जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुर दर्ता नं. ११९/२०६९/०७० मकवानपुर जि. हुलाक कार्यालय दर्ता नं ०५/२०७६/०७७

www.saheekhabar.com

सहीखबर

साप्ताहिक

वर्ष- १५, अङ्क-०७, २०८३ भदौ १८ गते विहीबार, 3 Sep 2026, नेपाल सम्वत्-११४६ पृष्ठ-६, मूल्य रु. ५/-

बाढी पीडित तथा प्रभावितलाई मकवानपुरबाट राहत



पालिकालाई थप बजेट

○ सहीखबर संवाददाता

मकवानपुर । एक साता अघि चिनको तिब्बतबाट नेपालको रसुवाहुँदै भोटेकोशी नदिमा आएको बाढीबाट प्रभावितहरूलाई राहत संकलन कार्य मकवानपुरमा तिव्र पारिएको छ ।

यसैबीच मकवानपुरको भीमफेदी गाउँपालिकाले रसुवाको भोटेकोशी बाढीबाट प्रभावित स्थानीय तहहरूलाई राहत तथा पुन:स्थापनाका लागि आर्थिक सहयोग गर्ने भएको छ ।

बाढीबाट अति प्रभावित रसुवा र नुवाकोटका ५ वटा स्थानीय तहलाई प्रति स्थानीय तहका लागि एक एकालाख रूपैयाँका दरले राहत रकम उपलब्ध गराउन लागिएको गाउँपालिकाका अध्यक्ष हिदम लामाले बताउनुभयो ।

भीमफेदी गाउँपालिकाले रसुवा जिल्लाको गोसाइकुण्ड गाउँपालिका र उत्तरगया गाउँपालिका तथा नुवकोट जिल्लाको आमाछोदिङ्मो, कालिका र किस्पाङ गाउँपालिकालाई सहयोग गर्ने निर्णय गरेको हो । प्रत्येक स्थानीय तहको विपद् व्यवस्थापन कोषमा एक लाख रूपैयाँ जम्मा हुने गरी रकम उपलब्ध गराइने अध्यक्ष लामाले बताउनु भयो ।

अध्यक्ष लामाका अनुसार विपद्को समयमा स्थानीय तहबीच एकता, सहयोग र सहकार्यको भावना अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले सहयोगको निर्णय गरिएको हो । भोटेकोशी बाढीबाट प्रभावित नागरिकको राहत, उद्धार तथा पुन:स्थापनामा सहयोग पुगोस् भन्ने उद्देश्यले अति प्रभावित पालिकाहरूलाई रकम उपलब्ध गराउन लागिएको उनले बताए ।

भीमफेदी गाउँपालिकाले आफ्ना जनप्रतिनिधि तथा कर्मचारीबाट प्राप्त हुने सहयोग रकम र गाउँपालिकाको विपद् व्यवस्थापन कोषबाट उक्त रकम व्यवस्थापन गर्ने जनाएको छ ।

त्यस्तै, भोटेकोशी बाढीका क्रममा मृत्यु तथा बेपत्ता भएका भीमफेदी गाउँपालिकाभित्रका परिवारलाई पनि गाउँपालिकाको प्रचलित कार्यविधि तथा मापदण्डअनुसार राहत उपलब्ध गराउने निर्णय गरिएको छ ।

गाउँपालिकाले विपद्को यस दु:खद् घडीमा प्रभावित नागरिक तथा परिवारप्रति ऐक्यबद्धता जनाउँदै आवश्यक सहयोग, समन्वय र सहकार्यका लागि प्रतिबद्ध रहेको जनाएको छ ।

यता मकवानपुरको मकवानपुरगढी गाउँपालिकाले पनि भोटेकोशी बाढी पीडितका लागि ३७ लाख ४३ हजार सहयोग गर्ने भएको छ ।

भोटेकोशी नदीमा आएको विनाशकारी बाढीबाट प्रभावित नागरिकको उद्धार, राहत तथा पुन:स्थापनाका लागि मकवानपुरको मकवानपुरगढी गाउँपालिकाले ३७ लाख ४३ हजार २७३ रूपैयाँ सहयोग गर्ने भएको हो । बाढीबाट भएको जनधनको क्षतिप्रति दु:ख व्यक्त गर्दै ज्यान गुमाउनेप्रति श्रद्धाञ्जली तथा शोकसन्तप्त परिवारजनमा समवेदना प्रकट गरेको छ । साथै घाइते तथा प्रभावित नागरिकको शीघ्र स्वास्थ्यलाभको कामना गर्दै उद्धार, राहत र पुन:स्थापनामा सहयोग गर्ने निर्णय गरेको गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत सुदन लामिछानेले जानकनरी दिए ।

उनका अनुसार सहयोग र कममध्ये ५० प्रतिशत प्रधानमन्त्री दैवी प्रकोप उद्धार कोषमा जम्मा गरिनेछ भने बाँकी ५० प्रतिशत बाढीपहिरो प्रभावित पालिकाको विपद् व्यवस्थापन कोषमा हस्तान्तरण गरिनेछ ।

गाउँपालिकाले सार्वजनिक गरेको विवरणअनुसार रकममध्ये सम्पूर्ण गाउँपालिका कर्मचारीबाट ७ लाख ४१ हजार ९५८ रूपैयाँ, विद्यालय शिक्षक तथा कर्मचारीबाट २२ लाख ५० हजार ३१५ रूपैयाँ, सम्पूर्ण जनप्रतिनिधिबाट २ लाख ५१ हजार रूपैयाँ र गाउँपालिकाको विपद् व्यवस्थापन कोषबाट ५ लाख रूपैयाँ जुटाइनेछ।

यसरी कुल सहयोग रकम ३७ लाख ४३ हजार २७३ रूपैयाँ पुगेको वरिष्ठ लेखा अधिकृत रामकृष्ण श्रेष्ठले जानकारी दिए । गाउँपालिकाले प्राकृतिक विपद्को यस कठिन घडीमा प्रभावित नागरिकलाई राहत पुर्‍याउन, उद्धार कार्यलाई तीव्रता दिन तथा क्षतिग्रस्त संरचनाको पुन:स्थापनामा सहयोग गर्न आफ्नो पूर्ण ऐक्यबद्धता रहने जनाएको छ ।

यसैगरी रसुवाको भोटेकोशी नदीमा १० भदौमा आएको विनाशकारी बाढीबाट प्रभावित स्थानीय तहलाई नेपाल सरकारले पनि राहत तथा विपद् व्यवस्थापनका लागि थप ६ करोड ७५ लाख रूपैयाँ उपलब्ध गराउने निर्णय गरेको छ । राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणको बैठकले यसअघि उपलब्ध गराइएको ६ करोड ७५ लाख रूपैयाँमा थप ६ करोड ७५ लाख रूपैयाँ विनियोजन गर्ने निर्णय गरेको हो।

यससँगै प्रभावित स्थानीय तहका लागि उपलब्ध गराइने कुल रकम १३ करोड ५० लाख रूपैयाँ पुगेको छ।

निर्णयअनुसार रसुवाका चार स्थानीय तहलाई ४ करोड ५० लाख रूपैयाँ उपलब्ध गराइनेछ। उत्तरगया गाउँपालिकालाई १ करोड ५० लाख, गोसाइँकुण्ड गाउँपालिकालाई २ करोड, कालिका गाउँपालिकालाई ६० लाख र आमाछोदिङमो गाउँपालिकालाई ४० लाख रूपैयाँ छुट्याइएको छ।

त्यस्तै, नुवाकोटका चार स्थानीय तहलाई ६ करोड रूपैयाँ विनियोजन गरिएको छ। विदुर नगरपालिकालाई ३ करोड, बेलकोटगढी नगरपालिकालाई १ करोड ५० लाख, किस्पाङ गाउँपालिकालाई ५० लाख र तारकेश्वर गाउँपालिकालाई १ करोड रूपैयाँ उपलब्ध गराइनेछ।

धादिङका चार स्थानीय तहलाई १ करोड ८० लाख रूपैयाँ छुट्याइएको छ । गल्छी गाउँपालिकालाई ६० लाख, सिद्धलेक गाउँपालिकालाई ४० लाख, गजुरी गाउँपालिकालाई ४० लाख र बेनिघाट रोराङ गाउँपालिकालाई ४० लाख रूपैयाँ दिइनेछ।

यसैगरी गोरखाको गण्डकी गाउँपालिकालाई ४० लाख तथा तनहुँका देवघाट र आँबुखैरेनी गाउँपालिकालाई ४०/४० लाख रूपैयाँ उपलब्ध गराउने निर्णय भएको छ।

भोटेकोशी बाढीबाट रसुवा, नुवाकोट, धादिङलगायत जिल्लामा ठूलो जनधनको क्षति भएको छ। बाढीपछि राहत, खोज तथा उद्धार र पुनर्स्थापनाका काम जारी छन्।

इन्साइड ---- स्टोरी

विपद्पछि हिँड्नुपर्ने रणनीतिक बाटो



विचार

✍ बिनोज बरन्यात

पेज २ मा

'विपद्पछि पीडितलाई मानसिक परामर्श अपरिहार्य छ, धेरैमा एन्जाइटी देखिने गर्छ'

