भूमे साप्ताहिक

वर्ष ५ अङ्क २९ २०८० मंसिर २० बुधबार

सम्पादकीय

लैङ्गिक हिंसाविरुद्ध सचेतना

लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियानको सन्दर्भ पारेर भूमे गाउँपालिकाले गाउँ गाउँमा सचेतना फैलाउँदै हिडेको छ। गाउँपालिका उपाध्यक्ष सविना बुढाको नेतृत्वमा ९ वटै वडामा एउटा÷एउटा कार्यक्रमको आयोजना गरी लैङ्गिक हिंसाविरुद्ध महिला, बालबालिकाहरुलाई जागरुक गराउनुका साथै पुरुषहरुलाई पनि महिला हिंसा जघन्य अपराध हो भनेर अभियानात्मक रुपमै सचेतना फैलाएको हो।

ग्रामीण क्षेत्रमा परम्परागत संस्कार, धार्मिक अन्धविश्वास र विविध हिसाबले अहिले पनि महिलाहरुमाथि लैङ्गिक रुपमै विभेद गर्ने, आर्थिक, सामाजिक तथा साँस्कृतिक क्षेत्रमा पुरुषहरुले नै नेतृत्व गर्ने र महिलाहरुलाई घरमै सीमित गर्ने समस्या यथावत नै रहेको पाइन्छ। त्यसले गर्दा लैङ्गिक रुपमा महिलाहरु अझैं पनि घरभित्रै रहनुपर्ने र हिंसा खेप्नुपर्ने बाध्यता छ। त्यस्तो अवस्थालाई चिर्न र महिला र बालबालिकाको क्षेत्रमा लगानी बढाई उनीहरुलाई पनि आर्थिक, सामाजिक अधिकारमा समान बनाई विभेदबाट मुक्त गर्न अभियानले चेतना फैलाउन महत्वपूर्ण भूमिका खेल्ने विश्वास गर्न सकिन्छ।

गाउँपालिकाले शुरु गरेको यस अभियानका क्रममा धेरैजसो वडामा लैङ्गिक हिंसा न्यूनीकरणबारे अन्तरक्रिया गरिएको छ भने अपाङ्गता भएकाहरुसँग अन्तरक्रिया, एचआइभी एड्स रोगबारे सचेतना, गायन प्रतियोगिता, स्वयंसेविका दिवसजस्ता कार्यक्रम पनि राखिएको छ। कार्यक्रममा महिलाहरुको उल्लेख्य सहभागिता रहेको छ भने विद्यार्थी भाइबहिनीहरु, वृद्ध बाआमाहरु पनि कार्यक्रममा आउने गरेका छन्। कार्यक्रममा देखिएको यस्तो सहभागिताले समुदाय तहमा लैङ्गिक हिसाबले विभेद र हिंसा गर्नुहुँदैन भन्ने चेतना फैलाउन धेरै सहज भएको छ। गाउँपालिकाले नियमित रुपमा आफ्नै कार्यक्रम बनाएर यस्ता अभियान सञ्चालन गर्नु उपयुक्त हुन्छ। त्यसले लैङ्गिक हिंसारहित समुन्नत समाज निर्माणमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ। शुरुवात सानैबाट हुन्छ तर त्यसको परिणाम धेरै सुखद र भव्य हुन्छ।

प्रकाशक

भूमे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
खाबाङबगर, रुकुम (पूर्व)
लुम्बिनी प्रदेश नेपाल

भेडा गोठालोमै बित्यो जीवन

युवापुस्ताले भेडा पालन व्यवसाय अँगाल्न नचाहँदा परम्परागत भेडा पालन व्यवसाय बिस्तारै हराउँदै गएको छ।

❖ **बालाराम शेर्पाली**

रुकुम पूर्व । मैला कपडा, निथ्रुक्क भिजेको ज्यान। बुकी पाटनको जङ्गल बीचमा त्रिपालले बारेको झुपडीमा ४ महिना बिताएर गाउँ झरेका छन् सतबहादुर गुरुङ। जेठ महिनाको पहिलो हप्ता लाग्नासाथ बेंसीबाट लेक चढेका सतबहादुर र उनका साथीहरु असोज कार्तिकमा चिसो बढेपछि बुकी पाटनदेखि गाउँ झरेका छन्।

रुकुम पूर्व र बागलुङको सिमानामा पर्ने भूमे गाउँपालिकाको पातीहाल्नेमा खर्कभरि विभिन्न काला सेता खैरो रङको भेडा लिएर सतबहादुर गुरुङ बुकी पाटनबाट ४ महिनाको बसाईपछी लेकबाट फर्किएका छन्। ६२ वर्षीय गुरुङ बाउबाजेले गर्दै आएको भेडापालन व्यवसाय ४७ वर्षदेखि गर्दै आएको बताउँछन्।

कृषि र पशुपालनभन्दा अरु विकल्प नभएपछि भेडा पालनमा लागेको उनी बताउँछन्। जमाना फेरिँदै गएसँगै मान्छेहरूले आफ्नो पेसासमेत फेर्दै आएको गुरुङको भनाइ छ। छोरा नातिले पशुपालनमा चासो नदिँदा भेडापालन व्यवसाय सङ्कटमा पर्न थालेको उनको बुझाइ छ। उनी भन्छन्, "जमानाअनुसार होला अहिलेका छोराछोरीहरु गोठमा काम गर्न मान्दैनन्। उतिबेलाको हाम्रो पालामा पढाइ लेखाइ भनेको के हो थाहै थिएन। अहिले छोराछोरी पढ्ने उमेरमा लेकमा गाई भैंसी, भेडा बाखा चराउन बाउ बाजेसँग जान्थ्यौं। अहिले करिब ५ सय हाराहारीमा भेडा छन्। बथानमा धेरै भेडा ब्याउने अवस्थामा छन्।"

