

बर्सेनि जंगली हात्तीको त्रास

लहान । जिल्लाको उत्तरवर्ती चुरे वन क्षेत्रमा रहेका लहान नगरपालिकाका बानो, अमही, मोहनपुर, तरेगनासहित धनगढीमाई, गोलबजार र मिर्चैया नगरपालिकाका तीन दर्जनभन्दा बढी बस्ती बर्सेनि हात्तीको आक्रमणको चपेटामा पर्दै आएका छन् । हात्ती आक्रमणबाट ती क्षेत्रका बासिन्दाको बर्सेनि ज्यान जाने गरेको छ ।

जंगली हात्तीले बस्ती प्रवेश गरी धनजनमा क्षति पुऱ्याउने गरेकै कारण ती क्षेत्रका बासिन्दा मंसिरदेखि माघसम्मको सिजनमा त्रसित हुन्छन् । यो सिजनमा बर्सेनि त्यस क्षेत्रमा जंगली हात्तीले आफ्नो बासस्थान बनाउँछन् । वन्यजन्तु विज्ञहरू भन्नुपाउँछन् कि चितवनसम्मको चुरे क्षेत्र हात्ती हिँड्ने कोरिडोर भएकाले हिउँदयामको मौसममा जंगली हात्तीको खतरा बढी हुन्छ । सिरहाको लहान नगरपालिका-१५ मोहनपुरमा हात्तीले यसवर्ष पनि आतंक मच्चाएको छ । मंगलबार राति एउटा हात्ती मोहनपुर पसेर स्थानीय रामउदगार यादवको घर भत्काएको छ । साथै धान,



गहुँ, चामल लगायतका समान समेत नष्ट गरेर हात्तीले करिब २ लाखभन्दा बढीको क्षति पुऱ्याएको पीडित यादवले बताए ।

हात्ती पसेपछि मोहनपुरबासी रातभर सुत्न पाएनन् । यसअघि जंगली हात्तीको समूहले सिरहा लहानसँगै जोडिएको सप्तरीको सुरुङ्गा नगरपालिका-१ र ३ स्थित चहका र बिसनरीया मुसहर बस्तीमा ३० भन्दा बढी घर भत्काएको छ ।

स्थानीय दीपक कार्कीका अनुसार बस्ती नजिकै पर्ने चुरे जंगलबाट गाउँ पसेका ६ वटा जंगली हात्तीको समूहले बिहीबार र शुक्रबार राति घर भत्काउनुका

साथै अन्नपात खाइदिएको छ । जंगली हात्तीले ३० वटा घरमा क्षति पुऱ्यायो ।

खाना खाएर सुतिसकेपछि गाउँ पसेको हात्तीको समूहले घर भत्काउन थालेपछि जहान बालबच्चा घिसार्दै पल्लो गाउँ पुगेर ज्यान जोगायौँ सदायले भने 'हात्तीको समूहले घर भत्काउनुका साथै मजदुरी गरेर राखेको अन्नपात समेत खाइदिएपछि बिचल्ली भएको छ ।

बस्तीका अर्का हात्तीपीडित रामलोचन सदायले भने 'बस्तीमा एक घण्टा भन्दा बढी समयसम्म हात्तीको समूहले १८ वटाभन्दा बढी घर भत्काएर



बोरा, माटोको कोठीमा राखेको धान, चामल समेत खाइदियो । छिमेकीको घरमा आश्रय लिएर ज्यान जोगाएको भएपनि घर भत्किएकाले विसोमा कसरी गुजारा गर्ने भन्ने चिन्ता थपिएको उनले बताए ।

बस्तीमा हात्ती पसेको खबर पाए लगत्तै इलाका प्रहरी कार्यालय भेडिया, प्रहरी चौकी लक्ष्मीपुरबाट खटिएको प्रहरीले पुगेर स्थानीय बासिन्दाको सहयोगमा आगो बालेर टिन ठटाएपछि हात्ती उत्तरतिर लागेको गाउँलेहरूले बताए ।

मुसहर बस्तीमा जंगली हात्तीको समूहले वितण्डा मच्चाएपछि शनिबार बिहान

सुरुङ्गा नगरपालिका प्रमुख मुक्तिनाथ चौधरी, सुरुङ्गा १ का कार्यबाहक वडाध्यक्ष इन्द्रसाद आलेसहितको जनप्रतिनिधिहरूको टोलीले बस्तीको अनुगमनसँगै पीडितहरूसँग भेटघाट गरेको छ ।

हात्तीपीडित बस्तीको अनुगमनपछि नगर प्रमुख चौधरीले प्रहरी र वडा कार्यालयसँगको समन्वयमा क्षतिको विवरण यकिन पीडितहरूलाई तत्कालका लागि केही राहत वितरण गरेका छन् ।

पछिल्लो मंसिरको दोस्रो सातादेखि सप्तरीको उत्तर पश्चिमी भेगमा पर्ने सुरुङ्गाको

बाँकी ३ पेजमा

गोलबजारमा फुटबल प्रशिक्षण सुरु

लहान । फुटबल खेलाडीहरूको क्षमता अभिवृद्धिका लागि गोलबजारमा फुटबल प्रशिक्षण सुरु गरिएको छ । गोलबजार नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको आयोजनामा गोलबजार नगरक्षेत्रका फुटबल खेलाडीहरूलाई तीन महिने प्रशिक्षण दिन सुरु गरिएको हो ।

गोलबजार नगरपालिकाका प्रमुख देवनाथ साहले जनता माध्यमिक (प्राविधिक) विद्यालय गोलबजारको प्रांगणमा फुटबलका राष्ट्रिय प्रशिक्षक चेतन श्रेष्ठलाई खेलकुद सामग्री हस्तान्तरण गर्दै प्रशिक्षणको उदघाटन गरेका थिए । प्रशिक्षणको उदघाटन गर्दै नगरप्रमुख साहले प्रशिक्षण कार्यक्रमबाट निखारिएका कुशुल र स्तरीय खेलाडीलाई क्लव स्थापना गरि व्यावसायिक फुटबल खेलाडी बनाउने योजना नगरपालिकाको रहेको बताउँदै नगरपालीकाले युवाहरूको व्यक्तित्व विकास तथा कुलटबाट बचाउनको लागि खेलकुद

बाँकी ४ पेजमा

क्षमता भन्दा बढी चुनढुंगा बोक्ने टिपर नियन्त्रणमा

लहान । क्षमता भन्दा बढी चुनढुंगा बोक्ने टिपरलाई ट्राफिक प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ । ५० वटा टिपरलाई कारवाहीको लागि नियन्त्रणमा लिइएको जिल्ला ट्राफिक प्रहरी कार्यालय सिरहा, लहानले जनाएको छ । सिरहाको मारुती सिमेन्ट उद्योग र सूर्या सिमेन्ट उद्योगको लागि सिन्धुलीको ककुर खोलाबाट उदयपुर हुँदै ल्याउने गरिएको चुनढुंगा बोकेका ओभरलोडेड टिपर नियन्त्रणमा लिइएको हो । क्षमता भन्दा बढी चुनढुंगा बोकेका



टिपरहरूलाई आवश्यक कारवाहीको लागि यातायात कार्यालय पठाउन सोमबारदेखि नै रोकेर राखेको ट्राफिक प्रहरी कार्यालय प्रदेश २ का प्रवक्ता