अन्तरवार्ता

पेज ३ मा

हेटौंडाबाट २०० ट्रक ग्यास काठमाडौं पठाइँदै

पेज ४ मा

बाढीपीडित परिवारका लागि राहतदेखि किरिया खर्चसम्म बेहोर्दै प्रदेश सरकार



पेज ६ मा

प्रकाशक/सम्पादक :- सरिता दाहाल
मुख्य कार्यालय :- हेटौंडा-५ मकवानपुर
सम्पर्क :- ९८४५४६१३३३
इमेल :- saheekhabar333@gmail.com
कम्प्युटर सेटिङः *सहीखबर साप्ताहिक* डेक्स
हेटौंडा-५, मकवानपुर
छापाखाना :- श्रीया अपसेट प्रेस,हेटौंडा ५

सम्पादकीय

महामारीको जोखिम

चिनको तिब्बतबाट नेपालको रसुवाहुदै बहने भोटेकोशीको बाढी आएको एक साता भएको छ । अझै शवहरूको उत्खनन् जारी छ । खोजिको क्रममा एकै घरमा ३३ वटासम्म शवहरू भेटिएका छन् । भोटेकोशी, त्रिशुली, नारायणी नदिहरूमा हजारको सङ्ख्यामा शवहरू भेटिएका छन् । मानवीय शवहरूको नै लेखाजोखा राख्न हम्मेहम्मे परेको बेलामा उक्त बाढीले बगाएका पशुचौपायहरूको रेकर्ड नै छैन । जसले नदि किनारमा दुर्गन्धसँगै विभिन्न सरूवा रोगजन्य महामारीहरू फैलने संभावना उच्च छ । मानव शवहरूको समेत दुगन्ध फैलन थालेको छ । यो अवस्थामा बाढीबाट उद्धार गरिएकाहरूलाई अर्को प्रकोपबाट बचाउन भन्नै समस्या हुन्छ । किनकी उनीहरू नियमित औषधि सेवान समेत टुटेको कारण रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कमजोर भएको हुन्छ ।

विपद्ले तत्कालै पुर्‍याएको क्षतिका अतिरिक्त मध्यकालीन र दीर्घकालीन क्षति पनि धेरै हुन्छन् । खासगरी विपद् प्रतिकार्य प्रभावकारी हुन सकेन भने मानवीय क्षतिको घटना लम्बिन्छन् । त्यसैले विपद्पछिका क्षतिलाई न्यूनीकरण गर्नका लागि ध्यान दिनुपर्ने मुख्य क्षेत्र हो: स्वास्थ्य । तर यही क्षेत्र भने खासै प्राथमिकतामा पर्ने गरेको पाइँदैन ।

विपद्ले पहिल्यैदेखि स्वास्थ्य समस्या रहेका व्यक्तिको अवस्थालाई थप कठिन बनाउन सक्छ । साथै नयाँ स्वास्थ्य समस्याहरु पनि निम्त्याउन सक्छ । भोटेकोशीको बाढीपछि खोजी र उद्धारमै राज्यको धेरैजसो शक्ति खर्च भइरहेको छ, जुन स्वाभाविक पनि हो । राहत सामग्रीमा पनि खानेकुरा नै प्राथमिकता परिरहेको छ, यो पनि स्वाभाविक हो । तर, राज्यको दृष्टि भने अझै फराकिलो बन्नु आवश्यक छ । खासगरी स्वास्थ्य चुनौतीको व्यवस्थापनतर्फ पनि ध्यान दिनुपर्छ । त्यसका लागि स्वास्थ्यकर्मी र स्वास्थ्य सामग्रीहरुको आपूर्तिलाई पनि प्राथमिकता दिनुपर्छ ।

विपद्पछि हिँड्नुपर्ने रणनीतिक बाटो



बिनोज बरन्यात

हिमालयलाई साझा जोखिम र साझा जिम्मेवारीको क्षेत्रका रूपमा हेर्दै नेपालले भारत, चीन तथा अन्य हिमाली र तल्लो तटीय मुलुकसँग पूर्वसूचना, जल तथा मौसमसम्बन्धी तथ्यांक आदानप्रदान, हिमनदी निगरानी, विपद् उद्धार र मानवीय सहायतामा संस्थागत सहकार्य विस्तार गर्नुपर्छ ।

विपत्तिमा राज्यको पहिलो परीक्षा हुन्छ : उसले जीवन बचाउन सक्छ कि सक्दैन ? तर त्यसपछिको अझ महत्वपूर्ण परीक्षा हो: उसले त्यस विपत्तिबाट सिक्न सक्छ कि सक्दैन ?

नेपालमा हालै आएको बाढीले एउटा यस्तो यथार्थ फेरि उजागर गरेको छ, जसलाई राजनीतिक नक्साले सजिलै ओझेलमा पारिदिन्छ । तर, प्रकृतिले राष्ट्रिय सीमा चिन्दैन । हिमनदीहरु अध्यागमन चौकीमा रोकिन्नन्, नदीहरुलाई सीमा पार गर्न कूटनीतिक अनुमति आवश्यक पर्दैन र अतिवृष्टि वा चरम मौसमी घटनाले एउटा देशको भूभाग र अर्को देशको भूभागबीच भेद गर्दैन । हिमालयको उच्च क्षेत्रमा सुरू भएको प्राकृतिक संकट सयौं किलोमिटर तलसम्म पुगेर विपत्तिमा परिणत हुन सक्छ ।

नेपालका लागि यसको पाठ विपद् पूर्वतयारीमा मात्र सीमित छैन । बदलिँदो हिमाली वातावरण अब राष्ट्रिय सुरक्षा, पूर्वाधार, विकास, खाद्य तथा जल सुरक्षा, जनजीविका, मानवकेन्द्रित सुरक्षा र क्षेत्रीय स्थायित्वसँग प्रत्यक्ष रुपमा जोडिएको विषय बन्दै गएको छ ।

त्यसैले जलवायु परिवर्तनलाई अब अन्तरराष्ट्रिय सम्मेलनहरुमा समयसमयमा छलफल गरिने केवल वातावरणीय विषयका रुपमा हेर्न सकिँदैन । यो क्रमश: त्यस्तो रणनीतिक परिवेश बन्दै छ, जसमा राज्यहरुले आफ्नो भविष्यको योजना र राष्ट्रिय हित निर्धारण गर्नुपर्नेछ ।

त्यसकारण हालैका बाढीलाई अर्को एउटा जलवायुजन्य विपत्तिका रुपमा मात्र बुझ्नु पर्याप्त हुँदैन । यो एउटा भूरणनीतिक तथा कूटनीतिक चेतावनी पनि हो । राजनीतिक सीमाले हिमालयलाई प्रशासनिक रुपमा विभाजित गरे पनि पारिस्थितिक रुपमा यो क्षेत्र अझै गहिरोसँग अन्तरसम्बन्धित छ ।

रसुवा, नुवाकोट र धादिङमा आएको बाढीपहिरोमा इन्जिनियर समेत रहेका प्रधानमन्त्री बालेन्द्र शाह नेतृत्वको सरकारले देखाएको तत्कालीन उद्धार तथा राहत प्रयास प्रशंसनीय छ । संकटका बेला प्राय: छुट्टाछुट्टै ढंगले सञ्चालन हुने सुरक्षा निकाय नेपाली सेना, सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल प्रहरी र नागरिक प्रशासन एउटै उद्देश्यका लागि समन्वय गरेर परिचालित हुन सके । जब उद्देश्य जीवन बचाउने हो भन्ने स्पष्ट हुन्छ, तब नेपालको राज्य संयन्त्रले प्रभावकारी रुपमा काम गर्न सक्छ भन्ने यस पटक देखिएको छ । भारत र चीनलगायत विभिन्न मित्रराष्ट्र तथा अन्तर्राष्ट्रिय संघसंस्थाबाट समेत नेपालले आवश्यक सहयोग प्राप्त गरेको छ । तर यसलाई उपलब्धिको अन्तिम बिन्दु मान्नु हुँदैन । उद्धारले धेरैको जीवन बचाएको छ । मृतकहरुको शव संकलन, पहिचान तथा आवश्यक व्यवस्थापन कार्य व्यवस्थित रुपमा सम्पन्न गरिएको छ ।

नेपाल साथै दक्षिण एसियाको भौगोलिक अवस्थिति नै यसको अवसर र जोखिम दुवै हो । हिमालयले नेपाललाई भारत र चीनसँग मात्र जोडेको छैन, यसले जल, ऊर्जा, जैविक विविधता, कृषि, जनजीविका र पारिस्थितिक सुरक्षाको साझा क्षेत्रसँग जोडेको छ । माथिल्लो हिमाली क्षेत्रमा हुने परिवर्तनको प्रभाव सीमावर्ती नदी, तल्लो तटीय बस्ती र पूर्वाधार हुँदै धेरै परसम्म पुग्न सक्छ । त्यसैले जलवायु परिवर्तनबाट उत्पन्न जोखिमलाई कुनै एक देशको आन्तरिक समस्या मानेर समाधान गर्न सकिँदैन ।

