

१५ वटै पालिकामा आदिवासीहरूको विशेष स्वायत्त क्षेत्रको दावी



भापा(प्रस)। संविधानले व्यवस्था गरेको विशेष स्वायत्त र संरक्षित क्षेत्रको अधिकार खोजी गर्नका लागि भापाका आदिवासीहरू अगाडि सरेर भएका छन्। भापामा दशकौंदेखि बसोबास र राजवंशी, धिमाल, मेचे, सन्थाल, किसान, ताजपुरिया र गनाई जातिले विशेष स्वायत्त र संरक्षित क्षेत्रको अधिकार खोज्न लागेका हुन्। उनीहरूले स्वायत्त क्षेत्रसम्बन्धी संवाद समिति निर्माण गरेका छन्। त्रिनारायण राजवंशीको संयोजकत्वमा गठित समितिमा प्रत्येक जातिका तर्फबाट एक-एकजना प्रतिनिधि राखिएको छ। जसअनुसार मेचे जातिबाट विरेन मेचे, धिमाल जातिबाट नारायण

धिमाल, ताजपुरिया जातिबाट मनकुमार ताजपुरिया, सन्थाल जातिबाट लखन हेमरम, किसान जातिबाट भीम किसान, गनाई जातिबाट चन्द्रबहादुर गणेशलगायत रहेका छन्। नेपालको संविधानको धारा ५६(१)(५), २०७ र २९५ मा निश्चित समुदायलाई वा समुदायको आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक विकास र उत्थानको लागि विशेष संरक्षित वा स्वायत्त क्षेत्र कायम गर्न सकिने उल्लेख छ। आदिवासी जनजाति वाकिल समूह (लाहुरिण)को आयोजनामा बिर्तामोडमा भएको विशेष स्वायत्त र संरक्षित क्षेत्र विषयक दुईदिने अन्तरक्रियामा सहभागी जातीय प्रतिनिधिहरू

संविधानले प्रदान गरेको विशेष स्वायत्त र संरक्षित क्षेत्रको अधिकारको खोजी गर्न अब लागिपर्ने निश्कर्षमा पुगेका हुन्। उनीहरूले विशेष स्वायत्त र संरक्षित क्षेत्रको लागि ऐतिहासिक प्रमाणका आधारमा गर्ने गरिएको पहिलो जाति घोषणा कार्यक्रमले सहयोग पुग्ने भएकाले भापाका सबै पालिकाहरूमा पहिलो जाति घोषणा गर्दै जाने सहमत गरेका छन्। दमक नगरपालिकामा धिमाल जाति र बाह्रदशी गाउँपालिकामा राजवंशी जातिलाई पहिलो जाति घोषणा गरिसकेको छ। मेचीनगर नगरपालिकामा मेचे, राजवंशी धिमाल र किसानमध्ये कुन जातिलाई घोषणा गर्ने भन्ने विवाद छ। जाति-

जातिबीच विवाद नगरी आदिवासी जनजाति महासंघको समन्वयमा पालिकाहरूमा पहिलो जाति घोषणा गर्ने उनीहरूले सहमत जनाएका छन्। कार्यक्रममा ती सातवटा जातिहरूले विशेष स्वायत्त र संरक्षित क्षेत्रको लागि आ-आफ्नो दावी पेस गरेका छन्। राजवंशी जातिले जिल्लाका १५ वटै पालिकामा दावी गरिरहेदा सन्थाल जातिले संरक्षित क्षेत्र हल्द्वारी गाउँपालिका, विशेष संरक्षित क्षेत्र सम्पूर्ण पालिका र स्वायत्त क्षेत्र कन्काई नगरपालिकालाई माग गरेको छ। त्यस्तै ताजपुरिया जातिले शिवसताक्षी, गौरादह, कमल र गौरीगञ्जलाई संरक्षित क्षेत्र ठानेको छ। किसान जातिले मेचीनगर नगरपालिकाको वडा नं १, ४, ६, ७, ८, ९, १० र ११ तथा बिर्तामोड ६ लाई संरक्षित क्षेत्र दावी गरिरहेदा धिमाल जातिले मेचीनगर, बिर्तामोड, दमक र अर्जुनधारालाई आफ्नो पुरानो शातथलो दावी गरेको छ। त्यस्तै मेचे जातिले अर्जुनधारा, मेचीनगर, बिर्तामोड र हल्द्वारी तथा गनाई जातिले भापा, कचनकवल, गौरीगञ्ज, बाह्रदशी, भद्रपुर, बिर्तामोड, मेचीनगर र शिवसताक्षीमाथि दावी गरेका छन्। नेपाल आदिवासी जनजाति महासंघ भापाका अध्यक्ष पाण्डवलाल चौधरीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रमको सहजीकरण लाहुरिणका उपाध्यक्ष अधिवक्ता शंकर लिम्बू र सचिव अधिवक्ता भीम राईले गरेका थिए।

भुटानी शरणार्थी नेता रिजाल पक्राउ

भापा(प्रस)। नक्कली भुटानी शरणार्थी प्रकरणमा भुटानी शरणार्थी नेता टेकनाथ रिजाल पक्राउ परेका छन्। अनुसन्धानका क्रममा रिजाललाई पक्राउ गरिएको जिल्ला प्रहरी परिसर काठमाडौंका एसएसपी दानबहादुर कार्कीले जानकारी दिए। रिजाललाई भापाबाट काठमाडौं जाने क्रममा त्रिभुवन अन्तर्राष्ट्रिय विमानस्थलबाट प्रहरीले पक्राउ गरेको हो। नेपाली

लागि ३० जेठ २०७६ मा बालकृष्ण पन्थीको नेतृत्वमा कार्यदल गठन गरेको थियो। नेपाली नागरिकलाई भुटानी शरणार्थी बनाएर अमेरिका पठाउने ठगी धन्दाका संलग्नताको आरोपमा पक्राउ परेका सानु भण्डारीले आफ्नो डायरीमा रिजाललाई ७ लाख रूपैयाँ दिएको उल्लेख गरेका थिए। उनलाई त्यही आधारमा पक्राउ गरेको प्रहरी स्रोतको दावी छ।

मियाँले उक्त प्रकरणमा बिचौलियाहरूका लागि हज समितिको सरकारी गाडी प्रयोग गर्न दिएको खुलेपछि प्रहरीले उनलाई पक्राउ गरेको थियो। यो प्रकरणमा यसअघि पूर्वउपप्रधानमन्त्री टोपबहादुर रायमाझी, पूर्वगृहमन्त्री बालकृष्ण खाँण, नेपाल सरकारका सचिव टेकनारायण पाण्डे, तत्कालीन गृहमन्त्री रामबहादुर थापा बादलका सुरक्षा सल्लाहकार डा. इन्द्रजित राई, खाँणका निजी सचिव नरेन्द्र केसी पक्राउ परेका थिए। त्यसैगरी नेपाली कांग्रेसका पूर्व सांसद आडटावा शेर्पा, सन्देश शर्मा, टोपबहादुरका छोरा सन्दीप, रामशरण केसी, गोविन्द चौधरी, सागर राई, टंकबहादुर गुरुङ, केशव दुलाल र सानु भण्डारी पक्राउ परिसकेका छन्। पक्राउ पुर्जी जारी गरिएका अन्य दुईजना फरार छन्।



नागरिकलाई भुटानी शरणार्थी बनाएर अमेरिका पठाउन भन्दै गरिएको ठगी प्रकरणमा अनुसन्धानका लागि प्रहरीले उनलाई पक्राउ गरेको हो। बिर्तामोडमा बस्दै आएका रिजालले पछिल्लो समय पुनर्वास गराउन बाँकी ६ हजारभन्दा बढी भुटानी शरणार्थीको समस्या समाधान गर्न माग गर्दै आएका थिए। उनकै मागका आधारमा गृह मन्त्रालयले भुटानी शरणार्थी समस्या समाधानका

नेपालको भापा र मोरङमा लामो समय कष्टकर जीवन बिताएर विभिन्न देशमा पुनर्वासका लागि पठाइएका भुटानी शरणार्थीहरूका सर्वोच्च नेता रिजाल पक्राउ परेसँगै नक्कली शरणार्थी प्रकरणमा हिरासत पुनेको संख्या १६ पुगेको छ। यसअघि बिहीबार नै यो प्रकरणमा नेपाल हज समितिका अध्यक्ष शमशेर मियाँ सिंहदरवारस्थित ऊर्जामन्त्रालय परिसरबाट पक्राउ परेका थिए।

यसैबीच काठमाडौं जिल्ला अदालतले नक्कली शरणार्थी प्रकरणमा अनुसन्धानका लागि पक्राउ परेका भुटानी शरणार्थी नेता रिजाल र नेपाल हज समितिका अध्यक्ष मियाँलाई हिरासतमा राखेर अनुसन्धान गर्न दुई दिनको म्याद दिएको छ।

ठेकेदारका कारण बिर्तामोड- भद्रपुर सडकको विजोग

बिर्तामोड(प्रस)। जिम्मेवारी लिएको ठेकेदारले समयमै काम पूरा नगर्दा बिर्तामोड- भद्रपुर सडकखण्डमा यात्रुहरूले सास्ती बेहोरिरहेका छन्। बेलेमा काम नगरेर बर्खा शुरु हुने लावा ठेकेदारले निर्माणको काम थालेपछि सडक हिलाम्मे भएर यात्रुहरूले कष्ट भोग्नु परेको हो। बिर्तामोडको धौला पुलदेखि गुरामनी बजारसम्मको सडक क्षेत्रमा केही दिनअघि घुल्लो खाएका यात्रुहरूले पानी परेपछि अहिले हिलो पानीबाट यात्रा गरिरहनु परेको छ। त्यस ठाउँमा कटले यात्रा गर्नु परिरहेको यात्रुहरू समस्या सुनाउँछन्। धौला पुलदेखि गुरामनीसम्म मात्र नभएर ठेकेदारले पुरै सडक नै विजोग पारेका छन्। धौला पुलदेखि देउरियासम्मको करिव ५ किलोमिटर सडकको निर्माण



थालेका ठेकेदारले बर्खा शुरु हुनु लाग्दासमेत ग्राभेल गर्न सकेका छैनन्। जर्वाक सडक निर्माणको

गर्नुपर्ने म्याद साउन ५ सम्म मात्र रहेको छ। २०७७ माघ ६ गते ठेक्का सम्झौता गरेको निर्माण कम्पनीले आगामी साउन ५ अर्थात् ३० महिनामा काम सम्पन्न गर्नुपर्ने छ। तर, अहिलेसम्म करिव २६ प्रतिशत मात्र काम सम्पन्न गरेको सडक डिभिजन कार्यालय दमकले जनाएको छ। 'अहिलेसम्म करिव २६ प्रतिशत मात्र काम सम्पन्न भएको देखिन्छ 'सडक डिभिजन दमकका प्रमुख सुरेश पौडेलले भने, 'हामीले निरन्तर फर्की गरिरहेका छौं।' बर्खा शुरु हुनुभन्दा अगाडि नै कम्तीमा ग्राभेलको काम पूरा गर्न आफूहरूले दवाव दिइरहेको उनले बताए। ठेकेदारको ढिलासुस्तीका कारण सदरमुकाम जाने सो सडक बर्खामा अवरुद्ध हुने देखिएको छ। यदि ठेकेदारले बर्खाअगाडि ग्राभेल पूरा गर्न नसकेको खण्डमा हामीसंग

