना कृषक समूह	२	टमाटर	३२००	५,२००
६	माया पाण्डे	१	खुर्सानी	१३००	१,३००
७	घोरबन्दा मिश्रित कृषक समूह	१	खुर्सानी	७१५०	७०००
८	कृष्णबहादुर कुमाल	१	खुर्सानी	७००	१,४००
९	श्री गिनिसरा गाहा	१	खुर्सानी	१५१०	१,६००
१०	ग्रिनरी लिभस्टक एण्ड एग्रो फार्म	१	काक्रो सिमी, खुर्सानी	३७३६	४,५००
११	नैना पाण्डे	१	खुर्सानी	३७००	४,१००
	जम्मा रकम रु.			२९,८९६	४१,०००

बगनासकालीमा दोश्रो चरण अनुदान लिनेको विवरण:

क्र. सं.	कृषक/कृषक समुह/ कृषि	वडा नं.	ढुवानी गरेको बाली	जम्मा के.जि	स्वीकृत रकम रु.
१	नवयुवा कृषक समूह	६	काउली	४६३७	८५००
२	विरेन्द्र बश्याल	२	बन्दा	२०००	३,२००
३	विष्णु प्र भट्टराई	५	काउली	३५००	६५००
	जम्मा रकम रु.			१०,१३७	१८,२००

जम्मा : के.जि.४०,०३३ अनुदान रु ५९२००

bL3{tyf g;g{/f]u ;DaGwL cledlvs/0f sfo{qmd

पाल्पा : बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं ३ नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकीको आयोजनामा दीर्घ तथा नसर्ने रोगहरु सम्बन्धी अभिमुखिकरण कार्यक्रम २०७५ फाल्गुन २ गते आफर, फाल्गुन ३ गते नायर हटिया, फाल्गुन ९ गते नायर चौपारी र फाल्गुन १२ गते नायर स्वास्थ्य चौकी भवनमा बगननासकाली ३ नं.वडा अध्यक्ष टिकाबहादुर थापाको अध्यक्षतामा सम्पन्न भएको थियो । प्रमुख नसर्ने रोगहरुमा मुटु तथा रक्तनलीको रोग (जस्तै उच्च रक्तचाप, हृदयघात, मस्तिष्कघात), मधुमेह, दीर्घ श्वासप्रश्वास सन्बन्धि रोगहरु र क्यान्सर सम्बन्धी स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान गरिएको थियो । उक्त कार्यक्रमको सहजिकरण नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकी प्रमुख सरद जि.सी., पूर्व नायर स्वा.चौकी प्रमुख शालिकराम पहारी,हे.अ (पदनाम) मित्रलाल ज्ञवाली र अ.हे.व शशिकला रेश्मी

ले दिनुभएको थियो । कार्यक्रमको प्रमुख उद्देश्य नसर्ने रोगका कारणहरुको समयमै रोकथाम कसरी गर्ने, नसर्ने रोगको समयमै निदान तथा उपचार, नसर्ने रोगको कारणले हुन सक्ने शारिरीक अशक्तता तथा अकालमै मृत्युहुनबाट बचाउनु रहेको थियो ।

yg]hf]/f[µaf/]hfgsf/L

गणेश नेपाली
पशु शाखा प्रमुख

परिचय :

- ❖ कल्चौडो सुनिनु वा दूधको गुणमा फरक पर्ने अवस्थालाई थुनेलो भनिन्छ ।
- ❖ पोथि जातिका गाई, भैंसी, भेडा, बाख्रा, घोडा आदि सबै जसो जनावरहरुलाई हुन सक्दछ ।
- ❖ यो एउटा नेपालमा सामान्य देखिने रोग हो र खासगरी पशुहरु ब्याउने बित्तिकै देखिन्छ ।
- ❖ थुनेलो रोग धेरै किसिमका जिवाणुहरुको कारणबाट हुन्छ । यदि गोठ, थलोमा राम्रो सरसफाई भएको छैन भने जनावर ब्याएको समयमा विभिन्न किसिमका जिवाणुहरु कल्चौडोमा थुनबाट प्रवेश गर्दछ ।
- ❖ रोग लागि सकेपछि करिव २५ प्रतिसत जति उत्पादन घटाउँदछ ।
- ❖ थुनेलो रोग लागेको दूध मानिसले खाएमा जिवाणुको कारणबाट मानिसमा पनि अनेक किसिमका रोगहरु लाग्ने प्रवल संभावना हुन्छ ।

रोगको प्रमुख लक्षणहरू

- ❖ ब्याएको वस्तुहरुको कल्चौडो सुनिनु, छुदा दुखेको अनुभव गर्नु र तातो हुनु ।
- ❖ दूध नदिनु र कल्चौडो, थुन साह्रो हुनु, दूधको गुणस्तरमा फरक देखिनु, दूधमा रगत मिसिएको रातो वा जमेको लेघ्राहरु (टुक्रा) देखिनु ।
- ❖ यदि उपचार गर्न ढिला भएमा भित्र पाक्दछ र पिप पनि आउँदछ ।
- ❖ यदि थुन मात्रै सुन्निएको भए शुरुमा दूध राम्रो हुन्छ तर थुन सुन्निएकोले दूध दुहुन गाह्रो पर्दछ
- ❖ अति तिव्ररुपमा भएमा पशुलाई ज्वरो आउने, झोक्रिने, खाना नखाने हुन्छ ।
- ❖ समयमा उपचार नभए थुन बन्द हुन्छ र दूध नआउने र पुरा कल्चौडो नै खतम हुने संभावना हुन्छ ।

रोग निदान/पहिचान

दूइ तरिकाबाट यो रोगको निदान गर्न सकिन्छ ।

(क) माथिका लक्षणको आधारमा (ख) दूधलाई प्रयोगशालामा परिक्षण गराएर (CMT test बाट)

उपचार :

- ❖ दूध बेला बेलामा दुहुनु पर्दछ ताकि कल्चौडोमा पर्ने दवाव कम होस ।
- ❖ यदि दूध आएको छैन भने किटाणु रहित पारेको थुनभित्र राख्ने नलि जसलाई Teat syphen / Teat canula भनिन्छ) थुनमा भित्र घुसाउने र भित्रिएको दूध सवै निकाल्ने ।
- ❖ सवै दूध निकालेपछि क्यानुलालाई बाहिर निकाल्नु पर्दछ, कल्चौडो र थुनलाई विहान बेलुका राम्रो संग सेकी दिने ।
- ❖ यदि दूध पानी जस्तो रगत मिसिएको पिप जस्तो भएमा जिवाणुको कारणबाट थुनेलो भएको रहेछ भनी बुझ्नु पर्दछ । त्यस्तो अवस्थामा पशुलाई एन्टीवायोटिक सुई दिने सबै दूध निखारेर मात्र औषधि थुनमा राख्नु पर्दछ ।
- ❖ नसुन्निने, नदुख्ने सुई दिने र विभिन्न प्रकारका मलहम पाइन्छ ति मध्ये कुनै एक लगाई दिने गर्नु पर्दछ ।

ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू :

