हरेक खबर, विशेष खबर
जि.प्र.का.सि.द.नं. ११७/०७६/०७७
राष्ट्रिय दैनिक
लहानपोस्ट
LAHANPOST DAILY
वर्ष : ०१ अंक : १९७ पृष्ठ : ४ २०७७ फाल्गुन ०५ गते बुधबार (Wednesday 17 February 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 समानहरू अर्डर अनुसार पाईन्छ ।

हानिकारक मूल्य मान्यता विरुद्ध युवा युवती

परम्परागत कु-संस्कृतिलाई चुनौति दिँदै विना दाइजो विवाह

फिरोज शेख

लहान । परम्परागत कु-संस्कृतिलाइ चुनौति दिदै सोमबार सुडी समुदायका युवा युवतीले विना दाइजो विवाह गरेका छन् । एबी मल सिरहा सुपर मार्केट प्रालि गोलबजारका सीइओ पिन्टु राउतले विना दाइजो विवाह गरेका हुन् ।

लहान नगरपालिका-७ का पिन्टु राउत र पोखरा-११ फुलबारीकी निलम साहबीच दाइजो लेनदेन विना विवाह गरेका हुन ्। तराई-मधेसमा विवाह गर्न केटा पक्षले किटान गरी केटी पक्षसँग नगद र जिन्सी दाईजो माग्ने प्रचलन छ । तर बेहुला राउतका बुवा सुरज राउत सुडी र आमा शोभा देवी राउतले छोराका लागि विभिन्न ठाउँबाट दाइजो लिई विवाह गर्न प्रस्ताव आए पनि छोरा बुहारीको खुसीलाई मध्य नजर गर्दै आपसी सल्लाहमा बेहुलीतर्फबाट दिन तयार भएको केहि पनि सम्पत्ती नलिई विवाह गरेका हुन ।

२० जना जन्तीको उपस्तिथिमा पोखराको एक पार्टी प्यालेसमा वैवाहिक कर्म सम्पन्न गरी उनीहरूले बुहारी भित्र्याएका हुन् । केटा पक्षबाट दाइजो नलिने र केटी पक्षले पनि दाइजो नदिने भन्ने समझदारी अनुसार विवाह गरिएको दुवै पक्षले बताए । मुलुक २१ औं शताब्दीमा प्रवेश गरिसक्दा समेत १८ औं शताब्दीका कुसाँस्कृतिक नीति नियम अन्त्य गनुपर्ने संदेश सहित लेनदेन विनाको विवाह गरिएको राउत र साह परिवारको भनाइ छ । दाइजोलाई बेहुलीतर्फबाट बेहुलालाई विवाह गरेर जाँदा दिइएका उपहारका रूपमा अत्यन्त हलुका ढंगले

लिएकोमात्र पाइन्छ । सतहमा त्यस्तो देखिए पनि गहिराइ भने अत्यन्त भयानक र दर्दनाक छ । किनकि दाइजो सामान्यरूपमा उपहारजस्तो बुझिन्छ । उपहार त दिए पनि हुन्छ र नदिए पनि हुन्छ । तर दाइजो त सदियौँदेखि हाम्रो समाजमा एक कुप्रथाका रूपमा जरा गाडेको हानिकारक मूल्य मान्यता हो, त्यसलाई चिर्दै राउत र साह परिवारले उदाहरणीय कार्य गरेको विवाहमा सहभागी काठमाडौं

बाँकी ४ पेजमा

निष्ठापूर्वक पूजा-आराधना गरी सरस्वती पूजा मनाइयो

रोहित कुमार मण्डल

लहान । माघ शुक्ल पञ्चमीका दिन मनाइने 'श्रीपञ्चमी' पर्व मंगलबार धुमधामका साथ विद्याकी अधिष्ठात्री देवी सरस्वतीको निष्ठापूर्वक पूजा-आराधना गरी मनाएका छन् । चन्द्रमाजस्तो गोरो वर्ण भएकी तथा हातमा वीणा र पुस्तक लिएकी विद्याकी देवी सरस्वतीलाई भक्तजनहरूले भारती, शारदा, हंसवाहिनी, जगन्माता, वागीश्वरी, कौमारी, वरदायिनी, बुद्धिदात्री, ब्रह्मचारिणी, चन्द्रघण्टा र भुवनेश्वरीजस्ता नामले पुकारिन्छ ।

विद्या र सिर्जनाकी देवी भएकाले विशेष गरी साहित्यकार, कलाकार, पत्रकार, शिक्षक र विद्यार्थी आ-आफ्ना कला-साधनाका वस्तु कलम, कापी, कुची र वाद्ययन्त्र आदिलाई सरस्वतीका रूपमा पूजा-आराधना गरि सरस्वती पुजा मनाइन्छ । सरस्वतीलाई तान्त्रिकहरूले तन्त्र सिद्धिका लागि तारादेवीका रूपमा मान्छन् । सूर्य उत्तरतिर लागी दिन लामो हुने र वसन्त ऋतु प्रारम्भ हुने विश्वासका साथ यस दिनलाई 'वसन्त पञ्चमी' पनि

बाँकी ४ पेजमा

फेब्रुअरी महिना : आयोडिन महिना
मानसिक फूर्ति शारीरिक शक्ति
आयोडिनयुक्त नुन
February :Iodine Month
नुन थोरै खाऔं तर सही मात्रामा आयोडिन भएको दुई बालबालिकाको चिन्ह भएको प्याकेटको नुन मात्र खाऔं ।
साल्ट ट्रेडिङ्ग कर्पोरेशन लिमिटेड
शाखा कार्यालय, लहान