ग्राभेल स्टक छ त्यसलाई प्रयोग गर्छौं' डिभिजन प्रमुख पौडेलले भने, 'दमकका स्थानीय निर्माण व्यवसायीहरूलाई लगाएर भएपनि सडक अवरुद्ध हुन दिने छैनौं।' सम्झौताअनुसार निर्माणको काम नगरेको भन्दै निर्माण कम्पनी कन्टेक प्रालिलाई सडक डिभिजन दमकले केही महिनाअघि लिखित स्पष्टीकरण सोधेको थियो। त्यसबेला निर्माण कम्पनीका संचालकले दमक आएर समयमै काम पूरा गर्ने प्रतिवद्धता जनाएका थिए। समयमै काम नथाल्ने र म्याद गुजिन लावा हतार गर्ने ठेकेदारको प्रवृत्तिका कारण सडकको विजोग भएको हो। तोकिएको म्यादाभित्र ग्राभेलसमेत नसक्ने ठेकेदारले थप म्यादको दावी गरेको बुझिएको छ। त्यसबारे कुनै निर्णय भइनसकेको डिभिजन प्रमुख पौडेलले जानकारी दिए।

बिर्तामोड साना शहरी खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता संस्था
बिर्तामोड, भापा
निर्वाचन समितिको कार्यालय (२०८०)
निर्वाचन कार्यक्रम सम्बन्धी सूचना

बिर्तामोड साना शहरी खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता संस्थाको विधान २०५९ (संशोधित २०७५) को दफा ६.१.१ (क) बमोजिम कार्यसमिति गठनका लागि अध्यक्ष-१, उपाध्यक्ष-१, सचिव-१, कोषाध्यक्ष-१ र सदस्य-५ (सदस्य पद संख्या ५ मध्ये विधानको दफा ६.१ बमोजिम ३ पदमा महिला अनिवार्य) पद गरी जम्मा पद संख्या ९ (नौ)-मा मिति २०८०/०२/१५ गते सम्पन्न हुने निर्वाचनका लागि देहाय बमोजिमको निर्वाचन कार्यक्रम उपभोक्ता/सदस्यहरूको जानकारीका लागि प्रकाशित गरिएको छ।

निर्वाचन कार्यक्रम :

- १) प्रथम मतदाता नामावली प्रकाशन : २०८०/०२/०५ विहान ११:०० बजे
- २) प्रकाशित मतदाता नामावलीमा दावी विरोध : २०८०/०२/०६ गते दिउँसो ३:०० बजेसम्म
- ३) अन्तिम मतदाता नामावली प्रकाशन : २०८०/०२/०६ गते बेनुकी ५ बजे
- ४) उम्मेदवारी दर्ता : २०८०/०२/०७ गते विहान ११:०० बजेदेखि ३:०० बजेसम्म
- ५) उम्मेदवारको प्रथम नामावली प्रकाशन : २०८०/०२/०७ गते दिउँसो ५:०० बजे
- ६) उम्मेदवारको नामावली माथि दावी विरोध : २०८०/०२/०८ गते दिउँसो ३:०० बजेसम्म
- ७) उम्मेदवारको दोस्रो नामावली प्रकाशन : २०८०/०२/०८ गते बेनुकी ५:०० बजे
- ८) उम्मेदवारले नाम फिर्ता लिने : २०८०/०२/०९ गते दिउँसो २:०० बजेसम्म
- ९) उम्मेदवारको अन्तिम नामावली प्रकाशन : २०८०/०२/०९ गते दिउँसो ३:०० बजे
- १०) मतदान : २०८०/०२/१५ गते विहान ८:०० बजेदेखि बेनुकी ५:०० बजेसम्म
- ११) मतगणना : मतदान सम्पन्न भएपश्चात् (सहमतिबाट निर्णय गर्ने)
- १२) घोषणा : मतगणना सम्पन्न भएपश्चात्
- १३) विजयी उम्मेदवारलाई प्रमाणपत्र प्रदान : घोषणा भएपश्चात्

निर्वाचन अधिकृत

<p>डा. विकाश जैशी, MD, DM वरिष्ठ विशेषज्ञ - कलेजो (हिनर), पी. ग्यास्ट्रिक, अल्सर, जन्डिस, हेपेटाइटिस रोग समय: प्रत्येक महिनाको अन्तिम आइतबार, काठमाडौंबाट यसपटक वैत २६ गते</p>	<p>डा. प्रेम ब. शाही, MS, FISS प्रमुख विशेषज्ञ - हाडजोर्नी, नशा तथा गेरुदण्ड सर्जन समय: दैनिक सेवा</p>	<p>डा. धर्मागत भट्टराई प्रमुख विशेषज्ञ - बाल शिशु रोग, एचआई विसा, प्रेरित रोग, अन्तर्निहित रोग DM- Pediatric Clinical Immunology & Rheumatology (PGIMER, Chandigarh, India) MD- Pediatrics (PGIMER, Chandigarh, India) Fellowship in Advance Immunology, Allergy & Bone Marrow Transplantation (USA) MBBS (University of Calcutta, India) NMC No.- 6516 विद्यालयको प्रमुख चिकित्सक बाल इन्फेक्चियोलोजिस्ट तथा न्यूमोनेमोलोजिस्ट इन्फेक्चियस सेन्टर, काठमाडौंबाट विश्वविद्यालय पोस्टिग्रेजुएट, बिर्तामोडमा DOCTOR VISIT DATE प्रत्येक महिना यस पटक वैशाख १ र २ गते</p>
<p>डा. दिपायन पाण्डे, MD विशेषज्ञ - छाता, रोग, सोन्दर्य, कुष्ठरोग समय: प्रत्येक विहिनबार</p>	<p>डा. हरिशंकर प्र. यादव, MD, FIEM विशेषज्ञ - मधुमेह, थाइराइड, हार्मोन रोग । समय: प्रत्येक शनिबार</p>	
<p>डा. आलोक झा, MD विशेषज्ञ - मानसिक, नशा, रोग (बाल तथा किशोर मनोविकार) समय: प्रत्येक महिनाको पहिलो शनिबार</p>	<p>डा. धिरज ताम्राकार, MD विशेषज्ञ - आन्तरिक मेडिसिन तथा फिजिसियन । समय: दैनिक सेवा</p>	
<p>डा. केशव कु. मण्डल, MD विशेषज्ञ - नवजात शिशु तथा बाल रोग समय: दैनिक सेवा</p>	<p>डा. धिरज गिरी, MS विशेषज्ञ - नाक, कान, घाँटी, टाउको रोग समय: दैनिक सेवा</p>	

कोशी प्रदेश सरकारलाई दिएको समर्थन फिर्ता लिन कांग्रेसको आग्रह

भापा(प्रस)। नेपाली कांग्रेस कोशी प्रदेश संसदीय दलका नेता उद्वव थापाले माओवादी र जसपालाई प्रदेश सरकारलाई दिएको समर्थन फिर्ता लिन आग्रह गरेका छन्। संसदीय दलको बैठकपछि पत्रकारसँग कुरा गर्दै नेता थापाले केन्द्रमा १० दलीय गठबन्धनमा कायम रहेकाले प्रदेशमा पनि त्यसको मर्मअनुसार अगाडि बढ्नुपर्ने बताए। माओवादी र जसपाले सरकारलाई दिएको



समर्थन फिर्ता नगर्दा समस्या भएको भन्दै उनले समर्थन फिर्ता लिन आग्रह गरिएको जानकारी दिए। 'हामीले संसदीय दलको बैठक नै

बसेर प्रदेश सरकारमा सहभागी माओवादी र जसपालाई सरकारलाई दिएको समर्थन फिर्ता लिन आग्रह गर्ने लिखित निर्णय गरेका छौं,' थापाले भने 'केन्द्रमा १० दलीय गठबन्धन भएकोले प्रदेशमा पनि त्यहीअनुसारको गठबन्धन हुनुपर्छ भन्ने हो।' उनले थपे, 'अहिले सभामुखले राजीनामा दिनु

पर्छ भन्ने हल्ला छ त्यो केही गर्नु पर्दैन। राष्ट्रिय प्रजातन्त्र पार्टीसमेत भएकाले उसलाई सरकारमा ल्याउन सकिन्छ। त्यो नभए ३० दिनसम्म सरकार चल्छ अनि मध्यावधिमा प्रदेश जान्छ। त्यसका लागि नेपाली कांग्रेस तयार छ।' कोशीमा अहिले नेकपा एमालेका हिक्मतकुमार कार्कीको नेतृत्वमा सरकार छ। सरकारमा एमालेका ४०, माओवादीका सभामुखसहित १३,

राप्रपाका ६ र जसपाका १ सांसद छन्। विपक्षी गठबन्धनमा कांग्रेसका २९ र एकीकृत समाजवादीका ४ सांसद छन्। सरकार बनाउनका लागि ४७ सिट आवश्यक पर्छ। नयाँ गठबन्धनमा सभामुखसहित मात्रै ४७ सांसद पुग्छन्। राप्रपाले साथ दिएको खण्डमा भने सहजै सरकार बन्ने देखिन्छ। मुख्यमन्त्री कार्कीले भने सहमतीय सरकार बनाउन आह्वान गरिरहेका छन्।

क्रिकेटर मेहबुब आलमले बिटिएम मन्त्र थकालीबाट खेल्ने



हुँदैछ। बिर्तामोड नगरपालिका नगर खेलकुद विकास समितिको आयोजनामा बिर्तामोडको डोमालाल राजवंशी रंगशालामा प्रतियोगिता हुनेछ। प्रतियोगितामा २० वटा टिमले भाग लिने जनाइएको छ। प्रतियोगितामा बिर्तामोड नगरभित्रका ब्यावसायिक तथा सामाजिक संस्था सहभागी हुने छन्।

बिर्तामोड(प्रस)। बिर्तामोड नगरपालिका नगर खेलकुद विकास समितिले आयोजना गरेको प्रथम कर्पोरेट सुपर सिक्स क्रिकेट प्रतियोगितामा पूर्वराष्ट्रिय खेलाडी मेहबुब आलमले खेल्ने भएका छन्। बिहीवार बिर्तामोडमा आयोजित पत्रकार सम्मेलनमा आलमले प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउने जानकारी दिइएको हो। आलमले बिटिएम मन्त्र थकाली टिमको प्रतिनिधित्व गर्ने टिम कप्तान सुरज खड्काले जानकारी दिए। बिटिएम मन्त्र थकालीले अन्य

खेलाडीको नाम समेत सार्वजनिक गरेको छ। थकालीबाट आलमसहित कप्तान खड्का, नृत्य खड्कालिया, अभ्यास तिम्सिना, रुपनारायण श्रेष्ठ, फिर्दौस अन्सारी, दिपक काफ्ले र उमेश खरेल मैदानमा उत्रिने छन्। यसैबीच, बिटिएम मन्त्र थकालीले आलमको जर्सी पनि सार्वजनिक गरेको छ। आलमले ११ नम्बरको जर्सी लगाएर कर्पोरेट सुपर सिक्स क्रिकेट खेल्ने छन्। भापाको बिर्तामोडमा यही जेठ ६ गतेदेखि प्रथम कर्पोरेट सुपर सिक्स क्रिकेट प्रतियोगिता

