

# परिवर्तनको लागि क्राइम अपरेसन

## CRIME OPERATION साप्ताहिक

पानीको सही सदुपयोग  
गरौं । पानी महसुल  
समयमै तिरी अनावश्यक  
जरिवाना बाट वचौं ।



नेपाल खानेपानी संस्थान शाखा  
कार्यालय देवकोटा चौक  
विराटनगर

□ वर्ष ८ □ अंक ३६ २०७६ चैत ३० गते आईतवार

Sunday 12, APR, 2020

□ पृष्ठ: ६, □ मूल्य रु. १०/-

### मुख्य मन्त्रीको निर्देशन पछि बजार र राहतको भिडभाड हटाउन प्रहरीद्वारा कडाई

विराटनगर । कोरोना भाइरसको उच्च जोखिमबाट बच्नका लागि नेपालमा पनि चैत ११ गते देखि भई रहेको लकडाउनको बेला राहत वितरण र बजारमा पनि भिडभाड भएको गुनासो आएपछि प्रदेश नं १ का मुख्यमन्त्री शेरधन राईले प्रदेशका सुरक्षा निकायका प्रमुखहरुलाई स्थानीय तहसंग समन्वय गरेर राहत वितरणमा भइरहेको भिडभाड र बजारमा भईरहेको भिडभाड हटाउन निर्देशन दिएको छ ।

तीन दिन अगाडी वसेको सुरक्षा परामर्श समितिको बैठकमा मुख्यमन्त्री राईले सुरक्षा प्रमुखहरुलाई निर्देशन दिदै भने भिडभाड हुन नदिनको लागि सुरक्षामा कडाई गर्न निर्देशन पाए पछि विराटनगर बजार लगायत आसपासका सडकहरु फेरी सुनसान भएको छ ।

अहिले स्थानीय तहले वितरण गरिरहेको राहत लिनेको घुइचो बढ्दा कोरोना भाइरसको संक्रमण भइहाले अवस्था भयावह हुने भन्दै मुख्यमन्त्री राईले स्थानीय तहहरुले डेढिभरी भ्यानको व्यवस्था गरेर घर घरमै पुगेर राहत वितरण गर्ने व्यवस्था मिलाउन समेत निर्देशन दिएको छ ।



मुख्य मन्त्रीको निर्देशन पछि लकडाउनमा जथाभावी घुम्ने मानिसहरु सडकमै कारवाही

राहत वितरणको लागि भई रहेको भिडभाडको समस्या रहेको भन्दै स्थानीय तहका जनप्रतिनिधीहरूसंग समन्वय गरेर व्यवस्थापन गर्न समेत सुरक्षा निकायलाई निर्देशन दिनुभएको छ । त्यस्तै मानिसलाई आवत जावत गर्ने पास वितरणमा समेत कडाई गर्न र अन्य प्रदेशमा जानेपनि भए र अन्य प्रदेशबाट यहाँ ल्याउने पनि को

विवरण तयार गर्न निर्देशन समेत गर्नुभएको छ । त्यसगरी कोरोना भाइरस संक्रमण भित्र नदिन भारतीय सीमामा कडाई गर्नुको विकल्प नरहेको बताउँदै मुख्यमन्त्री राईले नयाँ योजनाका साथमा सीमा नाकाहरुमा कडाई गरिने बताउँदै यसको लागि तयारी गर्न समेत सबै सुरक्षा निकायलाई उहाँको निर्देशन छ ।

मुख्यमन्त्री राईले प्रदेश नं. १ लाई सुरक्षित राख्न प्रदेशका सबै निकायले आफ्नो ठाउँमा स्रोत र साधनको अधिकतम सदुपयोग गर्नुपर्ने बताउनुभयो । प्रदेशले व्यापिड टेस्ट सुरु गरकाले क्वारेन्टाइनमा बसेका सबैको टेस्ट गरिने र स्वास्थ्य परीक्षण कोशी अस्पतालबाटै दैनिक एक बाँकी अन्तिम पेजमा...

### कोशीमा कोरोना परिक्षण

विराटनगर । कोरोना भाइरसले विश्वमा अतांक मचाई रहेको बेला नेपाल पनि कोरोना भाइरसको उच्च जोखिममा रहेको छ । सो कोरोना भाइरसको परिक्षण कोशी अस्पताल विराटनगरमा शुरु भएको छ ।

कोशीमा कोरोना परिक्षणको लागि वीर अस्पताल काठमाडौंका जेनेटिक साइन्टिस्ट तथा कोरोना परिक्षण विज्ञ समूहका बलराम गौतमको नेतृत्वमा चार जनाको टिम कोशी अस्पताल आइ सकेको छ । सो टिममा काठमाडौंबाटै आएका अर्का विज्ञ तथा अस्पतालमा कार्यरत प्रकाश कार्की र ललितनाराण चौधरी सहभागी छन् ।

कोरोनाको परिक्षण सुरु भएको अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा.संगिता मिश्राको जानकारी दिएका छ । यस भन्दा पहिले कोरोना परिक्षणको लागि स्वास्थ्य काठमाण्डौ पठाउदा ३ दिन देखि ४ दिन लाग्द थियो अब त्यो समस्या हटेको छ ।

पहिलो चरणमा परिक्षणको लागि उदयपुरबाट २ वटा, मोरङको टांडीबाट ३ वटा, इनरुवाबाट ७ वटा, झापाबाट १३ वटा नमूना ल्याइएको छ । विराटनगरबाट गरिने कोरोना परिक्षणका लागि पहिलो चरणमा ६ सय जनाको नमूना संकलन गर्न पुग्ने कैमिकलसहितका बाँकी अन्तिम पेजमा...

### कुरुवा र स्वास्थ्य कर्मीलाई खाना

विराटनगर । प्रदेश १ मा नेपाली कांग्रेसको प्रदेश सांसद बिन्दि्या कार्कीको पहलमा कोशी अस्पतालमा विरामी र तिनका परिवारलाई साँझको खाना खुवाउन शुरु गरिएको छ ।

अस्पतालमा उपचार गराउनु भना भएका विरामी र तिनका परिवारलाई सांसद कार्कीको पहलमा खाना खुवाउन थालिएको छ । सांसद कार्कीका अनुसार कोरोना रोग जोखिमका कारण देश लकडाउनमा गएपछि कोशी अस्पतालमा अन्य

रोगको उपचारमा आई भना भएका विरामी र कुरुवा आफ्नै समस्यामा परेका छन् ।

कार्कीले भनिनु, "अस्पतालको क्यान्टिनले समेत विरामी बाहेकहरुलाई भाग भाजित खाना खुवाउन नसकेको बताएपछि विरामी र कुरुवा समस्यामा रहेको थियो । सोमबार देखि खुवाउन शुरु गरेको छ ।

विरामी, कुरुवा र स्वास्थ्य कर्मी समेतलाई खाना खुवाउने अभियानमा बाँकी अन्तिम पेजमा...

### भिलेज नेपालद्वारा खाद्यान्न सामग्री वितरण

विराटनगर । जहदा गाउँपालिका वडा नं. १ को राजवंशी टोलका ४५ जना विपन्न घर-परिवारलाई भिलेज नेपालले खाद्यान्न सामग्री वितरण गरेको छ ।

विश्वभरी नै आतंक मचाई रहेको कोरोना (कोभिड-१९) भाइरसको कारण विश्व नै लकडाउन रहेको बेला नेपालमा चैत ११ गते निरन्तर रूपमा गरिएको लकडाउनले ज्याला मजदुरी गरी जीवन आपन गर्ने परिवारलाई हाल मुख जोड्न गाठ्ने भएको स्थानीयले जानकारी गराएपछि हिपमत मिडिया प्रिलिको सहयोगमा भिलेज नेपाल सो रात वितरण गरेको छ । राहत सामग्रीमा चामल, दाल,



चुन, साबुन, दाल, तोरी तेल माक्स लगायतका करीव ३५ हजार बराबरको सामग्रीहरु वितरण गरिएको छ । गाउँपालिकाको राहत

नपुगेको ठाउँमा भिलेज नेपालले राहत वितरण गरेकोमा स्थानीयहरु खुशी व्यक्त गरेका थिए । बाँकी अन्तिम पेजमा...

सूचना	सूचना	सूचना
<p>कोरोना भाइरस(कोभिड-१९) को विश्वव्यापी संक्रमणबाट नेपाल समेत उच्च जोखिममा रहेको भनी विश्व स्वास्थ्य संगठनबाट प्रभावित सूचनालाई मध्यनजर राखि मोरंग जिल्ला भित्र यस भाइरसबाट हुन सक्ने संक्रमण र फैलावटलाई दृष्टिगत गरी जिल्लामा होली नखेल्न, मिडमाइता नजान, उत्सव, मेला, सभा, सन्मेलन नगर्न तथा त्यस्ता पर्व, मेला, उत्सव तथा कार्यक्रममा नजान र उच्च सतर्कता अपनाउनको लागि सतर्क जिल्ला बासीहरुमा अनुरोध गरिन्छ ।</p>		
 <p><b>जिल्ला प्रशासन कार्यालय मोरंग</b> प्रदेश नं. १ विराटनगर</p>		

## SUKRATARA FURNITURE UDYOG

BIRATNAGAR











All types of Fabrication, Furniture, Prefab, Truss are available.

9842033365  
9805391277

Email Id: chatdev007@gmail.com

मुख्यमन्त्री...

सयवटा टेस्ट गरिने भएकाले अब कोभिडइनमा रहनेहरूको व्यवस्थापनमा पनि सहज हुने बताउनु भयो ।

मुख्य मन्त्रीको निर्देशन पाएपछि जिल्ला प्रहरी कार्यालय मोरगले सुरक्षा निःकायलाई र म प्रहरीको साथी भोलिन्टियरहरूलाई खटाएर वजारमा जथाभावी घन्टो म्यान्ड, सवारी साधन समेतलाई नियन्त्रणमा लिई सम्झाउने कुशाउने र सजायको रूपमा सामाजिक दुरी कायम गर्दै सडकमा उभ्याउने जस्ता कारवाही शुरु गरेको छ ।

खाशगरी विराटनगरको केशालिया सडक, सतीशिया बस्ती, लगायतमा निरन्तर प्रहरी गस्ती लगाएर भिडभाड गर्नबाट रोक्न लगाएको छ । जसले गर्दा विराटनगरको वजार पूर्ण रूपमा सुनसान भएको छ । कोरोना भाइरसको राकथामको लागि एकमात्र उपाय लकडाउन भएकोले यसमा अफ कडाई हुनु पर्ने आम

नागरिकको भनाई छ ।

भिलेज...