सूचना ! सूचना !! सूचना !!!
MASSEY FERGUSON
मेसिफर्गुसन ट्र्याक्टरको खरिदमा
रु. १५,०००।- देखि रु.३०,०००।- सम्मको बम्पर छुट ।

यस छुटको समयावधि यही २०७७ माघ १० गते देखि चैत्र १५ गते सम्म भएको हुनाले कृपया सो मौकामा चौका पार्नुहोस् । र, साथै यस छुटको अवधिमा लिने ग्राहक वर्गमा विशेष गिफ्टको व्यवस्था गरिएको छ ।
गिफ्ट किसिम :-
a) Led TV-24"
b) Fridge - 170 Ltr.
c) Leveller

हाम्रो यस फर्म रत्ना ओटो लहान-१, सिरहामा ट्र्याक्टर बिक्रीको लागी केही कर्मचारीको आवश्यकता भएको हुनाले इच्छुक व्यक्तिले सम्पर्क गर्नुहोला ।
सम्पर्क स्थान :- रत्ना ओटो
पडरिया-१, लहान सिरहा
फोन नं. :- ०३३-५६२१३५
मोवाईल :- ९८०११५१४३८

छिटो मनेको WORLDLINK
"Terms and Conditions Apply"

3C 25 Mbps Rs. 1,250
6C Rs. 2,700 Rs. 2,200
SPEEDमा BOOST नगदमा छुट
FREE
Enjoy 100+ HD Channels & 150+ SD Channels FREE with WorldLink
Lahan office: 033-561429, 033-561430 I Mirchaiya: 033550505, I Golbazar: 9801186055, I Kalyanpur: 031-540229

फ्रेन्डस 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

उदयपुरमा समातिएको १२१ केजी गाँजाका मूख्य योजनाकार सिराहाबाट पक्राउ

लहान । उदयपुरमा केहि समय अघि पक्राउ गरिएको १२१ केजी गाँजाका प्रमुख योजनाकारलाई जिल्ला प्रहरी कार्यालय उदयपुरले लहानबाट पक्राउ गरेको छ ।

अनुसन्धानको घेरामा रहेको गाँजा ओसार पसारका मूख्य योजनाकार सिरहा सखुवानन्कारकट्टी गाउँपालिका-२ का 'बिल्टु' भनिने राम अवतारलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको हो ।

केहिदिन अघिमात्रै उदयपुरको कटारीबाट१२१ केजी गाँजा सहित ताप्लीको एक जना पक्राउ परेका थिए । ताप्ली गाउँपालिका-३ घर भइ सिरहा धनगढीमाई नगरपालिका-१० जिरोमाईल बस्ने ४१ बर्षिय सन्त बहादुर मगरलाई बुलेरो सहित प्रहरीले पक्राउ गरेको थियो । स १ च ८०४ नम्बरको बोलेरोमा अदुवाको बोरा भित्र लुकाएर ल्याएको गाँजा सिद्धिचरण राजमार्गअन्तर्गत बेतेनीबाट कटारी तर्फ आउँदै गरेको अवस्थामा पक्राउ परेका थिए ।

प्रहरीले गाँजा, बोलेरो र बोलेरो साहु मगरलाई पक्राउ गरी अनुसन्धान गर्ने क्रममा अवतार मूख्य योजनाकार रहेको खुलेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय उदयपुरका डिएसपी तथा सुचना अधिकारी बेदप्रसाद गौतमले जानकारी दिए ।

डिएसपी गौतमका अनुसार पक्राउ परेका मगरलाई अनुसन्धान गर्ने क्रममा गाँजा ओसार पसारमा राम अवतार प्रमुख योजनाकारको भूमिकामा थिए । अवतारलाई प्रहरीले विशेष सूचनाको आधारमा पक्राउ गर्न सफल भएको हो । उनलाई हाल जिल्ला प्रहरी कार्यालय उदयपुरले अनुसन्धान गरिरहेको छ ।

आयल निगमले फेरि बढायो डिजल, मट्टीतेल र प्ट्रोलको मूल्य

नेपाल आयल निगमले पेट्रोलियम पदार्थमा मंगलबार राती देखि लागू हुने फेरि मूल्य बढाएको छ । भारतीय आयल निगमले मूल्य वृद्धि गरेसँगै नेपाल आयल निगमले मंगलबार राती १२ बजेदेखि लागू हुने गरी डिजल, मट्टीतेल, पेट्रोल र हवाई ईन्धनमा दुई/दुई रुपैयाँको दरले मुल्यवृद्धि गरेको छ ।

निगमले मंगलबार विज्ञप्ति जारी गरी नयाँ मूल्यअनुसार अब पेट्रोल प्रतिलिटर एक सय १४ रूपैयाँ, डिजेल र मट्टितेलको प्रतिलिटर ९७ रूपैयाँ र हवाई ईन्धनको ६७ रुपैयाँ कायम गरिएको छ । निगमले एलपी ग्यासको मूल्य भने यथावत् कायम राखेको छ । एक हप्ताअघि मात्रै निगमले पेट्रोल, डिजल र मट्टीतेल तथा एलपी ग्यासको मूल्यमा प्रति लिटर प्रति सिलिण्डर क्रमशः दुई र २५ रूपैयाँ बढाएको थियो ।