- ❖ दूध दुहुने मान्छेले नङ नपाल्ने रहात सफा राख्ने गर्ने र दैनिक दूध दुहुनु भन्दा पहिले कल्चौडो सफा गर्ने ।
- ❖ औषधिहरु प्रयोग गर्दा राम्रो संग प्रयोग गर्ने ।
- ❖ थुनेलो रोग लागेको थुन वा जनावरलाई अरु पशुहरु दुहि सकेपछि मात्र दुहुने गर्नु पर्दछ र दुहुनो पशुको गोठ सफा राख्नु पर्दछ ।

e'sDk

पदम खड्का
इन्जिनियर
बगनासकाली गाउँपालिका, पाल्पा

हाम्रो देश नेपाल विश्वका भूकम्पीय जोखिम राष्ट्र मध्ये एक हो । हाम्रो देश नेपालमा समय–समयमा जाने भूकम्पले गर्दा धेरै जनधनको क्षति हुने गरेको हामी सवैमा अवगत नै भएको कुरा हो । भारतिय उपमहाद्धिप र युरोपियन महाद्धिपको सन्धिस्थलमा अवस्थित रहेको कारणले यहाँ भुगर्भ भित्र भइरहेको नितरन्तर चलायमान प्रक्रियाहरुले गर्दा नेपालमा बारम्वार विनाशकारी भुइचालो गइरहन्छ ।

नेपालमा भुईचालोले विशेष गरी वि.स. १९९०, २०४५ र भर्खर मात्र २०७२ साल बैशाख १२ गते गोर्खा जिल्लालाई केन्द्रविन्दु मानि गएको ७.८ रेक्टर स्केलको भूकम्पबाट करिब ८ हजार मानिसले ज्यान गुमाउन पऱ्यो भने धेरै धनसम्पत्तिको नोक्सान हुन पुग्यो ।

तसर्थ अबदेखि बन्ने हाम्रा संरचनाहरु भूकम्प प्रतिरोध हुनु पर्दछ । हाम्रा सरचनाहरु दिगो-भरपर्दो टिकाउ बनाउनका लागि भूकम्पको कम्पनलाई सहन सक्ने तरिकाले बनाउनु पर्दछ । भूकम्पले कसैको ज्यान लिदैन, हाम्रो हेलचेक्राई, कमजोर संरचनाले गर्दा हाम्रो ज्यान ज्यान जाने हो ।

नेपाल सरकारले पनी यसै कुरालाई आत्मसाथ गर्दै भवन निर्माण सहिंताको कार्यान्वयनको शुरुवात गरी सकेको छ । नेपालको सम्पूर्ण क्षेत्रभित्र निर्माण हुने भवनहरु भूकम्प प्रतिरोधात्मक प्रविविध युक्त किफायती र भरपर्दो बनाउन सुरक्षित निर्माणका विभिन्न विषयहरु समाहित राष्ट्रिय भवन संहिता २०६० को तर्जुमा भई तत्काल लागुगर्न २०६०/०९/०२ मा नेपाल सरकारवाट निर्णय सम्बन्धित सवै निकायहरुमा निर्देशन भइसकेको छ । भवन निर्माणका लागी नक्सा पास गर्दा निर्माण सम्बन्धी मापदण्डका अतिरिक्त भवन निर्माण संहिता समेतलाई ध्यानमा राखी नक्सा स्विकृत गर्ने व्यवस्थाको लागि समेत निर्देशन भइसेकेको छ । यसै कुरालाई ध्यानमा राखेर बगनासकाली गाउँपालिकाले आ.ब. २०७५/०७६ देखि नै घर नक्सा अभिलेखीकरण र घरनक्सा पास गर्ने कार्यको सुरुवात गरेको छ ।

घर नक्सा अभिलेखीकरण भन्नाले यस गाउँपालिका भित्र बनीसकेका R.C.C (पक्की घर) का घरहरु यस गा.पा.मा दर्ता भएका कन्सल्टेन्सी फर्महरु मार्फत नक्सा बनाई गा.पा.मा आएर दर्ता गर्नु पर्दछ । नयाँ घरको हकमा भने निर्माण कर्ताले सर्वप्रथम गाउँपालिकामा दर्तावाला कन्सल्टेन्सी मार्फत घर नक्सा बनाई गा.पा. दर्ता प्रश्चात अनुमति प्राप्त भएर मात्र निर्माण कार्य अधि बढाउनु पर्ने छ ।

अभिलेखीकरण तथा नयाँ घर दर्ताका लागि आवश्यक कागजपत्रहरु यस प्रकार छन् ।

१) लालपूर्जाको प्रमाणित प्रतिलिपि – १

२) नापी नक्साको प्रमाणित प्रतिलिपि – १

३) चालु आर्थिक वर्षमा मालपोत तिरेको रसीदको प्रमाणित प्रतिलिपि – १

४) नागरिकताको प्रमाणित प्रतिलिपि – १

५) नापी नक्सा (ब्लु प्रिन्ट)

यस गाउँपालिकाले घर नक्सा अभिलेख कार्यलाई सहज र सुलभ गर्नका लागी यस अर्थिक वर्ष २०७५/०७६ का लागी ५० प्रतिशत छुटको व्यवस्था गरेका छ । त्यस्तै गरी भूकम्प लाभग्राहीको हकमा भने राजस्व पुरै निःशुल्क हुने व्यवस्था गरेका छौं ।

गाउँपालिकाभित्र पनि सडकको वर्गीकरण गरिएको छ त्यसैका आधारमा सडक क्षेत्राधिकार छुट्टाएको छ । निर्माण कर्ताले पनि त्यसै अनुसार बाटो देखि निश्चित मापदण्ड छोडेर मात्र बनाउनु पर्दछ ।

अन्तत घर नक्सा दर्ता तथा अभिलेखीकरण गाउँपालीकाको दिगो, भरपर्दो तथा हाल विद्यमान निर्माण प्रणालीमा भएका कमीकमजोरीहरुलाई हटाई आर्थिक व्यय भार नबढाईकन पनि सुरक्षित भवन बनाउनका लागि गरिएको हो । सम्पुर्ण गाउँपालिका बासीहरु एक पटक घर निर्माण गर्नु अघि गाउँपालिकामा आएर सम्पूर्ण कुराहरु बुझेर मात्र निर्माण कार्य अघि बढाउन विनम्र अनुरोछ गर्दछु ।

augf;sfnL ufpkflnsfjf6 ckfËtf kl/rokq

सिंजना रेग्मी
लेखक
सहायक महिला बिकास निरिक्षक

अपाङ्गता भएका व्यक्ति भन्नाले शारीरिक मानसिक, बौद्धिक वा इन्द्रीय सम्बन्धी दीर्घकालीन अशक्तता, कार्यगत सिमितता वा विधमान अवरोधका कारण अन्य व्यक्ति सरह समान आधारमा पूर्ण र प्रभावकारी ढंगले जीवनयापनमा सहभागी हुन बाधा भएका व्यक्तिलाई सम्झनु पर्दछ ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको सम्मान गर्नु हामी सबैको कर्तव्य हो । घर परिवार र समाजमा तथा संघ सस्था र कार्यालयका भवन निर्माण गर्दा अपाङ्गता मैत्रि निर्माण गर्नु नितान्त आवश्यक हुन्छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिले अवसर पाएमा सपाङ्गता सरह काम गर्न सक्षम हुनेछन् । नेपाल सरकारले पनि अपाङ्गताको हक अधिकारको संरक्षणको लागि पहल गरेको पाइन्छ । अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुको लागि ४ (चार) प्रकारका परिचयपत्र वितरण गर्ने व्यवस्था गरेको छ ।

क) पुर्ण अशक्त अपाङ्गता :

तल उल्लेखित अवस्थाका व्यक्तिहरुलाई 'क' वर्गको परिचयपत्र जुन रातो रंगको पृष्ठभूमीमा जारी गरिनेछ।

१. व्यक्तिको शारीरिक, मानसिक वा इन्द्रीय सम्वन्धी प्रणालिहरुमा भएको क्षति र यसले कार्यगत विचलनको अवस्था असाध्य गम्भीर भई अरुको सहयोग लिएर पनि दैनिक जीवन सम्पादन गर्न असाध्यै कठिन हुने व्यक्ति,