एवम् डिएसपी राम कुमार ढकालले जानकारी दिए ।

प्रवक्ता ढकालले ढुङ्गा जस्तो बस्तु लोड गर्दा एक आधा टन

बाँकी ४ पेजमा

छिटो भनेकै
WORLDLINK

3C 25 Mbps
Rs. 1,250*

6C
Rs. 2,200*

SPEEDMA BOOST
नगदमा घुट

Enjoy 100+ HD Channels & 150+ SD Channels FREE with WorldLink

Lahan office: 033-561429, 033-561430 | Mirchaiya: 033550505, | Golbazar: 9801186055, | Kalyanpur: 031-540229



फ्रेन्ड्स मोडेल हस्पिटल, लहान-४

(शिव मन्दिरको उत्तरपट्टि रघुनाथपुर)

हाम्रो सेवाहरू

NICU सहितको प्रसुति सेवा
२४ औं घण्टा इमरजेन्सी सेवा

डाक्टरहरू:

बालरोग विशेषज्ञ	डा. वृजेन्द्र यादव
मधुमेह, प्रेसर	डा. ल्युस्युन यादव
प्रसुति रोग विशेषज्ञ	डा. विरेन्द्र यादव

सम्पादकौर्य

महामारीमा शिक्षा

शैक्षिक सत्रको अन्तिम महिना चलिरहेका बेला गत चैतको दोस्रो हप्तादेखि कोरोना संक्रमणको जोखिम घटाउन संघीय सरकारले मुलुकभर लकडाउन गरेपछि सिंगो मुलुक ठप्प बनेसँगै शैक्षिक क्षेत्रको पठनपाठन कोपभाजनमा पर्‍यो । घरमै सवा दुई लाख बढी विद्यार्थी बस्नुपर्‍यो । बैकल्पिक शिक्षण सिकाइका लागि गरिनु पर्ने कामका बारेमा संघीय, प्रदेश र स्थानीय सरकार चुक्यो । कोभिड-१९ को सन्दर्भमा 'विद्यालय सञ्चालन सम्बन्धी कार्यद्वारा, २०७७' सरकारले प्रस्तुत त गर्‍यो । तर कार्यान्वयनमा ढिलाई भयो । कोभिड महामारीका बेला सबैको ध्यान राहत मात्र गयो । तर बालबालिकाको पठन पाठन र भविष्यमाथि अभिभावक, सञ्चारकर्मी, अधिकारकर्मी लगायत कुनै क्षेत्रले समेत सोचन भ्याएनन् । शैक्षिक क्यालेण्डर अनुसार शैक्षिक गतिविधिहरू भएनन् । देशभरका प्रायः सामुदायिक विद्यालयहरूमा भदौको अन्तिमसम्म स्थानीय तहहरूले क्वारेण्टाइन संचालन गरे फलस्वरूप विद्यार्थीहरू सुरक्षा सावधानी अपनाएर पनि विद्यालय जान पाएनन् । त्यसैले बालबालिकाको शिक्षण सिकाइका प्रभावित हुनुका साथै विशेषगरी सीमान्तकृत बालबालिकाको शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षा र पोषणमा समेत नकारात्मक असर पर्यो । कोरोना महामारीका कारण सामुदायिक र संस्थागत विद्यालयको शैक्षिक गतिविधिमा समेत धनी र गरिब वर्गले प्राप्त गर्दै आएको शिक्षामा समेत ठूलो खाडल बन्ने देखिन्छ ।

२५ डिसेम्बर, २०२० मा चीनको बुहानबाट कोरोना भाइरस सुरु भयो । चीनको बुहानबाट नेपाल फर्केका एकजना नेपाली विद्यार्थीमा सहिद शुक्रराज टुपिकल सेन्टरले ५ माघ २०७७ (२३ जनवरी, २०२०) मा परीक्षण गर्दा कोरोना पोजेटिभ पुष्टि भएयता नेपालमा १६ सय भन्दा बढीले ज्यान गुमाइसकेका छन् । कोरोना महामारीका बेला नेपालमा मात्र सामुदायिक र संस्थागत गरी कूल ८१,२७,२६३ विद्यार्थी प्रभावित हुनेगरी विद्यालय बन्द भए । प्रदेश २ सरकारको सामाजिक विकास मन्त्रालय अन्तर्गत शैक्षिक योजना तथा अनुसन्धान महाशाखाको बिकज ज्ञ प्रतिवेदन २०७५ अनुसार सिरहा जिल्लाका ५२१ बाल विकास केन्द्र, कक्षा १ देखि ५ सम्मका ३५१, कक्षा ६ देखि ८ सम्मका ५३, कक्षा ९ देखि १० सम्मका ३७ र कक्षा ११ र १२ का ४५ विद्यालयहरू बन्द मात्र भएनन्, ३,२४६ जना शिक्षकहरू पनि आ-आफ्नै घरमा बसे । त्यस अवधिमा जिल्लाका १३,२५७ जना बालबालिका बालविकास, कक्षा १ देखि ५ सम्मका ७५,३२५, कक्षा ६ देखि ८ सम्मका २८,४०५, कक्षा ९ देखि १० सम्मका १७,३८५, कक्षा ११ र १२ का ६,३९५ गरी २,३२,३६१ जना विद्यार्थी आ-आफ्नै घरमा बस्न बाध्य भए । प्रदेश २ अन्तर्गतका आठ जिल्लामा रहेका ३,४८२ सामुदायिक विद्यालयहरू बन्द रहे ।

कोरोना संक्रमण स्थिर नभइरहेको अवस्थामा शैक्षिक व्यवस्थापन, सिकाइका विद्यामान विधि तथा तरिकाहरू, बैकल्पिक सिकाइका विभिन्न बिकल्पहरूको आवश्यक तयारी तथा पूर्वाधार विकास शुरुवात गरिनु पर्ने देखिन्छ । यो अप्ठ्यारोको बीचमा विद्यालय तहका बालबालिकाहरूलाई सिकाइमा कसरी निरन्तरता दिन सकिन्छ ? हामीसँग उपलब्ध रहेका र हुन सक्ने सम्भावित स्रोत सामग्रीको अधिकतम प्रयोगबाट सिकाइमा सहजता कसरी ल्याउन सकिन्छ ? सम्भाव्य बैकल्पिक उपायहरू के के हुन सक्छन् ? समग्र विश्व परिवेश नै यस्तै अवस्थाबाट गुज्रिरहेको सन्दर्भमा शैक्षिक सहजीकरणको लागि अन्यत्र भएका अभ्यास तथा प्रयास र प्रयोग गरिएका विकल्पहरू के के छन् ? शिक्षक, विद्यार्थी तथा अभिभावक, स्थानीय सरकार र सरोकारवालाहरूले सकारात्मक सोचका साथ सम्भाव्य विकल्पहरूको प्रयोगको लागि आ-आफ्नो भूमिका निर्वाह गर्न सकियो केही भएपनि विद्यार्थीहरूको सिकाइ सहजीकरणलाई निरन्तरता दिन सकिन्छ ।

