

मार्गानुगामी

राष्ट्रिय दैनिक

MARGANUGAMI NATIONAL DAILY

कुनै पनि विचार, समाचार र विज्ञापन प्रकाशन गर्नु परेमा हामीलाई सम्झनुहोस्। हामी तपाईंलाई उचित स्थान दिनेछौं। साथै राष्ट्रिय तथा स्थानीय पत्रपत्रिकामा कुनै पनि विज्ञापन प्रकाशन गर्न चाहनुहुन्छ भने सम्पर्क गर्नुहोला।

मार्गानुगामी राष्ट्रिय दैनिकको कार्यालय
गोलबजार नगरपालिका-६, सिरहा
फोन नं.: ०३३-५४०३५६
मो. नं. ९८५२२३२६३४, ९८०९५००३५६
इमेल : mgnd2070@gmail.com

बर्ष: १२, अंक: १६३ पृष्ठ: ४

२०८२ कार्तिक ०१ शनिबार (Saturday 18 Oct. 2025)

मूल्य रु. ५।-

इमेल : mgnd2070@gmail.com

हेडमाष्टरको हठले शिक्षक कर्मचारी तलवबाट बञ्चित

सिरहा, ३१ असोज। सिरहाको गोलबजार ६ स्थित जनहित आधारभूत विद्यालयका प्रधानाध्यापकको हठका कारण यहाँका शिक्षक कर्मचारी तलव भत्ताबाट बञ्चित भएका छन्। प्रधानाध्यापक राजकुमार रामको हेपहा मनसायका कारण यहाँ कार्यरत ७ जना शिक्षक कर्मचारी १० महिनाको तलवबाट बञ्चित भएका हुन्। लामो समयको तलव नपाउँदा आफूहरू मर्कामा परेको ति शिक्षक कर्मचारीले दुखेसो पोखेका छन्। यहाँ कार्यरत शिक्षक कर्मचारीले प्रधानाध्यापक रामले विभिन्न बाहाना बनाएर विनाकारण तलव

रोकेर राखेको बताए। प्रअ रामले तलव माग्दा कहिले नियुक्तिपत्र माग्ने, कहिले तपाईंहरू करारका शिक्षक-कर्मचारी भएकाले प्रत्यक ६-६ महिनामा रिन्डू गरेपछि मात्र तलव दिने भन्दै शिक्षक कर्मचारीलाई तनाव दिने गरेको बताए।

उनीहरूले भने, 'कहि नभएको नियम लगाएर हामीलाई दुःख दिईरहनु भएको छ, हामीलाई तत्काल तलव दिने वातावरण बन्नु पर्छ। त्यो प्रधानाध्यापकको काम हो।' यस विद्यालयमा एक विद्यालय सहयोगी, प्रअ रामसहित ७ जनाले २०८१ साल बैशाख देखि पुससम्मको र दशैं पेशकी अर्भै



पाएका छैनन्। धेरै विवाद पछि २०८१ माघ देखि हालसम्मको तलव भने दिएको छ। तलव नदिनुको कारण बारे प्रश्न गर्दा प्रअ रामले कहिले आफू भरखरैमात्र प्रअ भएकाले २०८१ माघ अघिसम्मको तलवभत्ता खुवाउने यथेष्ट प्रमाण नभएकाले त कहिले करारको कर्मचारीको ६-६ महिनामा अध्यावधि गर्नुपर्ने प्रावधान पुरा नभएकाले तलव दिन नमिल्ने बताए।

उनले आफूलाई बचाउगर्दै अघिल्लो प्रअ सरिता मण्डलले बरबुभारथ नगरेकोले पनि तलव खुवाउन समस्या भएको बताए। पूर्व प्रअ भने आफूसँग

भएको सबै सामान बुझाउन तयार भएपनि रिसिबि साँध्न कै लागि वर्तमान प्रअ रामले सामान बुझ्न आनाकानी गरिरहेको बताए। शिक्षा शाखा प्रमुख अनन्त कुमार पौड्यालले पूर्व प्रअ मण्डल बाहेककालाई तत्काल तलव खुवाउन निर्देशन दिईसकको बताए। उनले निर्देशन दिएको महिना वित्तिसक्दा पनि अर्भै तलव पाएका छैनन्। प्रअ रामले जनप्रतिनिधी र नगरपालिकाका कर्मचारीसँगको सेटिङमा आफ्नै विद्यालयका शिक्षक कर्मचारीलाई दुख दिने गरेको आरोप लाग्दै आएको छ।

धानखेतमा जीवित नवजात शिशु फेला हुक्काहुक्कीको संस्कृति जोगाउँदै ग्रामीण महिला



रतीन्द्र उप्रेती

बर्दिबास, ३१ असोज। महोत्तरीको जलेश्वर नगरपालिका-४ स्थित धान

खेतमा एक जीवित नवजात शिशु फेला परेको छ। बिहीबार भागेश्वर पोखरी नजिकको धानखेतमा करिब

१५/१६ दिनको पुरुष शिशु भेटिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय महोत्तरीका प्रहरी नायब उपरीक्षक (डीएसपी) शैलेन्द्र भट्टले जनाउनुभयो। शिशुले हल्का निलो रङको लुगा लगाएको र गुलाफी रङको कपडामा बेरिएको अवस्थामा भेटिएका थिए। स्थानीयवासी घाँस काट्न जाँदा खेतमा शिशु देखेपछि तत्कालै प्रहरीलाई खबर गरेका थिए। प्रहरी टोलीले शिशुलाई उद्धार गरी स्वास्थ्य परीक्षणका लागि प्रादेशिक अस्पताल जलेश्वर पठाएको छ।



धीरेन्द्रप्रसाद साह

राजविराज, ३१ असोज। दीपावली नजिकिँदै गर्दा सप्तरीका ग्रामीण बस्तीका महिलाहरू हुक्काहुक्की बोकेर सहर धाउन थालेका छन्। जिल्लाको मलेठ, दिघवा, जोलहरी, जमुनी, भल्ही, फर्सेठ, विषहरिया लगायतका

गाउँका महिलाहरू बिहान सबेरै हुक्काहुक्की बोकेर राजविराज, सहरतिर निस्कन छन्। यहाँको बजारमा हुक्काहुक्कीको माग एकाएक बढेको छ। उनीहरूले बनाएको एउटा हुक्काहुक्की १० देखि ५० रुपियाँसम्ममा बिक्री हुने गरेको छ। सस्तो मूल्यमा पाइने

