

मानसिक स्वास्थ्य समस्याके विमारी बहटी मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी अन्तरक्रिया



पहुरा समाचारदाता
धनगढी, २४ कुँवार । मानसिक स्वास्थ्य समस्याके विमारी बहटी गैल देखल बा । गैरसरकारी संस्थाहुकनसे विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवसके अवसर पारके स्थानीय तहसे बुझाइल जापनमे मानसिक स्वास्थ्य समस्या रहल व्यक्तिहुकनके संख्या बहटी रहल देखल बा ।
दिवसके अवसरमे शुक्रके रोज टमान संस्थाके धनगढी उपमहानगरपालिकाहे बुझाइल जापनपत्रमे मानसिक स्वास्थ्य समस्या रहल व्यक्तिहुकनके संख्या बहल देखल हो । नेपालके राष्ट्रिय मानसिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०७७ के अनुसार देशके कुल जनसंख्या के ४ प्रतिशत ओ ठप १३ से १७ वर्षके ५.२ प्रतिशत किशोरकिशोरीहुके मानसिक स्वास्थ्य समस्या भोगटी रहल पाइल बा ।
यकर साथे ६.५ प्रतिशत वयस्कसे तत्कालिन अवस्थामे आत्महत्याके सोच रहल पाइल बा । विश्वभरमे हरेक वर्ष आत्महत्याके कारण ७ लाखसे ढेर मनैनके मृत्यु हुना करल बा ।
आत्महत्याके घटना ओ मानसिक

स्वास्थ्य एक दुसरमे अन्तरसम्बन्धित बटै । नेपालमेफे आत्महत्या जनस्वास्थ्यके एक समस्याके रुपमे विकराल बन्टी गैल बा ।
नेपाल प्रहरीके तथ्याक अनुसार नेपालमे गैल आर्थिक वर्ष २०८१/०८२ मे आत्महत्याके कारणसे ७०५५ जाने ज्यान गुमाइल तथ्याक रहल बा । आत्महत्याके सम्बन्ध मानसिक स्वास्थ्यसंग रहल बा ।
सर्वेक्षणके अनुसार २३ प्रतिशत भारी मनै केल्ह अपनमे लक्षण देखलपाछे चिकित्सक बा अन्य व्यक्तिसे सहयोग लेना करल बटै जेम्ने मध्ये ६.५ प्रतिशत मनोचिकित्सक, ८.८ अन्य विशेषज्ञ, ६.७ पराम्परागत पूजाआजा, आछट हेरैना, धामीभौकीसँग सेवा लेना करल पाइल बा ।
संविधानसे स्वास्थ्यहे मौलिक हकके रुपमे परिभाषित करलेसेफे मानसिक स्वास्थ्य समस्या रहल व्यक्तिमध्ये ९० प्रतिशतसे ढेर व्यक्ति उपचारसे वञ्चित बटै ।
सबसे ढेर मानवअधिकार हनन हुइनामध्ये मानसिक स्वास्थ्य समस्या

रहल व्यक्तिहरु पर्ना करल देखल बा । एक अध्ययन अनुसार विश्वमे हरेक आठ जानेमध्ये एक जाने मानसिक स्वास्थ्य समस्यासँग वँचटी रहल बटै, जिहीसे ओइनके शारीरिक स्वास्थ्य, गुणस्तरीय जीवन, ओइने औरसंगके सम्बन्ध ओ ओइनके जीविकोपार्जनमे असर पारेसेकना जनाइल बा । मानसिक स्वास्थ्य अवस्थासे किशोर-किशोरी ओ युवाहुकनके बहटी संख्याहेके असर करटी रहल बा ।
नेपाल लगायत संसारभर मानसिक स्वास्थ्य समस्या रहल मनै मानव अधिकार उल्लंघनके टमान घटना भोगटी रहल बटै । ढेरहे सामुदायिक जीवनसे बहिष्कृत करल बा ओ लाञ्छना, भेदभाव करल बा । ढेर जनहनहे आवश्यक पर्ना मानसिक स्वास्थ्य सेवामे पहुँच नैहो ।
गैरसरकारी संस्थासे नगरप्रमुख जापनपत्र बुझाइल
विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवससे अवसर पारके टमान गैरसरकारी संस्थाहुँके शुक्रके रोज धनगढी उपमहानगरपालिकाहे जापनपत्र बुझैले बटै । मानसिक स्वास्थ्य सेवाके

पहुँचमे स्थानीय तहके भुमिकाबारे जानकारी करैटी उहाँहुके जापनपत्र बुझाइल रहित ।

मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोसामाजिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धनके लाग स्थानीय तहसे भूमिका निर्वाह करेसेकना कहटी जापनपत्र बुझाइल पिसविन कैलालीके कार्यक्रम संयोजक हर्कबहादुर ओली बटैले ।

जापनपत्रमे मानसिक स्वास्थ्य, मनोसामाजिक सहयोगके लाग आवश्यक लैंगिक उत्तरदायी नीति निर्माण, कार्ययोजना बनैना तथा आवश्यक स्रोतके व्यवस्था कैना कहल बा ।

स्थानीय तहसे मानसिक स्वास्थ्यके लाग आवश्यक बजेट व्यवस्थापन करके स्वास्थ्यकर्मी, शिक्षक, सामाजिक कार्यकर्ता तथा स्वयमसेवकके क्षमता अभिवृद्धि (तालीम तथा क्लिनिकल सुपरीवेक्षण), जनचेतनामूलक कार्यक्रम, आवश्यक औषधी खरिद, प्रेषण सेवा, पुनःस्थापना तथा पुनर्मिलन सेवा सञ्चालन कैना बजेट विनियोजन कैना माग करल बा ।

मानसिक स्वास्थ्यके हिसावसे जोखिममे रहल विशेष करके दम्पति तथा हिंसा प्रभावित, संरक्षणके सवाल ओ विपद्के जोखिममे रहल नागरिकहे अन्य आवश्यक सेवासंगे अनिवार्य रुपमे मनोसामाजिक सहयोगके व्यवस्था मिलाई पर्ना कहल बा ।

समुदायमे आधारित मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम प्रवर्द्धनात्मक, रोकथाममूलक, (बाँकी ३ पेजमे)



पहुरा समाचारदाता
धनगढी, २४ कुँवार । विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवसके अवसरमे अपाडता रहल व्यक्ति ओ कैलाली गाउँपालिका विच छलफल तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम कैगल बा ।

कोसिसके आयोजना एकता नेपाल, ओरेक नेपाल ओ अपाडता भएका महिलाहरुको महासंघ, सिडिसी, सिविन नेपाल, एमडिएस, फेडो, डिडिएचआरडीके सहकार्यमे विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवसके अवसरमे १० मेरिक अपांता रहल व्यक्तिहुकनके सवालबारे छलफल कैगल हो ।

छलफल कार्यक्रममे उहाँहुके गाउँपालिकाहे १२ बुँदे माग राखल रहित । जेम्ने महिला, बालबालिका अपांगता हुइल व्यक्ति, लैङ्गिक तथा अल्पसंख्यक समुदायके अर्थपूर्ण सहभागिताके सुनिश्चितता हुइपर्ना, सार्वजनिक भौतिक संरचना अपांता ओ लैङ्गिकमैत्री हुइपर्ना माग राखल बा ।

सूचनाके पहुँच अभिवृद्धि कैना प्रभावकारी संचारसहित दोभासेके व्यवस्था करेपर्ना, सामाजिक सुरक्षा भत्ता

वितरण प्रक्रिया सरलीकृत हुइपर्ना, अपांता हुइल व्यक्तिके तथ्याक अध्ययनके कैना करके पालिकासे सहजीकरण कैना ओ मनोसामाजिक अपाडता हुइल व्यक्तिहे परिचयपत्र सहजरुपमे उपलब्ध कराईपर्ना माग करल बा ।

लैङ्गिक अल्पसंख्यक तथा यौनिक संख्यकके तथ्याक संकलन करके सेवा सुविधामे पहुँच वृद्धि करेपर्ना, स्थानीय स्तरसे प्रवाह हुइना सूचना पहुँचयुक्त बनैना माग करल बा । बस्तीस्तरीय योजना तर्जुमा प्रक्रियाहे पूर्णरुपमे कार्यान्वयनमे ल्यानेपर्ना, न्यायिक समितिमे गैल मुद्दाहे प्रभाव कार्यान्वयन समितिके काम कर्तव्य उपर जनचेतना अभिवृद्धि करेपर्ना माग करल बा ।

ओस्टेक करके अपाडता हुइल व्यक्तिहे स्वास्थ्य सेवापूर्ण रुपमे निशुल्क हुइपर्ना, लक्षित वर्गहे उद्यमशिलतामे जोरके आत्म निर्भर बनैना पहल करेपर्ना, बालमैत्री स्थानीय शासन युक्त हुइटी पालिका घोषणा कैना प्रक्रियामे कार्यान्वयनमे ल्यानेपर्ना माग करल बा ।