प्रतियोगिताको विजेताले नगद एक लाख रुपैयाँ, ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछ भने उपविजेता टिमले नगद पचास हजार रुपैयाँ, ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र पाउने छन्। त्यस्तै, खेलको म्यान अफ द टुरनामेन्टलाई १० हजार रुपैयाँ, बेस्ट ब्याट्सम्यान र बेस्ट बलरलाई ५१०० रुपैयाँ प्रदान गरिनेछ। प्रत्येक खेलको म्यान अफ द ग्यामले २१०० रुपैयाँ पाउने छन्। प्रतियोगिताको फाइनल खेल रात्रिकालीन हुनेछ।

बिर्तामोडमा कुष्ठरोगीको संख्या २९ पुग्यो

बिर्तामोड(प्रस)। बिर्तामोड नगरपालिका क्षेत्रभित्र कुष्ठरोगीको संख्या २९ पुगेको छ। नगरपालिकाको स्वास्थ्य शाखाले बिहीबार बिर्तामोडमा आयोजना गरेको कुष्ठरोग घट्टाई खोजपट्ट ताल कार्यक्रमअन्तर्गत सरोकारवाला निकायसंगको अन्तरक्रिया कार्यक्रममा यस्तो जनाइएको हो। जसमा बालबालिका ४ जना रहेका छन्। कात्तिक महिनायता बिर्तामोड नगर अस्पतालमा ६ जना कुष्ठरोगी फेला परेको जनाइएको छ। शंकास्पद

लक्षण देखिएका १८ जनाको जाँच गर्दा ६ जनामा पोस्टिभ देखिएको हो। कुष्ठरोगका कारण बिर्तामोडमा ६ जना अपांगसमेत भएका छन्। यस्तै १ जनामा कुष्ठरोग पुनः बल्भिएको जनाइएको छ। अन्य वडाको तुलनामा बिर्तामोड १० मा कुष्ठरोगीको संख्या बढी रहेको सिनियर अहेब तथा फोकल पर्सन दिपक सापकोटाले जानकारी दिए। त्यस वडामा कुष्ठरोगीको ९ रहेको छ।

कुष्ठरोगको जोखिममा रहेको १० नम्बर वडामा रोग पहिचानका लागि घर-घरमा तालिमप्राप्त स्वास्थ्यकर्मी पठाइने भएको छ। अभियानकै रूपमा जेठ ६ गतेदेखि १० गतेसम्म कुष्ठरोगको शंकास्पद लक्षण भएका बिर्तामोड खोजी गर्ने अभियानको तयारी रहेको सापकोटाले बताए। अन्तरक्रिया कार्यक्रममा बोल्दै नगर प्रमुख पवित्रा महतारा प्रसाईले स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई कुष्ठरोग नियन्त्रणका लागि समुदायस्तरीय डटरे लाम निर्देशन दिइन्। बिर्तामोडलाई

कुष्ठ रोगमुक्त नगरपालिका घोषणा गर्नेगरी काम गर्न जोड दिँदै उनले नगरलाई क्षयरोग,कुष्ठरोगलगायतका रोगहरू मुक्त बनाउनु पर्ने बताइन्। यस्तै सँगै रोगहरूको क्षेत्रमा काम गर्दै आएको संस्था एनएलएफका राष्ट्रिय निर्देशक एन्ड्रु सिथिलगले पालिकाको प्रत्येक विद्यालयलाई माध्यम बनाएर कुष्ठरोग नियन्त्रणका कार्यक्रमहरू गर्नु पर्ने बताए। कार्यक्रममा बोल्दै एनएलएफ दिपक थिमिले भाषामा अहिले प्रति दश हजार जनसंख्यामा २ जनाभन्दा

बढीलाई कुष्ठरोग देखापर्ने गरेको बताए। उनले बिर्तामोडमा प्रतिवर्ष २० जना नयाँ बिर्तामोड उपचारमा आउने गरेको पनि बताए। अन्तरक्रिया कार्यक्रममा नगर उपप्रमुख नोन्द्रप्रसाद संग्रौला, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत विनोदकुमार न्यौपाने, वडा नम्बर १० का वडा अध्यक्ष दुर्गोधन गुरुङ, कार्यपालिका सदस्य यमुना आचार्यलगायतका जनप्रतिनिधि र स्वास्थ्यकर्मीहरूको सहभागिता रहेको थियो।

सूचना

सूचना

सूचना

प्रथम पटक प्रकाशित मिति : २०८०/०२/०५

सहारा नेपाल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडलाई आ.व २०७९/२०८० को लागि तपशिल सामग्रीहरू बिक्री गर्न इच्छुक फर्मबाट तपशिल आवश्यक कागजहरू संलग्न राखी ७ दिनभित्र शिलबन्दी कोटेशन आह्वान गरिन्छ।

१. तपशिल अनुसारको कम्प्युटर, प्रिन्टर र कार्यालय उपकरणहरू

क्र.सं.	सामानको नाम	ब्राण्ड	कैफियत
१	Laptop (Dell Inspiron 3511 i3 1115G4/4gb RAM/256gb SSD/15.6" FHD/Windows 11 Home/11th Gen Laptop)	DELL	1 Years Warranty
२	Laptop (Dell Vostro 3400 Intel Core i3 11th Gen 8GB RAM 512GB SSD 14" HD Display)	DELL	1 Years Warranty
३	Laptop (Processor 12th Gen Intel® Core™ i3-1215U / Intel® UHD Graphics/14.0-inch 16:10 FHD+ / 8 GB RAM/ 512 GB, M.2, PCIe NVMe)	DELL	1 Years Warranty
४	Desktop Computer Set (OptiPlex 3000 Tower 12th Gen Intel® Core™ i3-12100 (12 MB cache, 4 cores, 8 threads, 3.30 GHz to 4.30 GHz Turbo, 60 W)/ Intel® Graphics/8 GB, 1 x 8 GB, DDR4/256 GB, M.2 2230, PCIe NVMe/Dell USB Keyboard & Mouse/Dell 18.5" Monitor)	DELL	3 Years Warranty
५	Printer (Laser Shot LBP 2900)	Canon	1 Years Warranty
६	Printer (Epson LQ-310 Dot Matrix)	Epson	1 Years Warranty
७	Maxsell Loose Note Counting Machine MX-50 Smart+	MAXSELL	1 Years Warranty
८	Tall Tubular Battery 200Ah	Exide/Su-kam	48 Month Warranty
९	Su-Vastika 2.5KVA/24V Fusion Eco Pure Sine Wave Home UPS	Sukam	1 Years Warranty
१०	Su-Vastika 1050VA/12V Fusion Eco Home UPS	Sukam	1 Years Warranty
११	Delta 3KVA/72V Online UPS INX Series Single Phase (External Battery)	Delta	2 Years Warranty
१२	Livfast (Maxximo MXTT 2460) 210Ah/12V Tall Tubular Battery 60Months	Livfast	48 Month Warranty
१३	4K Ultra Short Throw Laser Projector (screen size 100" to 150")	Optoma/JMGO/XGIMI/Epson/Xiaomi/Vava/Samsung	1 Years Warranty
१४	Perfection V39 Scanner	Epson	1 Years Warranty
१५	SATA SSD 256GB	HIKVISION	1 Years Warranty
१६	NVME SSD 256 GB	HIKVISION	1 Years Warranty

२. नेपाली फायल र इन्डेक्स फायल ३. फर्निचर सामान मर्मत

शर्तहरू :

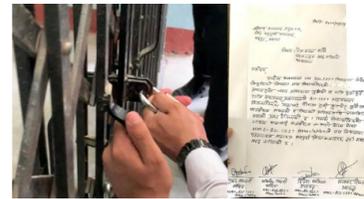
- फर्मको नाम, ठेगाना, ब्याट नम्बर, सम्पर्क नम्बर, फर्मको छाप, हस्ताक्षर स्पष्ट लेखिएको हुनु पर्नेछ।
- फर्मको लेटर प्याडमा कोटेशन प्रस्तुत गरिएको निवेदन लेख्नु पर्नेछ।
- कोटेशनमा फर्मको ब्यवसायिक प्रमाणपत्र, गत आ.व.को कर चुक्ता, स्थायी लेखा नम्बर, मूल्य अभिवृद्धि कर, दत्ता प्रमाणपत्र, प्रोपाइटरको नागरिकता र अन्य आवश्यक कागजहरूको फोटोकपी संलग्न हुनु पर्नेछ।
- समय नाधि वा रीत पुरा नगरी प्राप्त भएका कोटेशनलाई मान्यता दिइने छैन।
- फर्मले सस्थालाई गुणस्तरीय सामग्रीहरू उपलब्ध गराउनु पर्नेछ।
- कोटेशन आंशिक वा पूर्ण रूपमा स्वीकृत गर्ने, नगर्ने, रद्द गर्ने र बोलपत्र सम्बन्धी सम्पूर्ण अधिकार संस्थाका सुरक्षित रहनेछ।
- नेपाली फायलमा संस्थाको नाम, लोगो र संस्थाको डिजाईनमा छपाई गरी संस्थालाई उपलब्ध गराउनु पर्नेछ।
- एक पटक पेश गरिएको शिलबन्दी दरभाउ पत्र फिर्ता वा संशोधन गर्न पाइने छैन।

सहारा नेपाल (साकोस) लि.

मूल कार्यालय, बिर्तामोड-२, चारपाने

फोन नं. ०२३-५४९९८८

मेची क्याम्पसको बीएससी सीएसआइटी विभागमा तालाबन्दी



भापा(प्रस)। भद्रपुरस्थित मेची बहुमुखी क्याम्पसद्वारा सञ्चालित बीएससी सीएसआइटी विभागमा तालाबन्दी गरिएको छ। बीएससी सीएसआइटी कार्यक्रम निर्देशकको नियुक्तिलाई लिएर क्याम्पस प्रशासन पक्षबीच विवाद चर्किँदा सोही तहमा अध्ययनरत विद्यार्थीहरूले बीएससी सीएसआइटी विभागमा तालाबन्दी गरेका हुन्।

संघका अध्यक्ष भास्कर रिजालले जानकारी दिए। उनका अनुसार कार्यक्रम निर्देशकको नियुक्तिको विषयलाई लिएर क्याम्पस प्रशासनबीच केही दिनयता विवाद चर्किँएको छ। क्याम्पस प्रशासनसँग पटक-पटक सोही विषयमा माग राख्दा कुनै

सुनवाइ नगरेपछि तालाबन्दी गर्नु परेको उनको भनाइ छ। २०७५ सालदेखि क्याम्पसमा बीएससी सीएसआइटी विषयमा पठनपाठन हुँदै आएको छ। हाल बीएससी सीएसआइटी विषयमा ५ वटा ब्याच गरी करिब १७० जना विद्यार्थीहरू अध्ययनरत छन्। आजसम्म अध्ययनरत विद्यार्थीहरूले आइटी र एससी पृष्ठभूमि भएको निर्देशक नपाएकाले बाध्य भएर तालाबन्दी कार्यक्रममा उत्रिनु परेको संघका संस्थापक अध्यक्ष निश्चल बुढाथोकीले जानकारी दिए। विद्यार्थीको माग क्याम्पस प्रशासनले सम्बोधन गरेसम्म तालाबन्दी यथावत राख्ने उनले बताए।

बिर्ता (सेफ्टी तथा ढल सफाई)

बिर्तामोड, भापा

(पहाडी क्षेत्रमा पनि यो सेवा उपलब्ध छ।)