उक्त वितरण कार्यक्रममा भिलेज नेपालका अध्यक्ष श्याम सुन्दर सुतिहर, हिपमत मण्डिया प्रलिका अध्यक्ष विरन्द्र साह लगायतको उपस्थिति रहेको थियो । त्यसै गरी विराटनगर वडा नं. १४ जनुवामा सावुन पानीले हात धुवाँदै १० जनालाई मास्क वितरण पनि भिलेज नेपालका कोषाध्यक्ष मुकेश कुमार यादवको संयोजनमा गरेको छ ।

सो रात वितरण कार्यक्रमको संयोजन भिलेज नेपाल शाखा कार्यालय जहदा गाउँपालिकाको अध्यक्ष विष्णु राजकेशीले गरेका थिए ।

कोशीमा...

सामान विहीनार हेलिकप्टरबाट ल्याइएको थियो । कोरोनाको परीक्षण सुरु हुनुको अघि अस्पतालको लागि फिँहासिक भएको भन्नु डा. मिश्रले बताए ।

काठमाडौँपछिको ठूलो क्षमताको ल्याब स्थापना भएकोले कोशी अस्पतालमा दैनिक २ सय जनाम्मको नमुना परीक्षण हुनसक्ने बताइएको छ । कोरोना परीक्षणको काम यसअघि काठमाडौँ बाहिर पहिलो पटक सुनसरीको धरान स्थित बीपी कोइराला स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानबाट सुरु भएको थियो ।

प्रतिष्ठानको ल्याबको क्षमता सानो रहेकोमा कोशीको क्षमता ठूलो भएकोले अब प्रदेशमा कोरोनाको परीक्षण सहज हुने अस्पतालले जनाएको छ ।

जनसुरक्षा...

नेपाली कांग्रेस मोरङ र तरुण दल विराटनगरले पनि साथ दिएका छन् । तरुण दलका जिल्ला अध्यक्ष संजय थापा, उपाध्यक्ष खेम थापा, कोषाध्यक्ष अनिल रिजाल, विराटनगर अध्यक्ष सन्तोष च्यौपाने र नेविसंघका पूर्व सहसहामन्त्री कृष्ण काकी, लगायतले सहयोग गरेका छन् ।

कोरोना विरुद्ध लड्न सर्वपक्षीय संयन्त्र बनाउन सुझाव

विराटनगर । नोबेल शिक्षण अस्पतालका सञ्चालक एवं समाजसेवी डा. सुनिल शर्मांले कोरोना भाइरसको संभावित महामारी विरुद्ध लड्नका लागि सर्वपक्षीय संयन्त्र बनाउन सुझाव दिएका छन् । विश्वलाई नै आतंकित बनाइरहेको कोरोनाले नेपाललाई पनि धेरै प्रभावित पार्न सक्ने संकेत गर्दै उनले कोरोनाबाट मुलुकलाई जोगाउन सर्वपक्षीय संयन्त्र निर्माणको खाँचो औत्प्रेका हुनु ।

सामाजिक सञ्जालबाट आफ्नो धारणा सार्वजनिक गर्दै उनले सत्तारूढ दल, प्रतिपक्षी दल तथा अन्य साना दल, निजी क्षेत्र, नागरिक समाज, जनस्वास्थ्य विज्ञहरु, संकेत व्यवस्थापन विज्ञ लगायतको प्रतिनिधित्व हुने गरी उच्च स्तरीय समिति बनाउन सुझाव दिएका हुन् । संकेतका बेला सरकारले नै नेतृत्वदायी भूमिका

निर्वाह गर्नुपर्नेभएकाले सरकारले मुलुक भित्रका सबै शांतिहरुलाई रिफाएर नीतिगत आधार तय गर्न राजनीतिक लहमा र कार्यकारी लहमा विज्ञ विशेषको अर्को समिति बनाउन उपयुक्त हुने उनको सुझाव छ । कोरोनाको लक्षण हिलो देखिने वा लक्षण नदेखिदै पनि संक्रमण फैलनसक्ने हुनाले खतरनाक स्थिती सृजना हुँनसक्ने प्रति सचेत गराउँदै उनले दुरगामी असर पर्ने अवस्थाबाट जोगाउन सर्वपक्षीय समितिले प्रभावकारी भूमिका खेल्न सक्ने तर्क गरेका छन् ।

कोरोना विरुद्धको अभियानको अग्रपंक्तिमा स्वास्थ्यकर्मीहरु नै हुने भएकाले उनीहरुलाई आवश्यक स्वास्थ्य सामग्री उपलब्ध गराई उच्च बोनोबलका साथ काम गर्न प्रेरित गर्नुपर्ने आवश्यकता औत्प्रेका छन् । कोरोना विरुद्धको अभियान कुनै पार्टी विशेषको मात्र नभई सबैको भएकाले मुलुकभित्र भएका

सर्वपक्षलाई एकटिक्का बनाएर यसको नेतृत्वदायी भूमिका निर्वाह गर्न डा.शर्मांले सरकारलाई आग्रहसमेत गरेका छन् ।

महामारीसँग जुध्ने बेलामा स्वास्थ्य सामग्री खरिदको विषय विवादरहित वन्न नसक्नु र आर्थिक अपचलनको प्रश्न उठ्नु दुखद् भएकाले उल्लेख गर्दै उनले पारदर्शी रूपमा काम गर्न सरकारलाई सुझाव दिएका छन् । अहिले जटिल अवस्थामा मुलुक गुञ्जिरहेकाले सरकारमा भएकाहरुले पनि विवादरहित र पारदर्शी काम गर्नुपर्ने उनको तर्क छ ।

कांग्रेस महासमिति सदस्यसमेत रहेका डा.शर्मांले अहिले आरोप प्रत्यारोप गर्ने बेला नभएकोले राजनीतिक स्वायत्तता माथि उठेर महामारी विरुद्ध सरकारको अभियानमा सघाउन कांग्रेससहित अन्य राजनीतिक दललाई पनि आग्रह गरेका छन् ।

विराटनगर महानगर पालिकाको सूचना

- घर, पसल, व्यवसायिक प्रतिष्ठान, शिक्षण संस्था आदिबाट दैनिक निस्कने फोहोर विहान ८ बजे भित्र न.पा.को साफेदार संस्था (फोहोर व्यवस्थापन गर्ने संस्था) को साधनमा मात्र हान्नुहोला ।
- घरदैलोबाट दैनिक निस्कने फोहोर कागज, प्लाष्टिक, शिसा, फलफुल तथा तरकारीको बोका आदि घरमा छुट्ट्याई व्यवस्थापन गरी ।
- घरबाट निस्कने जैविक (कृहिन) फोहोरलाई घरमा नै कम्पोस्ट मल बनाऔ ।
- आफ्नो घर कम्पाउण्ड भित्र र बाहिरबाट निस्कने फोहोर, जंगल, ढुवो आदि बाटोमा नफालौ । घर कम्पाउण्डमा नै खाँडो खनी मल बनाऔ ।
- फ्रेशहाउस तथा माछा मासु पसल, फलफुल तथा तरकारी लगायत अन्य पसल आदिले गरेको फोहोर व्यवस्थापन आफै गरी । अन्यथा रु. ५०००- देखि १५००००- पन्ड्र हजार सम्म जरिवाना गरिने छ ।
- नगरपालिकाको साफेदार संस्था वेष्ट मेनेजमेन्ट ग्रुप नेपाल प्रा.ली. ले घरदैलो कार्यक्रम संचालन गरिरहेको हुँदा साधारण घरले मासिक रु.२०००- (हप्ताको २ पटक संकलन हुने) र रु. ४०००- (हप्ताको ७ पटक संकलन हुने गरी ) शुल्क तिरेर सदस्यता बनी फोहोरमैला व्यवस्थापन गरी ।
- स्वास्थ्य संस्थाबाट निस्कने हानिकारक फोहोर व्यवस्थापन गर्ने दायित्व स्वम् स्वास्थ्य संस्था को नै हुने छ । अन्यथा फोहोरमैला व्यवस्थापन ऐन २०६८ बमोजिम रु. ५००००- देखि १००००००- एक लाख सम्म जरिवाना दण्ड जरिवाना गरिने छ ।
- घरपालुवा चौपाया सुग्द, गाड, गोरु, रागा, भैसी, खसी, बाख्रा लाई छाडा छोडेमा जरिवाना गरिने छ । पक्रिएको १० दिन सम्म लिन नआएमा लिलाम विक्री गरिने छ ।
- निर्माण सामग्री सडकमा नराखौ, २४ घण्टा भित्र आफ्नो कम्पाउण्डमा राखौ ।
- नालामा घरको शौचालयको पाइप जडान गर्नु जघन्य अपराध हो, यदि जडान गरेको भए तुरन्त बन्द गरी अन्यथा न.पा. ले जारी गरेको फोहोरमैला निष्काशन, संकलन तथा अन्तिम विसर्जन सम्बन्धी निर्देशिका २०६८ बमोजिम ५००००- देखि १००००००- एक लाख सम्म दण्ड जरिवाना गरिने छ ।
- घर कम्पाउण्ड भित्र कम्तिमा ३ वटा विरुवा रोपी हुकाऔ । जमिन नभए ७ वटा गमलामा फुल रोपी सहरको सौन्दर्यता बढाऔ ।
- सके सफा गरी नसके फोहोर नगरी ।
- निम्न समस्या भए सम्बन्धित व्यक्तिलाई खबर गरी सहयोग गरी ।
  - घरदैलो फोहोर संकलन :- जेवर लाल मण्डल सम्पर्क नं. ९८०२७५४९१८
  - घर दैलो सेवा शुल्क संकलन :- रमण गौतम सम्पर्क नं. ९८०१३०३३५५
  - नाला कलभट्ट सफाई मृत जीवजन्तु, वेवारीसे सब व्यवस्थापन : सिकन्दर मरिच सम्पर्क नं. ९८०१३०३३५८

प्लाष्टिकको भोला प्रयोग नगर्ने, जथाभावी फोहर नफालौ, सकेसम्म कम फोहर उत्पादन गरी अन्य समस्या भएमा विराटनगर महानगर पालिका सम्पर्क नं. ०२१-४६३१००, ०२१-५२३३०