अन्तरक्रिया तथा छलफल कार्यक्रममे कार्यक्रममे (बाँकी २ पेजमे)

कैलाली उद्योग वाणिज्य संघके ५१औं साधारण सभा रुपेश ओ पुष्कर प्यानल बिच रोचक प्रतिस्पर्धा



पहुरा समाचारदाता
धनगढी, २४ कुँवार । कैलाली उद्योग वाणिज्य संघके आज कुँवार २५ गते शनिच्चरके रोज ५१औं साधारणसभा तथा निर्वाचन हुइ जैटी रहल बा ।
संघके लौव नेतृत्वके लाग अध्यक्ष पदमे पूर्वमहासचिव रुपेश स्वाँर ओ वर्तमान वरिष्ठ उपाध्यक्ष पुष्करराज ओझा छुट्टाछुटे प्यानल सहित प्रतिस्पर्धामे उतरल बटै । ओस्टके, पदाधिकारी ओ सदस्य पदके लाग ६ जाने व्यवसायी स्वतन्त्र उम्मेदवार रहल बटै ।

विगतके चुनाव जस्टे यी बेर फेन संघके लौव नेतृत्वके लाग हुइ जैटी रहल चुनावी प्रतिस्पर्धहि प्रतिष्ठाके लडाईंके रुपमे हेरल बा । यहाँके उद्योगीहुकनके अनुसार, संघके नेतृत्वसे सुदृपश्चिमके आर्थिक दिशा निर्धारणमे महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ना हुइल ओरसे यी बेरके निर्वाचन अधिक जिम्मेवार ओ निर्णायक बन्ना बुझाइ रहल बा ।
पूर्व महासचिव स्वाँर अपने व्यवसायीहुकनके सुझाव ओ मागके आधारमे उम्मेदवार बनल बटैले ।

एकचो अध्यक्ष पदमे पराजित होसेकल स्वाँर यी बेर न्याय हुइना ओ विजयी हुइना आत्मविश्वास व्यक्त करलै । उहाँ कहलै, “हमे औरेक एजेण्डा नैहोके, व्यवहारिक ओ पूरा करे सेकजैना योजनासहित मैदानमे आइल हो । व्यवसायीके अधिकार ओ सम्मानके सुनिश्चितता हमार प्राथमिकता हो ।”
उहाँके प्यानलसे वरिष्ठ उपाध्यक्षमे केशवराज जोशी, उद्योग उपाध्यक्षमे लक्ष्मणराज पन्त, एसोसिएट उपाध्यक्षमे अनिलकुमार भुजनिया, वाणिज्य उपाध्यक्षमे राधिका चौधरी, वस्तुगत उपाध्यक्षमे सिद्धराज पनेरु, महासचिवमे सुरेश पाण्डेय, कोषाध्यक्षमे तिलकबहादुर बोहरा ओ सचिवमे प्रकाशकुमार चन्द उम्मेदवार बनल बटै । यी समूहसे १३ जाने सदस्यमे उम्मेदवार रहल बटै ।
ओस्टके औरे प्रतिस्पर्धी वर्तमान वरिष्ठ उपाध्यक्ष ओझाके प्यानलसे वरिष्ठ उपाध्यक्षमे (बाँकी ३ पेजमे)

पेट, छाती, मुटु तथा थाईराईड विभाग

उपचार हुने रोगहरु

- उच्च रक्तचाप, दम तथा मुटु रोगको उपचार
- सुगर (मधुमेह), थाईराईड रोगको उपचार तथा परामर्श
- मिर्गी रोग, प्यारालाइसिस (पक्षघात) तथा अन्य नशा सम्बन्धी रोगको उपचार
- छाती दुख्ने, पेट दुख्ने समस्याको उपचार
- ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने तथा पुरानो जटिल रोगको उपचार तथा परामर्श
- सिकल सेलरोग तथा अन्य रगत कम (Anemia) को उपचार तथा परामर्श

२४ से घण्टा आकस्मिक उपचार

ओ.पि.डी. सेवा प्रत्येक दिन (बिहान ८ देखि साँझ ५ बजेसम्म)



धनगढी
संजिवनी अस्पताल प्रा. लि.
९ (राष्ट्र बैंक चौक, धनगढी-५) ☎ सम्पर्क नं. ०९१-५९०३२८, ९७६४२१२७२७, ९७६९९३२१०५



डा. सुमन चौधरी
MBBS, MD (KU)
NMC No. 15308
कन्सल्टन्ट फिजिसियन






स्माईल चौधरीसे प्रकाशित

सठपाढक : प्रेम चौधरी (९८४८४२२२०७)

कार्यकारी सठपाढक : राम दह्रि (९८४८४९४५१८)

भाषा सल्लाहकार : दिलबहादुर चौधरी

पहुडा सठपाढक : कृष्णराज सर्वहारी

कागुली सल्लाहकार : अधिवक्ता जोहारीलाल चौधरी

व्यवस्थापन सल्लाहकार : राजकुमार चौधरी

प्रधान कार्यालय: धन.पा.- ८, शिवनगर, कैलाली (नमस्ते सहकारी भवन)

मसुरिया शाखा: दिनेश दह्रि (९८२६४१६०१)

हसुलिया शाखा: नरेन्द्र चौधरी (९८८८४३०३६)

पहलमानपुर शाखा: जीवन चौधरी (९८४७५०१८८७/९८२५६२९३०५)

प्रधान कार्यालय धनगढी

E-mail: dailypahura@gmail.com,

Website: pahura.com

मुद्रक : समेजी अफसेट प्रेस, बेहडी, धनगढी

जग्गाके स्वामित्व नैपाके समस्या

कञ्चनपुर, २४ कुँवार । कञ्चनपुरके कृष्णपुर नगरपालिका-३ के बासिन्दा ५० बरससे चलनभोग कैटी आइल जग्गाके स्वामित्व आभिन पाइ नैसेकल हुइत ।

तत्कालीन सुकुम्बासी आयोगसे सेतो जग्गाधनी प्रमाण-पुर्जा वितरण कैलेसे फेन उहीसे मान्यता नैपाके स्थानीय बासिन्दा स्वामित्वविहीन अवस्थामे रहल बटै ।

जग्गाके स्वामित्व नैपाके स्थानीय आपन जग्गा बैक्त्मे धितो राखके कारोबार सुरु कैना, उद्यमशीलता कार्यक्रम आधे बहैना ओ सरकारी सहूलियत पाइ नैसेकल बटैले बटै । स्थानीय गंगाराम चौधरीके अनुसार विसं २०६७ सालमे तत्कालीन सुकुम्बासी आयोगसे नापनक्सा कैके राजस्व बुझाके जग्गा रजिष्ट्रसनसहित पुर्जा उपलब्ध कराइल रहे । “उ पुर्जाहे कानुनी मान्यता नैडेके आभिन स्वामित्वविहीन बने पुगल बटी”, चौधरी कहलै । भर्खरे विघटन हुइल भूमि आयोगसे पुनः नापनक्सा कैके रजिष्ट्रसनके काम सपन्न करल ओ राजस्व फेन बुझासेकल रलेसे फेन पुर्जा किल वितरण हुइना बाँकी रहल स्थानीय दिपक खत्री बटैलै । ओहकान अनुसार मालपोत कार्यालयके कर्मचारीको ढिलासुस्तीके कारण पुर्जा वितरण प्रक्रिया आधे बहे नैसेकल हो ।

सेतो पुर्जा प्राप्त कैलेसे फेन मान्यता नैपाइल वडाके ९१ परिवारसँग झण्डै

मानसिक स्वास्थ्य...