भएकाले ग्रामीणदेखि शहरी उपभोक्तासम्म यसमा आकर्षित हुने गर्छन्।

फर्सेठका देवनारायण यादवका अनुसार हुक्काहुक्की परम्परागत रूपमा सनपाट (पटुवा वा जुट)को ठडरी (सन्टी) र खर प्रयोग गरी बनाइन्छ। "पहिले-पहिले घर-घरमै बनाइन्थ्यो, अहिले धेरैले बजारमा किन्ने गर्छन्," यादव भन्नुहुन्छ, "यसको माग तिहारमा मात्रै हुन्छ, किनकि यो केवल खेलौना होइन, संस्कृतिको एउटा अंश हो।" अहिले मूल कृषक खेतीपाति गर्न छोडेर सहरमा बस्न थालेपछि यसको खेती पनि थोरै मात्रामा भइरहेको छ भने हुक्कापाति खरिद गरेर मनाउनु परिरहेको छ।

गाउँघर बस्न छोडेको धेरै भयो, खेतीपाति पनि बढेयामा गरिरहेकोले सनपाटको खेती पनि कम् मात्रामा -बाँकी अन्तिम पेजमा

दीपावली सतर्कतापूर्वक मनाऔं ।

दीपावलीको समयमा:

मैनबत्ती, दियो तथा विद्युतीय वत्ती प्रयोग गर्दा आगजनी हुन सक्छ,

त्यसबाट बच्न:

- दियो, मैनबत्ती बाल्दा आगोले टिप्ने सामान नजिक नराखौं,
- बालबालिकाले भेट्ने गरी दियो, मैनबत्तीलगायतका प्रज्वलनशील पदार्थ नराखौं,
- पर्दा वा भ्याल ढोकाको नजिकै तथा काठका फर्निचरमाथि दियो तथा मैनबत्ती नबालौं,
- मैनबत्ती, दियो बालिसकेपछि ननिभेसम्म निगरानी गरौं,
- धेरै विद्युतीय उपकरण प्रयोगका कारण विद्युत सट भई आगोलाग्न सक्ने हुँदा कम प्रयोग गरौं,
- एक्सटेन्सन प्लगको क्षमताअनुसार मात्र बत्तीको प्रयोग गरौं,
- पटाका तथा अन्य प्रज्वलनशील बस्तुको प्रयोग नगरौं
- आगजनीबाट बचाउ र बचाऔं !



नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

BAJAJ ALL NEPAL
झाडा-झाडा
EXCHANGE MELA

यही २०८२ असोज २६ देखि कार्तिक ३ गते सम्म
स्थान: बजाज शोरूम

BIKE लैजाउँ मात्रै नागरिकताको भरमा

ON THE SPOT FINANCE AVAILABLE
NO SERVICE CHARGE

ADDITIONAL VALUATION 10,000/-

FREE ACCESSORIES

BPL BAJAJ PREMIER LEAGUE

FINANCE SUPPORTED BY NFL

GUPTA BROTHER'S AUTO TRADE
Mirchaiya, 033-550744 | 9801552812

सम्पादकीय

पीडितलाई राहत

महोत्तरी जिल्लाको एकडारा र सम्सी गाउँपालिकाका बाढी पीडितहरूलाई राहत वितरण गरिएको छ। दुवै पालिकाका ३०८ बाढी पीडित परिवारलाई राहत वितरण गरिएको हो। वर्ल्ड भिजन इन्टरनेशनल नेपालको सहयोग तथा एकीकृत ग्रामीण विकास समाज बर्दिबास तथा दलित उत्थान समाज महोत्तरीको समन्वयमा एकडारा र सम्सी गाउँपालिकाका बाढी पीडितहरूलाई राहत वितरण गरिएको हो। एकडारा गाउँपालिकामा २५५ घरधुरी तथा सम्सी गाउँपालिकामा ५३ घरधुरीलाई राहत वितरण गरिएको ग्रामीण विकास समाज बर्दिबासका फिल्ड अफिसर राजीवकुमार भाले जानकारी दिनुभयो।

वडाले सिफारिस गरेका बाढी पीडितहरूलाई संस्थाका कर्मचारीहरूले जाँच पडताल गरेर वास्तविक बाढी पीडितहरूलाई मात्रै राहत वितरण गरिएको जनाइएको छ। बाढी पीडितहरूलाई सोना मनसुली चामल २५ किलो, दाल दुई किलो, खानेतेल दुई लिटर, खानेनुन एक प्याकेट, त्रिपाल दुई थान, म्याट्रेस दुई थान, कम्बल दुई थान, डोरी दुई थान, सोलार लाइटलगायतका सामग्रीहरू वितरण गरिएको छ। एकडारा गाउँपालिकाका अध्यक्ष दीपनारायण मण्डलको विशेष उपस्थिति रहेको राहत वितरण कार्यक्रममा वर्ल्ड भिजन इन्टरनेशनल नेपालबाट दिलीपकुमार यादव, योभेन्द्र चौधरी, विनोद थापा मगर, तारा दाहाल, एकीकृत ग्रामीण विकास समाज बर्दिबासबाट उमेश न्यौपाने, कुमार भण्डारी, ऋषि चौलागाई, दीपेश श्रेष्ठ, राजीवकुमार भा, दलित उत्थान समाज महोत्तरीबाट उत्तमचन्द्र चौधरी, देवी निरौला, सौरभ सुमनलगायतका उपस्थिति थियो।

राहत वितरण कार्यक्रममा मन्तव्य राख्नुहुँदै एकडारा गाउँपालिकाका अध्यक्ष दीपनारायण मण्डलले बाढी र डुबानले पीडामा रहेका गाउँपालिकाका बासिन्दालाई राहत वितरण गरेकोमा संस्थालाई धन्यवाद दिनुभयो। उहाँले बाढी र डुबान पीडितहरूलाई पालिकाबाट हरसम्भव सहयोग गरिने वाचा गर्नुभयो। एकडारा गाउँपालिकाका वडा ३ अजमरपट्टीका बाढीपीडित शिवजी मण्डलले तिहारको मुखमा आएर राहत दिएकोमा खुशी व्यक्त गर्नुहुँदै बाढी आएको दशदिन भइसकदा समेत कसैले राहत दिन नआएको बताउनुभयो।

