हरेक खबर, विशेष खबर

जि.प्र.का.सि.द.नं. ११७/०७६/०७७

राष्ट्रिय दैनिक

लहानपोस्ट
LAHANPOST DAILY

वर्ष : ०१ अंक : १६२ पृष्ठ : ४ २०७७ पुस २९ गते बुधबार (Wednesday 13 January 2021) www.lahanpost.com मूल्य रु. ५।-

FOLLOW US facebook: lahanpost YouTube : lahanpost twitter : lahanpost instragram : lahanpost

मो. ९८०५९६१००६
जे.डी.
स्टेशनरी एण्ड स्पोर्टस सेन्टर
लहान-६

यहाँ पुस्तक, स्टेशनरी, स्पोर्टका समानहरु अर्डर अनुसार पाईन्छ ।

महिला सक्रियताले गाउँमा ल्यायो परिवर्तन

सामुहिक खेतीमा रमाउँदै नैनपुरका महिला

सिरहा । चुलोचौका पछि घरमा त्यसै दिन बिताउने गरेकी सिरहा धनगढीमाई नगरपालिका-११ नैनपुरकी महिलाहरूलाई अहिले सामूहिकरूपमा बंगुर, माछापालनसँगै तरकारी खेती स्याहार्न भ्याई नभ्याई छ ।

हरियाली आमा बचत समूह गठन गरी सामूहिक कृषिकर्ममा सक्रिय भएपछि अहिले उनीहरू बेफुर्सर्दिला बनेका हुन । नैनपुरका १६ महिला समूहमा आबद्ध भएपछि उनीहरू आयआर्जनका लागि कृषिकर्ममा सक्रिय भएका हुन । लहानस्थित दलित जनकल्याण युवा क्लबले आर्थिक सहयोग उपलब्ध गराएपछि समूहमा आबद्ध भई कृषिकर्ममा सक्रिय भएका हुन ।

क्लबले सामूहिक कृषिकर्मका लागि १ लाख ५५ हजार रूपैयाँ आर्थिक सहयोग जुटाईदिएपछि चुलोचौकापछि

बाँकी ३ पेजमा

सञ्चार क्षेत्रका समस्या समाधानका लागि माग

सञ्चार तथा सूचना प्रविधिमन्त्री पार्वत गुरूङलाई नेपाल पत्रकार महासंघ काठमाडौँले श्रमजीवी पत्रकार तथा सञ्चार क्षेत्रका समस्या समाधानका लागि मंगलबार १६ बुँदे माग राखेर ध्यानाकर्षण गराएको छ ।

शाखाका अध्यक्ष शन्तराम बिंडारीको नेतृत्वमा पत्रकारले सिंहदरबारमा मन्त्री गुरूङलाई भेटी कोभिडपछि पत्रकारिता क्षेत्रमा आएको चुनौती, ससाना लगानीमा सञ्चालित सञ्चारमाध्यमलाई संरक्षण,

बाँकी ३ पेजमा

बगैंचा सहितको जग्गा बिक्रीमा

लहान नगरपालिका वडा नम्बर २४ को रोडसँग जोडिएको जम्मा जग्गा २ बिघा २ कठ्ठामा भएको १३५ वटा आँपको रुख, ७ फिट भन्दा अग्लो टिक, गम्हारीको ३५ वटा रुखसहित जग्गा बिक्रीमा छ ।

सम्पर्क नम्बर : ०३३-५६०२१९
मोबाइल नम्बर : ९८४२८२७२४७, ९८४२८२४९७०

जनता आवास : घर निर्माणको जिम्मा ठेकेदारलाई !

गोलबजार । दलित विपन्न परिवारका लागि जनता आवासको घर निर्माण उपभोक्ता समिति मार्फत गर्नुपर्ने भएपनि ठेकेदारलाई काम गर्न जिम्मा दिइएपछि निमार्ण कार्यमा अनियमितता भइरहेको लाभग्राहीले गुनासो गरेका छन् ।

जनता अवास उपभोक्ता समिति कार्यविधि अनुसार लाभग्राहीलाई उपभोक्ता समिति गठन गरी भवन निर्माण गर्न जिम्मा दिने भनिएपनि उपभोक्ता

बाँकी ३ पेजमा

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी लहान उपशाखा लहान, सिरहाले उपशाखा सभाको बार्षिक साधारण सभाको लागी आबद्ध यशस्कर, बिशिष्ट तथा आजिवन सदस्यहरुलाई अनुरोध छ कि निम्न मिति, समय र स्थानमा सहभागी भई कार्यक्रम सफल पार्न हुन सम्बन्धित सबैमा हार्दिक अनुरोध छ ।

तपसिल
मिति : २०७७ पौष २९ गते वुधबार
समय : दिउँसो १२:३० बजे देखि
स्थान : उपशाखाको सभाहल (लहान अस्पताल कम्पाउण्ड भित्र)

आयोजक
ने.रे.सो. लहान
उपशाखा लहान, सिरहा

फ्रेन्डस मोडेल हस्पिटल, लहान-४
(शिव मन्दिरको उत्तरपट्टि रघुनाथपुर)

हाम्रो सेवाहरू
NICU सहितको प्रसुति सेवा
२४ औं घण्टा इमरजेन्सी सेवा

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

सम्पादकीय

बढ्दो चिसोसँगै मानव स्वास्थ्यको ख्याल राखौं

सोमबारबाट एक्कासी शीतलहरसँगै तराई–मधेसमा चिसो सिरेठो चल्न थालेको छ । दुई दिनयता बढेको शीतलहरले जनजीवन कष्टकर बनाएको छ । बिहानैदेखि चल्ने चिसो हावा र बाक्लो हुस्सुले दैनिक ज्यालादारी गर्नेदेखि बालबालिका र ज्येष्ठ नागरिकलाई समस्या भएको छ । विद्यालयहरूमा समेत बालबालिका चिसोमा कठ्याङ्ग्रिएर पढ्नबाध्य भएका छन् । अधिकांश ग्रामीण तथा दलित बस्तीमा चिसोको प्रभाव बढी देखिएको छ । अझ जनता आवास कार्यक्रमका भवनहरूको निर्माण अधुरो रहेकाले त्यस्ता विपन्न बस्तीमा शीतलहरको झनै बढी प्रभाव देखिएको छ ।