२. सामान्य भन्दा सामान्य दैनिक क्रियाकलाप पनि स्वयं गर्न नसक्ने र अन्य व्यक्तिको सहयोग आवश्यक पर्ने, तिव्र बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु, तिव्र अटिज्म प्रभावित व्यक्तिहरु, पूर्ण रुपमा श्रवणदृष्टिविहिन व्यक्तिहरु,

३. दुई वा सो भन्दा वढि शारीरिक, मानसिक वा इन्द्रिय सम्बन्धी क्षति भई सबै जसो दैनिक क्रियाकलापहरु अन्य व्यक्तिकै सहयोगमा गर्नुपर्ने अवस्थाका व्यक्तिहरु,

४. निरन्तर रुपमा सघन हेरचाहको आवश्यक परिरहने शारिरिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति वा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु ।

ख) अति अशक्त अपाङ्गता

तल उल्लेखित अवस्थाका व्यक्तिहरुलाई 'ख' वर्गको परिचयपत्र उपलव्ध गराईनेछ जुन निलो पृष्ठभुमीमा जारी गरिनेछ ।

१. शारीरिक मानसिक वा इन्द्रिय सम्वन्धी क्षति वा बिचलन भएता पनि निरन्तर वा अधिकांश समय सहयोगी, दोभाषे वा मानव पथप्रर्दशक आदिको सहयोगबाट आफ्नो दैनिक क्रियाकलापहरु लगाएत हिडडुल र संचार गर्न कठिनाई भएका व्यक्तिहरु,

२. मष्तिस्क पक्षघात, मेरुदण्डमा चोटपटक वा पक्षघात, हेमोफिलिया, मांशपेशी सम्वन्धी समस्या वा विचलन लगायत अन्य विभिन्न कारणले शरीरको ढाड, हात, गोडा, कम्मर आदिले काम गर्न नसकी दैनिक आवागमनको लागि ह्विलचियर प्रयोग गर्नुपर्ने अवस्थाका व्यक्तिहरु,

३. दुवै हात कुमदेखि वा पाखुरादेखि मुनी पुरै नचल्ने वा गुमाएका, विभिन्न कारणले दुवै हात र गोडा गुमाएका वा नचल्ने, कम्मरभन्दा मुनिको भाग गुमाएका वा नचल्ने, दुवै गोडा पूर्ण क्रियाशील नभई बैसाखीको प्रयोग गर्ने व्यक्तिहरु,

४. दृष्टिविहिन र पूर्ण दृष्टिविहिनको परिभाषा अर्न्तगत पर्ने व्यक्तिहरु,

५. संचालको लागि निरन्तर दोभाषे आवश्यक पर्ने पूर्ण रुपमा कान सुन्न नसक्ने (बहिरा), दैनिक जीवनका क्रियाकलापहरु स्वयं गर्न नसक्ने, सिकाइमा समस्या भएका बौद्धिक अपाङ्गता वा अटिज्म भएका व्यक्तिहरु,

निरन्तर अरुको सहयोग लिइरहनुपर्ने बहुअपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु,

ग) मध्यम अपाङ्गता :

तल उल्लेखित अवस्थाका व्यक्तिहरुलाई 'ग' वर्गको परिचयपत्र उपलव्ध गराइनेछ जुन पहेँलो पृष्ठभूमिमा जारी गरिनेछ ।

१. कृत्रिम अंग, क्यालीपर, विशेष प्रकारका जुत्ता जस्ता सहायक सामग्रीको प्रयोगबाट सामान्य हिडकुल लगायत दैनिक जीवनका क्रियाकलापहरु स्वयं गर्न सक्ने,
२. विभिन्न कारणले घुडामुनिको अंगमा मात्र प्रभाव परेको तर सहायक सामग्रीको प्रयोग नगरी पनि सामान्य हिँडडूल गर्नसक्ने,
३. कुम वा पाखुरा भन्दा मुनी एक हात गुमाएका वा हात नचल्ने वा हातले गर्ने काम गर्न नसक्ने,
४. दुवै हातको हत्केलाभन्दा मुनिका कम्तीमा बूढी औंला र चोरी औंला गुमाएका,
५. दुवै गोडाको कुर्कुच्चाभन्दा मुनिको भाग नभएका तर सामान्य हिडडुल गर्न सक्ने,
६. मेरुदण्डमा समस्या भई ढाड कुप्रिएको,
७. सिकाइमा ढिलाइ भएका दैनिक क्रियाकलाप स्वयं गर्न सक्ने बौद्धिक अपाङ्गता र अटिजम भएका व्यक्तिहरु,
८. श्रवणयन्त्रको प्रयोगबाट वा ठूलो आवाज मात्र सुन्नसक्ने सुस्तश्रवण व्यक्तिहरु
९. शल्यक्रियाबाट स्वरयन्त्र झिकी घाँटीको नलीबाट मात्र बोल्नुपर्ने अवस्था भएका व्यक्तिहरु,
१०. ओठ तालु फाटेको कारण बोली अस्पष्ट भएका व्यक्तिहरु,
११. बोल्दा अड्किने, शब्द वा अक्षर दोहोर्याउने समस्या तीव्र भएका भकभके व्यक्तिहरु,
१२. तीन फिट भन्दा मुनिका होचापुड्का व्यक्तिहरु,
१३. चस्मा र श्रवणयन्त्र दुवै प्रयोग गर्ने श्रवणदृष्टिविहिन व्यक्तिहरु, लेन्स वा म्याग्नीफायरको प्रयोग बाट मात्र पढ्न सक्ने न्यून दृष्टियुक्त व्यक्तिहरु,
१४. अनुवशीय रक्तश्राव (हेमोफेलिया) सम्वन्धी समस्या भई दैनिक हिँडडुलमा कठिनाइ हुने व्यक्तिहरु,
१५. मानसिक वा मनोसामाजिक अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरु ।

घ) सामान्य अपाङ्गता :

तल उल्लेखित अवस्थाका व्यक्तिहरुलाई 'घ' वर्गको परिचयपत्र उपलव्ध गराइनेछ जुन सेतो पृष्ठभूमिमा जारी गरिनेछ ।

१. शारीरिक, मानसिक वा इन्द्रिय सम्वन्धी सामान्य विचलन भएका तर दैनिक जीवनका क्रियाकलापहरु स्वयं सम्पन्न गर्न सक्ने ।
२. हात वा खुट्टा केही छोटो भएका, एक हातको हत्केला भन्दा मुनी नचल्ने वा गुमाएका, एक हातको हत्केलाभन्दा मुनिका कम्तीमा बूढी औंला र चोरी औंला गुमाएका वा दुवै हातको हत्केलामुनिका कम्तीमा बुढीऔंला र चोरीऔंला भएका व्यक्तिहरु,
३. ठूलो अक्षर पढ्नसक्ने न्यून दृष्टियुक्त व्यक्तिहरु,
४. दुवै गोडाको सबै औंलाका भागहरु नभएका,
५. श्रवणयन्त्र लगाई ठूलो आवाज सुन्ने तर बोली स्पष्ट भएका सुस्त श्रवण व्यक्तिहरु ।

यस्ता अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरुलाई साविकको महिला तथा बालबालिका कार्यालयवाट परिचयपत्र वितरण गर्ने गरेको थियो हाल आएर स्थानीय तहबाट नै वितरण गर्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

परिचयपत्र प्राप्त गर्नका लागि आवश्यक कागजातहरुः

नागरिकताको फोटोकपी वा जन्मदर्ताको फोटोकपि ।

अपाङ्गता भएका व्यक्तिले हालसालै खिचेको अटो साईजको ३ प्रति फोटो ।

पाल्पा अस्पतालको सिफारिस पत्र

वडा कार्यालयको सिफारिस पत्र

माथि उल्लेखित कागजातको आधारमा प्रत्येक महिनाको १५ गते वगनाकाली गाउँकार्यपालिकाको कार्यालयबाट परिचयपत्र वितरण गर्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