हिमालयलाई साझा जोखिम र साझा जिम्मेवारीको क्षेत्रका रुपमा हेर्दै नेपालले भारत, चीन तथा अन्य हिमाली र तल्लो तटीय मुलुकसँग पूर्वसूचना, जल तथा मौसमसम्बन्धी तथ्यांक आदानप्रदान, हिमनदी निगरानी, विपद् उद्धार र मानवीय सहायतामा संस्थागत सहकार्य विस्तार गर्नुपर्छ । यो केवल विपद् व्यवस्थापनको आवश्यकता होइन, बदलिँदो जलवायु परिवेशमा नेपालको राष्ट्रिय सुरक्षा र क्षेत्रीय स्थायित्व सुनिश्चित गर्ने रणनीतिक आवश्यकता पनि हो । यही नै अहिलेको बाढीले नेपालसामु राखेको वास्तविक रणनीतिक प्रश्न हो ।

नेपाल हरेक पटक विपत्ति आएपछि मात्रै उद्धार, राहत र पुनर्निर्माणका लागि असाधारण परिचालन गर्ने चक्र मात्र दोहोऱ्याइरहन सक्दैन । विपद्-उद्धार-राहत-पुनर्निर्माण-फेरि विपद्को चक्र तोड्नुपर्छ । अब नेपाललाई प्रतिक्रियाबाट राष्ट्रिय साथै क्षेत्रीय लचकतातर्फ लैजान आवश्यक छ ।

उद्धारपछि सुरु हुन्छ कठिन चरण

विपन्ना उद्धार तत्कालीन प्राथमिकता हो, उद्धारपछि सुरू हुन्छ शासकको वास्तविक परीक्षा । पानी घटेपछि प्रश्न उठ्छन् कसले क्षतिपूर्ति पाउने ? कुन सडक र पुल पहिले बन्ने ? विस्थापितलाई कहाँ बसाल्ने ? क्षतिग्रस्त जीविकोपार्जन कसरी पुन:स्थापित गर्ने ?

पुन:स्थापना भनेको भत्किएको संरचना उभ्याउनु मात्र होइन, भविष्यको जोखिम घटाउने गरी अझ सुरक्षित र उत्थानशील समाज निर्माण गर्नु हो । यही चरणमा विपद् राजनीतिक प्रतिस्पर्धाको विषय बन्न सक्छ । त्यसैले सरकारले नेतृत्व गर्नुपर्छ, विपक्षले निगरानी गर्नुपर्छ, तर पुन:स्थापनालाई राजनीतीकरण गर्नु हुँदैन । विपद् व्यवस्थापनलाई राजनीतिबाट अलग गर्नु समाधान होइन । बरू, पारदर्शी मापदण्ड, जवाफदेहिता, स्वतन्त्र अनुगमन र प्रभावित समुदायको सहभागितामार्फत यसलाई संस्थागत गर्नु हो । विपद्पछिको पुनर्निर्माण केवल संरचना निर्माण होइन, यो राज्यको क्षमता, सुशासन र राष्ट्रिय उत्थानशीलताको परीक्षा हो ।

पुरानै जोखिम नदोहोरिने पुनर्निर्माण

पुनर्निर्माणको सफलता कति छिटो संरचना बन्यो भन्नेमा होइन, हामी कति सुरक्षित र उत्थानशील भयौं भन्नेमा मापन हुनुपर्छ । बदलिँदो जलवायु, पहिरो, नदी प्रणाली र भौगोलिक जोखिमलाई बेवास्ता गरेर पुरानै ढाँचामा निर्माण गर्नु अर्को विपद्को निम्तो हो । त्यसैले सडक, पुल, अस्पतालदेखि बस्ती र ऊर्जा पूर्वाधारसम्म 'बिल्ड ब्याक बेटर' होइन, 'बिल्ड ब्याक सेफर' को राष्ट्रिय रणनीति आवश्यक छ । पुनर्निर्माण खर्च होइन, भविष्यको जोखिममा गरिएको रणनीतिक लगानी हो ।

नेपालको सन्दर्भमा यो राष्ट्रिय सुरक्षाको विषय हो । हिमालय अहिले जलवायु परिवर्तन, अतिवृष्टि, हिमताल तथा हिमनदीको अस्थिरता, कमजोर पूर्वाधार र बढ्दो बस्तीका कारण साझा जोखिमको क्षेत्र बन्दै गएको छ । यसको प्रभाव नेपालको सीमामित्र मात्र सीमित रहँदैन, यो समग्र दक्षिण एसियाकै साझा सुरक्षा चुनौती बन्दै गएको छ ।

जलवायु जोखिमबाट जलवायु नेतृत्वतर्फ

दशकौंदेखि नेपालले आफूलाई जलवायु परिवर्तनबाट अत्यधिक प्रभावित तर न्यून योगदान गर्ने मुलुकका रुपमा अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा प्रस्तुत गर्दै आएको छ । जलवायु न्याय नेपालको महत्त्वपूर्ण अन्तर्राष्ट्रिय मुद्दा हो । तर अब कमजोरी मात्र नेपालको जलवायु पहिचान बन्नु हुँदैन । कमजोरीले नेपालमा के भइरहेको छ भन्ने देखाउँछ, नेतृत्वले त्यस अनुभवबाट नेपालले *बाँकी पेज ५ मा*

सहीखबर
सहीवार्ता
www.saheekhabar.com
२०८३ भदौ १८ विहीबार,
जि.प्र.का.मकवानपुर दर्ता नं. ११९/२०६९/०७०

'विपद्पछि पीडितलाई मानसिक परामर्श अपरिहार्य छ, धेरैमा एन्जाइटी देखिने गर्छ'



रसुवा बाढीको विपत्तिबाट देश गुज्रिरहेको छ । कुनै पनि प्रकोपले जनधनको क्षति मात्र गराउँदैन, सँगै गहिरो मानसिक आघात पनि पुऱ्याउँछ । आँखै अगाडि विपद्को घटना भएको हुन्छ, प्रियजन गुमेका हुन्छन्, बेपत्ता हुन्छन्, कठिन परिस्थितिबाट उद्धार भएर आएका हुन्छन् । यसले मानसिक रुपमा बहुआयामिक असर पार्छ ।

प्राकृतिक विपद्पछि पीडितहरुले भोग्ने डर, चिन्ता, अनिद्रा र शोकको अवस्थालाई कसरी सम्हाल्ने ? स्थानीय स्तरमा मनोसामाजिक परामर्श सेवालाई कसरी प्रभावकारी बनाउने ? जीवनप्रति उत्साह भर्न के गर्ने ? यिनै विषयमा केन्द्रित रहेर मनोचिकित्सक डा. छवि पन्थीसँग गरिएको कुराकानीको सम्पादित अंश :

रसुवा बाढी जस्ता प्राकृतिक विपत्ति पीडितहरूमा कस्ता कस्ता मानसिक समस्या देखिन्छन् ?

विपद्ले शारीरिक घाउ मात्र नभई गहिरो मानसिक चोट पनि दिन्छ । विपद् कुनै पूर्वसूचना दिएर आउँदैन । यो अचानक र अकल्पनीय हुन्छ । यस्तो अवस्थामा व्यक्ति वा परिवारले आफ्ना प्रियजन गुमाउनुपर्ने परिस्थिति बन्छ ।

आफन्त गुमाउँदाको पीडामा मानिसले सुरूमा 'मैले कसैलाई गुमाएकै छैन' भन्ने सोच्छ वा अस्वीकार गर्छ । त्यस बखत उसको होस हवास उडेको हुन्छ र वरपर के भइरहेको छ भन्ने पत्तै हुँदैन ।

जब घटनाको सत्यता महसुस हुन थाल्छ, उसमा रिस उठ्ने, झर्को लाग्ने र दैनिक जीवनयापनको तालमेल नै बिग्रिने हुन्छ । यसपछि मानिस मानसिक रुपमै 'यति भइदिएको भए हुन्थ्यो होला' भन्दै आफूसँगै सम्झौता (बार्गेनिङ) गर्न थाल्छ । घटनाका असरहरु स्पष्ट देखिन थालेपछि मानिसमा डिप्रेसनका लक्षणहरु देखिन सक्छन् ।

अन्ततः समयक्रममा उसले त्यो शोक र यथार्थलाई स्वीकार गर्छ । स्वीकार गरिसकेपछि मात्र मानिस बिस्तारै सामान्य र सहज अवस्थामा फर्किन सक्छ । अन्यथा, विपद्पछिको अप्ठ्यारो परिस्थितिलाई सजिलै स्वीकार्न मानिसलाई निकै समय लाग्छ ।

विपद्मा आफन्त गुमाएका पीडितहरूको मानसिक तनाव व्यवस्थापन गर्न के-कस्ता उपाय अपनाउन सकिन्छ ?