तराई वा मधेस हाम्रो देशको मैदानी भाग हो । यहाँ धेरैजसो गर्मी हुन्छ । गर्मी महिनामा यहाँको तापक्रम ४० डिग्री सेल्सियसभन्दा बढी पुग्छ । गर्मीमा लू लागेर धेरै मान्छेको निधन हुन्छ तर हिउँदमा कठाग्रिने जाडो हुन्छ । चिसोले बरु हिमाली क्षेत्रमा मान्छे मरेको सुनिँदैन तराईमा धेरै मान्छे मर्ने गरेका छन् । देहाततिरका विपन्न मानिसहरू घुर तापेको भरमा चिसो समय कटाउने गर्छन् । तिनीहरूसँग पर्याप्त लाउने लुगा र ओढ्ने ओछ्याउने नहुनाले चिसाका कारण तिनीहरू नै मृत्युका मुखमा पर्ने गरेका छन् ।

केही दिनबाट चिसोको प्रभाव बढिरहेको छ र यो क्रम जारी छ । चिसो झन्झन् बढिरहेको अवस्थामा यसले मानव स्वास्थ्यलाई नकारात्मक असर पार्ने कुरा निर्विवाद हो । मौसमविद्हरूले मौसम चिसिने क्रम केही दिन रहने बताएका छन् । चिसोका समयमा श्वासप्रश्वास, निमोनिया, बाथजस्ता रोगले बढी चाप्ने गर्छ । यस्ता दीर्घ रोगीलाई चिसोबाट बचाउनु सबैको दायित्व हो । श्वास नली खुम्चिने हुनाले दमका रोगीलाई चिसामा बढी गाह्रो हुन्छ । चिसोले रक्तसञ्चारमा बढी असर गर्ने हुनाले मुटुमा जाने रक्तनली साँघुरा बनाउने र रगत जमाउने गर्नाले समस्या पैदा हुन्छ ।

यस्तो बेलामा ज्येष्ठ नागरिक र बालबालिकाको संरक्षणमा विशेष ध्यान दिनु र निगरानी पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ । बुढाबुढीका लागि चिसो अभिशाप हो । तिनको संरक्षण परिवारजनको अर्को विशेष जिम्मेवारीमा पर्न जान्छ । मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले चिसोबाट बच्न अनुरोध गरेकोबाट पनि मौसमको प्रतिकूलताको अनुमान गर्न सकिन्छ । तसर्थ शीतलहरबाट प्रभावित भएकाहरूका लागि जोगाउन प्रशासन, प्रदेश लगायत स्थानीय तहले कम्बल तथा न्यानो कपडाहरू व्यवस्थापनदेखि आगो बाल्ने प्रबन्ध मिलाउन र अन्य उपाय अवलम्बन गर्न आवश्यक छ ।

टेढो मैदानको बाङ्गो चक्रव्यूह

भागवत खनाल

राजनीति नीतिमा सीमित हुँदासम्म मात्र नैतिकवान् हुन्छ । दुःख र पीडाले ग्रस्त भएका बखत राजनीतिक दुःखीहरूबीच सम्झौता हुन्छन् । किन्तु राजनीति र युद्धमा गरिने प्रत्येक सम्झौताहरूमा कपट लुकेको हुन्छ ।

दुई नेकपालाई दुःख थियो । नेकपालाई भन्दा नेकपा हाँक्ने चालकहरूलाई दुःख थियो । आपसमा नमिले तेस्रोले लैजाने सुनिश्चित । रातारात सन्धिमा हस्ताक्षर भयो । न कुनै छलफल, न बहस र न त कुनै मन्थन । नाम परिवर्तन हुँदैमा नियत परिवर्तन हुने कुरा भएन । त्यो सम्झौता तोड्न गरिएको थियो, तोडियो ।

राजनीति जब राजकाजमा रुपान्तरण हुन्छ, जब सम्झौता गर्ने एक पक्ष शक्तिमा र अर्को पक्ष पाखामा पछारिन्छ अनि सुरु हुन्छ दम्भ, अभिमान, दाउपेच र रोदन । यस अवस्थामा सम्झौता फगत एक सम्झौटोमा परिणत हुन्छ, एक दुरभिसन्धि । भनिन्छ, युद्धरत अवस्थामा गरिने सन्धि र सत्तामोहले गरिने सम्झौताभित्र झगडाको बीज अदृश्य रुपमा लुकेर बसेको हुन्छ । सन्धि सम्झौताबारे थाहा पाउने तेस्रो पक्ष अक्षर हेरेर धन्य हुन्छ । अक्षर लेख्ने पक्षले मात्र मसीमा मिसिएको कपटको बीज देखेको हुन्छ ।

भीमसेन थापाको पतनसँगै हिन्दुस्तान पसेका माथवरसिंह थापालाई राजा राजेन्द्र र रानी राज्यलक्ष्मीले प्रधानमन्त्री खान आ भनेर बोलाए । माथवरले लिखित प्रत्याभूति मागे । दश पानाको प्रतिज्ञापत्र पठाए राजाले । तेरो कहिल्यै हत्या हुने छैन भनी अभयको जन्तर प्रदान गरे । अनेक विरूदावलीले विभूषित गरे । नांगो तरबार भिरेर दरबार जाने स्वीकृति प्राप्त भयो ।

तर तीनैजनाको मनमा आआफ्नो कपटी दाउ थियो । राजा चाहन्थे माथवरले यो झगडालु रानीलाई ठेगानमा राखोस्, रानी चाहन्थिन् शक्तिशाली माथवरले युवराज सुरेन्द्रलाई पाखा पारेर आफ्नो छोरो रणेन्द्रलाई राजा तुल्याओस्, माथवरको भित्री इरादा थियो थापा खलकलाई सिध्याउने आफ्नै साक्खै मावली पाण्डे खलकको सर्वनाश ।