गाउँपालिका उपाध्यक्ष भगवतीकुमारी चौधरी मानसिक स्वास्थ्य समस्याके विमारी बहटी गैल बटैली ।

उहाँ कहली, हरेक व्यक्तित्वमे मानसिक स्वास्थ्य समस्या रहठ । मने केकरमे कटरा वा कना केल्ह हो । जेकरमे ढेर समस्या हुइठ ओइने केल्ह डेखावटी रुपमे बाहेर अइठै ।

गैरसरकारी संस्थासे अपाडता लगायत सीमान्तकृत समुदायमे माग

संधियारको नाममा जारी १५ दिने सूचना

यस उपमहानगरपालिकाको वडा नम्बर ६ कित्ता नं. १५८ क्षेत्रफल १६९.३१६ वर्गमिटरमा भवन निर्माण गर्ने घरधनी श्री हिमशीला जोशीले यस उमनपामा पेश गरेको नक्सा बमोजिमको भवन निर्माण गर्न संधियारको नाममा सूचना प्रकाशित गरिएको छ । निवेदन साथ पेश हुन आएको प्रमाण र नक्साको आधारमा निर्माण स्वीकृति दिँदा तपाईंको जग्गाको हानिनोक्सानी हुन्छ, हुँदैन, सन्धि सर्पन हानिनोक्सानी हुने भए यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ दिनभित्र सबूत प्रमाणसहित नगरपालिकामा उजुर गर्न सूचित गरिन्छ । अन्यथा कानून बमोजिम नक्सापास भै जाने व्यहोरा सम्बन्धित सबैको जानकारीको लागि अनुरोध छ ।

१. निर्माण निमित्त प्रस्तावित जग्गाको चार किल्लाको विवरण

पुर्व: नाम नखुलेको

पश्चिम: सडक

उत्तर: जानकीदेवी उपाध्याय

दक्षिण: निर्मला जोशी

धनगढी उपमहानगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, धनगढी, कैलाली

दिवश ड्राईभिङ सेन्टर

दक्ष चालक बना सक्नु सैद्धान्तिक तथा व्यावहारिक ज्ञान देना प्रयास हमार, सफलता अपनैके ।

सीप सिकी, स्वरोजगार बनी विद्यार्थी ओ गुणमे अउईयाहुकनहे विशेष छुटसहित...

हमार यहाँ दक्ष प्रशिक्षकहुकनसे मोटर साईकल, स्कुटी, कार, जीप ग्यारेन्टीके साथ ड्राईभिङ सिखैनाके साथै फोटोग्राफीके सुविधा समेत उपलब्ध बा ।

नोट: साथै दुरसे अउईया विद्यार्थीके लाग बैठ्ना व्यवस्था समेत उपलब्ध बा । समयमे सक्नु सिकाह विद्यार्थीहुकनहे सम्पर्क कैना सहर्ष जानकारी कराइटी ।

धनगढी, चटकपुर कैलाली फोन. ०९१-४१०२३७ मो.९८४८४३९६८५

विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस

अनुभूति, अनुभव ओ सन्देश

एक महिना आगे एकजाने १७ वर्षके किशोरीहे आफन्त मनोविमर्शके लाग लेके अइलै । किशोरी एकडम निराश ओ कमजोर आत्मविश्वासके अवस्थामे रहि । मै एकान्तमे सुरक्षित वातावरण निर्माण कैके बाट करे लगनु, उहाँके बाटमे अनुभूतिपूर्वक सुन्नु ओ कौनो गोपनियता करेपरना बाट रलेसे गोपनियताके सम्मान करना बाट करनु । ढिरेसे उ किशोरी अपन बाट खोल्लि ओ अपन जीवनमे भोगल हिंसा दुर्व्यवहारके बारेमे बटैलि । मै उ सब बाटहे सहज रुपमे व्यक्त हुइक लाग सुरक्षित वातावरण निर्माण करनु । उहाँक भावनाके सम्मान करनु ओ उ परिस्थितिहे बुझन कोसिस करनु । हप्ते हरेक हुना मिल्लि ओ कुछ समयपाछे उहाँ सहज ओ आत्मविश्वासी बल्लि उहाँ दैनिक करना काममे फेन लागे लग्लि ।

यी एक प्रतिनिधि घटना हो । मै मोर मनोविमर्शकर्ताके रुपमे बिताइल डेढ दशकमे टमान उमेर समूहके टमान मेरिक भावनात्मक कठिनाई हुइल सयौं केशहे मनोविमर्श प्रदान करना तथा थप सहयोग आवश्यकता रहलहे मनोचिकित्सक तथा अन्य निकायमे सिफारिस करले बटु । द्वन्द्व प्रभावित व्यक्तिके आघातपूर्ण समस्यामे मल्हम लगैनासे, मानव बेचबिखनके जोखिममे रहल व्यक्ति, बाढ पहिरो प्रभावित व्यक्ति, कोभिड १९ के महामारीसे लैंगिक हिंसाके घटनासे पीडित तथा प्रभावितमे निरन्तर काम करटि बटु । हरेक वर्ष अक्टोबर १० मे विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस विश्वभरी टमान सचेतनामूलक कार्यक्रम कैके मनैना करल सन्दर्भमे अपन अनुभवके शेयर करना मनसायसे मानसिक स्वास्थ्यके बारेमे कुछ लिखटु ।

मनै जीवनके टमान घडीमे टमान मेरिक घटना बेहोरटि रहठ । अइसिन कुछ घटनासे मनैके मन मस्तिष्कमे भारी आघात परल रहठ । यी अइसिन जीवनमे घटल घटनासे जब व्यक्ति सामान्य मनैसे ढेर भावनात्मक रुपमे उथलपुथल होके ओकरमे टमान लक्षण देखा परठ ओ यिहिनसे ओकर दैनिक कृयाकलापमे लम्मा समयसम प्रभाव परल, ओकर सम्बन्धमे असर परठ कलेसे उहिनहे मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वरुथ समस्या हुइ सेकठ । मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वरुथ समस्यासे व्यक्तिके शारीरिक रुपमे कपरा पिरैना, छाती पिरैना, पेट गडबडी हुइना, ढाड पिरैना, रक्तचाप बहना वा घट्ना, घुम्ति लगना, निम्मे समस्या, हातगोर पिरैना, शिथिल वा कमजोर महशुस हुइना, निन्द नैपरना, खानाके रुचि घट्ना वा बहना, श्वास फेर्न करा हुइना, जिउभरी सिउसे घोचल जस्टे महशुस हुइना, शरीर पिरैना तथा

झम्झमाइ सेकठ कलेसे भावनात्मक रुपमे नैमजा लगना वा दुःखी हुइना, डर लगना, रिस लगना, झिँजो लगना कौनो बाटमे खुशी हुइना वा रमाइ नैसेकना, आत्मग्लानी हुइना, आत्मबल ओ आत्मसम्मानके कमी महशुस वा वृद्धि हुइना, रोइना मन लगना जैसिन समस्या देखा परे लागठ ।

अस्टेक ओकर विचारमे फेन परिवर्तन आके निराशापन, मूल्यहीनता, असहायपन, निर्णय लेहे नैसेकना, ध्यान केन्द्रित करे नैसेकना, भविष्यप्रति नकारात्मक दृष्टिकोण, आत्महानी वा आत्महत्याके सोच, विचार अइना आत्महत्या करना योजना बनैना, प्रयास करठै । अस्टेक व्यवहारमे फेन परिवर्तन होके सामाजिक क्रियाकलापसे डुर हुइना,

अइसिन समस्या कुछ सामाजिक कारणसे हुइ सेकठ, कुछ भर मनोवैज्ञानिक ओ जैविक कारणसे फेन हुइना करठ । यी ओहे कारणसे मनैहे मानसिक ओ मनोवैज्ञानिक असर परे सेकठ । सामाजिक कारणमे आघात जन्य घटना जस्टे बलत्कार, हत्या, हिंसा, युद्ध, गम्भीर मेरिक दुर्घटना, प्रियजनके मृत्यु, बेसहारा हुइना, शारीरिक तथा यौन जन्य दुर्व्यवहार, गरीबी, बेरोजगारी भेदभाव हो कलेसे मनोवैज्ञानिक कारण बाल्यकालमे मानसिक आघात, बेवास्ता, नकारात्मक सामाना करना व्यवहार परठ । अस्टेक जैविकक कारण वंशानसगत गुण, मस्तिष्कमे हुइना संक्रमण, ट्यूमर, कपराके चोट, अत्याधिक

विशेष कैके किशोरा अवस्थामे जीवनके अति संवेदनशील उमेर हो । भावनात्मक ओ मनोसामाजिक परिवर्तन समेत हुइना यी उमेरमे मनोसामाजिक ओ मानसिक स्वास्थ्य समस्याके समेत जोखिम हुइना करठ । तसर्थ दैनिक जीवनमे आइ सेकना भावनात्मक, व्यवहारिक तथा सम्बन्धमे आइ सेकना समस्याके पहिचान ओ ओकर व्यवस्थापनके विषयमे समेत किशोरकिशोरीहुक्रे जानकार बनैना आवश्यक बा । समुदायमे मानसिक स्वास्थ्य समस्यासँग सम्बन्धित टमान लाञ्छनासे समयमे समस्याके पहिचान ओ सहयोग लेना प्रमुख बाधक तत्वके रुपमे रहल बा । समुदायमे रहल मानसिक स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित गलत धारणा ओ लाञ्छनाहे चिरना व्यापक रुपमे जनचेतनाके कार्यक्रम सञ्चालन करना आवश्यक रहठ कलेसे ओहे मेरिक सरकारसे फेन नीति निर्माण तथा रहल नीतिके प्रभावकारी कार्यान्वयन ओ नियमित मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी सेवा समुदायस्तरमे सर्वसुलभ ओ गुणस्तरीय रुपमे उपलब्ध कराइ परठ ।