कोभिडको कहर : शिक्षामा नवप्रवर्तनको अवसर

कोरोना महामारीका कारण आठ महिनासम्म विद्यार्थीहरू विद्यालय जानबाट वञ्चित भए । विद्यार्थीहरू यति लामो समयसम्म शिक्षण सिकाइ क्रियाकलापबाट वञ्चित रहँदा जनमानसमा डर र चिन्ता थपियो । सरकारले स्पष्ट नीति सार्वजनिक गर्न नसक्दा र विद्यालयस्तरको शिक्षालाई सहीरूपमा परिभाषित गर्न नसक्दा अभिभावक र विद्यार्थी कोरोना कहरका बीचमा आफ्नो र सन्तानको भविष्यका बारेमा अन्योलको अवस्थामा रहे । संक्रमणले भन्नु भयावह रूप लिनै गरेको वर्तमान अवस्थामा एकथरी मानिस प्रविधिको अत्यधिक उपयोग गरेर कक्षा कोठाको अभावलाई परिपूर्ति गर्ने दिशामा मात्र केन्द्रित छन् भने अर्काथरी अवस्था सामान्य नहुजेल केही पनि गर्न नसकिने ठानेर हात बाँधेर बसेका छन् ।

कोरोना महामारी हाम्रो शिक्षा क्षेत्रका लागि चुनौती र अवसर दुवै बन्न सक्नेमा भने सरकारी तथा गैरसरकारी कुनै पनि निकायको ध्यान गएको देखिएन । शिक्षा नीतिमा रहेका खराबीहरूलाई पहिचान गरी निम्नटयान्न पार्ने महत्त्वपूर्ण अवसर र समयानुकूल परिवर्तनका लागि उपयुक्त वातावरण यही संकटको क्षण बन्नसक्नेमा शिक्षाविद्हरूको समेत ध्यान जान नसक्नु दुःखको विषय हो । मूल सफा नगरीकन धाराको टुटी धोएर सफा पानी पिउने सपना देखेर बस्ने परिपाटीले गर्दा एकथरी मानिस सरकारी स्कुलका शिक्षक निदाएर बसेको भ्रम फैलाउन सक्रिय छन् भने अर्काथरी निजी स्कुलको अस्तित्व समाप्त पार्ने सुनौलो अवसर यही भएको भनी अवास्तविक सपनामा रनभुल्ल देखिन्छन् ।

के केमा गर्ने सुधार ?
संवैधानिकरूपमा बाह्य कक्षासम्मको शिक्षा स्थानीय निकायको क्षेत्राधिकारभित्र गएको वर्तमान सन्दर्भमा आफ्नो पालिकामा रहेको विद्यालयको गुणस्तरलाई सुधार गर्नुलाई त्यस पालिकाको प्रगतिको प्रमुख मापक मानिने नयाँ प्रणालीको विकास गरी सरकारी र निजी दुवै विद्यालयको स्तरलाई समयानुकूलरूपमा स्तरोन्नति

गर्दै हरेक विद्यार्थीले घरनजिकको विद्यालयमा पढ्ने वातावरण सिर्जना गर्नुपर्छ । मूल्यांकन सत्रान्तमा कक्षा चढाउने वा नचढाउने विषयको निर्णायकमात्र हुन सक्दैन भन्ने विश्वव्यापीरूपमा प्रमाणित भइसकेको वर्तमान अवस्थामा परीक्षालाई उपलब्धिको सावधिक

प्रेमनारायण भुसाल

आकलन मात्र नबनाएर निरन्तर सिकाइ प्रक्रियाकै अङ्ग बनाउन सक्नुपर्छ

सत्रको अन्त्यमा परीक्षा दिएर वर्षभरिका क्रियाकलापमा सफल वा असफल भएको प्रमाणित गर्ने कामका रूपमा परीक्षालाई प्रयोग गर्नु हुँदैन । हरेक दिनका क्रियाकलापमा विद्यार्थीले कसरी सिक्न सके भन्नेलाई महत्त्व दिएर सिकाइ प्रक्रियाको महत्त्वपूर्ण, नियमित र अनिवार्य अङ्गका रूपमा परीक्षालाई स्थापित गर्नुपर्छ ।

धेरै किताब पाठ्यपुस्तकमा रूपमा राख्नु र लामो समयसम्म विद्यार्थीलाई विद्यालयमा कक्षा कोठाभित्र राखिरहनु विद्यालयको गुणस्तरको सूचक हो भन्ने भ्रमबाट मुक्त भई छोटो समयको निर्देशन र धेरै समय विद्यार्थीहरू संलग्न भैरहने किसिमका कार्यक्रम बनाउन ढिलाइ गर्नु हुँदैन । विश्वकै उत्कृष्ट मानिएको फिनल्यान्डको विद्यालय शिक्षाबाट धेरै कुरा सिक्न सकिन्छ । दुईदेखि चार घन्टामात्र औपचारिकरूपमा विद्यालयमा बालबालिकालाई राख्ने, सैद्धान्तिकभन्दा व्यावहारिक र प्रयोगात्मक काममा विद्यार्थीलाई संलग्न गराउने, बालबालिकाको खुसीलाई नै सिकाइको पूर्वावश्यकताका रूपमा स्वीकार गर्ने फिनल्यान्डको पद्धतिले शिक्षा प्रतिस्पर्धी होइन सहयोगी र मानवीय भावना उत्पन्न गर्न सक्ने किसिमको हुनुपर्छ भन्ने मान्यता स्थापित गरिदिएको छ ।

हाम्रा पूर्वीय मूल्य मान्यता यिनै कुरामा केन्द्रित रहेका भए पनि समाजको वर्तमान अर्थमुखी प्रवृत्तिका कारण सामाजिक मूल्य, नैतिक धरातल र सांस्कृतिक गरिमाको उपेक्षा गरिएको छ । शिक्षा विद्यार्थी कालमा बालबालिका दुःखी हुने र भविष्यमा पनि दुःखी बन्ने कारण बन्नु हुँदैन । सुखी बन्ने आधार र सुखको साधनका

रूपमा शिक्षा रहन सक्नुपर्छ भन्ने मान्यतालाई स्थापित गर्न पनि अनावश्यकरूपमा प्रतिस्पर्धी र प्रतिशोधी भावना विकास गर्ने किसिमका क्रियाकलापलाई



सिकाइ कार्यक्रमसँग जोड्नु हुँदैन । ईर्ष्या, घमण्ड, द्वेष र असहिष्णु भावना फैलाउने किसिमको शिक्षा भयो भने राष्ट्रको उन्नति हुन सक्दैन ।

शिक्षामा कस्तो परिवर्तन गर्ने ?

कक्षा कोठाको औपचारिक पठनपाठनले मात्र विद्यार्थीलाई नैतिक, चरित्रवान्, योग्य र कर्मठ बनाउने होइन । विद्यार्थीको सर्वाङ्गीण विकासका लागि घरपरिवार, समाज र वातावरणको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । यसैले विद्यालयमा प्राप्त गरिने शिक्षा घर परिवारसँग जोडिएको हुनुपर्छ । मूलरूपमा शिक्षा सिकारूको जीवनसँग सम्बद्ध हुनुपर्छ । घरपरिवार, वातावरण, पेसा व्यवसाय, संस्कार र संस्कृतिको जगेर्ना गर्ने किसिमको शिक्षा आजको आवश्यकता हो । शिक्षाले समाजलाई परिवर्तन गर्ने मात्र नभएर व्यक्तिलाई सामाजिकीकरण गर्न सहयोग पुऱ्याउने काम समेत गरेको हुन्छ । समाजमा बेमेल र वैमनश्य सिर्जना गर्ने किसिमको शिक्षा समाज र व्यक्तिका लागि घातक हुन्छ । पश्चिमा मुलुकहरू पनि 'होम स्कुलिङ'तिर फर्केको वर्तमान अवस्थामा हामीहरूले घरेलु शिक्षालाई वा घरमा बसेर सिक्ने प्रक्रियालाई प्रवर्धन गर्नुपर्छ । यसका लागि सिकारूका बाबुआमा नै पहिलो र प्रभावकारी शिक्षकशिक्षिका बन्न सक्छन् ।