भेडा पालन साह्रै दुखजिलो पेसा भए पनि यसमा आफू सन्तुष्ट रहेको भूमे गाउँपालिका वडा नम्बर ३ क्याङ्सीका फर्कबहादुर बिक बताउँछन्। "सानै उमेरदेखि भेडा पाल्दै आएको हुँ। हातखुट्टा चल्दासम्म र शरीरमा शक्ति हुँदासम्म भेडा नै पाल्ने सोचमा छु। अहिले हिउँदमा रामली लेक र बर्खामा डोल्पाको सिमाना बागधाराको बुकीमा भेडा चराउन लैजाने गरेको उनी बताउँछन्।

उनी बिहान बेलुकाको खाना पकाएर खान र गोठको छेउमा बाँधेर राखेका २ वटा कुकुर आफ्नो र भेडाको सुरक्षा गर्न पालेका छन्। भेडा चोरी हुन र वन्यजन्तुबाट जोगाउनका लागि यी कुकुरले रक्षा गर्छन्। वर्षौंदेखि भेडासँगै रमाउँदै आएको छु। भेडासँगै लेकबेंसी गरेर घर परिवारको जीविका चलाउँदै आएको छु। पहिले-पहिले भेडी गोठ जाँदा भूमेका धेरै ठाउँका भेडी गोठालोको जमघट हुने गरेको तर पछिल्लो समय गोठालो कम भएको बिक बताउँछन्। पछिल्लो समय युवापुस्ताले भेडा पालन व्यवसाय अँगाल्न नचाहँदा परम्परागत भेडा पालन बिस्तारै हराउँदै गएको छ। भेडी गोठालोहरु हिउँद लागे बेंसी झर्दछन् भने बर्खा लागे लेकतिर। उनीहरूलाई चाडपर्व कुन बेला आउँछ केही थाहा हुँदैन।

खानेपानी तथा सरसफाई डिभिजन कार्यालय रूकुम पूर्वको सूचना

पूर्ण सरसफाइ प्राप्तिको लागि निम्न कुरा अबलम्बन गरौं।

- दिसा पिसाबका लागि चर्पीको मात्र प्रयोग गरौं ।
- दिसा पिसाब गरिसकेपछि, खाना पकाउनुअघि र खाना खानुअघि साबुनपानीले राम्रोसँग हात धुने गरौं ।
- घरायसी तहमा पिउने पानीको सुरक्षित व्यवस्थापन र शुद्धिकरण गरौं।
- व्यक्तिगत सरसफाइमा ध्यान दिऔं ।
- सुरक्षित खानाको प्रयोग गरौं ।
- घरभित्र र बाहिरका तरल, पच्ने ठोस र नपच्ने ठोस फोहोरमैलाको उचित व्यवस्थापन गरौं ।

लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियान

वडा वडामा अन्तरक्रिया गर्दै, सचेतना फैलाउँदै

लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको १६ दिने अभियानका क्रममा भूमे गाउँपालिकामा वडा वडामा अन्तरक्रिया, खेलकूद तथा विभिन्न सिर्जनशील कार्यक्रमको आयोजना गरी सचेतना फैलाउने गरिएको छ।

❖ **बालाराम शेर्पाली**

रुकुम पूर्व । लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियानको अवसरमा भूमे गाउँपालिका सबै वडाहरुमा विभिन्न कार्यक्रमहरु गरी भव्य रुपमा मनाइएको छ। देशव्यापी रुपमा एक साथ सञ्चालन भएको लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियानलाई भूमे गाउँपालिकाले अन्तरक्रिया तथा अन्य कार्यक्रमहरु गरी मनाएको हो।

लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियानमा लैङ्गिक हिंसा भनेको के हो? यो कसरी भइरहेको छ? लिङ्गकै आधारमा हिंसा भए के गर्ने लगायतका विषयमा जानकारी दिइनुका साथै हिंसा

गर्नेहरुलाई के कस्तो सजाय हुन्छ? नेपालको प्रचलित कानुनमा के कस्तो व्यवस्था भन्नेबारेमा जनचेतना फैलाउने गरिएको छ। अभियानमा कतै अन्तरक्रिया, कतै छलफल, विभिन्न नृत्य तथा स्थानीय झाँकी प्रस्तुत गरिएका छन्। कार्यक्रममा स्थानीयबासीले आफ्नो गाउँ ठाउँमा भएका, भोगेका, देखेका महिला हिंसासम्बन्धी घटनाबारे पनि जानकारी गराउने गरेका छन्। साथै अबदेखि लिङ्गकै आधारमा महिलामाथि हुने गरेका सबैखाले हिंसा अन्त गर्न सबै एकजुट भएर लाग्नुपर्नेमा प्रतिबद्धता पनि जनाएका छन्।