मूपाल बुढाथोकी
023-545402
9825952677
9825952680

पूर्वाञ्चलमै सबैभन्दा ठूलो ग्याकुम सिस्टमबाट सफाई गरिन्छ।

सेफ्टी तथा ढल सफाई गर्नु परेमा हामीलाई सम्बन्धित गर्नु।

गर्मी मौसममा संक्रामक रोगबाट बचौ र बचाऔं।

- गर्मी मौसममा मलेरिया, कालाजार, डेंगु, हैजालगायतका विभिन्न संक्रामक रोगहरू फैलिन सक्दछन्।
- संक्रामक रोग फैलाउने झिँगा, लामखुट्टे, भुसुना आदिको नियन्त्रण गरौं।
- संक्रामक रोगबाट बच्न शुद्ध र उमालेको पानी पिऔं,
- बासी तथा सडेगलेका खाना नखाऔं,
- घर भित्र र वरपरको सरसफाईमा ध्यान दिऔं।



कचनकवल गाउँपालिका

गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय



सम्पादकीय

सन्तुलित भोजन खाने गरौं

स्वस्थ रहन सन्तुलित भोजन आवश्यक हुन्छ। हाम्रो शरीरलाई आवश्यक पर्ने पोषण, भिटामिन र मिनरल्सहरूको सन्तुलन मिलाएर सेवन गर्दा शरीरका अंगहरूले राम्ररी काम गर्छन्। जसकारण, शरीरको ऊर्जा बढेर जान्छ, तौल नियन्त्रणमा रहन्छ, पाचन प्रणाली मजबुत रहन्छ, मानसिक अवस्था सुदृढ हुन्छ र विभिन्न रोगबाट पनि बच्न सकिन्छ। हामीले आफ्नो शरीरको बनावटलाई ख्याल गरेर त्यहीअनुसार सन्तुलित भोजन लिनुपर्छ, किनकि सबैको शारीरिक अवस्था एउटै हुँदैन। शारीरिक अवस्थाअनुसार हामीलाई आवश्यक पर्ने क्यालोरी, प्रोटिन, फ्याट र फाइबरको मात्रा पनि फरक-फरक हुन्छ।

महिलालाई औसतमा २१ देखि २५ ग्राम दैनिक फाइबर आवश्यक पर्छ भने पुरुषलाई ३१ देखि ३८ ग्राम आवश्यक पर्छ। बिहानको समयमा हाम्रो शरीरको पाचन प्रणाली बढी सक्रिय हुन्छ। दिन ढल्के गएपछि कम सक्रिय हुन्छ। त्यसकारण पनि ब्रेकफास्ट वा लन्च हेभी खानुपर्छ। रातिको खाना लाइट खाँदा राम्रो हुन्छ।

उठ्नेबित्तिकै एक गिलास मनतातो पानी पिउँदा राम्रो हो। त्यसपछि सिधै लन्च गर्दा पनि हुन्छ वा ब्रेकफास्ट गर्दा पनि भयो। त्यसैले घरमै बनाएको रोटी खान सक्नुहुन्छ। सकेसम्म चियामा चिनी नहाल्ने राम्रो हुन्छ। दिनमा जुन समयमा भए पनि ओखर, बढाम, किसमिस, भुटेको आलस, फर्सीको बियाँ इत्यादि ड्राइफुड खानुपर्छ। यस्ता ड्राइफुडमा प्रोटिन, ओमेगा (राम्रो फ्याट)को मात्रा धेरै हुन्छ, जुन शरीरका लागि अत्यावश्यक हुन्छ र यो फ्याटले कोलेस्ट्रॉलको लेवल म्यानेज गर्छ। दिनमा कम्तीमा एउटा सिजनल फलफूल खाँदा राम्रो हुन्छ।

ब्रेकफास्ट गर्दा क्यालोरीयुक्त (२५०-३५०) खाना खानुपर्छ। सकेसम्म एकपटकको खानामा धेरै क्यालोरी खानुहुँदैन। बिहानको खानामा सकेसम्म कार्बोहाइड्रेट र प्रोटिनलाई सन्तुलनमा राख्ने प्रयास गर्नुपर्छ। कार्बोहाइड्रेट मात्रै हुनुभएन। कतिपयको बिहानको समय रोटी र तरकारी खाने बानी हुन्छ। यतिले मात्रै मांसपेशीका लागि आवश्यक पर्ने प्रोटिनको मात्रा पुग्दैन। खाना वा खानामा प्रोटिन, र फ्याटको सन्तुलन मिलाउनुपर्छ। अन्डा, दूध-चिउरा, दूध-रोटी, दूध-ओट्स, चना आदि खाँदा हुन्छ। लन्चमा नेपाली थाली एउटा सन्तुलित आहार हो। दाल-भात-तरकारी, सलाद, गुन्ठोको अचार लन्चमा छ भने यो साह्रै स्वस्थ र सन्तुलित खाना हो। हरियो सागपातमा अफ बढी जोड गर्नुपर्छ। सिजनल तरकारी खाँदा राम्रो हुन्छ। सलादचाहिँ खानामा अनिवार्य समावेश गर्नु राम्रो हुन्छ। दाल, गेडागुडी, दूध, अन्डा, माछा, मासु मात्रा मिलाएर खानुपर्छ।

खाना खाइसकेपछि दिउँसो करिब तीन घण्टाको अन्तराल मिलाएर खाना खानु उपयुक्त हुन्छ। बेलुकाको खाना ६ देखि ८ बजेभित्र खाँदा राम्रो हुन्छ। बेलुकाको खानामा तरकारी तथा सागसब्जी समावेश गर्नुपर्छ। बेलुका शारीरिक तथा मानसिक रूपमा आराम गर्ने समय भएकाले कम खाँदा राम्रो हुन्छ। सुत्ने समयमा शरीर धेरै सक्रिय नहुने भएकाले धेरै खाँदा पचाउन कठिन हुन्छ। प्रोटिन र कार्बोहाइड्रेटको मात्रा मिलाएर खानुपर्छ।

सन्तुलित भोजन आवश्यक हुन्छ। हाम्रो शरीरलाई आवश्यक पर्ने पोषण, भिटामिन र मिनरल्सहरूको सन्तुलन मिलाएर सेवन गर्दा शरीरका अंगहरूले राम्ररी काम गर्छन्। जसकारण, शरीरको ऊर्जा बढेर जान्छ, तौल नियन्त्रणमा रहन्छ, पाचन प्रणाली मजबुत रहन्छ, मानसिक अवस्था सुदृढ हुन्छ र विभिन्न रोगबाट पनि बच्न सकिन्छ। हामीले आफ्नो शरीरको बनावटलाई ख्याल गरेर त्यहीअनुसार सन्तुलित भोजन लिनुपर्छ, किनकि सबैको शारीरिक अवस्था एउटै हुँदैन। शारीरिक अवस्थाअनुसार हामीलाई आवश्यक पर्ने क्यालोरी, प्रोटिन, फ्याट र फाइबरको मात्रा पनि फरक-फरक हुन्छ।

महिलालाई औसतमा २१ देखि २५ ग्राम दैनिक फाइबर आवश्यक पर्छ भने पुरुषलाई ३१ देखि ३८ ग्राम आवश्यक पर्छ। बिहानको समयमा हाम्रो शरीरको पाचन प्रणाली बढी सक्रिय हुन्छ। दिन ढल्के गएपछि कम सक्रिय हुन्छ। त्यसकारण पनि ब्रेकफास्ट वा लन्च हेभी खानुपर्छ। रातिको खाना लाइट खाँदा राम्रो हुन्छ। उठ्नेबित्तिकै एक गिलास मनतातो पानी पिउँदा राम्रो हो। त्यसपछि सिधै लन्च गर्दा पनि हुन्छ वा ब्रेकफास्ट गर्दा पनि भयो। त्यसैले घरमै बनाएको रोटी खान सक्नुहुन्छ। सकेसम्म चियामा चिनी नहाल्ने राम्रो हुन्छ। दिनमा जुन समयमा भए पनि ओखर, बढाम, किसमिस, भुटेको आलस, फर्सीको बियाँ इत्यादि ड्राइफुड खानुपर्छ। यस्ता ड्राइफुडमा प्रोटिन, ओमेगा (राम्रो फ्याट)को मात्रा धेरै हुन्छ, जुन शरीरका लागि अत्यावश्यक हुन्छ र यो फ्याटले कोलेस्ट्रॉलको लेवल म्यानेज गर्छ। दिनमा कम्तीमा एउटा सिजनल फलफूल खाँदा राम्रो हुन्छ।

ब्रेकफास्ट गर्दा क्यालोरीयुक्त (२५०-३५०) खाना खानुपर्छ। सकेसम्म एकपटकको खानामा धेरै क्यालोरी खानुहुँदैन। बिहानको खानामा सकेसम्म कार्बोहाइड्रेट र प्रोटिनलाई सन्तुलनमा राख्ने प्रयास गर्नुपर्छ। कार्बोहाइड्रेट मात्रै हुनुभएन। कतिपयको बिहानको समय रोटी र तरकारी खाने बानी हुन्छ। यतिले मात्रै मांसपेशीका लागि आवश्यक पर्ने प्रोटिनको मात्रा पुग्दैन। खाना वा खानामा प्रोटिन, र फ्याटको सन्तुलन मिलाउनुपर्छ। अन्डा, दूध-चिउरा, दूध-रोटी, दूध-ओट्स, चना आदि खाँदा हुन्छ। लन्चमा नेपाली थाली एउटा सन्तुलित आहार हो। दाल-भात-तरकारी, सलाद, गुन्ठोको अचार लन्चमा छ भने यो साह्रै स्वस्थ र सन्तुलित खाना हो। हरियो सागपातमा अफ बढी जोड गर्नुपर्छ। सिजनल तरकारी खाँदा राम्रो हुन्छ। सलादचाहिँ खानामा अनिवार्य समावेश गर्नु राम्रो हुन्छ। दाल, गेडागुडी, दूध, अन्डा, माछा, मासु मात्रा मिलाएर खानुपर्छ।

खाना खाइसकेपछि दिउँसो करिब तीन घण्टाको अन्तराल मिलाएर खाना खानु उपयुक्त हुन्छ। बेलुकाको खाना ६ देखि ८ बजेभित्र खाँदा राम्रो हुन्छ। बेलुकाको खानामा तरकारी तथा सागसब्जी समावेश गर्नुपर्छ। बेलुका शारीरिक तथा मानसिक रूपमा आराम गर्ने समय भएकाले कम खाँदा राम्रो हुन्छ। सुत्ने समयमा शरीर धेरै सक्रिय नहुने भएकाले धेरै खाँदा पचाउन कठिन हुन्छ। प्रोटिन र कार्बोहाइड्रेटको मात्रा मिलाएर खानुपर्छ।



तपाईं जहाँ भएपनि
प्रतिदिन दैनिक तपाईंसँगै

ताजा र विश्वसनीय खबरको लागि

लगइन गर्नुहोस

www.pratidindaily.com

मिडियाले पाठकलाई कहिलेसम्म हेप्ने ?