भारतीय स्वास्थ्य कर्मीहरुको सुरक्षाको व्यवस्था मिलाउन माग

विराटनगर । विराटनगर स्थित नोबेल शिक्षण अस्पतालका सञ्चालक डा.सुनिल शर्मांले नेपालमा कार्यरत भारतीयसहित विदेशी डाक्टरहरुलाई पनि स्वास्थ्य सुरक्षाको व्यवस्था मिलाउन माग गरेको छ । नेपालका विभिन्न अस्पतालमा सयौको संख्यामा भारतीयसहित विभिन्न मुलुकका डाक्टरहरु वर्षौ देखि कार्यरत रहेकाले उनीहरुलाई पनि स्वास्थ्य बीमासहित स्वास्थ्य

सुरक्षाको व्यवस्था मिलाउन डा.शर्मांले माग छ । विश्वव्यापी रूपमा फैलिरहेको कोरोना भाइरसको रोकथामका लागि स्वास्थ्यकर्मीहरु नै अग्रपंक्तिमा हुने र उनीहरु उच्च जोखिममा रहने भएकाले स्वास्थ्य सुरक्षाको प्रत्याभूति दिलाएर काममा प्रोत्साहन गर्नुपर्ने वहाको भनाई छ । अहिले स्वदेशमै रहेकामा पनि संक्रमण देखापरिसकेकाले अब स्वास्थ्य

परिक्षणको मात्रा बढाउनुको विकल्प नभएको दावीसमेत गरेका थिए । उनले भने-लक्षण नदेखिदै पनि संक्रमण भईसकेको हुनसक्छ । यस्तो अवस्थामा धेरै बढी व्यक्तिको परिक्षण गर्नु पर्छ । संभावित महामारी रोकथामका लागि मुलुकका अधिकांस जिल्लामा परिक्षण गर्ने व्यवस्था मिलाएर हजारौं व्यक्तिको परिक्षण गर्ने वातावरण मिलाउन डा.शर्मांको सुझाव छ ।

**श्री भाग्य रेखा ज्योतिष केन्द्र**

श्री दीपक मीढगल्यावार्य जी  
ज्योतिष परामर्श एवं कर्मकाण्ड विशेषज्ञ

पु.प. नक्षत्र-निवारण, जन्मकुण्डली निर्माण, रत्न एवं धर्मोपदेश्य द्वारा कष्टको समाधान, स्वदेश तथा विदेश रोजगार, व्यापारिक, स्वास्थ्य, शिक्षा एवं करीबिन्ध, (Love & Married Life) परामर्श हेतु भक्तहरुले आरुन्धत, भन्वा, पूवी, फरीद द्वारा सफल एवं स्वस्थ विन्दुहोला ।

घर/कार्यालय/पसल/घोरेस/होटल/क्षेत्रीयिक तथा रिबल स्टेट हेतु वान्तु परामर्श विन्दुहोला ।  
समय-विहान ९:०० बजे देखी साँझ ६:०० बजे सम्म

**विराटनगर महानगरपालिकाको अपिल**

- नोभेल कोरोना (कोभिड १९) संक्रमण, नियन्त्रण र रोकथामको लागि यस महानगरपालिका क्षेत्र भित्र संचालनमा रहेका सबै पसल, उद्योग तथा व्यवसायीहरूले सेवा लिन आउने आगन्तुकहरुको लागि सावुन पानी वा सेनिटाइजर ले हात धुने व्यवस्था मिलाउनु पर्ने ।
- नोभेल कोरोना (कोभिड १९) भाइरस विरुद्ध सामाजिक सघ सदस्यहरुले गरेको र गर्ने कामको बारेमा महानगरपालिकालाई जानकारी गराई नदोहोरिन र प्रगति अभिले ख एकडार प्रणालिको व्यवस्थापन कार्यमा सहयोग गर्ने ।
- महानगरपालिका अन्तर्गत संचालन हुने साप्ताहिक हाटवजारहरु अर्को सूचना नभएसम्मका लागि स्थगित (बन्द) गर्ने ।

शुभ जानकारीको लागि: ९८४२०२३६७९, ९८५२०३२९१८, ९८४४०९९३७०

**क्राइम अपरेशन**

प्रबन्ध निर्देशक : हिरालाल साह ९८४२२०५८१६ सम्पादक/प्रकाशक:श्याम सुन्दर सुतिहार ९८४२०२७९४२, ९८०७३५२२९३ कार्यालय विराटनगर-८ कम्प्युटर सेवाउट:विजय कृ.मण्डल मुद्रक:बाबा प्रिण्टर्स अफसेट प्रेस, विराटनगर-७ इमेल:crimeoprations@gmail.com

सम्पादकीय

कोरोना संक्रमित  
व्यक्तिको पहिचान गरौं

विश्वव्यापी रूपमा फैलिरहेको कोरोना भाइरसले विश्वमा आज सम्म १ लाख जाति मानिसको मृत्यु भई सकेको छ भने १६ लाख १४ हजार ९ सय ५१ जना संक्रमित भई सकेको छ। त्यसैगरी करिब ४ लाख कोरोना संक्रमित निको पनि भएको छ। नेपालको सन्दर्भमा भने हो भने विदेशबाट आएको र विदेशबाट स्वदेशीलाई गरेको १ जना गरी ९ जनामा संक्रमण देखिएकोमा १ जना निको भई सकेको छ। हाल ८ जना उचार भई रहेको छ। चैत ११ गते देखि निरन्तर अन्य देश जस्तै नेपाल पनि लकडाउनमा रहेको छ। नेपालमा भारत र अन्य मुलुकबाट लाखौं नेपाल भित्रि सकेको छ। नेपाल भारतको खुल्ला सिमानाले भारतबाट नेपाल कति मानिस भित्रिएको छ। त्यसको कुनै तथ्यांक छैन। भारतमा अहिले कोरोनाको संक्रमण बढ्दै गइ रहेको छ। जसले गर्दा नेपाल उच्च जोखिममा रहेको छ। यसको रोकथामको लागि कोरोना संक्रमण भएको व्यक्तिको जाडो भन्दा चाडो पहिचान गर्न जरुरी छ।

नेपाल सरकारले मात्र लकडाउन गरेर मात्र हुँदैन कोरोनाको संक्रमणबाट बच्नका लागि केही उपायहरूको खोजी हुन आवश्यक छ। जसमध्ये पहिलो उपाय भनेको सम्भावित व्यक्तिको पहिचान हुन आवश्यक छ। हवाई र स्थल मार्गबाट आएको नेपाली दाजु भइरहेको पहिचान र परिषण हुनु पर्छ। त्यो कार्यमा विदेशबाट आएका दाजुभइरहेको पनि सहयोग गर्नु आवश्यक छ। भिडभाड हुने मल, सिमामाहल, कलेज, हाँटिया, भेला, सेमिनारलाई अझ रोकै उद्योगहरूलाई खोल्नु पर्छ अन्यथा देशमा आर्थिक संकट आउन सक्छ। त्यसैगरी दाजु भइरहेका एक ठाउँबाट अर्को ठाउँ जान रोकेर कृषि उत्पादनमा ध्यान दिनु पर्छ। त्यसैगरी जति सक्दो अनलाइन सेवा उपलब्ध गराउन र अनलाइन समान खरिद गर्न प्रोत्साहन गर्नु पर्छ।

सरकारले तत्कालै कोभिड-१९ को अनुकूलना अध्ययन गर्न भाइरोलोजिस्ट र माइक्रो बायोलोजिस्टहरूको टोली गठन गरेर आवश्यक वित्त र उपकरण उपलब्ध गराउनुपर्छ। नेपाली वातावरणमा यो नवाँच्ने वा फर्ने खतरनाक हुन सक्ने जानकारी पाउन सक्दा अगाडिको रणनीति बनाउन बनाउनु पर्छ। कोभिड-१९ ले स्थानीय अनुकूलना हासिल गरेर भयानक आक्रामक भयो भने आमरूपमा त्यसको सामना कसरी गर्ने भन्ने परिकल्पना सरकारले गर्नुपर्छ। शव जलाउने मेसिन र दाउरोदेखि स्थानसम्मका कुरा राज्यले अगाडि नै सौच्यपर्छ। अहिले नै नसोचे त्योवेला हातखुट्टा छोड्ने अनस्था आउछ। डिप्टनकै कारण मानिस संसारमा निरन्तर र विकसित भएको हो। जीवनमा त्यो जब्बर डिप्टन बनाउन अत्यन्तै खराब परिस्थितिवारे पनि समयमै विचार पुऱ्याउन आवश्यक छ।

साप्ताहिक राशिफल

-  **मेष (चु, जे, चो, ला, नि, लु, ले, लो, अ)** भाग्यले राम्रो साथ दिनाले आँटोको काममा सफलता प्राप्त हुने देखिन्छ। सामाजिक काममा मान सम्मान समेत मिल्ने योग छ।
-  **वृष (इ, उ, ओ, वा, वि, वु, वे, ओ)** आफ्नै जनहस्तसँग सुख भेटघाट हुने। योग रहेको छ। परिवारमा राम्रो वातावरणको माहोल आउनुका साथै सन्तान सुख मिल्ने छ।
-  **मिथुन (क, कि, कु, घ, उ, छ, के, को, ह)** बोलीको योग लाने रहेकाले होस पुऱ्याएर बोल्नुहोला। सामान्य वादविवाद एवं शत्रु बाधा देखाएर तापनि जित तपाइँकै हुनेछ।
-  **कर्कट (हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डो, डौ)** पारिवारिक सुख शान्ति प्राप्त हुनुका साथै धमणको अन्त्य प्राप्त हुने प्रबल संभावना भएकोले विचार पुऱ्याइँ यात्रा गर्नु होला।
-  **सिंह (मि, मु, मे, मो, टा, टि, टु, टो)** बोलीको प्रभावले महत्वपूर्ण काममा समेत सफलता प्राप्त हुने छ। स्वास्थ्यमा भने सामान्य अस्थिरता आई पर्ने देखिन्छ।
-  **कन्या (रो, ए, पी, पु, ध, पा, ड, पो, पौ)** बौद्धिक तथा धार्मिक कार्यक्रमहरूमा सहभागिता जनाउनु पर्ने छ। अध्ययन अध्यापनको क्षेत्रमा राम्रो अभिरूढि उत्पन्न हुने छ।
-  **तुला (रा, री, रू, रे, रो, तो, ती, तु, ते)** काममा प्रशस्त समस्या आइपर तापनि धैर्यको बाध नटुट्नाले सफलता तपाइँको हातमा हुनेछ। स्वीवर्ग वाट सहयोग मिल्ने छ।
-  **वृश्चिक (लो, ना, नि, नू, ने, नो, गि, गु)** आर्थिक हानिनोक्सानी एवं खर्च बढ्ने हुने छ। शारीरिक रूपमा सामान्य अस्थिरता एवं मानसिक चिन्ताको समेत योग रहेको छ।
-  **धनु (घो, भा, भी, भु, घ, फा, ड, भो)** खानपिनका परिहार प्राप्त होला। डिप्टिमिडहरूसँग भेटघाट हुनेर नयाँ कामको लागि पहल गर्ने समय छ।
-  **मकर (भो, जा, जी, जु, जे, ख, खि, खु, खे, ग, गी)** परिवारको चिन्ताले सताउनुका साथै सानो तिनो वादविवाद समेत आई पर्ने छ। मनोरञ्ज एवम विलासितामा अध्याधिक खर्च हुने छ।
-  **कुम्भ (गु, गे, गो, सा, सी, सु, से, सो, ङ)** स्वास्थ्यमा सामान्य समस्या आई पर्ने सक्छ। विचार पुऱ्याउनुहोला। खर्च बढ्ने तथा आन्दानीका सोतहरू मिल्नुका साथै सुख प्राप्तीको योग छ।
-  **मीन (दो, दु, ध, ड, दे, दो, च, चौ)** वादविवादमा विजय मिल्ने छ। भने शत्रुहरू परास्त हुनेछन्। धमण एवम साथीहरूबाट मन पर्ने उपहार समेत प्राप्त होला।