विद्यालयमा पढाइएका कुरामात्र सत्य हुने र घरका वा स्थानीय सीप र प्रविधिहरू बेकामे हुने भन्ने भ्रम हटाएर परम्परागत ज्ञान, सीप र पद्धतिलाई सम्मान गर्दै यसमा परिमार्जन ल्याउने दिशामा अबको शिक्षालाई केन्द्रित गर्नुपर्छ । बालबालिकाले

पाठ्यवस्तु घोक्ने होइन, कसरी आदर्श पिता बन्न सकिन्छ वा आदर्श माता बन्न सकिन्छ, समुदायमा कसरी मिलेर सहज असहज परिस्थितिलाई सामान्यीकरण गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा घरपरिवारबाट सिकाउन सक्नुपर्छ । अबको शिक्षाले सामाजिक प्रकार्य, स्थानीय सीप र सम्पदालाई संरक्षण र प्रवर्धन गर्नुका साथै व्यक्तिलाई आत्मानुशासित बन्न प्रेरित गर्न सक्नुपर्छ । यसका लागि घरैमा सिकाइ 'होम स्कुलिङ' महत्त्वपूर्ण विधि हुन सक्छ ।

सिकाइको केन्द्र शिक्षकमात्र हुनसक्ने परम्परागत मान्यतामा परिवर्तन आइसकेको छ । सहशिक्षा, प्रविधिमैत्री शिक्षा, प्राकृतिक शिक्षा र प्राविधिक शिक्षा हुँदै अहिले शिक्षा बहुकेन्द्रित सिकाइतिर उन्मुख हुँदै गएको छ । विभिन्न क्षेत्रबाट ज्ञान र सूचनाको विस्फोट भइरहेको वर्तमान अवस्थामा बहुआयामिक ढङ्गले विषयवस्तुलाई अवलोकन गर्न सक्ने सीप विकासका लागि विद्यार्थीहरूलाई अन्य स्रोतबाट सामग्रीहरूको संलग्न गरी अध्ययन, विश्लेषण र अनुसन्धान गर्ने काममा सहजीकरण गर्न विद्यालयका शिक्षकहरू तयार हुनुपर्छ । आजको अवस्थामा रिक्तो मस्तिष्क लिएर विद्यार्थी ज्ञान भण्डारण गर्न विद्यालयमा आउँदैनन् ज्ञान निष्पादन गर्ने काममा शिक्षक विद्यार्थी सहभागी हुनुपर्छ । सिकाइको एककोहोरो विधि अहिलेको समयमा कम प्रभावकारी रहेकाले बैकल्पिक विधिलाई आत्मसात गर्नुपर्छ । यस विधिलाई शिक्षा क्षेत्रमा प्रयोग गर्न सकेमा घोक्नेको सट्टा सिक्ने र विश्लेषण गर्ने, परीक्षा पास गर्न नभएर सीप र ज्ञानका लागि ध्यान दिने, देखावटीभन्दा गुणस्तरीय शिक्षालाई बढावा दिने कार्यले प्रश्रय पाउनेछ ।

शिक्षा क्षेत्रको अर्को समस्या शिक्षक उत्पादन

भविष्यका कर्णधार उत्पादन गर्ने शिक्षक विषयवस्तुमा दक्ष, शिक्षण सीपयुक्त, सहयोगी, विद्यार्थीको मनोविज्ञान बुझ्न सक्ने र

मेष :- मानसिक चिन्त बढेपनि कार्यक्षेत्रमा प्रगति हुनेछ । अरुलाई प्रभावित पारेर काम बन्नेछ । कला र गलाको प्रभाव बढ्नेछ । धन पनि हात लाग्न सक्छ ।

वृष :- आज लाभदायक यात्रा र वैदेशिक कार्य अधी बढ्नेछ । धर्म, कर्म तथा समाजसेवामा मन लाग्नेछ । उपकार गरेर अरुको मन जित्न सकिनेछ ।

मिथुन :- आज स्वास्थ्यमा समस्या आउँदा शरीर भारी र मन अस्थिर रहन सक्छ । मनमा चञ्चलता बढ्नेछ, तर सौफमा शुभ समाचार सुन्नामा आउला ।

कर्कट :- आफ्नो क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाउन सकिनेछ । दाम्पत्य जीवन सुखमय रहनेछ । धनार्जनका नयाँ स्रोतहरू पत्ता लाग्नेछन् । मान प्रतिष्ठामा बृद्धि होला ।

आजको राशिफल

सिंह :- आज विद्या र बुद्धिके विकास हुनेछ । मंगल कार्यको योगछ । पार्टी पिकनिक तथा सेमिनारमा सहभागी भईएला । रोजगारको अवसर पनि मिल्नेछ ।

कन्या :- आज शुभकार्यको चर्चा चल्नेछ । नयाँ काम वा रोजगार पाईन सक्छ । राजनैतिक कार्यमा सफलता मिल्नेछ । जोश जाँगर र हिम्मत पनि बढ्छ ।

तुला :- आज शुभकार्यको चर्चा चल्नेछ । अनुहारमा कान्ति र मनमा शान्ति छाउला । व्यापार व्यवसायमा रूची बढ्ने देखिन्छ । उपहार पाइने सम्भावनाछ ।

वृश्चिक :- मंगल कार्यको योगछ । चिताएको कामले तीव्रता लिनेछ । व्यापारव्यवसायबाट फाइदा लिन सकिनेछ । महिला मित्रबाट विशेष सहयोग मिल्नेछ ।

घनु :- बुद्धिको उपयोग गर्दा जटिल ठानिएको कामसमेत सम्पादन हुन सक्नेछ । आयआर्जनका क्षेत्रमा सुधार आउनेछ । बौद्धिकताको विकास हुनेछ ।

मकर :- आज अचल सम्पत्ती हात पर्न सक्छ । धार्मिक कार्यमा रूचि बढ्नेछ । वित्तिय संस्थाबाट सहयोग पाईनेछ । प्रेम र मित्रताको बन्धन कसिने बेला छ ।

कुम्भ :- व्यर्थको यात्रामा जान बाध्य भईएला । मन खिन्न हुने स्थिति आउनेछ । नजिक व्यक्तबाट धोका पाइन सक्छ । पेट सम्बन्धी समस्या आउनसक्छ ।

मिना :- रोजगारको अवसर मिल्नेछ । महिला वर्गबाट विशेष सहयोग मिल्नेछ । वित्तिय संस्थाबाट सहयोग पाईनेछ । अरुलाई प्रभावित पारेर काम बन्नेछ ।

‘विद्यालयलाई राजनीतिक थलो नबनाऔं’ : मन्त्री श्रेष्ठ

लहान । महिला, बालबालिका तथा जेष्ठ नागरिक मन्त्री लिलानाथ श्रेष्ठले शिक्षामा राजनीतिक नगर्न सुझाव दिएका छन् । जनता प्राविधिक नमुना माध्यमिक विद्यालय, गोलबजार-८, चोहर्वाको सूचना, सञ्चार तथा प्रविधि १६६८० प्रयोगशालाको उदघाटन गर्दै विद्यालयलाई राजनीतिक अखडा नबनाउन अनुरोध गरेका हुन् । उनले भौतिक पूर्वाधारसँगै शैक्षिक गुणस्तरमा पनि विकास