अभियानको क्रममा मंसिर ११ गते वडा नं. ६ चुनबाङमा, मंसिर १३ र १४ गते वडा नम्बर ८ कुचिबाङमा, मंसिर १५ गते वडा नम्बर १ लुकुम र १७ गते वडा नम्बर ७ धर्मशालामा कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। मंसिर ९ गतेदेखि सुरु भएको लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियानको वडागत सबै कार्यक्रममा भूमे गाउँपालिका उपाध्यक्ष सविना बुढा सहभागी हुनुभएको छ। उपाध्यक्ष बुढाको प्रमुख आतिथ्यमा हुने सबै कार्यक्रममा सम्बन्धित वडा अध्यक्षहरुको अध्यक्षतामा हुने गरेको छ। अभियानको क्रममा भएका कार्यक्रमहरुमा वडाका जनप्रतिनिधिहरु, शिक्षक, विद्यार्थी, आमा समूह, महिला समूह लगायतको उपस्थिति हुने गरेको छ। कार्यक्रम सञ्चालन सहकर्मी समाजका फिल्ड सुपरभाइजर रञ्जना विकले गर्नुभएको थियो।

महत युद्ध पर्यटकीय स्थल आकर्षणको केन्द्र

जनयुद्धका क्रममा ठूलो फौजी कार्बाहीको रुपमा परिचित महत गाउँलाई युद्ध पर्टयन स्थलको रुपमा विकास गर्न सङ्ग्रहालय र शान्ति स्मारक निर्माण तथा व्यवस्थित गरिरहेको छ।

❖ बालाराम शेर्पाली

रुकुम (पूर्व) । जिल्ला सदरमुकाम रुकुमकोटबाट करिब दुई घण्टा गाडीको यात्रा गरेपछि पुगिन्छ महत गाउँ। यो गाउँलाई युद्ध र शान्तिको अध्ययन, अवलोकन गर्न चाहनेका लागि पर्यटकीय स्थल बनाउने प्रयास भइरहेको छ।

गाउँको प्रवेशद्वारमै शान्तिका प्रतिमूर्ति गौतम बुद्धको स्मारक पनि बनाइएको छ। महत गाउँले युद्धको मात्र होइन शान्तिको सन्देश पनि दिएको छ।

महत गाउँमा रमाएपछि नजिकै रहेको रोल्पा जिल्लाको थवाङ गाउँपालिका जान धेरै पर्यटकलाई मन लाग्छ। महत गाउँबाट करिब २०/२५ मिनेट नजिकै रहेको तत्कालीन माओवादीले शुरु गरेको जनयुद्धको उद्गम थलोको रुपमा रहेको रोल्पाको थवाङ पनि पर्यटकलाइ पर्खिरहेको छ।

"प्रत्येकलाई क्षमता र आवश्यक्ता अनुसार रोजगारी, युद्ध स्मारिका निर्माण गर्ने हाम्रो जिम्मेवारी!" भन्ने मूल नाराका साथ

उपभोक्ताहरुको इच्छाशक्ति र समितिको कामको आवश्यक्ता हेरी सबैलाई उप समिति गठन गरी काममा परिचालन गर्ने निर्णय गरिएको छ।

अहिले युद्ध स्मारिका निर्माण उपभोक्ता समितिको आयोजना तथा जेष्ठ नागरिक आस बहादुर बुढाको अध्यक्षतामा सबै स्थानीयहरुको सल्लाह अनुसार आफ्ना नीति, नियमहरु परिमार्जन गर्दै लैजाने वाचासहित गाउँमा भेला सम्पन्न भएको छ।

उक्त गाउँ भेलामा आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ का लागि भूमे गाउँपालिकाबाट छनौटमा परेका आयोजनाका कामहरु शुरु गर्न थालिएको पूर्व सन्ध्यामा युद्ध स्मारिका निर्माण उपभोक्ता समितिले गाउँ भेला आयोजना गरि उपभोक्ताहरुका गुनासा र सल्लाह सुझावहरुको सम्बोधन गर्ने निर्णय पनि गरेको छ।

गाउँ भेलाले पटक पटक सूचना प्रवाह गर्दा पनि अनियन्त्रित र छाडा रुपमा युद्ध स्मारिका क्षेत्रभित्र प्रवेश गरी त्यहाँ निर्मित भौतिक संरचनाहरु छुने, हल्लाउने, अँगालो हाल्ने, स्वरुप विगारीदिने, घरहरुमा बस्ने जस्ता अपमानित खालका क्रियाकलापहरू दोहोरिदै आएकोले त्यस्ता अनैतिक क्रियाकलापहरुलाई नियन्त्रण गर्नका लागि दुई जना कर्मचारीहरु नियुक्त गरिनुका साथै आगन्तुक पाहुनाहरुबाट संरक्षण तथा व्यवस्थापन सहयोग स्वरुप तोकिएको शुल्क संकलन गर्ने निर्णय गरि टिकटको दर पनि निर्धारण गरिएको युद्ध स्मारिका निर्माण उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष कमल बुढाले जानकारी दिनुभयो।

ऐतिहासिक ठाउँलाई अहिले युद्ध पर्यटनको रुपमा विकास गरिदै लगिएको छ। महतको गाउँभन्दा माथिपट्टि डाँडामा युद्ध फिचर (स्याण्ड मोडेल) को निर्माण गरिएको छ। महतलाई युद्ध स्मारिकाको रुपमा परिचित गराउन प्रतिनिधि पात्रको रुपमा जनमुक्ति सेनाका केही कमाण्डरहरुको मोडेल तयार गरिएको छ। स्याण्ड मोडलअन्तर्गत महत चौकी आक्रमण बेलाका मुख्य कमान्डर नन्दबहादुर पुन पासाङ तथा अन्य सहायक कमान्डर गरी जम्मा १३ जना र प्रहरीतर्फ डिएसपी ठुले राइसहित ७ जना गरि २० जनाको मोडल निर्माण भएको छ।

