स्वच्छ र स्वतन्त्र पत्रकारिताको प्रतिक

नव जनचेतना

NAWA JANACHETANA NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

बलिउड सुपरस्टार सलमान खानका नाममा मुम्बई ट्राफिक प्रहरीको कन्ट्रोल रुममा धम्कीपूर्ण सन्देश पठाउने व्यक्ति जलाराम बिश्नोईलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ। प्रहरीका अनुसार लरेन्स बिश्नोईका भाइ दाबी गर्ने बिकाराम जलाराम बिश्नोई राजस्थानको जालोर जिल्लाका मूल निवासी हुन्। सलमान खानलाई नोभेम्बर ४ मा अर्को एउटा धम्की आएको थियो।

आजको विचार...

दिपेश नेपाल

संस्थाहरूको... *(दुई पेजमा)*

नेपाली फिल्मकर्मीबीच बेला बखतमा कुनै न कुनै विषयमा घोचपेच र आरोप-प्रत्यारोप चलिरहेको छ। यतिबेला अभिनेता तथा हल व्यवसायी दीपकराज गिरी र निर्देशक निश्चल बस्नेतबीच सामाजिक सञ्जालमा जुहारी चलेको छ। दीपकराजले फेसबुकमा लेखेका थिए, 'प्रायः हलहरूले शो दिएन भनेर हामी अफ्रिन्छौं तर हेरौं त नगन्य शोबाट सुरु भएको 'पूर्ण बहादुरको सारङ्गी'ले आफूलाइ कहाँ पुर्‍यायो ? समस्या कहाँ रहेछ त ? उनको यो कटाक्ष निश्चलप्रति लक्षित रहेको देखिन्थ्यो।

❒ वर्ष ३० ❒ अंक १०५ ❒ २०८१ कार्तिक २३ गते शुक्रबार 8 November 2024, Friday ❒ पृष्ठ संख्या ४ मूल्य रु ५/-

पाल्पाका युवाहरुको सक्रियता

आज जिल्लामा दुई महत्वपूर्ण कार्यक्रम हुँदै

रामचन्द्र रायमाझी

पाल्पा, कार्तिक २२/पाल्पाका युवाहरुको सक्रियतामा आज जिल्लामा दुई महत्वपूर्ण कार्यक्रम हुन लागेका छन् । जेसिज र साइक्लिङ संघमा आवद्ध युवाहरुले छुट्टाछुट्टै ऐतिहासिक कार्यक्रम गर्न लागेका हुन् ।

जिल्लाको विकास र जनचासोका विषयमा एकै दिन हुन लागेका कार्यक्रमलाई महत्वका साथ हेरिएको छ । यहाँका युवाहरुले जिल्लाको विकास र समृद्धिलाई ध्यानमा राखी आयोजना गर्न लागेका कार्यक्रमप्रति जिल्लाका सरोकारवालाहरुले समेत चासो दिएका छन् । पाल्पा जेसिजमा आवद्ध युवाहरुले स्थानीय सरकार र युवाबिच 'युवाको प्रश्न नेतृत्वसँग' विषयक खुला बहस आयोजना गरेका छन् भने पाल्पा साइक्लिङ संघमा आवद्ध युवाहरुले दुई दिने 'हेरिटेज राइड' आयोजना गर्दै छन् । जेसिजले स्थानीय सरकारसँग सवाल, नीति निर्माणका लागि आधार तयार गर्ने उद्देश्यले जिल्लामै पहिलो पटक खुला बहस कार्यक्रम गर्न लागेको हो । आज दिउँसो साढे १ बजे पाल्पा दरबार संग्राहालय परिसरमा आयोजना गर्न लागिएको खुला बहसको सम्पूर्ण

'हेरिटेज राइड'को तयारीको विषयमा जानकारी दिन आयोजना गरिएको पत्रकार सम्मेलन ।

तयारी पुरा भएको जेसिजका जिल्ला अध्यक्ष जेसी अर्जुन कार्कीले बताए । स्थानीय तह र युवाबिच विकासका गतिविधिका बारेमा प्रत्यक्ष साक्षात्कार गराउन, युवा र जनप्रतिनिधिबिच दुरी कम गराउन जनप्रतिधिहरुलाई युवा लक्षित कार्यक्रम तर्जुमा र कार्यान्वयनमा दवाब सिर्जना गराई युवामैत्री कार्यक्रम सञ्चालनको वातावरण निर्माण गराउन बहस सञ्चालन गर्न लागिएको उनको भनाई छ । बहस कार्यक्रममा पाल्पा क्षेत्र नं. २ मा रहेका पालिका प्रमुखहरु सहभागी हुने छन् । जसले युवाहरुको प्रश्नको जवाफ दिने अध्यक्ष कार्कीले बताए । बहस कार्यक्रममा वार्षिक युवा लक्षित कार्यक्रमको अवस्था, त्यसले पारेको प्रभाव (स्वरोजगार, उद्यमी) र विदेशबाट फर्किएका युवाहरुको व्यवस्थापन, विदेशिन बाध्य युवाहरुलाई स्वदेश मै बस्ने वातावरण निर्माणमा पालिकाहरुले गरेका काम र भावि योजना र पालिका प्रमुखहरुको प्रतिवद्धता समेत लिइने छ । यस्तै साइक्लिङ संघमा आवद्ध युवाहरुले जिल्लामा भएका ऐतिहासिक पर्यटकीय स्थलहरुको बारेमा जानकारी गराउने र आन्तरिक तथा बाह्र्य पर्यटकहरु भित्र्याउने उद्देश्यले शुक्रबार र शनिबार सम्पदा यात्रा ('हेरिटेज राइड-२०८१') सञ्चालन गर्न लागेका छन् । उनीहरुले साइकल यात्रामार्फत बाहिरबाट आउनेहरुलाई जिल्लाका पर्यटकीय स्थलहरुको बारेमा जानकारी गराउने छन् । आजदेखि हुने कार्यक्रमको सम्पूर्ण तयारी पुरा भएको संघले जनाएको छ । उसले विहीबार पत्रकार सम्मेलन गरी कार्यक्रमको तयारी बारे जानकारी गराएको हो । संघका अध्यक्ष रुपेश महर्जनले स्वास्थ्य र पर्यटकीय क्षेत्रलाई जोडेर साइकल यात्रा गर्न लागिएको बताए । उनले यो कार्यक्रम पाल्पा साइक्लिङ संघको मात्र नभएर आम पाल्पालीहरुको हितमा हुन लागेकाले प्रचार-प्रसारमा सहयोग गरिदिन जिल्लाका पत्रकारहरुलाई आग्रह गरे । उनका अनुसार पाल्पा दरबार संग्रहालय, भैरवस्थान मन्दिर, अर्गेली दरबार, रुरु ऋषिकेश मन्दिर, रिडी,रानीमहल, देवदत्तपार्क, लिस्ने भिर लगायतका धार्मिक तथा ऐतिहासिक क्षेत्रको परिक्रमा गरिने छ । साइकल यात्रामा काठमाडौं, भक्तपुर, नेपालगञ्ज, कपिलवस्तु, बुटवल लगायतका ठाउँहरुबाट १ सय ५० साइकल यात्री सहभागी हुने संघका उपाध्यक्ष अमन शाक्यले बताए । उनले भने 'कार्यक्रममा सहभागी हुन हामीले अनलाईमार्फत दर्ता गर्न आह्वान गरेका थियौं, विहीबार विहानसम्म १ सय २० जना जतिले दर्ता गराउनु भएको छ ,अरुहरुले पनि सम्पर्क गरिरहनु भएको छ, शुक्रबारसम्म हाम्रो लक्ष्य पुरा हुने विश्वास छ ।' कार्यक्रममा संघका सल्लाहकार तथा तानसेन नगरपालिका-६ का वडा अध्यक्ष सागरमान महर्जनले पश्चिम क्षेत्रको पर्यटकीय विकासका लागि साइकल यात्रा हुन लागेको बताए । उनले भने 'साइकल यात्राले साहासिक खेलको विकास मात्र नभई यहाँको पर्यकीय स्थलहरुलाई राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय रुपमा चिनाउन समेत ठूलो मद्दत पुग्दछ भन्ने मैले विश्वास लिएको छु ।' उनका अनुसार सुरक्षाका साथ साइकल यात्रा हुने छ । यात्रामा सहभागीहरुको सुरक्षाका लागि चार लाख सम्मको बीमा समेत संघले गरिदिएको सल्लाहकार महर्जनले बताए । कार्यक्रमका प्रमुख अतिथि नेपाल पत्रकार महासंघ पाल्पाका उपाध्यक्ष भरत शर्माले पर्यटनको विकासमा युवाहरुले देखाएको सक्रियता प्रसंशनिय रहेको बताए । उनले हेरिटेज राइडलाई सफल पार्न पाल्पाली पत्रकारहरुको पूर्ण सहयोग रहने उल्लेख गरे । साइकल यात्रामा सहभागी हुनेहरुलाई विहान साढे ६ बजे टुँडीखेलबाट टम्सारटोलको धिमे बाजासहित पाल्पा दरबार संग्राहालय परिसरमा पुर्‍याइने छ । यात्राको लुम्बिनी प्रदेशका उद्योग तथा पर्यटन विकास मन्त्री प्रचण्ड विक्रम न्यौपानेले उद्‍घाटन गर्ने सघले जनाएको छ । यात्रा दरबार परिसरबाट सुरु भई विभिन्न धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थलमा पुगी त्यहाँको बारेमा उनीहरुलाई जानकारी गराईने छ । संघका अध्यक्ष रुपेश महर्जनको अध्यक्षता, सचिव विज्ञान बज्रचार्यको स्वागत, उपाध्यक्ष अमन शाक्यको सञ्चालनमा पत्रकार सम्मेलन भएको थियो ।

संक्षिप्त समाचार

सामाजिक सञ्जालमा प्रतिबन्ध लगाउने

(रासस/एएफपी)

