

स्कूल अफ डेमोक्रेसी सिरहा कार्य समिति विस्तार

लहान । स्कूल अफ डेमोक्रेसी सिरहाका अध्यक्ष उद्धव हमालले जिल्ला कार्य समिति विस्तार गरेका छन् । कार्य समिति उपाध्यक्षमा जिबछी यादव, सचिवमा गौरी नारायण चौधरी, सह-सचिवमा सुरेन्द्र कुमार यादव, कोषाध्यक्षमा प्रतिभा गिरी रहेका छन् । यसैगरी सदस्यहरूमा डा.महेन्द्र प्रसाद चौधरी, संजयप्रकाश यादव, भरत जर्घा मगर, सन्तोष कुमार सुवेदी (अधिवक्ता), शम्भु यादव, दुने वहादुर राउत, दिनेश्वर

महतो, अरविन्द कुमार महारा, पशुपति ठाकुर, निलु कुमारी भ्वा, भोगेन्द्र यादव, दिपेन्द्र चौधरी, राम दयाल महतो, महेश्वर यादव, बिनिता कुमारी मण्डल, गंगा प्रसाद यादव, सुभाष कुमार यादव, डोरेन्द्र यादव, बद्री सदाय, अरविन्द कुमार दास, बिजय सिंह, संजय यादव, रामकिशोर यादव रहेका छन् । लोकतान्त्रिक पद्धतिको संस्थागत विकास र संविधानवादको मूल मर्मलाई आत्मसात गर्दै लोकतान्त्रीकरणको प्रक्रियामा

योगदान पुर्याउने उद्देश्यले देशको ७७ जिल्लामा उक्त संस्था कृयाशील रहेको छ । राजनीतिक अधिकारका साथै मानिसको जीवनमा आवश्यक पर्ने अन्य अधिकारहरू शिक्षा, स्वास्थ्य, सूचना, संस्कृति, खाद्य सुरक्षा र रोजगारी लगायतका सहायक अधिकारहरूको पूर्ति हुन सके मात्रै लोकतान्त्रिक पद्धति र संस्कार प्रभावकारी हुन सक्छ भन्ने उक्त संस्थाको ध्येय रहेको जनाइएको छ । यसै सन्दर्भमा प्रजातान्त्रिक समाजवादको अवधारणा एवम्

सिद्धान्तबारेमा आम नेपाली नागरिकलाई सुसूचित गराइ लोकतन्त्रको संस्थागत विकास, स्थायित्व, समुन्नतिको अनुभूति गराउने र सबै किसिमका अधिकारको संरक्षणका लागि योगदान दिन स्कूल अफ डेमोक्रेसी नेपालको सिरहा जिल्ला कार्य समिति विस्तार गरिएको अध्यक्ष हमालले बताएका छन् । जिल्लाका १७ वटा पालिका समेटेर विभिन्न पेशा, व्यवसाय र संघसंस्थामा आबद्ध व्यक्तित्वहरूलाई जिम्मेवारी दिएको बताइएको छ ।

लहान विस्फोट गराएको आरोपमा एक जना पक्राउ

लहान । सिरहाको लहानस्थित मालपोत कार्यालयमा गराइएको बम विस्फोट घटनामा संलग्न रहेको अभियोगमा एक जना पक्राउ परेका छन् । प्रहरीले सोमबार लहान नगरपालिका-१८ भदैयाका २८ वर्षीय बलराम मण्डललाई पक्राउ गरेको हो । उनलाई सुखीपुर नगरपालिका-२ विद्यानगरबाट पक्राउ गरिएको प्रहरीले जनाएको छ । मालपोत कार्यालयको सीसी क्यामेरा फुटेजको आधारमा

मण्डललाई सशस्त्र प्रहरीले अपराह पक्राउ गरेको हो । सशस्त्रले उनलाई आवश्यक अनुसन्धान तथा कारबाहीका लागि नेपाल प्रहरीलाई बुझाएको छ । उनीमाथि अनुसन्धान थालिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सिरहाका प्रहरी प्रमुख सुदीपराज भण्डारीले बताए । आइतबार भएको विस्फोटमा मालपोतका एक कर्मचारी, एक लेखापढी व्यवसायी र ६ बाँकी ३ पेजमा