गर्नुपर्ने बताए । मन्त्री श्रेष्ठले विद्यालयमा समिति बनाउँदा हेल्स, या शिक्षक सरुवा गर्दा आफ्नो पार्टीको, जातको वा समुदायको हेर्ने चलन अझै रहेको भन्दै दक्षता पहिचान गर्न पनि सुझाव

दिए । समिति बनाउँदा पनि भिजन नभएका, पढलेख नगरेकालाई बनाउने, शिक्षक सरुवामा पनि आफन्त, पार्टीको हेर्ने चलन अझै रहेको भन्दै हुनुपर्ने उनको भनाइ थियो ।

बजे टिभि हेरेर फर्किने क्रममा जंगली हात्तीले आक्रमण गर्दा वृद्धाको मृत्यु भएको थियो । हात्तीको आक्रमणबाट लहान नगरपालिका-१७ का रामवति ठाकुर र रामदेव साफी, ढोढनाका ४२ वर्षीय देवनारायण चौधरी, सुरेश चौधरीले ज्यान गुमाईसकेका छन् ।

एकजनाले पाए क्षतिपूर्ति जिल्लामा जंगली हात्तीको आक्रमणबाट बर्सेनि मृत्यु भएपनि अहिलेसम्म एक जनाले मात्र क्षतिपूर्ति रकम पाएका छन् । राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा वन्यजन्तु संरक्षण ऐन २०२१ को दफा ३ (घ) मा राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा आरक्षभन्दा बाहिर वन्यजन्तुको आक्रमणमा परी धनजनको क्षति भएमा त्यस्तो क्षति वापत तोकिए बमोजिम राहत दिइने उल्लेख छ ।

जंगली हात्तीको आक्रमणबाट गतवर्ष मृत्यु भएकी उत्तरवर्ती चुरे क्षेत्र गोलबजार नगरपालिका १० गैरीटोलकी ७० वर्षीया बुद्धिमाया थापामगरको परिवारलाई १० लाख रुपैयाँ राहत दिइएको वन कार्यालयले जनाएको छ ।

क्षमता ...

तलमाथि हुन सक्छ, तर क्षमता भन्दा धेरै बोकेको गुनासो आएपछि चेकजाँच गरिएको बताए ।

ट्राफिक प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएका टिपरहरू मिर्चैया र गोलबजारमा राखिएको छ । १३ टन बोक्ने अनुमति पाएका टिपरले २८ टन सम्म चुनढुङ्गा बेकेको पाइएको छ ।

हिउँदका बेला सिमेन्ट उद्योगहरूले चुनढुङ्गा ओसार गर्न गर्दछ । तौलका हिसाबले ओसारको भाडा पाइने भएकाले टिपर व्यवसायीहरूले क्षमता भन्दा बढी ओसार गर्छन् । सोमबार देखि नै ट्राफिक प्रहरीले टिपर रोक्न थालेपछि व्यवसायीहरूले ट्राफिकलाई लाइन दिन छोडेकाले दुःख दिएको आरोप लगाउँदै आएको छ । एक टिपर चालक समेत रहेका व्यवसायीले पुलिस र ट्राफिकलाई पैसा दिदासम्म जति लोडगरे पनि हुन्छ, पैसा दिनथालेपछि दुःख दिन सुरु गरिहाल्ने बताए ।

बर्सेनी ...

श्रीपुर, खोरिया टोल, लक्ष्मीपुर, दौलतपुर, कडहर्वा, चहका, विषनरिया लगायतका गाउँमा जंगली हात्तीको समूहले घर भत्काउन थालेपछि स्थानीय आतंकित बनेका छन् ।

सिरहा सप्तरीको उत्तरी क्षेत्रमा प्रायः हरेक हिउँदमा पूर्वी भेगबाट चुरे जंगल हुँदै आउने जंगली हात्तीको समूहले स्थानीय बासिन्दाको घर भत्काइदिने, बालीनाली खाइदिने गरेको छ ।

वन कार्यालयले हात्तीको आक्रमणबाट जोगिन सजग रहनुको बिकल्प नरहेको बताए । 'संरक्षित जनावर हो, केही गर्न मिल्दैन, यद्यपि मानवीय क्षति हुन नदिन स्थानीय प्रशासन, वन र प्रहरीको टोलीले प्रभावित बस्तीहरूमा पुगेर सजग गराइरहेका छन् वन कार्यालयले जनाएको छ ।

बर्सेनि ज्यान गुमाउँदै

सुरुङ्गा नगरपालिका-३ दौलतपुरका ७० वर्षीय सीताराम साहको हात्ती देखेपछि भग्ने क्रममा मंसिर ३० गते लडेर मृत्यु भयो । आफ्नै घरमा सुतिरहेका साह पिसाब फेर्न उठेका बेला आएको २ वटा जंगली हात्ती देखेपछि भग्ने क्रममा लडेर घाइते भएका थिए । लहानस्थित सप्तऋषि अस्पतालमा उपचारका क्रममा उनको मृत्यु भएको थियो । कोशी टप्पु आरक्ष र उदयपुरको चुरे क्षेत्र हुँदै यस क्षेत्रमा प्रवेश गरेको

जंगली हात्तीको आक्रमणबाट गतवर्ष सिरहा मिर्चैया नगरपालिका-९ पैनघट्टाका श्रवण महतोका ८ वर्षीय छोरा रविन्द्रको मृत्यु भयो । बाबुछोरा घरमा सुतिरहेका बेला राति ११ बजे हात्ती आएको चाल पाएपछि छोरा बोकेर बाहिर निस्कन खोज्दा सुडले खोसेर लछारपछार गरेपछि रविन्द्रको मृत्यु भएको थियो । श्रवणले भागेर ज्यान जोगाए ।

त्यसबेला सिरहाको उत्तरवर्ती चुरे क्षेत्र प्रवेश गरेको जंगली हात्तीको आक्रमणबाट गोलबजार नगरपालिका-१० धरमपुरका ५५ वर्षीय कंशलाल लामा घाइते भएका थिए । बिराटनगरमा उपचार पछि निको भएका लामा सौच गर्न घरपछाडि बारीमा राति निस्कने क्रममा हात्तीले लछारपछार गर्दा घाइते भएका थिए । सोही रात हात्तीले गोलबजार नगरपालिका-३ स्थित मुसहर बस्तीका अशोक सदाय मुसहर, बन्दी, रामचरित्र र दिलवर सदायको घर भत्काइदिएको थियो । जंगली हात्तीले गतवर्ष धनगढीमाई नगरपालिका-१३ का निर्मल योन्जन, मागैन यादव, रामप्रसाद यादव, भवनाथ दाहाल, विशेश्वर महतो, नागेश्वर महतोको घरमा क्षति पुऱ्याउनका साथै अन्नपात नष्ट गरिदिएको थियो ।

गाउँमा धनजन सहित मानवीय क्षति हुने त्रासले गाउँलेहरू रातभर आगो बालेर पालैपालो जाग्राम बस्न थालेका छन् । त्रासमा रात काटन वाध्य छौं मागैन यादवले भने 'रातभर कोही पनि निदाउँदैनन्, युवादेखि वृद्धवृद्धा पालो लगाएर रातभर आगो र टिन उट्याउँदै जाग्राम बस्छु ।'