सिड्नी, कार्तिक २२/अस्ट्रेलियाका प्रधानमन्त्री एन्थोनी अल्बानिजले फेसबुक टिकटकजस्ता समाजिक सञ्जालले बालबालिकाहरूमा हानि गरिरहेको बताउँदै १६ वर्ष मुनिका बालबालिकामा यसको पहुँचमा प्रतिबन्ध लगाउने तयारी गरेको बताएका छन् ।

प्राविधिक विज्ञहरूलाई उमेरको सीमा लागू गर्ने जम्मेवारी दिएको बताउँदै प्रधानमन्त्री अल्बानिजले नियमहरूको उलैन गरेमा जरिवानाको सामना गर्नुपर्ने उल्लेख गरेका छन् । अष्ट्रेलिया सामाजिक सञ्जालको नकरात्मक प्रभाव नियन्त्रणको प्रयास गर्ने अग्रणी राष्ट्र हो । प्रधानमन्त्री अलबानिजले प्रस्तावित उमेर बालबालिकाका लागि सबैभन्दा महत्वपुर्ण र आमा -बाबासँग विताउनु पर्ने उमेर भएको उनले प्रष्ट पारेका छन् । नोभेम्बरको अन्त्यमा संसदमा पेस हुनुअघि यो कानुनहरू यस हप्ता राज्य र क्षेत्रका नेतासमक्ष प्रस्तुत गरिनेछ । कानून पारित भएपछि, कार्यान्वयनका लागि एक वर्षको अवधि दिइनेछ । यसको प्रभावकारी कार्यन्वयनका लागि आमाबाबु तथा युवाहरू जिम्मेवार हुनेछन् । फेसबुक र इन्स्टाग्राम सञ्चालन गरेको मेटा कम्पनीले सरकारले पेस गर्न चाहेको जुनसुकै पनि उमेर सीमालाई सम्मान गर्ने जनाएको छ भने अस्ट्रेलियाले प्रतिबन्ध लागू गर्दा सावधानीपूर्वक सोच्नुपर्ने मेटाका सुरक्षा प्रमुख एन्टिगोन डेभिसले बताएका छन् ।

फूल बिक्रीबाट पाँच लाख

वालिङ (स्याङ्जा), कार्तिक २२/यहाँका एक किसानले दशैं तिहार अवधिमा सयपत्री फूल बिक्रीबाट पाँच लाख आम्दानी गरेका छन् । स्याङ्जाको चापाकोट नगरपालिका- १ बेलडाँडाका किसान तुल्सीराम भण्डारीले सयपत्री फूल तथा माला बिक्रीबाट पाँच लाख बढी आम्दानी गर्न सफल भएका हुन् ।

उनले दशैं तथा तिहारका अवधिमा माला एक हजार आठ सय ४५ गोटा र फूल एक हजार तीन सय ७६ केजी बिक्री गरे । फूल बिक्रीबाट तीन लाख ४४ हजार र माला बिक्रीबाट एक लाख ४७ हजार ६ सय गरी कूल चार लाख ९१ हजार ६ सय आम्दानी गरेको उनले बताए । भण्डारीले फूलका थुङ्गा प्रतिकेजी दुई सय ५० देखि तीन सय र माला प्रतिगोटा एक सय ५० सम्म बिक्री गरेका हुन् । यहाँ उत्पादन भएको फूल तथा माला भैरहवा, नारायणगढ, बर्दघाटलगायतका बजार तथा स्थानीयस्तरमा पनि खपत भएको उनले बताए । "माग भएअनुसार माला तथा फूल उपलब्ध गराउन सकेनौं" उनले भने, "सयपत्रीको व्यावसायिक उत्पादन तथा बजारीकरणमा सहज भयो, बजार राम्रो पायौं ।"

-बाँकी अन्तिम पेजमा...

आज विश्व रेडियोग्राफी दिवस, नेपालमा पनि मनाइँदै

पाल्पा, कार्तिक २२/आज विश्व रेडियोग्राफी दिवस नेपालसहित विश्वभर विविध कार्यक्रमहरुको आयोजना गरी मनाइँदै छ । हरेक वर्षको नोभेम्वर ८ मा यो दिवस मनाउने गरिन्छ । सोही अनुरुप आज नेपालमा पनि यो दिवस मनाउन लागिएको हो ।

सन् १८९५ नोभेम्बर ८ मा जर्मन मेकानिकल इन्जिनियर विलहेल्म रोइन्टगेनले रेडियोग्राफीको आविष्कार गरेका थिए । उनै वैज्ञानिकले गरेको विकिरण एक्स-रेको आविष्कारप्रति सम्मान दिन यो दिवस मनाइन्छ । सर्वप्रथम सन् २०१२ मा रेडियोलोजीको अन्तर्राष्ट्रिय दिवस मनाइएको थियो । युरोपियन सोसाइटी

अफ रेडियोलोजी, उत्तरी अमेरिकाको रेडियोलोजिकल सोसाइटी, अमेरिकन कलेज अफ रेडियोलोजीको पहलमा विश्व रेडियोलोजी दिवस मनाउन सुरु गरिएको हो । रेडियोग्राफी एक्सरेको माध्यमले बिरामीलाई निदानात्मक सेवा दिने एक पद्धति हो । सामान्य भाषामा रेडियोग्राफीलाई एक्सरे वा विकिरण भनेर बुझ्न सकिन्छ । आधुनिक सरल चिकित्सा प्रणालीमा यसको ठूलो महत्व छ । विश्वभरि रेडियोग्राफी अनि रेडिएशन थेरापीबारे जानकारी र चेतना फैलाउने दिनको रुपमा आजको दिनलाई लिने गरिन्छ । रेडियोग्राफीको माध्यमले शरीरभित्रका हड्डी, क्याभिटी र कुनै बाहिरी पदार्थ भए/नभएको पत्ता लगाउन सकिन्छ । सामान्यतया, एक्सरे दुई किसिमले गरिन्छ । कम्प्लिकेट रेडियोग्राफी र डाइरेक्ट रेडियोग्राफी । डाइरेक्ट रेडियोग्राफी सजिलो पद्धति हो । जसबाट बिरामीको रिर्पोट चाँडो निस्कनुका साथै शरीरका अंगको तस्बिरसमेत स्पष्ट देखिने गरी निस्कन्छ । जो सबैभन्दा बढी प्रयोग हुने एक्सरे पद्धति पनि हो । विश्वभरका रेडियोग्राफरहरूले रेडियोग्राफीलाई क्यारियरको रूपमा प्रवर्द्धन गर्न, आधुनिक स्वास्थ्य सेवामा महत्वपूर्ण योगदान र निदान इमेजिङ र विकिरण थेरापीको जनचेतना बढाउने मौकाको रूपमा यस दिनलाई विश्वभरि दिवसका रुपमा मनाउने चलन छ ।

पा.जि.हु.द.नं. ०५१/०५२ पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२

जनचेतना

सम्पादकीय

रेडियोग्राफी दिवसको सन्दर्भ

विश्व रेडियोग्राफी दिवस आज नेपालसहित विश्वभर मनाइँदै छ । यो दिवस हरेक वर्षको नोभेम्वर ८ मा मनाउने गरिन्छ । विलहेल्म रोईन्टेनले सन् १८९५ मा आजकै दिन रेडियोग्राफीको आविष्कार गरेका थिए । रेडियोग्राफीलाई एक्सरे अथवा विकिरण पनि भन्ने गरिन्छ । आधुनिक सरल चिकित्सा प्रणालीमा यसको ठूलो महत्व छ ।

विश्वभरि रेडियोग्राफी अनि रेडिएशन थेरापीबारे जानकारी र चेतना फैलाउने दिनको रुपमा आजको दिनलाई लिने गरिएको छ । एक्सरेले हाम्रो शरीर भित्रका हड्डीहरु, क्याभिटिहरु र कुनै बाहिरी पदार्थ भए नभएको कुरा पत्ता लगाउने गर्दछ । अल्ट्रासाउण्डबाट शरीर भित्रका अङ्गहरुका बारेमा बिना चिरफार पत्ता लगाउन सकिन्छ भने पेट भित्र रहेको बच्चाको स्वास्थ्यस्थिति, शरीरका अङ्ग विकास जस्ता कुराहरू पत्ता लगाउन यसको अत्यन्त ठूलो महत्व रहेको छ । रेडियोथेरापी, सिटी स्क्यान, न्युक्लियर मेडिसिनद्वारा क्यान्सरसँगै विभिन्न रोगको उपचारसमेत सम्भव छ । तर यसको दुरुपयोग भयो भने यसले ठूलो असर समेत निम्त्याउन सक्छ । यसको ज्ञान नहुँदा पनि कतिपयले यसको दुरुपयोग गरेको पाइन्छ । कतिपय अवस्थामा एक्सरेमा काम गर्ने व्यक्ति र बिरामीमा नकारात्मक असर पुग्छ । खासगरी, बच्चा, बुढाबुढीमा एनडिपी अर्थात् शरीरले पचाउन सक्ने रेडिएसनको मात्रा कम हुन्छ । त्यसैले, असर देखिन सक्छ । यसबाहेक, गर्भवतीलाई पनि रेडिएसनले चाँडो प्रभाव पार्ने भएकाले गर्भावस्थामा सकेसम्म एक्सरेको प्रयोग गर्न हुँदैन । तर, गर्भवतीको अवस्था हेरेर र आवश्यकता अध्ययन गरेर मात्रै यसको प्रयोग गर्नु राम्रो हो ।

रेडियोग्राफीको माध्यमबाट सही काम गर्नेतर्फ हामी लाग्नुपर्छ होइन भने त्यसैले भोलिको दिनमा अपराध पनि नबढाउला भन्न सकिदैन । यसर्थ यसको प्रयोगका बारेमा सबै सचेत हुन आवश्यक छ । यसो भयो भने मात्र हरेक वर्ष मनाइने विश्व रेडियोग्राफी दिवसको सार्थकता रहन सक्छ । अन्यथा दिवस औपचारिकतामै सिमित बन्न पुग्छ ।