स्व.बरालप्रति श्रद्धाञ्जली सभा सम्पन्न

बस्तीपुर । बस्तीपुर मा.वि.बस्तीपुरका पूर्व प्र.अ. स्व.चन्द्र रञ्जन बरालप्रति विद्यालयले सोमबार श्रद्धाञ्जली सभा आयोजना गर्‍यो । विव्यस अध्यक्ष सालिग्राम गिरिको अध्यक्षतामा सम्पन्न उक्त कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि गंगा प्रसाद यादव, विशिष्ट अतिथि जेएस मुरारका बहुमुखी क्याम्पसका प्रमुख तुल्सीराम पोखरेल, सोही विद्यालयका पूर्व प्र.अ.राजदेव यादव, विव्यस पूर्व अध्यक्ष हरि नारायण पासमान, सोही विद्यालयका शिक्षक देवेन्द्र यादव, समाजसेवी कुमुद रञ्जन बराल, विभिन्न विद्यालयका प्रअहरू वीरेन्द्र यादव, उद्धव



हमाल, बिलट चौधरी लगायतका वक्ताहरूले स्व.बरालको शैक्षिक योगदानको बारेमा चर्चा गर्दै श्रद्धा सुमन व्यक्त गरेका थिए । स्व.बरालको नेतृत्वमा उक्त विद्यालयले पूर्वान्चल प्रथम र एस.एल.सी.बोर्डमा तृतीय स्थान हासिल गरेको थियो । २०३८

सालदेखि बस्तीपुर मा.वि.को प्र.अ.रहनु भएका बराल नेपाल शिक्षक संघ सिरहाको संस्थापक अध्यक्ष समेत हुनुहुन्थ्यो । उहाँको ८९ वर्षको उमेरमा बुधबार काठमाडौंमा निधन भयो । उक्त कार्यक्रमको संचालन सोही शिक्षक वीरेन्द्र यादवले गरेका थिए ।

घर भाडामा चाहिएमा



लहान नगरको महेन्द्र राजमार्गको ३ नं रोडमा सोनालिका ट्याक्टरको १० वर्षसम्म शोरूम रहेको करिब तीन कठ्ठा कम्पाउण्ड वाल सहितको घर भाडाका लागि खाली छ । ट्याक्टर, कार-जिप, मोटरसाइकल शोरूम-वर्कशप, बैंक-बितीय संस्था, होटल, डिपार्टमेन्टल स्टोर आदिका लागि अत्यन्त उपयुक्त घर-कम्पाउण्ड आवश्यक पर्ने व्यक्ति, फर्म, वा संघ-संस्थाले सम्पर्क गर्नुहोला ।

सम्पर्क नं. र ठेगाना

मो.नं. ९८१६७६८५३०, ९८५२८३०९५०

कृशवाहा चौक, लहान-३ नं. रोड

सोनालिका ट्याक्टर रहेको घर

Terms and Conditions Apply

WORLD LINK

3C - 25 Mbps - Rs. 1,250* PER MONTH

6C - Rs. 2,200* PER MONTH

SPEEDMA BOOST नगदमा घुट

FREE

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

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



फ्रेंड्स मोडेल हस्पिटल, लहान-४

(शिव मन्दिरको उत्तरपट्टि रघुनाथपुर)

डाक्टरहरू

हाम्रो सेवाहरू

NICU सहितको प्रसुति सेवा

२४ औं घण्टा इमरजेन्सी सेवा

बालरोग विशेषज्ञ

मधुमेह, प्रेसर

प्रसुति रोग विशेषज्ञ

डा. वृजेन्द्र यादव

डा. ल्युस्युन यादव

डा. विरेन्द्र यादव

महासंघको अध्यक्षमा रामदेव

सिरहा । छैठौँ जिल्ला अधिवेशनबाट नेपाल धरेलु तथा साना उद्योग महासंघ सिरहाको अध्यक्षमा रामदेव ठाकुर

निर्विरोध निर्वाचित भएको छ । महासंघको बरिष्ठ उपाध्यक्षमा लालबाबु साह, उपाध्यक्षमा सम्भु साह,

महासचिव, कोषाध्यक्ष, सचिव पदमा क्रमशः हरराम शर्मा, परितोष यादव, रूपेश यादव चयन भएका छन् भने