गएको कार्तिक २५ गतेदेखि लागू हुने गरि युद्ध स्मारिका स्थलभित्र प्रवेश गर्दा संरक्षण तथा व्यवस्थापन सहयोग स्वरुप टिकट लिएर मात्र प्रवेश गर्ने निर्णय गरिएको छ। समितिले ६ बर्ष देखि ६० बर्षसम्मका आगन्तुकहरुका लागि २० रुपैयाँ र ५ बर्षमुनिका बालबालिका र ६० बर्ष माथिका जेष्ठ नागरिक, सहिद परिवार, घाइते अपाङ्ग, सञ्चारकर्मी र न प्रतिनिधिहरुका लागि भने शुल्क नलाग्ने महत युद्ध स्मारिका निर्माण उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष कमल बुढाले बताउनु भयो। शुल्क तोक्नुका साथै कर्मचारीहरु राखेर व्यवस्थित गरेपछि पर्यटकीय स्थलको संरक्षण हुने र केही आर्थिक सहयोग हुने अध्यक्ष बुढाले विश्वास व्यक्त गर्नुभयो।

भूमेमा दोस्रो साहित्यिक महफिल

बालाराम शेर्पाली

भूमे गाउँपालिकाको आर्थिक सहयोग र राप्ती साहित्य परिषद् जिल्ला शाखा रुकुम (पूर्व)को आयोजनामा दोस्रो साहित्य महफिल २०८० भूमे गाउँपालिकाको कार्यालय खाबाङमा “भाषा, साहित्य, कला र संस्कृति ! जीवन र जगतको समृद्धि” भन्ने नारासँगै भव्यताका साथ सम्पन्न भएको छ।

महफिलमा ख्याती प्राप्त साहित्य सर्जकहरुले आफ्ना रचनाहरु वाचन गरेका थिए। कविहरु रामेछापका विक्रम पवन परियार, रुकुम (पूर्व) का कर्मसही घर्ती मगर, कास्कीका अमृत क्षेत्रीले कवितामार्फत् दर्शक/स्रोता र अतिथिहरुको मन खिच्न सफल हुनुभएको थियो। गजलकार दैलेखका महेन्द्र चन्द महासागर र मुक्तककारहरु रुकुम (पश्चिम) का दिनेश आदिव, रुकुम (पूर्व) की बिना गौतमले गजल र मुक्तकका माध्यामबाट दर्शक/स्रोता र अतिथिहरुलाई आफुहरुतर्फ आकर्षण गर्नुभएको थियो। श्रष्टाहरुले रचना वाचन गरिरहँदा दर्शक/स्रोताहरुबाट वान्स मोरको आवाज गुञ्जिइरहेको थियो।

रुकुम (पूर्व) मा पनि विस्तारै साहित्यिक माहोल बन्दै गएको छ। गत वर्ष सिस्ने गाउँपालिकाको आर्थिक सहयोगमा रुकुमकोटमा प्रथम साहित्य महफिल २०७९ सम्पन्न भएको थियो। आगामी वर्ष महफिल सञ्चालनको लागि राप्ती साहित्य परिषदले पुथा उत्तरगंगा गाउँपालिकाका अध्यक्ष पूनीराज घर्तीलाई कार्यक्रमकै बिचमा सहयोगको

लागि आग्रह गर्दै प्रस्तावना पत्र पनि पेश गरेको छ। सो अवसरमा उहाँले सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता जनाउनु भएको छ।

महफिलकै क्रममा राप्ती साहित्य परिषदले निकालेको सिर्जना संगमको पनि विमोचन गरिएको छ।

महफिलमा कविता प्रतियोगिता आयोजना गरिएको थियो। १२ जनाले प्रतिस्पर्धा गरेको कविता प्रतियोगितामा भूमे गाउँपालिका ८ का सितल बुढाले प्रथम, भूमेकै रमिता रसाइलीले द्वितीय स्थान हासिल गर्दा सिस्ने गाउँपालिकाका अमृता शाहले तृतीय र टीका केसीले सान्त्वना स्थान हासिल गर्नुभएको छ। उहाँहरुलाई प्रमाण पत्रसहित नगद पुरस्कार प्रदान गरिएको छ। कार्यक्रममा साहित्यिक क्षेत्रमा योगदान पु-याएका व्यक्ति तथा संस्थाहरुलाई प्रशंसा पत्रद्वारा सम्मान गराएको छ।

कार्यक्रममा स्थानीय साहित्यिक श्रष्टाहरुले आफ्ना रचना वाचन गरेका थिए।

राप्ती साहित्य परिषद जिल्ला शाखा रुकुम (पूर्व) का अध्यक्ष कमानसिंह विष्टको अध्यक्षतामा भएको साहित्य महफिल कार्यक्रम २०८० मा जिल्ला समन्वय समिति रुकुम (पूर्व) का प्रमुख मेघ बहादुर श्रेष्ठको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो। कार्यक्रममा उपप्रमुख मोहनबहादुर केसी, भूमे गाउँपालिका अध्यक्ष होमप्रकाश श्रेष्ठ, सिस्ने गाउँपालिका अध्यक्ष कृष्ण रेग्मी, पुथा उत्तरगंगा गाउँपालिका अध्यक्ष पूनीराज घर्तीको विशेष आतिथ्य रहेको थियो।