कोरोनाका सामना : नक्कलसँगै  
अक्कल लगाउ सरकार

भीम भुर्तेल

८० वर्ष पुग्न लागेकी मेरी आमा विफर संक्रमणबाट बाँच्नुभएको हो। आमाको अनुहारमा नजिकबाट राम्रोसँग हेर्दा अहिले पनि विफरको दाग देखिन्छ। गर्धन, पिठ्यु, हात र खुट्टाको खत अनुहारको भन्दा निकै प्रष्ट देखिन्छ।

निकै वर्ष अगाडि मैले आमालाई अनुहारमा विफरको दाग किन छैन भनेर सोधेको थिएँ। त्योवेला उहाँले दिनुभएको जवाफको अहिले अर्थ कोरोनाको भूमण्डलीय महाव्याधिका समयमा बुझ्छु।

आमाले भनेअनुसार विफरको महाव्याधिमा मेरी मावली हजुरआमाले आधा सन्तान गुमाइन्। मर्ने मरिहाले, बाँचेकालाई राम्रो गर्नुपर्छ भनेर निरन्तर तीन महिनासम्म भैसीको दूधको तातातो तरको लेप लगाइदिएकाले आमा र सानीमाको अनुहारमा विफरको खत नबसेको रे।

हजुरवा-हजुरआमाहरूले मेरेका छोराछोरीका अन्तिम संस्कार र काजक्रियासँगै बाँचेकाहरूको उचित स्याहार गर्दै खेतवारी र पशुपालन लाई निरन्तरता दिएका थिए।

त्योवेला (वि.सं. २००४ सालतिर) समय-समयमा विफरको व्याधि फैलिन्थ्यो। गाउँ-गाउँमा मान्छे सोत्तर हुन्थे। बाँचेकाहरू आफ्ना प्रियजनको काजक्रिया, दानधर्म आदि गरेर फेरि सामान्य जीवनतर्फ फर्किन्थे। मेरी हजुरआमा-हजुरवा पुस्ताको जीवनशैली आजको लागि पनि मार्गनिर्देश वन्न सक्छ।

कोरोना भाइरस (कोभिड-१९) को महाव्याधि अहिले जारी लकडाउनपछि सकिन्छ, भन्ने मान्यता सरकार र यसका 'जानकार'हरूमा रहेको बुझिन्छ। साथै, खास उमेर समूह र खास प्रकारका दीर्घरोगीको मृत्युदर तथा खास उमेर समूहको निदान दरका सकारात्मक पक्षभन्दा कोरोनाको संक्रमणको तीव्रतालाई प्राथमिकता दिएको कारण मानसिक आतंक व्याप्त छ। जवाक, संक्रमण र मृत्युदर दुवै हिसावले कोरोनाभन्दा खतरनाक भाइरसहरू छन्।

योवेला यस्ता महाव्याधिमा हाप्पा पूर्वाहल्ले के गरेका, कसरी अगाडि बढेका रहेछन् भनेर चिन्तन गर्न

पनि आवश्यक छ। अनिश्चितता, संशय र आक्रोश केवालीको घनगह्रीमा स्थानीय संक्रमण देखिएपछि सरकारले लकडाउन लम्प्याएको छ। प्रारम्भमा सातदिनको लकडाउन भनिएकोमा अब यो २५ दिनको हुने भएको छ। प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओलीले मंगलबार राष्ट्रका नाममा गरेको सम्बोधनले यो अझै आधा महिना लम्बिने सकेत गरेको छ।

लकडाउन अझै लम्बियो भने त्यसको बहुआयामिक प्रभाव देखिन थाल्नेछ। त्यो अवस्थामा अस्कलको संक्रमणको जोखिमलाई शीर्षकालीन आर्थिक, सामाजिक, र मानवीय जोखिमले माथ दिने पक्का छ।

कोभिड-१९ महाव्याधिको चुनौतिको स्तरसँग त्यसलाई सामना गर्ने देशमा उपलब्ध नेतृत्व, व्यवस्थापन क्षमता र साधन स्रोतको तुलना गर्दा ठूलो खाडल देखिन्छ। हाप्पो अर्थराजनीतिक राष्ट्रिय जीवनको एक खप्पा निजी क्षेत्र र विकासको अर्को सहयोगी हात भनिएको गैरसरकारी क्षेत्र संकटको घडीमा काम नलान्ने भएपछि महाव्याधिको प्रतिकार गर्ने सरकार र नागरिको भाग हुनु।

यद्यपि, जिम्मेवारीको दबावबीच विकल्पता सामग्री किन्ने क्रममा अनिमयितता गरेको भनेर चोतफर्ती आलोचना भएपछि सरकारले खरिद प्रक्रिया रद्द गरेको छ। यसबाट अनिश्चिततासँगै नागरिकमा संशय र आक्रोश पनि थपिएको छ।

'बेट एण्ड वसन्त' केस सिनारियो' ने पाल सरकार कोरोना महाव्याधिको आसन्न जोखिमवारे राम्रो अवस्थाको परिदृश्य (बेट केस सिनारियो) देखिने छ भने मान्यतामा रहेको बुझिन्छ। अर्थात्, सरकार वैशाख ३ गतेसम्मको लकडाउन पछि कोरोनाको समस्या समाधान अन्तर्गत हुन्छ भने परिचलनामा छ। यसमा पहिलो विषय- नेपालमा जुनस्तरको समस्या छ, यसलाई अन्त्यको जस्तै गरेर समाधान गर्न खोजिएजस्तो लाग्छ।

ल ठिकै छ, लम्बिएको समेत एक-डेढ महिनाको लकडाउनपछि संक्रमण नियन्त्रणमा आयो भने त राम्रो हो। कामना र प्रार्थना पनि यस्तै गरौं। कदाचित संक्रमण नियन्त्रणमा आएन भने के गर्ने

भन्ने विषयमा गम्भीर पूर्वतयारी गरेको देखिँदैन।

अंकलन गरेभन्दा विपरीत अति खराब परिदृश्य (वसन्त केस सिनारियो) देखियो भने के गर्ने भन्ने विषयमा त सरकारले तयारीको थालनीको कुरा छुट्टाई, सोधेको पनि छैन जस्तो छ।

मानवीय संकटको सम्भावना भारतमा लकडाउनको समयावधि जून ५ तारिखसम्म लम्प्याउने माग विभिन्न राज्यका मुख्यमन्त्रीले गरिरहेका छन्। त्यहाँ जून होइन, मे महिनाको मध्यसम्म मात्र लकडाउन लम्बियो भने पनि नेपालमा त्यसको धेरै ठूलो प्रभाव पर्नेछ। त्यसले आर्थिक संकट त ल्याउँछ, नै, गम्भीर मानवीय संकटसमेत ल्याउँछैन।

कारण के भने, भारतमा मार्चको मध्यदेखि अप्रिलभरि जाँ, गौँ, तोरी, चना, मुसुरो, मटर, वकुला, तोर लगायतका रबिवाली भिजाउने समय हो। भारतको कृषिको कूल ग्राहस्थ उत्पादनमा रबिवालीको योगदान ५१ प्रतिशत रहेको तथ्यांक छ। त्यस्तै, अप्रिल-मे महिना भारतमा जैववाली-काँका, फर्सी, लौका, घिरौला, खरबुजा, हरियो सागपात र सूर्यमुखी लगाउने समय हो। भारतीय कृषिको कूल ग्राहस्थ उत्पादनमा जैववालीले पनि ५-६ प्रतिशतसम्म योगदान गर्छ।

यसरी करिब दुईतिहाई कृषि उत्पादन लगाउने र उठाउने समयमा भारतमा अहिले लकडाउन छ। दशौं लाख कृषि मजदुर हिँडेर आ-आफ्नो घर फर्किएकाले वाली लगाउने र उठाउने काम ठप्प भएको छ, त्यहाँ। कृषिअर्थशास्त्री तथा खाद्य सुरक्षाविहल्ले भारतमा अब भोकमरी मात्र नभई मानवीय संकट निम्नित गर्न सक्ने आशंका गर्न थालेका छन्।

उनीहरूको आंशका वास्तविकता मा बदलियो भने त्यसको मूल्य नेपालीले पनि चुकाउनुपर्छ। भारतले धान र चामल निर्यातको कार्गो त हिजो अप्रिल ९ बाटै स्थगित गरेको समाचार वासिङ्टन पोष्टले दिएको छ। आफूलाई अभाव हुने भएपछि उसले अरु खाद्यान्नको पनि निर्यात प्रतिवन्ध लगाउँछ नै। त्यसले नेपालमा खाद्यान्न अभावको स्थिति ल्याउने निश्चित छ।