बर्सेनि हात्तीको आक्रमणको चपेटा पर्दै ती क्षेत्रका बासिन्दाले नियन्त्रणका लागि वन कार्यालयलाई गुहाउँ आएका छन् । जिल्ला वन कार्यालयले चुरे क्षेत्रमा हात्ती धपाउन वन कर्मचारी खटाउने गरेको छ । हात्तीको आक्रमणको त्रासले सिरहाको उत्तरी चुरे क्षेत्रका ५० भन्दा बढी घर परिवार विस्थापित भइ सकेका छन् । समूहमा आउने जंगली हात्ती दिनभर जंगल क्षेत्रमा बस्ने र रातपरेपछि गाउँ प्रवेश गरी आतंक मचाउने गरेको पीडितहरूले बताएका छन् ।

६ जनाले ज्यान गुमाईसके जिल्ला वन कार्यालय सिरहाको तथ्यांक अनुसार बर्सेनि हात्तीको आक्रमणबाट सिरहामा अहिलेसम्म ६ जनाले ज्यान गुमाईसकेका छन् । जंगली हात्तीको आक्रमणबाट गतवर्ष ८ वर्षीय बालक रविन्द्र महतोले ज्यान गुमाए । दुईवर्षअघि उत्तरवर्ती चुरे क्षेत्र गोलबजार नगरपालिका-१० गैरीटोलकी ७० वर्षीया बुद्धिमाया थापामगरको ज्यान गयो । छिमेकी गोकुल थापाको घरबाट शुरुबार राति साढे आठ

भौतिक दुरी कायम गरी कोरोना भाइरसको संक्रमणबाट आफू पनि बचाउँ र -: जनहितका लागि :-



महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

वारुण यन्त्र, लहान	०३३-५६३९१५
ईलाका प्रहरी कार्यालय, लहान	०३३-५६०१५५
ईलाका प्रशासन कार्यालय, लहान	०३३-५६०२६६
जि.ट्राफिक कार्यालय, लहान	०३३-५६०७३७
लहान नगरपालिकाको कार्यालय	०३३-५६३९३८
नेपाल विद्युत प्राधिकरण, लहान	०३३-५६०२४६
सव स्टेशन, लहान	०३३-५६०४००
नेपाल टेलिकम, लहान	०३३-५६०४४४
प्राविधिक शिक्षालय, लहान	०३३-५६००१६
अञ्चल यातायात कार्यालय, लहान	०३३-५६०२१७
रा.उ.स्मारक अस्पताल, लहान	०३३-५६००१५
आ. राजस्व कार्यालय, लहान	०३३-५६००८८
कृषि विकास बैंक, लहान	०३३-५६०१४७
कृषि सामाग्री संस्थान, लहान	०३३-५६०१४८
घरेलु तथा साना उद्योग, लहान	०३३-५६०१२८
दु.शा.अतिथि सदन, लहान	०३३-५६०१६५
आँखा अस्पताल, लहान	०३३-५६००८०
जे.एस.मु.ब.क्याम्पस, लहान	०३३-५६०२५२
रक्त संचार केन्द्र, लहान	०३३-५६०५७५
मारवाडी सेवा सदन, लहान	०३३-५६१४११
जि.प्रशासन कार्यालय, सिरहा	०३३-५२०१२३
जिल्ला प्रहरी कार्यालय, सिरहा	०३३-५२०११२
नगर प्रहरी, सिरहा	०३३-५२०२६७
प्रहरी चौकी, माडर (सिरहा)	०३३-५२०४००
को.ले.नि.का. सिरहा	०३३-५२०१३०
कृषि विकास बैंक, सिरहा	०३३-५२०४७०
जिल्ला समन्वय विकास कार्यालय, सिरहा	०३३-५२००३७
सिरहा जिल्ला अदालत, सिरहा	०३३-५२००५६
जिल्ला अस्पताल, सिरहा	०३३-५२००६४
जनस्वास्थ्य कार्यालय, सिरहा	०३३-५२००८१
जिल्ला शिक्षा समन्वय इकाई शाखा, सिरहा	०३३-५२०००४
नेपाल टेलिकम, सिरहा	०३३-५२००३३
नेपाल विद्युत प्राधिकरण, सिरहा	०३३-५२०१६१
राष्ट्रिय बाणिज्य बैंक, सिरहा	०३३-५२०००२
रेडक्रस सोसाइटी, सिरहा	०३३-५२००५५
ईलाका प्रहरी कार्यालय, मिर्चैया	०३३-५५०१००
कृषि विकास बैंक, मिर्चैया	०३३-५५०००५
सिता नोबेल न्यूज सेन्टर	०३३-५६००२७
सविना बुक्स एण्ड सप्लायर्स लहान-७	०३३-५६०५११
स्वस्तिका इलेक्ट्रिक एण्ड जेनरल अर्डर सप्लायर्स लहान-१०	५८४२८५०५६५

नगरवासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

१. नगरपालिकालाई बुझाउनु पर्ने सम्पत्ति कर, भूमि कर व्यवसाय कर समयमै बुझाऔं, २. जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइसराइ लगायतका व्यक्तिगत घटना सम्बन्धित घटना भएको मितिले ३५ दिनभित्र आफ्नो वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं, ३. नगरपालिकाभित्र व्यक्तिगत घर तथा उद्योगका भवन लगायतका संरचना निर्माण कार्य शुरू गर्नुअघि अनिवार्य रूपमा निर्माण इजाजत लिऔं, ४. भूकम्प प्रतिरोधात्मक घर निर्माण गरौं, ५. सडक अधिकार क्षेत्र, खोला, नाला, पैनीको साथै पाटी पौवा जस्ता सार्वजनिक स्थान मिचेर कुनै पनि संरचना निर्माण नगरौं । साथै सडक किनारामा व्यापार, व्यवसाय नगरौं, ६. अनुमति विना सडकमा निर्माण सामग्री लगायतका कुनै पनि व्यक्तिगत प्रयोजनका सामान नराखौं, ७. नगर क्षेत्रभित्र कुनै पनि व्यापार, व्यवसाय गर्दा नगरपालिकामा दर्ता गरेर मात्र गरौं, ८. बालबालिकाहरूलाई नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा लगेर लगाउनु पर्ने सबै खोप तोकिएअनुसार नियमित लगाऔं र बालबालिकाहरूमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता विकासमा सहयोग गरौं, ९. उमेर नपुगेका बालबालिकाहरूलाई श्रममा नलगाऔं, १०. विद्यालय जाने उमेर भएका सबै बालबालिकाहरूलाई अनिवार्य रूपमा विद्यालय पठाऔं, ११. छोरा र छोरोमा भेदभाव नगरौं, १२. महिला हिंसा न्यूनीकरणका लागि आ-आफ्नो ठाउँमा पहल गरौं, १३. जेष्ठ नागरिकको सम्मान गरौं, १४. आफ्नो घरबाट निस्किएको फोहरलाई जथाभावी नफालौं, १५. चौपायाहरूलाई छाडा नछोडौं, १६. होटल व्यवसायीहरूले बासी तथा सडेगलेका खानेकुरा नबेचौं । उभोत्ताको स्वास्थ्यमा ख्याल गरौं, १७. नगरपालिका भित्रका सिमसारहरूको संरक्षण र विकासमा सहयोग गरौं ।

लहान नगरपालिका कार्यालय, सिरहा	कर्जन्हा नगरपालिका कार्यालय, सिरहा
मिर्चैया नगरपालिका कार्यालय, सिरहा	सुखिपुर नगरपालिका कार्यालय, सिरहा
कल्याणपुर नगरपालिका कार्यालय, सिरहा	धनगढीमाई नगरपालिका कार्यालय, सिरहा
गोलबजार नगरपालिका कार्यालय, सिरहा	सिरहा नगरपालिका कार्यालय, सिरहा