Opinion @ Social Network

सुन्दरता त केवल समयको आकर्षक मात्र हो,
मन जित्न त व्यवहार नै राम्रो हुनुपर्छ ।

(टिका खड्काको फेसबुक स्टाटस https://www.facebook.com/Tika.khadka)

यो स्तम्भमा सामाजिक संजालमा पोष्ट गरिएका धारणाहरु राख्नेछौं । यसका लागि हाम्रो फेसबुक पेज www.facebook.com/shittalpati मा लगअन गर्न सक्नुहुनेछ ।

नवजनचेतना दैनिकको रुपमा तपाईसामु आईरहेको छ । यो पत्रिका अझ स्तरीय अनि पठनीय बनाउनको लागि तपाईहरुको अमूल्य सुझावहरुको हामीलाई अत्यन्तै जरुरी छ । पाठकवृन्द तपाईका सुझावहरु दिई हामीलाई सहयोग गर्नुहुन हामी अनुरोध गर्दछौं ।

नवजनचेतना दैनिक
भगवतीटोल तानसेन, पाल्पा

संस्थाहरूको भुलभुलैयामा फसेको नेपालको कृषि

दिपेश नेपाल

संस्थाहरूको संरचनामाथि गरेको अनुसन्धान र संस्थाहरूको निर्माण र विकासले नै राज्यलाई समृद्ध बनाउँछ भन्ने खोजका लागि अर्थशास्त्री डारोन एसिमोग्लु, साइमन जोन्सन र जेम्स रोबिन्सनले यस वर्षको अर्थशास्त्रतर्फको नोबेल पुरस्कार प्राप्त गरे । राज्य व्यवस्था र संस्था संरचनाको परिवर्तनका लागि करिब एक शताब्दीदेखि प्रत्यक्ष आन्दोलन गर्दै आएका र समृद्धिको महसुस गर्न नसकेका नेपालीको लागि यो अनुसन्धान र पुरस्कार खिलमा गडेको काँडो बिझाए जस्तै भएको छ । व्यवस्था र संस्था परिवर्तन गरेर जनताकै शासन व्यवस्था कायम गर्ने विश्वासमा कहिले प्रजातन्त्र त कहिले लोकतन्त्रको लागि लडेका नेपालीको नेतृत्व गर्ने राजनैतिक संस्थाहरूले नै संस्थाहरूको निर्माणभन्दा आत्मकेन्द्रित प्रयोग गरेको कारण हामीले अपेक्षित उपलब्धि हासिल गर्न सकेका छैनौं । यही सन्दर्भमा, यो आलेख कसरी कृषि विकासका लागि बनाएका संस्थाहरूले नै नेपालको कृषिलाई ध्वस्त बनाए भन्ने वरपर केन्द्रित छ ।

कृषि विकास : नेपालको कृषि विकास गर्ने अड्डाको रूपमा राणा प्रधानमन्त्री चन्द्रशमशेरले १९७८ सालमा कृषि अड्डाको स्थापना गरेसँगै नेपालमा कृषि संरचना सहितको कृषि विकासको औपचारिक सुरुवात भएको मानिन्छ । यससँगै, १९८२ सालमा कृषि प्रदर्शन फार्मको स्थापना गरी कृषि अड्डालाई कृषि विभागको रूपमा विकसित गरियो । यी कृषि संरचनाको स्थापनाको उद्देश्य नेपालको कृषि क्षेत्रलाई पश्चिमाको जस्तै एकल र उत्पादनमुखी बनाउने नै थियो । अर्को शब्दमा भन्दा नेपालको कृषि विकास गर्ने थियो । नेपालमा कृषि संरचना निर्माण हुनुअघि नै जंगबहादुर राणाले उत्पादकत्व, व्यापार र शहरी सौन्दर्यलाई केन्द्रमा राखेर जर्सी गाई, चिया र ज्याकाराण्डा ल्याएका थिए । जसले नेपालको कृषिलाई विकसित बनाउनु भनेको उत्पादकत्व बढाउनु हो भन्ने धारणा विकसित गर्न सघायो । नेपालमा औपचारिक कृषि विकास गर्ने संरचना खुलेको एक शताब्दी नाघिसकेको छ । यो १०६ वर्षयता नेपालमा कृषि विकासकै लागि भनेर धेरै संरचनाहरू निर्माण भए । कृषिको मात्रै विकास गर्ने भनेर सिंचाइ र खाद्य व्यवस्थाको लागि छुट्टै मन्त्रालय खडा गरेर २०३८ सालमा कृषि मन्त्रालय नै निर्माण भयो । देश संघीयतामा गएसँगै सबै प्रदेशमा कृषि मन्त्रालय राखिएको छ । योसँगै कृषि विभाग, निर्देशनालय गरेर नेपालमा कृषि विकासकै लागि धेरै संरचनागत विकास गरिएको छ । तर कृषि उपजको उत्पादन, किसानको उत्प्रेरणा झनै घट्दो छ भने कृषि कर्मबाट विस्थापित किसान र किसानी श्रम विदेशिइरहेको छ । नेपालमा कृषि विकासकै लागि संरचना त विकसित भए तर न त संरचनाहरू स्वायत्त भए न एक शताब्दीमा हामीले व्यवसायीकरण र आधुनिकीकरणको नारा नै रट्न छोड्यौं । कृषि विकासका कार्यक्रम निर्माण गर्दा सरकारी निकायहरूले लोकतन्त्रको उपयोग नै गर्न सकेनन् । यसकारण जबर्जस्ती अनुदानका कार्यक्रमहरू, रसायन र विषादि आपूर्ति, जोन र सुपरजोन निर्माण गरी लगानी बढाउने जस्ता लोकप्रिय तर वर्षौंदेखि असफल कार्यक्रमहरूले निरन्तरता पाइरहे र ठूलो धनराशि खर्च भइरह्यो । सरकारी निकायहरूले नै हाम्रो परम्परागत कृषिलाई निर्वाहमुखी कृषिको दर्जा दिए र आम जनमानसमा एकल सघन खेती नै कृषि क्रान्तिको बाटो हो भन्ने भ्रम स्थापित भयो । कृषि कार्यक्रमहरू अलोकतान्त्रिक ढंगले निर्माण त गरियो नै, अर्कोतर्फ संघीयतासँगै संविधानले बोकेको कृषि विकासको विकेन्द्रीकरणको मर्म कार्यान्वयनमा आइपुग्दा कुल्चिइयो । कार्यक्रम निर्माण गर्दा, स्थानीय तहमा सशर्त अनुदान भनेर होस्, बजेट बाँडफाँटमा होस् या कर्मचारीको दरबन्दी हेर्दा होस्, कृषि संरचनाहरू पूरै केन्द्रीकृत भए । संघीयतासँगै जिल्ला तहको कृषि कार्यालय हटाउनुपर्ने चर्चा चल्यो । कर्मचारीहरूको आन्दोलनले त्यो सम्भव भएन र कृषि ज्ञान केन्द्र भन्ने संस्था बनाइयो । त्यो कार्यालयको काम नाम अनुसार नभएकाले बागमती प्रदेशले कृषि विकास कार्यालय भनेर नामकरण गरिसकेको छ । अन्य प्रदेशमा पनि यी कार्यालयले अनुदान वितरण बाहेक केही गरेको देखिंदैन । जसले स्थानीय तहमा रहेको कृषि शाखा, जिल्लाको कृषि ज्ञान केन्द्र र अन्य सरकारी प्रोजेक्टको कार्यक्रम एउटै, अझभन्दा अनुदान वितरण, लगत संकलनमा सीमित भयो । नेपालमा कृषि विकासका लागि भनेर खोलिएका संरचनाले सबैभन्दा धेरै कृषि प्रसार र अनुदान वितरणमा खर्च गरेको देखिन्छ जुन नेपालको कृषि क्षेत्रकै दुर्भाग्य बन्न पुगेको छ । हजारौं वर्षको प्रयोग र सिकाइ विधिबाट विकसित तथा पुस्तान्तरण हुँदै आएको कृषिले काम नगर्ने भाष्य सहित ल्याइएको किसानलाई सिकाउने प्रसार सेवाले नेपालको स्वचालित कृषि क्षेत्र ध्वस्त बनायो । बढेको कृषि लागतलाई छोप्न रसायनको अनुदानमा ठूलो धनराशि खर्च भयो । पछिल्लो एक दशकमा रासायनिक मलमा सरकारले गरेको लगानी र कृषि उपजको उत्पादनमा भएको वृद्धिको तथ्यांक हेर्न हो भने अनुदान रकम बराबरको उत्पादन पनि हुनसकेको छैन । जसले पनि पुष्टि गरेको छ, नेपालको कृषि विकासका लागि बनेका संस्थाहरू नै नेपाली कृषि प्रणाली ध्वस्त बनाउन उद्यत छन् र अझै पनि व्यवसायीकरणको रटान छोड्न सकेका छैनन् ।