अहिले समय घर्किएमा त्यस्ता अन्नवाली लगाउन अर्को वर्षसम्म कुनैपनि हुन्छ। कारखाना बनाएपछि तत्काल उत्पादन दिने उद्योग जस्तो होइन अन्नवाली उत्पादन। किम्वदमा पनि ९० देखि १२० दिन लाग्छ अन्नवालीको उत्पादन लिन।

हामी चिन्तित हुनपर्ने किन हो भने नेपालले भारत र अन्य तेश्रो देशबाट वार्षिक करिब १५० अर्बको कच्चा तथा प्रशोधित खाद्यान्न आयात गर्छ। भएको उब्जाउ जमिनमा प्लेटिङ गरी बालुवा गिट्टी हालेर बगर बनाउन 'जग्गाविद'हरूलाई फुकाफाल छोडिएको छ।

अर्कोतर्फ, दक्षिण एसियामा सबभन्दा महँगो कृषि व्यवसायका लागि मलखाद, विउ, किटाणनाशक, उपकरण तथा मेसिन, इन्धन नेपाल प्रयोग हुन्छ। नेपालीहरू धेरै अनुदान पाउने दुई छिमेकी कृषि उत्पादनसँग प्रतिस्पर्धा गर्न नसकेर कृषि पेशा नै छोडेर वैदेशिक रोजगारीमा लागेकाले अहिले गाउँ-गाउँमा श्रमिकको पनि अभाव छ।

यो वैविध्य महाव्याधि लामो समय चल्थो भने मलेसिया र खाडी क्षेत्रका देशहरूबाट ठूलो संख्यामा नेपाली श्रमिकहरू घर फर्कने छन्। भारतबाट केही फर्किसकेका छन्, त्यहाँ अनिश्चितता बाँचे बाँकी पनि फर्किन्छन्। त्यसले खाद्यान्नको मागमा चाप थप्न सक्छ।

नेपाल सरकारको अहिलेसम्मको गतिमात र कार्यशैली हेर्दा भविष्यवारे सोच्ने होइन, जर्ज बोवेलले भनेको 'आफ्नै नाकको डाँडीमा के छ भनेर देख्न निरन्तर संघर्ष गर्नुपर्छ' भने जस्तै यही लकडाउनको समयसम्म मात्र देखिरहेको जस्तो छ।

नेपाल स्वास्थ्यशिले भोलि 'वसन्त केस सिनारियो' देखायो र मानौं, १० प्रतिशत मान्छे मरे भने त्यो अवस्थामा के गर्ने? शव नै जलाउने कसरी? संक्रमणबाट जोगिएकाहरूको व्यवस्थापन कसरी गर्ने? राष्ट्रिय जीवनलाई कसरी अगाडि बढाउने? त्यस्तापछि पनि सोच्न अत्यवश्यक छ।

उत्तरमाथे 'जुटोन्को' सिद्धान्त अहिलेको सोचनीय विषय के पनि हो भने कोरोना आयातीत भाइरस हो। मानव शरीरबाट आएको यो भाइरसले नेपालको हावापानीमा बाँकी पेज ५ मा...

**केही महत्व पूर्ण टेलिफोन नम्बरहरू**

दमकल	अस्पताल	प्रहरी
<p><b>बिराटनगर बारुणयन्त्र ४२००००</b>  <b>इटहरी बारुणयन्त्र ५२०१०१</b>  <b>धरान बारुणयन्त्र ५२०१९९</b>  <b>इनरुवा बारुणयन्त्र ५६०१०१</b>  <b>दमक बारुणयन्त्र ०२३-५८०१०१</b>  <b>भद्रपुर बारुणयन्त्र ०२३-५२०१०१</b></p> <p style="text-align: center;"><b>एम्बुलेन्स सेवा</b></p> <p><b>जिविस मोरङ ५३६३५३</b>  <b>नेरसो रंगेली ५८००४८</b>  <b>बिराटनगर महा न.पा. ५२२२३६</b></p>	<p><b>कोशी अ.इभरजेन्सी ५२४२३४</b>  <b>रंगेली अस्पताल ५८००४८</b>  <b>आखा अस्पताल ५२३७०६</b>  <b>सुरक्षा अस्पताल प्रा.लि. ०२१-५३६९४१, ५२२८७७ एम्बुलेन्स ९८०२७५३७७१, ९८०२७५३७०६</b></p>	<p><b>पूर्वाञ्चल शै.प्र.का. ४३५००१</b>  <b>जिल्ला प्रहरी कार्यालय ५३०३५८, ५२३९०१, १००</b>  <b>नगर प्र.का.. बिराटनगर ५२१८५०, ५३०३६७, ११०, इ.प्र.का. रंगेली ८०१००/८०१३०</b>  <b>इ.प्र.का. उर्वाारी ५४०००२</b>  <b>सिमा प्रहरी चौकी ५३५८५०</b></p>

## पहिचान, उत्थान आर विकासके लेल मगही भाषा पृष्ठ

# सिरुवा पवनीके छोट परिचय

### श्याम सुन्दर सुतिहार

सिरुवा या जुडशीतल पवनी नयां वरिस संगे यी भारत से सिमा जोडल नेपाल मे रहेवाला मधेशी समुदाय, थारु समुदाय आर राजवंशी समुदायके प्रमुख पवनी है आर भारतीय समुदायमे सेहो यी पवनी धुमधाम से मनावल जाय है। यी पवनी विशेष करके ३ दिन तक मनावल जाय है। यी पवनी के जुडशीतल भी कहल जाय है।

यी पवनी के पहिलका दिन अर्थात वैशाख १ गते मनवैवाला पवनीके पानी सिरुवा कहल जाय है। पानी सिरुवा के दिन विहाने उठके अपन से वड सवके वासी पैन पैरमे दके अशिर्वाद लय के चलन है वहिना वड सब अपन से छोटके माथामे वासी पैन दके आशिर्वाद देके सेहो चलन है। आर नयां वरिस मे उन्नती प्रगती करैके शुभकामना आदान-प्रदान सेहो करै है। वहिना वितलका वर्ष भैर के दुख कष्ट के विसर के नयां वरिसके शुरुवात संगे वर्ष भैर शरिर ठण्डा आर शीत रहै के सेहो कामना करै है।

वहिना नव वरिस के दोसरका दिन वैशाख २ गते मनवै वाला पवनी के कादो (हिलो) सिरुवा कहल जाय है। कादो सिरुवा के दिन अपन अपन साथी भाई साथी संगीनी सब मिलके एक दुसराके देह मे कादो लगाके मनावल जाय है। सिरुवा पवनी मनवै वाला अधिकतर किसान हुवै के कारण वर्ष भैर मे खेती करैमे भेल दुख, कष्ट, पीडा, थकान आर परेशानी मेटावके लेल कादो सिरुवा खेलल जाय है। एहिना करैके मुख्य कारण मैट के शरीर अन्नत : मैट मे मिलै के कारण शरीर मे कोनो रोग व्याधी नै लागत जनविश्वास सेहो है।

नव वरिसके तेसरका दिन खेवैला पवनीके रंग सिरुवा कहल जाय है। रंग सिरुवामे साथीभाई आर साथी संगीनी से एक दोसरके देह मे रंग लगाके शुभकामना आदान प्रदान करल जाय है। रंग सिरुवामे भी वरिस भरके रिस, राग, द्वेषके त्याग के मनमुटावके विसरके रंग खेलके हर्ष उल्लास के साथ मनावल जाय है।

यी पवनीके नेपालके सन्दर्भ मे कहल जाय त नेपाल भरमे रहेवाला सब जाईत सब प्रत्येक वरिस के वैशाख महिना के एक गते नयां



सिरुवा पवनी के पूजा-पाठ

वरिस के रुपमे मनावय है। आर नयां वरिस के उपलक्ष्यमे साथी भाई संग संगीनी मिलके एक दुसराके प्रगती के शुभकामना आदान प्रदान करै है।

नव वरिस संगे नेपालके तराई भूभागमे रहेवाला मधेशी, थारु, दलित, जनजाती लगायतके समुदाय सब साल वैशाख १ गते सिरुवा पवनी शुरुवा करल जाय है आर यी पवनी कहल जायत वैशाख महिना भर चलत। यी पवनी मे वितलका वरिसमे साथी भाई आर साथी संगीनी आर आसपडोस के पडोसी से भेल फगडा इंध्या के विसैर के आपसी सदभावके संदेश लक नयां उमग के साथ अपन अपन इष्ट, मित्र, कुटुम्ब जन सबके अपन घरमे बोलाके नव वरिस के शुभकामना दैत नवका नवका परिकार के भोजन सेहो खुवावे के चलन है। खास करके वैशाख १ गते से गर्मी वढैके कारण बाल बच्चाके ठण्डा हुवैले माथामे वासी ठण्डा पानी द है। और ठण्डा रहेके लेल चैत मे पकावल भोजन वैशाखमे वासी खाय के चलन सेहो है। खास करके खानामे सोहनन, पटुवा सांग, माछ, मास, पुवा गुलगुला, लगायतके पकवान खायके चलन है।

सिरुवा पवनीमे ग्राम देवताके सेहो पूजा पाठ करल जाय है। ग्राम देवताके स्थानमे सम्पूर्ण गाउँ समुदाय

मिलके पूजा पाठ के व्यवस्था करल जाय है। ओर ग्राम देवताके स्थान पर कागज के घोडा, फलफूल, मिठाई, परेवा, हांस, केरा, चामल, पाठा, सुन, चाँदी सेहो चढावे के प्रचलन है। ग्राम देवताके पूजापाठ से कृषि वालीके संरक्षण, वालीमे

### हार्दिक अनुरोध

जन्मदत्त बालबालिकाको पहिलो अधिकार हो। जन्म, विवाह, बसाई सराई, सम्बन्ध विच्छेद, मृत्यु दर्ता जस्ता व्यक्तिगत घटना समयमे दर्ता गरौं।

#### व्यक्तिगत घटना दर्ता कहाँ गर्ने ?

- जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाई-सराई र सम्बन्ध विच्छेद जस्ता व्यक्तिगत घटनाहरू घटके २५ दिन भित्र आफू बस्ने गाउँपालिकाका कार्यालयमा गई दर्ता गराउनु पर्छ।

#### कसरी गर्ने ?

गाउँपालिकामा निशुल्क पाईने फारम भरी घटना घटकेको मितिले २५ दिन भित्र घटना दर्ता गराउनु पर्छ।