श्री (वसन्त) पंचमी श्री वृद्धिको आयाम, कृषि र पर्यावरण

महेश्वर घिमिरे

१. पृष्ठभूमि

उत्तरी गोलार्धमा शिशिर ऋतुको अन्त्यतिर सनातन धर्मावलम्बीहरुले मनाउने एक प्रमुख सांस्कृतिक पर्वको रुपमा सरस्वती पूजा गरिन्छ । माघ महिनाको शुल्क पक्षके पंचमी तिथिमा मनाइने यस पर्वलाई वसन्त पंचमी (श्री पंचमी) पनि भनिन्छ । विशेषगरी हिन्दु समुदायमा यो पर्व विधिपूर्वक मनाउने गरिन्छ । आजैका दिनबाट साना बालबालिकालाई अक्षरारम्भ पनि गराइन्छ । यो पर्व मनाउन घरघरका साथै प्रायः जसो शैक्षिक संस्थामा पनि पूजा अर्चना गर्ने चलन छ । पूजा गर्ने, पर्व मनाउने तरिकामा कतै केहि परिवर्तन भए पनि सामान्यतः यो पर्व ज्ञान र विज्ञान र विद्याकी देवी सरस्वतीको पूजा अर्चना गरीविद्यावा ज्ञानविज्ञानको वर माग्ने चलन छ । यसरी यो प्रथा निरन्तर चलिरहँदा संस्कृति, रहनसहन, रीतिरिवाजको चिनारी पनि पुस्तान्तरण हुन्छ भने सांस्कृतिक पहिचान जोगिन्छ ।

नगदमा आधारित अर्थतन्त्र विकास नभएको अवस्था र वस्तु विनिमयमा आधारित व्यापार प्रणाली हुँदाको अवस्थामा नेपालको धेरैजसो मध्यपहाडी क्षेत्रमा यो दिनको भाका गरेर लेनदेन व्यवहार पनि टुंग्याउने चलन थियो । तर, अब आएर नगद प्रवाह र यसैमा आधारित आर्थिक अनि व्यापारिक कारोबारको सिलसिला विकास भइसकेको हुँदा यो चलन बिस्तारै हराउँदै गएको देखिन्छ ।

बसन्त पञ्चमीका दिन हुर्केका बाच्छालाई जुवामा नारेर जोत्न सिकाउने सधाउने चलन पनि थियो । कृषिमा प्रयोग गरिने जनावर, यन्त्र आदिमा आएको परिवर्तनले यो चलनअहिले कम हुँदैगएको छ ।

२. संस्कृति र सम्पदा

मौसम र ऋतु परिवर्तनको आधारमासूर्य भूमध्य रेखाबाट मकर रेखातर्फ आउँदै गर्दा माघ महिनापछि वसन्त ऋतुको आगमन हुन लागेको महसुस हुन्छ । विशेषगरी फागुन महिना शिशिर ऋतुबाट वसन्त ऋतुतर्फको संक्रमणमा हुन्छ । हाम्रा चाड पर्व तथा सांस्कृतिक प्रथाले प्रायः ऋतुसँग तादात्म्यराख्छनविसन्त ऋतुको आगमन भनेको बिरुवामा नयाँ पालुवा पलाउने बेला हो । नयाँ कामको थालनीलेखपढ आरम्भ पनि प्राकृतिक लहरसँगै भएमा प्रकृति, जीवजन्तु तथा हामी मानिसको पनि एक आपसको अन्तरसम्बन्ध अन्योन्याश्रित रहन्छ भन्ने मान्यता यसका पछाडि रहेको हुनसक्छ ।

हाम्रा पूर्वजको यस किसिमको धारणालाई हामी आत्मपरक तथा वस्तुपरक दुवै किसिमले बुझ्न सक्छौँविशेषगरी शुक्लपक्ष कृष्णपक्ष, चन्द्रमा र सूर्यको प्रभावलाई आधार मानेर पनि विभिन्न सांस्कृतिक अभ्यास र चाड पर्व प्रणाली विकास भएको पनि हुनसक्छ । चाडबाडसँगै हुने पूजा अर्चना र मन्त्रोच्चारणले अर्को छुट्टै आयाम थपिदिएको छ । मन्त्रोच्चारणले प्रायः ध्वनिमा आधारित वैज्ञानिक तथ्य उजागर गरिदिएको छ । यो विषय थप अनुसन्धानको पाटो हुनसक्छ ।

यस किसिमले हाम्रो विभिन्न विधासँग गाँसिएका सांस्कृतिक अभ्यास समुदायबीचमा आदानप्रदान, छलफल, प्रयोग आदिले गर्दा बढ्दै अनि स्थापित हुँदै गएका छन् । प्रयोग, छलफल, अन्तरसंवाद हुन सकेन, नयाँ पुस्तामा हस्तान्तरण हुन सकेन भने कालान्तरमा यी हराउँदै जान सक्छन्वा व्यापक प्रयोगका कारण सांस्कृतिक अभ्यासभित्रै अरु नयाँ आयाम थपिन पनि सक्छन । यिनै सांस्कृतिक अभ्यासभित्रै श्री पंचमीवसन्त पंचमी पनि एक हो र यो पर्वको अभ्यास र मनाउने विधिले सामाजिक सद्भाव राख्दै नयाँ पुस्तालाई निरन्तरताको संदेश दिइरहेको छ ।