पाठकवर्गसे अनुरोध

प्रिय पाठकवर्ग, पहुरा मिडिया प्रालिसे सन्चालित पहुरा दैनिक ओ पहुरा अनलाइनमे हमार सकेसम थारुपन लन्ना कोशिश जारी बा । विचार पेजमे थारु लगायट अन्य जनजातिनके आवाज हमार पहिला प्राथमिकता हो । अपन मनेम लागल उकुसमुकुस बाट अपनेनके फे लिखके पठाइ सेकि । अपनेनके विचार लम्मा हुइ परठ कना नइ हो । आइ कलम पकि, अपन मनक बाट ढेरसे ढेन जनहन बाँटि । पहुरा अनलाइनमार्फत अपन बाट संसार भर पुगाइ ।

—सम्पादक

जरूरी टेलिफोनके प्रायोजक: हमार यहाँ बोर्डलर सुगौनके मासु सुपथ मोलमे मिलठ । सेवा कर्ना मौका अवश्य देह्वी । नोट : भोजविहा, व्रतवन्धके लाग होम डेलिभरीके सुविधा बा । प्रो.रमेश चौधरी केभी मासु पसल बेयावेहडी चौक, धनगढी कैलाली शारद उर्माव लगगे मो. ९८११६३५६८० एकुलेन्स नम्बर ९८२४६८९६१७, ९८५४६८००९८, ९८१४६८०८०४६, ९८१४६८०००६८, ९८१४६८००२४६ प्रहरी अञ्चल प्रहरी कार्यालय ०९१- ४२९३०१ मालिका विकास बैक०९१-४२९३०३८ जिल्ला प्रहरी कार्यालय ०९१-४२९१४०१,१०० वडा प्रहरी कार्यालय ०९१-४२९१४०१,११० ईपिका अन्तरीया ०९१-४४०११२ त्रिनागर प्रहरी चौकी ०९१-४२९१८३ जिल्ला प्रहरी कार्यालय ०९१-४२९१४३ ईपिका मसुरिया ०९१-४००१४ ईपिका चौमाला ०९१-६९२४०१ ईपिका लम्की ०९१-४४०११९ ईपिका मजली ०९१-४८०११९ ईपिका सुर्खड ०९१-४२९१६६ ईपिका मालाखेती ०९१-४४०११२ ईपिका फल्ठुरे ०९१-६९०३३० ईपिका हसुलिया ०९१-४२९१४३ ईपिका पाण्डेन १७४९०१४९०४ सिमा प्रहरी चौकी बहुलिया ०९१-४२९२०६ ईपिका टीकापुर०९१-४६०११९ स.प्र.वल सिमासुरक्षा धनगढी ४२६९२८ बैक नेपाल राष्ट्र बैक ०९१-२९३२२ नवजिवन बैक ०९१-४२३६४३ कृषि विकास बैक ०९१-४२९३३४ मालिका विकास बैक०९१-४२३७३८ बैक अफ काठमाण्डौ ०९१-४२३३८६ बैक अफ एसिया ०९१-४२४६४० नेपाल बलादेश बैक ०९१-४२९७८५ सिटिजन बैक ०९१-४२७८८५ कुमाारी बैक ०९१-४२६०३८ सनग्राईज बैक ०९१-४२४८४० नेपाल ईन्जिनेअरिङ बैक०९१-४२३७०६ एनएमबी बैक लि.०९१-४२९१६६ सरकारी कार्यालय जिल्ला प्रशासन .०९१-४२९१०१ जिल्ला विकास .०९१-४३३४६० नगरपालिका .०९१-४२९४२९ मालपोत.०९१-४२९३०१, नापी शाखा.०९१-४६०४०२ कृषि विकास .०९१-४२३२४५, भूमि सुधार.०९१-४२९३२४ जिल्ला हुलाक.०९१-४२९३५२, नेपाल बाल संगठन: ४२३६६५ अस्पताल सेती अञ्चल.०९१-४२९३०१ नवजिवन ०९१- ४२९३३३/४२९७३३ विजय मेडिकल हल धनगढी ०९१-४२३४३४ पद्मा धनगढी ०९१-४५०३४५ सेवा नर्सिङ होम अन्तरीया ०९१-४५०७१७ एकुलेन्स मसुरिया १७४९०१८०८१ घोडाघोडी अस्पताल सुर्खड०९१-६९४७०७ टीकापुर अस्पताल ०९१-४६०१४० दमकल १०१ नेपाल रेडक्रस सोसाईटी ०९१-४२९३३३ कैलाली उ.वा.संघ ४२९३३७, ४२३९७७ एम्बुलेन्स : ४२९६०० सामुदायिक एम्बुलेन्स सेवा टीकापुर ९८४६४७७४० विगत : ४२९१४५ दिनेश नेटल ०९१-४२९३९२ हुटल जिमेट्री ०९१-४२९३९८/४२९३९९ जगदम्बा०९१-४२३४९०, विद्या०९१-४२३७०३ तरुण ०९१-४२४६९३, सनलाईट०९१-४२९४३६ वल्ड लिंक धनगढी :४२०९४९ बालुवाजा०९१-४२३२३०/४२७९१० नेपाल पत्रकार महासंघ :४२७९२२ शैक्षिक संस्था कैलाली बहुमुखी क्याम्पस ०९१-४२९३२३ सुदूरपश्चिमाञ्चल क्याम्पस ०९१-४२३९१२ रेशर्च बहुमुखी क्याम्पस ०९१-४२९०७९ राजनैतिक पार्टी नेपाली कांग्रेस कार्यालय : ४२७९४५ नेकपा (एमाले) कार्यालय : ४२७९०१ बसपाका काउन्टर धनगढी : ०९१-४२९३२४ एफ.एम दिनेश एफ एम ९३.८ मेगाहर्ट्ज धनगढी: ०९१-४२६७०१	रुकमला बुढाथोकी मनोविमर्शकर्ता अधिकृत
---	---

अवस्थामे फेन मानसिक समस्या रहल पाइल बा । २.३ प्रतिशत वयस्कमे आ ०.९ प्रतिशत किशोरकिशोरीमे उदासिनताके समस्या डेखाइल बा । ६.५ प्रतिशत वयस्कमे ओ ३.९ प्रतिशत विशोरकिशोरीमे हालके अवस्थामे आत्महत्याके सोच रहल बा । अस्टेक १.१ प्रतिशत वयस्क ओ ०.७ प्रतिशत अपन जीवनकालमे आत्महत्याके प्रयास करल पाइल बा ।

विशेष कैके किशोरा अवस्थामे जीवनके अति संवेदनशील उमेर हो । भावनात्मक ओ मनोसामाजिक परिवर्तन समेत हुइना यी उमेरमे मनोसामाजिक ओ मानसिक स्वास्थ्य समस्याके समेत जोखिम हुइना करठ । तसर्थ दैनिक जीवनमे आइ सेकना भावनात्मक, व्यवहारिक तथा सम्बन्धमे आइ सेकना समस्याके पहिचान ओ ओकर व्यवस्थापनके विषयमे समेत किशोरकिशोरीहुक्रे जानकार बनैना आवश्यक बा । समुदायमे मानसिक स्वास्थ्य समस्यासँग सम्बन्धित टमान लाञ्छनासे समयमे समस्याके पहिचान ओ सहयोग लेना प्रमुख बाधक तत्वके रुपमे रहल बा । समुदायमे रहल मानसिक स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित गलत धारणा ओ लाञ्छनाहे चिरना व्यापक रुपमे जनचेतनाके कार्यक्रम सञ्चालन करना आवश्यक रहठ कलेसे ओहे मेरिक सरकारसे फेन नीति निर्माण तथा रहल नीतिके प्रभावकारी कार्यान्वयन ओ नियमित मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी सेवा समुदायस्तरमे सर्वसुलभ ओ गुणस्तरीय रुपमे उपलब्ध कराइ परठ ।

मनोसामाजिक तथा मानसिक स्वरुथ समस्याहे समयममे मनोविमर्श लेना ओ उपचार करना आवश्यक रहठ । समयमे पहिचान कैके मनोविमर्श लेना ओ उपचार करलमे यी समस्या कम हुइ । सबजे अपने लगगे रहल तालिम प्राप्त मनोविमर्शकर्ता, मनोचिकित्सकहुकनके जानकारी रहे परल ।