#### व्यक्तिगत घटना दर्ता कसले गराउने

- जन्म तथा मृत्युको घटना दर्ता परिवारका मुख्य व्यक्तिले।
- विवाह दर्ता, पति-पत्नी दुवैले।
- सम्बन्ध विच्छेद, पति वा पत्नीले।
- बसाई सराई, परिवार भए मुख्य व्यक्तिले र व्यक्ति भए बसाई सराई गरी जाने व्यक्तिले।



घनपालयान गाउँपालिकाको कार्यालय मोरंग

## मगही भाषा के कविता

### हठारा खेतक ओल

संसारमे देखु टपैक रहल हय

दुनियना भरमे लोल।

अहु बेर उब्जत देखु,

हमरा खेतमे बरका बरका ओल-२

सब साल जका अहु सालमे

जनताके ठकलेल ओरने छि नार्या-नार्या खोल।

चार साल त रउडी परल मुदा,

पांच सालमे उब्जल साइजक ओल-२

खाइमे हमरा कव कव

लगइत रहैय, अपना खेतक ओल।

कुर्ता सुरवाल बन्डी पहिर,

भोट मागलेल आउत भकलोल-२

चुनाव जिते सवनेतामिल

जनताके बजवैय डोल।

अइबेर रउडी कम भगेल,

उब्जल बरका बरका ओल-२

नेताके नामसे नेत खराब

लोक बुझैय नै छै अब मोल।

अहुबेरक किसानीमे,

उब्जल बरका बरका ओल-२

फुलगोन महतो

वेबसाईट, होस्टिङ, अनलाईन रेडियो,  
एस.एम. एस. तथा एस.एम. एस.  
भोटिङका साथै सम्भवतः एएस  
चाहिंएमा हामीलाई सम्भन्नुहोस।

सम्पर्क:

Websoft IT Nepal Pvt. Ltd.  
Biratnagar, Morang  
www.websoftitnepal.com  
9842278940

खुल्यो !

खुल्यो !!

खुल्यो !!!

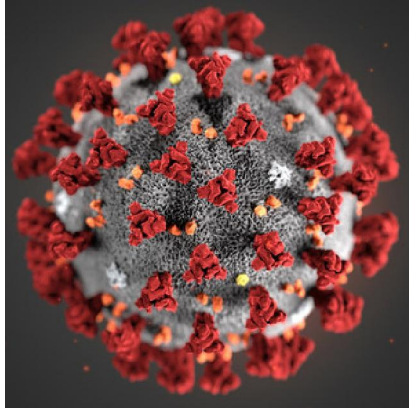
सम्पूर्ण विशेषज्ञ सेवा सुविधाको साथमा वर्षे भरी डाईविटीज र प्रेसरको निःशुल्क जाँच गर्ने विराटनगरको घोघापुल चौक विराटनगर-९ मा २०७६ साल असोज १ देखि जनरल हस्पिटल एण्ड ट्रमा केयर सेन्टर प्रा.लि. संचालन ल्याएको सहर्ष जानकारी गराउँदछौ।

विशेषज्ञ सेवाहरू :- फिजिसियन तथा कार्डियोलोजि सेवा, हार्ड जोडनी तथा नशा र बाथ रोग, नवजात शिशु तथा बालरोग, प्रसूती तथा स्त्री रोग, नाक, कान तथा घाँटी रोग, दन्त तथा मुख रोग,छाला कृष्ठ तथा यौन रोग, फिजियोथेरापी, मानसिक तथा नशा रोग, किडनी पत्थरी तथा मूत्र रोग, आइ.सी.यू., एन.आइ. सी.यू. पि आइ.सी.यू. भेर्नाटिलेटर, एक्सरे, अल्ट्रासाउण्ड, सर्जरी, इन्डोस्कोपी, टि.एम.टी, इकोकार्डियोग्राफी, होल्टर, इ.सी.जी.,ई.ई.जि., समान्य स्वास्थ्य परिक्षण र मधुमेहको परामर्श सेवा उपलब्ध छ।

जनरल हस्पिटल एण्ड ट्रमा केयर सेन्टर प्रा.लि. सम्पर्क : ०२१-४४०४०६०

# कारोना वायरस से बचाव के लिए इन चीजों का करें सेवन

कोरोना वायरस ने पूरी दुनिया में दहशत फैली हुई है। दुनिया में रोजाना संक्रमित लोगों की संख्या लगातार बढ़ती ही जा रही है। दुनिया में कोरोनावायरस से अब तक हजारों की मौत हो चुकी है और लाखों मरिच बने हैं। कोरोनावायरस को लेकर कई देशों में ला'कडाउन किया हुआ है। इस खतरनाक महामारी से बचने के लिए कई गाइड लाइन भी जारी की गई हैं। लोगों को समय-समय पर हाथों को साफ करने के लिए भी कहा गया है, लेकिन कई हेल्थ एक्सपर्ट मानते हैं कि किसी भी संक्रमण से बचने के लिए आपकी इम्यूनिटी का काफी ज्यादा योगदान होता है। अगर आपकी इम्यूनिटी मजबूत है तो आपको संक्रमण का खतरा कम होता है। समय के साथ-साथ या पीस्टक भोजन न करने से हमारी इम्यूनिटी कमजोर होने लगती है, जिससे हमें बीमारियाँ जल्दी इफेक्ट कर लेती हैं, लेकिन ऐसा नहीं है कि इम्यूनिटी एक बार कमजोर हो गई तो उसे बढ़ाया नहीं जा सकता है। कई ऐसे फूड्स हैं जिनका सेवन कर इम्यूनिटी को मजबूत किया जा सकता है। कोरोना वायरस से बचने के लिए और इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए आपको अपने आहार में उच्च एंटी वायरल भोजन शामिल



करना काफी जरूरी है। यहां जाने किन चीजों को खाने से आपकी इम्यूनिटी नेचुरल तरीके से बढ़ने लगती है।  
कोरोना वायरस से बचने और इम्यूनिटी बढ़ाने के लिए खाएं ये चीजें  
१. विटामिन सी से भरपूर चीजों का करें सेवन  
विटामिन सी न सिर्फ आपकी रक्तियों को मजबूत करने का काम करता है बल्कि आपकी इम्यूनिटी बढ़ाने के साथ-साथ एंटी-एक्सिडेंट से भी भरपूर होता है। विटामिन सी इम्यूनिटी को बेहतर बनाने के

लिए फायदेमंद माना जाता है। विटामिन सी के लिए आपको आंवला, शिमला मिर्च, संतरा, अमरुद और पपीता जैसी चीजों का सेवन करने की जरूरत है। कोरोनावायरस से बचाव के लिए विटामिन से भरपूर चीजों का करें सेवन  
२. तुलसी भी है फायदेमंद  
तुलसी का सेवन करने से इम्यूनिटी को बेहतर करने में मदद मिल सकती है। रोजाना सुबह एक चम्मच तुलसी के रस का सेवन करने से आपकी इम्यूनिटी में सुधार हो सकता है। साथ ही इसमें ३/४

काली मिर्च और एक चम्मच शहद के साथ सेवन करने से आपके शरीर को रोगों से लड़ने में मदद मिल सकती है।  
३. लहसुन को खाने में करें शामिल  
लहसुन को एंटी-एक्सिडेंट्स का स्रोत माना जाता है। इससे आपके शरीर में बैक्टीरियल या वायरस इफेक्शन को रोकने में मदद मिल सकती है। लहसुन एंटीबैक्टीरियल गुणों से भरी होती है। रोजाना लहसुन का सेवन करने से इम्यूनिटी बढ़ाने में भी मदद मिल सकती है। कोरोनावायरस से बचने के लिए इम्यूनिटी को मजबूत करना जरूरी  
४. अदरक का करें सेवन  
अदरक में कई एंटी-वायरल तत्व पाए जाते हैं। सौंफ या शहद के साथ इसका सेवन बेहतर परिणाम मिल सकते हैं। अदरक का रोजाना सेवन करने से आपका इम्यूनिटी सिस्टम मजबूत हो सकता है।  
५. विटामिन डी से भरपूर खाद्य पदार्थ लें  
विटामिन डी का सेवन आपकी प्रतिरक्षा शक्ति को मजबूत कर सकता है। विटामिन डी का मुख्य स्रोत धूप को माना जाता है, लेकिन आप इसको कई और चीजों का सेवन करने से भी प्राप्त कर सकते हैं। विटामिन डी के लिए सालमन मछली और दूध शामिल को डाइट में शामिल कर सकते हैं।

## पथरी-शनिश्चरेको कोषमा १ लाख ११ हजार प्रदान

विराटनगर । नोबेल शिक्षण अस्पतालका सञ्चालक डा. सुनिल शर्माले कोरोना भाइरस संक्रमण रोकथामका लागि १ लाख ११ हजार रुपैया सहयोग गरेका छन् । निरन्तर समाजसेवामा सक्रिय रहदै आएका डा.शर्माले मोरङको पथरी शनिश्चरे नगरपालिकाको कोरोना रोकथाम कोषमा जम्मा हुने गरी रकम प्रदान गरेका हुन् ।

विराटनगर स्थित आफ्नै निवासमा डा.शर्माले बुधवार पथरी शनिश्चरे नगरपालिकाका मेयर दिलिप कुमार राईलाई नगद हस्तान्तरण गरेका छन् । पथरी शनिश्चरे नगरका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अम्बिका प्रसाद धमला, स्वास्थ्य संयोजक मुरारी आचार्य सहितको उपस्थितिमा रकम हस्तान्तरण गरिएको हो । विश्वव्यापी रूपमा फैलिरहेको कोरोना भाइरस संक्रमणको जोखिम बढ्दै गएकोले रोकथाममा सहयोग पुर्याउने



रकम प्रदान गरेको डा.शर्माले बताए । 'यो महामारीका बेला कोरोना भाइरसको संक्रमण रोकथामका लागि हामीले अस्पतालबाट २४ सै घण्टा सेवा उपलब्ध गराएर सबैको भूमिका निर्वाह गरिरहेका छौं । डा. शर्मा गौरव, विपन्न र उपचार नपाएका विरामीहरूलाई आर्थिक सहयोग उपलब्ध गराउँदै