३. वसन्त पंचमी र कृषि संस्कृति

वसन्त पंचमीका दिन सरस्वती पूजासँगै शिव आराधना र कृषिकार्य पनि गरिन्छ । सँगसँगै उमेर पुगेका बहररबाच्छालाई जुवामा नारेर जोत्न सिकाउने (दाउने) कार्यको सुरु पनि गर्ने चलन छ । यस्तै यही दिनमा नेपालको मध्यपहाडी क्षेत्रमा हलसारो गरिन्छ । विभिन्न भाषामा यसका आआफ्नै नाम होलान् । समग्र सनातन धर्म पद्धति वैदिक मान्यताबाट निर्देशित देखिन्छ । यस मान्यताअन्तर्गत हामी समुदाय वरपरको पृथ्वी, बोटबिरुवा, जीवजन्तु,मानवलगायत सबै प्राणीलाई परमेश्वरको सृष्टि अर्थात् वरदानको रुपमा लिने गरिन्छ । यिनै विविध पक्षबीचको अन्तरसम्बन्ध, क्रियाकलापका आधारमा समाजले आफ्नो विश्व परिदृश्य स्थापित गरेको हुन्छ । यस्तो परिदृश्यको संश्लेषणसँगै प्रकृति, समाज र आर्थिक गतिविधि विकास र सद्भावपूर्ण सम्बन्ध विकास भएको देखिन्छ ।

यिनै विकासका क्रमसँगै नेपालमा कृषक समुदायले विभिन्न परम्परागत ज्ञान, सीप,विज्ञान, प्रविधि तथा सूचना सम्प्रेषण गर्ने प्रणाली स्थापित गरेको पाइन्छ । यस्तै प्रणालीअन्तर्गत वसन्त पंचमीका दिन कृषि कर्मका लागि गरिने अति नै महत्वपूर्ण र सान्दर्भिक प्रविधिको चलन हलसारो होयो पौराणिक चलनको आत्मपरक र वस्तुपरक दुवै पाटो हुन् सक्छ । यसको आत्मपरक पक्षविश्वास, भावना, एकाग्रता, पूजारआजा अनि यसपछि व्यक्तिरसमाजले अनुभव गरेको शक्ति,ऊर्जा, सन्तुष्टि हुन् । अंकमा मापन गर्न नसकिए पनि यो समुदायको विश्वासको पाटो हो । यससँगै विकसित सकारात्मकता, इच्छा शक्तिले कृषि र पर्यावरणमा पुग्ने योगदान अनुपम हुन्छ ।

४. हलसारो गर्ने विधि

बसन्त पञ्चमीका दिनमा गरिने अन्य पूजाआजापछि भूमि पूजा गरिन्छ । भूमि पूजापछि नजिकको वा घरबारीमा नै सिरानको गरामा गोरु नारेर जोत्ने काम थालिन्छ।अघि अघि जोत्दै जाने र जोतेको सियोमा गाईको दूध चढाउने गरिन्छ । जम्मा तीन सियोमा गाईको दुधको धारादिइन्छ । यो सुन्दा के गरेको होला ? किन गरेको होला ? भन्ने प्रश्न उठ्नसक्छविज्ञानिक आधार नबुझेकाले अन्धविश्वास ठान्न पनि सक्लान् तर माटो, पर्यावरण तथा जैविक विज्ञान बुझेका व्यक्तिको लागि यो एउटा राम्रो उदाहरण हो ।

वैज्ञानिक पक्ष

सूर्य उत्तरायण हुनुको (नेपालमा पुसको १५ पछि सूर्य उत्तरायण हुन्छन् भन्ने मानिन्छ) अर्थ उत्तरी गोलार्धमा तापक्रम र उज्यालोको अवधि वृद्धि हुनु हो । उज्यालो र तापक्रम वृद्धि भएसँगै माटोमा जैविक गतिविधि वृद्धि हुन्छ । चिस्यानको उपलब्धतामा माटोबाट बिरुवाले आफ्नो खाद्य तत्त्व लिने प्रक्रिया बढ्दै जान्छ ।

वसन्त पंचमी शुक्लपक्षमा पर्ने तथा औंसीपछि पूर्णिमासम्म क्रमिकरुपमा माटो, बोटबिरुवा, पशुपंक्षी, जीवजन्तु तथा मानिसमा पनि पानीको मात्रा बढेको हुन्छ भन्ने विश्वास गरिन्छ । उदाहरणका लागि पानी र चन्द्रमाको अन्तर्सम्बन्धको कारण समुन्द्रमा ज्वारभाटा आउँछ भन्ने छ । अर्थात्, धर्तीमा पानीको सतह माथि आएको हुन्छ ।

यही प्राकृतिक अवस्था र ऋतु चर्यामा ध्यान दिई वसन्त पंचमीको दिन गाईको दूधको धारा जमिनमा दिइन्छ ।

गाईको दुधमा माटोमा भएका प्रांगारिक पदार्थलाई टुक्र्याउन र कुहाउन सघाउने जीवाणु प्रशस्त मात्रामा हुन्छ । प्राप्त प्रांगारिक पदार्थ टुक्रयाउने र कुहाउने गर्दै आफ्नो संख्या पनि यिनले वृद्धि गर्छन् । अघिल्लो बालीको अवशेष (कोदो, तोरी आदि) र अन्य प्रांगारिक पदार्थ हुने हुँदा हलसारोका लागि पाखो बारीको प्रयोग भएको हुनुपर्छ ।