धीर शमशेरका छोराहरु मिलेर काका श्री ३ महाराज रणोद्दीप सिंहलाई मारे । वीर शमशेर श्री ३ भए । काकालाई गोली हानेर ठहरै पार्ने वीरकै भाइ खड्ग शमशेर थिए । खड्गलाई आशा थियो अब नेपाल दरबारको अजेय हिरो हुन पाइन्छ । परन्तु वीर शमशेरले यसो विचार गरे, पैसा, शक्ति र सत्ताका लागि काका मार्नेले दाजुभाइलाई राख्ला ? खड्ग शमशेर निकालबास गरेर ठाडा धपाइए ।

'ठाडा' नेपाली राजकाजको एउटा बिम्ब हो । आफ्ना स्ववंशी बन्धुबान्धवलाई त राजकाज रूपी दम्भ र आशंकाले ठाडा पुऱ्याउँछ भने वर्तमान बन्धुहरूको त गोरु बेचेको साइनो पनि छैन । आपसमा माया, दया र करूणा राखेर कठै भन्नुपर्ने कुनै प्रयोजन छैन र यो परिघटनामा आश्चर्य मान्नुपर्ने पनि केही छैन । प्रयत्न अनेकले गरे बाजी कसैले माऱ्यो । सक्नेले हाऱ्यो, नसक्ने ठाडा पुग्यो । आधा घण्टा बिम्बात्मक ठाडाको चिसोमा थ्याच्च बसेर 'हामी यहाँ छौँ' भन्दै जनता पुकारे तापनि उहाँहरूका निवासमा न्यानो समृद्धि छ । नेपाली जनता त सदाकाल ठाडाको चिसोमा जीवन बिताउन अभिशप्त छन् । यो अभिशापका कारकतत्वहरू अरु कोही नभई पालैपालो उहाँहरु नै हो । तथापि विगतमा हिंसात्मक प्रतिरोधमा विश्वास गर्दै आएका नेता सडकमा सत्याग्रह गर्न जानुलाई सकारात्मक रुपमा लिनुपर्छ ।

यहाँ एउटा व्यक्तिलाई दोष दिनुको कुनै अर्थ छैन । उहाँहरूका शब्द फरक छन्, शैली फरक छ, शीलस्वभाव र लफ्फाजीमा भिन्नता छ तर प्रवृत्ति सदाकाल एउटै हो । अहिले पाँचजना लोकतान्त्रिक गणतन्त्रे पूर्व प्रधानमन्त्रीहरु सडकमा छन् । एकजना जब्बर र जोदाहा प्रधानमन्त्रीको हातमा राज्यलक्ष्मी छन् । उनको एक्लो भोगले अन्यलाई औडाहा भएको छ । विगतमा मिलीजुली सरकार बनाएर मिलीजुली शासन गर्ने बानी परेका महोदयहरूलाई एक दलको एक गुटीय वर्चस्वले सकस भएको छ । यहाँ मानिसहरु भन्छन्, सत्तारूढ दलका सरकार बाहिरका शीर्षस्थ नेताहरु भाग नपाएर सन्केका हुन् । प्रमुख प्रतिपक्षको नेताले त भाग माग्ने र ससानो बिलो फुत्काउने गरेको भनी आरोप लाग्ने गरेको देशमा सत्तारूढ दलकै नेताहरु भाग नपाएर दुःखी हुनु कुन ठूलो कुरा भयो ।

फेरि कुरा मिल्यो र आपसमा प्रेम जागेर हृदय द्रवीभूत भयो भने ठाडा हुत्तिएका खड्ग शमशेरको दिन आउन सक्छ । वीरको हृदयमा करूणा जाग्दा खड्ग पाल्पाको तैनातवाला बनेर शानले प्रादेशिक शासक हुने पाएका थिए । आधुनिक खड्गको मन पग्ल्यो, हेप्न छाडे र 'प्रिय कमरेड' सम्बोधन गर्दै सरसल्लाह गर्न राजी भए भने मात्र पनि उनीहरुबीच अर्को सन्धि हुनेछ । तर वर्तमान प्रधानमन्त्री त्यति सस्तैमा प्रिय कमरेड भन्न तयार हुनुहोला ?

असम्भवलाई सम्भव बनाउन र निन्दा एवं उपहासलाई स्तुतिगानमा रुपान्तर गर्न नेपाली राजनीति माहिर छ । अब कदाचित् प्रतिनिधि सभा बहाल भयो भने नाटकको रोचक अंक देख्न पाइने छ । पर्दाभित्र हुने खेलका भद्दा रुप पर्दाबाहिर झनै ठूला तमासा भएर प्रकट हुनेछन् । चुनाव हुने गरी राष्ट्रपतिको घोषणा सदर भयो भने नयाँ किसिमका गालीगलौज र छारो उडाउने शृंखला सुरू हुनेछ । कुन नेताले कोसँग जुगलबन्दी गर्ने हो अनुमान गर्न कठिन छ । टेढो मैदानका अनावृत खेलाडीहरुलाई आफैले निर्माण गरेको घातक चक्रव्यूह नै प्यारो छ । उनीहरूलाई कहिल्यै पश्चाताप हुने छैन । यो स्वनिर्मित व्यूहको शब्दकोशमा पश्चाताप र महसुस भन्ने शब्द नै राखिएको छैन ।

आवतजावत र आयाराम गयारामको जात्रा निर्वाचनको टिकट वितरणको समयमा सबै दलले खुला रुपमा देखाउने छन् । परन्तु घोषित मितिमा चुनाव हुन कठिन छ । लाग्दो जेठसम्म चुनाव हुन सकेन भने ठूलो संवैधानिक संकट उत्पन्न हुने छ । कतिपय मानिसहरु यो निर्वाचनको घोषणा निर्वाचन नगर्ने अभिप्रायले गरिएको हो भनेर आशंका समेत गर्दैछन् । सम्मानित राष्ट्राध्यक्षबाट भएको घोषणाप्रति यति ठूलो सन्देह पैदा हुनु र हुने वातावरण सृजना हुनु दुर्भाग्यपूर्ण हो ।