मानसिक तथा मनोसामाजिक सहयोगके लाग टिपिओ नेपालके हेल्पलाईन नम्बर १६६००१०२००५ मे हरेक दिन बिहान ९ बजेसे साँझ ५ बजेसम फोन कैके सेवा लेहे सेक्जाइठ । यी नम्बरमे नेपाल टेलिकमके नम्बरसे फोन करलेसे कौनो शुल्क नैलागत ।

(लेखक टिपिओ नेपालमे मनोविमर्शकर्ता अधिकृतके रुपमे धनगढी कैलाली, सुदूरपश्चिम प्रदेशमे कार्यरत बटै ।)

साहित्यिक फूलारिया

गजल

रमेश दंगाली

काट जाइ हम्न खर बन्कस बन्चाँ निभुल्ल हूँ।
भर्वा बोक्लसे डट्करैना उ मट्वा निभुल्ल हूँ।

बर्कि, मन्हली, छोटिक हुँक का करठुँइहि कठुँ,
पानी भर जाइँट सङ्ग बर्का घट्वा निभुल्ल हूँ।

खेल्लील छुटिम लारी बेटी नुकि साढाँ सक्कु,
रुगरुग्याँ खेल्ला डख्क पख्वा निभुल्ल हूँ।

महतान बेगारी बर्कान बेगारी साहाम जाउ फेर,
मट्वार होख पियल डब्बा छब्बा निभुल्ल हूँ।

जट्टा मिठ खाओ बिदेशम याद ट घरक अइठा,
मिठ लाग भोक्किम रिभल कप्पा निभुल्ल हूँ।

तुलसीपुर दाङ

मुक्तक

रामचरण कुशमी

मोर बसाइँ जहाँ रलेसे फे मन टे ठारु हो
मनै मै एक रहलेसे फे काम मोर चारु हो

कबु डाब कबु उलार डगरमे काम कैके
ठाकाइ मानाँ मेटैना संघर्या मोर डारु हो

टीकापुर, कैलाली

गजल

दिवस थारु

ढकिया बैँरा डेल्ला सजाक आपन पहिचान बचाइ।
थारु पहिरन पोसाक लगाक आपन पहिचान बचाइ।

रितिथिति भाषा संस्कृति बिग्रटि जाइटा आजकल,
थारु भाषा, संस्कृति भल्काक आपन पहिचान बचाइ।

टर टिहुवारमेफेँ इ लौवा पुस्ता नच्छ डिस्को गीतम,
आपन पुर्ख्या गीतम नचाक आपन पहिचान बचाइ।

क्याकर बा, धन सम्पत्ति गरिब किसान थारु हम्न,
मकैक भाट, मार, पानी खाक आपन पहिचान बचाइ।

एकजुट होक संघर्ष करि जसिकफेँ जोगाइ संस्कृतिहँ,
डाडु भैयन सक्हुन जुटाक आपन पहिचान बचाइ।

बारबर्दिया-३, भविकपुर, बर्दिया

मुक्तक

राम पछलदङ्ग्याँ अनुरागी

मैयक प्यारम महि पागल बनाडेलो
लिखल प्रेम कहानी गजल बनाडेलो

टुहिन मै आपन दिलक दरबार ढर्नु
सम्भनाफे कसिन पलपल बनाडेलो

हेकुली-८, दाङ

मनसुन प्रतिकार्य योजना निर्माणमे लापर्बाही

पहुरा समाचारदाता

धनगढी, २४ कुँवार । बसेँनि मनसुनजन्य विपतके सामना कैटी आइल सुदूरपश्चिम प्रदेशमे यी बरसके मनसुन पूर्वतयारी प्रतिकार्य कार्ययोजना (एमपिआरपी) निर्माणमे प्रदेश सरकारसे लापर्बाही करले बा ।

मौसम विज्ञ धर्मराज उप्रेती मनसुन सुरुवातमे बनाइ पर्ना मनसुन पूर्वतयारी प्रतिकार्य कार्ययोजना यी बरसके मनसुन सुदूरपश्चिमसे बाहरहुइँटसम नैबनाके प्रदेश सरकारसे त्रुटि करल गुनासो करलै ।

मनसुन अवधिमे मनसुनजन्य विपतसे हुइ सेवना जनधनके क्षति न्यूनीकरण, खोज, उद्धारलगायतके कार्यके लाग हरेक बरस एमपिआरपी अद्यावधिक ओ पारित कैके ओकर आधारमे काम करजाइँट । विपत् अइनासे आधे पूर्वतयारी, विपतके समयमे खोज, उद्धार ओ विपतपाछे पुनर्स्थापना, व्यवस्थापनलगायतके कार्य यकर आधारमे हुइना करट । मने यी बरस मनसुन बाहरहुइँटसम सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकारसे एमपिआरपी बनाइ नैसेकल । मनसुन पूर्वतयारी प्रतिकार्य कार्ययोजना बनाके पास नैकैना कहलक जनताहे उल्टै विपतमे धकेल्नु सरह रहल विज्ञहरुनके बुझाइ रहल बा ।

मौसमबारे जानकारी एक जाने विज्ञ कहलै, “पूखेओर हुइल जैसिन विपत् पछिउ ओर हुइल रहट कलेसे प्रदेश



सरकार का करट ? यी पास नैना कहलक जनताहे उल्टै विपतमे धकेल्ना हो ।” आन्तरिक मामिला तथा कानून मन्त्रालयके अनुसार मनसुन पूर्वतयारी प्रतिकार्य कार्ययोजना तयार करल रहे मने ओम्ने कुछ संशोधन करे पर्ना आवश्यक हुइलपाछे उ पास हुइ नैसेकल । तयार पारल कार्ययोजनाहे आन्तरिक मामिला तथा कानूनमन्त्रीके अध्यक्षतामे रहल कार्यकारी समितिसे पास करे परट ।

यी समितिमे विषयगत मन्त्रालय सदस्य रहना करल बटै । समितिके छलफलमे विषयगत मन्त्रालयके सचिव फरक मत राखलपाछे उहीसे फेन मनसुन पूर्वतयारी प्रतिकार्य कार्ययोजना पास कैनामे बाधा हुइल जनाइल बा । छलफलमे विषयगत मन्त्रालयके कुछ सचिवके फरक धारणा आइल मन्त्रालयके प्रवक्ता एवं उपसचिव आमोद दाहाल स्वीकार करलै । उहाँ मनसुन पूर्वतयारी प्रतिकार्य कार्ययोजना संशोधन

करे पर्ना डेखलपाछे पास नैहुइल जिकिर करलै । “सुरुमे एक खालके मनसुन रहल बेला उहे अनुसारके कार्ययोजना बनल रहे,” दाहाल कहलै, “मने पाछे मनसुनी मौसम ओरे मेरके होके संशोधन करे पर्ना बात आइल । उ संशोधन करे पर्ना कारणसे पास हुइ नैसेकल ।”

मनसुन पूर्वतयारी प्रतिकार्य कार्ययोजना नैहोके काम कैना संयन्त्र नैहुइल हो कि कहिके नैबुइना उहाँ बटैलै । उहाँ कहलै, “हमारसँग डकुमेन्ट नैरहल नैहो, पुरान डकुमेन्ट बा । ओकर आधारमा काम करली ।” मनसुन बाहिर्याइँटसम मनसुन पूर्वतयारी प्रतिकार्य कार्ययोजना नैबन्ना प्रदेश सरकारके गम्भीर लापर्बाही नैहो ? कहिके कार्यकारी समितिके अध्यक्षसमेत रहल आन्तरिक मामिला तथा कानूनमन्त्री हिरासिंह साकीहे पुँछेबर उहाँ यी विषयमे अनविज्ञता प्रकट करल रहिट ।

मानसिक स्वास्थ्य...

उपचारात्मक ओ पुनर्स्थापनात्मक) तर्जुमा ओ कार्यान्वयन कैना नेतृत्वदायि भूमिका निर्वाह करपर्ना, मानसिक स्वास्थ्य समस्या हुइल व्यक्ति ओ परिवारके सदस्यप्रतिके लाञ्छना, भेदभाव, अवहेलना कम कैना ओ मानवअधिकारके संरक्षण कैना स्थानीय तहमे नीति बनाइ कार्यान्वयनमे ल्याने पर्ना कहल बा ।

मानसिक स्वास्थ्य प्रवर्द्धनके लाग एकट्ठार नीति अबलम्बन करके स्थानीय स्तरके सरकारी, गैसस/राष्ट्रिय स्तरके विशेषज्ञ संस्था तथा अन्य सरोकारवालासँग साभेदारी करके एक द्वार प्रणाली मार्फत न्यूनतम मापदण्ड बनाके कार्यक्रम सञ्चालन करेपर्ना जापनपत्रमे कहल बा ।

केन्द्रीय तथा प्रादेशिक सरकारसँग समन्वय करके मानसिक स्वास्थ्य तथा

मनोसामाजिक सुस्वास्थ्य सम्बन्धि कार्यक्रम अपन पालिकामे ल्यन्ना पैरवी करके जनस्वास्थ्यके अन्य कार्यक्रमसंगे यिहीहेफे समायोजन करटी लैजाइँ पर्ना कहल बा । कार्यक्रमके प्रभावकारिताके लाग स्थानीय स्तरमे अधिकार सम्पन्न समन्वय समिति गठन करके कार्यान्वयन करल कार्यक्रमके प्रभावकारीताके नियमित अनुगमन तथा सुपरिवेक्षण करेपर्ना कहल । उहाँहुके पालिकासँग सहकार्यमे प्राविधिक सहयोग, क्षमता विकास ओ समन्वयके लाग सदा तयार रहलफे बटैले बटै । जापनपत्र धनगढी उपमहानगरपालिकाके प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत नरेन्द्रबहादुर खातीहे बुझाइल रहिट ।

जापनपत्र पिसविन कैलाली, एकता नेपाल, सिविन, डब्लुएचआरडी, युनिसेफ, ओरेक, एनइएन, सिडिसीलगायतसे बुझागिल रहे ।

रूपेश ओ पुष्कर...