असोज १८ गतेदेखि २० गतेसम्म तिन दिनसम्म लगातार परेको पानीको कारण महोत्तरी जिल्लाको विभिन्न ठाउँमा बाढी र डुबानको समस्या देखिएको थियो। सदरमुकाम जलेश्वरमा बाढी आएको साता दिनसम्म पानी जमेको कारण जलेश्वर नगरपालिकाले बिदासमेत दिनुपरेको थियो।

जिल्लामा रातो, भन्सी, जंगहा, माढा, अंकुसी, बिगही लगायतका नदीहरू भरिभराउ भई जिल्लामा बाढी र डुबानको समस्या देखिएको थियो। यता केही दिन अगाडि सेभ द चिल्ड्रेनले रातो नदीको कारण बाढी पीडित बनेका जलेश्वर नगरपालिकाका १ र ८ नं वडाका ११२ परिवारलाई राहत वितरण गरेको थियो। जिल्लामा बाढी र डुबानबाट महोत्तरीका जलेश्वर नगरपालिकासहित बर्दिबास, औरही, भंगाहा सीतापुर, बलवा, महोत्तरी, रामगोपालपुर, मटिहानी र सम्सीका २२८ परिवारका ८२६ जना विस्थापित थिए भने बाढीमा डुबेर जलेश्वर ६ का एक ११ वर्षीय बालकको मृत्यु भएको थियो।



इन्द्र अधिकारी

अहिले जुन खालको परिस्थिति छ, यो स्थितिमा अन्तरिम सरकारको नेतृत्व गरिरहनुभएका सुशीला कार्की नै अहिले देशको नेता हुन्। प्रधानमन्त्री र कार्यकारी अधिकारको हैसियतले ६ महिनाभित्र चुनाव गराउने गरी संवैधानिक मार्गमा ल्याएर छोड्ने जिम्मेवारी उहाँमा छ। अधिकारको हिसाबले राष्ट्रको नेतृत्व उहाँले गरिरहनुभएको छ, तर नेतृत्वको सङ्गत अहिले मात्रै होइन, पहिल्यैदेखिको हो। हामीकहाँ नेता नेताजस्तो जन्मन नसकेकै कारण देश अलिकति अस्तव्यस्त ढङ्गले अगाडि बढेको परिस्थिति हो। जहाँसम्म अब कसरी जाला भन्ने छ जुन ढङ्गले जसले आन्दोलन गरेका कारण यो उथलपुथल भयो भनिन्छ, त्यहाँ नै राजनीतिक नेतृत्व छैन। किनकि सरकारलाई काम गर्न अप्ठ्यारो छ। कोसँग परामर्श गरेर, कोसँग समन्वय गरेर, को-कोसँग सहयोग लिएर विश्वासमा काम गर्ने भन्ने परिस्थिति छ।

एकातिर जसले आन्दोलन गरेका हौं भन्छन्, तिनले कुरा सुन्न सक्दैनन्। निषेधकै राजनीति गर्न भड्किएका मान्छेहरू बाहिर सतहमा देखिन्छन्। भित्रकै केही मान्छेहरू पनि खुसुक्क काम गरौं भन्छन्, ती अल्पमतमा छन् अथवा तिनले खतरा भोगेको परिस्थिति छ। अत्यधिक ढङ्गले उत्साहित भएको र जस लिन खोज्ने जुन घटक छ, त्यो शंकास्पद छ र कसरी कहाँबाट कसको परामर्शमा अथवा निर्देशनमा ती भइरहेका छन्, राज्यले पनि पत्ता पाउन सकिरहेको छैन। जुन वास्तविक आन्दोलनकारी युवा पुस्ताहरू उनीहरूले राजनीतिक बुझ्दै र अभ्यास गरिरहेका छन्। तर उनीहरू उमेर र पृष्ठभूमिको

देशको नेतृत्व कहाँ चुक्यो ?

हिसाबले परिपक्व भइसकेको स्थितिमा छैनन्, जसले पुराना दलहरूलाई व्यवहार गर्न सक्न्। उनीहरूमा वार्ता गर्ने, संलग्न हुने, आफ्नो असन्तुष्टि व्यक्त गर्ने अनि यसरी अगाडि बढ्न सकिन्छ भनेर एक खालको सम्बन्ध सम्पर्क बढाउने त्यो ढङ्गको परिपक्वता आइसकेको छैन।

फेरि राज्यकै संयन्त्रहरू पनि कति सहयोगी छन् भन्ने पछिल्लो चरण असाध्यै शंका लाग्ने परिस्थिति सिर्जना हुनुले देखाउँछ। त्यसैले सरकार नै कति विश्वासमा छ भन्ने कुरा पनि हो। निर्वाचित सरकारले परिणाम दिन नसकेकाले दबाव दिएर हामीले राजीनामा माग्नु परेको हो, त्यसपछि पनि पारदर्शी हिसाबले काम कारबाही नभएको देखिन्छ। बानेश्वरमा बन्दुक पड्काउँदा न प्रमुख जिल्ला अधिकारी न उसको आधिकारिक कमान्डरलाई जानकारी थियो। त्यो भनेको हामीले हेर्दा सामान्य रूपमा आदेश शृंखलाले पनि काम गरेको छैन।

उनीहरूभित्र सुरक्षा अङ्गहरूबिच समन्वय पटकै देखिँदैन। एउटा प्रहरी मात्रै हतोटसाहित अवस्थामा त्यहाँ देखियो, अथवा विधिसंगत ढङ्गले पनि चलेको छैन भन्न पनि सकिन्छ। अधिकारीहरूलाई परामर्श गरिन्छ। पत्रकारहरूले जस्तै मान्छेले किन हताहत भयो भनेर सोधेपछि मात्र सीडीओ कार्यालयले 'एक गोली चलेछ' भन्ने कुरासँग सूचित भएको देखिन्छ। त्यो बेला अधिकारवालाहरूले पनि 'गोली चलाउन भनेकै छैन' भन्ने कुरा पनि आएका छन्। सय मिटरमा आएर सेना बसेको छ, सेना टुकबाट निस्किएको छैन। त्यहाँ सशस्त्र पुलिस छ, उनीहरूको कहीं सक्रियता देखिँदैन। प्रदर्शनकारीको छाती र पेटमा गोली हानेको छ, त्योभन्दा पहिलाका शान्तिपूर्ण व्यवस्थापन गर्ने तौरतरीकाहरू एक अर्काको सूचना सम्प्रेषण गर्ने, साभेदारी गर्ने गुप्तचरको कुराहरू ती सबैमा पुरै रिक्तता देखिन्छ।

