

लागू औषध सेवनले मानिसको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ, धन सम्पतिको वर्वाद गर्दछ, यसको प्रयोगबाट आफू, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई नै अपुरणिय क्षति पग्ने हुँदा यस्ता पदार्थदेखी टाढा रहौँ।

यस वर्ष सप्तरीमा डेढ गुणा बढी प्रधानमन्त्रीले चौथो पटक आँप उत्पादन हुने : कृषि ज्ञान केन्द्र विश्वासको मत पाए



दैनिक समाचारदाता
राजविराज, ७ जेठ।

कृषि ज्ञान केन्द्र सप्तरीले यस वर्ष जिल्लामा गत वर्षको तुलनामा डेढ गुणा भन्दा बढी आँप उत्पादन हुने जनाएको छ।

आँप उत्पादन हुने क्षेत्रमा वृद्धि, मौसमको अनुकूलता र यो वर्ष अनइयर (आँप बढी उत्पादन हुने वर्ष) भएकाले गत

वर्षको तुलनामा बढी आँप उत्पादन हुने कृषि ज्ञान केन्द्रले जनाएको हो।

कृषि ज्ञान केन्द्र सप्तरीका नियमित कार्यालय प्रमुख किसिन देव राउतले जिल्लामा वर्षेनी ८ हजार ५ सय हेक्टर जग्गामा आँप खेती हुदै आएको बताए। उनले गत वर्ष ४९ हजार ७ सय मेट्रिक टन आँप उत्पादन भएकोमा यस पल्ट आँप

उत्पादन हुने क्षेत्रमा वृद्धि, मौसमको अनुकूलता र यो वर्ष अनइयर वर्ष समेत भएकाले उत्पादन वृद्धि भई ७९ हजार २ सय ५० मेट्रिक टन आँप उत्पादन हुने अनुमान गरिएको

बताए।

उनले भने "यस वर्ष मौसमले साथ दिएको छ, गत वर्ष भन्दा डेढ गुणा आँप बढी उत्पादन हुन्छ।" हावाहुरी र असिनाबाट आँपको बोटलाई क्षति नहोस भन्ने हामी जति खटेका छौं, त्यति नै किसानहरु पनि खटेकाले परिणाम राम्रो आउने देखिएको उनको भनाई छ।

सप्तरीका कृषकले मालदह, बम्बई, दशहरी, कलकत्तिया लगायत जातका आँप उत्पादन गर्दछन्। आकाशे पानीको भरमा खेतीपाती गर्नु पर्ने र सुख्खा जमिनमा अन्यबाली नफस्टाउने भएकाले सप्तरीका अधिकांश कृषक व्यवसायीक आँप खेती तर्फ आर्कित भएका छन्।



दैनिक समाचारदाता
काठमाडौं, ७ जेठ।

चैतमा र तेस्रो पटक गत फागुनमा विश्वासको मत लिएका थिए। प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डले १६ महिने कार्यकालमा चौथो पटक विश्वासको मत लिएका छन्।

२०७९ पुस १० गते प्रधानमन्त्री नियुक्त भएका प्रचण्डले पहिलो पटक सोही वर्षको माघमा, दोस्रो पटक बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

जिल्लाको समग्र प्रतिवेदन बुझाएर मात्रै जान सिडियोलाई गृहसचिवको निर्देशन

काठमाडौं, ७ जेठ (रासस)।

गृह सचिव एकनारायण अर्यालले सरुवा भई जाने प्रमुख जिल्ला अधिकारीलाई आफू कार्यरत रहाउसम्मको जिल्लाको समग्र प्रतिवेदन बुझाएर मात्रै जान निर्देशन दिएका छन्।

गृह सचिव अर्यालले जिल्लाको समग्र वस्तुस्थिति, शान्ति सुरक्षाको अवस्था एवं सुधार गर्नुपर्ने विषयहरू समावेश गरी प्रतिवेदन तयार गरेर सो प्रतिवेदन सरुवा भई आउने प्रमुख जिल्ला अधिकारीलाई बुझाउने र गृह मन्त्रालयमा पठाउने व्यवस्था मिलाउन निर्देशन दिएका हुन्। 'अन्य कर्मचारीहरूको हकमा प्रमुख जिल्ला अधिकारीले सञ्चान्ति शाखा/फाँटको कामको अद्यावधिक विवरण लिएर मात्र रामाना दिने प्रबन्ध मिलाउन', गृह सचिवस्तरीय निर्णयमा भनिएको छ।