जब कुनै विपद् आउँछ, त्यसपछिको परिस्थितिमा मानिसको प्रतिक्रिया के हुन्छ भन्ने विषय निकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । विपद्पछि मानिसमा सुरूमा शारीरिक र एन्जाइटी (चिन्ता) का लक्षणहरु देखिन थाल्छन् । जस्तै मुटुको धड्कन तीव्र हुने, डर लाग्ने, आत्तिने, हातखुट्टा काँप्ने, आफू कहाँ छु भन्ने थाहा नहुने र कहिलेकाहीँ बेहोस वा चेतना हराए जस्तो (बेसुरा) हुने हुन्छ ।

हाम्रो शरीरमा अटोनोमिक नर्भस सिस्टम हुन्छ, जसलाई नियन्त्रण गर्ने सिम्प्याथेटिक र प्यारासिम्प्याथेटिक जस्ता पद्धतिहरु हुन्छन् । सामान्य अवस्थामा मानिसले यी पद्धतिमार्फत वातावरणसँग अनुकूलन गर्छ । तर विपद्को समयमा यी पद्धतिहरुले नियमित रुपमा काम गर्न सक्दैनन् ।

फलस्वरुप, मानिसले विभिन्न प्रकारका शारीरिक तथा मानसिक समस्या भोग्न थाल्छ । यस्तो अवस्थामा के गर्ने भन्ने कुरा व्यक्तिलाई थाहै हुँदैन । सुरूमा निद्रा नलाग्ने, छटपटी हुने र एन्जाइटीका लक्षणहरु देखिन्छन् । यसलाई 'एक्युट स्ट्रेस रियाक्सन' भनिन्छ ।

यो भनेको घटना घटेलगत्तै व्यक्ति वा उसका परिवारका सदस्यहरुमा देखिने शारीरिक र मानसिक लक्षणहरुको अवस्था हो । यसमा देखिने लक्षणहरु एकदमै अनौठा वा अप्रत्याशित हुन सक्छन् । कुनै निश्चित लक्षण मात्र आउँछ भन्ने हुँदैन, जुनसुकै प्रकार का लक्षणहरु पनि देखिन सक्छन् । यस्ता लक्षणहरुमा निद्रा नलाग्नु, रिस उठ्नु, झर्कनु, घर छोडेर हिँड्नु र कहिलेकाहीँ त व्याख्या नै गर्न नसकिने वा अनौठा खालका व्यवहारहरु देखिने हुन्छन् ।

विपद् प्रभावित क्षेत्रमा पुगेर स्वास्थ्यकर्मी, मनोपरामर्शदाता र मनोचिकित्सकहरूले पीडितहरूलाई कसरी काउन्सिलिङ गर्न सक्छन् ?

विपद् प्रभावित क्षेत्रका समुदायमा विभिन्न अवस्थाका मानिसहरु हुन्छन् । पहिलेदेखि नै मानसिक समस्या भई औषधि खाइरहेका व्यक्तिहरुको विपद्का कारण औषधि वा परामर्श छुट्ने जोखिम उच्च हुने भएकाले उनीहरुलाई तत्काल स्वास्थ्य सेवाको आवश्यकता पर्छ ।

विपद्का बेला हरेक व्यक्तिको पीडा सहन सक्ने वा महसुस गर्ने क्षमता (भल्नरेबिलिटी) फरक फरक हुन्छ । मानिसमित्र गुम्सिएर रहेको पीडा र उकुसमुकुसलाई बाहिर ल्याउन तथा उनीहरुको समस्या पहिचान गरी निदान गर्न स्वास्थ्यकर्मीहरु समुदायस्तरमै पुगेर घर घरमा खटिनुपर्छ ।

हाम्रो देशमा मानसिक स्वास्थ्य क्षेत्रमा पर्याप्त जनशक्ति नभए पनि उपलब्ध स्रोत साधनको सही व्यवस्थापन गरेर काम गर्न सकिने आधारहरु छन् । तर हाल सरकारी विपद् व्यवस्थापन संयन्त्रमित्र मानसिक स्वास्थ्य र परामर्श सेवालाई जोड्ने स्पष्ट संरचना (च्यानलिङ) को कमी छ, जसलाई तत्काल व्यवस्थित बनाउनु आवश्यक छ । विपद्पछि मानिसहरुमा अनिद्रा, अत्तालिनु (एन्जाइटी), निराशा (डिप्रेसन), पागलपन वा पोस्ट ट्रमाटिक स्ट्रेस डिसअर्डर जस्ता विभिन्न मानसिक लक्षणहरु देखिन सक्छन् । यस्ता लक्षण देखिने बित्तिकै उनीहरुलाई सिधै मानसिक रोगीको ठप्पा (लेभलिङ) लगाउनु हुँदैन, किनभने यी प्रतिक्रियाहरु विपद्का कारण सिर्जित तात्कालिक अवस्था पनि हुन सक्छन् ।

मानसिक चोटको प्रभाव सुरूका केही दिन, हप्ता, महिना हुँदै वर्षौसम्म रहन सक्ने भएकाले विपद्लाई मानसिक स्वास्थ्यबाट अलग राखेर हेर्न मिल्दैन । पूर्ण स्वास्थ्यका लागि शारीरिक, सामाजिक र मानसिक तीनै पक्ष स्वस्थ हुनुपर्छ । व्यक्तिको भावना, सोच/बौद्धिक क्षमता र व्यवहारमा कुनै विचलन वा समस्या छ कि छैन भनी सही पहिचान र निदान गर्न मनोचिकित्सकहरुको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । त्यसैले विपद् प्रभावित क्षेत्रमा लामो समयसम्म बसेर सेवा दिन मनोचिकित्सक तथा मनोपरामर्शदाताहरुको अति आवश्यक देखिन्छ ।

विपद्पछि उद्धारकर्मी तथा पीडितहरूलाई दिइने मनोवैज्ञानिक प्राथमिक उपचार तथा मनोपरामर्शका उपाय के-के हुन् ?

विपदको समयमा क्षतिको दायरा निकै फराकिलो हुनसक्छ । यस्तो परिस्थितिमा उद्धार मा खटिने उद्धारकर्ताहरुले घटनालाई प्रत्यक्ष रुपमा नजिकबाट नियालेका हुन्छन् । वीभत्स अवस्थाका मृत शरीरहरु देख्दा उद्धारकर्ता स्वयं डराउने, तर्सिने वा मानसिक रुपमा प्रभावित हुने जोखिम उच्च रहन्छ ।

त्यसैले विपद्बाट प्रभावित स्थानीय नागरिकलाई मात्र नभएर उद्धार कार्यमा खटिएका सम्पूर्ण जनशक्तिलाई समेत मनोपरामर्श तथा मनोचिकित्साको अत्यन्तै खाँचो हुन्छ । यस्ता संकटको समयमा मानसिक स्वास्थ्य सेवालाई प्रभावकारी बनाउन सुरूमा समस्याहरुको सही पहिचान र प्राथमिकीकरण गर्नु आवश्यक हुन्छ, जसले गर्दा कुन समस्यालाई पहिलो प्राथमिकतामा राखेर समाधान गर्ने भन्ने कुरा प्रष्ट हुन्छ । यसरी विपद् व्यवस्थापनको हरेक चरणमा मानसिक स्वास्थ्य र मनोचिकित्साको भूमिका महत्वपूर्ण रुपमा जोडिएर आउँछ ।

वृद्धवृद्धा, गर्भवती, बालबालिका र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई विशेष मानसिक हेरचाह किन आवश्यक पर्छ ?

गर्भवती, वृद्धवृद्धा, बालबालिका, बौद्धिक अपाङ्गता भएका व्यक्ति, तथा पहिलेदेखि नै मधुमेह (सुगर), उच्च रक्तचाप (प्रेसर) वा क्षयरोग (टिबी) जस्ता दीर्घकालीन रोगको औषधि सेवन गरिरहेका व्यक्तिहरु उच्च जोखिम (भल्नरेबल) मा हुन्छन् ।

विपद्का बेला सामान्य वा स्वस्थ व्यक्तिको तुलनामा यस्ता जोखिममा रहेका व्यक्तिहरुको सहनशीलता वा विपद् सामना गर्ने क्षमता (इन्ड्युरेन्स एबिलिटी) फरक हुने भएकाले असर पनि बढी पर्छ । यद्यपि, विपद्बाट शारीरिक रुपमा स्वस्थ व्यक्तिहरु पनि उत्तिकै प्रभावित भइरहेका हुन्छन्, तर यी विशेष समूहलाई थप हेरचाह र ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ ।

प्रभावितहरूलाई मानसिक हेरचाह कसरी पुऱ्याउन सकिन्छ ?

स्थानीय स्तरमा रहेका सामाजिक कार्यकर्ता, शिक्षक, महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका, स्वास्थ्य सहायक (एचए), नर्स तथा प्राथमिक उपचार गर्ने डाक्टरहरु नागरिकका पहिलो सम्पर्क व्यक्ति हुन् ।

मनोचिकित्सकहरुको संख्या सीमित हुने र विपद् प्रभावित क्षेत्रमा उनीहरु स्वयं सबै ठाउँमा पुग्न नसक्ने भएकाले यी स्थानीय जनशक्तिलाई मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी आवश्यक तालिम र ज्ञान दिएर 'टास्क सेयरिङ' (कार्य विभाजन) गर्नुपर्छ ।

यसो गर्दा उनीहरुले मानसिक समस्याका लक्षण पहिचान गरी बिरामीलाई उपचारको पहुँचसम्म पुऱ्याउन र विशेषज्ञसँग जोड्न सक्छन् । त्यसैले वडा तथा गाउँ टोलका आधारभूत स्वास्थ्य संस्थादेखि जिल्ला र प्रादेशिक अस्पतालसम्म एउटा व्यवस्थित सञ्जाल (च्यानलाइज नेटवर्क) बनाएर मानसिक स्वास्थ्य सेवा विस्तार गर्नु नै प्रभावकारी उपाय हो ।

कस्ता लक्षण वा अवस्था देखिएमा प्रभावित व्यक्तिलाई मनोचिकित्सककहाँ वा अस्पताल लैजाने ?