कृषि शिक्षा : नेपालमा विकसित औपचारिक शैक्षिक प्रणाली भारतमा विस्तार भएको ब्रिटिश औपनिवेशिक शैक्षिक प्रणालीको प्रभावबाट सुरु भएको पाइन्छ । नेपालमा २०१४ सालमा पुल्चोकस्थित जगदम्बा भवनमा जेटीए तहको कोर्ष सुरु गरिएको थियो । २०२५ सालमा कलेज अफ एग्रिकल्चरको स्थापना भएर उक्त कार्यक्रम दुईवर्षे कृषि आईएस्सी एजीमा रूपान्तरण भयो । करिब चार वर्षपछि उक्त कलेजलाई कृषि तथा पशु विज्ञान अध्ययन संस्थानको रूपमा विकास गरी बीएस्सी एजी तहको पढाइको सुरुआत गरियो । योसँगै नेपालमै प्रमाणपत्र भएका कृषि विज्ञहरू उत्पादन हुन सुरु गरे । पछिल्लो समयमा कृषिको छुट्टै विश्वविद्यालय आवश्यक छ भनेर कृषि तथा वन विज्ञान विश्वविद्यालयको निर्माण गरियो । अहिले धेरै विश्वविद्यालयहरूले कृषि स्नातक तथा स्नातकोत्तर अध्यापन गराउन सुरु गरेका छन् । कमजोर भौतिक पूर्वाधार, अध्यापन गराउने जनशक्तिको कमी र एउटै प्रकारको पुरानो पाठ्यक्रमको प्रयोगले कृषि अध्ययन गराउने विश्वविद्यालय तथा क्याम्पस बढे पनि कृषि शिक्षाको आकर्षण घट्दै गइरहेको छ । समथर मैदाने कृषिलाई नै कृषि विकास आधारको रूपमा व्याख्या गरिएको पाठ्यक्रम सरसर्ती हेर्दा हरित क्रान्तिको प्रचार सामग्री जस्तै देखिन्छन् । थोरै पनि स्थानीय कृषि विशेषताको चेत नभएका पाठ्यक्रमहरूले पढेका जनशक्तिलाई मैदाने, एकल र रसायन एवं विषादी विना उत्पादन सम्भव छैन भन्ने भाष्य स्थापित गर्न सफल भएका छन् । फलत: कृषि स्नातकले दिने प्रसार सेवा नेपालको कृषि र माटो दुवै सपार्न भन्दा बिगार्न उद्यत छ । नेपालको कृषि क्षेत्र राजनीतिको चरम दबाबमा छ, जसले विश्वविद्यालयहरूको साख मात्रै बिगारिरहेको छैन, त्यहाँबाट उत्पादन हुने हजारौं जनशक्तिको मनोविज्ञान, समग्र कृषिलाई हेर्ने दृष्टिकोण र सिंगो राष्ट्रप्रति नै वितृष्णा पैदा गरेको छ । अमेरिकामा सफल भएको 'ल्यान्ड ग्रान्ट विश्वविद्यालय' जस्तै विश्वविद्यालय निर्माणको आवश्यकता पूरा गर्ने भन्दै २०६७ सालमा त्रिभुवन विश्वविद्यालयकै स्रोत र जनशक्तिलाई छुट्याएर कृषि तथा वन विज्ञान विश्वविद्यालयको स्थापना गरियो । तर कुनै विकासमुखी संस्थाको झैं विश्वविद्यालय ऐनको प्रस्तावनामा नै आधुनिकीकरण गरी ग्रामीणस्तरको आर्थिक र सामाजिक विकास गर्ने कुरा उल्लेख भएको विश्वविद्यालय आफैं आर्थिक विवाद र राजनैतिक झमेलामा पर्दै आइरहेको छ । एउटा प्राकृतिक स्रोतसँग सम्बन्धित विषय अध्यापन गराउने विश्वविद्यालयको उद्देश्य प्राज्ञिक जनशक्ति उत्पादन गरेर प्राकृतिक स्रोतको मितव्ययी ढंगबाट उपयोग गर्न प्रोत्साहन गर्ने हुनुपर्ने हो । तर, आफैं आधुनिकीकरण र आर्थिक छलाङको महत्वाकांक्षा रहनु कति सुहाउँदो विषय होला ? त्यसमाथि विश्वविद्यालयमा हुने चरम राजनीति र पदाधिकारीको केन्द्रीकृत मनोविज्ञानले यो विश्वविद्यालयलाई एक प्रयोगशाला बनाएको छ भन्नु अतिशयोक्ति नहोला । पछिल्लो समय घिनलाग्दो विद्यार्थी राजनैतिक चपेटामा परेर कृषि तथा वन विज्ञान विश्वविद्यालय बन्द भएको दुई महिना नाघिसकेको छ । प्राय:जसो कृषि क्याम्पस चरम राजनीतिको सिकार भएका छन् । बारम्बार हुने झगडा र बन्दको कारण विद्यार्थीले ठूलो मूल्य चुकाउनुपरेको छ । डोरबहादुर विष्टले आफ्नो पुस्तक 'भाग्यवाद र विकास' मा लेखेका छन् 'किसानहरू कृषि तालिम लिन पाउँदैनन्, जसलाई माटोप्रति लगाव नै छैन, उही कृषि प्राविधिक बन्छ । कृषि शिक्षा सरकारी जागिरको लागि मात्र पढिन्छ, पढाइन्छ ।' योसँगै करिब पाँच वर्ष अगाडि संसद्मा बोल्दै प्रदीप गिरीले अर्थमन्त्रीलाई समेत आर्थिक वृद्धिदरलाई केन्द्रमा राखेर सामाजिक न्याय नहुने बताएका थिए । तर हाम्रो कृषि अध्यापन गराउने शैक्षिक संस्था माटोप्रति लगाव नभएको व्यक्तिलाई कृषि अध्यापन गराएर र उत्पादकत्वलाई केन्द्रमा राखेर सामाजिक न्याय प्राप्त गर्ने सपना बाँडिरहेका छन् । यस्तो अभ्यास नेपाली कृषिको लागि सकारात्मक संकेत हुँदै होइन । विश्वविद्यालयमा प्रधानमन्त्री कुलपति र शिक्षामन्त्री सह-कुलपति रहने र उपकुलपतिको राजनैतिक नियुक्ति हुने व्यवस्था नै हामीमा विद्यमान केन्द्रीयता पुष्टि गर्न पर्याप्त छन् । कृषि विकासका संरचना र अनुसन्धानका निकायमा पनि विभिन्न परिषद् र समितिमा मन्त्रीदेखि प्रधानमन्त्रीको भूमिका राखिएको छ । यसले नियुक्ति र कार्यसम्पादनमा बारबार नेतृत्वको एकाधिकार हावी भएको देख्न सकिन्छ । हाम्रा संस्थाहरूले लोकतन्त्रको महसुस नै गर्न सकेका छैनन् । नेतृत्व चयनमा सरकारमा भएको दलको एकाधिकार र संस्थाभित्र संस्थाको नेतृत्वको एकाधिकार प्रत्यक्ष महसुस गर्न सकिन्छ । संविधानमा कृषिका नीति निर्माण बाहेकका सबै कार्यक्रम प्रदेश र स्थानीय तहको कार्यक्षेत्रमा राखियो तर बजेट र जनशक्ति अहिलेसम्म विकेन्द्रीकरण गर्न सकिएको छैन । समग्र कृषि क्षेत्रको विकास गर्ने संस्थाहरूको अवस्था सुधार नगरी जति नै लगानी गरे पनि कृषि क्षेत्रको विकास हुने अवस्था देखिंदैन । नोबेल पुरस्कार विजेताहरूले कुनै पनि देशको आर्थिक उन्नति हुनको लागि त्यहाँ रहेका संस्थाहरूको पूर्ण विकास हुन आवश्यक रहेको बताएका छन् । सर्वप्रथम संस्थागत संरचनाको विकास हुनु र ती संस्थाहरूले लोकतान्त्रिक निर्णय गर्न सक्ने क्षमता र वातावरणको निर्माण हुनु नै संस्थाहरूको पूर्ण विकास हुनु हो भन्ने उनीहरूको तर्क छ । नेपालमा पनि कृषि विकासको लागि संरचना र कर्मचारी निर्माण नभएको हैन तर त्यो लोकतान्त्रिक संस्था बन्न सकेको छैन । यदि हामी हाम्रा संरचनालाई संस्थाको रूपमा पूर्ण विकास नगर्ने हो भने जति नै लगानी या प्राथमिकतामा कृषिलाई राखे पनि कृषि क्षेत्र स्वचालित तथा आकर्षणको क्षेत्र नबन्ने निश्चितप्राय: छ ।

-अनलाइन खबर डटकम

महत्वपूर्ण टेलिफोन

प्रहरी कार्यालय
बुटवल ०७१-५४०२२२
स.प्र.क्याम्प बुटवल ९७४७०४३४६९
बुटवल रामनगर ०७१-५४१२३३
भैरहवा ०७१-५२०१९९
अर्घाखाँची ०७७-५२११९९
गुल्मी ०७९-५२०१९९
परासी ०७८-५२०१९९
तौलिहवा ०७६-५६००९९
पाल्पा ०७५-५२०५३६, ५२०१९९
इप्रका रामपुर ०७५-६९१५१५

अस्पताल कार्यालय
लुम्बिनीसिटी अस्पताल ०७१-५५१५५७, ५५१५५८
लुम्बिनी अञ्चल अस्पताल ०७१-५४०२००, ५४०२०१
भिमअस्पताल भैरहवा ०७१-५२०१९३
मिसनअस्पताल पाल्पा ०७५-५२०१११, ५२०४८९
परिवार नियोजन संघ पाल्पा ०७५-५२०७२३
पाल्पा जिल्ला अस्पताल ०७५-५२०१५४
लुम्बिनी मेडिकल कलेज प्रभास ०७५-४११२०१
पिचन्द्र परासी ०७८-५२०१८८
भैरहवा आँखा अस्पताल ०७१-५२०२६५
अर्घाखाँची जिल्ला अस्पताल ०७७-५२०२५७
तम्घास जिल्ला अस्पताल ०७९-५२०१८८
तौलिहवा जिल्ला अस्पताल ०७६-५६०२००
सिद्धार्थबाल महिला अस्पताल ०७१-५४४४५०
बुटवल हस्पिटल ०७१-५४६४३२
लुम्बिनी नर्सिङ होम ०७१-५४२६४१, ५४५६४१
रेडक्रस बुटवल ५४१००४
लायन्स आँखा उ. केन्द्र बुटवल ५४५८४५
मेडिटेक अस्पताल ५४९०७२
कान्तिपूर डेण्टल हस्पिटल ०७१-५४७८४०
आँखा अस्पताल पाल्पा:०७५-५२०३३३, ५२११७९
रामपुर अस्पताल: ०७५-४००१५४