त्यो संयन्त्रहरू नै अव्यावसायिक भएको हो कि असहयोगी भएको हो, त्यो नै अनुसन्धानको विषय हो। उनीहरूले सूचना संकलन गरेको अनि यस्ता गतिविधिहरू हुन सक्छन् भनेर आकलन गरेको, यस्तो भयो भने यो-यो रणनीति ढुङ्ग भनेर क ख ग घ... गरेर रणनीतिहरू बनाएको देखिँदैन। देशमा अनुमानै नगरेको घटना कोटेश्वरमा भयो, त्यो कुरालाई राज्य संयन्त्रले आँखा चिम्ल्न गर्न मिल्छ ? युवापुस्ता जसको नेतृत्व छैन, उनीहरूले आह्वान मात्रै गरेका छन्, उनीहरूमाथि बन्दुक राखेर गोली हान्न सबैभन्दा सजिलो ठाउँ बन्न सक्छ भनेर हामीजतिको सर्वसाधारणहरूले अनुमान गरेका छौं। तीन महिना पहिला (राजावादी प्रदर्शन) तीनकुनेमा भएको आगजनी, त्यस्तो मान्छे मारिएको पत्रकार घरभित्र जलेको विषयमा हामीले 'अनुसन्धान नै गर' भनेका थियौं।

राज्य सञ्चालनमा बसेका नेतृत्वको असफलता नै भन्नु पर्छ। त्यति सामान्य पनि चेतना नहुनु भनेको, राज्य संयन्त्रमा बसेर त्यति पनि थाहा नपाउनु गुप्तचर सबैको असफलता होइन र ? हाम्रो राज्य संयन्त्रहरू कुनै पनि यति धेरै नातान्यावी भएछन् कि आफ्नो काममा कोही पनि व्यावसायिक प्रतिबद्धता, जिम्मेवारी, जबाफदेही देखिँदैन। त्यत्रो घटनाको बाबजुद कसैले पनि जिम्मेवारी लिएको छैन। पुरानो सरकारले प्रश्न गर्नेहरूलाई उल्टै 'हामीलाई कमजोर पार्न विदेशीहरूले परिचालित गरेको' भनेर आज केही मान्छेहरूले बोलेको सुन्छु।

राज्यलाई कर तिरेको तपाईं हामी सुरक्षित हुन्छौं, सम्पत्ति सुरक्षित हुन्छ भनेर हो। यी जम्मै कुराहरूमा राज्य बेखबर भइदिने, बेवास्ता गर्दिने, उदासीन रहिदिने अनि जिम्मेवार पनि नबन्ने, जबाफदेहिता पनि नलिने हो भने हाम्रो राज्य छ कहाँ के ? त्यसले अहिले पुरानो सरकार अलोकप्रिय थियो, तपाईं हामीले पनि असाध्यै आलोचना गरेको हो। यो कुनै व्यक्तिको होइन, कुरो सरकारको हो, संरचनाको हो, प्रणालीको हो। त्यही भएर मैले पटक-पटक भन्छु-हामीले मन नपराएको केपी ओली गए। एउटा खराब मान्छे मारियो भन्दै गर्दा अब काल पल्कियो भनेर चिन्ता गर्नुपर्ने हुन्छ।

हाम्रो राज्य संयन्त्रका सबै यावत कुराहरूमा हामी चिन्तित हुन जरुरी देख्छु। नेतृत्वको रिक्तताकै कारण यो परिस्थिति हुन सक्छ। तर सबै मान्छे आ-आफ्नो ठाउँमा जबाफदेही हुनु पर्दैन ? राजनीतिक नेतृत्वको मात्रै कुरा गरेर पुग्दैन, प्रशासनिक नेतृत्वको सफलता वा क्षमता देख्नुभयो ? सुरक्षा नेतृत्वको यावत कुराहरू गरेर हुन्छ ? जवाफ दिनुपर्दैन ? आ-आफ्नो कामको कुन-कुन अंगले कुन संरचनाले जिम्मेवारी बहन गर्नु सफलतापूर्वक ?

राजनीतिक अधिकार बलियो

नभए, राजनीतिक अधिकार दूरगामी नभए धेरैले दुःख पाउँछन्, हामीले त्यही दुःख पाइरहेका छौं। तर यस्तो भन्दै गर्दा राजनीतिक अधिकारलाई ठिक छ, गोली हान्न भन्यो रे, भोलि हान्न भन्दै गर्दा हान्ने मान्छेले जवाफ दिनुपर्दैन ? किनभन्दा कानून त तिमीलाई लाग्छ। उसले सिकेका पनि छन्, भोलि हान्न भने पनि घुँडासुनिबाहेक हान्न मैले मिल्दैन भनेर तालिम लिएको छु, यदि माथि हान्यो भने म त्यसको भागीदार बन्छु भनेर गोली हान्ने मान्छेलाई पनि थाहा छ।

फेरि पनि त्यही संयन्त्रको व्यावसायिकतामा प्रश्न गर्ने कुरा हो, नागरिक सुरक्षाले मानौं हामीलाई थाहा थिएन भन्छन्। तिनीहरूको पनि त असक्षमता हो। किनभने तिनीहरूले सूचना लिन प्रयास गर्नुपर्छ, घुसपैठ हुन्छ भन्ने त हामी जस्तालाई नि थाहा पाउने कुरा हो। त्यो सूचनै थिएन भन्ने अनि फेरि समन्वय हुँदैन, सबैसँग छ त गुप्तचर इकाइहरू।