वर्तमान राजनीतिक मैदानका खेलाडीले स्वदेशी रेफ्रीलाई पत्याउँदैनन् भन्ने जगजाहेर छ । कुनै पराई देशको रेफ्री आएर घाँटी जोडाइदियो भने केही समयका लागि कुरो मिल्छ । पराईलाई बडो आनन्द दिने आज्ञाकारी नेता छन् नेपालमा ।

यहाँ चप्पले नेताहरु सुटेट बुटेड भएर महलमा बस्न थाले भन्ने चिन्ता र चासो व्यापक छ । सधैँभरि हात्तीछाप चप्पल पड्काउन कसले राजनीति गर्छ यहाँ ? चप्पल लगाएर टेम्पो चढ्ने नेता पनि छन्, इमान जमानको बिम्बको रुपमा परिचित । उनीहरूको गुणगान गर्ने 'फ्यान' पनि प्रशस्त छन् । तर उनीहरु यहीँ काठमाडौँबाट चुनाव लडे भने जमानत जफत हुन्छ ।

विगतमा भन्ने गरिन्थ्यो – यथा राजा तथा प्रजा । राजाका प्रजा हुने जमानामा जस्ता राजा त्यस्तै प्रजा भन्नु उचितै थियो । अहिले जनताले पठाएका नेता र तिनै नेताले छानेका चतुरेहरूको राइँदलो चल्ने हुँदा यथा जनता तथा नेताको जमाना हो । जनता जस्ता छन् नेता पनि त्यस्तै छन् यहाँ । यहाँ आफ्नो औकातले भ्याएसम्म सबैले रोज्ने भनेको कुबाटो नै हो । अहिले कुबाटो नै बाटोमा रुपान्तर भएको हुँदा ठूलो आशा गर्ने पर्दैन । कुनै पनि औकात नहुने त यी सारा गोरखधन्दाबाट टाढा अरण्यरोदन गरिरहेका छन् ।

औकातवालालाई थाहा छ बाकस थाप्दाका दिन ती अकिञ्चन, परित्यक्त र सीमान्तकृत नागरिक पनि लहरै लाइन लाग्न आउनेछन् र अहिले परिदृश्यमा रहेकै नेताका दललाई मतदान गर्नेछन् ।

जनता र देशको मुहार बदल्ने काम राजनीतिक

बाँकी ४ पेजमा

आजको राशिफल

हाम्रो पात्रोबाट साभार

मेष :- लाभ, हानी, आय, व्यय, सुख, दुख वरावरी खालको समय छ । सद्विचारले अभिप्रेरित हुनेहरूलाई बिस्तारै लाभ मिल्नेछ । ज्ञानमा वृद्धि हुनेछ ।

वृष :- अनावश्यक ठाउँमा धन खर्च हुनेछ । नजिकका व्यक्तिबाट कार्यमा वाधा आइपर्ला । लगानी गर्नु उपलब्धीमूलक नहोला ।

मिथुन:- आज अनुहारमा कान्ति र मनमा शान्ति छाउने छ । गरेका कामबाट राम्रै लाभ हुनेछ । धर्म,कर्ममा मन लाग्नेछ । प्रेम सम्बन्ध कसिलो हुनेछ ।

कर्कट :- आज विपरित वर्गबाट विशेष सहयोग मिल्नेछ । जोश जाँगर र हिम्मत वढ्नेछ । बिनाप्रतिस्पर्धा फाइदा हुने योग छ । ताकेको कार्य पुरा होला ।

सिंह:- आज वैदेशिक कार्य अघी बढ्नेछ । रोकिएका काम पुनः सुरू हुन सक्छन् । जोश,जाँगर र उमङ्ग बढ्नेछ । शुभकार्यको चर्चा पनि चल्नेछ ।

कन्या :- सामाजिक,धार्मिक कार्यमा रूचि बढ्नेछ । अरूलाई प्रभावित पारेर काम बन्नेछ । श्रमको उचित मुल्यांकन हुनेछ । मिष्ठान्न भोजनको अवसर मिल्नेछ ।

तुला :- आज सहयोग गर्ने भन्दा आश्वासन बाढ्नेहरू धेरै भेटिनेछन् । आजको दिन भाग्यशाली भएर देखा पर्नेछ । वैदेशिक कार्य पनि अघि बढ्नेछ ।

वृश्चिक :- आज नयाँ कामको थालनी हुनेछ । राजनैतिक कार्यमा सफलता मिल्नेछ । जोश जाँगर र हिम्मत बढ्नेछ । बन्धु बान्धवबाट सहयोग मिल्नेछ ।

धनु :- नयाँ कार्य वा रोजगारको अवसर मिल्नेछ । नयाँ कामको थालनी होला । मान प्रतिष्ठामा बृद्धि होला । आफन्तको प्रगतिमा मन रमाउनेछ ।

मकर:- अनावश्यक ठाउँमा धन खर्च हुनेछ । निर्णय कार्यान्वयन हुन सक्दैनन् । मनमा दुविधा उत्पन्न हुनेछ । मतिभ्रष्ट हुने समय छ, सचेत रहनु होला ।

कुम्भ:- अनुहारमा कान्ति र मनमा शान्ति छाउनेछ । नयाँ कार्यको योजना बन्नेछ । प्रेमीको सहयोग पाईनेछ । नजिकको मित्रसँग भेटघाट हुनेछ ।

मिन :- आँटेको कार्य पुरा हुने र नयाँ काममा हात हाल्ने समय छ । आदर्श ब्यक्तिको सहकार्यले नयाँ अनुभव पाईनेछ । शुभकार्यको चर्चा पनि चल्नेछ ।

सामुहिक...