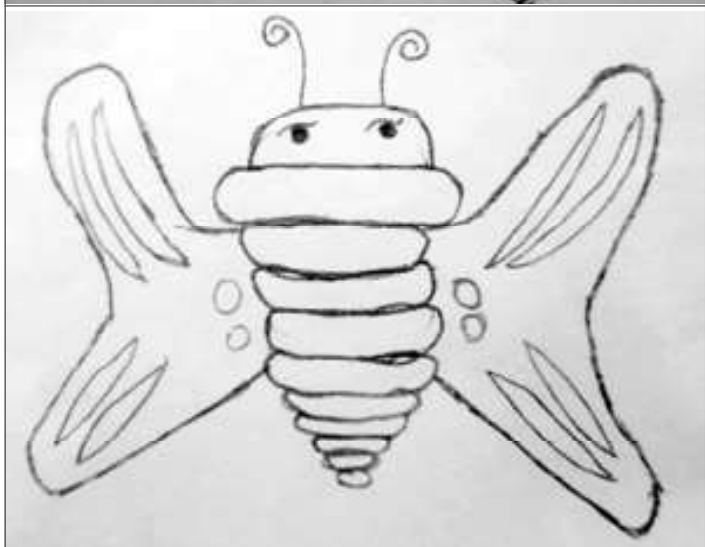
ओमबहादुर बिष्ट, उद्योग उपाध्यक्षमा बासुदेव भट्ट, एसोसिएट उपाध्यक्षमा मनोज अग्रवाल, वाणिज्य उपाध्यक्षमा गगनराज केसी, वस्तुगत उपाध्यक्षमा भीमराज ओभ्ना, महासचिवमा दिनेश लम्साल, कोषाध्यक्षमे सुरेन्द्रबहादुर कडायात ओ सचिवमे कृष्णाकुमारी बिष्ट उम्मेदवार रहल बटै । उहाँके प्यानलसे फेन १३ जाने सदस्यमे उम्मेदवारी डेले बटै ।

अध्यक्ष पदके उम्मेदवार ओभ्ना आपन टिममे सक्कु क्षेत्रके सक्रिय व्यवसायीहे समावेश करल बटैटी अइना कार्यकालमे व्यवसाय प्रवर्द्धनके ठोस कार्यक्रम लन्ना प्रतिबद्धता जनैले बटै । उहाँ कहलै, “हमे व्यवसायीके वास्तविक समस्या समाधानमे केन्द्रित रहब । सुदूरपश्चिमके आर्थिक रूपान्तरणके लाग निजी क्षेत्रहे सक्षम ओ प्रतिस्पर्धी बनैना हमार मुख्य एजेण्डा हो ।”

स्वतन्त्र उम्मेदवार ओर वरिष्ठ उपाध्यक्ष पदमे सुरेन्द्र राठी, एसोसिएट उपाध्यक्षमे कविन्द्र पन्त ओ सचिव पदमे कोपिला कुँवर रहल बटै । निर्वाचनसे संघके अध्यक्षसमेत नौ जाने पदाधिकारीसहित २२ सदस्यीय लावा कार्यसमिति चयन कैना बावै । नेतृत्व चयनके लाग निर्वाचनमे दुई हजार २७४ जाने व्यवसायी मतदाता रहल बटै ।

साप्ताहिक बाल स्तम्भ

अप्सना चौधरी, कक्षा: ३
पञ्चोदय मावि
धनगढी, कैलाली



आरोही चौधरी, कक्षा: ७
गुरुकुल एकेडेमी, धनगढी, कैलाली

श्रम तथा रोजगार कार्यालयको जनहितमा जारी सन्देश

- श्रम तथा रोजगार कार्यालयको जनहितमा जारी सन्देश
- रोजगार सम्झौता गरेर मात्रै काममा लागौ र लगाऔ ।
- औपचारिक तथा अनौपचारिक क्षेत्रका सम्पूर्ण श्रमिकको न्यूनतम ज्याला रु. १९,५५०/- अनिवार्य रूपमा कायम गरौ/गराऔ ।
- समान कामको समान ज्याला लैगिक आधारमा पारिश्रमिकमा विभेद गर्नु कानूनी अपराध हो ।
- कार्य स्थलमा श्रमिकलाई सुरक्षाका उपकरणहरू उपलब्ध गराई काममा लगाऔ, लैगिक हिसाको अन्त्य गरौ ।
- बालश्रम कानूनी रूपमा दण्डनिय अपराध हो । बालश्रम नगरौ/नगराऔ ।
- श्रम अडिट प्रत्येक वर्षको पौष मसान्तभित्र अनिवार्य रूपमा पेश गर्नु/गराउनु उद्योग/प्रतिष्ठानको कर्तव्य हो अन्यथा नियमानुसार कारवाही गरिने छ ।
- असल श्रम सम्बन्धको आधार सामाजिक सुरक्षा र रोजगार औद्योगिक दुर्घटना न्यूनीकरण गरौ व्यवसायजन्य रोग लाग्नबाट बचौ ।
- श्रम ऐन, २०६४ र नियमावली, २०७५ को पूर्णरूपमा कार्यान्वयन गरौ ।
- वैदेशिक रोजगारीमा जाँदा अनिवार्यरूपमा श्रम स्वीकृति गरेर जाऔ ।



श्रम तथा रोजगार कार्यालय

धनगढी, कैलाली

सुदूरपश्चिम प्रदेशको अत्याधुनिक सुविधा सत्पन्न

Advanced Healthcare for all...

निसर्ग हस्पिटल

एण्ड रिसर्च सेन्टर प्रा.लि.

विशेषज्ञ डाक्टर तथा ओ.पि.डी सेवाहरू

जनरल फिजिशियन (पेट, छाती, मुटु) रोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

रेडियोलोजी विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

न्युरो, गस्त्रिक, नशा तथा मेसुडण्ड रोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

हाडजोर्नी तथा स्पोर्ट्स फिजियोथेरापिस्ट

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

हाडजोर्नी तथा नशा रोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

जनरल तथा ल्याप्रोस्कोपिक सर्जन

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

स्त्री तथा प्रसूति रोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

नवजात शिशु तथा बालरोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

नाक, कान, घाँटी तथा थाइरोइड रोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

एनेस्थेसिया तथा क्रिटिकल केयर विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

मुख, अनुहार तथा बङ्गरा विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

मानसिक तथा नशा रोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

छाला, यौन, कृच्छरोग तथा सौन्दर्य विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

मृगौला तथा मुत्ररोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

मुटु रोग विशेषज्ञ

केटी सञ्चालन: विहान ९ बजेदेखि बिहान ५ बजेसम्म

Hasanpur, Dhangadhi-5, Kailali, Nepal

091-527000/01/02, 9865680100, 9804600745

www.nisargahospitalnepal.com / nisargahospitalnepal

डेवारीक मुहमे कामके खोजीमे भारतओर

अस्पताल नेतृत्वविहीन

पहुरा समाचारदाता

धनगढी, २४ कुँवार । भारतके टमान शहरमे रोजगारी कैके डसै मनाइ नेपाल आइल युवा पुनः जाइ लागल बटै । डसैके लाग नयाँदिल्ली, मुम्बई ओ बैंगलोरसम लगायतके सहरसे नेपाल आइल डेवारीके मुहमे पुनः रोजगारीके लाग भारत जाइ लागल हुइट ।

रोजगारीके अवसर नैहोके सजिले भारतमे जाइ सेकजैना हुइल ओरसे सुदूरपश्चिम बासिके रोजगारीके केन्द्र भारत बन्टी आइल बा । सुदूरपश्चिमसे लाखौंके संख्यामे अइसीक युवाहुके भारतमे रोजगारी करे जैना करल रलेसे फेन यकर एकिन संख्या समेत रख्या करल नैहो ।