:jf:Yo ;+yfdf sfo{yn k|lzIf0f sfo{qmd

ठानेश्वर बस्याल
स्वास्थ्य उपसंयोजक
बगनासकाली गाउँपालिका

पाल्पा जिल्लाको सदरमुकाम तानसेनदेखि उत्तर पुर्व फैलिएर रहेको यस बगनासकाली गाउँपालिका एक सुन्दर भौगोलिक अवस्थिती रहेको र सम्भवत नेपालमै धेरै वडा मिलेर बनेको गाउँपालिका समेत हो । जुन साविकका ९ वटा गाउँ विकास समिति र हालका नौ वटा वडामा समेटिएको छ । यस गाउँपालिकामा स्वास्थ्य क्षेत्रमा सेवारत नौ वटा स्वास्थ्य चौकी र एक सामुदायिक स्वास्थ्य इकाई गरी दश वटा सरकारी स्वास्थ्य संस्था रहेका छन् । नेपालमा ग्रामीण क्षेत्रमा जनताको पहुँचमा स्वास्थ्य सेवा पुर्‍याउन र नेपाल सरकार बाट लागु भएका स्वास्थ्य कार्यक्रमहरु जन समुदाय सम्म लागु गर्नको लागि यी स्वास्थ्य सस्थाहरु वर्षौ देखि संचालनमा छन । हाल यी समस्याहरु मध्ये ३ वटा स्वास्थ्य संस्थामा बर्थिङ्ग सेन्टर र २ वटामा प्रयोगशाला सेवा समेत संचालनमा छन । औषतमा ६-७ जनाको संख्यामा कर्मचारी कार्यरत रहेका यि संस्थाहरु सबै मापदण्ड अनुरुपका भवन र सेवा प्रदानको निम्ती पर्याप्त भौतिक पुर्वाधारको सुविधा प्राप्त छैनन । यद्यपि सबै संस्थाहरुले समान जिम्मेवारीका साथ सेवा प्रदान गरिरहेका छन् । सबै संस्थाको प्रगती र सेवा प्रदानको उपलब्धि भने समान छैन । कुनै संस्थाहरु यथेष्ट सकृयताका साथ उत्कृष्ट सेवा प्रदान गर्न सफल छन भने कुनै संस्थाहरु जिल्लामै कमजोर दर्जाका संस्थाहरुकै वर्गिकरणमा समेटिएका पनि छन् । सबै संस्थाहरुलाई एकै हैसियतमा ल्याई उत्कृष्ट स्वास्थ्य सेवा रहेको गाउँपालिका बनाउनको निम्ती यस गाउँपालिकाको स्वास्थ्य शाखा अनवरत रुपमा लागि परेको र धेरै नविनतम साथै उदाहरणीय कार्यक्रमहरु लागु गर्नमा गाउँ कार्यपालिका र जनप्रतिनिधिहरुको सहयोग तथा समन्वय सकारात्मक र सराहनीय रहेको छ ।

यसैगरी बगनासकाली गाउँपालिकाको स्वास्थ्य क्षेत्र प्रवर्द्धन गर्दै गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको पहुँच बृद्धि र स्वास्थ्यका कार्यक्रमहरुको अभिलेख र प्रतिवेदन चुस्त दुरुस्त बनाउनको निम्ती स्वास्थ्य शाखा द्वारा सबै स्वास्थ्य संस्थाहरुमा गई त्यहाको अवस्था अनुगमन गरी त्यहा कार्यरत सबै कर्मचारी बिचमा कार्यस्थलमै स्वास्थ्यका संचालित कार्यक्रमहरु, अभिलेख र प्रतिबेदनहरुको यथार्थ जानकारी लिने, छलफल गर्ने र आवश्यक सल्लाह, सुझाव, प्रशिक्षण र पृष्ठपोषण दिने गरी कार्यक्रमको योजना बनाई गाउँ कार्यपालिका समक्ष पेश भए अनुरुप सर्वसमर्थनमा स्वास्थ्य संस्था स्तरीय कार्यस्थल प्रशिक्षण कार्यक्रम स्विकृत भई कार्यान्वयनको निम्ती निर्देशित भयो र सबै वडामा करिव ४ दशक स्वास्थ्य सेवामा उदारणीय स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरी निबृत्त हुनुभएका सबल र सक्षम व्यक्ति आदरणीय वरिष्ठ स्वास्थ्यकर्मी शालिकराम पहारीको नेतृत्वमा स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पा र सुआहारा कार्यक्रम पाल्पाको सहयोग र समन्वयमा लक्ष र उद्येश्य अनुरुप सबै स्वास्थ्य संस्थाहरुमा कार्यस्थल प्रशिक्षण कार्यक्रम सम्पन्न गरी आगामी दिनमा समेत यस कार्यक्रमलाई निरन्तर रुपमा गर्न‘ स्वास्थ्य क्षेत्रको प्रवर्द्धनमा अत्यन्त लाभदायक हुने कुरा समेत अनुभव गरिएको छ ।

कार्यक्रमको उद्येश्य :-

- स्वास्थ्य संस्थाबाट संचालित कार्यक्रम, अभिलेख र प्रतिबेदनहरुको यथार्थ जानकारी लिने ।
- स्वास्थ्य संस्थामा कार्यरत कर्मचारीहरुबिच कार्यस्थलमै गई छलफल गर्ने र आवश्यक सल्लाह, सुझाव, प्रशिक्षण र पृष्ठपोषण दिने ।
- संस्थाका सवल पक्षहरु, संस्था प्रवर्द्धनका निम्ती सूधार गर्नूपर्ने पक्षहरु पचिान गर्ने र समाधानका उपायहरु समेत पहिल्याउने ।
- संस्थाको अवस्था र संस्था प्रवर्द्धनका निम्ती सूधार गर्नूपर्ने पक्षहरुको जानकारी स्वास्थ्य संस्था संचालन तथा व्यवस्थापन समितीलाई गराइ, संस्थाको निम्ती आवश्यक कार्ययोजना बनाई, कार्यान्वयनका निम्ती जिम्मेवारीबोध गराउने ।

कार्यक्रमको स्थान :-

बगनासकाली गाउँपालिका अन्तर्गतका सबै स्वास्थ्य संस्थाहरु ।

कार्यक्रम संचालन/सहजीकरणमा संलग्न व्यक्तिहरु

क्र.सं.	नामथर	पद/ठेगाना
१	सुन्दरप्रसाद श्रेष्ठ	प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत, बगनासकाली गा.पा
२	शालीकराम पहारी	प्रमुख सहजकता
३	बिश्वनाथ न्यौपाने	प्रमुख, स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पा
४	माधव ज्ञवाली	सुचना अधिकृत, स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पा
५	इश्वरी न्यौपाने	सुपरभाइजर, स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पा
६	कृष्ण गुरुङ	प्रमुख, सुआहारा कार्यक्रम पाल्पा
७	दिनेश धिमिरे	फिल्ड संयोजक, सुआहारा (बेस नेपाल)
८	मणिराम अधिकारी	स्वास्थ्य संयोजक- बगनासकाली गा.पा
९	ठानेश्वर बस्याल	स्वास्थ्य उप-संयोजक बगनासकाली गा.पा

वर्तमान संस्थागत अवस्था

स्वास्थ्य संस्था संख्या :- १० (९ वटा स्वास्थ्य चौकी र १ सामुदायिक स्वास्थ इकाई)