घरमा त्यसै दिन बिताउने गरेकी महिलाहरू समूहमा आबद्ध भई सक्रिय भएका हुन । हरियाली आमा बचत समूहकी अध्यक्ष मीना आलेले क्लबले आर्थिक सहयोग जुटाईदिएपछि ५ कठा जग्गा वार्षिक ५ हजार रूपैयाँमा भाडामा लिएर आलु लगायत सामूहिक तरकारी खेती गरेको सुनाईन ।

महिलाहरूले एक कठा जग्गामा पोखरी खनेर माछा पालन गरेका छन् । आधुनिक बंगुर खोर निर्माण गरी बंगुर पालन समेत गरेका छन् । अहिले खोर ५ वटा बंगुर पालेका छन् । अझ ४ कठा थप जग्गा भाडामा लिएर खेती बिस्तार गर्ने सोचमा रहेका समुहका महिलाहरू हातमा सीप नहुदा घरधन्दा र चुलोचौकाको कामपछि अरूबेला त्यसै दिन बिताएकोमा पछुतो मान्छन् ।

नैनपुरका घरलौरी महिलाहरू सामूहिक खेतीमा सक्रिय भएको समूहकी अध्यक्ष आलेले सुनाइन । 'क्लबले टोलका समूहमा आबद्ध महिलालाई सीपमूलक तालिम दिएको छ' उनले भनिन् 'समूहका महिलाहरूले सीपमूलक अटो तालिम समेत लिएका छन्, अटो र खेती सम्बन्धी सीपमूलक तालिम लिएपछि सामूहिक खेती सुरू गर्‍यौं ।'

आलु खेती, माछा र बंगुर स्याहार्न तल्लिन सामुहिक खेतीमा संलग्न उनीहरू सामुहिक खेतीमा अग्रसर भएपछि खेतीगर्न जाूगर बढेको सुनाउूछन् । 'समूहमा मिलेर काम गर्दा सामूहिक भावनाको विकास हूदो रहेछ' बबिता आलेले भनिन् 'समुहमा खटिदा जाूगर पनि बढ्दो रहेछ, आफुले आम्दानी लिन पाउने भएपछि झन बढी काममा खटिन मनलाग्दो रहेछ ।'

समूहमा आबद्ध महिलाहरूले आयआर्जनका लागि सामूहिक खेतीसँगै मासिक बचत समेत गर्न थालेका छन् । जसबाट उनीहरूमा बचत गर्ने बानीको समेत विकास भएको छ । उनीहरूले समुहमा मासिक एक सय १० रूपैयाू अनिवार्य बचत गर्नुपर्ने नियम बनाएका छन् । महिलाहरूले अनिवार्य बचत एक सय, खुत्रुके बचत ५ र हिंसापीडित महिलाहरूको लागि भनेर ५ रूपैयाँ कोषमा मासिक बचत गर्छन ।

समूहकी कोषाध्यक्ष छोटनी चौधरीले मासिक बचत गरेको रकम १७ हजार ७ सय १७ रूपैयाू कोषमा जम्मा भएको सुनाईन । बचत रकम समुहमा आबद्ध महिलालाई गर्जो पर्दा न्युन व्याजदरमा चलाउने गरेको उनले बताइन । बचत रकम समूहमा ६२ हजार रूपैयाँ लगानी गरेका छन् ।

दलित जनकल्याण युवा क्लबका अध्यक्ष उमेश कुमार बिसुन्केले महिलाहरूको सक्रियतासँगै सामूहिक खेती गर्न क्लबले सहयोग गरेको बताए । महिलाहरूको सामूहिक खेतीको अनुगमन गर्न गएका धनगढीमाई नगरपालिकाका उपप्रमुख फूल कुमारी श्रेष्ठले महिलाहरूको सक्रियताबाट आफू खुशी भएको बताउँदै सामूहिक खेतीका लागि प्राविधिक ज्ञानका लागि तालिम लगायत सिँचाइ र बिउविजनमा सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता जनाइन ।

जनता ...

समितिका पदाधिकारीलाई तिमिहरूले कामगर्न सक्दौनौ भन्दैन ठेक्केदार लगाई भवन निमार्णको जिम्मा दिइएपछि अनियमितता भएको गुनासो गरेका हुन । प्रदेश सरकारको भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय अन्तगर्त सहरी विकास तथा भवन निर्माण डिभिजन कार्यालय राजविराजले सिरहा जिल्ला भरिमा करिब ४ सय घर निर्माण थालेको छ । राजस्व छली गर्ने योजना सहित घर निर्माणको लागि उपभोक्ता समिति गठन गरी अधिकांस सहरी विकास कार्यालयकै कर्मचारीको मिलेमत्तोमा ठेकेदारलाई भवन निर्माणको जिम्मा दिइएको पाइएको छ । गोलबजार नगरपालिका-९ डण्डाटोलको मरिक टोलमा ८ घर निर्माणको लागि उपभोक्ता समिति बनाएपनि गोलबजारको संजित निमार्ण सेवाका प्रो. सत्य नारायण नायकलाई घर निर्माणको सम्झौता गरी जिम्मा दिइएको छ ।

सम्झौता पत्रमा योजना अनुसार घर निर्माण कार्य सम्पन्न भएपछि सहरी विकास तथा भवन निर्माण डिभिजन कार्यलय राजविराजले दिएको चेक विना सर्त ठेकेदार कम्पनीलाई दिनुपर्ने उल्लेख गरिएको छ । समयमै काम सम्पन्न गर्न सक्दैनौ भन्दै सहरी विकासकै कर्मचारीले ठकेदार खोजेर ल्याईदिएको समितिका सदस्यहरूले बताएका छन् ।

'हाकीमले तिमीहरु काम कामगर्न कसक्दैनौ भने,हामी पनि यत्रो लगानी गर्नसक्ने अवस्थामा छैनौ,' उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष सकुन्ति मरिकले भने, 'आफैले काम गर्न नसक्ने भएपछि सरहरुले ल्याउनुभएको ठेकेदारलाई सम्झौता गरेरै कामको जिम्मा दिएका हौं ।'

जनता अवास उपभोक्ता समिति कार्यविधि अनुसार लाभग्राहीलाई उपभोक्ता समिति गठन गरी भवन निर्माण गर्न जिम्मा दिनुपर्नेछ । ठेकेदारले र कर्मचारीको मिलेमत्तोमै कमशल निर्माण सामग्री प्रयोग गरेको उपभोक्ताहरूको गुनासो छ । साइड ईन्जिनियर श्रीदेव साहका अनुसार 'समिति आफैले काम गर्नु पर्ने हो, कतिपय अवस्थामा कामको जिम्मा सम्म दिन सकिन्छ, सम्झौता नै गरेर ठेक्का दिन मिल्दैन ।' सहरी विकास तथा भवन निर्माण डिभिजन कार्यालय राजविराजले २ कोठे घर र शौचालयको लागि ३ लाख ३२ हजार पाँच सय रूपैयाँका दरले छुट्याएको छ । गोलबजारको ९ नम्बर वडामा मात्र ८ परिवारको लागि ८ वट घर र शौचालय निर्माण हुदैछ ।

सञ्चार..