बभ्राडके दुर्गाथली गाउँपालिकाके ५५ वर्षीय बिर्खे धामी गौरीफन्टा नाकामे भारतके बैंगलोर जैना गाडीके लाइनमे



भेटल रहिह । एक महिनाके डसै बिदा ओराके उहाँ आपन पुराने कर्मथलो जैटी रहिह । बिगत १० बरससे उहाँ बैंगलोरमे पसिना बहाके आपन पाँच जनहनके परिवार पल्टी आइल बटै ।

‘घरके खेतीपातीसे मुस्किलसे दुई महिना खाइ पुगट । पाँचठो छावाछाई बटै, सक्कु जनहनहे

पहाइ परल,’ उहाँ कहलै, ‘टरटिहार ओराके परदेश जैना किहीहे रहर रही ? मन का कैना हो बाध्यतासे सक्कु चीज भुल्वा डेहट ।’

उहाँक जस्टे अवस्था कैलालीके गौरीगंगा निवासी भीम साउदके फेन रहल बा । उहाँ भारतके सुरतमे ज्याला मजदुरी करटै ओ ओहे कमाइसे ओहकान

परिवारके चुल्हा बरठ । ‘डसैमे परिवारसँग भेट हुइबर जटरा रमाइलो लागट, उहाँहे छोरके जाइबर मन ओटरहे भारी हुइट,’ साउँद कहलै, ‘यी बाध्यता कबसम हो पटा नैहो ।’

प्रदेशके पहाडी जिल्ला बभ्राड, बाजुरा ओ अछामके महिलाहुके घरायसी कामदारके रूपमे भारत जाइ लागल बटै । उहाँहुके वहाँ खाना पकैना, घर सरसफाई कैना, लुगा दुइना जैसिन काम कैके परिवार पल्टी रहल बटै ।

उहाँहुके आपन छाइछावाहे फेन सँगै लैगिल बटै, ताकि उहाँहुकनके पहाइ ओ भविष्य नाबिगे । ओइन जस्टे अब्बे डसै मनाके परदेशओर जाइ लागल सयौंके संख्यामे लाइनमे भेटजैटै ।

डसै मनाइ नैपाइल कोइ भर डेवारीके लाग घर अइटी रहल भेटजैटै । नाकामे अउइया-जउइयाके चाहना स्वदेशमे कुछ काम पैलेसे हुइट कना रहट । आपन जैसिन फेन दुःख करे परलेसे फेन छावाछाइक लाग भविष्य सुन्दर होए कना सोच ओइनमे डेखजाइडट ।

पहुरा समाचारदाता

टीकापुर, २४ कुँवार । सुदूरपश्चिमके सरकारी अस्पताल छ महिनासे नेतृत्वविहीन रहल बावै ।

२०८१ साल चैतमे म्याद ओराइल सेती प्रादेशिक अस्पताल, महाकाली प्रदेश अस्पताल, टीकापुर अस्पताल ओ अन्य सात जिल्ला अस्पतालमे नयाँ बोर्ड गठन हुइलन नैहो ।

नागरिक समाज टीकापुरके संयोजक भीमराम चपाई लम्मा समयसे अस्पताल विकास समिति नेतृत्वविहीन हुइल, सेवाके गुणस्तरलगायतके विषयमे सेवाग्राहीके गुनासो अइटी रहल ओरसे सुदूरपश्चिम प्रदेश सरकारसे हाली बोर्ड नियुक्ति करे पना बटैटै ।

सरकारी अस्पतालमे प्रदेशके सामाजिक विकास मन्त्रालयसे अध्यक्ष ओ सदस्य रहल बोर्ड नियुक्ति कैना ओ बोर्डसे नीतिगत निर्णय लेना, स्रोत जुटैना ओ व्यवस्थापकीय काम कैना करट । अस्पताल स्रोत कहट, “तदर्थ रूपमे दैनिक कार्यसञ्चालन कैना कौनो कठिनाइ नैहो मने नयाँ काम कैना बोर्डके

निर्णय चाहना ठाउँमे कठिनाइ हुइट । स्वास्थ्य संवेदनशील विषय रहल ओरसे कौन बेला कौन निर्णय करे परट कना पटा नैरहट ।”

चिकित्सक प्रमुख रहना अस्पतालसे बिरामीके उपचारके काम ओ दैनिक प्रशासनिक काम कैना हो । सीमित साधन स्रोतसे चलल अस्पतालके सेवा प्रभावकारी बनैना टमान निर्णय ओ टमान तहमे समन्वय आवश्यक रहट । टीकापुर अस्पतालके मेडिकल सुपरिन्टेन्डेन्ट डाक्टर रमकुमार राई कहलै, “अस्पतालहे अस्पतालबाहरसे सहयोग चाहट यी बेला स्थानीय समन्वयके लाग नेतृत्व चाहट । चिकित्सकसे बिरामी चिन्ना हो औरे ढेर चीज पता नैरहट यकर लाग नेतृत्व चाहट ।”

सुदूरपश्चिम प्रदेशके सामाजिक विकासमन्त्री मेघराज खड्का पहिले गठबन्धनके दलबिच सहमति नैहोके ढिलाइ हुइल ओरसे अब्बे जेनजीके आन्दोलनपाछे राजनीतिक नियुक्ति नैकैना कना संघीय सरकारके निर्णयसे अलमल हुइल बटैलै ।

कालोपत्रके पर्खाइमे पर्यटक सडक



बाजुरा, २४ कुँवार । बाजुराके डाब खप्तड पर्यटकीय सडक बिगत १६ वर्षसे कालोपत्रके पर्खाइमे रहल बा । डाब बजारसे खप्तडसमके भन्ने २६ किलोमिटर यी सडकके २०६६ सालसे निर्माण कार्य सुरु हुइल रहे ।

बुढीगंगा नगरपालिका-१० के डाब बजार हुइटि बडेडा, सेलापाखा, पिपलगाउँ, जुवापानी हुइटि खप्तड छेडेह गाउँपालिका-२, गाँजा हुइटि १ के काँडासम सडक पुगल बा । यहाँसे भन्ने १२ किलोमिटरसे ढेर खप्तड पुगे लागल । वहाँसम भर अभिन सडक निर्माण करना बाँकी रहल बा । डाब खप्तड पर्यटकीय सडकसे पर्यटकहे किल सहज नैहोके बुढीगंगा ओ खप्तड छेडेहलगायतके स्थानीयवासीहे समेत एकडम सहज बनल बा ।

सडक निर्माण हुइलपाछे यहाँक

स्थानीयवासी गाउँमे उत्पादन करल तरकारी तथा फलफूल जस्टे वस्तुहे बजार पुगैना कुछ सहज हुइल रहे मने बर्खाके समय यी सडक टमान ठाउँमे भस्कना, पहिरो जैना करल ओरसे उबेला उहाँहुकनहे सामान ढुवानी टे का अपनहे समेत नेंना करनासमेत एकडम सास्ती हुइना करल बा । गाउँमे स्याउ, सुन्तला, मासो, कोदो, फापर, आलु ओखरलगायत टमान तरकारी तथा फलफूल उत्पादन हुइल मने सडक अलपत्र हुइटि उ वस्तु बजारसम पुगैना एकडम समस्या हुइना करल खप्तड छेडेह गाउँपालिका-१, सिप्राके पुरनबहादुर रावल बटैलै ।

यहाँक स्थानीयवासीहे अपन उत्पादन बिक्री करना एकडम कठिनाइ बा । गाउँमे गाडी नैआइड । बोकके बजार लैजाइ नैसेकजाइड । सडकके अइसिन हालत हुइल बा । यहाँक अधिकांश महिला

पिठुँमे बोकके फेन डाब बजार, मालिका, रिठा बेतालमाण्डौं बाष्कालगायतके बजारमे अपन उत्पादन बिक्री करना करल रावल बटैलै ।

२०६६ साल वैशाखसे यी सडक निर्माणके काम सुरु करल हो । यी सडक भन्ने पाँच वर्षपाछे काँडासम किल पुगल बा । ओकरपाछे खप्तडमे सडक लैजैना कौनो पहल हुइल नैहो । यकर लाग हमार टमान निकायसँग बाट ढैको रहे मने कहुँसे यकर सुनुवाइ नैहुइलपाछे अब्बे यी सडक बेहाल अवस्थामे रहल खप्तड छेडेह गाउँपालिका-१ के वडाध्यक्ष वीरबहादुर रावल बटैलै ।