कार्यक्रम संचालन मिति :- २०७५/१०/१३ देखि २०७५/१०/२९ सम्म ।

कर्मचारी दरबन्दी संख्या :- ४५ जना

कार्यरत कर्मचारी करार सहित संख्या :- ६० जना

भौतिक अवस्था :-

मापदण्ड अनुरुपको भवन संख्या		बाटोको पहुँच		बिजुलीको उपलब्धता		पानीको सुबिधा	
भएको	नभएको	भएको	नभएको	भएको	नभएको	भएको	नभएको
१	९	१०	०	१०	०	७	३

स्वास्थ्य संस्थाहरूका समग्र सबल पक्षहरू :-

- भौतिक असहजिकरणका बाबजुत व्यबस्थित सेवा प्रदान गरिएको ।
- कर्मचारीहरु आपसी सहकार्य र समन्वयमा रही सेवा प्रति प्रतिबद्ध रहेको ।
- औषधिको उपलब्धता र विभिन्न नयाँ उपकरणहरुबाट समेत सेवा सूरु गरिएको ।
- पूर्ण संस्थागत प्रसूती घोषणा भएको र घोषणको तयारीमा रहेको ।
- बर्थिङ्ग सेन्टर र ल्याब सेवा संचालनमा रहेको ।
- अभिलेख तथा प्रतिबेदन चूस्त दूरुस्त गरि सेवा प्रवाह गरिएको ।

- भौगोलिक असहजताका बाबजूत समूदायमा स्वास्थ्य सेवाको पहूँच पूगेको ।
- स्वास्थ्य संस्था संचालन तथा व्यवस्थापन समितीको सकृयता र नियमितता ।

स्वास्थ्य संस्थाहरु सुधार र पबर्द्धनमा आवश्यक पक्षहरु

- भवन निर्माणको निम्ती पहलकदम बढाउनु पर्ने ।
- गाउँघर क्लिनीक र खोप क्लिनीकको भवन र भौतिक सामाग्रीहरुको ब्यवस्था मिलाउनूपर्ने ।
- पोषण सेवामा नियमित बृद्धि अनूगमन र पूर्ण बालभिटा गराउन कार्ययोजना बनाई कार्यक्रम संचालन गर्नूपर्ने ।
- कर्मचारी बिच साप्ताहिक रुपमा हरेक बार एक कार्यक्रम र सेवा रजिष्टर माथि छलफल र मूल्याङ्कन गर्ने ।
- संस्थाबाट प्रदान गर्ने सेवाहरुलाई कर्मचारी बिचमा कार्यबिभाजन गरि कार्यसम्पादन गर्ने ।
- समूदाय स्तरमा स्वास्थ्यका कार्यक्रमहरु संचालनको निम्ती स्वास्थ्य संस्थालाई आवश्यक बजेटको व्यवस्था मिलाउनू पर्ने ।
- सेवाग्राहीको फलोअप, सूझाव र परामर्शमा बढी ध्यान दिने ।
- CB-IMNCI कार्यक्रममा पूर्ण रुपमा बर्गिकरण गरि सेवा दिने र अभिलेख राख्ने ।
- बृद्धि अनूगमन खोप क्लिनिक बाट नभई गाउँघर क्लिनिक बाट गर्ने बनीको बिकास गर्ने ।
- म.स्वा.स्वयं सेविकाहरुलाई हरेक दिन आफूले दिएको सेवा आफ्नो सेवा रजिष्टरमा अद्यावधिक गर्ने बानीको बिकास गराउने । जिन्सी रेकर्ड र स्टोर ब्यवस्थित बनाउने ।

:jf:Yo ;+yfx? kj4{gsf]lgDtL tof/ ;du|sfo{of]hgf tflnsf

क्र.सं	क्रियाकलाप	पूरा गर्ने मिति	जिम्मेवार व्यक्ति
१	स्वास्थ्य संस्थाको मापदण्ड अनूरुपको भवन निर्माणको निम्ती पहल गर्ने	आ.व ०७५/७६ भित्र	वडाध्यक्ष र व्यवस्थापन समिति
२	गाउँघर क्लिनिक र खोप क्लिनिक भवन र सामाग्रीहरु व्यवस्थापन गरी सेवा पबर्द्धन गर्ने	आ.व ०७६/७७ सम्म	वडाध्यक्ष र स्वा. चौ. प्रमूख
३	पोषण सेवामा निरन्तर बृद्धि अनूगमन र पूर्ण बालभिटा खूवाउन कार्ययोजना बनाउने	२०७५ फागूनसम्म	स्वा. चौ. प्रमूख
४	कर्मचारीबीच साप्ताहिक रुपमा हरेक बार एक कार्यक्रम/सेवा मूल्यांकन र छलफल गर्ने	२०७५ फागूनबाट	स्वा.चौ. प्रमूख र सि.अ.हे.व । अ.न.मि.
५	कर्मचारीबीच एक/एक कार्यक्रमहरु कार्य विभाजन गरी सम्पादन गर्ने ।	२०७५ फागून महिना बाट	स्वा. चौ. प्रमूख
६	पूर्ण संस्थागत सूत्केरी वडा घोषणाको निम्ती तयारी गर्ने	आ.व ०७६/७७ सम्म	वडाध्यक्ष र स्वा. चौ. प्रमूख
७	समूदाय स्तरमा स्वास्थ्यका कार्यक्रमहरु निरन्तर संचालन गर्न कार्यक्रम र बजेट व्यवस्थापन गर्ने	आ.व ०७६/७७ को वडा परिषद मार्फत	व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष र स्वा.चौ. प्रमूख
८	सभा तथा तालीम हल निर्माण गर्ने	आ.व ०७५/७६ भित्र	व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष
९	पूर्ण संस्थागत प्रसूती वडा घोषणा गर्ने	आ.व ०७६/७७ सम्म	व्यवस्थापन समिति र र स्वा. चौ. प्रमूख
१०	कर्मचारी बैठक मासिक र व्यवस्थापन समिती बैठक द्विमसिक अनिवार्य गर्ने	२०७५ फागून महिना बाट	स्वा. चौ. प्रमूख
११	जिन्सी सामान र स्टोर व्यवस्थापन गर्ने	२०७५ माघ महिना भित्र	स्वा. चौ. प्रमूख
१२	स्वास्थ्य संस्था भवन, कोठा र कम्पाउन्ड मर्मत, सूधार र रंग रोघन गर्ने ।	आ.व ०७६/७७ सम्म	व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष र स्वा. चौ. प्रमूख

निष्कर्ष : जुन उद्देश्य बमोजिम कार्यस्थल प्रशिक्षण कार्यक्रमको अवधारणा विकास गरियो सो अनुरुप कार्यक्रम संचालनको प्रभावकारीता झनै बढी भएको महसुस सबै पक्षबाट भएको छ । यो कार्यक्रमलाई आगामी दिनमा कम्तीमा पनि अर्धबार्षिक रुपमा संचालनमा निरन्तरता दिन सकियो भने पक्कै पनि बगनासकाली गाउँपालिकामा सबै वडाहरुमा समान रुपमा गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा पुऱ्याउँदै चुस्त दुरुस्त काम कारवाहीका साथ स्वस्थ बगनासकाली बनाउने अभियानमा चाडै नै सफल हुन सकिन्छ । कार्यस्थलमै गएर प्रशिक्षण गर्दा दोहोरो संचार हुने साथै वास्तविकतामा आधारित पर्याप्त पृष्ठपोषण हुनेहुँदा उद्देश्य प्राप्तीमा दोब्बर प्रभावकारीता भएको पाइयो । कार्यस्थलमै गएर हेर्दा सबै संस्थाहरुको कार्य प्रगती र पहुँच एकैनासको नभएको हुँदा संस्थाहरुलाई वर्गिकरण गरी कार्य प्रोत्साहन साथै सशक्त बनाउँदै लैजानुपर्ने देखिन्छ । धेरै संस्थाहरु भौतीक र आर्थिक अभावमा रही सेवा प्रदान गरिरहेकोले प्रगती र प्रभावकारीतामा कमी भएका छन् भने कुनै संस्था जिल्ला र देशमै उदाहरणीय र सम्मानीत समेत छन् । यो कार्यक्रमलाई निरन्तर रुपमा संचालन गर्न सकेमा पक्कै पनि स्वास्थ्य क्षेत्रमा भएगरेका कमी कमजोरीहरु निर्मूल भई स्वस्थ्य बगनासकाली बनाउने अभियान सफल हुने कुरामा दुविधा छैन ।

xhf/ lbgsf cfdfx? / cleefjsaLr cGt{qmof sfo{qmd

शरद जि.सी.
हेल्थ असिष्टेन्ट
नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकी

पाल्पा : बगनासकाली गाउँपालिका वडा नं ३ नायरनमतलेसमा सुनौला १००० दिनका आमाहरु र अभिभावक बीच पोषण प्रोत्साहन अर्न्तक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । बगनासकाली गाउँपालिका ३ नं. का वडा अध्यक्ष तथा नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकी सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समितीका अध्यक्ष टिकाबहादुर थापा ज्यू को अध्यक्षतामा कार्यक्रम सञ्चाललन भएको हो । कार्यक्रममा बगनासकाली गाउँ कार्यपालिका सदस्य तेज प्रसाद रसाली, बसन्ती थापा, स्वास्थ्य कार्यालय पाल्पाका इश्वरी न्यौपाने, बगनासकाली गाउँपालिकाका स्वास्थ्य संयोजक मणिराम अधिकारी, उपसंयोजक ठानेश्वर बस्याल, नायर स्वास्थ्य चौकी व्यवस्थापन समितीका पदाधिकारीहरु, सुआहारा पाल्पाको टिम, स्वास्थ्यकर्मी, म.स्वा.स्वं.से तथा सुनौला १००० दिनका आमाहरु र उहाँहरुको अभिभावकको उपस्थितिमा कार्यक्रम सम्पन्न भएको थियो

बगनासकाली गा.पा.-३ अर्न्तगतको नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकीले स्वास्थ्य सेवा सेवा प्रवाह गर्ने क्रममा पोषण कार्यक्रमलाई प्राथामिकतामा राखेको छ । कुपोषणले खास गरी बालबालिकाहरु, किशोरी, गर्भवती तथा सुत्केरी आमाहरुलाई बढी प्रभाव पार्ने हुँदा तिनीहरुलाई कुपोषित हुनबाट बचाउन वा सुपोषित गर्न पोषण कार्यक्रमको महत्वपूर्ण भूमिका रहेको हुँदा उक्त पोषण कार्यक्रमलाई प्रभाभकारी बनाउन नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकीले विभिन्न चरणमा कार्यक्रम सञ्चालन गरेको हो । नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकीको आयोजनामा बगनासकाली-३ अर्न्तगतका सम्पूर्ण ५ वर्ष मुनिका बालबालिकाको MUAC टेपद्वारा पाखुराको मध्य भागको परिधिको नाप तथा तौल लिई पोषण स्थितिको लेखाजोखा गरिएको हो । उक्त कार्यक्रम २०७५ माघ २१ गते नायर चौपारी, माघ २२ मा नायर स्वास्थ्य चौकी भवनमा, माघ २३ मा आफर र माघ २५ मा नायर हटियामा सञ्चालन भएको थियो । उक्त पोषण स्थिति सम्बन्धि लेखाजोखा गर्दा ३ (तीन) जना शिघ्र कुपोषितका बालबालिका पत्ता लागेको थियो ।
एउटा बालबालिका, गर्भवती वा सुत्केरी आमा कुपोषित हुनबाट बच्नका लागिकुनै एउटी गर्भवती महिला वा सुत्केरी आमाले मात्र प्रयास गरेर सम्भव नहुने हुँदा सुखी र सुपोषित परिवार बनाउनको लागि अभिभावकको अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण भूमिका हुने भएकाले बगनासकाली गाउँपालिका ३ नं.वडाको आर्थिक सहयोग, सुआहारा पाल्पाको प्राविधिक सहयोग र नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकीको आयोजनामा सुनौला १००० दिनका आमाहरु र अभिभावकहरु बीच अन्तर्क्रिया सञ्चालन भएको हो । उक्त कार्यक्रम २०७५ फाल्गुन ६ गते नायर हटिया र फाल्गुन ८ गते नायर स्वास्थ्य चौकी भवनमा सञ्चालन भएको थियो । उक्त पोषण शिक्षा सम्बन्धी अर्न्तक्रिया कार्यक्रमको सहजिकरण सुआहारा पाल्पाका MNCH & GESIc अफिसर सन्दिप घिमिरे र नायरनमतलेस स्वास्थ्य चौकी प्रमुख सरद जि.सी.ले गर्नु भएको थियो ।
पोषण प्रोत्साहन कार्यक्रम अर्न्तगत एक वर्ष सम्मका बालबालिका (३०जना) र गर्भवती महिला (१८ जना) गरी ४८ जनालाई पोषण प्रोत्साहन स्वरुप १।१ क्यारेट अण्डा वितरण गरिएको थियो भने शिर्घ कुपोषित ३(तीन) जना बालबालिकाहरुलाई १।१ क्यारेट अण्डा र १।१ बट्टा सबोत्तम पिठो (लिटो) हस्तान्तरणा गरिएको थियो ।उक्त कार्यक्रमको कार्यविधिमा स्वास्थ्य चौकीले चार वटा सुचक निर्धारण गरेको थियो,ति चार वटै सुचक पुरा गर्नेलाई पुरस्कार स्वरुप १।१ क्यारेट अण्डा वितरण गर्ने समितिले निर्णय गरेको थियो । ती सुचकहरु पनि संक्षिप्त रुपमा जानकारी गराउन चाहन्छु ।

सूचकहरुमा-

क) प्रोटोकल अनुसार चारपटक गर्भवती जाँच गरी संस्थागत सुत्केरी हुनुपर्ने,
ख) शिशु जन्मे देखि २ बर्ष सम्म प्रत्यक महिना वृद्धि अनुगमन गरेको हुनुपर्ने,
ग) पूर्ण खोप लगाएको हुनुपर्ने र
घ) ३ साइकल (१८० पुरिया) बालभिटा खुवाएको हुनुपर्ने ।

उक्त चारवटै सुचक पुरा गरी आफु र आफ्नो बच्चाको जटिल स्वास्थ्य समस्याबाट बचाउन र बालबालिकाले पाउनुपर्ने अधिकार सुनिश्चित गर्न

सफल बगनासकाली–३, नायरनमतलेसका ६ जना बालबालिकाको अभिभावक मनिकला टङ्गलामी, सीता टङ्गलामी, पिमला वाकवल, शित्तल खाम्चा,बालकुमारी कवर र शान्ति वि.क.लाई १।१ क्यारेट अण्डाले पुरस्कृत गरिएको थियो । साथै उक्त कार्यक्रममा बगनासकाली गाउँपालिकाबाट प्रदान गरिएको सुत्केरी पोषण प्रोत्साहन रकम प्रति सुत्केरी १०००।–का दरले २५ जना सुत्केरी आमाहरुलाई वितरण समेत गरिएको थियो र पोषिलो लिटो तयार गर्ने विधि सुनौला १००० दिनका आमाहरुलाई सुआहारा पाल्पाकी फिल्ड सुपरभाइजर सुनिता रेग्मी ज्यूबाट प्रदर्शन सहित देखाइएको थियो । औपचारिक कार्यक्रम नायर स्वा.चौकीकी अ.हे.व शशिकला रेश्मीको स्वागतबाट सुरुभएको थियो भने कार्यक्रमको सञ्चालन नायर स्वास्थ्य चौकी प्रमुख सरद जि.सी. ले गर्नुभएको थियो ।

gf/L lbj;sf] cj;/df jSt[jsnf k|tof]utf

पाल्पा : १०९ औं अन्तराष्ट्रिय नारी दिवसका अवसरमा बगनासकाली गाउँपालिकाले वक्तृत्वकला प्रतियोगिता गरी एक समाहरोहका साथ सम्पन्न गरेको छ । बगनासकाली गाउँपालिकाको महिला समन्वय समितिले नौ वटै वडामा खुल्ला बक्तृत्वकला प्रतियोगिता कार्यक्रम गरी सवै वडाको प्रथम हुने सहभागीलाई नारी दिवसको अवसरमा गाउँपालिकामा सबै वडाको प्रथम भएकाहरु सगँ प्रतिस्पर्घा गर्न बोलाइएको थियो ।