अर्भै भएन भनेर प्रधानमन्त्रीअन्तर्गत अनुसन्धान विभाग गाभेको छ। तिनीहरूले गर्छन् के ? मानौं, हामी सूचना दिएका थियौं भन्दा। त्यसोभए ए, बी, सी, डी... किन योजना बनाएनन् ? नेतृत्वको असफलता राजनीतिक हिसाबले मात्र होइन, राज्य संरचनामा भएको प्रशासनिक, सुरक्षा लगायतको त्यो नाकामी नेतृत्वहरू जबाफदेही हुनुपर्छ। जस्तै: वरिष्ठ अवकाशप्राप्त सेनाका मान्छेहरू एकदमै गर्व गर्छन्, ओलीले राजीनामा दिलाउन सेनापतिको भूमिका कारणले समाजलाई सम्हाल्न सक्थे भन्छन्। त्यो गर्दै गर्दा सेनापतिले राजीनामा माग्नु मिल्छ र ? प्रधानमन्त्रीले राष्ट्रपतिलाई भेटेर राजीनामा दिने कि सेनापतिको हातमा राजीनामा पठाउने ? अर्को कुरा, तपाईंले राजीनामा दिनुभएन भने बचाउन सकिन्न भनेको कुरा आयो। त्यो राष्ट्रपतिलाई नि भनिएको थियो। 'मलाई मार तर म राजीनामा दिन्न' राष्ट्रपतिले भन्दै गर्दा ओलीजीले ठीक छ म जिम्मेवार हुन्छु, राष्ट्रपतिसमक्ष राजीनामा दिन्छु। माफ पनि माग्छु भन्न सक्नुपर्छ। सुरक्षा दिन सकिन्न भन्दा तिमीहरूले औचित्य प्रमाणित गर कि त्यो संगठन केका लागि हो भनेर पनि प्रश्न गर्न नसक्ने ?

सेना प्रहरीले पदमा बसेको बहालवाला प्रधानमन्त्रीलाई राजीनामा नदिए बचाउन सकिदैन भन्छ भने त्यो संगठनको काम के हो ? अनि त्यो औचित्य प्रमाणित गर्न पर्दैन ? केका लागि त्यो बर्दा भिरेर हिँड्ने ? नेतृत्वको संकट म सबैमा देख्छु। यो प्रश्न हामी सबैले उठाउनुपर्छ, नत्र हामी सुरक्षित छैनौं। हाम्रो संयन्त्रहरूबाट हामीले सुरक्षा प्राप्त गर्ने अवस्था गुमाइसक्यौं। हाम्रा यी कुनै अंकहरू व्यावसायिक हिसाबले सक्षम छैनन् अथवा इमानदार छैनन्, त्यो पनि अनुसन्धानको विषय हो र गर्नुपर्छ। (अध्येता अधिकारी जेएनयू विश्वविद्यालयबाट पीएचडी हुन्।)

पुष्प व्यवसाय : आठ अर्ब ८३ करोड लगानी, ५३ हजारलाई रोजगारी

काठमाडौं, ३१ असोज। नेपालीहरूको दोस्रो ठूलो चाड तिहार सुरु भएसँगै फूल किनबेचसमेत बढेको छ। फूल र रङको पर्वको रूपमा रहेको तिहार सुरु भएसँगै फूलको किनबेच बढेको हो। पूजाआजादेखि विवाह, स्वागत, बिदाइदेखि मृत्युपछि समेत प्रयोग हुने फूलखेतीमा पछिल्लो समय नेपाल आत्मनिर्भर हुँदै गएको छ। नेपालमा २०११ सालदेखि सामान्य रूपमा फूलखेती हुँदै आए पनि २०५० सालको दशकपछि भने यसले व्यावसायिक रूप धारणा गरेको हो।

पछिल्लो एक दशकयता नेपालमा फूलको व्यावसायिक खेती गर्नेको संख्या बढ्दो छ। पुष्प व्यवसायबाट मनग्य आम्दानी हुने

भएपछि कृषिका अन्य क्षेत्रसँगै पुष्पखेती गर्नेको संख्या बढ्न थालेको हो। यस्तै, फूलको प्रयोग धेरै हुने भएकाले तिहारलक्षित फूलखेती गर्नेको संख्या बढ्दै गएको छ। छोटो समयमा पर्याप्त आम्दानी हुने भएकाले तिहारमा प्रयोग हुने सयपत्री र मखमलीको व्यावसायिक खेती हुने गरेको छ। विशेषगरी तिहारमा फूलको व्यापार धेरै हुने गरेको छ। तिहारमा काठमाडौं उपत्यकाभित्र मात्र ४० लाखभन्दा बढी माला बिक्री हुने गरेको नेपाल फ्लोरिकल्चर एसोसिएसनका अध्यक्ष राजेशभक्त श्रेष्ठ बताउछन्। फूलको प्रयोग बढिरहेको नेपालमा नर्सरीदेखि जमिन भाडामा लिएर पुष्प व्यवसाय गर्न थालिएको उनको

बनाइ छ। बढ्दो सहरीकरणको विकास तथा विस्तारसँगै सातै प्रदेशका मुख्य सहर तथा देशका ५२ जिल्लामा पुष्पखेती भइरहेको अध्यक्ष श्रेष्ठ बताउछन्।

“नेपालको वातावरण फूलखेतीका लागि अनुकूल छ”, उनी भन्छन्। देशभरका भण्डै २७० हेक्टर क्षेत्रफलमा पुष्पखेती गरिएको छ। पुष्प व्यवसायमा रु आठ अर्ब ८३ करोडभन्दा बढीको लगानी रहेको र ५३ हजार ५०० व्यक्तिलाई रोजगार प्रदान गरिएको अध्यक्ष श्रेष्ठले बताए। पुष्प व्यवसायको माग र आपूर्तिमा वार्षिक वृद्धिदर १० प्रतिशतभन्दा धेरै रहेको छ। कोरोना महामारीको समयमा पुष्प व्यवसायमा असर गरेको भए पनि विस्तारै पुष्प

व्यवसायले गति लिँदै गएको छ। आर्थिक वर्ष २०८०-८१ मा रु तीन अर्ब ६८ करोडभन्दा बढीको कारोबार भएको थियो भने २०८१-८२ मा रु तीन अर्ब ३७ करोडको कारोबार भएको अध्यक्ष श्रेष्ठले बताउनुभयो।

भन्सार विभागको तथ्याङ्कअनुसार आव २०८०-८१ मा पुष्प तथा पुष्पजन्य वस्तुको वार्षिक निर्यात रु एक करोड दुई लाख १२ हजार कारोबार रहेकामा आव २०८१-८२ मा रु दुई करोड १३ लाख ६० बराबरको निर्यात भएको थियो। नेपालमा उत्पादन हुने फूल जापान, हङकङ, अमेरिका, अस्ट्रेलिया, कतार, क्यानडा, युएईलगायत मुलुकमा निर्यात हुँदै आएको एसोसिएसनले जनाएको छ।

हुक्काहुक्कीको संस्कृति ...