विपद्पछि मानिसमा अनुचित वा अस्वाभाविक भावना (भावनात्मकरुपमा रूने, चिच्याउने, ढोलाउने), व्यवहार र सोचमा परिवर्तन देखिएमा विशेषज्ञको परामर्श आवश्यक हुन्छ ।

यस्तो अवस्थामा मानिसलाई खानामा अरूचि हुने, ओछ्यानमा छटपटी भई निद्रा नलाग्ने, एउटै अप्रिय घटना वा नोक्सानीको सम्झना मात्र मानसपटलमा घुमिरहने र एकै ठाउँमा स्थिर भएर बस्न वा ध्यान केन्द्रित गर्न नसक्ने जस्ता समस्या देखिन्छन् । यसले गर्दा तनाव व्यवस्थापन गर्न नसक्नेदेखि लिएर दीर्घकालीन रुपमा पुरानै घटनाको झझल्को आइरहने र दैनिक जीवनयापन नै प्रभावित हुने स्थिति आउन सक्छ ।त्यसैले विपद्को पूर्ण व्यवस्थापनका लागि शारीरिक र सामाजिक पुनःस्थापनाका साथै स्वास्थ्यकर्मी, मनोचिकित्सक र मनोपरामर्शविद्को एकीकृत टोलीमार्फत मानसिक स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउनु अत्यावश्यक हुन्छ । *रातोपाटीबाट*

हेटौंडाबाट २०० ट्रक ग्यास काठमाडौं पठाइँदै



○ सहीखबर संवाददाता

मकवानपुर । धादिङको कृष्णामिरमा त्रिशूली नदीले सडक कटान गरेपछि पृथ्वी राजमार्ग अवरूद्ध हुँदा काठमाडौं उपत्यकामा प्रभावित भएको खाना पकाउने एलपी ग्यासको आपूर्ति सहज बनाउन हेटौंडालाई आधार बनाएर वैकल्पिक सडकमार्फत ग्यास ढुवानी गर्ने तयारी गरिएको छ ।

मकवानपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी बसन्त अधिकारीको अध्यक्षतामा सरोकारवाला निकायका प्रतिनिधिसहित बसेको बैठकले हेटौंडाबाट त्रिभुवन राजपथ र कान्तिलोकपथ प्रयोग गरी काठमाडौंमा ग्यास आपूर्ति गर्ने व्यवस्था मिलाएको हो । ग्यास ढुवानीका लागि तत्काल २०० वटासम्म ट्रक परिचालन गर्ने तयारी गरिएको छ ।

योजनाअनुसार काठमाडौंमा रहेका खाली सिलिन्डर ट्रकमार्फत हेटौंडा ल्याइनेछ । हेटौंडा तथा आसपासका उद्योगमा ग्यास भरेपछि पुनः काठमाडौं पठाइनेछ । काठमाडौं आउँदा त्रिभुवन राजपथ र ग्यास भरिएर फर्किंदा कान्तिलोकपथ प्रयोग गर्ने गरी रूट व्यवस्थापन गरिएको छ ।

नेपाल एलपी ग्यास उद्योग संघका अध्यक्ष दिवान चन्दका अनुसार काठमाडौं उपत्यकामा ग्यासको अभाव हुन नदिन खाली सिलिन्डर संकलन गरी तत्काले भरेर पठाउने काम सुरू भइसकेको छ । पहिलो चरणमा नेपाल ग्यास र एभरेस्ट ग्यासका खाली सिलिन्डर हेटौंडातर्फ ल्याउने तयारी गरिएको छ ।

सडक अवरूद्ध भएपछि ग्यासको नियमित आपूर्ति प्रभावित भएकाले वैकल्पिक स्रोत र मार्गबाट समेत ग्यास ल्याउने व्यवस्था मिलाइएको छ । काठमाडौं उपत्यकामा ग्यासको हाहाकार हुन नदिन तराईका उद्योगमा समेत सिलिन्डर भरेर वैकल्पिक मार्गबाट काठमाडौं ल्याउने व्यवस्था गरिएको छ ।

घरायसी उपभोक्तालाई पहिलो प्राथमिकता

ग्यास अभावको अवस्था आउन नदिन नेपाल आयल निगमले तत्कालका लागि व्यावसायिक प्रयोजनमा ग्यास बिक्री वितरण रोक्ने निर्णय गरेको छ । होटल, रेस्टुरेन्ट, क्यान्टिनलगायत ठूला व्यावसायिक उपभोक्तालेतत्काल नियमित आपूर्ति नपाउने भएका छन् ।

बजारमा उपलब्ध ग्यास भने घरायसी तथा अत्यावश्यक उपभोक्तालाई प्राथमिकताका आधार मा वितरण गरिनेछ । विद्यार्थी, असहाय, बिरामी, ज्येष्ठ नागरिक, आश्रम, अपाङ्गता भएका व्यक्ति तथा बाढीपीडितका लागि सञ्चालन गरिएका सेन्टरलाई समेत आवश्यकताअनुसार प्राथमिकतामा राखेर ग्यास उपलब्ध गराउने व्यवस्था गरिएको छ ।

व्यावसायिक प्रयोजनका लागि ग्यास आवश्यक पर्ने होटल तथा अन्य व्यवसायीले भने आफ्नै खर्चमा सम्बन्धित ब्रान्डका खाली सिलिन्डर तराईका उद्योगमा लगेर ग्यास भरी ल्याउनुपर्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

भाडा मनपरी गर्न नपाइने

ग्यास ढुवानीका क्रममा व्यवसायीले मनपरी भाडा लिन नपाउने मकवानपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी बसन्त अधिकारीले बताएका छन् । उनका अनुसार सरकारले तोकेको ढुवानी भाडाअनुसार नै ग्यास बोकेका ट्रक सञ्चालन गरिनेछ ।

सरकारले तोकेकोभन्दा बढी भाडा लिएको पाइए तत्काल कारबाही गरिने प्रजिअ अधिकारीले स्पष्ट पारेका छन् । वैकल्पिक सडकमा ढुवानी गर्दा व्यवसायीले अतिरिक्त शुल्कको नाममा उपभोक्ता तथा उद्योगमाथि अनावश्यक आर्थिक भार पार्न नपाउने प्रशासनले जनाएको छ ।

ग्यास ढुवानीमा प्रयोग हुने ट्रक तथा बुलेटलाई सुरक्षाका लागि आवश्यकताअनुसार स्कर्टिङको व्यवस्था समेत मिलाइने भएको छ । एकतर्फी रूट, सडक विभागलाई तत्काल सडक खुलाउन निर्देशन

वैकल्पिक सडकमा सवारी चाप र सम्भावित जोखिमलाई ध्यानमा राख्दै ग्यास ढुवानी गर्ने सवारीका लागि एकतर्फी रूट निर्धारण गरिएको छ । काठमाडौंबाट हेटौंडातर्फ आउँदा त्रिभुवन राजपथ प्रयोग गर्ने र हेटौंडाबाट ग्यास भरेर काठमाडौं फर्किंदा कान्तिलोकपथ प्रयोग गर्ने व्यवस्था मिलाइएको हो ।

कान्तिलोकपथमा हाल ग्यास ढुवानीका लागि तत्काल ठूलो समस्या नरहेको जनाइएको छ । त्रिभुवन राजपथमा पहिरो वा अन्य अवरोध आए तत्काल हटाएर सडक सञ्चालनमा ल्याउने प्रतिबद्धता सडक विभागले जनाएको छ ।

पृथ्वी राजमार्ग अवरूद्ध भएपछि पेट्रोलियम पदार्थको आपूर्ति समेत प्रभावित भएको अवस्थामा वैकल्पिक सडकमार्फत अत्यावश्यक सामग्रीको ढुवानीलाई प्राथमिकता दिइएको प्रशासनले जनाएको छ ।

बजार अनुगमनमा विक्रेताको सहभागिता

ग्यासको कृत्रिम अभाव, कालोबजारी तथा अस्वाभाविक मूल्यवृद्धि रोक्न बजार अनुगमनलाई समेत तीव्र बनाइने भएको छ । नेपाल आयल निगमको क्विक रेस्पोन्स टिम क्यूआरटी मा ग्यास विक्रेताका तर्फबाट दुई जना प्रतिनिधि समेत सहभागी गराउने निर्णय भएको छ ।

यसबाट बजारमा ग्यासको वास्तविक अवस्था बुझ्न, उपभोक्ताका गुनासा सम्बोधन गर्न तथा अनियमितता नियन्त्रण गर्न सहज हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

ग्यास आपूर्ति संकट तत्काल समाधान गर्न हेटौंडालाई आधार बनाएर वैकल्पिक सडक प्रयोग गर्ने, ठूलो संख्यामा ट्रक परिचालन गर्ने, घरायसी उपभोक्तालाई प्राथमिकता दिने र कालोबजारी नियन्त्रण गर्न बजार अनुगमन बढाउने निर्णय गरिएको हो ।

बैठकमा जिल्ला प्रशासन कार्यालय, जिल्ला प्रहरी कार्यालय, ट्राफिक प्रहरी, सडक विभाग, नेपाल आयल निगम, ग्यास उद्योगी तथा विक्रेता र ट्रक व्यवसायीका प्रतिनिधिको सहभागिता थियो ।