मिति २०७५/११/२४ गते (मार्च ८ तारिक) बगनासकाली गा.पा.को सभा हलमा महिला समन्वय समितिका कोषाध्यक्ष बिमला बस्यालको स्वागतबाट शुरु भएको कार्यक्रममा सम्पूर्ण वडाका प्रतिस्पर्धीहरुलाई वक्तृत्वकला प्रस्तुत गर्न दिइएको थियो । प्रतिस्पर्धी सहभागीहरुमा नमकला घिमिरे, मिना भण्डारी, विनिता ज्ञवाली, विष्णु बस्याल, गीता अर्याल, माया पाण्डे, थमकला बस्याल र नारायणी भट्टराई रहेका थिए ।

नारी दिवसको अवसरमा सहभागीहरुले महिला सधै उपमा बस्नु पर्ने । उपमा बस्नु भनेको चुपलागेर बस्नु हो भनेको थिए त्यस्तै गरी हामी महिला पुरुष भन्दा शारीरिक रुपले फरक भएपनि विचार र बुद्धिले कमजोर हैनौं । छोरा र छोरीलाई घरमानै समान व्यवहार गर्नु पर्दछ, परिवर्तन घरवाटै शुरु गर्नुपर्दछ, टायरमा हावा नभए गुड्न नसके जस्तै हो घरमा महिला नहुनु, भूमि प्रति ५० प्रतिशत स्वामित्व महिलामा अनिवार्य हुनपर्ने, महिलाको क्षमताको कदर गरीएको छैन, समान कामको समान ज्याला छैन जस्ता विचार राखेका थिए । वक्तृत्वकलामा एक जनालाई ५ मिनेटको समय दिइएको थियो । उक्त प्रतियोगितामा प्रथम गीता अर्याल, द्धितिय नमकला घिमिरे, तृतिय विनिता ज्ञवाली र सान्तवना नारायणी भट्टराई हुनु भएको थियो । वक्तीत्वकला प्रतियोगितालाई पारदर्शी गराउन ता.न.पा.वाट श्री टंक प्रसाद पन्त, विजया पन्त र भावना खनाललाई बोलाई जिम्मेवारी दिइएको थियो । बगनासकाली गाँउपालिकाको नौ वडाका प्रतियोगी १०० जनावाट ९ जना र उनीहरुबाट ४ जना प्रथम, द्धितिय, तृतिय र सान्तवना छनौट गरीएको थियो । कार्यक्रमको अन्त्यमा, शुभकामना दिनेहरुमा पत्रकार गीता रेग्मी अधिवक्ता सारदा नेपाल वडा अध्यक्ष ईश्वरकुमार राना, टीकाबहादुर थापा, गणेश बस्याल, सुन्दरप्रसाद श्रेष्ठ, प्रमुख अतिथि मिरा मरासनिले शुभकामना दिनु भएको थियो । गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष समन्वयकी अध्यक्ष सरस्वती चिदीको अध्यक्षता र सचिव उर्मिला कवरले संचालनमा कार्यक्रम सञ्चालन भएको थियो ।

बगनासकाली गाउँपालिका
पाल्पा

बालमैत्री आचारसंहिता

स्थानीय तहलाइ बालमैत्री गराउनका लागि **बालबालिकाको** आचारसंहिता

- व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिने र अरुलाइ पनि सरसफाइको लागि प्रोत्साहन गर्ने ।
- दिसा पिसाबको लागि चर्पीको प्रयोग गर्ने, चर्पीको प्रयोग गर्न जनचेतना जगाउने ।
- खाना खानु अघि र शौचालयको प्रयोग गरिसकेपछि साबुन पानीले हात धुने ।
- पढ्ने समय, खेल्ने समय, सुत्ने समय र आफ्ना अभिभावकलाइ सहयोग गर्ने निश्चित समय निर्धारण गर्ने ।
- विद्यालय समयमा अनिवार्य रुपमा आफ्नो कक्षाकोठामा उपस्थित हुने ।
- नियमित रुपमा विद्यालयको पोशाक लगाउने, विद्यालयको नीति नियम तथा अनुशासनको पूर्ण पालना गर्ने ।
- विद्यालय र समुदायमा संचालित अतिरिक्त क्रियाकलापमा सहभागी हुने ।
- शिक्षकले पढाएको कुरा नबुझेमा फेरी सोध्ने, गृहकार्य पूरा गर्ने र शिक्षकले भनेको मान्ने ।
- वालविवाहको लागि मञ्जुर नहुने र गाउँ टोलमा वालविवाह भएको वा हुने सुचना पाएमा वडा कार्यालय/गाउंपालिका/प्रहरीलाइ जानकारी दिने ।
- आफुभन्दा ठुलालाइ आदर र सानालाइ माया गर्नुका साथै कुनै नराम्रो काम वा संगत नगर्ने ।
- चुरोट, सुर्तीजन्य र मदिरा जन्य पदार्थको प्रयोग नगर्ने, खरिद विक्रिमा संलग्न नहुने ।
- बालक्लब र संजालको नियमित वैठक बसी बालमैत्री गाउँ बनाउन र निरन्तरताको लागि सचेतना जगाउने ।
- आफ्नो घरलाइ बालमैत्री गराउनको लागि पहल गर्ने ।

माथि उल्लेखित बालमैत्री आचारसंहिता मिति २०७५ कार्तिक १७ गते सम्बन्धित सरोकारवालाहरुको प्रतिनिधिमुलक सहभागितामा तयार गरिएको हो ।

....