सिरानको गरामा जोतेर दूध रोप्नुको तात्पर्य जीवाणु तलतल सर्दै जाउन् भन्ने हुनसक्छ । जीवाणु जीवाणुबीचको अन्तर्सम्बन्ध कति बढ्छ ?वृद्धिबाट माटोको अवस्था र यसभित्रको विविधतामा कति प्रभाव पार्छ भन्ने भने थप अनुसन्धानको विषय हो ।

यो सबै विधि, पद्धति र प्रविधि प्रयोग गर्न वसन्त पंचमीलाई उपयुक्त तिथि मान्नुको पछाडि मध्यपहाडी भूभागमा खेतीको समय र वसन्त ऋतुमा अपेक्षा गरिने वर्षाको आरम्भ पनि हुनसक्छ ।

माथि उल्लेख गरिएको विधि त उदाहरणमात्र हो । यस्ता धेरै ज्ञानविज्ञान र प्रविधि संकलन र पंजीकरणको अभावमा हराएर जाने अवस्थामा छन् । यस्ता विधि प्रविधिलाई यिनको आधारभूत सिद्धान्तमा खलल नगरी समयसापेक्ष परिवर्तन गर्ने, अनुसन्धानमा लाने, सिद्धान्त प्रतिपादन गर्ने तथा पुनः यसलाई कृषकको घर दैलोमा लैजाने कर्तव्य सम्बन्धित निकायको हो र आवश्यक सहयोग गर्नु सबैको दायित्व हो । यस प्रक्रियालाई यसैगरी लान सके प्राचीन ज्ञानविज्ञान संरक्षित हुँदै भावी पिँढीले पनि यसको गौरवपूर्ण दार्शनिक, प्राविधिक अनि वैज्ञानिक पक्ष जान्न पाउने छन् । *साभार : बाह्रखरीबाट*

आजको राशिफल

हाम्रो पात्रोबाट साभार

मेष :- आज रमाइलो यात्रा गर्ने अवसर प्राप्त हुनेछ । परिवारजनको साथले नयाँ आशा पलाउनेछ । प्रेम र मित्रताको बन्धनमा रमाउने समय पनि छ ।

वृष :- आज चिताएको कामले तीव्रता लिनेछ । सामाजिक क्षेत्र र नोकरीबाट मानसम्मान मिल्नेछ । परिश्रमअनुसार उपलब्धि पनि राम्रै पाइनेछ ।

मिथुन:- आज एकपछि अर्को अवसर आउनाले मन प्रसन्न रहनेछ । नोकरी गर्नेले मानसम्मान पाउने छन् । छोटो यात्राको सम्भावना पनि रहेको छ ।

कर्कट :- आज अध्यापनको क्षेत्रमा प्रगतिको खबर सुन्न पाउनु हुनेछ । आजको दिन हाँसखेल र मनोरञ्जनपूर्ण समय हो । पारिवारिक सुख पनि मिल्नेछ ।

सिंह:- विचार पुर्याएर निर्णय लिनु राम्रो होला । मनमा दोधारको अवस्था सिर्जना हुनसक्छ । दाम्पत्य जीवनमा एक किसिमको निरसता आउन सक्छ ।

कन्या :- शुभारम्भको चर्चा चल्नेछ । भौतिक साधन जुटाउने समय छ । व्यवसायको सन्दर्भमा रमाइलो यात्रा होला । अतिथिको रुपमा सत्कार पाइएला ।

तुला :- अनुहारमा कान्ति र मनमा शान्ति छाउनेछ । शुभकार्यको चर्चा चल्नेछ । बन्दव्यापार र पेसाव्यवसायका क्षेत्रमा उन्नति प्रगतिको वातावरण बन्नेछ ।

वृश्चिक :- विवाद र प्रतिस्पर्धामा सफलता मिल्नेछ । धार्मिक र सांस्कृतिक सभासमारोहमा सरिक हुने सम्भावना छ । अधुरा कामसमेत सम्पादन हुनसक्छ ।

धनु :- अधिकार प्राप्तिका लागि गरिएको प्रतिस्पर्धामा विजयी भइनेछ । बुद्धिको उपयोग गर्नाले जटिल ठानिएको कामसमेत सम्पादन हुन सक्छ ।

मकर:- आज रोकिएका काम पुनः सुरु हुन सक्छन् । जग्गाजमिनको कारोबारबाट राम्रो फाइदा हुनेछ । न्यायिक कार्यमा सफलता मिल्न सक्छ ।

कुम्भ:- दबाब र तनाव बढेको महसुस हुनेछ । महत्त्वपूर्ण अवसर गुम्न सक्नेछ । सन्तानपक्षको मायामा कमी आउनेछ । यात्रामा सावधानी अपनाउनु पर्नेछ ।

मिन :- आज रमाइलो यात्राको सम्भावना छ र त्यसबाट दीर्घकालिक फाइदा पुग्नेछ । लामो समयदेखि रोकिएका अधुरा कामहरु पूरा हुनेछन् ।