राप्ती साहित्य परिषद् जिल्ला शाखा रुकुम (पूर्व) का उपाध्यक्ष जमुना गौतमको स्वागत मन्तव्य रहेको महफिल कार्यक्रमको सञ्चालन सदस्य उर्मिला गौतमले गर्नुभएको थियो।

लागूपदार्थ दुर्व्यसनी रोकथामबारे अभिमुखीकरण

❖ **बालाराम शेर्पाली**

साथीहरुको सिको, लहैलहै वा दबाबबाट कलिला बालबालिका र किशोर किशोरी यसको लतमा पर्छन्। अहिलेको जटिल र प्रतिस्पर्धात्मक जमानामा चिन्ता वा तनाव कम गर्ने भ्रममा परी कति मानिसहरु लागूपदार्थको दुर्व्यसनीमा फस्न पुग्छन्।

रुकुम (पूर्व) । भूमे गाउँपालिकाको आयोजनामा किशोर किशोरीहरुलाई लागूपदार्थ दुर्व्यसनी रोकथाम, नियन्त्रण, परामर्श तथा सचेतनासम्बन्धी १ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ। किशोर किशोरीहरु लागूऔषधको कुलतमा फस्ने समस्यामा बढ्दै जाँदा सचेतना फैलाउने उद्धेश्यले गाउँपालिकाले उक्त कार्यक्रम सञ्चालन गरेको हो।

भूमे गाउँपालिकाका ९ वटै वडामा रहेका सबै विद्यालयका विद्यार्थी र बाल क्लबका पदाधिकारीहरुलाई अभिमुखीकरण कार्यक्रममा सहभागी गराइएको थियो।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि प्रमुख जिल्ला अधिकारी माधवप्रसाद शर्माले लागूपदार्थ दुर्व्यसन रोकथामका लागि सबै सचेत भएर सचेतना फैलाउनु पर्ने बताउनु भयो। घर परिवारबाट लागूऔषध प्रयोग रोक्न चनाखो भई भूमिका खेल्नुपर्नेमा जोड दिदै उहाँले परिवार र समाज अग्रसर भए लागूऔषध प्रयोग रोकथाम प्रभावकारी हुन सक्ने बताउनु भयो।

कार्यक्रमको अध्यक्षता गर्नुभएका भूमे गाउँपालिका उपाध्यक्ष सविना बुढाले पछिल्लो समय सामाजिक सञ्जालको गलत प्रयोग, अभिभावक र सन्तानबिच पारिवारिक स्नेह घट्दै जानु, सामाजिक भावना हराउदै जानु, पारिवारिक तनाव बढ्नुले लागूऔषधको कुलतमा फस्ने समस्या बढिरहेको बताउनु भयो। विशेष गरी किशोर किशोरीहरु लागूऔषधको दुर्व्यसनमा फस्ने खतरा धेरै रहेको र दुर्व्यसनीहरु पनि धेरैजसो किशोर किशोरीहरु नै रहेको भन्दै उपाध्यक्ष बुढाले सामाजिक जागरणमार्फत् लागूऔषधको प्रयोग नियन्त्रण र नियमन गर्नतर्फ सबै सचेत हुनुपर्ने बताउनु भयो।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय रुकुम पूर्वका प्रमुख प्रहरी नायव उपरीक्षक अञ्जना श्रेष्ठले दुर्व्यसनी नियन्त्रण गर्न नागरिक र प्रहरीले हातेमालो गर्दै अघि बढ्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो। गाउँघर वा छरछिमेकमा लागूपदार्थको अवैध कारोबार, प्रयोग भइरहेको पाइए प्रहरीलाई सूचना दिएर सहयोग गर्न पनि प्रहरी प्रमुख श्रेष्ठले आग्रह गर्नुभयो। कार्यक्रममा जिल्ला अस्पताल रुकुम पूर्वका डा.रोचक गौतम र डा.रोशन तिमल्सिनाले प्रशिक्षण दिनुभएको थियो। प्रशिक्षणका क्रममा उहाँहरुले लागूपदार्थ दुर्व्यसनमा फस्नेहरु कसरी त्यस्तो अवस्थामा पुग्छन् र कसरी त्यसको नियन्त्रण गर्ने भन्नेबारेमा बताउनु भएको थियो।

उहाँहरुका अनुसार स्कुले विद्यार्थीदेखि पाको उमेरका मानिससम्म लागूपदार्थका अम्मली हुन्छन्। साथीहरुको सिको, लहैलहै वा दबाबबाट कलिला बालबालिका र किशोरकिशोरी यसको लतमा पर्छन्। अहिलेको जटिल र प्रतिस्पर्धात्मक जमानामा चिन्ता वा तनाव कम गर्ने भ्रममा परी कति मानिसहरु लागूपदार्थको दुर्व्यसनीमा फस्न पुग्छन्। पारिवारिक कलह, सामाजिक एकतामा कमी, प्रेममा धोका, उच्च महत्वकांक्षामा असफलता, कमजोर आत्मनियन्त्रण, मन्द प्रगति वा दुर्गति, आत्मविश्वासमा कमी, दूरदर्शिताको अभाव, अनुशासनहीनता, भविष्यप्रति संवेदनहीन, प्रभावकारी कानुनको अभाव, चेतनाको अभाव आदि जस्ता पक्ष मानिसलाई लागुपदार्थको दुर्व्यसनमा फसाउने मूल कारक रहेको प्रशिक्षक रुकुम पूर्व जिल्ला अस्पतालका डा. रोशन तिमल्सिनाले बताउनु भयो।

गाउँपालिका उपाध्यक्ष सबिना बुढाको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा सहभागीहरुलाई निमित्त प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत उपेन्द्र यादवले स्वागत गर्नुभएको थियो भने कार्यक्रम सञ्चालन प्रशासन इकाई प्रमुख चेतन बुढा मगरले गर्नुभएको थियो।

लोकसेवा आयोग, शिक्षक सेवा आयोग, हाजिरी जवाफ प्रतियोगिताका लागि उपयोगी

१. जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी सम्मेलन (कोप-२८) कहाँ भइरहेको छ?