• डा. बद्रिप्रकाश ओझा

भारतीय पत्रकार सिद्धार्थ वरदारजको 'गलती सच्याउँदा मिडिया र पाठकबीचको सम्बन्ध बलिया बन्छ' भन्ने शीर्षकको लेख रातोपाटीमै छापिएपछि मलाई पनि थप मन लाग्यो। म त भन्छु, मिडियाले पाठकलाई हेप्ने प्रवृत्ति बन्द नभएसम्म सम्बन्ध सुधार हुँदैन। तपाईंहरूलाई यसले किन निहुँ खाजेको होला भन्न मन लाग्यो होला। म दुईवटा उदाहरण दिन्छु, चित्त बुझे भने थप छलफल गरौंला। म पनि सञ्चारकै मानिस हुँ तर अहिले सचेतना अभिवृद्धिका क्षेत्रमा सरकारलाई परामर्श सेवा प्रदान गर्दछु। सन् २००९ सम्म समाचार कक्षमै काम गर्थे। अहिले कामका सिलसिलामा मेरो अधिकांश समय फिल्डमा बिच्छि। यस क्रममा म स-साना अनुसन्धान पनि गर्छु। मेरो मिडिया क्षेत्रका दुई छोटो सर्वेक्षण गरेको छु। तीमध्ये पछिल्लो सर्वेक्षण मैले पाँच जिल्लाका १५ गाउँ पालिकामा गरें। सर्वेक्षणमा सहभागी डेढ सय जनामध्ये सबै किसान वा सहकारी र समूहका पदाधिकारी थिए। मैले उनीहरूलाई कुनै फाराम वा यस्ता कुनै पनि औपचारिक काजगी प्रक्रियामा फसाउने विचार गरिनँ, कारण उनीहरूसँग मेरो भेट फरक प्रसंगमा भएको थियो। मेरो कार्य क्षेत्रको एउटा

कार्यालयले नौवटा एफएम रेडियोमा लगातार डेढ महिना अनुदानसम्बन्धी सूचना प्रसार गरेपछि म फिल्ड गएको थिएँ, त्यसको प्रभाव मूल्यांकन गर्न। मैले रोल्पा, सल्यान, गोर्खा, कास्की र लमजुङमा यो सर्वेक्षण गरें। ती एफएमहरू ती क्षेत्रमा निकै लोकप्रिय मानिन्छन्। अफ भनी एफएम रेडियोलाई ग्रामीण क्षेत्रको सञ्चारको सबैभन्दा प्रभावकारी साधन पनि मानिन्छ। म पनि यस्तै सोचें। मैले सेवा बन्द गर्नुपर्ने कार्यालय तथा दाताका कर्मचारी पनि यस्तै सोचें। मलाई त्यतिबेला धक्का लाग्यो, जतिबेला रोल्पाको सुनिल स्मृति गाउँपालिकाका ४० सहभागीले भने- त्यहाँका लोकप्रिय एफएम सुन्दैन। मैले फेरि दोहोर्‍याएर सोचें, उही जवाफ आयो।

विचारा ती एफएमहरू। अहिले पनि सदस्यकाम वरपर निकै लोकप्रिय भएको दाबी गर्दै चन्दा, विज्ञापन, सहयोग उठाउँदा हुन्। उनीहरूलाई के थाहा, सोही पालिकाका किसानहरू एफएम सुन्दैनन्। सञ्चारमाध्यमले आफ्नो पहुँचबारे ज्यादै कम सर्वेक्षण गर्ने प्रचलन छ। उनीहरू यसै दूला, यसै लोकप्रिय। उनीहरूलाई मेरा पाठक वा श्रोताले कस्तो खुराक चाहेका छन् भन्ने थाहा हुनुपर्ने होला नि ? कि मसँग जे छ त्यही धिच भन्ने हो ? यो हेपेको होइन त ? उनीहरूलाई फेरि सोचें, केमा विज्ञापन दिए तपाईंकोमा आइपुग्छ ? उनीहरूले एकै स्वरमा भने, टिकटक। दुईचार जनाले फेसबुक रिस्स पनि भने। उनीहरूले फुर्सदको अधिकांश समय टिकटकमा बिताउँदा रहेछन्। उनीहरूले दिएका कारणहरू थिए- एकोहोरो आफूमात्र बोल्ने, बोल्न छाडे विज्ञापन दिने, कुनै चाखलाग्दो विषय आए बीचमै विज्ञापन

दिने, विज्ञापनको समयबाट फिर्ता हुन लामो समयसम्म कुनैपनि लगायतका बाध्यताका कारण मानिसहरू एफएमबाट विमुख भएका रहेछन्। यो क्रम अन्य चार जिल्लामा पनि यस्तै रह्यो।

मैले निष्कर्ष निकालें, अब टिकटकमा विज्ञापन दिऔं, अथवा टिकटकका भाइरल स्टारलाई विज्ञापनको टिकटक बनाएर राख्न लगाऔं, मागेको शुल्क तिरी। साताव्यापी फिल्ड सकेर संघीय राजधानी फर्केर हतार-हतार रिपोर्ट बुझाएँ। कसैले मेरो कुरो पत्याऊन् त मरिजाउँ। यस्तो सानो सर्वेक्षणले स्थापित मान्यतामाथि धक्का दिन मिल्दैन भने। सरकारले टिकटकलाई मान्यता दिएको छैन भने, हो पनि। मेरो कुरो कहाँकतै स्थापित भएन। मेरो सर्वेक्षणमाथि बज्रचो हानियो। मैले चुनाव सिम्झिएँ, कसले सोचेको थियो र रविले जित्लान् भनेर। कसले सोचा थियो र खाँड पक्राउ पर्लाँ भनेर। हामी स्थापितहरू यस्तै सोच्छौं र फ्लप हुन्छौं। मिडिया पनि हाम्रो सोचको उपज न हो। अर्को सर्वेक्षणको कुरो गरौं, जुन अघिल्लो वर्ष गरिएको हो। सर्वेक्षणको विषय थियो - एउटै कार्यक्रम टिभीमा आउँदा कोही नहेर्ने र युट्युबमा हेर्ने कारण ? त्यसको एउटै कारण रहेछ, विज्ञापन रिस्क गर्न पाउने, तर आजकल टिभीकै कार्यक्रम पनि युट्युबमा हाल थालेपछि मानिस बिस्तारै यसबाट अलि टाढा भाग्न थाले। टिभीहरूले पनि हेरेक २-३ मिनेटमा विज्ञापन दिने तर हेरेक पाँच सेकेन्डमा रिस्क गर्ने सुविधा दिने भए टिभीका उपभोक्ता पनि अन्य भाग्दैनन्। उनीहरूले घन्टामा ३० पटक विज्ञापन दिन पाउँछन्, कमाइ अहिलेभन्दा

घट्दैन तर लोकप्रियता अफ बढ्छ। यो कुरा उनीहरूले कहिले बुझला ? कुरो बुझाउन निकै कठिन छ। युट्युब च्यानल सेटअप गर्दा राखिने सर्तमध्ये अमेरिकामा टेलिभिजनमा प्रसारण भएको सामग्री युट्युबमा राख्न नपाउने सर्त छ। युट्युब अमेरिकामा दर्ता भएकाले यो सर्त लागू गरिएको हो। यसै सर्तलाई मान्ने हो भने नेपालमा टेलिभिजनमा प्रसारण भएका सामग्री युट्युबमा राख्ने होइन। सामान्यतया एउटा मिडियामा प्रकाशित वा प्रसारित सामग्री अर्को मिडियामा राखिनुहुन्छ। राख्ने परे उपयुक्त क्रेडिट दिनुपर्दछ, तर यहाँ एकैपटक टेलिभिजन र युट्युबमा सामग्री राखिन्छ, अफ प्रत्यक्ष प्रसारण नै गरिन्छ। न यसलाई मिडियाका सम्पादकहरूले नियमन गर्न सकेका छन्, न त नियामक निकायले नै। युट्युबे उपनाम पाउनेमध्ये कतिपयलाई मिडियाको इथिक्स पनि थाहा छैन। त्यसैले कपोलकल्पित र निजी मामिलाहरू बाहिर पोख्छन् र टीआरपी बढाउँछन्। एक किसिमले सामाजिक सञ्जालहरू साँढेका रूपमा परिचित छन्। यी साँढेहरूलाई सिक्की लगाउन सरकारको बुताले भ्याउँदैन। मुख्य कारण हो कानुनको कार्यान्वयनमा माथिबाट हुने बेवास्ता। हाम्रोमा कानुन सर्वसाधारणका लागि मात्र लागू हुन्छ, दूलालाई लागू भए पनि निश्चित स्वार्थ पूरा गर्न मात्र लागू गरिन्छ।

सबैभन्दा कठिन कर्मचारीलाई कुरा बुझाउन आवश्यक छ। उनीहरू सधैं कानुनको मात्र कुरा गर्छन्, लागू गर्न कुरा गौण राख्छन्। तिनै कर्मचारी निवृत्त भएपछि गैरसरकारी सेवा क्षेत्रमा आउँछन्। त्यसैले गर्दा गैरसरकारी सेवा प्रदायक क्षेत्र पनि सरकारीजस्तै सुस्त छ। नेताहरू सधैं जनतालाई भुक्त्याउँछन्। उनीहरूलाई उल्लंघन भएको समाचार आउनु चाहिँ सुखद होइन। देश दुब्याउने गणतन्त्रवादी नै हुन् भनेर औंला ठड्याउने अवसर अहिलेको शरणार्थी प्रकरणले दिएको भने पक्कै हो। पुराना दलका पाका नेताले शासन गर्दासम्म भ्रष्टाचार प्रकरण रोकिँदैन भन्नेहरूलाई अफ बढी क्रियाशील हुन यस्ता काण्डले निश्चय नै प्रोत्साहित गर्दछन्। गणतन्त्रका

विरुद्धमा आवाज उठाउन मौका कुरे बसेकालाई यस्ता प्रकृतिका घटनाले सुनौलो अवसर प्रदान गर्छ भन्ने कुरामा कुनै शङ्का छैन। तर, हेक्का राख्नुपर्ने कुरा के हो भने पुराना नेता र पुरानै दलले शासन चलाइरहेका बेलामा भ्रष्टाचारीमाथि कारबाहीको प्रक्रिया अर्थ बढाइएको छ। देशको शासनको बागडोर सम्हालेर बसेका दलका नेता नै मुछिँदा पनि यो काण्डका विपक्षमा आवाज उठाउन पाइएको छ र यो अवसर हामीलाई दिएको भनेको गणतन्त्रले नै हो। गणतान्त्रिक व्यवस्था भनेको विविधतायुक्त सिमिश्रणले सुसज्जित व्यवस्था हो। बहुविचार, बहुधारणा, बहुआस्था आदिको सम्मानपूर्ण समुपस्थिति र सहभागितामा सञ्चारित हुने बहुदलीय गणतन्त्र हो। सबै दलको सिद्धान्त, विचार र दर्शन एउटै प्रकृतिको पक्कै हुँदैन।

एउटै पार्टीभित्र सिद्धान्तनिष्ठ र सिद्धान्तलाई खोक्रो आदर्श ठान्ने दुवै खाले नेता भेटिन्छन्। उही राजनीतिक दलभित्र विचारका आधारमा सत्ता र पार्टी सञ्चालन गर्नु पर्दछ भन्ने हुन्छ भने मुद्देबलका आधारमा सदैव सत्ताको स्वाद चाख्न उद्यत पनि उत्तिकै पाइन्छन्। देश र जनताका हितमा चौबिसे घण्टा चिन्तन गरिरहने सदस्य त्यही पार्टीमा हुन्छन् भने आफ्नो, आफ्नो परिवारको र आफ्ना वरपरकाका बारेमा मात्रै सोचिरहने पनि त्यही पार्टीमा हुन्छन्। मात्र यति हो कि कहिले देशभक्त सत्तामा पुग्छ भने कहिले सर्वाधिक भ्रष्टले गणतान्त्रिक शासनकालमा शासन गर्ने अवसर पाउने गर्छ। जनता सचेत हुँदा भ्रष्टलाई सदाका लागि सनातबाट टाढा राख्न सक्ने व्यवस्था पनि यही गणतन्त्र नै हो। मतदान गर्नुअघि दुई मिनेट मात्रै सोचेर मत खसाल्ने प्रवृत्ति जनतामा विकास हुने हो भने नेपाल र नेपालीको भविष्यमाथि खेलबाड गर्नेहरूलाई सत्ताबाट कोसी टाढा राखेर राष्ट्रप्रीमलाई आफ्नो शासनको साँचो