मुलुकको शान्तिसुरक्षाको जिम्मेवारी बोकेको गृहमा रेकर्ड सिस्टम कायम गर्न र थप व्यवस्थित तथा मजबूत बनाउन प्रतिवेदन अनिवार्य गरिएको गृह सचिव अर्यालको भनाइ छ। "यसले नयाँ सरुवा भई जाने

सिडियोलाई जिल्लाको वस्तुस्थितबारे तत्काल जानकारी हुनाका साथै बुझन नै महिनौं लाग्ने समस्याको अन्त्य गर्दै," गृह सचिव अर्यालले भन्नुभयो, "जसले सेवा प्रवाहमा एकरूपतासँगै चुस्तासमेत त्याउँछ।" रेकर्ड सिस्टमले जिल्लासँगै मन्त्रालयमा समेत को प्रजिल्ले के कसरी काम गरेको छ भन्नेबारेसमेत जानकारी रहने र सोको आधारमा मूल्याङ्कनसमेत हुने उनको भनाइ छ।

गृह मन्त्रालय वा अन्तर्गतका एक निकायबाट अर्को निकायमा सरुवा भएका कर्मचारीहरूलाई तत्काल रमाना दिई सरुवा भएको निकायमा हाजिर हुन पठाउन साथै तलब भत्ता सरुवा भएके निकायबाट भुक्तानी हुने व्यवस्था मिलाउन पनि सचिव अर्यालले निर्देशन दिएका छन्। सेवा प्रवाहलाई निरन्तरता कायम राख्न प्रमुख जिल्ला अधिकारीबाहेक गृह मन्त्रालय वा अन्तर्गतबाट अन्यत्र मन्त्रालयमा सरुवा भई जाने कर्मचारीलाई सो स्थानमा बाँकी अन्तिम पृष्ठमा

गर्मीबाट बच्न निम्न सावधानी अपनाओँ

- प्रसस्त मात्रामा पानी खाओँ। साथमा पानीको बोतल राख्ने गरौ।
- प्रचण्ड गर्मीमा घरबाहिर नजाओँ। जानै परे सुरक्षित भएर मात्र जाओँ।
- गर्मीको समयमा पूरे शरीर ढाक्ने लुगा लगाओँ।
- कागती पानी, नरिवल पानी, ताजा फलफुलको रस नियमित रूपमा सेवन गरौ।
- हल्का रंगको सुतिको कपडा लगाओँ।
- बालबालिकालाई १२ बजेदेखि ४ बजेसम्म सकेसम्म घरबाहिर निस्कन नदिओँ।
- यदि बालबालिकालाई रिंगटा लागेमा, वान्ता भएमा, धेरै टाउको दुखेमा वा सास फेर्न अप्ल्यारो भएमा तुरन्त नजिकको अस्पताल वा स्वास्थ्य संस्था लैजाओँ।
- बालबालिकालाई टाउको ढाकी राख्न लगाओँ, कपडा, टोपी, छाताको प्रयोग गरौ।
- काँचै खाने फलफुल तथा अन्य कुराहरु राम्री धोइपखाली मात्र खाओँ।
- गर्मीको कारण स्वास्थ्यमा कुनै समस्या देखापरे तुरन्त नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गरौ।
- गर्मीको समयमा भुलिभ्रु सुतौं। भुल्याल ढोकामा जाली लगाओँ।
- बासी, सडेगलेका तथा फिझा भन्केका खानेकुरा नखाओँ।
- खानेपानी सधै छोपेर राख्नै।
- दिसापिसाब चर्पीमा मात्र गरौ।
- घर वरिपरि सरसफाई गरी फोहरमैलाको उचित व्यवस्थापन गरौ।
- गर्मीको बेला अत्यधिक चिसो पानी वा पेय पदार्थ नखाओँ।

अनुरोधकर्ता

हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिकाको कार्यालय, सप्तरी

बालबालिकाप्रति असल व्यवहार गरोँ

- बालबालिकालाई पर्यास समय दिओँ, उनीहरुको कुरा ध्यान दिएर सुनोँ,
- उनीहरुको सोच र व्यवहार सकारात्मक बनाओँ,
- बालबालिकालाई स्नेह र माया गरौ,
- उनीहरुलाई आत्मनिर्भरताको बाटो देखाओँ,
- बालबालिकाको गतिविधिका बारेमा जानकार बनौं,
- उनीहरुको अभिभावकप्रतिको आशा र विश्वासलाई कायम राख्नै,
- बालबालिकालाई सामाजिक तथा पारिवारिक निर्णयमा सहभागी गराओँ,
- परिवारका सदस्यबीच मीठो र मधुर बोलौं,
- बाल मस्तिष्कमा सकारात्मक प्रभाव पारौं।