सदस्यहरूमा हजारी साह, रामविलास साह, रामचन्द्र यादव, हितेन्द्र यादव लगायत १३ सदस्य चुनिएका छन् ।

“गरौं योग रहौं निरोग” नाराका साथ धनगढीमाई ५ दिने योग शिविर सञ्चालनमा

विस्नु देव सरदार

सिरहा । “गरौं योग रहौं निरोग” नाराका साथ सिरहाको धनगढीमाई नगरपालिका वडा नम्बर १० को आयोजनामा ५ दिने योग शिविर सञ्चालनमा रहेको छ। ५ दिने जीवन बिज्ञान योग शिविरको प्रथम दिन चैत्र १ गते “ गरौं योग रहौं निरोग ” नाराका साथ समुदघाटन समारोह सम्पन्न भएका थियो । उक्त योग शिविरको उदघाटन नेपाली काङ्ग्रेसका नेता रामचन्द्र यादवले गरेका थियो । यो योग शिविर कार्यक्रम २०७७ चैत्र १ गतेदेखि २०७७ चैत्र ५ गतेसम्म जिरोमाईल विद्यालयको चौरमा बिहान ४:०० बजे देखि सञ्चालनमा रहेको छ। विभिन्न ख्याती प्राप्त प्रशिक्षकहरू द्वारा योग गराइने, योग गर्ने तरिका सिकाउने साथै साधुसंतहरूलाई भजन संक्रितन गरिने नेपाली काङ्ग्रेस जिल्ला कार्य समिति सिरहाका सभापति एवम् पुर्व सांसद रामचन्द्र यादवले बताए ।



योगले जीवन दीर्घायु बनाउँछ, शारीरिक, मानसिक, सामाजिक रूपले शरीर दुरुस्त बनाउँछ,

नयाँ जीवन रूपी नाकारात्मक भावनाहरूलाई हटाउँछ त्यसैले योग गर्नु राम्रो र अतिने आवश्यक

रहेको प्रशिक्षक बाबाहरूले भनेका छन्। जय पतञ्जली । जय योग शिविर ।

लहान ...

सेवाग्राही गरी ८ जना घाइते भएका छन् । विस्फोटको जिम्मा जनतान्त्रिक तराई मुक्ति मोर्चा (क्रान्तिकारी) ले लिइसकेको छ । पक्राउ परेका मण्डल सोही संगठनसँग आवद्ध रहेको बुझिएको छ ।

खाना खाँदा ...

भने हाम्रो पाचन प्रणालीलाई भार ज्यादा पर्ने गर्छ र खाना टुक्राउन बढी शक्ति खर्च हुन्छ । राम्रोसँग चपाइएको खानेकुरा सम्पूर्ण पाचन अङ्गमा सजिलै विस्तार हुन सक्छ ।

३) कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, मिटामिन्स, क्याल्सियम, मिनिरल्स आदिको अवशोषणलाई वृद्धि गर्न जब हामीले खानेकुरालाई राम्रोसँग चपाएर खान्छौं, खाना मसिनो गरी टुक्रिन्छ र यी तत्वहरूलाई आन्द्राले

सहज रूपले अवशोषण गर्छ । खाना चपाउँदै गर्दा हाम्रो पाचन प्रणालीले खाना आगमनको पूर्वसूचना प्राप्त गर्छ । जसले गर्दा पाचन प्रणालीले पेटभित्र एक किसिमको एसिड बनाउँछ र पाचनक्रियालाई सहज बनाउँछ।

४) राम्ररी खाना चपाउँदा हाम्रो दाँत, गिजा, जिब्रो पनि स्वस्थ रहन सक्छ । यसैगरी, दाँतलाई अड्याउने हड्डी पनि मजबूत हुन्छ । खाना चपाउँदा निस्कने च्याल र इन्जाइमले पनि मुखमा हुने किटाणुलाई सफा गर्छ । त्यसरी नै दाँतमा अड्केका खानाका टुक्रालाई हटाएर मुखलाई शुद्ध र सुगन्धित राख्छ । जब मुख ब्याक्टेरियामुक्त हुन्छ, दाँत सड्ने, गिजा दुख्ने जस्ता समस्या पनि रहँदैनन् ।