यिनीहरूको पनि विवेक छ भन्ने बिर्सिँछन्। अफ पावरमा पुगेपछि त उनीहरूको ओभर नाइड बानीमा सुधार आउँछ। हिजो टाढैबाट नमस्कार गर्नेहरू अँगालो मार्न सिक्छन्। हिजो चपल लगाउनेहरू आज जुता खोल्ने खेतालो खोच्छन्। हिजो चन्दा उठाएर खानेहरू अहिले पार्टीका प्रमुख हुँदा जनताले आफूलाई हेर्छ वा देख्छ भन्ने बिर्सिँछन्।

हिजो आमसञ्चार कमजोर भएका बेला मानिसलाई थाहा थिएन। सरकारले ढाँटेको दशकौंसम्म थाहा हुँदैनथ्यो। तर अहिले प्रविधिले मानिसको गोपनीयतालाई कमजोर पारिदिएको छ। सामाजिक सञ्जाललाई पुराना कानुनका सीमाले रोकन सकेका छैनन्। उत्तर कोरियामा अफै पनि यस्तै छ भनिन्छ, तर अब खुलापान भोगेकाहरूलाई ढाँट्न सजिलो छैन। पारदर्शी नहुने प्रवृत्ति लामो समयसम्म टिक्दैन। कुनै पहाडको टाकुरामा रहेको पुख्र्यौली जमिन बेचेर काठमाडौंमा घर बनाएका कथा, सेयर बजारबाट अप्रत्याशित रूपमा कमाएका कथा, पटकपटक विदेश गएर कमाएका कथा। यस्ता यावत् कथाहरूमाथि एक दिन पक्कै छानबिन हुन्छ। त्यतिबेला लाउडादेखि लडाकु समायोजन हुँदै बालुवाटार हुँदै नक्कली शरणार्थी काण्डमा भएका ठगी बाहिरिन्छन्। त्यतिबेला देशको दूलो जत्था विदेशमा शरणार्थी भिजाको लाइनमा बस्छ भने अहिले उठे पीडित र पीडक बेनेर नक्कली माध्यमबाट भ्रिनकाउँ हुँदै नागरिकतामा प्रवेश गरेका र दोहोरो नागरिकता र राहदानी बोके पनि तिमीहरूले के गर्छौं भनेर च्यालेन्ज गर्नेहरू लामो समयसम्म टिक्दैनन्। अर्कोको जुम्रा देखेहरूलाई जनताले भैसी देखे बनाउलाँ जस्तै देखिएको छ।

सुम्पिन सकिन्छ। प्रजातन्त्रका लागि गरिएको सङ्घर्ष र गणतन्त्र स्थापनाका लागि भएको जनआन्दोलनमा सहभागिता नजनाएकाहरूका निमित्त गणतान्त्रिक शासकको कमजोरी उजागर गरेर जङ्गी उडाउँदै पुरानै व्यवस्थाको वकालत गर्नमा मजा आउने गर्दछ।

गणतन्त्रले दिएका उपलब्धिको चर्चा-परिचर्चालाई ओभरलेमा राखेर विकृत शैलीको प्रचार प्रसारलाई मात्रै उजागर गर्ने एउटा वर्ग हौसिएको छ र त्यसैका पछाडि होमा हो गर्नेहरू पनि देखिँदै छन्। यसैले धेरै प्रश्न उब्जिएका छन् तर अब त्यस्ता प्रश्नको उत्तर धमाधम आउने क्रम बढ्दै जानुपर्ने अवस्था आएकोमा सबै संवेदनशील हुन जरुरी छ। अहिले आरम्भ गरिएको कारबाही प्रक्रियाले आमनागरिकमा आशाको दियो जलाएको छ। गणतन्त्रमाथि प्रश्न उठाउनेहरूका मुखमा पट्टि लगाउने यस्तै क्रियाकलापले नै हो। त्यति मात्रै होइन, निराश हुँदै गएका जनताका मनमा उसाहको सञ्चार गर्न पनि यस्ता निर्णयले मद्दत गर्दछन् तर यही कारबाहीको प्रक्रियालाई पनि बिचेमा तुहाउने उद्देश्यले नकारात्मक टिप्पणी गर्ने गरिएको पाइन्छ। काण्डमा संलग्नहरू विभिन्न षडयन्त्रका माध्यमबाट भ्रष्टाचारविरोधको अनुसन्धानलाई प्रभावित गर्ने प्रयत्न गर्ने नै भए, भ्रष्ट जेल जाने पछि भन्ने मानसिकता बोकेकाले पनि बुझेर वा नबुझी विभिन्न विचार प्रस्तुत गर्दा नकारात्मक प्रभाव पर्न जाने खतरा पनि देखिएको छ। त्यसैले सबै संवेदनशील हुनुपर्ने अवस्था अहिलेको हो।

अहिलेको अवस्था भनेको भ्रष्टाचारका विरुद्ध कदम चालेका प्रधानमन्त्रीलाई अफ बढी सहयोग गर्नुपर्ने समय हो। कारबाहीको साँचो हातमा बोकेर बसेका गृहमन्त्रीको हौसला बढाउँदै निर्दोष नपरोस् र दोषी नउभिक्योस् भन्ने सुभाषका साथ अफ बढी प्रेरित गर्ने समय हो यो। अनुसन्धानमा खटिएका प्रहरीलाई विभिन्न खाले धम्की आउने सम्भावनालाई नकार्न सकिँदैन। ती प्रहरीको पछाडि आमजनता उभिएका छन् भन्ने अनुभूति दिलाउनुपर्ने दायित्व आमनागरिकको हो। मैले समर्थन गरेको पार्टीको नेता मुछिने भयो भनेर गलत कदम समाजका सदस्यले चाले भने आफ्नो खुट्टामा आफूले बज्रचो हाने सवाय केही हुँदैन।



• डा. शान्तिकृष्ण अधिकारी

समाज विविधतायुक्त हुन्छ। एउटै प्रकृतिका मानिस सबै हुँदैनन्। सबै मानिसबाट समान व्यवहार, आचरण र चालचलनको अपेक्षा गर्न सकिँदैन र हुँदैन पनि। सदाचारी, भ्रष्टाचारी, क्षमतावान्, क्षमताहीन, समाजसेवी, स्वार्थी आदि सबै खाले मानिस समाजमा भेटिन्छन्। कथनी र करनी एउटै भएका र बोल्ने एउटा गर्ने अर्कै स्वभाव भएका एउटै समाजमा रहेका हुन्छन्। अरूको पीडामा सँगसँगै रने र अरूको दुःखमा रमाउने दुवै स्वभावका मानिसले समाज बनेको हुन्छ। राम्रारम्यमा त सीतालाई अन्याय हुन पुगेको थियो भने कलियुगको नेपालमा न्याय मात्र मिल्छ भन्ने अपेक्षा सायदे कसैले गरेको होला। राजनीतिक दल यही समाजबाट निर्मित हुन्छन्। समाजको प्रतिरूप दलहरूमा देखिनु कुनै अनौठो कुरा होइन। देश र समाजको नितान्त सेवा गर्दछु भन्ने भावनाका साथ राजनीतिमा समाहित भएका पनि दलहरूमा छन् र राजनीतिकमा माध्यमबाट सत्तामा पुगेर शक्ति आर्जन गर्दै सत्ता शक्तिका माध्यमबाट आफ्ना पनाति पुस्तासम्मलाई पुगे गरी सम्पत्ति जोड्ने उद्देश्यले सक्रिय भएका पनि त्यतिकै संख्यामा छन्। सच्चा राजनीतिज्ञ सत्तामा पुगे भने जनताको भाग्य ठहरिन्छ। दुराशय भावनाका साथ राजनीतिमा होमिएकाको हालीमुहाली हुँदा देश र जनता दुवैको दुर्भाग्यले डेरा जमाउन पुग्दछ।

पुराना दलमा सबै स्वार्थी समूहको भीड छ भन्ने जुन भाष्य स्थापित गर्न प्रयास गरिएको छ, त्यो किमार्थ पूर्ण सत्य होइन। आमनागरिकको स्वतन्त्रताका निमित्त ज्यान हक्केलामा राखेर जेलनेल भोप्टे संघर्षमा होमिएका पुराना दल र ती दलका नेता तथा कार्यकर्ता नै हुन्। नयाँ उदाएका सबै नेता र दल पूर्णतः देश र जनताप्रति समर्पित छन् र भ्रष्टाचारका विपक्षमा छन् भन्ने भावनाले जनताका मनमा स्थान जमाउन खोज्दै छ, त्यसलाई पनि शतप्रतिशत सत्य भनेर

स्वीकार गर्ने अवस्था पछिल्ला परिदृश्यले दिएका छैनन्। नयाँ दल राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका ढाकाकुमार श्रेष्ठको प्रकरणले पुष्टि गरिसकेको छ तर पुराना कतिपय नेताका क्रियाकलापले त्यसलाई ओभरलेमा पारेको मात्रै हो। समाजमा धन भएकालाई मान्ने चलन छ। विद्या, बुद्धि, विवेक आदिले परिपूर्ण सदस्यलाई भन्दा बढी गाडी, भव्य घर, शानशोकतले भरिपूर्ण मानिसलाई समाजका भेला, भेटघाट र बैठकमा प्राथमिकता दिने गरिन्छ तर उसले सम्पत्ति कसरी कमाएको छ भन्नेमा कुनै ख्याल गरिँदैन। कर तिरेर, नियम कानुनले दिएको अधिकार प्रयोग गरी सदाचारयुक्त व्यवहारका माध्यमबाट आर्जन गरेकालाई मानसम्मान दिनु त पर्दछ नै तर दुई नम्बरी र एक नम्बरीका बिचमा कुनै भिन्न व्यवहार गर्ने गरेको पाइँदैन। यसैले जसरी पनि धन आर्जन गर्नु पर्छ भन्ने सोचको विकास हुँदै गएको छ। असल र खराबका बिचमा स्वीकार र तिरस्कार गर्ने बानी समाजमा बस्न सकेन भने भ्रष्टाचार गर्ने प्रवृत्तिले प्रश्रय पाउँदै जाने कुरामा कुनै शङ्का छैन।