एम्बुलेन्स न.
रोटरी क्लब बुटवल ०७१-५४४६००
लियो क्लब अफ बुटवल ०७१-५४५८९३
रेडक्रस भैरहवा०७१-५२०२६३
रेयुकाई भैरहवा ०७१-५२६६७३,९८४७०२२४६४
परासी ०७८-५२०१२५
रेडक्रस पाल्पा ०७५-५२०६००
रेडक्रस तौलिहवा ०७६-५६००१५
रेडक्रस अर्घाखाँची ०७७-४२०२७५, ४२०११७
रेडक्रस गुल्मी ०८९-५२०१६३
नेपाल परिवार नियोजन संघ ०७१-५४००८१
लुम्बिनी नसिङ होम प्रा.लि. ०७१-५४१६४१
नेपाल भारतमैत्री समाज मो. ९८४७०२५०९९
जनसेवा क्लब नयाँमिल १९५७०२१२४६
लुम्बिनी नि.व्या.संघ भैरहवा ६२१०५८
बनगाई क्लब बनगाई ०७६-६९०१०२
रेडक्रस देवदह ०७१-५७७०९९
लुम्बिनी मेडिकल कलेज ०७५-५२०८४०
बुटवल जेसिस ९८४७१२९९६४
न्यू एकता क्लव तानसेन : ०७५-५२२२००
परिवार नियोजन संघ पाल्पा : ९८४७१०२७६५
[illegible] ९८५७०६२२४७,९८५७०६०५०४

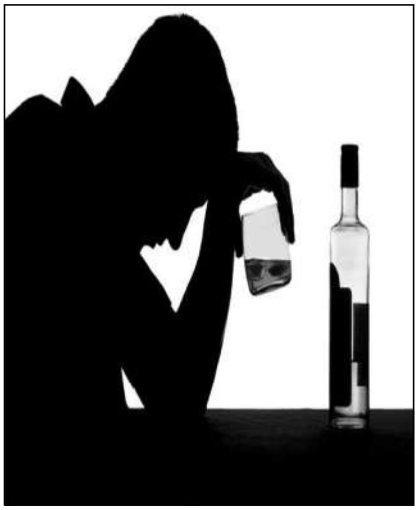
दैनिक राशिफल

मेष : मनमा दुबिधा उत्पन्न हुन सक्छ, तर धार्मिक कार्यमा मन चैं लाग्नेछ ।	**तुला** : विद्या र बुद्धिको विकास हुनेछ । अतिथिको रूपमा सत्कार पाइएला ।
वृष : आकस्मिक लाभ प्राप्त हुने छ । बौद्धिक प्रतिस्पर्धामा विजयी भइनेछ ।	**वृश्चिक** : न्यायिक कार्यमा सफलता मिल्ने र बौद्धिकताको विकास हुनेछ ।
मिथुन : घुम्न जाने योजना बन्न सक्छ । बोलीको भरमा कार्य सम्पादन हुनेछ ।	**धनु** : कठोर परिश्रम गर्नुपर्ने समय छ । दैनिक व्यवहारमा खर्च बढ्न सक्छ ।
कर्कट : मित्रबाट सहयोग मिल्नेछ । भोलि कतै घुम्न जाने योजना पनि बन्न सक्छ ।	**मकर** : धर्मकर्म, परोपकार तथा समाजसेवामा मन लाग्नेछ ।
सिंह : दौडधुप गर्नु गरेपनि लाभ नै हुनेछ । रमाइलो यात्राको योग रहेको छ ।	**कुम्भ** : धार्मिक महत्वको क्षेत्रमा भ्रमण हुनसक्छ ।
कन्या : आकस्मिक धनलाभ र आर्थिक क्षेत्रमा सफलता मिल्नेछ ।	**मीन** : मित्रबाट विशेष सहयोग मिल्नेछ । कतै घुम्न जाने योजना बन्न सक्छ ।

स्वास्थ्य चर्चा

रक्सी पिएपछि किन 'ब्ल्याकआउट' हुन्छ मानिस ?

मदिरा स्वास्थ्य र खल्ती दुवैका लागि हानिकारक छ । यसले शरीरलाई भित्रबाट खोक्रो मात्र बनाउँदैन, तपाईको खल्ती पनि खाली गर्दछ । साहित्य होस् वा सिनेमा होस् वा हाम्रो दैनिकी होस्, रक्सीको हानिसँग सम्बन्धित धेरै उदाहरणहरू सुन्न पाउनु हुनेछ । रक्सीको नशामा मानिसहरूले आफ्नो सन्तुलन गुमाउने, केही समय अघि भएको घटनालाई बिर्सने र अनावश्यक रूपमा अक्सर हाँस्न वा रुन थाल्छन्, तपाईले आफैले देख्नु भएको होला । यस्तो अवस्थामा के तपाईलाई थाहा छ यसले मस्तिष्कको स्वास्थ्यमा कस्तो प्रभाव पार्छ ? आउनुहोस् यसबार



रक्सी भनेको के हो ?

रक्सी एक मादक पदार्थ हो जुन धेरै मात्रामा सेवन गर्दा हानिकारक हुन सक्छ र लत निम्त्याउन सक्छ । जब हामी रक्सीको बारेमा कुरा गर्छौं, हामी सामान्यतया बियर, वाइन र अन्य अल्कोहल पेय पदार्थहरूमा पाइने इथाइल अल्कोहललाई बुझ्छौं । यी पेय पदार्थले हाम्रो शरीरमा प्रवेश गरेपछि मानिसलाई मदहोस बनाउँछ ।

रक्सी कसरी बनाइन्छ ?

जब हामी रक्सी पिउँछौं, हामी वास्तवमा एक विशेष प्रकारको तत्त्व पिइरहेका छौं, जसलाई अल्कोहल भनिन्छ । यो रक्सीको वास्तविक नाम इथानोल हो । यो इथानोल अन्न, फलफूल र तरकारी जस्ता धेरै चीजहरूबाट बनाइन्छ । यी चीजहरूमा पहिलेदेखि नै एक प्रकारको मीठो पदार्थ हुन्छ । यो चिनीलाई येस्टसँग मिसाइन्छ, त्यसपछि येस्टले यो चिनी खान्छ र फलस्वरूप अल्कोहल उत्पादन गर्छ ।

रक्सीले मस्तिष्कमा कस्तो असर गर्छ ?

जब हामी रक्सी पिउँछौं, यसमा रहेको इथानोल हाम्रो शरीरमा सजिलै पग्लन्छ, जसरी चिनी पानीमा पग्लन्छ । किनकि हाम्रो शरीरको अधिकांश भाग पानीले बनेको हुन्छ । त्यसैले यो इथानोल हाम्रो शरीरको हरेक अंग, विशेष गरी हाम्रो मस्तिष्कमा पुग्छ । मस्तिष्कमा पुग्दा, यो इथेनोलले हाम्रो मस्तिष्कका ती भागहरूलाई असर गर्छ जसले हामीलाई सोच्न, सम्झन र राम्रोसँग काम गर्न मद्दत गर्दछ । यस कारणले गर्दा हामी चीजहरू याद गर्दैनौं, हामी अनौठो कुरा गर्न थाल्छौं र कहिलेकाहीं हामीले के गऱ्यौं भन्ने पनि याद गर्दैनौं । यसलाई अल्कोहल ब्ल्याकआउट भनिन्छ ।

रक्सीको लत कसरी लाग्छ ?

अक्सर मानिसहरू सोच्छन् कि रक्सी यति नराम्रो छ भने हामीले किन पिउँछौं ? यसको जवाफ हाम्रो दिमागमा लुकेको छ । हाम्रो मस्तिष्कमा एक विशेष प्रकारको रसायन हुन्छ जसलाई डोपामाइन भनिन्छ । यो डोपामाइन जब बढ्छ, यसले हामीलाई खुसी दिन्छ । यही कारणले हामीलाई राम्रो लाग्छ र हामी फेरि त्यस्तै गर्न चाहन्छौं । रक्सीले हाम्रो दिमागमा डोपामाइन पनि बढाउँछ। जब हामी रक्सी पिउँछौं, हामीलाई राम्रो लाग्छ, तनाव कम हुन्छ र हामी खुसी महसुस गर्छौं । तर यो खुसी धेरै दिन टिक्दैन । जब रक्सीको असर कम हुन्छ, हामी फेरि पहिले जस्तै खराब महसुस गर्न थाल्छौं । त्यसैले हामी फेरि रक्सी पिउन चाहन्छौं ताकि हामी राम्रो महसुस गर्न सक्छौं ।

बिस्तारै यो बानी बन्छ र हामी रक्सीको लतमा पर्छौं। हाम्रो इच्छाशक्तिले यो लत तोड्न गाह्रो हुन्छ।

अस्वीकरण (Disclaimer) : यो सामग्री हामीले एजेन्सीबाट लिएका हौं । यसलाई पूर्ण ठानेर यहाँ बताइए बमोजिम आफैं अभ्यास नगर्नुहोला, यसलाई आधार मानेर एकपटक सम्बन्धित विषयको चिकित्सकसँग परामर्श लिनुहोला ।

-रातोपाटी डटकम

यस्ता छन् दैनिक व्यायाम गर्नुका फाइदा

गाउँले परिवेशमा रहेका मानिसको दैनिकी शारीरिक कामसँग बढी हुन्छर त्यस्तै शहरीया परिवेशमा हुनेहरु मानसिक काममा बढी तल्लीन रहन्छन्र जहाँ रहेपनि सबैको दैनिकी व्यस्त छर व्यस्तताकै कारण मानिसहरूको जीवनशैलीमा सन्तुलन कायम छैनर दैनिकी बिग्रिएको छर यसको असर सोझै शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा पर्छर स्मरण शक्ति कम हुँदै गइरहेको देखिन्छर यो समस्याबाट मुक्ति पाउनका लागि नियमित रूपमा ३० मिनेट व्यायाम गर्नुपर्ने आवश्यकता एक अध्ययनले देखाएको छर