भइरहेको राजविराज निवासी डोमन साहले हुक्कापाति बनाउन आवश्यक सामग्री नुहँदा खरिद गर्नु परेको बताउनुभयो। आफू हुक्काहुक्की बनाउन सीप जानेको बताउँदै उहाँले भन्नुभयो, “नयाँ पुस्ताले हुक्काहुक्की बुझ्छन् की बुझ्दैनन् भन्न गाह्रो छ।”

बायोबुद्ध शान्तिदेवीका अनुसार तिहारमा दीपावलीका दिन कुलदेवताको घरमा बालिएको दियोको आगो हुक्काहुक्कीमा सल्काएर चौबाटो, खेत, सार्वजनिक डगरमा खेल्ने चलन छ। “यो रमाइलो मात्र होइन, शुभ-अशुभको प्रतीक पनि हो। हुक्काहुक्कीमा आगो बलेको समय र दिशाले पनि भविष्यको संकेत दिन्छ भन्ने विश्वास छ,” उहाँ बताउनुहुन्छ।

पुरतौदेखि घरबाट दरिद्र भागोस्, शान्ति छाओस्, लक्ष्मीको वास होस् भन्ने विश्वासका साथ लक्ष्मी पूजा अर्थात् दीपावलीका दिन प्रत्येक घरको छानामाथि एक-एक वटा हुक्काहुक्की राखिने चलन रहेको ९० वर्षीय सीतावीप्रसाद साहले बताउनुभयो। हुक्काहुक्की बनाउने, बाल्ने र खेल्ने चलन केवल तिहारको रमाइलो मात्र होइन, नयाँ धान उत्पादनसँग पनि जोडिएको परम्परा हो। गृहिणी सीता साहका अनुसार, प्रत्येक घरको छानामा हुक्काहुक्की राख्ने र त्यसलाई ‘नेवान’ अर्थात् नयाँ धान खाने शुभ अवसरमा प्रयोग गर्ने परम्परा रहिआएको छ। “नेवानमा नयाँ धानको च्युरा कुट्टा वा धुट्टा दाउराको रूपमा हुक्काहुक्की नै प्रयोग गरिन्छ,” सीता साह बताउनुहुन्छ।

यसरी हुक्काहुक्की बेच्ने र खरिद गरिने चलन भने सहर बजारमा मात्र भेटिने गरेको छ। ग्रामीण बस्तीका मानिसहरू सहरमा बसोबास गर्न थालेपछि उनीहरूको सन्तानलाई हुक्काहुक्की संस्कृतिप्रति चेतना जगाउन र

निरन्तरता दिन सहरमा यसको व्यापार सुरु गरिएको श्यामकुमार यादवले बताउनुभयो। हुक्काहुक्की तिहारको खेलौना होइन, ग्रामीण जीवनशैली, संस्कार र कृषिसँग जोडिएको एक गहिरो सांस्कृतिक प्रतीक हो। गाउँका महिलाहरूका लागि यो रोजगारीको अवसर पनि हो। तिहार आउँदा उनीहरू आफ्नै हातले बनाएको परम्परागत वस्तु बेचेर घरको खर्च टार्ने गर्छन्।

एटा वा घरमा छोरा भएको संख्या जति छुट्टाछुट्टै हुक्काहुक्की मुख फेर्न बनाएको हुन्छ। लक्ष्मी पूजाका दिन साँझ घरको जेटो छोरा वा सबै छोरोले घरको देउता अगाडि बालिएको दीपबाट हुक्काहुक्कीको टुप्पोमा आगो सल्काएर मन्त्रोच्चारण गर्दै बाहिर डगर, चौरहा वा खेतमा गएर फेर्ने (खेल्ने) गरिन्छ, यसलाई नै हुक्काहुक्की भनिने गरिन्छ।

त्यसपछि परिवारका अन्य सदस्यहरूले मात्र हुक्काहुक्की फेर्ने गरिन्छ। र सामूहिक रूपमा खेल्ने गरिन्छ। हुक्काहुक्की आधी जलेकै अवस्थामा भुईँमा राखेर तीन वा पाँच पटक नाँधेर बचेको भाग लिएर तरकारी बारीमा गाड्ने चलन रहेको छ। यसरी आधा जलेको हुक्काहुक्की खेतबारीमा गाडिएपछि राम्रो फल्ने, कसैको आँखा नलाग्ने जनविश्वास रहेको छ। ग्रामीण हस्तकलाको प्रतीक बनेको हुक्काहुक्की परम्परालाई जोगाइरहेको छ। हुक्काहुक्कीको घरबाट दरिद्रता भगाउन विश्वाससँगै गाउँको आत्मा र पुरखाहरूको आस्थाको अनुभूति गरिन्छ।

नेपाल अपराजित...

१-१ विकेट लिए। नेपालले ११ वर्षपछि पहिलोपटक आईसीसीको प्रतियोगितामा कुनै उपाधि जितेको हो। यसअघि सन् २०२३ मा विश्वकप छनोटमा नेपाल फाइनलमा ओमानसँग सुपर ओभरमा पराजित भएको थियो।

जनकपुरधाम, ३१ असोज। मधेश प्रदेश सरकार गठन हुनासाथ संकटमा परेको छ। मधेश प्रदेश सभाका ६ दलको समर्थनमा लोसपा संसदीय दलका नेता जितेन्द्र सोनल मुख्यमन्त्री बनेका हुन्। उनले बिहीबार शपथ ग्रहण गर्दै जिम्मेवारी सम्हालेका छन्। ५६ सांसदको समर्थनसहित मुख्यमन्त्रीमा दाबी गरे बमोजिम नियुक्त भएका सोनलले शपथ लिना साथ आफ्नो पक्षबाट तीन सांसद गुमाएका छन्, जसले गर्दा प्रदेश सभामा उनी नेतृत्वको सरकारलाई अल्पमतमा पारेको छ। यद्यपि सर्वोच्च अदालतले जनमत पार्टी विभाजनविरुद्ध परेको रिटमा अन्तरकालीन अन्तरिम आदेश जारी गर्दै यथास्थितमा राख्न आदेश दिएपछि अन्योल बढेको छ।

मुख्यमन्त्री सोनललाई आफ्नै दल लोसपा नेपालका ९, जनता समाजवादी पार्टीका १९, नेकपा माओवादी केन्द्रका ९, नेकपा एकीकृत समाजवादीका ७, जनमत पार्टीका १३ र नागरिक उन्मुक्ति पार्टीका १ सांसदसहित समर्थन थियो। यो समीकरण अनुसार १०७ सदस्यीय प्रदेश सभामा मुख्यमन्त्रीको पक्षमा ५८ सांसद देखिन्छन्। सरकार गठन हुनासाथ विकसित राजनीतिक घटनाक्रमले यो बहुमत अस्थिर बनेको हो। बुधबार मुख्यमन्त्रीमा दाबी पेश गर्ने क्रममा जनमत पार्टीका दुई सांसद निवर्तमान मुख्यमन्त्री सतिश कुमार सिंह र पूर्वमन्त्री त्रिभुवन साह