उपचार कोष वृद्धि, सरकारी सञ्चारमाध्यममा कार्यरत पत्रकार तथा कर्मचारीलाई स्थायी हुनका लागि लिइने सेवा आयोगका परीक्षामा उमेर हद लगाउन नहुनेलगायत माग गरेका छन् ।

ध्यानाकर्षणपत्र बुझेपछि सरकारका प्रवक्ता गुरूङले पत्रकारिता क्षेत्र मर्यादित तथा व्यवस्थित बनाउन पहल गरिने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दै सञ्चारकर्मीले आचारसंहिता कार्यान्वयन गरी जिम्मेवार बन्न आग्रह गरे । उनले पत्रकार तथा सञ्चार क्षेत्रका समस्या समाधानका लागि आफू लागि पर्ने आश्वासन पनि दिएका छन् ।

अध्यक्ष बिडारीले मन्त्रालयले हालै जिल्लाबाट प्रेस प्रतिनिधि परिचयपत्र, प्रदेशबाट अनलाइन दर्ता तथा म्याद थपको व्यवस्था मिलाएकामा सराहना गर्दै १६ बुँदे माग तत्काल कार्यान्वयन गर्न आग्रह गरे ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरु

वारुण यन्त्र, लहान	०३३-५६३११९
ईलाका प्रहरी कार्यालय, लहान	०३३-५६०१५५
ईलाका प्रशासन कार्यालय, लहान	०३३-५६०२६६
जि.ट्राफिक कार्यालय, लहान	०३३-५६०७३७
लहान नगरपालिकाको कार्यालय	०३३-५६३१३८
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	०३३-५६००१९
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
जिल्ला उद्योग वाणिज्य संघ, सिरहा	०३३-५६३२०५
दु.शा.अतिथि सदन, लहान	०३३-५६०१६९
आँखा अस्पताल, लहान	०३३-५६००८०
जे.एस.मु.ब.क्याम्पस, लहान	०३३-५६०२५२
रक्त संचार केन्द्र, लहान	०३३-५६०९७५
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	०३३-५२००९५
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	९८४२८९०९६५

नगरवासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

शीत-लहरको समयमा चिसोका कारण मानिसको मृत्युसमेत हुन सक्छ त्यसैले :

१. न्यानो कपडाको जोहो समयमैं गरौं । २. शीत-लहरको समयमा घरबाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔं, घरबाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔं । ३. रातको समयमा सिरक, कम्बलजस्ता न्यानो कपडा ओढ्ने गरौं । घरभित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरुपमा छाति तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔं । ४. शीत-लहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने गरौं । ५. चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक तातो झोलयुक्त खाने कुराहरु खाने बानीको विकास गरौं । ६. बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउँदै न्यानो अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाऔं । ७. चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्काले नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्त उपचारको लागि जाने बानीको विकास गरौं । ८. शीत-लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाऔं । गोठ/टहरामैं राखेर पर्याप्त घाँस, पराल र दाना दिने व्यवस्था मिलाऔं । ९. चिसोका कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधी/उपचार गर्न लैजाऔं । १०. कोठाभित्र आगो बाली तातो पार्दा पर्याप्त भेण्टिलेसनको व्यवस्था मिलाउन नभुलौं ।

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

टेढो मैदानको...

नेताको हो । तर वर्तमान राजनीतिक दलमा कुण्डली जमाएर बसेका वृद्ध पितामहरूबाट कुनै आशा छैन । कब्जा जमाएर बसेका पितामहहरूमाथि हस्तक्षेप गरेर नेतृत्व ग्रहण गर्न सक्ने हैसियत राख्ने युवा नेता पनि टाढासम्म देख्न पाइएको छैन । भरोसा गरिएका युवा नेताहरु आफै पितामह हुने चरणमा प्रवेश गरिसके ।

सडक र सामाजिक सञ्जालमा देखा पर्ने युवकहरूमा पनि आफू नेता बन्नेभन्दा कसैलाई बोकी ल्याएर ताजपोसी गर्नेमा ध्यान छ ।

हामीहरु पुराण, रामायण, महाभारत र इतिहास आदि ग्रन्थमा राजाका प्रताप र प्रभावबारे पढेर दङ्ग पर्छौं । राजाको व्यक्तित्व, दानशीलता र करूणा देखेर हाम्रो हृदय द्रवित हुन्छ । राजाको प्राङ्गणमा चारण र मगन्तेहरूको भीड लागेको, राजाले सबका सबलाई गाई, वस्त्र र खानेकुरा दान गरेर तृप्त पारेको कथा पढेर यस्ता पो राजा भनेर प्रशंसा गर्ने समाजमा हुर्केका हामी । त्यस्ता प्रजाप्रेमी राजाको राज्यमा मागेर र चाकरी गरेर खान अभिशप्त मानिस किन थिए ? हामी त्यतातर्फ सोच्ने चेष्टा नै गर्दैनौ । जनक जस्तो ज्ञानी र नीतिवान् राजाले असंख्य दासीहरु राजा दशरथलाई दाइजो दिएको कथाले तत्कालको शोषण, उत्पीडन र विभेदको परिचय दिन्छ ।