जाडोमा उत्तम मानसिक स्वास्थ्यका लागि शीर्ष सुभावाहरू

हिउँदे जीवनशैली जिउनु कुनै पनि कोणबाट सजिलो छैन । यो मौसममा शारीरिक स्वास्थ्यसँगै मानसिक स्वास्थ्यको जोखिम पनि बढी हुने गर्छ । सामान्य मुड परिवर्तन, तनाव बढ्नु, चिन्ता र उदासीनताका कारण पनि चिसो मौसममा मानसिक स्वास्थ्य प्रतिकूलताको उदाहरण भित्र पर्छ ।

यो वर्षको चिसो समयको अरुबेलाको भन्दा भिन्न छ । कोरोना भाइरसको जोखिमका कारण भेटघाट र जमघट तुलनात्मक रूपमा कम छ भने लामो समयको घरभित्रको बसाइका कारण विकसित बनेको मानसिक अवस्थालाई चिसो मौसमले भन्ने समस्या सिर्जना गराउन सक्छ ।

सधैं चलायमान भइरहनुहोस्

दैनिक क्रियाकलापको अर्थ हरेक दिन बाहिर नै कुदनुपर्छ भन्ने होइन । जबकि चिकित्सकहरू वयस्क उमेरका मान्छेले कम्तीमा १० मिनेट बिहान मध्यमस्तरको शारीरिक व्यायाम गर्नु आवश्यक रहेको बताउँछन् ।

तपाईं अभ्यास जसरी सुकै गर्नुस्, चाहे ओछ्यानमै बिहान विभिन्न योगासन गर्नुहोस् या बाहिर मर्निङ वाकमा निस्कनुहोस् । तर एउटै मुद्दा यो हो कि मानसिक रूपमा विकसित हुनबाट बच्नको लागि

नियमित अभ्यास गर्नुभन्ने जरूरी छ । प्रमाणले देखाएको छ कि व्यायामले मुडलाई ताजा गराउन र चिन्ता/उदासीनता जस्ता लक्षणलाई कम गर्नको लागि पनि मद्दत गर्ने गर्छ ।

एकअर्कासँग कुरा गरिरहनुहोस्

कुराकानी गरिरहनु मानसिक स्वास्थ्यको लागि उपयुक्त हुन्छ । साथीसँग होस् या घरपरिवारका सदस्यहरूसँग नै किन नहोस् । बढी त आफ्नो मिल्ने साथीसँग कुरा गरिरहँदा तपाईंभित्र उत्पन्न हुने चिन्ता र उदासीनताको भावनालाई कम गर्न यसले मद्दत गर्ने गर्छ ।

संज्ञानात्मक व्यवहार थेरापीले वास्तवमै हाम्रो मस्तिष्कको तारलाई परिवर्तन गर्न सक्छ भन्ने विभिन्न वैज्ञानिक अध्ययनले पुष्टि गरिसकेको छ । त्यसैले तपाईं यदि तनाव वा चिन्ताको स्तर बढेको महसुस गर्नुहुन्छ भने आफ्नो साथीभाइ वा परिवारसँग साथीक छलफल गरेर मानसिक पीडालाई हटाउन सकिन्छ ।

दयालु र अरुको ख्याल गर्ने गर्नुहोस्

दयालु हुनु र आफू एवं अरुको समेत ख्याल गर्ने बानीले पनि मानसिक समस्या सिर्जना गराउन सक्छ । अनुसन्धानले सुभावा दिएको छ कि दयालु व्यवहारले तपाईंको मानसिक स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउन सकारात्मक भूमिका खेल्छ ।



सानो काममा पनि रमाइलो खोज्नुहोस्

तपाईंले खाना बनाउनु सुरु गर्नुअघि सोफामा किताबको केही पृष्ठहरू देख्नुहुन्छ । टेनिस खेल्नुको सट्टा प्रियजनसँग कुराकानी गरेर सबैलाई आश्चर्यचकित बनाउनु हुन्छ भने यसमा तपाईंले छुट्टै किसिमको रमाइलो भेट्नुहुन्छ ।

जीवनमा गरेका ठूला प्रयासहरूको असफलताबाट दुःखी हुने होइन । ठूला लक्ष्यहरू वा माइलस्टोनको पछि लाग्नुको सट्टा साना चीजहरूमा आनन्द खोज्न सकिन्छ । यसले मानसिक समस्यालाई समाधान गर्न मद्दत गर्छ ।

सावधानीपूर्वक सास भविष्यको बारेमा सोचेर चिन्ता गर्नुको सट्टा वर्तमानमा

ध्यान केन्द्रित गर्नाले भावनात्मक रूपमा समृद्ध बन्न सहयोग पुग्ने गर्छ । यस प्रकारको जागरूकताले हामीलाई तनाव वा चिन्तामा डुबाउन मद्दत गर्छ । हामीलाई सबैसँग राम्रोसँग व्यवहार गर्न मद्दत गर्छ । जसले हामीलाई डिप्रेसन या मानसिक समस्याबाट मुक्त गराउन मद्दत गर्छ ।

त्यसैले सास फेर्दा पनि ध्यान दिएर फेर्ने हो भने यसले मानसिक रूपमा तनाव र चिन्तालाई कम गर्न मद्दत गर्छ ।

मोबाइल टेलिभिजनको प्रयोगमा बुद्धिमत्ता कायम गरौं

पछिल्लो समय मानसिक समस्याको मुख्य कारण भनेको मोबाइल, ल्यापटप, टेलिभिजन जस्ता प्रविधिको बढी प्रयोग पनि हो भन्ने मान्यता छ । यी

उपकरणहरूको आवश्यकभन्दा बढी प्रयोग नै आजको दिनमा मानसिक समस्याको मुख्य कारण मान्ने गरिएको छ ।

त्यसैले हामी अनलाइन दुनियाँमा हराउँदै जाँदा अफलाइन दुनियाँलाई भुल्दै गयौं भने यसले पनि हाम्रो मानसिक समस्यालाई बढाउने गर्छ । विशेष गरी जब मान्छेहरू बढी सामाजिक सञ्जालमा भुल्ने गर्छन् । यसले मान्छेमा सामुदायिक प्रतिस्पर्धाको अवस्था सिर्जना गराउँछ । जसले गर्दा मान्छेमा मानसिक समस्या बढ्ने गर्छ । यही मानसिक स्वास्थ्यमा समस्या आएपछि उदासीनता, चिन्ता र एकलोपना बढी हुने गर्छ ।

अनलाइन खबरबाट

गर्ने अथवा पठनपाठनको धेरैजसो समय प्राज्ञिक विषयमा लगाई अन्तिममा मात्र कसरी पढाउने भन्ने विषयमा तालिमको व्यवस्था गर्नु उपयुक्त हुन सक्छ । विश्वविद्यालय तहको पाठ्यक्रमको पुनर्संरचना गरी विद्यालय तहको शिक्षालाई व्यवस्थित गर्न योग्य व्यक्ति उत्पादन गर्ने कामको सुरुवात गर्नुपर्छ ।

निष्कर्ष

कोरोनाको कहरका नाममा सबै चुप लागेर बस्ने हो भने नेपालको शिक्षा क्षेत्र भन्ने तहसनहस बन्ने जोखिम बढ्छ ।