हेटौंडा-काठमाडौं रुटमा सवारी चापभएपछि वानवे

○ सहीखबर संवाददाता

मकवानपुर । त्रिशूलीमा आएको बाढीले पृथ्वी राजमार्गको कृष्णामीरमा सडक अवरूद्ध बनेपछि हेटौंडा काठमाडौं प्रवेश गर्ने छोटो दूरीको वैकल्पिक मार्ग तथा त्रिभुवन राजपथ र कान्तिलोकपथ सडकमा सवारी चाप बढेको छ ।

जसका कारण हेटौंडा काठमाडौं सडकमा मालवाहक र यात्रुवाहक सवारीका लागि आउँदा र जाँदा फरकमार्ग प्रयोग गर्नुपर्ने भएको छ ।

स्थानीय प्रशासनले जारी गरेको सूचना अनुसार १४ सिटभन्दा कम क्षमताका सवारी साधन भीमफेदी कुलेखानी सिस्नेरी दक्षिणकाली हुँदै जानेछन् ।

काठमाडौंबाट हेटौंडा आउने सवारी फर्पिङ फाखेल कुलेखानी भीमफेदी हुँदै आउनुपर्ने छ ।

जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरका प्रजिअ वसन्त अधिकारीका अनुसार, मालवाहक तथा ठूला यात्रुवाहक सवारीसाधनले काठमाडौं जाँदा त्रिभुवन राजपथ र फर्किंदा कान्तिलोकपथ प्रयोग गर्नुपर्नेछ ।

पृथ्वी राजमार्गअन्तर्गत धादिङको कृष्णामीरमा सडक अवरूद्ध भएपछि हेटौंडा हुँदै काठमाडौं आवतजावत गर्ने सवारीको चाप बढेको उनको भनाइ छ ।

प्रशासनले मकवानपुरको त्रिभुवन राजपथ नजिक रहेको बेलिब्रिजको भारवहन क्षमता कमजोर रहेको भन्दै इन्धन तथा भारी मालवाहक सवारीसाधनलाई उक्त बाटो प्रयोग नगरी सँगै रहेको डाइभर्सनमार्फत सञ्चालन गर्न अनुरोध गरेको छ ।

नयाँ व्यवस्थाले वैकल्पिक सडकमा हुने सवारी जाम तथा लामो समय सवारी रोक्नुपर्ने अवस्थाको अन्त्य हुने विश्वास प्रशासनको छ । प्रशासनले तोकेको व्यवस्थाको पालना गरी सवारी आवागमनलाई सहज, सुरक्षित र व्यवस्थित बनाउन चालक, यातायात व्यवसायी तथा यात्रुहरुलाई अनुरोध गरेको छ ।

विगतमा हेटौंडाबाट छोटो दूरीको वैकल्पिक मार्ग भएर काठमाडौं पुग्न ३ घण्टामात्र लाग्ने गरेकोमा अहिले सवारीको चापका कारण झण्डै ५ घण्टा लाग्ने गरेको छ ।

यसैबीच बागमती प्रदेश सरकार, सचिव बैठकले खोज, उद्धार, राहत तथा पुनर्स्थापना लगायत कार्य विवरण तथा प्राप्त तथ्यांकलाई पारदर्शी र व्यवस्थित बनाउन डिजिटल प्लेटफर्मलाई चुस्त बनाउने निर्णय गरेको छ ।



प्रमुख सचिव कमल प्रसाद भट्टराईको अध्यक्षतमा आज बसेको बैठकले हेटौंडा काठमाडौं अन्तर्गत भीमफेदी कुलेखानी खण्डको साँघुको मार्गको वैकल्पिक व्यवस्थाका लागि भीमफेदी कोगटे इपा देउराली हुँदै सिस्नेरीसम्मको मार्ग निर्माण कार्य तत्काल सम्पन्न गरी सञ्चालनमा ल्याउने निर्णय समेत गरेको छ ।

बैठकले सडकमा देखिएको ट्राफिक चापलाई ध्यानमा राखी हेटौंडा-काठमाडौं जोड्ने दुई खण्ड भीमफेदी-देउराली-कुलेखानी-फाखेल-फर्पिङ र भीमफेदी-सिस्नेरी-छैमले-फर्पिङमा यातायात चुस्त बनाउने निर्णय गरेको छ ।

सो खण्डमा पर्ने बेलिब्रिजलाई नियमित निरीक्षण गरी चालु अवस्थामा राख्ने समेत निर्णय गरिएको छ ।

सडक अवस्थालाई दृष्टिगत गरी प्रमुख सचिवबाट यस प्रदेशका प्रमुख जिल्ला अधिकारी र प्रहरी अधिकारीहरुलाई आवश्यक समन्वय गर्न निर्देशन दिइएको समेत निर्णयमा उल्लेख छ ।

बैठकले भोटेकोशी बाढीका कारण भौतिक पूर्वाधार र तथा जनधनमा भएको क्षति तथा नोक्सानीको एकीकृत विवरण संकलन गर्न उपसमिति गठन गरेको छ ।

नीति तथा योजना आयोग सचिवको संयोजकत्वमा यस्तो समिति बनाइएको हो । बैठकले यस वर्षको निजामती सेवा दिवस प्रदेशभर विपद् केन्द्रित कार्यक्रम गरी मनाउने निर्णय समेत समेत गरेको प्रदेश सरकारले जनाएको छ ।

विपदपछि हिड्नुपर्ने …



के गर्न सक्छ भन्ने देखाउँछ ।

हिमनदी, हिमताल, नदी प्रणाली, अतिवृष्टि, पहिरो, कृषि र बस्तीमा परेको प्रभावसँगै नेपालले जलवायु प्रभावको अध्ययन, अनुकूलन, विपद् व्यवस्थापन र उत्थानशीलताको व्यावहारिक ज्ञान हासिल गर्दै छ । त्यसलाई राष्ट्रिय क्षमता र कूटनीतिक शक्तिमा रुपान्तरण गर्नुपर्छ ।

त्यसका लागि नेपालले परम्परागत विपद् व्यवस्थापनबाट राष्ट्रिय उत्थानशीलता र क्षेत्रीय जलवायु नेतृत्वतर्फ अघि बढ्नु पर्छ । स्थायी राष्ट्रिय उत्थानशीलता संरचना निर्माण गरी जोखिम पहिचान, न्यूनीकरण, पूर्वतयारी, तत्काल प्रतिक्रिया, पुन:स्थापना र विपद्बाट संस्थागत सिकाइलाई एउटै प्रणालीमा जोड्नुपर्छ ।

व्यापक क्षेत्रीय तहमा, बिम्स्टेकले हिमाली भूभागको माथिल्लो जलाधारदेखि बंगालको खाडीको तल्लो तटीय क्षेत्रसम्म जोड्ने व्यापक जलवायु तथा विपद् उत्थानशीलता संयन्त्रका लागि संस्थागत मञ्च प्रदान गर्न सक्छ । नेपालले पूर्वसूचना प्रणाली, जलविज्ञान तथा मौसमसम्बन्धी तथ्यांक आदानप्रदान, हिमनदी तथा बाढी जोखिमको अनुगमन, उत्थानशील पूर्वाधार, विपद् प्रतिकार्य समन्वय र जलवायु अनुकूलनमा केन्द्रित बिम्स्टेक हिमालय-बंगालको खाडी उत्थानशीलता संरचनाको प्रस्ताव गर्दै पहल लिन सक्छ ।

साथै, हिमाली जलवायु जोखिम सीमापार प्रकृतिको भएकाले चीन, भारत र दक्षिण एसियाका अन्य मुलुकका जलवायु तथा विपद् समन्वय संयन्त्रसँग संस्थागत सहकार्य विस्तार गर्नुपर्छ । नेपालले वैज्ञानिक, सरकारी, स्थानीय र अन्तर्राष्ट्रिय साझेदारलाई एउटै मञ्चमा ल्याउँदै 'जोखिमग्रस्त, अनुभव, ज्ञान, समन्वय क्षमता हुँदै नेतृत्वको यात्रालाई रणनीतिक प्राथमिकता बनाउन सक्छ ।

नेपालको शक्ति यसको आकारमा होइन, यसको भूगोल, अनुभव, विश्वसनीयता र क्षेत्रीय समस्या समाधानका लागि सबैलाई एकै ठाउँमा ल्याउने क्षमतामा छ । त्यसैले नेपाल जलवायु प्रभावको पीडित मात्र होइन, हिमाली उत्थानशीलताको क्षेत्रीय अगुवा र जलवायु प्रभावसम्बन्धी विश्वसनीय आवाज बन्नुपर्छ ।

हिमालय : एउटै पर्यावरणीय प्रणाली

राजनीतिक नक्साले चीन, नेपाल र भारतलाई अलग-अलग राष्ट्रका रुपमा देखाउँछ । तर पर्यावरणीय नक्साले हिमनदी, नदी प्रणाली, जलाधार, वन, मनसुन र पारिस्थितिक प्रणालीले सीमाभन्दा परस्पर जोडिएको भूगोल देखाउँछ । कोशीजस्ता नदी प्रणाली यसको स्पष्ट उदाहरण हुन् । हिमाली जोखिम एउटा घटनामा सीमित हुँदैन । हिमनदीको अस्थिरताबाट नदीमा परिवर्तन, अतिवृष्टिबाट पहिरो, पहिरोबाट अस्थायी ताल र त्यसको विस्फोटबाट बाढी हुँदै त्यसको असर बस्ती, सडक, पुल, जलविद्युत् र कृषिसम्म पुग्न सक्छ । जलवायु जोखिम त्यसैले क्रमिक र सीमापार हुने जोखिम हो ।