५) जब हामी खानेकुरा राम्ररी चपाउँदैनौं । पेटमा खानाका टुक्राहरू रहन्छन्, जसले गर्दा सहज

रूपमा पाचन क्रिया हुन गाह्रो हुन्छ । जब खाना राम्रोसँग टुक्रिँदैन, पाचन पर्याप्त हुँदैन र नपचेको खानाबाट अनावश्यक ब्याक्टेरिया पैदा हुन गई अपच, अजीर्ण, आम, कब्जियत, ग्यास बढ्ने जस्ता समस्याहरू देखिन्छन् ।

६) सबैभन्दा महत्वपूर्ण कुरो, चपाएर खानाले खानाको स्वादलाई बढाउँछ । जब हामी हतारमा खाना खान्छौं, त्यो पनि चम्चाको प्रयोग गरेर खानाको स्वाद राम्रोसँग महसुस हुँदैन वा हामीलाई भोक लागिरहन्छ । त्यसैले खाना खाने समय हतार गर्नु हुँदैन र आरामका साथ स्वाद लिएर खानुपर्छ ।

हामीले खाने खानेकुरा मिलाएर खाएमा खाना नै औषधि हुन्छ र मिलाएर खान नजाने खाना नै विष बन्छ । हाम्रो शरीर बन्ने र बिग्रने हामीले खाएको खानामा र कसरी खाँयौं भन्नेमा भर पर्छ।

शरीर निर्वाह गर्न र स्वस्थ रहन खाना चाहिन्छ। तर नमिलेको खानाले शरीरलाई हानि गर्छ। शरीरमा हुने अधिकांश स्वास्थ्य समस्या खान र पिउन नजान्दा हुन्छ। त्यसैले सधैं उचित खाना खानु पर्छ । हुन त खाना कति पटक चपाउने वा कसरी खाने भन्ने कुनै फर्मूला त हुँदैन । तर पनि खानाको किसिम र बनावट हेरी धेरै समय लगाएर राम्ररी चपाएर खानु नै फाइदाजनक हुन्छ । जबसम्म खाने कुरा चपाएर भोलजस्तै हुँदैन, तबसम्म चपाइराख्नुपर्छ र बिस्तारै यसलाई नै मानिसको बानीमा परिणत गर्दै लैजानुपर्छ। हतारमा खाएर पछि स्वास्थ्यमा प्रतिकूलता आएपछि पछुताउनुभन्दा खानालाई बिस्तारै रमाएर स्वादसँग खाऔं ।
आनलाईनखबरबाट

महत्वपूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू

वारुण यन्त्र, लहान	०३३-५६३११६
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	०३३-५६३०१५
अञ्चल यातायात कार्यालय, लहान	०३३-५६०२१७
रा.उ.स्मारक अस्पताल, लहान	०३३-५६००१६
आ. राजस्व कार्यालय, लहान	०३३-५६००८८
कृषि विकास बैंक, लहान	०३३-५६०१४७
कृषि सामाग्री संस्थान, लहान	०३३-५६०१४८
धरेलु तथा साना उद्योग, लहान	०३३-५६०१२८
जिल्ला उद्योग वाणिज्य संघ, सिरहा	०३३-५६३२०५
दु.शा.अतिथि सदन, लहान	०३३-५६०१६६
आँखा अस्पताल, लहान	०३३-५६००८०
जे.एस.मु.ब.क्याम्पस, लहान	०३३-५६०२५२
रक्त संचार केन्द्र, लहान	०३३-५६०६७५
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	०३३-५२००६५
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	६८४२८६०६५
पञ्चदेवी टेक्निकल इन्टिच्युट लहान	०३३-५६५४६८
	६८१६७३७३३१

नगरवासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

बालविवाह, बहुविवाह र अनमेल विवाहलाई प्रश्रय नदिऔं, स्वस्थ समाजको निर्माण गरौं । जथाभावी रुख नकाटौं, वातावरणलाई स्वच्छ राखौं । घर वरिपरिको वातावरण सफा र स्वच्छ राखौं, रोगब्याधिबाट बचौं । फागुन देखि वैशाखसम्मको अवधि हावाहुरी बढी आउने समय हो । आगो बाल्दा सुरक्षित ठाउँमा मात्र बाल्ने, सलाई लाइट, मट्टीटेल आदि ज्वलनशील वस्तु केटाकेटीले भेट्ने ठाउँमा नराखौं । केटाकेटीलाई जथाभावी आगो बाल्दा हुन सक्ने आगलागीका दुर्घटनाहरूबारे सम्झाई-बुझाई गर्ने र यस्ता कुराहरूबाट सजग रहन जनचेतना बढाउने कार्यमा सहयोग गरौं । 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 आचारसहिता पालना गरौं । बालबालिकालाई काममा हैन विद्यालय पठाऔं । विकास निर्माण कार्यक्रममा जनसहभागिता जुटाऔं । कृषिको व्यावसायीकरण गरौं । खाद्य सम्पृम्भुत्व र आत्मनिर्भर गाउँपालिका निर्माणमा सहभागी बनौं । किसानलाई सम्मान गरौं । जैविक विविधतामा आधारित पर्यावरणीय कृषि पेशा अवलम्बन 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

हात्तीको आक्रमणबाट बच्न गणेशको पूजा

बिहानीपख भालेको डकसँगै बारीमा सन्याकसुरुकक आवाज आएपछि भस्किएकी पवित्रा राईले मस्त निद्रामा रहेका पति पदमबहादुरलाई बुझाउँदै भनिन्, 'छिटो उठनुस्, भागौं, हात्ती आइसक्यो ।'

भापाको भद्रपुर नगरपालिका-१ दशरथपुरमा बाँसका बेरा र टिनको छानो भएको सानो घरमा बस्दै आएका छन् पदमबहादुर राईको दम्पती । उनीहरू नजिकको जलथल जंगलबाट गाउँ पसेको जंगली हात्तीको आक्रमणबाट बच्न एक महिनाअघि गरेको प्रयास थियो त्यो । 'त्यसछि ओछ्यानबाट उठेर आँखा मिच्दै आँगनमा पुगें, ६६ वर्षीय पदमबहादुरले हात्तीसँगको मुठभेडमा कालको मुखबाट उष्किएको कथा सुनाउन थाले । लामो दाह्र हल्लाउँदै एउटा हात्ती मेरो अघि उभिएको थियो । म पूर्वतिर सास नफेरी भागें । बीस फुडको मारिनसवदे हात्तीले लखेटेर समायो । सुँडले बेर पहिले लडायो, अनि खौबो जत्रो खुट्टा र भालुबास जत्रो सुँडले लतार्न थाल्यो । म खेतको आली मुन्तिर दुम्नुिएर पछारिएँ । पदमबहादुर भन्दै थिए, 'उसले मलाई टाड्नुनि हालेर कुल्चेर मारन खोजिरहेको थियो । मैले बाँचे आश मारिसकेको थिएँ । तैपनि मर्ने नै भइसकेपछि किन नभिक्षु भन्ने सोचेर हातमा भएको फगी लाइटले उसको सुँडमा लगातार बेसमारी हिकारिहँ । मलाई सुँडले बेर खोजिरहेको थियो । दाह्रले मलाई भुँइमा धस्न खोज्यो । उसको दाह्र आलीको डिल भत्काउँदै छलिएर गयो । उसले खुट्टाले कुल्चिन खोज्यो, मैले सर्पले भैँ जीउ बटारेर छलँ । भुँइको माटोको धुलो मुट्याएर हात्तीको आँखमा फ्याँकिदिएँ । फेरि मैले फगी लाइट र मुड्कीले उसको सुँडको टुप्पो र निधारमा हिकारिहँदै हात्ती कौँ गदैँ कराएर पछाडि हट्यो ।'

घरजत्रो भीमकाय जंगली

हात्तीलाई भिडन्तमा यसरी पराजित गर्न सक्नुला भन्ने उनले कल्पनासम्म गरेका थिएनन् । माघ महिनामा चाँपैतिर बाक्लो हुस्सु लागेका कारण नजिकैको वस्तु देख्न मुस्किल थियो । मुठभेडमा हात्ती हकिएर ५० मिटर जति पर भागेपछि पदमबहादुरले लामो सास फेदै परालको माचमा छलिएर बचेखुचेको तागत निकाल्दै पूर्वतिर घस्रिएर भागेको बताए ।