नक्कली भुटानी शरणार्थी प्रकरणलाई लिएर मुलुक अहिले व्यापक हलचलको अवस्थामा छ। विशेष गरी देश र जनताको जिम्मेवारी लिएर बसेका उच्चपदस्थ पदाधिकारीमाथि नै अभियोग लागेका कारण शासकीय व्यवस्थादेखि लिएर पुराना दलका आचरणका सम्बन्धमा विविध प्रश्नको ओझो लागेको छ। प्रधानमन्त्रीको अनुपस्थितिमा देश चलाउनुपर्ने उपप्रधानमन्त्री, मुलुककै शान्तिसुरक्षा र सुशासनको प्रत्याभूति दिलाउनुपर्ने गृहमन्त्रीका साथै गृहसचिव जस्तो संवेदनशील पदाधिकारी मुछिएपछि गणतन्त्रप्रति अनुदारहरूले सल्ललाउने मौका पनि पाएका छन्। सङ्घीयताका विरुद्धमा मात्रै बोल्दै आएकासमेत गणतन्त्रलाई दोषारोपण गर्न उक्साएको पाइन्छ। सोच्नुपर्ने कुरा के हो भने यो प्रकृतिका घटना सम्भव हुने भनेको गणतन्त्रमै हो। अवसर पाउँदा भ्रष्टाचार गर्नेको सङ्ख्या बढ्न सक्ने व्यवस्था पनि गणतन्त्र नै हो र प्रमाण पुग्दा जोसुकै होस्, कारबाहीको दायरामा आउन बाध्य हुने प्रणाली पनि गणतान्त्रिक प्रणाली नै हो। शासकहरू पूर्ण रूपमा लोकतान्त्रिक आचरणमा प्रतिबद्ध नहुँदासम्म सुशासनको प्रत्याभूति दिन चुक्ने वातावरण यही स्वतन्त्र

व्यवस्थामा मिल्छ भने चुकेपछि कानुनको कठघरामा बहालवाला शक्तिशाली व्यक्ति भए पनि बाँधिनुपर्ने अवस्था गणतन्त्रमा नै सम्भव हुन सक्छ।

भ्रष्टाचार गर्ने भनेको पनि उही तानासाहको आडमा हुने गर्दछ। भ्रष्टाचारका माध्यमबाट आर्जन गरिएको रकमको मोटो हिस्सा तानासाहलाई बुझाई सानो अंशमा आउनेबाजे रमाउने गर्दछन्। तानासाहले निर्दोषलाई दोषी करार गरी कारावासको सजाय तोक्न पनि सक्दछ र जतिसुकै दोषी भए पनि निर्दोष भएकै प्रमाण दिने अधिकार त्यही तानासाहसँग मात्र हुन्छ। नेपालकै राणाकालीन वा पञ्चायतकालीन इतिहास हेर्नै भन्ने पनि दूला पदमा आसीन भएकाहरू कारबाहीमा परेका घटना बिरलै पाइन्छन्। राणाकालमा एउटाको हातबाट अर्कोको हातमा शक्ति हत्याउन ज्यान मार्नेसम्मका घटना भए होलान् तर भ्रष्टाचार गरेर वा घुस गएर जेल गएका उदाहरण सायदे भेटिन्छ। पञ्चायतकालमै राजाहरूलाई चित्त नबुझ्दा आफ्नै सेवकलाई दण्ड दिने र चाकरी गरी खुसी तुल्याएसम्म जस्तोसुकै अपराधीले पनि छुट पाउँदै आएको देख्दै आइएकै हो। दरबारका आडमा खुलेआम भ्रष्टाचार गर्नेहरू जनतामाथि थिचोमिचो गर्न पछि नपर्ने गरेको देखेर र भोगेर नै गणतन्त्रका लागि आन्दोलन भएको थियो।

विसं २०४७ मा प्रजातन्त्र आएपछि जनताका नाममा शासन गर्नु भन्नेहरूले पूर्ण रूपेण सुशासन दिएका थिए भनेर कसैले दावा गर्दैन। विसं २०६३ मा गणतन्त्र आएपछि गठन भएका सरकारले कुशासनको अनन्य गर्दै देश र जनतालाई नै केन्द्रबिन्दुमा राखेर सत्ता चलाए भनेर ठोकुवा गर्ने पनि छैनन्। ख्याल गर्नुपर्ने कुरा के हो भने भ्रष्टाचारीलाई अनुसन्धान गरी कारबाहीको प्रक्रिया अर्थ बढाउनका लागि अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगको स्थापना प्रजातान्त्रिक कालमै भएको हो। अख्तियारले साना माछा मात्रै समात्दै आयो भन्ने गरिन्छ तर पर्याप्त मात्रामा नसके पनि यसअघि पनि केही दूला माछा कारबाहीमा परेकै थिए र मौका आउँदा पर्ने गरेकै छन्। चिन्ता के हो भने पटक पटक अख्तियारको जिम्मेवारी लिएर बसेकाहरूबाटै अख्तियारको

सुनसरीमा करेन्ट लागेर एकजनाको मृत्यु

भापा(प्रस)। सुनसरीको इटहरी उप-महानगरपालिका-१६, मेजरटोलमा करेन्ट लागेर एकजनाको मृत्यु भएको छ। मृत्यु हुनेमा सप्टरीको कंकालीनीका ३० वर्षीय सन्जित मुखिया रहेका छन्। बुधबार बेलुका साढे ५ बजे पानीको कल चलाउने क्रममा अचानक मोटरबाट करेन्ट लागेर घाइते भई उपचारको लागि नोबेल अस्पताल विराटनगर लामिएकोमा उनको मृत्यु भएको हो।

अर्नभलाई भोटिङ गर्नेको संख्या बढ्दै

भापा(प्रस)। भापाका छोरा, इलामका भान्जा' का रुपमा परिचित बिर्तामोडका अर्नभ बन् 'द भ्वाइस किड्स नेपाल सिजन २' को फाइनल राउण्डमा प्रवेश गरेसँगै देशभर उनलाई भोटिङ गर्नेको संख्या बढेको छ। बिर्तामोडको ग्रीन फिल्ड वर्ल्ड स्कुलमा अध्ययनरत १२ बर्षीय अर्नभलाई भोटिङ राउण्डमा प्रवेश गरेदेखि नै देशभरका विभिन्न ठाउँमा समूह बनाउँदै भोटिङ गरेर समर्थकले फिनलेसम्म पुग्न थालेका छन्। उनी अध्ययनरत बिद्यालयका बिद्यार्थीहरूले समेत विभिन्न समूह बनाएर उनलाई भोटिङ गर्दै बिजेता बनाउन सबैसमक्ष आग्रह गरिरहेका छन्। अर्नभको स्वर र प्रस्तुतीकै कारण जज र समर्थकको रोजाईमा परेका उनलाई शुक्रबार बेलुका ८



बजेभन्दा अघिसम्म भोट गर्न सकिनेछ। भोटिङ राउण्ड टप २४ बाट १६ हुँदै टप ८ (फिनले) राउण्डमा प्रवेश गरेका अर्नभलाई भोटिङ गर्नका लागि भापा, इलामसहित देशभर नै समूह गठन गरिएको छ। भापाको बिर्तामोड, बुधवारे, दमक, चन्द्रगढी, धुलाबारी, इलामको फिक्कल, इलामबजार, कन्याम, पशुपतिनगर, काठमाडौंसहित विभिन्न स्थानमा अर्नभका समर्थकले समूह बनाए

भोटिङ गरिरहेका छन्। ६८ प्रतिशत भोट अर्नभको पक्षमा भरिसकेको सर्वेक्षणका क्रममा देखिएको जनाइएको छ सानैदेखि गीत संगीतमा रुचि राख्दै आएका अर्नभलाई धेरै भन्दा धेरै भोट गरेर शुक्रबार हुने फिनलेमा बिजेता बनाइदिन उनका बुवा आशिष बनले सम्पूर्णमा आग्रह गरेका छन्। त्यस्तै अर्नभकी आमा जीना सापकोटा बनले टिम प्रविशामा रहेका अर्नभलाई खल्ती एप डाउनलोड गरेर भोट गरी बिजेता बनाउन सबै समक्ष अनुरोध गरेकी छिन्। गायनमा आधारित टेलिभिजन रिवालिटी शो 'द भ्वाइस किड्स नेपाल सिजन २' को फाइनल राउण्ड हिमालय टेलिभिजनमा जेठ ५ गते राति ८ बजे प्रसारण हुनेछ।

जापानमा भएको बस दुर्घटनामा २ नेपाली विद्यार्थीको मृत्यु

भापा(प्रस)। जापानमा भएको बस दुर्घटनामा परी दुई नेपाली विद्यार्थीको मृत्यु भएको छ। जापानको सेन्दाईस्थित सहरमा बस दुर्घटना हुँदा दुईजना नेपाली विद्यार्थीको मृत्यु भएको हो।



जापानी सञ्चारमाध्यमका अनुसार बुधबार दुर्घटनामा परी मृत्यु हुनेमा काभ्रेका नवराज तामाङ र युवराज थापा रहेका छन्। थापा सेमोन गावकोउ तथा तामाङ निहोन्गो

दिँदा सो दुर्घटना हुन पुगेको थियो। जसमा दुई नेपालीसहित तीनजनाको मृत्यु भएको थियो। बसमा खराबी देखिए पछि मिमागी प्रान्तको तोहोकु एक्सप्रेस वेमा जाँचका लागि रोकिएकाको अवस्थामा ट्रकले आएर ठक्कर दिएको हो। एक्सप्रेस रोडमा रोकिएकाको बसलाई ट्रकको ठक्करपछि सो बस उछाईएर १ सय मिटर पर पुगेको थियो। उक्त बसमा चालक दलका सदस्यसहित ४० जना सवार थिए।

१० प्रतिशत ब्याज तिरेपछि मात्र ऋण पुनः संरचना



१० प्रतिशत लिनपुर्ने भएको छ। चालू आर्थिक वर्षको मौद्रिक नीति कार्यान्वयनका लागि नेपाल राष्ट्र बैंकले बुधबार निर्देशन जारी गर्दै ऋणीले बुझाउन बाँकी ब्याजमध्ये १० प्रतिशत बुझाएमा उनीहरूको ऋण

पुनः संरचना हुने व्यवस्था गरेको हो। निर्देशनअनुसार बैंक, वित्तीय संस्थाले होटेल तथा रेस्टुराँ, पशुपक्षीपालन, निर्माण क्षेत्रसंग सम्बद्ध कर्जा र ५ करोडसम्मको अन्य सबै क्षेत्रमा प्रवाह भएको कर्जालाई ऋणीको अनुरोधमा उद्योग र व्यवसायको नगद प्रवाह तथा आम्दानी विश्लेषण गरी आवश्यकता र औचित्यको आधारमा पुनर्तालीकरण तथा पुनः संरचना गर्न सक्नेछन्।

नेपालका १३ परियोजनामा रुसको चासो, सहायता गर्ने आश्वासन

भापा(प्रस)। नेपालका विभिन्न १३ परियोजनामा सहयोग गर्न रुसले चासो देखाएको छ। राष्ट्रियसभाका अध्यक्ष गणेशप्रसाद तिमिल्सनाले वैशाख ६ देखि ११ गतेसम्म गरेको रूस भ्रमणका क्रममा रुसले विभिन्न १३ वटा परियोजनाका लागि नेपाल सरकारसँग विस्तृत परियोजना प्रस्ताव मागेको अध्यक्ष तिमिल्सनाका प्रेस सल्लाहकार दुर्गाप्रसाद शर्माले बताए। शर्माका अनुसार अध्यक्ष तिमिल्सनाको भेटवार्ताका क्रममा उठेका १३ वटा विभिन्न परियोजनामा चासो राख्दै रुसले नेपालसँग विस्तृत परियोजना प्रस्ताव माग गरेको हो। रुसले विद्युतीय रेलवे, राजमार्ग, बालबालिका क्यान्सर अस्पताल निर्माणदेखि नेपाली विद्यार्थीलाई मस्कोमा अध्ययनका लागि छात्रवृत्ति कोटा बढाउनेसम्मका परियोजनामा सहयोग गर्ने इच्छा व्यक्त गरेको हो। तिमिल्सनाको रूस भ्रमणका क्रममा रुसको उपल्लो सदन फेडरल एसेम्बलीका अध्यक्ष भ्यालेन्टिना