नवगठित जनस्वराज पार्टीमा समाहित भए। त्यसैगरी बिहीबार मुख्यमन्त्रीको शपथ ग्रहणको दिन जसपा नेपालका सांसद तथा पूर्वमन्त्री सरोज सिंह कुशवाहा अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले मुद्दा दायर गरेका कारण निलम्बनमा परे।

यी घटनासँगै सत्ता गठबन्धनतिरको सांसद संख्या ५३ सांसदमा सीमित भएको छ, जुन प्रदेश सभामा अल्पमत हो। बहुमतका लागि प्रदेश सभामा कम्तीमा ५४ सांसदको समर्थन चाहिन्छ। यस कारण लोसपा नेतृत्वको सरकार हाल तरवारको धारमा अल्झिएको स्थितिमा पुगेको राजनीतिक विश्लेषक बताउँछन्। राजनीतिक विश्लेषक डा. भोगेन्द्र भुक्का अनुसार मधेश प्रदेशमा हाल गठन भएको सरकार लामो समय टिक्ने सम्भावना कमजोर देखिन्छ। उनकै शब्दमा ‘अहिलेको अवस्थालाई हेर्दा यो सरकारको आयु अब अधिकतम २८ दिन जतिमात्र देखिन्छ।’ संख्याबल सन्तुलनमा राख्न गठबन्धनका दलहरूले चनाखो रणनीति अपनाएर भने मुख्यमन्त्री सोनलले विश्वासको मत प्राप्त गर्न कठिन हुने डा. भुक्का प्रस्ट पारे। उनका अनुसार अहिले गठबन्धनमा सहभागी जनमत पार्टीका दुई सांसदमात्र होइन, अन्य सांसदले पनि जनस्वराज पार्टी रोज्न सक्ने सम्भावना उच्च छ।

डा. भुक्का थपे, ‘त्यसका लागि चरणमा कुवेत र जापानलाई हराएको थियो। कुवेत समूह चरणबाट अघि नबढेकाले जापानसँगको जितको २ अंक बोकेर सुपर सिक्समा पुगेको नेपालले सुपर सिक्सको पहिलो खेलमै यूईमाथि १ रनको रोमाञ्चक जित निकालेको थियो।

जनमत पार्टीका अध्यक्ष डा. सीके राउतले आफ्नो अहंकार त्यागेर सबैलाई पुनः एकत्रित गर्नुपर्ने अवस्था आएको छ।’ मुख्यमन्त्री जितेन्द्र सोनलले शपथ ग्रहणपछि सबैलाई एक ढिक्का बनाएर आफू अघि बढ्ने बताएका थिए। सोही प्रसङ्ग उल्लेख गर्दै भाले भने, ‘अब मुख्यमन्त्रीले त्यो ढिक्काभित्र अरू दलका प्रतिनिधिहरूलाई पनि समेट्नुपर्छ, नत्र सरकार अस्थिर रहन्छ।’ मधेश सरकार स्थिर र बलियो हुने हो भने दीपक साह नेतृत्वको जनस्वराज पार्टीलाई पनि सरकारमा सहभागी गराउन आवश्यक रहेको डा. भाले बताए। राजनीतिक विश्लेषक तथा वरिष्ठ पत्रकार श्यामसुन्दर शशी जितेन्द्र सोनल नेतृत्वको सरकारले विश्वासको मत प्राप्त गर्ने विश्वास व्यक्त गर्छन्। उनले वर्तमान परिस्थितिमा लोसपा गठबन्धनसँग ५३ सांसद रहे पनि प्रदेश सभामा रहेका साना दललाई समेटेर विश्वासको मत लिन सक्ने दाबी गरे।

प्रदेश सभामा राप्रपा (एक सिट) र संघीय समाजवादी पार्टी (एक सिट) रहेको जिकिर गर्दै उनले यी दललाई विश्वासमा लिन सके सरकार टिक्न कठिन नहुने प्रस्ट पारे। मधेश प्रदेश सभामा हाल १० राजनीतिक दलले प्रतिनिधित्व गरेका छन्। तीमध्ये नेकपा एमाले (२३) र नेपाली कांग्रेस (२२) सिटका साथ क्रमशः पहिलो र दोस्रो ठुलो दल छन्। साना दलहरूको सहकार्यमा सरकार बनेका कारण यी दुवै दल प्रतिपक्षमा बस्ने भएका छन्। नेपाली कांग्रेस मधेश प्रदेश संसदीय दलका नेता कृष्ण प्रसाद यादवले वर्तमान राजनीतिक परिप्रेक्ष्यमा कांग्रेसले प्रतिपक्षको भूमिकामा रहने निर्णय गरिसकेको बताए। उनले भने, ‘हामीले

प्रतिपक्षमा बस्ने निर्णय गरेका छौं। विश्वासको मतपछि आउने परिस्थितिलाई हेरेर आगामी रणनीति तय गर्नेछौं।’

यादवले वर्तमान सरकारका सन्दर्भमा आफूले थप टिप्पणी नगर्ने बताए। यद्यपि उनले सरकारलाई जनअपेक्षासँग मेल खाने गरी काम गर्न सुझाव दिए। उनले भने, ‘अहिले यतिमात्र भन्न चाहन्छु, जनअपेक्षाको अनुकूल वर्तमान सरकारले काम गरोस्।’ मधेश प्रदेशका नवनिर्वात मुख्यमन्त्री जितेन्द्र सोनलले प्रदेशलाई समृद्धिको मार्गमा लैजान र सुशासन कायम राख्न आफू दृढ रहेको बताएका छन्। उनले भने, ‘जेनजी पुस्ताले देखेका सपना पूरा गर्न म हरेक कदम चाल्नेछु।’