म जसोतसो पल्लो गाउँको छेउमा पुग्दा गाउँलेहरू मतिरै आउँदै गरेजस्तो लाग्यो । श्रीमानलाई हात्तीले मान्यो, बचाउ बचाउ भन्दै मेरी श्रीमतीले गाउँलेहरूलाई गुहारेर ल्याउँदै गरेको भेट । जब मलाई उनीहरूले जिउँदै देखे, अनि त सबैजना छक्क परे । उनले त्यो रातको कथा सुनाए । श्रीमती पवित्रा राई भने हात्तीले आफ्नो पतिलाई आक्रमण गरेर मारेको ठानी गुहार माग्दै पल्लो गाउँ पुगेकी थिइन् । पदमबहादुर बस्ने भद्रपुर-१ मा विगत तीन वर्षमा तीनजनाले हात्तीको आक्रमणमा मृत्युवरण गरिसकेका छन् । मुठभेडमा बाँचेमा उनी एकलो हुन् । प्रायः हात्तीले मानिसमाथि आक्रमण गर्दा सुँडले बेर भुँइमा पछार्ने, बलिष्ठ खुट्टाले कुल्चिन र तीखो दाह्रले शरीरमा धस्ने गर्दछ । हात्तीले पदमबहादुरलाई आक्रमण गर्दा मारनका लागि सक्दो प्रयास गरेको थियो ।

हात्तीको ज्यानमारा आक्रमणबाट बाँच्नुलाई अर्को जन्म ठानेका उनले त्यसपछिका रातहरू पनि दुक्कले निदाउन सकेका छैनन् । हात्तीको आक्रमणमा उनको दाह्र, खुट्टा र हातमा चोट लागेको थियो । अहिले पनि चोटहरू दुखिरहने उनले बताए । उपचारका लागि एक दिन मेची अस्पतालमा बिताएपछि पदमबहादुर दम्पतीले १३ दिनसम्म घरमा दैलो लगाएर पल्लो गाउँका चन्द्रबहादुर सुब्बाको घरमा शरण लिएर रात बिताउनु परेको थियो । मुठभेडमा बाँचेपछि एक दिन भद्रपुरका नगरप्रमुख जीवनकुमार

श्रेष्ठले फोन गरेर 'पदम दाइ म भेट्न आउन सकिनँ, नयाँ जीवनको शुभकामना छ भनेको उनले सुनाए । एक दिन बाँचे पनि हरेक दिन हात्ती गाउँ पस्ने गरेका कारण पदमबहादुरको मनमा त्यस्तै घटना फेरि दोहोरिने हो कि भन्ने चिन्ता बाँकी नै छ । 'घाइते भएको हात्ती बदला लिन फेरि आउँछ भनेर गाउँलेहरूले डर देखाउनु भएको छ । रातभरि निद्रा लाग्दैन । उहाँ (पदमबहादुर) पनि राति हात्ती आएको सपना देखेर भस्किएर बुझिने गर्नुहुन्छ । पदमबहादुरकी पत्नी पवित्रा राईले भनिन् । हात्तीको आक्रमण फेरि नहोस् भनेर उनीहरूले घरको पहिलो ढोकानेर गणेशको मूर्ति राखेर दैनिक पूजापाठ गर्न थालेका छन् । हात्तीलाई मैले सुँड र निधारमा हिकारि चोट लगाएको छु । त्यो चोटको बदला दिन नआउनुहोस् भन्दै गणेश भगवानसँग माफी माग्दै पाठपूजा गर्दैछु । गाउँलेहरूको सल्लाह मानेर यसो गरेको हुँ । गणेशको मूर्ति राखेको स्थान देखाउँदै पदमबहादुरले भने ।

उनको घरसँगै सडक जोडिएको छ । सडकसँग जलथलको घना चारकोसे जंगल टाँसिएको छ । वरिपरिका सात घर हात्तीको त्रासले बसाइँ हिँडेर अन्यत्रै गएपछि अहिले पदमबहादुरको घर एकलै भएको छ । अर्को जन्म पाएरसहका उनको अवस्था बुझ्न स्थानीय सरकार र सम्बद्ध निकायबाट आजसम्म केही पुगेका छैनन् ।