✍ संयुक्त अरब इमिरेट्स (दुबइ)

२. विश्वभर लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान कहिले मनाइन्छ?

✍ हरेक वर्ष नोभेम्बर २५ देखि डिसेम्बर १० सम्म (२०२३ को नारा- लैङ्गिक हिंसा अन्त्यको सुनिश्चितता: महिला र बालबालिकामा लगानीको ऐक्यबद्धता" रहेको छ।)

३. Bank of the year 2023 बाट सम्मानित हुने बैङ्क कुन हो?

✍ प्रभु बैङ्क

४. आर्थिक वर्ष २०७९/०८० मा सबैभन्दा बढी व्यक्तिगत आयकर तिर्ने व्यक्ति को हुन्?

✍ विजय कुमार शाह

५. नेपालको संविधान २०७२ को पहिलो संशोधन कहिले भएको थियो?

✍ वि. सं. २०७२ फागुन १६ गते (धारा ४२, ८४ र २८६ त्यसैगरी दोस्रो संशोधन वि.सं. २०७७ असार ४ गते अनुसूची-३)

६. जंगली बँदेललाई कृषि हानीकारक वन्यजन्तु घोषणा कहिले गरिएको थियो?

✍ वि.सं. २०८० साल मंसिर ७ गते

७. अन्तरार्ष्ट्रिय साहसिक महिला पुरस्कार २०२३ बाट सम्मानित हुने अभियान्ता को हुन्?

✍ सविता उप्रेती (नेपालमा अटिजम भएका बालबालिकाको शिक्षामा उल्लेखनीय काम गरेवापत उनलाई सम्मान गरिएको)

८. गिरी दह कहाँ रहेको छ?

✍ जुम्ला

९. मारुनी नाच कुन समुदायमा नाचिने नाच हो?

✍ मगर

१०. सामाजिक सञ्जाललाई व्यवस्थित गर्ने सम्बन्धी निर्देशिका- २०८० कहिले नेपाल राजपत्रमा प्रकाशन गरिएको थियो?

✍ वि. सं. २०८० साल मंसिर ११ गते

संकलन : चेतन बुढा मगर

भूमे-६, रुकुम (पूर्व)

तोरी खेती प्रविधि

नारायण ओली

परिचयः तोरी एक प्रकारको दुई दलीय तेलहन बाली हो। नेपालको पहाडी तथा समथर भूभागमा यसको खेती गरिन्छ।यो नेपालको मुख्य तेलहन बाली हो। यसको बोट सानो हुँदा सागको रूपमा तरकारी बनाउन प्रयोग गरिन्छ। भूमेको सन्दर्भमा बेशीदेखि लेकसम्म खेती गरिन्छ। यसको खेती लेकमा असोज महिना र बेशीमा मंसिरसम्म गर्न सकिन्छ। तेल औद्योगिक कच्चा पदार्थ हो। यसको पिना मल तथा पशु आहारामा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

महत्त्वः खाद्य पदार्थको रुपमा प्रयोग गरिन्छ। मल तथा पशुको आहाराको रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। औद्योगिक कच्चा पदार्थको रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ।यसले माटोमा नाइट्रोजन फिक्सेसन गर्ने भएको हुनाले माटोको उर्वरता वृद्धि हुन्छ।

हावापानीः रायो तथा तोरी खास गरेर समशितोष्ण हावापानीदेखि शितोष्ण हावापानीमा हिउँदको समयमा हुने बाली हो। चिसो हावापानीमा हुने तुषारो सहन नसक्ने खालको हुन्छ। तोरी लगाएको २५-३० दिनमा फूल फुल्न थाल्छ र ५० दिन सम्म फुलिरहन्छ।

माटोः तोरी खेती धेरै किसिमको माटोमा हुन्छ।हलुका बलौटे, दोमट र चिम्टाइलो माटोमा खेती गर्न सकिन्छ।प्रसस्त प्रांगारिक तत्व भएको पानी नजम्ने माटोमा हुन्छ। साधारणतया माटोको पिएच ६ देखि ७.५

हुनुपर्छ। हामीले वर्षे आलु रोपेको जमिन तथा अन्य जमिनमा पनि रोप्ने चलन छ।

जातः भूमे गाउँपालिकाको सन्दर्भमा धेरैजसो स्थानीय जातको तोर र शर्सु खेती गर्ने चलन छ। धेरै रोग किराको प्रकोप नहुने उत्पादन राम्रो हुने गर्छ। उन्नत खेती प्रविधिमा भने पुया बोल्ड, कृष्णा, बिकास, प्रगती लुम्ले, मोरङ तोरीको प्रयोग गरिन्छ।