यसको अर्थ सार्वभौमिकता साझा गर्ने होइन, जोखिमसम्बन्धी ज्ञान साझा गर्ने हो । चीन, नेपाल र भारतले आआफ्नो भूभागको जिम्मेवारी कायम राख्दै साझा हिमाली प्रणालीलाई बुझ्ने क्षेत्रीय संयन्त्र निर्माण गर्नुपर्छ ।

द्विपक्षीयताबाट हिमाली जलवायु त्रिकोणतर्फ

नेपालले चीन र भारतसँगको विद्यमान सम्बन्धलाई उपयोग गर्दै प्रारम्भमा 'हिमाली जलवायु त्रिकोण' अर्थात् चीन-नेपाल-भारतको व्यावहारिक संयन्त्र प्रस्ताव गर्न सक्छ । यसको सुरूवात राजनीतिक सम्झौताबाट होइन, विज्ञान र तथ्यबाट हुनुपर्छ । हिमनदी तथा हिमतालको सूचना आदानप्रदान, मौसम तथा जलप्रवाहको तथ्यांक, पूर्वसूचना प्रणाली, साझा जोखिम नक्साांकन र वैज्ञानिक अनुसन्धान प्राथमिकतामा पर्नुपर्छ ।विश्वास निर्माण हुँदै गएपछि संयुक्त अध्ययन, उपग्रह सूचना, जलवायु-उत्थानशील पूर्वाधारका मापदण्ड र संयुक्त विपद् अभ्याससम्म सहकार्य विस्तार गर्न सकिन्छ । मानवीय सहायता तथा विपद् उद्धारमा सेना र सुरक्षा निकायको अनुभवसमेत उपयोगी हुन सक्छ । जलवायु कूटनीति र सैन्य कूटनीति यहाँ प्रतिस्पर्धाका लागि होइन, साझा विपद् पूर्वतयारीका लागि सहकार्य गर्ने माध्यम बन्न सक्छन् । नेपालले चीन र भारतबीच मध्यस्थता गर्नुपर्दैन, भूगोलले साझा बनाएको समस्यामा उनीहरुलाई एउटै मञ्चमा ल्याउने क्षमता विकास गर्नुपर्छ ।

काठमाडौं : जलवायु प्रभावको क्षेत्रीय केन्द्र

नेपालले काठमाडौंलाई हिमाल, हिमनदी, जलस्रोत, जैविक विविधता, अनुकूलन र विपद् उत्थानशीलतासम्बन्धी क्षेत्रीय ज्ञान तथा संवादको केन्द्रका रुपमा विकास गर्न सक्छ । नियमित हिमाली जलवायु संवादमार्फत चीन, भारत, दक्षिण एसियाली मुलुक, वैज्ञानिक, विश्वविद्यालय, विकास साझेदार र प्रभावित समुदायलाई जोड्न सकिन्छ ।

यसका लागि परराष्ट्र मन्त्रालय आफैं जलवायु विज्ञानको निकाय बन्नु आवश्यक छैन । उसको भूमिका नेपालको वैज्ञानिक, प्राविधिक र संस्थागत क्षमतालाई विश्वसँग जोड्ने कूटनीतिक सेतु बन्नु हो । हरेक नेपाली नियोगले सोध्न सक्नुपर्छ' यहाँ उपलब्ध कुन ज्ञान, प्रविधि, वित्त, संस्था वा साझेदारीले नेपालको जलवायु उत्थानशीलता बढाउन सक्छ ? यो सानो राष्ट्रका लागि शक्तिबाट होइन, उपयोगिताबाट प्रभाव निर्माण गर्ने कूटनीति हो ।

विपद् प्रतिक्रियाबाट पूर्वसक्रिय कूटनीतितर्फ

नेपालको रणनीतिक यात्रा अब 'विपद् प्रतिक्रिया, जोखिम सूचना, क्षेत्रीय सहकार्य, पूर्वसक्रिय कूटनीति (प्रिमेन्टिभ डिप्लोमेसी) हुँदै नेतृत्वमा पुग्ने हुनुपर्छ । अर्को बाढी आएपछि सहयोग खोज्ने होइन, बाढी आउनुअघि सूचना बाँड्ने, पहिरोपछि क्षति गन्ने होइन, पहिल्यै जोखिम नक्साांकन गर्ने, हिमताल फुटेपछि उद्धार गर्ने होइन, पहिल्यै चेतावनी प्रणाली निर्माण गर्ने क्षमता विकास गर्नुपर्छ ।

जोखिमग्रस्तबाट अनुभव, अनुभवबाट ज्ञान, ज्ञानबाट सहकार्य र सहकार्यबाट नेतृत्वतर्फ अघि बढ्नु नेपालको जलवायु कूटनीतिको नयाँ दिशा हुन सक्छ ।

हिमालयले सीमाको सम्मान गरेर जलवायु जोखिम सार्दैन । त्यसैले हाम्रा संस्थाहरुले पनि जोखिमलाई सीमामित्र बाँधेर हेर्नु हुँदैन । जलवायु परिवर्तनले नेपाललाई जोखिमग्रस्त बनाएको छ, जलवायु नेतृत्वले नेपाललाई रणनीतिक रुपमा महत्वपूर्ण बनाउन सक्छ ।

अबको बाटो

नेपालले आन्तरिक क्षमता बढाउँदै रणनीतिक समन्वयलाई प्राथमिकता दिँदै, अब परम्परागत विपद् व्यवस्थापनबाट राष्ट्रिय उत्थानशीलता र क्षेत्रीय जलवायु नेतृत्वतर्फ निर्णायक रुपमा कूटनीतिलाई अघि बढ्नुपर्छ । काठमाडौंमा स्थायी राष्ट्रिय उत्थानशीलता संरचना निर्माण गरी जोखिम पहिचानदेखि पूर्वतयारी, प्रतिकार्य, पुन:स्थापना र संस्थागत सिकाइसम्मलाई एउटै प्रणालीमा जोड्नुपर्छ । यससँगै बिम्स्टेकलाई हिमालयदेखि बंगालको खाडीसम्म जोडिएको साझा जलवायु तथा विपद् जोखिम व्यवस्थापनको क्षेत्रीय मञ्चका रुपमा उपयोग गर्न सकिन्छ ।

नेपालले बिम्स्टेक हिमालय-बंगालको खाडी उत्थानशीलता संरचनाको प्रस्ताव गर्दै पूर्वसूचना, जलवायु तथा जलविज्ञानसम्बन्धी तथ्यांक आदानप्रदान, हिमनदी तथा बाढी जोखिम अनुगमन, उत्थानशील पूर्वाधार र संयुक्त विपद् प्रतिकार्यलाई संस्थागत गर्ने पहल लिनुपर्छ । नेपालको लक्ष्य जोखिमको पीडित बन्ने होइन, जोखिम बुझ्ने, सहकार्य जुटाउने र हिमाली उत्थानशीलताको क्षेत्रीय नेतृत्व गर्ने राष्ट्र बन्नु हो । यही नै विपद्बाट रणनीतिक अवसरतर्फ नेपालको बाटो हो ।

बिनोज बरन्यात नेपाली सेनाका अवकाशप्राप्त उपरथि हुन् । हामीले यो लेख इकान्तिपुरबाट साभार गरेका हौं - सम्पादक

हार्दिक अपिल

- भोटेकोशी बाढी विभत्स प्राकृतिक बिपत्ति हो, शोकलाइ शक्तिमा बदलौं ।
- बिपदकालमा आफू बाँचौ र अरुलाई बचाऔ, उद्धार र राहतमा लागौं।
- सकेसम्म मनले, कर्मले र धनले सहयोग, समान्वय गरौं ।
- घाइतेहरुको सिघ्र उपचारमा सक्दो सहजिकरण गरौं ।

जीवन गुमाउने सबैमा हार्दिक श्रद्धाञ्जली

सहीखबर परिवार

बाढीपीडित परिवारका लागि राहतदेखि किरिया

खर्चसम्म बेहोर्दै प्रदेश सरकार

○ सहीखबर संवाददाता



मकवानपुर । बागमती प्रदेश सरकारले रसुवा, नुवाकोट, धादिङ र चितवनका बाढीपीडित नागरिकको उद्धार तथा राहतलाई प्राथमिकतामा राख्दै खाद्यान्नसहितका राहत सामग्रीदेखि मृतकका परिवारलाई किरियाखर्चसम्म उपलब्ध गराउने भएको छ ।

प्रदेश सरकारका मुख्यमन्त्री किरण थापा मगरले रसुवाको उत्तरगया र धुन्चे क्षेत्रमा बाढीबाट प्रभावित परिवारका लागि तीन ट्रक खाद्यान्नसहितका अत्यावश्यक राहत सामग्री पठाएका छन् । आजबाट थप राहत सामाग्री बोकेका ट्रकहरू त्यसतर्फ पठाइने मुख्यमन्त्री थापाले बताए ।