२५ वर्षदेखि बसोबास गर्दै आएका उनले सरकारबाट पुनर्वास परियोजनामार्फत् पाएको १५ कड्डा पाखो जग्गा छाडेर बसाइँ हिँड्न चाहेका छैनन् । 'बेचौ भने जग्गा कसैले किन्दैन, छाडेर जान मनले मान्दैन', उनी भन्छन्, 'लगाएको मकै, कोदो, धान र तोरी बाली पनि हात्तीले नै खाइदिन्छ । बाँच्न गाह्रो भएको छ हामीलाई दिनभरि जंगलमा आराम गर्ने हात्तीले रात परेपछि गाउँमा पसेर बाली खाएर र कुल्चेर



क्षति पुऱ्याउने गरेका छन् । घर माया मारन नसकेपछि पदमबहादुरले हात्तीबाट बँचन घर वरिपरि बिजुलीको तार टाँगेका छन् । राति ८ बजेपछि त्यो तारमा बिजुलीको करेन्ट प्रवाह गरिन्छ । बिहान ४ बजे मात्र करेन्ट बन्द गरिन्छ । उनले आफ्नो घर चारपटक हात्तीले भत्काउने प्रयास गरिसकेको बताए । हात्तीको डरले साँझ परेपछि घरभित्र पसेर दैलो लगाउने गरेका उनले बिहान उज्यालो भएपछि मात्र ढोका खोलेर बाहिर निस्कने गरेको बताए ।

स्थानीयवासीका अनुसार चारकोसे जलथल जंगलमा तीनवटा हात्ती बस्दै आएका छन् । आहारको खोजीमा गाउँ पसेका बेला तिनले घर भत्काउने र मानिसमाथि हिंसात्मक आक्रमण गर्दै आएका छन् । सरकारले जंगल वरिपरि विद्युतीय तारबार गरेको छ । तर त्यसलाई छिचोलेर हात्ती गाउँसम्म सजिलै पुग्ने गरेका छन् । थुप्रै स्थानमा बिग्रिएका विद्युतीय तारबारको समयमै मर्मत सम्भार हुने गरेको छैन ।

एक दशकअघिसम्म भापाको उत्तरी क्षेत्रका बाहुनडाँगी, बुधबारे, मेचीनगर र खुदुनाबारीमा मात्र हात्तीको आक्रमण हुन्थ्यो । तर अचेल जिल्लाको दक्षिणी क्षेत्रका भद्रपुर, कचनकवल, हल्दिबारी र बाह्रदशी पालिकामा जंगली हात्तीको आक्रमण र त्यसबाट हुने क्षति बढिरहेको छ । मानवीय क्षति पनि बढेको बढ्दै छ ।

ग्यास्ट्रिक, प्रेसर, दम, प्रोस्टेटलागायतका विभिन्न रोगका बिरामी रहनुभएको पदमबहादुरको

दम्पतीलाई रोग र भोकले भन्दा हात्तीको आक्रमणबाट अचानक मरिएला कि भन्ने त्रास सताएको छ । आफूसँग रहेको एउटा फगी लाइट हात्तीसँगको भिडन्तमा फुटेर बिग्रिएपछि उनीसँग अहिले राति बाहिर हेर्ने उज्यालोको कुनै प्रबन्ध छैन । सरकारका कुनै निकायले पनि उनलाई हात्तीबाट बचाउन सहयोग गरेका छैनन् ।

पदमबहादुर हात्तीको जतिसुकै त्रास भए पनि थातथलो छाडेर नजाने बताउँछन् । उनको ३५ वर्षीय जेठो छोरा किशोर र ३० वर्षीय कान्छो छोरा मनकुमार छन् । जेठो छोरा ब्रेन ट्युमरको बिरामी भएपछि बुहारीले पनि छाडेर गइसकेको र उपचारमा १६ लाख रूपैयाँ खर्च भइसकेको उनले जानकारी दिए । दुवै छोरा वैदेशिक रोजगारीमा गएर फर्किए पनि सबै कमाइ उपचारमै सकिएको उनले बताए । सरकारले हात्तीले मानिसको मृत्यु हुँदा १० लाख राहत मूतकका परिवारलाई प्रदान गर्दै आएको छ । भापामा हात्तीको आक्रमण बन्द गर्ने भरपर्दो कुनै प्रबन्ध नहुँदा वर्षेनी मानिसको ज्यान जाने गरेको छ । जंगलमा घाँस काट्न जाँदा, बाटोमा हिँड्दा मात्र होइन, घरमा राति सुतिरहेका कारण सर्वसाधारणको ज्यान जाने गरेको छ । मृत्युको मुखबाट फुत्किएर बाँचेका पदमबहादुर जस्ता नागरिकका लागि भने सरकारले अलिकति सहानुभूतिस्वरूप आर्थिक सहयोग पुऱ्याउनुसमेत सकेको छैन । अनलाईनखबरबाट

काम गर्ने ...