प्रदेश सरकारमा मन्त्रालय भाडबन्डाको विषय पनि पेचिलो बन्ने देखिएको छ। जसपा नेपालले भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्रालय, खानेपानी, ऊर्जा तथा सिँचाई मन्त्रालय, स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, उद्योग, वाणिज्य र पर्यटन मन्त्रालयको माग गरेको छ। अर्कोतिर जनमत पार्टीले अर्थ मन्त्रालयसहित ४ वटा मन्त्रालयमा दाबी गरेको छ। माओवादी केन्द्रले २ मन्त्रालय मागेको छ। लोसपा र नेकपा एकीकृत समाजवादीको भागमा १-१ मन्त्रालय पक्का भएको छ। प्रभावशाली मन्त्रालयमा दलहरूबिच एकातिर हानथाप चलेको छ भने अर्कोतिर जनमत पार्टीमा मन्त्री पदकै लागि प्रदेश सभा सदस्यहरूले दबाब बढाउन थालेका छन्। मन्त्री नपाए जनमत पार्टीबाट विभाजन भएर बनेको जनस्वराज पार्टीमा जाने भन्दै सो पार्टीका सांसदले धम्क्याउन थालेका छन्। यी तमाम समस्या समाधान गरेर सरकारले विश्वासको मत प्राप्त गर्नु निकै चुनौतीपूर्ण देखिएको छ।

हैजा तथा भाडापखाला लगायत पानीजन्य रोगहरूबाट बच्न स्वस्थ व्यवहार अपनाऔं

- उपलब्ध वा क्लोरिन छुट्टे तालेर पुष्टिकरण गरिको पानी मात्र पिउँ।
- खानेपानीलाई सधैं सफा ढाँडामा ढाँडेर राख्नु। सफा ढाँडाले मात्र खानेपानी बचिन्छ।
- खानेपानीलाई राख्ने ढाँडामा ढाँडेर राख्नु। सौरज्योती, बर्तन र ढाँडा अलमलको सफाई गर्नुपर्छ। खानेपानी सफा ढाँडामा ढाँडेर राख्नु।
- खानेपानीलाई सफा ढाँडामा ढाँडेर राख्नु। सौरज्योती, बर्तन र ढाँडा अलमलको सफाई गर्नुपर्छ। खानेपानी सफा ढाँडामा ढाँडेर राख्नु।
- दिनभरि सफा पानी पिउँ र बालबालिकाको दिमागसम्मै पानी पुर्याउनु।
- भाडापखाला जै हावेला तुरुन्त पुस्तकले कोलरेटी प्रसारण गर्नबाट रोक्नु।
- हैजा तथा भाडापखालाका लक्षणहरू देखिएमा तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा जानुपर्छ।

कल्याणपुर नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
कल्याणपुर, सिरहा
मधेश प्रदेश, नेपाल

जन्मदेखि नै स्वास्थ्य सुरक्षाको सुनिश्चितता!

बालबालिकाको सुरक्षित हेरचाहका लागि सहयोग

शिक्षकहरूका लागि सुतावहुर

बालबालिकालाई सशक्त बनाऔं
बालबालिकालाई आफ्नो स्वास्थ्य अवस्था बारे अनजान वा प्रश्न गर्ने र उपचारसम्बन्धी जिज्ञासाहरू सुन्ने र चिन्तित गर्नले घुम्न हुन्छ।

सुरक्षित वातावरण निर्माण गर्नु
बिरामीको घुम्न सक्नुलाई साथ गर्नु र अस्पताल प्रतिको डर कम गराऔं।

सहकार्य गर्नु
स्वास्थ्यकर्मीहरूसँग सहकार्य गरेर बालबालिकाको स्वास्थ्य, स्वास्थ्य शिक्षा, र बिरामी सुरक्षा बारे ज्ञान बढाऔं।

प्रोत्साहन गर्नु
बालबालिकाको विद्यालय पढ्नमा सक्नु पानीको निश्चित मात्रा पिउँदा र सोपमा हात धुनु गर्दा मास्क र ग्लुब घुम्न वा टिन्टुले कोच्ने जस्ता सुरक्षाका उपायहरू अपनाउँदा उनीहरूको प्रेरणा गर्नु।

नरहा गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
नरहा, सिरहा
मधेश प्रदेश, नेपाल

स्कृब टाइफस (Scrub Typhus)

स्कृब टाइफस एक किसिमको सरुवा रोग हो। यो रोग लाग्ने किर्वा जस्तो देखिने किरा (माइट) को टोकाइबाट मानिसमा सर्दछ। यो रोग माइटमा पाइने ओरेन्टिसिया सुसुगायुशी (Orientia Tutsugamushi) भन्ने जिवाणुबाट लाग्दछ। माइट प्रायः जसो काडी, सेतवारी, वनजंगल, घर वरिपरिको काडी वा घुरान हुने ठाउँमा देखिने गर्दछ।

स्कृब टाइफस कसरी सर्छ ?
मुसामा लाग्ने किर्वा जस्तो देखिने किरा (माइट)को टोकाइबाट मानिसमा सर्दछ। यो रोग मानिसबाट मानिसमा सर्दैन।

स्कृब टाइफसका लक्षणहरू

- धेरै ज्वरो आउनु (काम ज्वरो समेत आउन सक्छ)
- धेरै टाउको दुख्नु
- पसिना धेरै आउनु
- आँखा रातो हुनु
- भाडापखाला लाग्नु
- किराको (माइट) टोकेको ठाउँमा रातो डाबर जस्तो दाग देखिनु र पछि डाबर कालो दाग बस्नु

स्कृब टाइफसबाट बच्ने उपायहरू के-के हुन् ?

- सेतवारीमा काम गर्दा वनजंगल /काडीमा जाँदा वा घाँस काट्न जाँदा घुम्न रोक्नु
- घाँसवारी वा चउरमा बस्दा गुठ्ठी वा दरी ओछ्याएर बस्नु
- सतत गण्डसतत नुईना नबस्नु। साटमा वा अजली स्थानमा सुत्ने/बस्नु
- सकेसम्म घाँसवारी र चउरमा नबस्नु
- घउरमा, वारी, काडी, घाँस तथा घुरान बढ्ने नदिने
- मुसा नियन्त्रणको लागि उपयुक्त किसिमले अन्न भण्डार गर्ने तथा मुसालाई बन्दि विकास नहुने वातावरणको सृजना गर्नु।

स्कृब टाइफस लागेको शंका लागेमा उपचारको लागि तुरुन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा लैजाउनु पर्छ। औषधी सेवनापछि यो रोग निको हुन्छ।

अर्नमा गाउँपालिका
गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय
अर्नमा, सिरहा
मधेश प्रदेश, नेपाल