आयुर्वेद औषधालय भवनको उदघाटन

■ फिरोज शेख

लहान । लहान नगरपालिका-१ मा आयुर्वेद औषधालय भवनको स्थापना गरिएको छ । २०६८ माघ १२ गते तत्कालीन स्वास्थ्य मन्त्री राजेन्द्र महतोद्वारा शिलान्यास गरिएको आयुर्वेद औषधालय भवन निर्माण पश्चात एक कार्यक्रमका बीच लहान नगरपालिकाका नगर प्रमुख मुनि साहद्वारा समुदघाटन गरिएको छ ।

आयुर्वेद औषधालयका बैध राम प्रवेश प्रसादको अध्यक्षता तथा नगरप्रमुख मुनि साहको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न समुदघाटन कार्यक्रममा औषधालय निर्माणका लागि २ कट्ठा र बाटोका लागि डेढ कट्ठा जग्गा सहित साढे तिन कट्ठा जग्गा उपलब्ध गराएका जग्गा दाताहरूलाई सम्मानित गरिएको छ । आयुर्वेद औषधालय भवन निर्माणका लागि लहान नगरपालिका-२ का स्वर्गीय हरिलाल दास यादव र लहान-८ का स्वर्गीय विन्देश्वर चौधरी र उनका छोरा स्वर्गीय विष्णु चौधरीका परिवार कौशल्या देवी यादव, श्यामा कुमारी चौधरीले जग्गा उपलब्ध गराएका थिए । सर्वसाधारणलाई नि:शुल्क सेवा प्रदान गर्ने उदेश्यले आयुर्वेद औषधालयको स्थापना गरिएको नगरप्रमुख साहले बताए । कार्यक्रममा नगरप्रमुख साहले जग्गा दाता परिवारलाई कदर पत्र सहित दोसल्लाह ओढाएर सम्मान गरे । कार्यक्रमको संचालन लहान नगरपालिकाका कर्मचारी लखनलाल साहले गरेका थिए ।

यसैबीच लहान नगरपालिका-७ मा अवस्थित पुरानो राम मन्दिरको मूर्तिलाई नगरप्रमुख साहको उपस्तिथिमा स्थान्तरण गरिएको छ । पुरानो जिर्ण अवस्थामा रहेको राम मन्दिरलाई नयाँ संरचना सहित निर्माण कार्य अगाडी बढाउनका लागि मन्दिर निजिकै मूर्ति स्थान्तरण गरिएको हो ।

मिर्चैया नजिक सौर्य सिमेन्ट उद्योग स्थापना, परीक्षण उत्पादन सुरु

मिर्चैया । १५ अर्ब लगानीमा सिरहाको मिर्चैया नजिक स्थापना भएको अत्याधुनिक प्रविधिको सौर्य सिमेन्ट उद्योगले परीक्षण उत्पादन सुरू गरेको छ ।

निर्माण सामग्री उद्योगमा पायोनियर शंकर समूह, अम्बे र गोल्छा समूहको संयुक्त लगानीमा स्थापित यो उद्योगले माघ १९ गतेदेखि क्लिंकर उत्पादन सुरु गरिसकेको छ । शंकर समूहका प्रवन्ध निर्देशक साहिल अग्रवालले क्लिंकर उत्पादन सुरु भइसकेको र सिमेन्ट पनि परीक्षण उत्पादन थालिएको जानकारी दिए । उनका अनुसार परीक्षण उत्पादन भएको केही समयमै गुणस्तर चिन्हका लागि आवेदन दिइनेछ ।

यो उद्योग सिरहाको कर्जन्हा नगरपालिकामा पर्छ । उद्योगबाट ओपिसी, पीपीसी र पीएससी सिमेन्ट उत्पादन हुनेछ। उद्योगका ५० वर्षलाई पुग्ने चुनढुंगा खानी कटारीमा छ । उद्योग नजिकै खानी रहेकाले समेत उत्पादन लागत सस्तो पर्नेछ । अहिले पनि सरकारी स्वामित्वको उदयपुर सिमेन्टबाट उत्पादित गैडाछाप सिमेन्ट उपभोक्ताको पहिलो रोजाइमा पर्छ । सरकारी कम्पनी भएकाले क्षमतामा चल्न नसकेर उपभोक्ताले सजिलै गैडाछाप सिमेन्ट पाउन सकेको छैन । यही ग्रेडको सिमेन्ट सौर्यले बजारमा ल्याउने जिकिर गरेको छ ।

यो खानीको चुनढुंगाको गुणस्तर उदयपुर ग्रेडकै हो । सौर्यको जस्तो एकीकृत प्रविधियुक्त प्लान्ट नेपालमा रहेका अरू उद्योगमा छैन । एक वर्ष अघि स्थापना भएको रिद्धिसिद्धिमा केही प्रविधिहरू राखिएका छन । तर सौर्यले त्यो भन्दा बाहेकका प्रविधि प्लान्टमा जोडेको छ । डेनमार्कको एफएलएस स्मिथ प्लान्ट लगाइएको छ ।

प्रविधिमार्फत धेरै काम गर्न सक्ने गरेर उद्योग तयार पारिएको छ । उद्योगमा रोवोटिक प्रयोगशाला छ । उद्योगमा चुनढुंगा आउनेबितिकै त्यसको नमूना परीक्षण स्वचालित रुपमा हुन्छ । रोबोटिक प्रयोगशाला रिद्धिसिद्धिमा पनि थियो। उद्योगमा रोटेक टु पियर क्लिन छ। अहिलेसम्म नेपालका उद्योगमा रोटेक थ्री पियर क्लिन मात्रै थियो ।