स्मरण शक्ति बढाउन व्यायाम : मानिसहरू नियमित व्यायाम गर्न सक्दैनन्र त्यसैले कुनै न कुनै बहाना बनाएर व्यायामलाई टारिदिन्छन्र तर, दैनिक ३० मिनेटको व्यायामले स्मरण शक्तिमा सुधार हुने निष्कर्ष हालै भएको एक अध्ययनले देखाएको छर स्मरण शक्तिमा मात्र सुधार नभई यसले दिमागले काम गर्ने तरिकामा पनि परिवर्तन ल्याउन सक्छर लगभग २ घन्टा ३० मिनेट नियमित व्यायाम गर्दा वृद्ध मस्तिष्क र शरीर स्वस्थ हुने निष्कर्ष पनि उक्त अध्ययनले देखाएको छर न्यु युनिभर्सिटी अफ मेरिल्यान्डका अध्ययनकर्ताहरूले उक्त अध्ययन ५० देखि ५८ वर्ष उमेरका २६ जनालाई लिएर अध्ययन गरेका थिएर सेन्टर फर डिजिज कन्ट्रोल एन्ड प्रिभेन्सनले जनाएअनुसार ६० वर्षभन्दा बढी उमेरका १३ प्रतिशत मानिसमा कुनै कुरा याद गर्न खोज्दा याद आउँदैनर सेन्टरका अनुसार अहिले विश्वमा अल्जाइमरको खतरा बढिरहेको छर त्यसैले व्यायाम गर्न अति आवश्यक भएको बताइएको छर ६० देखि ७० वर्षको उमेरमा मस्तिष्कका कोषिका खुम्चिन थाल्छन्र त्यसैले ६० भन्दा बढी उमेरका १३ प्रतिशत मानिस बितेका कुरा सम्झन असमर्थ हुन्छन्र शोधकर्ताका अनुसार फरक-फरक समयमा फरक किसिमको सम्झना बन्ने गर्छन्र यी सबैलाई याद गर्नका लागि सबैभन्दा उत्तम उपाय भनेको व्यायाम नै होर शारीरिक गतिविधिले मस्तिष्कमा सकारात्मक प्रभाव पार्छर हार्वर्ड हेल्थ ब्लगका अनुसार नियमित व्यायामले मस्तिष्कको कोषिकामा सुरक्षात्मक प्रभाव पर्छर यसले सोच्ने क्षमतामा पनि विकास हुन्छर

-इहिमालय टाइम्स डटकम

मधुमेह कसरी हुन्छ ? विस्तृतमा बुझौं

हामीले जति पनि खाना खाएका हुन्छौं, पचाउने प्रक्रियामा त्यो खाना ग्लुकोज (चिनी) बनेर रगतमा मिसिन्छर ग्लुकोज पचाउन शरीरमा रहेको प्यान्क्रियाज ग्रन्थीले इन्सुलिन उत्पादन गर्छर इन्सुलिनले खानालाई ऊर्जामा परिणत गर्छर कहिलेकाहीं इन्सुलिन उत्पादन कम हुन्छ वा उत्पादन नै नहुन सक्छर यस्तो अवस्थामा रगतमा भएको ग्लुकोजको मात्रा बढ्छर यही अवस्थालाई मधुमेह भनिन्छर इन्सुलिनको उत्पादन हुने र कम हुने अवस्थालाई हेरेर मधुमेहलाई दुई भागमा विभाजन गरिन्छ, टाइप-१ र टाइप-२र

किन दुई प्रकारका हुन्छन् ?

टाइप वान मधुमेह : टाइप वान मधुमेह के हो ? ह्याम्स अस्पतालका डा. विनय भट्टराईका अनुसार शरीरमा खानाबाट परिणत भएको ग्लुकोजलाई ग्रहण गर्ने इन्सुलिनलाई प्रतिरोधात्मक शक्तिले नै उत्पादन हुन नदिंदा ग्लुकोज रगतमै जम्मा भई बस्नु टाइप वान मधुमेह होर प्रतिरोधात्मक शक्तिका कारण काम गर्न नदिंदा टाइप वान मधुमेह हुने भएकाले यसलाई 'अटो इम्युन' रोग भनिन्छर

कसलाई हुन्छ : टाइप वान मधुमेह बालबालिकामा पनि बढी देखिन्छर जन्मिएको एक वर्षदेखि वयस्कसम्म यो रोग देखा पर्न सक्छर मधुमेह भएकामध्ये झण्डै १० प्रतिशत मानिसमा टाइप वान मधुमेह भएको हुन्छर टाइप वान हुनेहरुलाई प्रत्येक दिन इन्सुलिन दिनुपर्छर

कसरी हुन्छ : डा. भट्टराईका अनुसार पेटमा पुगेका खानेकुरा ग्लुकोज बनेर रगतमा मिसिन्छ, जसलाई प्यान्क्रियाज ग्रन्थीमा उत्पादन भएको इन्सुलिनले शरीरको अन्य अंगमा पुऱ्याउँछर तर टाइप वान हुनेहरुमा इन्सुलिन उत्पादन हुनै पाउँदैनर यसलाई थप स्पष्ट पार्दै डा. भट्टराई भन्छन्, 'शरीरको प्रतिरक्षा प्रणालीले गर्दा प्यान्क्रियाजको बिटा कोषमा हमला गरी क्षति पुऱ्याउँछर जसकारण इन्सुलिन उत्पादन हुन पाउँदैनर र, रगतमा ग्लुकोजको मात्रालाई नियन्त्रित हुन पाउँदैन र शरीरमै जम्मा भएर बस्छर यसरी टाइप-१ मधुमेहले जन्म लिन्छर'

इन्सुलिन नबन्ने कारण के हो ?

डा. भट्टराईका अनुसार यस्तो अवस्था किन आउँछ भन्ने कुनै ठोस कारण पत्ता लागिसकेको छैनर विशेषगरी कुनै परिवारमा आमा वा बाबुलाई मधुमेहको समस्या छ भने उनीहरुबाट जन्मिने सन्तानलाई टाइप-१ मधुमेह हुने सम्भावना उच्च हुन्छर कतिपय अवस्थामा भाइरल संक्रमणका कारण इन्सुलिन उत्पादन हुने कोषिकाहरू नष्ट भएर यो रोग लाग्न सक्ने डा. भट्टराई बताउँछन्र

के कस्ता देखिन्छन् लक्षण ?

पानी प्यास लागिरहनु, पटक-पटक पिसाब लाग्नु, राति ओछयानमै पिसाब फेन, तौल कम हुँदै जान, भोक लाग्नु ,झर्को लाग्नु, कमजोर अनुभव हुनु

के छ उपचार : टाइप-१ मधुमेहलाई उपचारद्वारा निको पार्न सकिन्छर यसको उपचार भनेको यो रोग पहिचान भएपछि दिनहुँ इन्सुलिन लिनुका साथै खानपानमा विशेष सावधानी अपनाउनु होर खानपान नियन्त्रण र दिनहुँ इन्सुलिन लिएको टाइप-१ भएकाहरु सामान्य जीवनयापन गर्न सक्छन्र

टाइप टु मधुमेह : अधिकांशमा हुने मधुमेह हो, टाइप टु मधुमेहर कुनै कारणवश आमाशयमा पुग्ने इन्सुलिन कम भई ग्लुकोजको स्तर शरीरमा अनावश्यक बढ्नुलाई टाइप टु मधुमेह भनिन्छर

कसलाई हुन्छ : टाइप-२ मधुमेह खराब जीवनशैली, तनावग्रस्त मानसिक स्थिति, शारीरिक गतिविधि कम हुनु जस्ता थुप्रै कारणले हुन्छर मोटोपन भएका व्यक्तिमा पनि यसको जोखिम रहन्छर

कसरी हुन्छ : अरुण लाइफ स्टाइल अस्पतालका चिकित्सक मधुमेह रोग विशेषज्ञ डा. रुपक भारीका अनुसार खाएको सबै खानेकुरा पेटमा पुगेर पाचनप्रणालीले पचाएपछि ग्लुकोज (चिनी) बन्छर चिनी सबै अंगमा आमाशयमा उत्पादन हुने इन्सुलिनको मार्फत पुग्छ, जुन सामान्य प्रक्रिया होर यस्तोमा कुनै कारणवश इन्सुलिनको मात्रा कम भएमा खाएका खानेकुरा यसले सबै अंगमा पुऱ्याउन सक्दैन, जसकारण शरीरमा सुगरको मात्रा बढ्ने डा. भारी बताउँछन्र

के हुन्छ लक्षण : टाइप-२ मा पनि टाइप वानकै जस्तै लक्षण देखिने काठमाडौंको चावहिलस्थित मेडिकेयर अस्पतालमा कार्यरत हर्मोन रोग विशेषज्ञ डा. मधु पाण्डे बताउँछिन्र उनका अनुसार छिटो छिटो पिसाब लाग्नु, राति सुतिरहेको अवस्थामा पटक-पटक पिसाब आएर उठ्नुपर्ने, मुख सुक्ने, प्यास लाग्ने, भोक अत्याधिक लाग्ने, तौल कम हुने वा बढ्ने, संक्रमणको सिकार भइराख्ने, आँखाको दृष्टि कमजोर हुने, हातखुट्टा झमझमाउने भएमा मधुमेहको लक्षण बुझ्नुपर्छर ५० देखि ६० प्रतिशतमा मधुमेह भएपनि लक्षण नदेखिन सक्ने भएकाले लक्षण नदेखिंदा पनि मधुमेह भएको हुनसक्ने हर्मोन तथा थाइराइड रोग विशेषज्ञ डा. सुनिलकुमार पोखरेल बताउँछन्र ४० वर्ष कटेका व्यक्ति, जसमा मोटोपन, कोलेस्टोरेल र उच्चरक्तचापका औषधि खाइरहेका, गर्भावस्थामा सुगर देखिएको महिलामा यसको जोखिम हुने हुँदा अनिवार्य मधुमेहको परीक्षण गर्न उनी सुझाउँछन्र

मधुमेहको मापदण्ड : सामान्यतया स्वस्थ मान्छेमा खाली पेटमा रगतको जाँच गर्दा सुगर लेभल १०० भन्दा कम या कुनै पनि बेला यत्तिकै जाँच गर्दा १४० भन्दा कम हुनुपर्छर

मधुमेह भएको अवस्था : खाली पेटको जाँच गर्दा सुगर लेभल १२६ भन्दा माथि भएमा, खाना खाएपछि २०० भन्दा माथि भएमा

रगत जाँच : मधुमेहको जाँच खाली पेटमा र खाना खाएको दुई घण्टापछि गरी दुई पटक गरिन्छर जसमा सुईको माध्यमले औंलाबाट थोरै रगत लिई प्रयोगशालामा पठाइन्छर नतिजाले यसको स्तर बताउँछर

र्‍यान्डम जाँच : यो परीक्षण जुनसुकै बेलामा गर्न सकिन्छर यसमा रगतको परीक्षणबाट स्तर हेरिन्छर

एचबीवानसी वा ग्लाइकोसाइलेटेट हेमोग्लोबिन : यो परीक्षणमा तीन महिनाअघिदेखिको ग्लुकोजको स्तर रगत परीक्षणबाट हेरिन्छर जसमा ५.७ देखिएपनि ग्लुकोजको स्तर अनियमित भएको बुझिन्छर यसमा खाली पेटमा जाँच गर्न आवश्यक हुँदैनर मधुमेह भइसकेपछि इन्सुलिन र औषधि खाएकाले घरमै पनि ग्लुकोमिटर उपकरणको सहायताबाट मधुमेह नापिन्छर ग्लुकोमिटरको मद्दतले रगतमा चिनीको मात्रा कति छ भन्ने कुरा थाहा हुन्छर

घरमै ग्लुकोमिटर कसरी प्रयोग गर्ने ?