तथापि हामीले सानै उमेरदेखि सुन्दै आएका आदर्श यिनै हुन् । हामी कम्युनिस्ट त बन्दछौँ तर हामीले घृणा गर्ने गरेको कथित सामन्तको जीवनशैली हाम्रो अचेतनमा आदर्श भएर बस्छ । क्रान्ति र जनयुद्धको बेलामा हामी बडे बडे महल, मोटर र मलहरूलाई देखाएर अनुयायीलाई सम्बोधन गर्दै भाषण गर्‍यौं, ऊ त्यो अब हाम्रो कब्जामा आउनेछ, हामी ऊ त्यो महलमा बस्न पाउने समय टाढा छैन । जब क्रान्ति सकियो, केहीका सपना मात्र साकार भए । जुलुसमा ताली पिट्नेहरु जिल्ल परे ।

राजतन्त्र त फालियो, तर राजा जस्तो हुन मन लाग्ने ग्रन्थी फालिएन । जनता आफूले चुनेको नेता आफू जस्तो देख्न चाहन्छन् । तर नेताको मनमा राजा बसेको छ, एक आलिशान जीवनशैली, राजसी शान ! जब अवसर मिल्छ, बचपनदेखि लुकेर बसेको वैभवको अमिट चाहनाले मूर्त रूप लिन्छ । किन्तु जनताले आफू जस्तै नेताको असीम प्रशंसा गरे पनि चुनावको बखत उसको चुनाव चिन्ह नै चिन्दैनन् ।

राजकीय शक्तिका प्रमुख पदहरूमा विराजमान व्यक्तिका यिनै ठस्सा, आडम्बर र अहंकार देखेर हो बरू राजा ठीक भन्ने आवाज सुन्न थालिएको । कसैलाई पनि आफूसमानको मानिस राजा जस्तो भएको देख्दा रिस उठ्नु स्वाभाविकै हो । राजा होस त नचिनेको रहस्यमय व्यक्ति होस् । आफूले मतदान गरेर मञ्चमा लगेर राखेको मनुष्य र मानुषीको राजसी रवाफ देख्दा झोँक चल्नु उचित हो । नत्र जनताको नासो वंशाणुगत राष्ट्राध्यक्षलाई सुम्पेर देशको राष्ट्राध्यक्ष हुने अवसरबाट आफ्नै सन्ततीलाई वञ्चित गर्न कोही किन तयार हुन्थ्यो ? तत्कालीन विचारक थोमस पेनले भनेका थिए, 'राजाको साथमा सुरूमा तरबार हुन्छ । त्यही तरबार कालान्तरमा गएर दैवी शक्तिले युक्त राजदण्डमा परिणत हुन्छ ।'

हाम्रो संविधान सभामा असंख्य सदस्य थिए । विभिन्न बुँदामा जनमत संकलन पनि गरियो । परन्तु सदनमा कुनै छलफल सम्म नगराई केही व्यक्तिहरूको कोठे निर्णयबाट संविधान जारी भयो । संविधान जारी गर्ने बखतमा त्यस समयका नेताहरूले एक अर्काको अनुहार हेरे । सबैलाई लाग्यो यदि यसले प्रधानमन्त्री पद पायो भने अकालमै प्रतिनिधि सभाको अवसान गराउने छ । अनि सबैको सहमतिमा बहुमत प्राप्त या बहुमत प्राप्त गर्न सक्ने सम्भावना भएको प्रधानमन्त्रीले कुनै हालतमा प्रतिनिधि सभा विघटनको सिफारिस गर्न नसक्ने व्यवस्था गरे । यो अचम्मको व्यवस्थालाई नेपाली संसदीय प्रणालीको अनुपम प्रावधानको रूपमा व्याख्या गरियो र अरु देशले यसको अनुसरण गर्ने आशा समेत गरियो । तर जब प्रतिनिधि सभा विघटनको सिफारिस भयो, राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय संसदीय परम्पराको दुहाई दिने काम भयो ।

हामी नेपाली जनतालाई सबैभन्दा मन पर्ने विषय परिहास हो । हामीले तीस वर्ष अघिदेखि राजनीतिक परिदृश्यमा रहेका नेताहरूबाट केही हुने वाला छैन भन्ने बुझिसकेका छौँ । तर विडम्बना ! अर्को उपाय पनि छैन । यस अवस्थामा नेपाली जनताले गम्भीर रूपमा भनिने कुरा समेत पत्याउन छाडेका छन् । जब गम्भीर तरिकाले भनिएका कुरा समेत पत्याउन लायक हुँदैनन् भने किन परिहासमय उपहास नगर्ने ? कमसेकम रमाइलो हुन्छ, ताली पड्काइन्छन् र सिट्ठी त बज्दछन् । यहाँ त यस्तो अवस्था आइसक्यो, यदि अर्धनग्न हुनु छ भने राजनीतिमा जाऊ, पूर्ण नग्न हुनु छ भने सरकारमा जाऊ, नारा लाउनु र पुत्ला पोल्नु छ भने कार्यकर्ता बन । लाग्दछ, रोजगारी दियो भने भीडमा जम्मा हुने युवाहरु काममा जान्छन् भन्ने राम्ररी बुझेका राजनीतिक नेताहरूमा रोजगारी सृजना नगर्नेमा सर्वसम्मत एकता छ ।

नेपालले एउटा प्रयोग गर्न बाँकी छ । यहाँ प्रत्यक्ष कार्यकारी राष्ट्रपति या प्रधानमन्त्री पदको व्यवस्था गर्नुपर्ने चर्चा भएको सुनिन्छ । सिद्धान्ततः यो राम्रो उपाय हो । तर हाम्रो बेहोरा हेर्दा यो प्रणाली झन् खतरनाक हुने लक्षण देखियो । स्वार्थपरायण प्रवृत्ति र दम्भ राख्ने प्रधानमन्त्री र राष्ट्रपति र यस्तै ईर्ष्या गर्ने दलीय मित्रहरु हुने हो भने महाभियोग लगाएर ठेगान लगाउने अवस्था आउने छ । संसदमा ह्विप नलाग्ने र संसद् विघटन नहुने त्यस्तो प्रणालीमा एकतर्फ कार्यकारीलाई टिक्न गाह्रो हुनेछ भने अर्कोतर्फ दुई अवधि पद धारण गरेको व्यक्तिले सरकारी र संवैधानिक संस्थामाथि कब्जा जमाएर आजीवन संवैधानिक तानाशाह हुने जोखिम बढ्नेछ । हामीलाई चाहिएको समृद्धि र स्थिरता हो । समृद्धिका लागि प्रणाली होइन प्रवृत्तिमा सुधार हुनु आवश्यक छ । *साभार : प्रशासन अनलाईनबाट*