मात्सिभको, रुसी तल्लो सदन हुमाका अध्यक्ष भ्याचेस्लाभ भोलोदिन र रुसी उपप्रधानमन्त्री दिमित्री चेर्निसेन्कोकाबीच भएको र काठमाण्डौमा मस्को रेलवेसँग मिल्दोजुल्दो रेलवे निर्माण गर्न तथा नेपालको मुख्य पर्यटकीय स्थल पोखरादेखि नजिकका पर्यटकीय

देखाएको छ। यो सडक पोखराको पामेबाट पर्वतका छ वटा स्थानीय तह हुँदै गुल्मीको रिडीसम्म पुगे दोहोरो साइकल लेनसहित निर्माण गरिने छ। यसैगरी काठमाडौं र पोखरामा बालबालिकाको क्यान्सर सम्बन्धी उपचार गर्ने अस्पताल निर्माण गर्न पनि रुसले चासो देखाएको छ। उक्त अस्पतालमा प्रारम्भिक चरणमा रुसी डाक्टर उपलब्ध गराउने र सोसम्बन्धी अनुभव नेपाली विशेषज्ञलाई हस्तान्तरण गर्ने प्रस्ताव रुसले गरेको छ। अहिले नेपालबाट वार्षिक १८ विद्यार्थीलाई रुसले छात्रवृत्ति उपलब्ध गराउँदै आएकोमा चिकित्सा र इन्जिनियरिङ विषय अध्ययनका लागि वार्षिक १५० देखि २०० विद्यार्थीलाई छात्रवृत्ति कोटा उपलब्ध गराउन खोजेको छ। भ्रमणका क्रममा अध्यक्ष तिमिल्सना र रुसी उपप्रधानमन्त्री चेर्निसेन्कोबीच भएको छलफलमा नेपालमा जीटुजी मार्फत रासायनिक मल र गहुँ निर्यात गर्न रुसले चासो देखाएको थियो।

रुसले रासायनिक मल र गहुँ बाहेक पेट्रोलियम पदार्थ पनि प्रत्यक्ष रूपमा उपलब्ध गराउने प्रस्ताव मागेको छ। यस्तै नेपालसँग मस्कोबाट सिधा हवाई उडान गर्ने, नेपालको हिमाली तथा पहाडी क्षेत्रमा उपयुक्त हुने रुसी हेलिकप्टर विक्री गर्ने तथा नेपालका पहाडी क्षेत्रका लागि उपयुक्त हुने सवारीसाधन विक्री गर्ने पनि चासो राखेको छ। अध्यक्ष तिमिल्सनाको निम्तो स्वीकार गर्दै रुसको उपल्लो सदन र तल्लो सदनका प्रमुखले छिट्टै नेपालको भ्रमण गर्न प्रस्ताव पनि पठाएका छन्। रुसी प्रस्तावबारे अध्यक्ष तिमिल्सनाले प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल, अर्थमन्त्री डा. प्रकाशशरण महत, कृषिमन्त्री डा.बेदुराम भुसाल, भौतिक पूर्वाधार तथा यातायातमन्त्री प्रकाश ज्ञवाली, शिक्षामन्त्री अशोक राई, स्वास्थ्य मन्त्री मोहनबहादुर बस्नेत र युवा तथा खेलकुद मन्त्री डिकबहादुर लिम्बूलाई समेत परियोजना कार्यान्वयन गर्नका लागि प्रस्ताव तयार गर्न आग्रह गरेका छन्।



छलफलमा विभिन्न परियोजना आर्थिक बढाउने विषय उठेका थिए। नेपालस्थित रुसी दूतावासले राष्ट्रिय सभाका अध्यक्ष तिमिल्सनालाई गत वैशाख २१ मा पत्र लेख्दै नेपाल सरकारबाट विस्तृत परियोजना प्रस्ताव आर्थिक बढाउन आग्रह गरेको छ। रुसले पूर्व-पश्चिम विद्युतीय रेलमार्ग

स्थललाई जोड्ने पोखरा-रिडी सडक निर्माणका लागि परियोजना प्रस्ताव मागेको छ। पोखरादेखि पर्वत हुँदै गुल्मी पुगे पोखरा-रिडी सडकको लागत झन्डै चार अर्ब रहेको छ। अध्यक्ष तिमिल्सनाको प्रस्ताव अनुसार यो सडक रुसले आफ्नै लगानीमा निर्माण गर्न इच्छा

अवैध लागूऔषधसहित ३ जना पक्राउ



भापा(प्रस)। दमक नगरपालिका-४ अडिया महलबाट अवैध लागूऔषध ब्राउनसुगरसहित ३ जना पक्राउ परेका छन्। पक्राउ पर्नेमा सोही ठाउँ बस्ने वर्ष २८ का दाम भन्ने सुसन धिमाल, वडा नं.९ बस्ने वर्ष

ईलाका प्रहरी कार्यालय दमकबाट खटिएको प्रहरी टोलीले चेकजाँच गर्दा तिनसुस मुनाले मलद्वारा लुकाई राखेको १० ग्राम ब्राउनसुगर फेला परेको थियो। उनीहरूले प्रयोग गरेको ३९ प ६८७५ नम्बरको आर फिटीन मोटरसाइकलको १४ प २२९० नम्बरको बुलेट मोटरसाइकल र २ थान मोबाइलसहित नियन्त्रणमा लिई ईलाका प्रहरी कार्यालय दमकमा राखी थप अनुसन्धान भइरहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालयका डीएसपी खगेन्द्र रिजालले बताए। साथै दमक नगरपालिका वडा नं. ९ बस्ने वर्ष २५ का रोशन विश्वकर्मा समेत संलग्न रहेको भनी खुल्न आएकोले उनको खोजतलास भइरहेको रिजालले जानकारी दिए।

बंगलादेशमा थप गरिबी थपिँदै

एजेन्सी। कोभिड-१९ महामारीका कारण सन् २०२२ मा ५१ प्रतिशत गरिब जनता थप गरिबीमा धकेलिएको बङ्गलादेशको अग्रणी थिङ्ग दूयाङ्गले जनाएको छ। बङ्गलादेशको स्वायत्त बहु-अनुशासनात्मक सार्वजनिक अनुसन्धान संस्था बङ्गलादेश इन्स्टिच्युट अफ डेभलपमेन्ट स्टडीज (बीआईडीएस) ले गरेको एक सर्वेक्षणअनुसार बङ्गलादेशको राजधानी ढाकाजस्तो सहरमा पनि सहरी

दीर्घकालीन गरिबी अर्भे पनि उल्लेखनीय स्तरमा छ। बिङ्सले बुधबार ढाकाका आयोजित बिङ्स रिसर्च

अल्मानेक-२०२३ मा उक्त जानकारी दिएको हो। बिङ्सका महानिर्देशक विनायक सेनले विकासलाई दिगो बनाउन जनताको संवेदनशीलतालाई ध्यानमा राख्नुपर्ने बताए। कोभिड-१९ को महामारीले मुलुकको अर्थतन्त्रमा परेको असरका कारण नयाँ सामाजिक वर्गको उदय भइरहेको प्रमाणले देखाएको उनले बताए। उनले सहरी जनसंख्याको करिब एक दशसं भाग यही वर्गमा पर्ने बताए। यसअघि विज्ञहरूले बङ्गलादेशले गरिबी

निवारणमा ५० वर्ष पुग्दा हासिल गरेको सफलता पनि महामारीका बेला कम्तीमा दुई करोड मानिस गरिबीको रेखामुनि भरेकाले गुमेको बताएका थिए। रूस-युक्रेन द्वन्द्वकाबीच महामारी र अत्यावश्यक वस्तुको मूल्यवृद्धिका कारण अनीपचारिक रोजगारीमा संलग्न चार करोड मानिसको दूलो हिस्साले रोजगारी गुमाएको उनीहरूले बताएका छन्।



मानव डेन्टल

काँकरभिट्टारोड, बोलबम पेट्रोलपम्प पूर्व, बिर्तामोड
फोन: ०२३-५४२६९६, मो: ९८५२६४०४०५

स्वास्थ्य मुस्कान, स्वास्थ्य जीवन, यही हो मानव डेन्टलको पहिचान

दैनिक सेवाको लागि

- डा. मेची अञ्चल अस्पतालबाट
- डा. भैरहवाबाट
- डा. काठमान्डौबाट

वर्गीकृत विज्ञापन संकलन केन्द्रहरू :

चन्द्रगढी, भद्रपुर लोकबहादुर कुँवर : ९८४२६३९९६ द्रोण अधिकारी : ९८४२६२८०९९	दमक विष्णु सुब्बा : ९८५२६७०९३७ देविबहादुर बस्नेत : ९८५०९२४६२९	मेचीनगर चारआली : ९८४२७०३०९३ जोबिन्द धिमिरे : ९८५५९५०९५०	उर्लाबारी रुपेन्द्र शेर्मा : ९८४०९२४०६ विराटनगर क्रिष्णटिम आई: ०२९-५२५६९८	इलाम, मंगलबारे रणवीर लिम्बू ९८५६९८४७५७	काकरभिट्टा फ्रेन्डसिप पुस्तक पसल ०२३-५६२४२४	भापा बजार बरत राजवंशी ९८५७०४२००९
--	--	--	---	---	--	---

राशिफल

ज्योतिष पं. लक्ष्मी सुवेदी
लक्ष्मीपुर, भापा
चिना, टिप्पन, बालू तथा ग्रहदशा,
ज्योतिष तथा परामर्श सेवाको लागि
सम्पर्कनो. ९८५६९५७७८/९८५७०८९९८०

शुक्र आफ्नैसँग रमणीय र सुखद यात्राको योग छ। तीर्थाटनको योग पनि रहेको छ। पारिवारिक सहयोग मिल्नेछ। कुनै न कुनै कुराले मनमा शान्ति पनि छाउनेछ।	कन्या आफ्नो क्षेत्रमा प्रभुत्व जमाउन सकिनेछ। दूला व्यक्तिले तपाईंका मंगलतको प्रशंसा	मङ्गल आज शुभकार्यको चर्चा चल्नेछ। मनमा हर्ष, उमङ्ग र उत्साह छाउनेछ। दैनिक कार्यहरूमा प्रगति हुने जानेछ। नयाँ वस्त्र, अलङ्कारको प्राप्ति हुनेछ।	सिंह परिवारजनको साथले नयाँ आशा पलाउनेछ। देखाएर अरूको मन लोभ्याउन	बुध पारिवारिक समस्या आइपर्ला। गरेको काममा बिलामुस्ती हुनेछ। अतिथिका रूपमा सम्मान पाइनेछ। इच्छा र आकांक्षा पूर्ण हुनेछन्।	शुक्र शुभ समाचार सुन्नु पाइनेछ। महिला वा मित्रबाट विशेष सहयोग मिल्नेछ।	शुक्र भूटा आरोप प्रत्यारोप आइपर्दा समस्या खोज्नुपर्नेछ स्वास्थ्य तथा सौन्दर्यतामा धन नयाँ कार्यको थालनी हुनसक्छ। व्यावसायिक काममा राम्रो फाइदाको मान	शुक्र समय निकै उत्साहजनक रहनेछ। समाजसेवामा मन लाग्नेछ।
--	---	---	--	---	--	--	--