आएका छन् । उनले त्यस्ता हजारौं विरामीलाई निःशुल्क उपचार गराएका छन् । कोरोना संक्रमण रोकथामका लागि पनि डा.शर्माले भूमिका निर्वाह गर्दै आएका छन् । निजी क्षेत्रबाट सञ्चालित पूर्वी नेपालको सबैभन्दा ठूलो अस्पताल नोबेललाई कोरोना उपचार केन्द्र बनाउने दिने घोषणा गरेर डा.शर्माले सरकारलाई लिखित पत्रसमेत पठाएका छन् ।

कोरोना संक्रमण रोकथामकै लागि डा.शर्माको पूर्वी नेपालमै पहिलो पटक अस्पतालमा कार्यरत सबै स्वास्थ्यकर्मीलाई पीपीईको व्यवस्था पनि मिलाएका छन् । उनले कोरोनाको संभावित महामारीबाट बच्न सर्वदलीय संयन्त्र निर्माण गर्नुपर्ने र स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई स्वास्थ्य सुरक्षाको प्रत्याभूति दिलाउनुपर्ने आवश्यक पनि उठाउँदै आएका छन् ।

## तीरंगको तीन स्थानमा आगलागी

विराटनगर । हवाहुरीका बढी रहेको अवस्थामा तीरंगको तीन स्थानमा आगलागी हुँदा ५ लाख ५० हजार बराबरको क्षति भएको छ ।  
घटनाको विवरण अनुसार विराटनगर महानगर पालिका वडा नं. ३ बाबुराम ओझाको ईटाको बाल र टिनको छानो भएको गोदाममा निषी अग्रवालले सावुनमा प्रयोग हुने केमिकल राखेकोमा अचानक आगलागी भएको थियो । सो आगलागीबाट केमिकलहरू जलेर नष्ट भएको थियो ।  
त्यसै गरी सुनवर्सी नगरपालिका वडा नं. ६ पटियापाडामा गुवाली घर तथा कुबुरा फर्ममा आगलागी हुँदा ११ लाख बराबरको क्षति भएको छ । साही ठाउँको प्रेम पौडेलको जस्ताको छाना र टाटीवेराले बनेको १ तले घरन राखे गोदाम छेउमा गहुँको श्रेसर लगाउने क्रममा उक्त गहुँको भुस बाट अचानक

आगलागी हुँदा छेउमा रहेको फुसको छानाले बनेको लोकल कुबुरा फर्म र फुसकै छाना भएको ग्वालीघर समेतमा आगलागी भएको थियो ।  
सो आगलागी भएको भन्ने जानकारी प्राप्त हुनु साथ तत्काल प्रचौ डाईनिंग वाट प्रसनिको क्रमाण्डमा प्रहरी टोली खिटेई गई स्थानियवासी र रंगेली नगरपालिकाको वारुण यन्त्रको सहयोगमा उक्त आगलागी नियन्त्रमा आएको थियो ।  
उक्त आगलागी वाट ख्यालीघर, धान राखे गोदाम, गोदाम भित्र रहेको धान ४ सय केँज, मकै ८ सय केँज, कुबुरा फर्म र फर्म भित्र रहेको लोकल कुबुरा ४० वाट क्षति भएको थियो ।  
त्यसैगरी जिल्ला मोरङ सुन्दरहरेचा नगर पालिका वडा नं.९ सिमौघारी स्थित राजन शेण्डको घर पछाडी रहेको दिनको छानो र काठले बनेको बाबाको गोठमा मकै पोलेको आगोको फिक्कोबाट आगो संल्कन जादाँ गोठ र काठपात समेत पूर्ण रुपमा जलेर नष्ट भएको छ । सो आगलागीबाट ५० हजार बराबरको क्षति भएको थियो ।

## न्यायधिश र कर्मचारीको सहयोग

विराटनगर । विश्वव्यापी रूपमा फैलिएको कोरोना भाइरसको उच्च जोखिममा रहेको नेपालमा कोरोना रोकथाम र उपचारको लागि प्रदेश नं. १ सरकारले सरकारले स्थापना गरेको कोरोना रोकथाम, नियन्त्रण र उपचार कोषमा उच्च अदालत र मातहतका अदालत का न्यायाधीशहरूबाट पनि सहयोग उपलब्ध भएको छ ।  
उच्च अदालतका मुख्य न्यायाधीश तथा न्यायाधीशले दश दिनको तलब, उच्च अदालत विराटनगर मातहतका मोरङ र

सुनसरी जिल्ला अदालतका न्यायाधीश हल्ले सात दिनको तलब सरकारी कोषमा दाखिला गरिएको छ ।  
उच्च अदालत विराटनगरका उप-रजिष्ट्रार मणिराम पोखरेलले रजिष्ट्रार बाट सात दिनको, अधिकृतस्तरका कर्मचारीहरूबाट पाँच दिनको, नायब सुब्बादेखि श्रेणीविहीन कर्मचारीहरूबाट तीन दिनको तलब बराबरको रकम सहयोग स्वरुप उपलब्ध गराएको बताए । मुलुक नै संकटमा परेको बेला राष्ट्रलाई कैदी सहयोग पुरागो भन्ने उदेश्यले न्यायक्षेत्रबाट समेत सहयोग गरिएको बताए ।

सूचना	सूचना	सूचना
११	श्रम गर्न विदेशतर्फ जाँदा तत्काल फाइदा भएपनि दीर्घकालीन रूपमा सामाजिक र आर्थिक वित्तालन आइपुग्ने हुँदा मुलुकभित्रै परिश्रम गर्नु (पसिना लगाउनु) मा नै सबैको भलो छ ।	नेपाल सरकार सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय सूचना तथा प्रशासन विभाग

**'तपाईं हाम्रो सचेतता, कोरोना भाइरस रोगको संक्रमण रोकन अपनाऔं सतर्कता'**

कोरोना भाइरस कोभिड-१९ रोग स्वासप्रश्वासको माध्यमबाट सर्ने संक्रमण हो । संक्रमित व्यक्तिले खोकदा र हाँस्यु गर्दा निस्कने थुक र सिजानको माध्यमबाट एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिलाई यो भाइरस सर्दछ ।

जनहितका लागि प्रदेश १ सरकारको सन्देश

## कोरोना...

कस्तो अनुकुलता हासिल गर्छ भने अध्ययनको विषय हो। नेपालको जलवायुमा कोरोना बाँच्ने नसके पनि हुन सक्छ। त्यस्तो भयो भने त सबभन्दा सुखद परिदृश्य भइहाल्छो। तर, यहाँ स्थानीय अनुकुल भएर कोरोना धेरै आक्रामक बन्न सक्ने सम्भावनालाई पनि नकार्न सकिँदैन।

कोभिड-१९ को 'जुटो'निक सिद्धान्त' भन्ने डरलाग्दो छ। यो भनेको प्रकृतिको कोरोना मानिसबाट जनावरमा र जनावरबाट मानिस संक्रमण हुन सक्छ भन्ने हो। चीनमा मानिसबाट मानिसमा संक्रमण भएको यो भाइरस अमेरिका पुग्दा मानिसबाट जनावर (बाघ) मा संस्पर्को समाचार आएको छ।

त्यसरी जनावरमा घमाघम संक्रमण हुन थाल्यो भने अहिलेको 'प्रिभेन्टिभ मेजर्स' नै बढ्दैन भने छ। यससँग जुध्ने रणनीति संसारभर परिवर्तन हुनेछ। त्यो अवस्थामा आम प्रसिद्ध (हर्ड इम्युनिटी) विकास गर्ने बाहेक अरु उपाय काम नलान सक्छ।

खराब परिदृश्यको निमित्त रणनीति

कोभिड-१९ विरुद्ध भ्याक्सिन बन्न अर्को १२ देखि १८ महिना लाग्ने अनुमान गरिँदै छ। त्यसबीचको खोपको लागत मुल्य र हाइपो भ्राजनीतिक क्षमताले पालो आउन पनि समय लाग्न सक्छ।

संक्रमण लामो समयसम्म रहयो भने दैनिक ज्यालादार, मजदुर, सडकमा व्यापार गर्ने, साना होटल तथा चिया चमेना केन्द्र ठूलो संख्याको जीवन रक्षाकै प्रश्न उठ्न सक्छ। सरकारले बेलायत यी सबै सम्भावनाको अंकलन गरेर खराब परिदृश्यको निमित्त रणनीति बनाउनु पर्छ।

युरोपबाट गएका मानिसले लगेका संक्रामक रोगले सन् १५०० देखि १६०० सम्म दक्षिण अमेरिकाका आदिवासी जनसंख्या ९० प्रतिशत घटायो। त्योबेला पनि जीवन चलाउने उपकरण भने रोकिएन। अहिलेको भाइरसको जोखिम त्योभन्दा कम छ। खास उमेर समूह, दीर्घरोगी र अन्य रोगसँग लडिरहेकालाई जोखिम ज्यादा छ।

तर, सरकार लकडाउनपछि सबै समस्या समाधान हुन्छ भन्ने मान्यतामा रहेको अर्थात् 'प्लान एसमा निर्भर देखिन्छ। संक्रमणको स्तरअनुसार उपचार, मृतकको व्यवस्थापन र थप संक्रमण रोक्ने उपाय अहिले नै सोचेर तयारी थाल्न जरुरी छ। यसको लागि सरकारसँग 'प्लान बी', 'प्लान सी' र 'प्लान डी' पनि हुनु पर्छ। जस्तो, करिब ६ अंकको संख्यालाई संक्रमण र मृत्युदर २ प्रतिशत भए के गर्ने (प्लान बी), ७ अंकको संख्यालाई संक्रमण र मृत्युदर ३ प्रतिशत भएमा के गर्ने (प्लान सी), ८ अंकको संख्यालाई संक्रमण मृत्युदर ५ प्रतिशत भएमा के गर्ने (प्लान डी) अहिले बनाउन पर्छ।

इटाली र स्पेनको अहिलेको हालतबाट यस्तै विषयमा शिक्षा लिने हो। नेपाल सरकारले केही अस्कार र केही दिर्घकालीन रणनीति तत्काल बनाउनु आवश्यक छ।

योबेला सरकारले केही अस्कार र केही दीर्घकालीन रणनीति बनाइहाल्नुपर्छ।

अल्पकालीन उपाय

पहिलो र तत्कालै अपनाउने उपाय भनेको संक्रमणको सम्भावित व्यक्तिको पहिचान हो। गत ३० देखि ४५ दिनभित्रै हवाई र स्थलमार्गबाट नेपाल आएकाहरुको पहिचान र परीक्षण आवश्यक छ।