उहाँ जिल्लाके बडीमालिका कालाजाग्रा बुढीनन्दा जस्टे यी खप्तड फेन पर्यटकीय स्थलके रूपमे रहल बटैलै । यकर संरक्षण तथा प्रवर्धन भर अभिन हुइ सेकल नैहो । भन्ने २६ किलोमिटर रहल यी सडकके निर्माण कार्यमे २० करोड रुपियाँ खर्च होसेकल । सडक ठाउँमे पुगल नैहो । कच्ची रूपमे निर्माण करल सडक फेन कालोपत्रे हुइल नैहो कैलै ।

सडक कालोपत्रे हुइना हो कलेसे यहाँक स्थानीयवासी रोजगारीके लाग भारतके टमान ठाउँमे भाँतारेपरना नैरहे । यहाँ अगानिक फलफूल तथा खाद्यान्न मजा उत्पादन हुइड । बर्खाके समय डगर नैहुइल ओरसे उ बजारसम लैजाइ नैसेकजाइड । टबेमारे यी सडक कालोपत्रे हुइना हो कलेसे यहाँक स्थानीयवासी अपन उत्पादन करल तरकारी तथा फलफूल जैसिन वस्तुसे जीविकोपार्जन करे सेकन रावल बटैलै ।

सुशासनके पक्षमे बेलौरीके जेन-जीके जापन

कञ्चनपुर, २४ कुँवार । कञ्चनपुर बेलौरीके जेन-जी समूहसे जिल्ला प्रशासन कार्यालयमे जापनपत्र बुझैले बा ।

सुशासनसे भारतीय पक्षसे अवरोध हुलाकी सडक सुचारुके माग कैटी बिफेक रोज जेन-जी समूहसे जिल्ला प्रशासन कार्यालयमे जापनपत्र बुझाइल हो ।

समूहके संयोजक केशवकुमार बोहरा

भ्रष्टाचारविरुद्ध निरन्तर शान्तिपूर्ण आन्दोलन कैटी अइलेसे फेन पालिकासे चासो नैदेहलपाछे प्रशासनहे गुहार करल बटैलै । ओहकान अनुसार ८ बरससे भारतीय पक्षसे बेलौरी नगरपालिका-८, पचुईस्थित अवरुद्ध हुलाकी सडकके काम सुचारु करे पर्ना, पहुँचके आधारमे नगरपालिकामे भर्ना करल कर्मचारी हटाइ

पर्ना, जेन-जी चोक स्थापना करे पर्ना लगायतके माग आघे सारल बा ।

अपनेहुके निरन्तर जनचासोके मुद्दा उठान कैलेसे फेन पालिकासे चासो नैदेहल जेन-जी युवाहुकनके गुनासो रहल बा । विवादित कर्मचारीहे नगरपालिकासे उल्टै संरक्षण करल ओइनके आरोप रहल बा ।

ग्राहक वर्गहरूमा खुशीको खबर !

हाम्रो यहाँ सबै कम्पनीका रि-कण्डिसन मोटरसाइकलहरू पाइनुका साथै मर्मत पनि गरिन्छ र सबै कम्पनीका हेलमेट र पार्टसहरू थोक तथा खुद्रा मूल्यमा पाइन्छ ।

कुनै पनि मोटरसाइकल नगद खरिद गरेमा आकर्षक उपहारको व्यवस्था रहेको जानकारी गराउँदछौं ।



संजय अटो सेल्स एण्ड रि-कण्डिसन

धनगढी-४, उत्तरबेहडी (चटकपुर शहिद गेट भन्दा दुईसय मिटर पूर्व)

फोन न. ०९१४१०१०५, सुजित मो. ९८५८४२३९१२, सुनिल मो. ९८६७७९३५२१, महेश मो. ९८१३१३१०२९



सुवर्ण अवसर ! सुवर्ण अवसर !! सुवर्ण अवसर !!!



डा. संजयकुमार गुप्ता

एम.बि.बि.एस., एम.डि. (टि.यु.)

इन्टरनल मेडिसिन वरिष्ठ कन्सल्टेन्ट फिजिसियन (पेट, छाती, मुटु, कलेजो, मधुमेह (सुगर), प्रेसर, तथा थाईराइड रोग विशेषज्ञ

एन.एम.सी. नं.-१०५६४

डाक्टरद्वारा दिइने स्वास्थ्य सेवाहरू

- मुटु दुखेको, मुटु भारी जस्तो भएको, मुटुको घडकन बढेको ।
- सास लिन गाह्रो हुने, छाती दुख्ने, रुघाखाकी लागेको, खकारबाट रगत देखिने, लामो समयदेखि दमको समस्या भएको ।
- पेट दुख्ने, कोखा दुख्ने, मुखबाट रगत बग्ने ।
- अमिलो पानी आउने, द्याउ-दुयाउ आउने, उल्टी हुने, पेट फुलेर खान मन नलाने ।
- पिसाब पोल्ने, रातो पिसाब आउने, कम पिसाब हुने, पिसाब बन्द हुने, राति धेरै पटक पिसाब हुने, खुट्टा सुनिने, पहेँलो पिसाब हुने)
- पेट फुल्ने, हात खुट्टा सुनिने, पेटमा पानी जम्ने, जण्डिस हुने, खाना नरुच्ने, दम हुने ।
- धेरै मोटो हुने, निन्द्रा धेरै लाग्ने, मुटुको घडकन बढ्ने, आँखा बाहिर आउने, मान्छे एकडम पातलो हुने ।
- टाउको दुख्ने, चक्कर लाग्ने, हिँड्दाखेरि लडिबुडी हुने, निन्द्रा नलाग्ने, हिँड्दा खेरि दम हुने ।
- धेरै तिखा लाग्ने, धेरै पिसाब हुने, धेरै खान मन लाग्ने, हातखुट्टा भ्रम-भ्रम गर्ने ।
- सुगर, प्रेसर, थाईराइड रोगको उपचार तथा परामर्श ।
- ज्वरो सम्बन्धी सम्पूर्ण रोगको उपचार ।
- शरीरमा रगत कम हुने, अल्छी लाग्ने, शरीर सुनिने, थाकने ।
- बाथ रोग सम्बन्धी उपचार तथा परामर्श ।

डाक्टर आउने समय : प्रत्येक दिन, आकस्मिक सेवा (चिकित्सक) २४ घण्टा

हाम्रा सेवाहरू : १) २४ घण्टा ईमर्जेन्सी सेवा, फार्मसी सेवा, अत्याधुनिक प्याथोलोजी, रंगीन इपडोस्कोपी, डिजिटल एक्सरे, रंगीन भिडियो एक्सरे, अत्याधुनिक अप्रेसन थियटरबाट सेवा, वातानुकूलन एम्बुलेन्स, वातानुकूलन क्याबिन । २) स्त्री रोग तथा प्रसूती सम्बन्धी सेवा (बोँभोपन, सेतोपानी बग्ने, तल्लो पेट दुख्ने, महिनावारी गड्बडी, पाठेघर खस्ने, पाठेघरको अप्रेसन, गर्भवती तथा सुत्केरी सेवा) । ३) ल्याप्रोस्कोपी तथा जनरल सर्जरी (हाडड्रोसिल, हर्निया, पायल्स, फिस्टुला, स्तनमा गाँठागुठी आउने, शरिरका विभिन्न भागमा गाँठागुठी, घाउ खटिरा, पत्थरी, किडनीको पत्थरी, प्रोस्टेटको अप्रेसन तथा पित्तथैलीको पत्थरी अप्रेसन) । ४) हाड(जोर्नी तथा नशा सम्बन्धी सेवा (हाटखुट्टा बाङ्गो, फ्याक्चर, हाडजोर्नीको दुखाई, कम्मर दुख्ने तथा अत्याधुनिक मेसिनबाट हड्डीको अप्रेसन)छाती, मुटु, कलेजो तथा पेट सम्बन्धी सेवा । ५) यौनरोग, कपाल तथा छाला रोग सम्बन्धी सेवा । ६) मानसिक तथा मनोरोग सेवा । ७) नाक, कान, घाँटी रोग सम्बन्धी सेवा । ८) मुर्छा पर्नु, टाउको दुख्ने जस्ता समस्याहरू, प्यारालाइसिस हातखुट्टा नचल्ने सम्बन्धी सेवा । ९) न्यूरो (नशा रोग) लागुपदार्थ दुर्व्यसनी, कुलत सम्बन्धी, हाटखुट्टा भ्रमभ्रमाउने, छारे रोग । १०) आगोले पोलेको हातखुट्टा बाङ्गिएको र खुँडेको अप्रेसन आदि सेवा ।



कैलाली अस्पताल प्रा.लि

जिल्ला प्रशासन कार्यालय अगाडि, पशुपति टोल, धनगढी, कैलाली

फोन नं. ०९१-४२४५५५, ४२४६५४, ४२१२४९