सिमेन्टको बोरा अल्ट्रासोनिक सिलिङ हुन्छ भने बोरा ल्यामिनेटेड रहनेछ । सिमेन्टको बोरा स्वचालित रुपमै ट्रकमा लोड गर्न सुविधासमेत राखिएको छ । उद्योग आफैंले ६ मेगावाट बिजुली उत्पादन गर्नेछ । यो बाहेक पीपीसी सिमेन्टको गुणस्तरको एक्युरेसी पनि उच्च छ ।

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

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-	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 तत्कालै 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

सप्तरीको मल्हनियाँमा सरस्वती डेरी उधोग सञ्चालन

रोहित कुमार मण्डल

सप्तरी । सप्तरीको दक्षिण सिमावर्ती क्षेत्रमा रहेको बलान बिहुलमा माँ सरस्वती डेरी उधोग तथा कृष्णा बहुउदेश्य सहकारी संस्था लिमिटेड सञ्चालन भएको छ । बलान बिहुल गाँउपालिका -१ स्थित मिलन चौकमा जिल्लाकै नमूना डेरीको रूपमा सञ्चालनमा आएको हो । स्थानीय किसान तथा समाजसेवी कामेश्वर यादवद्वारा स्थापना गरिएको डेरी एक कार्यक्रम बीच सोही वडाका वडाध्यक्ष बैजनाथ यादवले उदघट्न गरे । उदघाट्न समारोहलाई सम्बोधन गर्दै वडाध्यक्ष यादवले समाजको आर्थिक समृद्धिको लागि कृषि महत्वपूर्ण पाटो भएको र डेरी स्थापना गर्ने किसानलाई धन्यवाद दिंदै कृषि प्रवर्द्धन कार्यक्रमका लागि वडाद्वारा २ लाख १ हजारको राशी प्रदान गरिने घोषणा गरे ।

किसानको मिहिनेतले उत्पादन भएको दूध बिचौलियामार्फत नभई सोझै उपभोक्तामाझ पुऱ्याउने उद्देश्यले सञ्चालित डेरीको उदघाटन कार्यक्रममा बोल्दै जसपाका नेता रामेश्वर यादवले किसानको उत्पादन सिधै उपभोक्ताको पहुँचमा पुग्दा दुवै पक्षलाई फाईदा हुने बताए । 'उपभोक्ताको सन्तुष्टि गुणस्तरीय सेवाले मात्रै सम्भव छ,' उनले भने 'बिचौलियाले लिने लाभलाई तोड्न यस्ता उद्योगहरूको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ ।'

उत्पादन गर्ने किसानको अवस्था समान्य हुदाँ विचौलियाले उपभोक्तालाई बेचेर मनग्य कमाउने गरेको अवस्थामा उपभोक्तालाई सस्तो र गुणस्तरीय सेवा दिने गरी डेरी सञ्चालन गर्नुपर्ने नेकपाका युवा नेता एवं बलान बिहुल गाउँपालिकाका अध्यक्षका प्रत्यासी अशोक यादवको भनाइ छ । उनले डेरी संचालकलाई बधाई दिदै आउने दिनमा अझ उत्तरोत्तर प्रगतिको शुभकामना दिए ।

सोही अवसरमा जसपाका अर्का नेता तथा उद्घाटन समारोह कार्यक्रमका संचालक

समेत रहेका दिगम्बर यादवले लकडाउनसँगै निजी उद्योगले दुग्ध खरिद गर्न बन्द गरेपछि सडकमा दूध पोख्नेसम्मको गतिविधिलाई निरूत्साहित गर्न किसानले आफ्नो बिक्री केन्द्र सञ्चालन गर्दा स्थानीयलाई समेत सहज हुने बताए । यादवले उपभोक्तालाई गुणस्तरीय सेवा दिन नसक्ने कुनैपनि किसिमका उद्योगको आयू छोटो हुने बताए । भुपु गाविस अध्यक्ष अरूण कुमार गोईतले बजारमा अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा, प्रशोधित र अप्रशोधित उत्पादनलाई उस्तै उस्तै ठान्ने उपभोक्ताको चेतना, औद्योगिक परिवेशको अभाव, जुन मौसममा बढी उत्पादन हुन्छ त्यही समयमा खपत कम हुने तर जब उत्पादन र संकलन कम हुन्छ तब बजारमा माग धेरै हुने, निरन्तर गुणस्तर कायम गर्न स्रोत, राखरखाव, ओसारपसार र प्रशोधनको सही व्यवस्थापनमा पर्याप्त ध्यान दिनुपर्ने सुझाएका थिए ।

कार्यक्रममा उदघोषक दिगम्बर यादव, रामेश्वर यादव, पूर्व जिल्ला शिक्षा अधिकारी गंगाराम यादव, भुतपुर्व गाविस अध्यक्ष अरूण कुमार गोईत अखिल नेपाल किसान महासंघ गापाका संयोजक नेकपा नेता एवं गापा अध्यक्षका प्रत्यासी अशोक यादव, युवा नेता राम नारायण यादव (अगिन्धर), नेता दुखी यादव, समाजसेवी रामप्रकाश भदिसवार, कारी चौधरी, महिन्द्र यादव, जुरीलाल मरिक, रामबोध यादव, रामप्रसाद चौधरी लगायत समाजसेवीको उपस्थिति रहेको थियो ।

परम्परागत...