हवाई मार्गबाट आउनेहरुको फ्लाइट मेनिफेस्टो सम्बन्धित एअरलाइन्स, नेपाल नागरिक उड्ययन प्राधिकरण र अग्रगमन विभागसँग पक्कै छ। त्यसमा सबै यात्रीको नाम, पासपोर्ट नम्बर हुन्छ। एमआरपी पासपोर्ट भएकाले फोन नम्बर पनि पाइएला। जीपीएस तथा फोन ट्याकिङ प्रविधिको प्रयोग गरेर यो सब पत्ता लगाउन सकिन्छ। सिम निस्क्युय भएका केहीको ट्याकिङमा स्थानीय सरकारले सहयोग गर्न सक्छन्।

भारतबाट स्थलमार्ग भएर आएकाहरु अहिले खतराको रूपमा देखिएका छन्। उनीहरुको विवरण स्थानीय सरकारको बडा कार्यालय, जनप्रतिनिधि, सबै पार्टीका स्थानीय कार्यकर्ता वा समितिको सहयोगमा संकलन गर्न सकिन्छ। उनीहरु सबैको परीक्षण हुनुपर्छ। त्यस्तै, सुदुरपश्चिमको सीमामा रोकिएका सबैलाई नेपाल ल्याएर विद्यालय, कलेज वा अन्य सार्वजनिक भवनहरुमा राख्दा बढी सुरक्षित हुन्छ भन्नेतर्फ सरकारको ध्यान जानुपर्छ।

दोस्रो, विद्यालय-कलेज, सिनेमा हल लगायत धेरै मानिस जम्मा हुने स्थानहरु थप एक-दुई महिना बन्द गर्न सकिन्छ। तर, बाँकी सबै वस्तु तथा सेवा उद्योग खोल्नुपर्छ। उद्योगमा आवासको व्यवस्था गरी बाहिरी सम्पर्क न्यून बनाएर सबै उद्योग सञ्चालन गर्नुपर्छ।

तेस्रो, गाउँहरुमा एकबाट अर्को स्थानमा आवत-जावत रोक्ने वा निगरानीमा राखेर वाली उठाउने, वर्षे धान र मकैवालीको काम गर्न प्रोत्साहन गर्नुपर्छ। अन्नवाली उठाउन र लगाउन विन्कलै रोकिनुहुन्न।

चौथो, भिडभाड कम गर्ने उपाय अवलम्बनसँगै शहरी क्षेत्रमा अनलाइन डेलिभरी गर्ने गरी बजार खुला गर्दै लैजानुपर्छ।

पछि, दीर्घकालीन र ठूलो आयोजनाको कामलाई संक्रमण फैलिन नदिने उपायसहित निरन्तरता दिनुपर्छ। आवत-जावतले बाधा गर्ने आयोजनाका कामहरुलाई गति दिनेबेला यही हो।

छैटौँ, सम्भावित संक्रमित र अन्य विरामीलाई औषधीपचार गर्न अस्पतालहरुको क्षमता बढाउने, उपचारका लागि आवश्यक सबै लजिस्टिक उपलब्ध गराउने र स्वास्थ्य सेवासँग सम्बन्धित सबैलाई उचित वित्तीय प्रोत्साहनको व्यवस्था पनि गर्न पर्छ।

दीर्घकालीन रणनीति पहिलो, सरकारले तत्कालै कोभिड-१९ को अनुकुलता अध्ययन गर्न भाइरोलोजिस्ट र माइक्रो बायोलोजिस्ट हरूको टोली गठन गरेर आवश्यक वित्त र उपकरण उपलब्ध गराउनुपर्छ। नेपाली वातावरणमा यो नवाँच्ने वा फर्ने खतरनाक हुन सक्ने जानकारी पाउन सक्दा अगाडिको रणनीति बनाउन सहज हुन्छ।

दोस्रो, संकटले समयसँगै अवसर पनि ल्याउँछ भन्ने मान्यता छ। कोरोना संक्रमण भएका बेलायतका युवराज चार्ल्सको उपचारमा भारतको वैज्ञानिक आर्युवेदिक रिसर्च इन्स्टिचुटको औषधी चलाएको भन्ने समाचार आएको छ। नेपालमा पनि

सरकारसँग आर्युवेद विभाग छ। आर्युवेदिक औषधी उत्पादन तथा वितरण गर्ने सिंहदरवार वैद्यखाना विकास समिति पनि छ। आर्युवेदिक औषधी पर्वतिको विकास गर्ने नीति तथा कार्यक्रम र बजेटमा परेको विषय पनि हो।

नेपालमा उत्पादित मुगमदासव र कस्तुरीमुगण अन्य भाइरस संक्रमण (रुधा-खोकी, न्युमोनिया, बोर्डेर्काइटिस लगायत) मा पभावकारी देखिएका छन्। कोभिड-१९ विरुद्ध पनि आर्युवेदिक औषधी प्रभावकारी हुने सम्भावना छ। त्यो अवस्थामा नेपालको औषधी 'ग्लोबल ब्राण्ड' बन्न सक्छ। अहिले पश्चिमा चिकित्सा विज्ञान र औषधी मात्र अचूक उपाय भएको चिन्तनले काम गरिरहेको छ। हाम्रा परम्परागत औषधी र 'हेलिङ' विधिको परीक्षण यस्तै संकटमा गर्ने हो।

तेस्रो, अहिले यो महाव्याधिलाई निदानात्मक (क्लिनिकल) दृष्टिकोणले मात्र हेरिएको छ। यो अल्पकालमा प्रभावकारी देखिए पनि महाव्याधि दीर्घकालसम्म रह्यो भने यसैको कारण चुकाउन पर्ने आर्थिक, सामाजिक र मानवीय

मूल्य अत्यधिक ठूलो हुनेछ।

सुरुमा उल्लेख भएको विफर व्याधिको सन्दर्भमा जस्तो रणनीतिले मात्र काम गर्छ, यो समयमा। देशमा मनै र बाँच्ने संख्या ५०/५० प्रतिशत पुग्ने अत्यन्तै भयावह सम्भावनाका लागि पनि तयार रहनुपर्छ। राज्य लम्पसार पर्ने चिज होइन। जितिसके भयावह स्थितिलाई पनि सम्हालेर राष्ट्रको दैनिक जीवनचर्यालाई क्रमशः सामान्य बनाउँदै लैजानु राज्यको दायित्व हो।

चौथो, कोभिड-१९ ले स्थानीय अनुकुलता हासिल गरेर भयानक आक्रामक भयो भने नेपालको त्यसको सामना कसरी गर्ने भन्ने परिकल्पना सरकारले गर्नुपर्छ। शव जलाउने मेसिन र दाउरादेखि स्थानसम्मका कुरा राज्यले अगाडि नै सोच्नुपर्छ। अहिले नै नसोचे त्योबेला हातखुटा छोड्ने अवस्था आउँछ। हिटपनकै कारण मानिस संसारमा निरन्तर र विकसित भएको हो। जीवनमा त्यो जव्वर हिटपन ल्याउन अत्यन्तै खराब परिस्थितिवारे पनि विचार गर्नुपर्छ।

अकल्प लगाउने समय एकदमै सपाट ढंगले बुझ्दा संसारमा सबै राजकाज र

सार्वजनिक नीतिको सम्बन्ध मान्छेको मुख र मलद्वारसँग जोडिएको हुन्छ। मान्छेले खान्छ र मलमूत्र परिवर्त्याग गर्छ। कसले, कति, किन र कसरी खाने भन्ने विषयको विवाद नै अर्थ-राजनीतिक वाद हो। यसैमा दक्षिण, मध्य र बायम्पत्यको भेद हुने हो। नेपाल सरकारले लकडाउनको समयमा र त्यसपछि मान्छेको मुख हुँदैन र मलमूत्र पनि त्याग गर्न पर्दैन भन्ने जस्तो व्यवहार गरिरहेको प्रतीत हुन्छ।

अहिले मात्र होइन, भविष्यमा पनि खानुपर्छ। नखाई कोही बाँच्दैन। सरकारले भविष्यमा खान-खुवाउन

अहिले वाली लगाउने, खाद्यान्न प्रशोधन, भण्डारण र वितरणको चेन बनाइराख्नेतर्फ सोच्न आवश्यक छ।

विदेशको नक्कलले मात्र नेपालमा कोरोना महाव्याधिको सामना हुँदैन। उनीहरुले आफ्नो क्षमता अनुसारको उपाय अवलम्बन गरेका छन्। नेपालले नेपाली अवस्था अनुसार रणनीति बनाउनु र लागू गर्नुपर्छ।

यो नक्कल गर्ने भन्दा बढी अकल्प लगाउने समय हो।



## विश्वव्यापी माहामारी रोगको रूपमा देखा परेको CORONA VIRUS (COVID-19) सम्बन्धमा १ नं प्रदेश प्रहरी कार्यालय विराटनगरको अनुरोध

### नोभल कोरोना भाइरसका मुख्य लक्षणहरू



ज्वरो  
(१००.४°F भन्दा माथि)



ध्वास प्रध्वासमा  
अत्याधिक समस्या



रुघा र खोकी

### नोभल कोरोना भाइरसबाट कसरी आफू र अरुलाई बचाउने ?

नियमित रूपमा सावुन-पानीले हात धुने।



खोकदा र हाँचुं गर्दा नाक र मुख छोप्ने।



फ्लू जस्तो लक्षण (Flu-like symptoms) देखिएमा चिकित्सकसँग परामर्श लिने।



फ्लू जस्तो लक्षण देखाउने जो कोहीको सम्पर्कबाट टाढा रहने।



जंगली तथा घरपालुवा पशुपन्छी सँगको असुरक्षित सम्पर्कबाट टाढा रहने।



पशुजन्य मासु तथा अण्डा राम्रोसँग पकाएर मात्र खाने।



आफूलाई रुघा, खोकी लागेको बेला, भिडमा यात्रा गर्दा र अन्य सार्वजनिक ठाउँमा जाँदा अनिवार्य रूपमा मास्कको प्रयोग गर्ने।



"नोभल कोरोना भाइरस प्रभावित देशहरुबाट आउने मानिसहरुमा दुई हप्ता भित्र रुघाखोकी लागेमा, ज्वरो आएमा, घाँटी/टाउको दुखेमा, ध्वासप्रध्वासमा अत्याधिक समस्या भएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नु।"

सबै सचेत बनौं.

यो रोग सर्नबाट आफू पनि बचाउ र अरुलाई पनि बचाऔं