सुरुमा औंलाहरु सफा राख्न हात धुनुपर्छर, ग्लुकोमिटरको मेसिन अन गरी त्यसमा स्ट्रिपमा फिट गर्नुपर्छर, ल्यान्सेट (पिन)को सहायताले औंलाबाट रगतको एक थोपा निकाल्नुहोस्र, रगतको थोपालाई अब टेस्ट स्ट्रिपको टुप्पामा छुवाइदिनुपर्छर र, रगत बिस्तारै स्ट्रिपमा जान्छर, स्ट्रिपमा पुगेको केही सेकेन्डमै ब्लड सुगरको स्तर देखाइदिन्छर यो परीक्षण खालीपेटमा एकपटक र खाना खाइसकेको दुई घण्टापछि एकपटक गरी परीक्षण गर्न सकिन्छर

ग्लुकोमिटर कसरी छनोट गर्ने ?

ध्यान राख्नुहोस् कि ग्लुकोमिटर डिस्प्ले पढ्न सजिलो हुनुपर्छर प्रयोग गर्न जटिल ग्लुकोमिटर किन्नु हुँदैनर यसको मूल्य औसतमा ११ सयदेखि तीन हजार रुपैयाँसम्म पर्छर

के छ उपचार : डा. भारीका अनुसार मधुमेहको उपचार सम्भव छैनर यसको मात्र व्यवस्थापन हुनसक्छर व्यवस्थापनका लागि सुगर स्तर हेरेर औषधि र कतिपय अवस्थामा इन्सुलिन दिइन्छर मधुमेह उच्च भएको खण्डमा अन्य अंग जस्तै, मुटु, मिर्गौला, आँखा, कलेजोमा पनि समस्या छ कि भनेर पिसाबमा प्रोटिन, मुटुमा ईसीजी, कोलेस्टेरोल र आँखा, मिर्गौलाको पनि जाँच गरिन्छर समस्या देखिए सोही अनुसार उपचार गरिन्छर सामान्यतया मधुमेह भएकाहरुलाई मेटफर्मिन, सल्फोनाइलुरिया, डापाग्लिफ्लोजिन र इन्सुलिनलगायत औषधि दिइन्छर मेटफर्मिनले शरीरको इन्सुलिनलाई झन् राम्रोसँग काम गर्न सघाएर कलेजोमा चिनीको उत्पादन घटाउँछर सल्फोनाइलुरियाले प्यान्क्रियाजलाई धेरै इन्सुलिन बनाउन सहयोग गर्छ र शरीरलाई इन्सुलिनको प्रयोग गराउन सहयोग गर्छर यी औषधिको मात्रा हेरेर मात्र मधुमेहको स्तर हेरेर बढाउने र घटाउने गरिन्छर त्यसैले विना परीक्षण कुनै पनि औषधि हचुवाको भरमा दिनुहुँदैनर विनयका अनुसार टाइप वान मधुमेहमा शरीरमा इन्सुलिन उत्पादन नै नहुने हुँदा इन्सुलिन आजीवन र दिनहुँ दिनुपर्छर इन्सुलिन खर्चिलो हुने भएकाले टाइप वान हुनेहरुको लागि २५ वर्षसम्म इन्सुलिन नि:शुल्क दिइन्छर टाइप-२ मा भने सुरुमै एकदमै उच्च ग्लुकोज भएर आएकालाई तुरुन्तै नियन्त्रण गर्न सुरुकै अवस्थामा इन्सुलिन दिइन्छर औषधि खाँदा मधुमेह नियन्त्रण नभएमा पनि इन्सुलिन दिइन्छर कुनै पनि कारणले बिरामी अस्पताल भर्ना भएर बस्नुपर्ने अवस्था आएमा इन्सुलिन सुरु गर्नुपर्ने हुन्छर यसैगरी मिर्गौलाको समस्या छ र औषधि चलाउन सकिएको छैन भने मधुमेह नियन्त्रणका लागि इन्सुलिन चलाउनुपर्ने हुन्छर

इन्सुलिन लिन छुटेमा के गर्ने : टाइप वान मधुमेहमा त इन्सुलिन छुटाउन मिल्दैनर छुट्यो भने सुगर लेभल बढेर अस्पताल नै भर्ना गर्नुपर्ने हुन्छर टाइप-२ मा भने एक पटक वा इन्सुलिन छुटेमा सुगर लेभल नापेर सम्झिने बित्तिकै लगाइहाल्नुपर्छर

-अनलाइन खबर डटकम

उदाउँदो सूर्यलाई अर्घ्य दिएर छठ पर्वको समापन

पाल्पा, कार्तिक २२/ मिथिलाञ्चलमा लोकआस्थाको महापर्व छठ आज बिहान उदाउँदो सूर्यलाई अर्घ्य दिँदै समापन गरिदै छ । चार दिनसम्म मनाइने छठ सूर्यको पूजा आराधनासँगै गाईको दूधसहितको अर्घ्य दिएपछि समापन गर्न लागिएको हो ।

छठ पूजामा सूर्य भगवान र छठी मातालाई पूजापाठ र अर्घ्य दिनका लागि गहुँ वा चामलको पिठोबाट ठेकुवा, भुसवा, किसानबाट उत्पादित अदुवा र बेसारको हरियो बेर्ना, ज्यामिर, नरिवल, सुन्तला, केरा, स्याउ, पानीसिंगडा, सुथनी, उखु, सुन्तला, स्याउ, सुन्तला लगायतका फलफूल पनि चढाइने गरिन्छ । छठ समापन र उदाउँदो सूर्यदेवको पूजाका लागि राजधानी काठमाडौंसहित तराईका विभिन्न जिल्लामा नदी, तलाउ र पोखरीका किनारमा भक्तजनहरू रातभर जाग्राम बसेका थिए । बिहीबार अस्ताउँदै गरेको सूर्य तथा छठी मातालाई अर्घ्य दिएका भक्तजनले आज उदाउँदो सूर्यको पूजा आराधना गर्न लागेका हुन् । छठ पर्वको व्रत बसे दुःख र दरिद्राताबाट मुक्ति पाइने र सन्तान सुख प्राप्त हुने धार्मिक जनविश्वास रहिआएको छ । विशेष नियम र निष्ठासाथ मनाइने छठ पर्वका लागि नदी, पोखरी, कुवा, ईनार तथा जलाशयहरु सिंगारिएको थियो। कात्तिक शुक्ल षष्ठी र सप्तमीका दिन सूर्यलाई विशेष विधिपूर्वक अर्घ्य दिएर छठ पर्व मनाइन्छ । अहिंसाप्रति मानवको रुचि बढाउने र सबै जिवप्रति सहानुभुति राख्न अभिप्रेरित गर्ने महत्वपूर्ण पर्वको रुपमा छठलाई लिइन्छ । तराई मधेशको मुख्य पर्वहरुमध्ये मिथिला, थारु तथा भोजपुरीनी महिलाहरुको विशेष कठोरताको पर्वको रुपमा रहेको छ ।

सुन एकै दिन तोलामा ४ हजारले घट्यो

पाल्पा, कार्तिक २२/निरन्तर उकालो लागेको सुनको भाउ बिहीबार एकैदिन प्रतितोला ४ हजारले घटेको छ । नेपाल सुनचाँदी व्यवसायी महासंघका अनुसार अघिल्लो दिनको तुलनाका प्रतितोला ४ हजारले घटेको हो ।

सुन घटेसँगै प्रतितोला १ लाख ६४ हजार ५ सयमा कारोबार भएको छ । अघिल्लो दिन प्रतितोला १ लाख ६८ हजार ५ सय रुपैयाँमा कारोबार भएको थियो । त्यस्तै चाँदीको भाउ पनि तोलामा ५५ रुपैयाँ घटेको छ । अघिल्लो दिन प्रतितोला २ हजार १५ रुपैयाँ रहेको चाँदी यस दिन १ हजार ९ सय ६० मा झरेको छ । अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा सुनचाँदी मूल्यमा आएको उच्च गिरावटले नेपालमा प्रभाव देखिएको हो । अन्तर्राष्ट्रिय बजारअनुसार नेपालमा दैनिक मूल्य समायोजन हुँदै आएको छ । अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा सुनको भाउ एकैदिन ३.२ प्रतिशत हाराहारीमा घटेको छ । बुधबार सुरुवाती कारोबारमा प्रतिऔंस २ हजार ७ सय ४५ अमेरिकी डलर रहेको सुन बिहीबार सुरुवाती समयमा २ हजार ६ सय ५७ सम्म झरेको थियो ।

अमेरिकी राष्ट्रपतिमा डोनल्ड ट्रम्प निर्वाचित भएसँगै डलर मजबुत हुँदा सुनचाँदीको मूल्यमा उच्च गिरावट देखिएको अन्तर्राष्ट्रिय सञ्चारमाध्यमले जनाएका छन् । ट्रम्पको पुनरागमनले मुद्रास्फिति बढ्न सक्ने अनुमान गरिएको छ । मुद्रास्फिति दबावमा रहँदा केन्द्रीय बैंक फेडले लिएको ब्याजदर कटौतीको नीतिमा पनि प्रभाव पर्न सक्नेछ । अमेरिकामा ब्याजदर घट्दै जाने अनुमानले सुनमा लगानी आकर्षित भएको थियो, तर अबका दिनमा मुद्रास्फिति बढ्न गएमा ब्याजदर घट्ने सम्भावना कमजोर हुनेछ ।

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!