जमिनको तयारी तथा लगाउने तरिकाः

- तोरी खेतीका लागि जमिन तयारी गर्दा २-३ पटक खनजोत गरी, डल्ला फुटाई माटो खुकुलो बनाउनु पर्छ।
- झारपातलाई राम्रोसँग फाली दाँते पाता चलाई राम्रोसँग तयारी गर्नुपर्छ।
- तोरी खेती खास गरेर कार्तिक महिनाभरि गर्न सकिने भएता पनि कार्तिकको दोस्रो हप्तामा खेती गर्दा उत्पादन धेरै हुन्छ।
- तर हाम्रो भूमेको सन्दर्भ तथा हावापानीमा असोज महिनादेखि मंसिर महिनासम्म खेती गरिन्छ।

३-४ से मी गहिरो बनाई बीउ रोप्नुपर्छ। प्रति हेक्टरमा ८-१० केजीका दरले बीउको आवश्यकता पर्छ। हाम्रो क्षेत्रमा आलु-तोरी-गहुँको बाली चक्र अपनाउन सकिन्छ। तोरीलाई अन्य हिउँदे बालीसँग मिश्रित खेती पनि गर्न सकिन्छ।

यसलाई रोपेको २०-२५ दिनमा फूल फुल्ने बेला सिँचाइ गर्न सकिन्छ र त्यसपछि ४०-५० दिनको बीचमा पनि सिँचाइ गर्दा उत्पादन राम्रो हुन्छ। यो बालीमा **NPK** ६०:४०:२० का दरले प्रयोग गर्नुपर्छ। हाम्रो जस्तो प्राङ्गारिक जिल्लामा प्रसस्त मात्रामा जैविक मल, गोठे मल, कम्पोष्ट मल वा गड्यौला मल आदि प्रयोग गर्न सकिन्छ।

झारपात तथा रोग किराहरुः

यस बालीमा बिशेष गरी अरोवेन्की नामक परजीवी झार आउने भएको हुनाले गोडमेल गरेर खाडलमा गाडिदिनुपर्छ। अन्य कुनै झारपात आएमा होसियारपूर्वक उखेलेर फाल्नुपर्छ।

तोरी बालीमा विभिन्न किसिमका रोगो तथा किराहरुले सताउने गर्दछन्। जस्तैः थोप्ले डढुवा, सेतो रोग, डाउनी बिल्डिउ, धुले ढुसी, आदि रोगले सताउने गर्छन्। यस रोगको लागि उपयुक्त व्यवस्थापन गर्नुपर्छ। तोरी बालीलाई विभिन्न किराहरुले पनि सताउने गर्छन्, जस्तैः तोरीको करौते झिंगा, लाही किरा, पुतली आदिले सताउने गर्दछन्। यस्ता रोग तथा किराहरुको प्रकोप देखा परेको खण्डमा प्राविधिकको सल्लाहअनुसार उपयुक्त औषधी तथा पेष्टिसाइटको प्रयोग गर्नुपर्छ।

बाली भित्र्याउनेः तोरी वाली तेलहन बाली भएको हुनाले ७५% पाकिसकेपछि होसियारपूर्वक काटेर सुकाउनु पर्छ। २/३ घाम सुकाएर तरी चुट्नुपर्छ। गेडामा ९% भन्दा कम चिस्यान भएपछि भण्डार गर्नुपर्छ। तोरी बालीको उत्पादन प्रतिहेक्टर ०.८ देखि १.५ मेट्रिक टन हुन्छ।

नेपाल सरकार
श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालय
वैदेशिक रोजगार बोर्डको सचिवालय
बबरमहल, काठमडौं

विद्यालय स्तरीय राष्ट्रब्यापी निवन्ध प्रतियोगिता सम्बन्धी सूचना

प्रकाशित मिति २०८०/०८/११

वैदेशिक रोजगार बोर्डको सचिवालयले प्रत्येक वर्ष डिसेम्वर १८ मा मनाईने आप्रवासी कामदार दिवसको उपलक्ष्मा विद्यालय स्तरीय राष्ट्रब्यापी निवन्ध प्रतियोगिता आयोजना गरेको छ । यस प्रतियोगितामा भाग लिन ईच्छुक नेपालभरका जुनसुकै विद्यालयमा कक्षा ९ देखी १२ सम्म अध्ययनरत विद्यार्थीहरुले देहायका शर्तको अधिनमा रही निवन्ध लेखी १५ दिन (२०८० मंसीर २५ गते) भित्र बोर्डको सचिवालयमा स्वयं उपस्थित भई वा सचिवालयको ईमेल admin@feb.gov.np मा आईपुग्ने गरी पठाउनुहुन सम्बन्धित सबैमा यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ ।

शर्तहरुः

१. निवन्धको शीर्षक **"सुरक्षित वैदेशिक रोजगार"** रहेको छ । निबन्ध नेपाली भाषामा लेखिएको, कम्तीमा १००० शब्दको हुनुपर्ने र युनिकोड कालीमाटी १२ साईजको फन्टमा टाइप गरिएको हुनुपर्नेछ ।
२. निवन्ध श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालय र वैदेशिक रोजगार बोर्डबाट प्रदान गरिने सेवा प्रवाहसँग सम्बन्धित विषय समेत समेटिएको हुनुपर्नेछ ।
३. निवन्धको साथमा सहभागीले आफ्नो विद्यालयको सिफारिस वा परिचयपत्र संलग्न गर्नुपर्नेछ ।
४. प्राप्त निवन्धहरुमध्ये प्रथम, द्वितिय र तृतीय हुने निवन्धलाई प्रमाणपत्र सहित क्रमशः रु ५० हजार, ३० हजार र २० हजार रुपैयाँ पुरस्कार दिईने छ, पुरस्कृत निवन्धको सर्वाधिकार बोर्डमा रहने र भविश्यमा स्रोत सामग्रीको रुपमा प्रयोग गर्न सकिनेछ ।
५. यस सम्बन्धी विस्तृत जानकारीका लागि बोर्ड सचिवालयमा सम्पर्क गर्न सकिने छ ।