निवासी महेश कार्की बताउँछन । 'केटा पक्षले दाइजो अस्वीकार गरेपछि आफूहरू आश्चर्यमा परेको र यो असम्भव भनेर केही नदिदाँ हाम्रो बेइज्जत हुन्छ जस्तै लागेको थियो,' बेहुली निलम साहका बुबा सुशील प्रसाद साह र आमा कान्तिदेवीले भनिन् 'हामी आफ्नो दक्षता अनुसार केहि दिन्छु भन्दा पनि हाम्रो सम्धी सम्धिनीले तपाइको छोरी मात्र दिए हामी धन्य हुने छौ, भन्दै एक सुक्का र केहि सरसामान पनि लिन मान्नु भएन ।' यस्तो सम्धी-सम्धिनी पाएर निकै हर्षित भएको खुशी हुँदै छोरी र ज्वाईको सुखद दाम्पत्य जीवनको कामना गर्दै शिक्षित परिवारको सक्रिताले कुप्रथाका स्पमा जरा गाडेको दाइजो प्रथा अन्त्य हुने विश्वास व्यक्त गरे ।

यता राउतका बुवा सुरज राउत सुडीले छोरा र बुहारी बीच केहि पहिला देखि नै चिनजान भएको हुँदा, छोराबुहारीको खुशि नै हाम्रो खुशि हो भन्दै दहेजमुक्त विवाह गरेर निकै हर्षित भएको बताए । हाम्रो समाजमा यस्ता दाईजोका कारण धरै घटनाहरू घटिरहेको हुँदा समाजमा शिक्षाको कमि तथा कुसस्कारका करण दाइजो प्रथाले स्थान पाउँदै आएकोले यस्ता हानिकारक मूल्य मान्यता लाई तोड्न समाजका सबै सक्रिय हुनुपर्ने वैवाहिक कार्यक्रममा सहभागी एबी मलका सञ्चालक जागिर अन्सारीले बताए । दाइजो प्रथा होइन, यो एक कुप्रथा हो । यो एक सभ्य समाजको बाधक हो । यसको निवारणका लागि विभिन्न नियम कानुन नबनेका पनि होइनन् । नेपालको संविधान २०७२ ले महिलालाई आर्थिक, सामाजिक तथा राजनीतिकरुपमा सम्मान हुनुपर्ने परिकल्पना गरेको छ । यसरी लैंगिक समानताको बाटोमा हिंडेको समाजमा विवाहको समयमा भने दाइजो प्रथालाई प्रचलनमा ल्याइनु आफैंमा विरोधाभाष हो । त्यसैले कानुनका पन्नाहरूमा मात्र सीमित नभई व्यवहारमै हामीले दाइजो कुप्रथालाई समाजबाट निराकरण गर्नुपर्ने, पिन्टु राउत जस्तै विवाह गरि दाइजो प्रथाको अन्त्य गर्न जरूरी देखिएको अधिकारकर्मी राज कुमार राउतले बताए ।

निष्ठापूर्वक ...

भन्ने गरिन्छ । ऋग्वेदमा वाग्देवीका नामले प्रसिद्धि पाएकी ब्रह्माकी अर्धाङ्गिनी ब्रह्मायणीको पूजा उपासनाले सबै प्रकारको ज्ञान, सिद्धि र सद्बुद्धि प्राप्त हुने जनविश्वास रहेको छ । यसैकारणले सरस्वती पूजालाई ठूलो महत्व दिइन्छ । यही दिन सरस्वतीको पूजा गरी विद्यारम्भ गरेमा सर्वसिद्धि प्राप्त हुन्छ भन्ने विश्वास छ ।

आजका दिन विवाह, व्रतबन्ध, गुफा राख्ने र बेलविवाह (इही) जस्ता सामाजिक तथा धार्मिक कार्य गर्न साइत हेर्नुपर्दैन भन्ने मान्यता छ । यस वर्ष भने शुक्र अस्त भएकाले विवाह, व्रतबन्ध जस्ता कर्म यस पर्वमा गरिँदैन । सरस्वतीलाई चढाइएको सात गेडा अक्षता निलेमा विद्या र बुद्धि स्फुरण भई विद्यादेवीबाट चेतनाको ज्योति पाइन्छ भन्ने धार्मिक विश्वास रहेको छ ।

यस अवसरमा सिरहा तथा सप्तरीका विभिन्न विधालयहरूमा विभिन्न किसिमका सांस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजना गरी सरस्वती पूजा धुमधामका साथ मनाएका छन् । यस्तै यस अवसरमा सप्तरीको सुरूङ्गा नगर पालिका-४ कनकपुर स्थित रहेको सेती इङ्गलिस बोँडिङ्ग स्कूलले पनि विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजना गरी धुमधामका साथ सरस्वती पूजा मनाएको संचालक तथा प्रिन्सिपल रामचन्द्र यादवले जानकारी दिए । यस्तै कदमाहा स्थित मुन लाइट इङ्गलिस बोँडिङ्ग स्कूलले पनि विद्यार्थीसंग सरस्वती पूजा नाममा कुनै किसिमको शुल्क नलिई सरस्वती पूजा धुमधामकासाथ मनाएको प्रिन्सिपल प्रकाश चौधरीले जानकारी दिए ।

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)