यस संस्थाको मिति २०८१/०६/०५ गते १४ औं वार्षिक साधारण सभाको निर्णय अनुसार निष्क्रिय (Inactive) रुपमा रहनु भएका शेयर सदस्यज्यूहरुको शेयर तथा बचत रकमलाई भुक्तानी दिनुपर्ने बाँकी हिसाबमा रुपान्तरण गरी हिसाब मिलान गरिने भएकोले यो सूचना प्रकाशित गरिएको मिति देखी १५ दिन भित्र संस्थामा उपस्थित भई आफ्नो सदस्यता सक्रिय (Active) गर्नुहुन हार्दिक अनुरोध गर्दछौं । अन्यथा यस संस्थाको विनियम २०७८ को परिच्छेद ३ को दफा १२ को उपदफा १ (६) बमोजिम सदस्यता नरहने व्यहोरा समेत जानकारी गराउदछौं ।

सर्जु लाल बज्राचार्य
अध्यक्ष
श्री आनन्द बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
तानसेन, पाल्पा
सम्पर्क : ०७५-५२१५५३

खेलकुद समाचार

नेपालले कुवेतलाई १ सय ८ रनले हरायो

काठमाडौं, २२ कार्तिक/आईसीसी १९ वर्षमुनिको महिला टी-२० विश्वकप एशिया छनोटमा नेपालले लगातार दोस्रो जीत हासिल गरेको छ । बिहीबार भएको खेलमा नेपालले कुवेतलाई १ सय ८ रनले हरायो ।

नेपालले दिएको १ सय ३१ रनको लक्ष्य पछ्याएको कुवेत १३ ओभरमा २२ रन बनाउँदा अलआउट भयो । कुवेतकी जीफा जिलानीले सबैभन्दा धेरै १२ रन बनाइन् । नेपालकी रचना चौधरी र सिमाना केसीले समान २ तथा कप्तान पूजा महतो, कृष्मा गुरुङ र मनिशा उपाध्यायले समान १ विकेट लिए । यसअघि यूएईमा टस जितेर ब्याटिङ गरेको नेपालले २० ओभरमा ८ विकेट गुमाएर १ सय ३० रन बनायो । नेपालकी कप्तान पूजा महतोले ३४, साना प्रविनले २५, ज्योत्सिका मरासिनीले २३ रन बनाइन् । कुवेतकी अयशा एकवालले २ विकेट लिइन् । नेपालले बुधबार भएको पहिलो खेलमा थाइल्यान्डलाई ६७ रनले हराएको थियो । अब नेपालले आउँदो शनिवार यूएईसँग, कात्तिक २५ गते थाइल्यान्डसँग, कात्तिक २७ गते कुवेतसँग र अन्तिम खेलमा कात्तिक २८ गते यूएईसँग खेल्नेछ । चार वटा टोली सहभागी प्रतियोगिताको शीर्ष टोली अर्को वर्ष मलेसियामा आयोजना हुने विश्वकपमा छनोट हुनेछ ।

मनको आवाज............

'नाम पनि यूनिक, काम पनि यूनिक'

यूनिक एफ.एम. ९४.२ मेगाहर्ज

विज्ञापनको लागि सम्पर्क :
यूनिक शोसियल कम्यूनिकेशन प्रा.लि.
तानसेन, पाल्पा
०७५-५२१६६४, ५२१६६६
E-mail
news.uniquefm@gmail.com
www.uniquefm942.com

अर्थ/कर्पोरेट समाचार

अमेरिकी डलरमा नयाँ रेकर्ड, हालसम्मकै उच्च

पाल्पा, कार्तिक २२/नेपालमा अमेरिकी डलरले नयाँ रेकर्ड बनाएको छ । नेपाल राष्ट्र बैंकले जारी गरेको दररेटअनुसार अमेरिकी डलरले नयाँ रेकर्ड बनाएको हो ।

नेपाल राष्ट्र बैंकले बिहीबारका लागि एक अमेरिकी डलरको विनिमय दर १ सय ३५ दशमलव १६ रुपैयाँ (बिक्री दर) तोकेको छ । यो हालसम्मकै उच्च हो । पछिल्ला साताहमा अमेरिकी डलरको तुलनामा नेपाली रुपैयाँ निरन्तर कमजोर बन्दै आएको छ । सोही क्रममा डलरको विनिमय दरले निरन्तरजसो नयाँ रेकर्ड बनाउँदै आएको हो । यसअनुसार बुधबार एक अमेरिकी डलरको विनिमय दर १ सय ३४ दशमलव ८८ रुपैयाँ थियो । मंगलबार यस्तो दर १ सय ३४ दशमलव ८९ रुपैयाँ पुगेको थियो ।

अमेरिकाको राष्ट्रपतिमा डोनाल्ड ट्रम्प निर्वाचित भएको भोलिपल्ट डलरको मूल्य वृद्धि भएको हो । यद्यपि हालैको राष्ट्रपतिको निर्वाचनका कारण डलरको भाउ अपेक्षित रूपमा बढ्न सकेको थिएन । लगानीकर्ताले निर्वाचनको नतिजा पर्खेकाले पर्ख र हेरको अवस्थामा थिए । निर्वाचनको नतिजापछि लगानीकर्ताको आकर्षण डलरमा बढेको बताइएको छ ।

ट्रम्पले आफ्नो चुनावी घोषणापत्रमा अमेरिकी डलरलाई पुनः रिजर्भ करेन्सीका रूपमा विकसित गर्ने उल्लेख गरेका छन् । जसले गर्दा अमेरिकी डलरको भाउ बढ्ने भएकाले विश्व बजारमा सुनको मूल्य घट्ने सम्भावना रहेको बताइएको छ । मुद्रास्फिति दवावमा रहँदा केन्द्रीय बैंक फेडले लिएको ब्याजदर कटौतीको नीतिमा पनि प्रभाव पर्न सक्नेछ । अमेरिकामा ब्याजदर घट्दै जाने अनुमानले सुनमा लगानी आकर्षित भएको थियो, तर अबमा दिनमा मुद्रास्फिति बढ्न गएमा ब्याजदर घट्ने सम्भावना कमजोर हुनेछ ।

फूल बिक्रीबाट...

...बोटमा फूल फूल्ने क्रम जारी रहेको र मंसिरको महिनाभर उत्पादन लिन सकिने उनले बताए । यहाँ उत्पादन भएको फूलको माग भैरहवाबाट आएकाले केही दिनमै पठाउने तयारी भएको व्यवसायी भण्डारीका छोरा रामचन्द्र भण्डारीले बताए । पेसाले कृषि प्राविधिक अध्ययन गरेका रामचन्द्रले फूलमा प्राविधिक पक्ष र बजारीकरणमा बुवालाई सघाउँदै आएका छन् । "फूलका बोटबाट अझै उत्पादन लिन सकिन्छ" रामचन्द्रले भने, "अब उत्पादन हुनेमध्येको केही फूलको माग भईआएको र केही स्थानीयस्तरमा हुने विवाह, व्रतबन्ध, पूजाआजालगायतका धार्मिक तथा मेला महोत्सवहरुमा खपत हुने छ ।" दशैं तिहारको अवधिमा फूलको व्यापारबाट झण्डै पाँच लाख आम्दानी भएको र अब बिक्री हुने फूलबाट झण्डै दुई लाख आम्दानी लिन सकिने दाबी रामचन्द्रको छ । बाँदरले अन्नबाली नष्ट गरिदिएपछि भण्डारीले विकल्पकोरुपमा फूलखेती थालेका हुन् । खेतबारीमा लगाएको अन्नबाली बाँदरले सखाप पारेपछि विकल्पकोरुपमा फूल खेती गरेका भण्डारीले यसवर्षदेखि सयपत्री फूलको व्यावसायिक उत्पादन थालेका हुन् । "विगतमा मकै, गेडागुडी, मौसमी तथा बेमौसमी तरकारीसहितका अन्नबाली उत्पादन गर्दै आएका थियौं" उनले भने, "पछिल्ला वर्षमा बाँदरले अन्नबाली सखापै पार्न थालेपछि अन्नबाली लगाउन छाडेर विकल्पकोरुपमा फूल खेती थालेका हौं ।" दशैं, तिहारलाई लक्षित गरेर दुई हजार बिरुवा सयपत्री फूल रोपेका थिए । स्थानीय जलपादेवी आधारभूत विद्यालयका प्रधानाध्यापकसमेत रहेका भण्डारीले विकल्पको रुपमा प्रयोग गरेको फूलखेतीमा बाँदरले क्षति नपुर्‍याएकाले आगामी वर्षदेखि अझै ठूलो परिमाणमा फूलको व्यावसायिक उत्पादन गर्ने तयारीमा रहेका छन् ।

-रासस

हरेक प्रहरका ताजा समाचारका लागि www.shittalpati.com क्लिक गर्नुहोस् ।

कैलाशनगर मिडिया प्रा.लि.द्वारा प्रकाशित, कार्यालय कैलाशनगर-५,तानसेन,पाल्पा,फोन:०७५-५२०६०१,E-mail:njdnews@gmail.com पा.जि.द.नं. ५/२०७८/०७९, पा.जि.प्र.का.द.नं. १९/०५१/०५२ प्रबन्धक : इन्द्रा भट्टराई, सम्पादक: रामचन्द्र रायमाझी, प्रधान सम्पादक: जगदीशप्रसाद भट्टराई