कार्यकारी निर्देशक

नेपाल सरकार
श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा मन्त्रालय
वैदेशिक रोजगार बोर्डको सचिवालय
बबरमहल, काठमाडौं ।

वैदेशिक रोजगार सन्तती छात्रवृत्ति कार्यक्रममा सहभागी हुने बारेको सूचना

(सूचना प्रकाशन मितिः २०८०/८/४)

वैदेशिक रोजगारीमा गई मृत्यु भएका वा शत प्रतिशत अशक्त भएका एवं बैदेशिक रोजगार कल्याणकारी कल्याणकारी कोषबाट यस सचिवालय मार्फत शत प्रतिशत आर्थिक सहायता प्राप्त गरेका श्रमिकका १८ वर्ष मुनिका बालबालिकाहरुलाई प्रदान गरिने छात्रवृत्ति प्राप्त गर्न योग्यता पुगेका सामुदायिक एवं संस्थागत विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरुलाई सो कार्यक्रममा समावेश हुन यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । छात्रवृत्ति प्राप्त गर्न योग्यता पुगेका ईच्छुक विद्यार्थीहरुले वैदेशिक रोजगार सन्तती छात्रवृत्ति सञ्चालन कार्यविधि, २०८० कार्यविधि बमोजिम आ-आफ्नो विद्यालयमा निवेदन पेश गर्नुहुन साथै सम्बन्धित विद्यालयले आवश्यक कागजात सहित आ-आफ्नो स्थानीय तहमा सूचना प्रकाशन भएको मितिले ३५ दिनभित्र सिफारिस सहित पेश गर्नुहुन यो सूचना प्रकाशन गरिएको छ । छात्रवृत्ति सम्बन्धी थप बुझ्नुपरेमा सम्बन्धित स्थानीय तहको रोजगार सेवा केन्द्र वा वैदेशिक रोजगार बोर्डको सचिवालयमा सम्पर्क गर्न सकिनेछ । विस्तृत विवरण सचिवालयको वेबसाईट www.feb.gov.np बाट कार्यविधि डाउनलोड गरी प्राप्त गर्न सकिनेछ ।

कार्यकारी निर्देशक

भूमे गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय

खावाङबगर, रुकुम (पूर्व)
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

प.सं. : ०८०/०८१
च.नं. : १५०४

मितिः २०८०/०८/१९

श्री वडा कार्यालय सबै,
श्री सामुदायिक एवं संस्थागत विद्यालय सबै,
भूमे गाउँपालिका रुकुम (पूर्व) ।

विषयः वैदेशिक रोजगार सन्तती छात्रवृत्ति कार्यक्रम सम्बन्धमा ।

प्रस्तुत विषयको सम्बन्धमा वैदेशिक रोजगारीमा गई मृत्यु भएका वा शत प्रतिशत अशक्त भएका एंव वैदेशिक रोजगार कल्याणकारी कोषको सचिवालयबाट शत प्रतिशत आर्थिक सहायता प्राप्त गरेका श्रमिकका १८ वर्ष मुनिका बालबालिकाहरुलाई प्रदान गरिने छात्रवृत्ति प्राप्त गर्न योग्यता पुगेका सामुदायिक एवं संस्थागत विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरुलाई सो कार्यक्रममा समावेश हुनको लागि वैदेशिक रोजगार वोर्डको कार्यालयले मिति २०८०/०८/०४ गते वैदेशिक रोजगार सन्तती छात्रवृत्ति (शैक्षिक सत्र २०८०) का लागि निवेदन दिने बारेको सूचना प्रकाशित भैसकेको हुँदा सो सन्दर्भमा यस भूमे गाउँपालिका स्थित वडा कार्यालयहरु तथा सामुदायिक एंव संस्थागत विद्यालयहरुले सो छात्रवृत्ति सम्बन्धी सूचना संप्रेषण गरिदिनुका साथै वैदेशिक रोजगार सन्तती छात्रवृत्ति सञ्चालन कार्यविधि, २०८० को अनुसुचि (१) बमोजिमको ढाँचामा मिति २०८० पुस ८ गते भित्र निवेदन दिनको लागि आवश्यक सहजिकरण गरिदिनुहुन सम्बन्धित सबै सरोकारवालाहरुमा अनुरोध छ । कार्यविधि र आवश्यक कागजात यसै पत्रका साथ संलग्न गरि पठाइएको छ । छात्रवृत्ति सम्बन्धी थप बुझ्नुपरेमा गाउँपालिका स्थित रोजगार सेवा केन्द्रमा सम्पर्क गर्न सकिनेछ । साथै विस्तृत विवरण यस कार्यालयको वेबसाईट www.bhumemun.gov.np बाट प्राप्त गर्न सकिने छ ।

२०८०/०८/१९

....
(उपेन्द्र यादव)
नि. प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

खावाङबगर,रुकुम (पूर्व) लुम्बिनी प्रदेश,नेपाल | फोन नं. +९७७-९८०१३३२३८३, ९७६२५२७११०
इमेल:info@ bhumemun.gov.np, bhumemun@gmail.com,वेबसाइट : www.bhumemun.gov.np