भदौ १० गते नुवाकोट तथा भदौ ११ र १२ गते रसुवाको उत्तरगया र धुन्चे क्षेत्रको स्थलगत अवलोकन गरेर भक्तपुर फर्किएलगत्तै मुख्यमन्त्री थापाले राहत सामग्री संकलन गरी पठाएका हुन् ।

मुख्यमन्त्री थापाका अनुसार बाढी प्रभावित क्षेत्रमा तत्काल आवश्यक पर्ने खाद्यान्न तथा लत्ताकपडा स्थलमार्गबाट पठाइएको हो । काठमाडौंलगायत विभिन्न स्थानबाट पठाइएको राहत सामग्री नुवाकोटको विदुरमा मात्र थुप्रिएको अवस्थामा रसुवाका प्रभावित क्षेत्रमा आवश्यक सामग्री पुर्‍याउन टिपर तथा ट्रकमार्फत राहत पठाइएको उनले बताए ।

प्रदेश सरकारले बाढी प्रभावित जिल्लामा तत्काल उद्धार तथा राहत सञ्चालन गर्न स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोषमा ३ करोड रूपैयाँ उपलब्ध गराउने निर्णयसमेत गरेको छ । जसअनुसार रसुवा र नुवाकोटका स्थानीय विपद् व्यवस्थापन कोषमा ३ करोड रूपैयाँ तथा धादिङ र चितवनमा ५०-५० लाख रूपैयाँ उपलब्ध गराइने भएको छ ।

त्यसैगरी, भोटेकोशीको बाढीमा परी ज्यान गुमाएका व्यक्तिका परिवारलाई तत्काल राहतस्वरुप प्रतिमृतक ३५ हजार रूपैयाँ काजकिरिया खर्च उपलब्ध गराउने निर्णय प्रदेश सरकारले गरेको मुख्यमन्त्री थापा मगरले जानकारी दिए ।

बाढीका कारण सडक तथा पुलमा ठूलो क्षति पुगेपछि प्रदेश सरकारले वैकल्पिक सडकमार्ग सञ्चालनलाई समेत तीव्रता दिएको छ । छहरे, चौघोडा, बाहुनबँसी, लप्च्याङ, सर मथली, पारिखर्क, पाँच्याङ पुल, भोर्ले, जेरोकिलो र बेत्रावती हुँदै पासाङल्हामु मार्ग जोड्ने वैकल्पिक सडक सञ्चालनमा ल्याइएको मुख्यमन्त्री थापाले बताए ।

बाढीपहिरोका कारण त्रिशूली धुन्चे तथा धादिङको गल्छी काठमाडौं सडकखण्ड अवरूद्ध भएपछि वैकल्पिक सडकमार्फत यातायात सञ्चालन गर्ने तयारी प्रदेश सरकारले गरेको छ ।

बाढीले पक्की तथा झोलुङ्गे पुलसहित करिब ४० वटा पुल बगाएपछि प्रभावित क्षेत्रमा तत्काल आवतजावत सहज बनाउन अस्थायी संरचना निर्माणको तयारी गरिएको प्रदेशका भौतिक पूर्वाधार विकासमन्त्री एवं प्रवक्ता भरत केसीले बताए ।

उनका अनुसार कतिपय स्थानमा खोलाको एकातर्फ अभिभावक र अर्कोतर्फ बालबालिका तथा सर्वसाधारण रहेकाले तत्काल झोलुङ्गे पुल र आवश्यक स्थानमा तुइन निर्माण गर्ने निर्णय गरिएको छ ।

स्थायी संरचना निर्माण गर्न समय लाग्ने स्थानमा नेपाली सेना र सडक विभागसँग समन्वय गरी बेली ब्रिज राख्ने प्रक्रिया अघि बढाइएको छ ।

'जहाँ तत्काल पक्की संरचना सम्भव छैन, त्यहाँ नेपाली सेना र सडक विभागसँग समन्वय गरी बेली ब्रिज राख्ने प्रक्रिया सुरू गरिसकेका छौं,' मुख्यमन्त्री थापामगरले भने, 'वैकल्पिक सडक मर्मत गरेर यातायात सञ्चालन गर्न प्रदेशको भौतिक पूर्वाधार मन्त्रालय फिल्डमै खटिएको छ ।'

बाढीका कारण रसुवाको धुन्चेमा अलपत्र परेका करिब १५ सय तीर्थयात्री तथा पर्यटकलाई सुरक्षित रुपमा काठमाडौं ल्याउने व्यवस्था पनि प्रदेश सरकारले मिलाइरहेको जनाएको छ । अलपत्र पर्यटकलाई विभिन्न यातायातका साधनमार्फत नि:शुल्क काठमाडौं ल्याउने काम भइरहेको मुख्यमन्त्री थापाले बताए ।

प्रदेश सरकारले तत्काल राहत, उद्धार र यातायात व्यवस्थापनसँगै क्षतिग्रस्त सडक तथा पुलको वैकल्पिक व्यवस्था मिलाउने कामलाई पनि प्राथमिकतामा राखेको जनाएको छ । यससँगै बाढीमा ज्यान गुमाएका परिवारलाई किरियाखर्च र प्रभावित स्थानीय तहलाई विपद् व्यवस्थापन कोषमार्फत आर्थिक सहयोग उपलब्ध गराएर प्रदेश सरकारले विपद्पछिको तत्कालीन व्यवस्थापनमा सक्रियता बढाएको छ ।

सूचनाको हक

नागरिकको मौलिक अधिकार

- सार्वजनिक सरोकारका सूचना प्राप्त गर्नु नागरिकको अधिकार हो,
- सार्वजनिक सरोकारका सूचना उपलब्ध गराउनु राज्यको दायित्व हो,
- सही, तथ्यपरक र आधिकारिक सूचना आदान-प्रदान गरौं,
- सार्वजनिक निकायमा कानुनबमोजिम सूचना अधिकारी तोक्ने गरौं,
- डिजिटल प्रविधिको प्रयोग गरी सूचनामा नागरिकको पहुँच विस्तार गरौं,
- प्रत्येक नागरिकलाई आफ्नो वा सार्वजनिक सरोकारको कुनै पनि विषयको सूचना माग्ने र पाउने हक हुन्छ, तर कानुन बमोजिम गोप्य राख्नु पर्ने सूचनाको जानकारी दिन कसैलाई बाध्य पार्न मिल्दैन।

नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

भोली श्रीकृष्ण अष्ठमी

○ सहीखबर संवाददाता



मकवानपुर। प्रत्येक वर्ष भाद्र कृष्ण अष्टमीका दिनमा मनाइने श्रीकृष्ण जन्माष्टमी पर्व भोली भगवान् श्रीकृष्णको पूजा आराधना गरी मनाइदै छ ।

संसारभरका हिन्दु धर्मावलम्बी अनि श्री कृष्णका भक्तहरुले प्रिय भगवान कृष्णको जन्मदिवस मनाउँदैछन् ।

श्रीकृष्ण जन्माष्टमी पर्व मनाउनेले बिहान सबैरै नुहाइधुवाइ गरेर व्रत बस्छन् । दिनभर जल वा फलफूल मात्र खाएर पूर्ण रुपमा सात्विक बस्छन् । मध्यरातमा श्रीकृष्णको धातुको प्रतिमालाई पञ्चामृतले स्नान गराइदिन्छन् ।

हातमा मुरली, शिरमा मयूरको प्वाँख, शीतल बगैंचामुनी, जीवजन्तुहरुको साथमा गोपिनीहरुको मायामा बाँसुरीको मधुर धुन यस्तै वातावरणमा विराजमान प्यारा भगवान श्री कृष्ण आजैको दिन मामा कंशको कैदमा रहेका पिता वासुदेव र माता देवकीको गर्भबाट जन्म भएको मान्यता रहिआएको छ ।

कृष्ण जन्माष्टमीलाई सातम आठम, गोकुलष्टमी, अष्टमी रोहिनी, श्रीकृष्ण जयन्ती, श्री जयन्ती वा कहिलेकाँही साधारण भाषामा जन्माष्टमी भन्ने गरिन्छ ।

पुराणहरुका अनुसार द्वापरयुगमा भाद्र कृष्ण अष्टमीको मध्यरात रेवती नक्षत्रमा भगवान् विष्णु आठौं अवतारका रुपमा कृष्ण जन्मिएका हुन् ।

किन गरिन्छ त श्रीकृष्णको पुजा ?

आजको दिनमा श्रीकृष्णको पूजा आराधना गर्नाले सन्तान प्राप्ति हुने, लामो आयु प्राप्त हुने र समृद्धि प्राप्ति हुने विश्वास गरिन्छ । यस पर्व मनाउनुले हरेकको मनोकामना पूरा हुने आस्था राखिन्छ। धर्म ग्रन्थअनुसार जुन व्यक्तिको चन्द्रमा कमजोर छ, उसले श्रीकृष्णको पूजा गरेमा उसलाई अधिका लाभ मिल्छ ।

पुजाका दिनमा प्रेम र दाम्पत्य सुखका लागि राधाकृष्णको, सन्तान प्राप्तिका लागि बालक कृष्णको र अन्य मनोकामना पूरा गर्नका लागि बंशीवाला कृष्णको मूर्ति बनाई पूजा गर्ने गर्ने गरिन्छ ।