वन अतिक्रमण नियन्त्रण सम्बन्धमा डिभिजन वन कार्यालय, सिरहा, लहानको अपिल

पूर्ण वा आंशिक रुपमा रुखहरुले ढाकिएको तथा वनले घेरिएको वा वनको छेउछाँउमा रहेको पर्ति वा ऐलानी जग्गा तथा वन भित्र रहेका बाटो, पोखरी, ताल वा खोलानाला र बगर समेत वन क्षेत्रको परिभाषा भित्र पर्दछ । वन क्षेत्रको जग्गा अवैध रुपमा खनजोत गर्नु तथा त्यसमा घर छाप्रो बनाउने कार्य वन अतिक्रमण हो ।

वन अतिक्रमण जघन्य वन अपराध हो । वन अतिक्रमण भित्र निम्न क्रियाकलापहरु पर्छन ।

१. वन क्षेत्रको जग्गा आवाद गर्नको लागि फडानी गर्ने, खन्ने/ जोत्ने कार्य गर्ने ।

२. वन क्षेत्र ओगट्ने हिसाबले वनको जग्गामा साँध सिमाना लगाउने, बारबेर गर्ने ।

३. वन क्षेत्रमा आवद गरी अन्न वा कृषी बाली लगाउने ।

५. अनाधिकृत रुमा वन क्षेत्रमा टावर, विद्युतगृह, मठ मन्दिर, गुम्बा, चिहान वा मसानघाट, निजी तथा सामुदायिक भवन तथा विद्यालयहरु निर्माण गर्ने ।

वन क्षेत्र भित्र यस्ता क्रियाकलापहरु गर्ने गराउनेलाई वन ऐन, २०७६ को दफा ५० को उपदफा (३) बमोजिम दफा ४९ को खण्ड (ख) अन्तर्गतको कसुर गर्नेलाई पाँच वर्षसम्म कैद वा एक लाख रुपैयाँसम्म जरिवाना वा दुवै सजाय गरी त्यस्तो जग्गा राष्ट्रिय वनमा समावेश गरी सो जग्गामा बनाइएको घर वा छाप्रो र प्रयोग भएका मेसिनरी औजार, साधन समेत जफत हुनेछ । त्यस्तो कसुर गर्दा वन पैदावार हटाएको वा नोक्सानी गरेको भए निजलाई सो वापत हुने सजाय समेत हुनेछ ।

वन अपराधमा दण्डीत हुनबाट बचौं। वन अतिक्रमण हुन नदिन आ- आफनो क्षेत्रबाट त्यस्ता क्रियाकलापमा संलग्न हुनेलाई दुरुत्साहित गरौं।

डिभिजन वन कार्यालय, सिरहा, लहान

गाउँपालिकावासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

शीत-लहरको समयमा चिसोका कारण मानिसको मृत्युसमेत हुन सक्छ त्यसैले :

१. न्यानो कपडाको जोहो समयमैं गरौं । २. शीत-लहरको समयमा घरबाहिर खुला स्थानमा धेरै समय नबिताऔँ, घरबाहिर निस्कनु परेमा वा धेरै समय बिताउनु पर्ने भएमा न्यानो कपडा लगाऔँ । ३. रातको समयमा सिरक, कम्बलजस्ता न्यानो कपडा ओढ्ने गरौं । घरभित्र राति सुत्दा शरीरका साथै अनिवार्यरुपमा छाति तथा टाउको ढाक्ने प्रबन्ध मिलाऔँ । ४. शीत-लहर चलेको समयमा आगो तापेर शरीरलाई न्यानो राख्ने गरौं । ५. चिसोको समयमा शरीरलाई चाहिने आवश्यक तातो झोलयुक्त खाने कुराहरु खाने बानीको विकास गरौं । ६. बालबालिका, वृद्धवृद्धा, गर्भवती महिला तथा बिरामीहरुको हेरचाहमा विशेष सतर्कता अपनाउँदै न्यानो अवस्थामा राख्ने व्यवस्था मिलाऔँ । ७. चिसोको कारण बिरामी भएमा तत्कालै नजिकको स्वास्थ्य चौकी वा अस्पतालमा तुरुन्त उपचारको लागि जाने बानीको विकास गरौं । ८. शीत-लहर चलेको बेलामा पाल्तु पशुपंक्षीलाई सकेसम्म खुल्ला स्थानमा चराउन नलैजाऔँ । गोठ/टहरामैं राखेर पर्याप्त घाँस, पराल र दाना दिने व्यवस्था मिलाऔं । ९. चिसोका कारण पशुपंक्षी बिरामी भएमा नजिकैको पशु चिकित्सालयमा तुरुन्तै सम्पर्क गरी औषधी/उपचार गर्न लैजाऔँ । १०. कोठाभित्र आगो बाली तातो पार्दा पर्याप्त भेण्टिलेसनको व्यवस्था मिलाउन नभुलौँ ।

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	**विष्णुपुर गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा**
	नरहा गाउँपालिका कार्यालय, सिरहा

लहानपोस्ट् दैनिकका लागि प्रकाशक : भरत जर्घामगर, सम्पादक : शम्भु कुमार यादव, कानुनी सल्लाहकार : सन्तोष सुवेदी कम्प्यूटर ले-आउट : महेन्द्र प्रसाद चौधरी
कार्यालय :लहान नगरपालिका-१०, सिरहा फोन नं. ०३३५६१९६७, ९८५२८२४९६७, ९८५२८३९३१५ website : www.lahanpost.com , e-mail : lahanpost@gmail.com मुद्रक : न्यू यदुवंशी अफसेट प्रेस, लहान,(सिरहा)