कार्यक्रमलाई राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तर निर्धारण गर्ने गुणस्तर प्रत्यायन प्रणालीको विकास गरिनुपर्ने ।

८) राष्ट्रको आन्तरिक आवश्यकता र अन्तर्राष्ट्रिय बजारको मागलाई ध्यानमा राखेर जनशक्ति उत्पादन र प्रयोग गर्ने प्रचलनको सुरुवात गर्नुपर्ने ।

९) देशमा उपलब्ध जनशक्तिको यथार्थ स्थिति (ज्ञान र सीपसहितको विवरण) देश र विदेशमा उत्पादन/व्यवसायिक क्षेत्रमा हुने जनशक्तिको मागको सम्बन्ध हेर्ने, केलाउने र बजारीकरण गर्न सक्ने एकीकृत सूचना प्रणाली अभिलेख राख्नुने र कार्यान्वयन गर्ने संयन्त्र मुलुकमा हुनुपर्ने ।

१०) राष्ट्रिय योजना आयोग तथा विधायक मन्त्रालयहरूले आवधिक योजना तथा विकासका आधारहरू नेपाल सरकारबाट स्वीकृत भई अगाडि बढनासाथ ती क्षेत्रका लागि आवश्यक पर्ने जनशक्ति उत्पादन, विकास तथा समयमा कार्यान्वयन गर्न आपूर्ति व्यवस्थाका लागि स्वदेश वा विदेशमा पठाउने व्यवस्था शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयमार्फत हुनुपर्ने ।

नेपालले समग्र जनशक्तिको पहिचान गर्ने, उत्पादन गर्ने तथा विकास गर्ने तथा प्रयोगमा ध्यान दिने र राज्यको लगानी बालुवामा पानी नहुने सुनिश्चितता नगरेसम्म देशको उन्नति सम्भव छैन । सबै राजनीतिक तथा प्रशासनिक क्षेत्रमा उच्च जिम्मेवारी बोध तथा नैतिक आचरण एवं पेसागत दक्षताको खोजो छ । शिक्षा तथा तालिम केन्द्रहरू जनशक्ति विकासमा बढी केन्द्रित हुन समयको माग देखिन्छ । **सभार : ईकागजबाट**

गाउँपालिकावासीका लागि जनहितमा जारी सार्वजनिक सन्देश !

बालविवाह, बहुविवाह र अनमेल विवाहलाई प्रश्रय नदिएँ, स्वस्थ समाजको निर्माण गरौं । जथाभावी रुख नकाटौं, वातावरणलाई स्वच्छ राखौं । घर वरिपरिको वातावरण सफा र स्वच्छ राखौं, रोगव्याधिबाट बचौं । फागुन देखि वैशाखसम्मको अवधि हावाहुरी बढी आउने समय हो । आगो बाल्दा सुरक्षित ठाउँमा मात्र बाल्ने, सलाई लाइट, मट्टीटेल आदि ज्वलनशील वस्तु केटाकेटीले भेट्ने ठाउँमा नराखौं । केटाकेटीलाई जथाभावी आगो बाल्दा हुन सक्ने आगलागीका दुर्घटनाहरूबारे सम्झाई-बुझाई गर्ने र यस्ता कुराहरूबाट सजग रहन जनचेतना बढाउने कार्यमा सहयोग गरौं । 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 बनौं । किसानलाई सम्मान गरौं । जैविक विविधतामा आधारित पर्यावरणीय कृषि पेशा अवलम्बन गरौं ।

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

शेख मिडिया हाउसद्वारा सञ्चालित
रेडियो सरगम
 ५०० वाट क्षमता अर्को
 हर एक नाताको आवाज
 ९३ मेघाहर्ज
 Web: radiosargam.net
 e-mail: radiosargam93mhz@gmail.com