कृष्ण प्रसाद बस्याल
गाउँपालिका अध्यक्ष

बगनासकाली गाउँपालिका
पाल्पा

बालमैत्री आचारसंहिता

स्थानीय तहलाइ बालमैत्री गराउनका लागि घरपरिवार र समुदायको आचारसंहिता

- गर्भवती महिलाहरुको उचित स्याहार गर्ने, स्वास्थ्यकर्मीको सुझाव अनुसार नियमित रुपमा जाँच गराउने।
- बच्चा जन्मेको ३५ दिन भित्रमा जन्मदर्ता गराउने ।
- साबुनपानीले हात धोएर मात्र बालबालिकालाई खाना खुवाउने, सबैले खाना खानु अघि र शौचालयको प्रयोग गरिसके पछि साबुनपानीले हातधुने ।
- आफ्नो घरमा बालबालिकालाई उपयुक्त हुने गरी शौचालय निर्माण गर्ने ।
- ३-४ वर्षका बालबालिकालाई प्रारम्भिक बालविकास केन्द्रमा भर्ना गर्ने ।
- ५-१८ वर्ष सम्मका बालबालिकालाइ अनिवार्य विद्यालय/मा.वि. मा पढ्न पठाउने ।
- विद्यालय पठाइएका बालबालिका विद्यालय गए/नगएको विषयमा ध्यान दिने ।
- आफ्ना बालबालिकाको विषयमा वा पढाइको विषयमा कम्तिमा २ महिनामा एक पटक विद्यालयमा सम्पर्क गर्न जाने ।
- आफ्नो घरपरिवार समुदायका बालबालिकालाइ कुलत र दुर्व्यसन बाट फस्नबाट जोगाउने, सुर्तिजन्य र मदिराजन्य पदार्थ खरिद बिक्रिमा संलग्न नगराउने ।
- २० वर्ष उमेर नपुग्दै बालबालिकाको विवाह नगर्ने, नगराउने ।
- बालबालिकालाई भारी बोक्ने, धारिलो हतियार चलाउने, कलकारखानामा काम गर्ने, धेरै शारीरिक परिश्रम गर्ने जस्ता जोखिमपूर्ण कामहरु र उनीहरुले गर्न नसक्ने, नभ्याउने कुनै पनि प्रकारका काममा नलगाउने ।
- बालबालिका प्रति कुनै पनि प्रकारको दुर्व्यवहार, कुटपिट, अपहेलना लगायत शारीरिक तथा मानसिक रुपमा आघात पुग्ने काम नगर्ने ।
- बालबालिका सम्बन्धी परिवार/ समुदायमा हुने छलफलमा उनीहरुलाई सहभागी गराउने ।
- बालबालिकालाई सत्य कुरा स्पष्ट संग व्यक्त गर्न प्रोत्साहन गर्ने ।
- बालबालिकालाई पढ्ने, मनोरञ्जन गर्ने, आमाबुवालाई सहयोग गर्ने लगायतका कार्यको लागि समयतालिका बनाइदिने ।

माथि उल्लेखित बालमैत्री आचारसंहिता मिति २०७५ कार्तिक १७ गते सम्बन्धित सरोकारवालाहरुको प्रतिनिधिमुलक सहभागितामा तयार गरिएको हो ।

....
कृष्ण प्रसाद बस्याल
गाउँपालिका अध्यक्ष

बगनासकाली गाउँपालिका
पाल्पा

बालमैत्री आचारसंहिता

स्थानीय तहलाइ बालमैत्री गराउनका लागि **कार्यालय, संघ संस्थाको लागि** आचारसंहिता

- बालबालिकाको क्षेत्रमा अधिकतम बजेट लगानी गर्ने ।
- स्थानीय तहको निर्णय प्रक्रिया (बालबालिकासंग सरोकार राख्ने विषय) मा १२–१८ वर्षका बालबालिकाको अनिवार्य सहभागिता गराउने ।
- भौतिक पूर्वाधार र सामाजिक संरचनाहरु बनाउँदा बालमैत्री गराउने ।
- बालबालिकालाई कुनै पनि आधारमा भेदभाव नगर्ने ।
- बालाबलिकालाई हिंसा, दुर्व्यवहार, हेला, वेवास्ता नगर्ने ।
- बालबालिकालाई जोखिमपूर्ण कार्यमा नलगाउने ।
- बालक्लब/बालसंजाल गठन र संचालनमा सहयोग गर्नुका साथै बालबालिकाको क्षमता विकासमा सहयोग गर्ने ।
- घरपरिवार, समुदाय र संस्थागत तवर बाट बालसहभागिता वृद्धिगर्ने, प्रोत्साहन गर्ने सचेतना जगाउने ।
- शिक्षा, स्वास्थ्य, संरक्षणबाट वञ्चित र हिंसा, दुर्व्यवहारमा परेका बालबालिकाको उद्धार र विकासका लागि निरन्तर सक्रियताकासाथ कार्य गर्ने ।
- बालबालिकालाई बालमैत्री व्यवहार गर्ने ।
- बालमैत्री स्थानीय शासन राष्ट्रिय रणनीतिले निर्धारण गरेका बालअधिकार सम्बन्धि सुचक पूरा गर्ने ।

माथि उल्लेखित बालमैत्री आचारसंहिता मिति २०७५ कार्तिक १७ गते सम्बन्धित सरोकारवालाहरुको प्रतिनिधिमुलक सहभागितामा तयार गरिएको हो ।

कृष्ण प्रसाद बस्याल
गाउँपालिका अध्यक्ष

बगनासकाली गाउँपालिका
पाल्पा

बालमैत्री आचारसंहिता

स्थानीय तहलाइ बालमैत्री गराउनका लागि **शैक्षिक संस्थाको** आचारसंहिता

- बालबालिकालाई शारीरिक तथा मानसिक दण्ड नदिने ।
- दण्डरहित वातावरण र बालमैत्री व्यवहार प्रदर्शन गर्दै शिक्षण क्रियाकलाप गर्ने । (नम्र व्यवहार र हसिलो मुहारका साथ पढाउने)
- विद्यालय व्यवस्थापन समितिमा बालक्लबको सहभागिता सुनिश्चित गर्ने ।
- शिक्षक, विद्यार्थी र कर्मचारी सबै विद्यालयमा तोकिएको समयमा आउने ।
- तोकिए बमोजिम शिक्षण तथा अतिरिक्त क्रियाकलाप गर्ने ।
- विद्यालय भित्र राजनीति नगर्ने ।
- विद्यालय हाता भित्र सुर्ती, गुट्का, धुमपान, मदिरापान वा अन्य कुनै पनि नशालु पदार्थ सेवन नगर्ने । विद्यालय आसपास १०० मिटर भित्र उक्त पदार्थहरु विक्रि वितरण गर्न नपाइने ।
- बालमैत्री शौचालयको व्यवस्था गर्ने ।
- साबुन पानीले हातधुने बानीको विकास गराउने ।
- सफा पिउने पानी र बालमैत्री धाराको व्यवस्था गर्ने ।
- प्राथमिक उपचारका लागि उचित व्यवस्थापन र समय समयमा स्वास्थ्य परिक्षणको व्यवस्था गर्नु पर्ने । बालमैत्री सम्पर्क शिक्षक तोक्ने
- विद्यालय हाता भित्र बाल बगैंचा र आवश्यक खेल सामाग्री व्यवस्था गर्ने ।
- विद्यालय उमेरका सम्पूर्ण बालबालिकालाई अनिवार्य विद्यालय भर्ना गर्ने ।
- भर्ना भइ विद्यालय आउन छोडेका विद्यार्थीलाइ पुनः विद्यालयमा आउने वातावरण सिर्जना गराउने ।
- विद्यालयमा प्रत्येक हप्ता अतिरिक्त क्रियाकलाप गर्ने र सबै बालबालिकालाई भाग लिन सक्ने वातावरण सिर्जना गर्ने ।
- बालबालिकासंग सरोकार राख्ने विषयहरुमा निर्णय गर्दा बालबालिकाको सहभागिता गराउने ।
- कुनै पनि विद्यार्थीलाई धर्म, जात, धनि, गरिबको नाममा भेदभाव नगरी अध्यापन गर्ने ।
- जंकफुड निषेध गर्ने ।
- विद्यार्थीलाई आफ्नो नामले मात्र संवोधन गर्ने (उपनाम प्रयोग नगर्ने)
- स्तनपान कक्षको व्यवस्थापन गर्ने
- विद्यालय वरिपरि ध्वनी निषेध गर्ने
- विद्यालय भवन तथा हाताभित्र अनाधिकृत प्रवेशमा रोक लगाउने ।

माथि उल्लेखित बालमैत्री आचारसंहिता मिति २०७५ कार्तिक १७ गते सम्बन्धित सरोकारवालाहरुको प्रतिनिधिमुलक सहभागितामा तयार गरिएको हो ।

कृष्ण प्रसाद बस्याल
गाउँपालिका अध्यक्ष