यस अवस्थामा शिक्षासँग सम्बद्ध सबै व्यक्तिले विश्वका उत्कृष्ट पद्धतिका राम्रा गुणहरूलाई अवलम्बन गरी समय र परिवेशअनुकूल शिक्षा नीतिको तर्जुमा तथा शिक्षण क्रियाकलापलाई प्रयोग गर्न उपयुक्त वातावरण तयार पार्नुपर्छ । अवस्था सामान्य हुन्छ अनि परम्परागत रूपमै पढाउँछु भनेर बसिरहने हो भने अहिले परेको शिक्षाक्षेत्रको चोट निको हुन दशकौं पर्खिनु पर्ने समेत आउन सक्छ । यसैले शिक्षा क्षेत्रको नेतृत्व तथा अभिभावकीय भूमिका निर्वाह गर्ने शिक्षा मन्त्रालयले संकटको अवस्थामा चुप लागेर बस्नुभन्दा दूरदर्शी भएर शिक्षा सुधारका लागि सक्रियतापूर्वक उपयुक्त र व्यावहारिक कार्यक्रमहरू तय गर्नुपर्छ ।

अभिभावक, शिक्षा मन्त्रालय, शिक्षाविद् तथा निजी एवं सरकारी विद्यालयका शिक्षकशिक्षिका र विद्यालय सञ्चालकबीचमा आपसी छलफल र अन्तर्क्रिया गरेर शिक्षाका नयाँ कार्यविधि तयार गर्न तालुक मन्त्रालयले नै नेतृत्वदायी भूमिका निर्वाह गर्नुपर्छ । आरोप, प्रत्यारोप र आग्रह, पूर्वाग्रहबिना सबै क्षेत्रलाई एकै ठाउँमा जुटाएर संकट सामनाका लागि प्रयास गर्ने हो भने कोरोनाको कहर नेपाली विद्यालय शिक्षाको सुधार तथा परिवर्तनका लागि सुनौलो अवसर बन्ने देखिन्छ ।

बाह्रखरीबाट

गोलबजारमा ...

विकासमा जोड दिँदै आएको बताए ।

प्रशिक्षणमा नगरभरीका ५२ जना खेलाडीहरूको सहभागीता रहेको देलकुद प्रशिक्षक कसम लामाले जानकारी दिए ।

कोभिडको...

सहिष्णु हुनुपर्छ । विद्यालयमा पढाउने विश्वविद्यालयको शिक्षाशास्त्र संकायमा स्नातक वा स्नातकोत्तर तह पढेको व्यक्तिलाई योग्य मानिन्छ । भर्खर सम्पन्न शिक्षण अनुमतिपत्रको परीक्षामा

स्नातकोत्तर व्यक्तिहरू नगण्यमात्र उत्तीर्ण भए । करिब ८३ प्रतिशत शिक्षाशास्त्रीहरू शिक्षक लाइसेन्स परीक्षामा फेल हुनुले नेपाली शिक्षा क्षेत्रमा शिक्षक बन्नका लागि गरिने विश्वविद्यालयीय अध्ययनको गुणस्तरका बारेमा गम्भीर प्रश्न उठेको छ । विश्वविद्यालयका शिक्षा अधिकारीहरू पढाइमा कमजोर र अरु विषय पढ्न नसक्ने व्यक्तिमात्र शिक्षाशास्त्रको अध्ययन गर्न आउने भएकाले उत्पादन पनि गुणस्तरहीन हुँदै गएको भन्ने अनुत्तरदायी उत्तर दिएर पन्छिन खोजेका छन् भने यस्ता अयोग्य व्यक्तिले

कसरी भविष्यका कर्णधारलाई योग्य बनाउन सक्लान् भन्ने चिन्ता अभिभावकहरूले गर्न थालेका छन् ।

विश्वविद्यालय तहमा शिक्षाशास्त्रको अध्ययन के पढाउने भन्दा कसरी पढाउने भन्ने विषयमा मात्र केन्द्रित हुनुको नतिजा यस्तो भएको टान्छन् सम्बन्धित सरोकारवाला । शिक्षककै गुणस्तरमा प्रश्न उठेपछि हालै शिक्षामन्त्रीले विश्वविद्यालयका पदाधिकारीसँग छलफल गर्दै प्राज्ञिक र र पेसागत डिग्रीलाई छुट्याउनु पर्नेमा जोड दिएका छन् । व्यवहारमा प्रयोग गर्न

नसकिने परिचयहरूले विकसित गरेका शिक्षण सिकाइ सिद्धान्तहरूको रटानबाटै स्नातकोत्तर उत्तीर्ण हुन सक्ने अवस्था तथा त्यस्तै अव्यावहारिक प्रयोगात्मक परीक्षाहरू शिक्षा शास्त्रभित्र फैलिएका विकृति हुन् भन्ने गरिन्छ । जे पढाइन्छ त्यो लागू गरिन्छ र आफ्नै गतिविधि पढाउँदै आएका सिद्धान्तका विपरीत भएको अवस्थामा शिक्षाशास्त्रको अध्ययनलाई शिक्षक उत्पादन गर्ने 'म्याद नाघेको कारखाना' भन्ने आक्षेपसमेत लगाइने गरेको छ । यस अवस्थामा शिक्षाशास्त्रको

पठनपाठन शैली र पद्धतिमा तुरुन्तै परिमार्जन ल्याउनु आवश्यक छ ।

अन्य राष्ट्रमा प्राज्ञिक शैक्षिक तह पूरा गरिसकेपछि मात्रै शिक्षण विशेषज्ञता हासिल गर्न शिक्षासम्बन्धी कार्यक्रममा सहभागी हुन पाइन्छ । यसले शिक्षाशास्त्रको महत्त्व र महिमा रहेको छ तर नेपालमा कमजोर विद्यार्थी, अव्यावहारिक कुरा घोकेकै भरमा शिक्षाशास्त्री बन्ने भएकाले शिक्षकको समय समयमा हुने परीक्षाको परिणाम कहालीलाग्दो देखिँदै आएको हो । यसलाई सुधार गर्न

गाउँपालिकावासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

- गाउँपालिकालाई बुझाउनु पर्ने घर, जग्गा, मालपोत दस्तुर, व्यवसाय कर आदि समयमा नै बुझाऔं ।
- घटना घटेको ३५ दिनभित्र व्यक्तिगत घटना दर्ता गरौं ।
- सार्वजनिक जग्गा र सम्पत्ति संरक्षणमा गाउँपालिकालाई सहयोग गरौं ।
- आफ्नो घर-आँगनबाट उत्पन्न फोहरलाई व्यवस्थित गरौं ।
- इजाजत पत्र लिएर मात्र व्यापार व्यवसायी गरौं तथा उपभोक्ता आचारसंहिता पालना गरौं ।
- बालबालिकालाई काममा हैन विद्यालय पठाऔं ।
- विकास निर्माण कार्यक्रममा जनसहभागिता जुटाऔं ।
- कृषिको व्यावसायीकरण गरौं । खाद्य सम्पन्न र आत्मनिर्भर गाउँपालिका निर्माणमा सहभागी बनेौं ।
- किसानलाई सम्मान गरौं । जैविक विविधतामा आधारित पर्यावरणीय कृषि पेशा अवलम्बन गरौं ।

 बरियारपट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा	 अर्नमा गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
 नवराजपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा	 भगवानपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
 लक्ष्मीपुर पतारी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा	 औरही गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा
 सखुवानन्कारकट्टी गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा	 नरहा गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा