



# समृद्ध समाज

SAMRIDDHA SAMAJ NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

## ७ जनामा कोरोना संक्रमण

हेटौंडा: मकवानपुरमा आइतबार ७ जनामा कोरोना भाइरस संक्रमण पुष्टि भएको छ। आइतबार ४८ जनाको स्वाब परीक्षण गर्दा ७ जनामा कोरोना संक्रमण पुष्टि भएको हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको आयुर्वेद तथा जनस्वास्थ्य प्रवर्द्धन शाखाले जनाएको छ।

जनस्वास्थ्य प्रवर्द्धन शाखाका अनुसार कोरोना भाइरस संक्रमण पुष्टि हुनेमा हेटौंडा उपमहानगरका ४ जना, भीमफेदी र बागमती गाउँपालिकाका एक-एक जना र बारा जिल्ला स्थायी ठेगाना भई हाल मकवानपुर जिल्ला बस्दै आएका एकजना छन्।

## भूमि आयोगले स्थानीय तहसँग सम्भौता गर्ने

### समाज संवाददाता

हेटौंडा: भूमिसम्बन्धी समस्या समाधान आयोगले स्थानीय विभिन्न तहसँग सम्भौता गर्ने भएको छ। दलित, भूमिहीन, सुकुम्बासी तथा अल्पस्थित बसोबासीलाई जग्गा उपलब्ध गराउनेलायत भूमिसम्बन्धी मौजुदा समस्याहरूको समाधानका लागि आयोगले बागमती प्रदेशको २५ स्थानीय तहका प्रमुखहरूसँग समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर गर्नुका साथै एकदिने अभिमुखीकरण गर्ने भएको छ। आगामी मंसिर २५ गते बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडामा प्रदेशका २५ स्थानीय तहका प्रमुख र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतहरूलाई आयोगले एकदिने अभिमुखीकरणसहित समझदारीपत्रमा हस्ताक्षर गर्ने भूमिसम्बन्धी समस्या समाधान आयोग बागमती प्रदेशका सदस्य केशवप्रसाद

देवकोटाले जानकारी दिनुभयो। सदस्य देवकोटाले आयोगले चालु आर्थिक वर्षमा एक सय स्थानीय तहमा भएका भूमिसम्बन्धी समस्या समाधान गर्ने लक्ष्य लिएको बताउनुभयो। 'पहिलो चरणमा छनौट भएको बागमती प्रदेशका २५ स्थानीय तहहरूसँग समझदारीपत्रमा स्थानीय तहका प्रमुखसँग हस्ताक्षर गर्न लागिएको हो', उहाँले भन्नुभयो। स्थानीय तहले वास्तविक समस्यामा परेको, भूमिहीन नागरिकको लगत संकलन गरेर आयोगको रातो र सेतो फारम भरेर आयोगमा पठाउने र आयोगले त्यसको समाधान गर्ने उहाँले जानकारी दिनुभयो। आयोगले पहिलो चरणमा सातै प्रदेशको दुई-दुई स्थानीय तह गरेर १४ स्थानीय तहमा भूमिहीनलाई जग्गा उपलब्ध गराउँदैछ। आयोगले आफ्नो नाममा जग्गा भएर

पनि जग्गा किन्नेलाई सहयोग गर्ने तथा नापी भएको जग्गाहरूको लालपुजा दिनेलायतको कार्य गर्ने भएको छ। यस्तै मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिकाले पनि आफ्नो गाउँपालिकामा भएको भूमिसम्बन्धी समस्याहरू आयोगको कार्यक्रममा राख्ने तयारी गरेको मनहरी गाउँपालिकाका अध्यक्ष एकराज उप्रेतीले बताउनुभयो। देशभर आफ्नो नाममा एक टुक्रा पनि जग्गा नभएको नागरिक आफ्नो गाउँपालिकामा पनि रहेको भन्दै त्यस्ता नागरिकहरूको लगत संकलन गरेर आयोगमा सिफारिस गर्ने योजना रहेको अध्यक्ष उप्रेतीले बताउनुभयो। यस्तै सुकुम्बासीहरूको समस्या, ऐलानी जग्गा, भोगचलन गर्दै आएको जमिनको लालपुजाको विषयमा पनि आयोगको ध्यानाकर्षण गराइने उहाँले जानकारी दिनुभयो।

## बकैयाका गर्भवतीलाई निःशुल्क गर्भ परीक्षण सेवा

### समाज संवाददाता

हेटौंडा: मकवानपुरको बकैया गाउँपालिकाले गर्भवतीलाई निःशुल्क गर्भ परीक्षण सेवा प्रदान गर्ने भएको छ। गर्भवतीले गर्भ परीक्षणका लागि दुई पटकसम्म निःशुल्क भिडियो एक्सरे सेवा लिन पाउने व्यवस्था मिलाइएको गाउँपालिकाका अध्यक्ष दामोदर खनालले जानकारी दिनुभएको छ। गाउँपालिकालाई बालमैत्री पालिका घोषणाको क्रममा अग्रसर भएकाले गर्भमै रहेको शिशुको सुरक्षा तथा मातृशिशु स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले महत्वपूर्ण रहने गरी गर्भपरीक्षण सेवा प्रदान गर्न लागिएको अध्यक्ष खनालले जानकारी दिनुभएको छ। चालु आर्थिक वर्षमा स्वास्थ्यतर्फ नयाँ कार्यक्रमको रूपमा सुरुवात गरिएको उहाँको भनाइ छ। गाउँपालिकाको सामाजिक विकास तथा स्वास्थ्य शाखाका प्रमुख फटिकरमण प्याकुरेलका अनुसार पालिकामा वार्षिक करिब पाँच सय गर्भवती

रहने गरेको र ती गर्भवतीमध्ये गत आर्थिक वर्ष २०७६/७७ मा तीन सय १० जना गर्भवतीमात्रै स्वास्थ्य संस्थामा पुगेर सुत्केरी भएकाले संस्थागत प्रसूतीको दर बनाउन पनि यस किसिमको कार्यक्रम प्रभावकारी हुने बताउनुभयो। गाउँपालिकाभित्रै भिडियो एक्सरे सेवा नभएकोले जिल्ला मुकाम हेटौंडास्थित निजी स्वास्थ्य संस्थासँग समन्वय गरेर भिडियो एक्सरे सेवा प्रदान गर्न लागिएको स्वास्थ्य शाखा प्रमुख प्याकुरेलले बताउनुभयो। हेटौंडा-१० स्थित गुराँस पोलिक्लिनिकसँगको सहकार्यमा पालिकाले निःशुल्क गर्भपरीक्षण सेवा सुरु गरेको उहाँको भनाइ छ। हेटौंडामा अहिले भिडियो एक्सरे सेवाको शुल्क आठ सय ५० रुपैयाँ रहेकोमा बकैया गाउँपालिकाले गुराँस पोलिक्लिनिकसँग पाँच सय रुपैयाँमा सेवा प्रदान गर्ने सहमति गरेको छ। पालिकाको सिफारिसमा गर्भवतीले निःशुल्क गर्भ परीक्षण गर्न पाउने प्याकुरेलले बताउनुभयो। निःशुल्क

गर्भपरीक्षण कार्यक्रमका लागि पालिकाले तीन लाख रुपैयाँ बजेट विनियोजन गरेको छ। गर्भवती महिलालाई सुत्केरी गाउन र सुत्केरी भएपछि घर फर्कन निःशुल्क एम्बुलेन्स सेवासमेत प्रदान गरेको गाउँपालिकाले गर्भवती महिलालाई निःशुल्क भिटामिन डी र क्याल्सियम चक्की पनि वितरण गरिरहेको छ। स्वास्थ्य सेवालाई प्रभावकारी बनाउनकै लागि पालिकाले सबै वडामा बर्थिङ सेन्टर निर्माण गरिरहेको र चालु आर्थिक वर्ष २०७७/७८ मा सबै वडामा सेवा विस्तार हुने गाउँपालिका अध्यक्ष दामोदर खनालले बताउनुभएको छ। गाउँपालिकाको वडा नम्बर १०, ११ र १२ (डिंगन र मन्थली) लाई लक्षित गरेर एउटा एम्बुलेन्स थप गर्न लागिएको खनालले जानकारी दिनुभयो। यसअघि गाउँपालिकाले दुई वर्षदेखि पालिकाका नागरिकलाई निःशुल्क रगत उपलब्ध गराउने गरी हेटौंडास्थित रक्तसञ्चार केन्द्रसँग सम्भौता गरेर कार्यान्वयन गरिरहेको छ।

## वडाअध्यक्षको राजिनामा स्वीकृतिमा अन्धौल

## उपनिर्वाचन गराउन निर्वाचन आयोगको बेवास्ता

### सुसन लाछिछले

हेटौंडा: मकवानपुरको भीमफेदी गाउँपालिका वडा नम्बर ८ को वडाअध्यक्ष पद रिक्त भएको १ वर्ष पूरा भइसकेको छ। जनताले प्रत्यक्ष निर्वाचनमा भाग लिएर चुनाव जिताएका वडाअध्यक्ष जगतमान घिसिङ डिभी परेर अमेरिका पुग्नुभएपछि गत वर्षदेखि नै वडा कार्यालयमा वडाअध्यक्षको पद रिक्त रहेको हो। भीमफेदीको ८ नम्बर वडा कार्यालयमा कार्यवाहक अध्यक्षको जिम्मेवारी वडा सदस्य नवराज अधिकारीलाई दिइएको छ। अमेरिका जानुअघि वडाअध्यक्ष जगतमान घिसिङले कायममुकायम तोक्नुभएको थियो। अमेरिकाबाट वडाअध्यक्ष घिसिङले पदबाट राजिनामा दिएको पत्र गाउँपालिकामा पठाउनुभएको गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत जीवन कुँबरले बताउनुभयो। वडाअध्यक्ष घिसिङले पठाएको राजिनामा अझै स्वीकृत भएको छैन। स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐनमा वडाअध्यक्षको राजिनामा कसले स्वीकृत गर्ने भन्ने स्पष्ट किटान नहुँदा राजिनामा स्वीकृत हुन नसकेको कुँबरले बताउनुभयो। यसबारे हामीले संघीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्रालय, सामान्य प्रशासन मन्त्रालय, निर्वाचन आयोग, जिल्ला निर्वाचन आयोगको कार्यालयमा जानकारी

गराएपनि उपनिर्वाचन गर्न कुनै तत्परता नदेखिएको प्रशासकीय अधिकृत कुँबरले बताउनुभयो। जनप्रतिनिधिको कार्यकाल सकिन ६ महिनाभन्दा बढी समय भए उपनिर्वाचन गराउनुपर्ने व्यवस्था भएपनि हालसम्म त्यसो हुन नसकेको हो। यसमा निर्वाचन आयोगले आलटाल गर्दै आएको छ। भीमफेदी गाउँपालिका वडा नम्बर ८ मा वडाअध्यक्ष नभए पनि सेवाप्रवाह भने नरोकिएको उहाँले बताउनुभयो। अहिलेको काम वडाअध्यक्ष नवराज अधिकारीले नै सम्पूर्ण अधिकार पाएको उहाँले बताउनुभयो। भीमफेदी गाउँपालिका वडा नम्बर ८ मा गएको चुनावताका १ हजार ६ सय ४ जना मतदाता रहेका थिए। वडाअध्यक्षको राजिनामा स्वीकृत भएको स्पष्ट नभएका कारण थप प्रक्रियामा जान नसकिएको निर्वाचन कार्यालय मकवानपुरका प्रमुख गोविन्दप्रसाद पौडेलले बताउनुभयो। उहाँले गाउँपालिकाले पठाएको पत्र निर्वाचन आयोगमा पठाएपनि यसबारे थप केही जानकारी नआएको बताउनुभयो। उपनिर्वाचन हुने या नहुने भन्न नसकिने उहाँले जानकारी दिनुभयो। यसैगरी, मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिका वडा नम्बर ३ मा पनि वडाअध्यक्ष पद रिक्त रहेको छ। गएको जेठ महिनादेखि वडाअध्यक्ष पद रिक्त रहेको मनहरी गाउँपालिकाले जानकारी

दिएको छ। हाल ३ नम्बर वडा अध्यक्षको जिम्मेवारी वडासदस्य विष्णु थिङलाई दिइएको छ। सेवा भने नरोकिएको मनहरी गाउँपालिकाका अध्यक्ष एकराज उप्रेतीले जानकारी दिनुभयो। यसबारे निर्वाचन आयोगमा जानकारी गराएपनि उपनिर्वाचन गर्नेबारे हालसम्म जानकारी नआएको अध्यक्ष उप्रेतीले बताउनुभयो। मनहरी गाउँपालिका वडा नम्बर ३ मा गएको चुनावमा ३ हजार ३ सय ९० जना मतदाता रहेका थिए। मकवानपुर जिल्लामा २ वटा वडाअध्यक्षको पद रिक्त भएको जानकारी आएको निर्वाचन कार्यालय मकवानपुरका प्रमुख पौडेलले बताउनुभयो। उहाँका अनुसार कुनै पनि कारणले राजिनामा वा मृत्यु भएमा उपनिर्वाचन गराउनुपर्ने भएपनि हालसम्म उपनिर्वाचनको निर्णय भएको छैन। जिल्लामा उपनिर्वाचन गराउने निकाल नै आलटाल गर्दै बसेका कारण उपनिर्वाचन हुने नहुने अन्धौलता बढेको छ। यसैगरी, कोरोना भाइरस संक्रमणको जोखिमका कारण जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरबाट हुँदै आएको मतदाता नामावली दर्ताको काम अहिले बन्द भएको छ। हालका लागि मतदाता नामावली दर्ता गराउने कार्य निर्वाचन कार्यालय मकवानपुरबाट मात्र भइरहेको जिल्ला निर्वाचन कार्यालय मकवानपुरका प्रमुख पौडेलले जानकारी दिनुभयो।

## कांग्रेसले हेटौंडामा प्रदर्शन गर्ने

### समाज संवाददाता

हेटौंडा: नेपाली कांग्रेस मकवानपुरले मंसिर २९ गते हेटौंडामा प्रदर्शन गर्ने भएको छ। वर्तमान सरकार सर्वसत्तावादी भएको र तनहुँमा मंसिर १७ गते सरकारले दमनकारी दृष्टिकोण गरेको, स्वास्थ्य सामग्री खरिदलायतमा भ्रष्टाचार गरेको आरोप लगाउँदै कांग्रेस मकवानपुरले प्रदर्शन गर्ने जनाएको छ।

नेपाली कांग्रेसका केन्द्रीय सदस्यद्वय

महालक्ष्मी उपाध्याय डीना र गुरुराज घिमिरेको उपस्थितिमा आइतबार भएको बैठकले केन्द्रीय निर्देशनअनुसार सरकार का गतिविधिको विरोधमा प्रदर्शन गर्ने निर्णय गरेको हो। नेपाली कांग्रेस मकवानपुरका सभापति इन्द्रबहादुर बानियाँको सभाध्यक्षतामा भएको बैठकले मकवानपुरका सबै क्षेत्रबाट नेता कार्यकर्ता, शुभेच्छुक, शुभचिन्तकहरूलाई प्रदर्शनमा उपस्थित गराउने निर्णय गरेको छ। पूर्वी क्षेत्रको प्रदर्शन सानोपोखरा चोक,

# Coming Soon

CULINARY

BAKERY

BARISTA

TRAINING

At

## Hetauda School of Management

"कडा अनुशासन स्तरीय शिक्षा"

बासुकला स्वादिष्ट खाजा घर पुनर्संरचनासहित

आज मिति २०७७ साल मंसिर २२ गतेबाट सुचारु हुँदैछ ।

श्री सिद्धी विनायक नमो । नम श्री दक्षिणकाली माई कि जय

25

YEARS ANNIVERSARY CELEBRATION

होटल बासुकला

FAST FOOD

हेटौंडा-४

Free Home Delivery

सम्पर्क नं. ०५७-५२६०१३(९८४५१२३८४०)

HOTEL BASUKALA FASTFOOD

057-526013, 9845123840, 9855069916

Hetauda-4, Parijatpath

Free Home Delivery



## सम्पादकीय

### सक्रिय हुँदै पर्यटन क्षेत्र

लामो समयदेखि बन्द रहेका मकवानपुरका पर्यटकीय स्थलहरूमा केही चहलपहल सुरु भएको छ । कोभिड-१९ का कारण नेपालको समग्र पर्यटन क्षेत्र सुस्त नै भएको छ । देशको आर्थिक श्रोतको महत्वपूर्ण पक्ष यो व्यवसायमा परेको असरको प्रभाव मकवानपुरमा पनि छ । सरकारले स्वास्थ्य मापदण्ड अपनाउँदै दैनिक व्यवहार सञ्चालन गर्न भनेपछि जिल्लाका केही पर्यटकीय क्षेत्रहरूमा चहलपहल बढ्नु सकारात्मक सुरुवात हो । मकवानपुरको प्रमुख पर्यटकीय स्थल शहीद स्मारकमा जिल्ला बाहिरबाट समेत मानिसहरू आउन थालेका छन् । विगत वर्षहरूमा छिमेकी देश भारतबाट समेत पर्यटक आउने स्मारकमा यसपटक मानिसको उपस्थिति धेरै कम छ । तै पनि रमणीय स्थानको सोजी गर्नेहरूका लागि स्मारक आकर्षक गन्तव्य बन्दै आएको हो । यसपटक केही मानिसहरू उपस्थित हुँदा पनि निकै उत्सुक हुनुपर्ने भएको छ ।

पर्यटकीय क्षेत्रमा मानिसहरूको उपस्थितिले सहज जीवनयापनका लागि उत्सुक भएको देखिन्छ । तर कोभिड अन्त्य नै भएको होइन भन्ने कुरालाई पनि ध्यान दिन आवश्यक छ । पर्यटकीय केन्द्रमा प्रवेश गर्दा नै मास्कलाई अनिवार्य गराउनु पर्दछ । तर स्मारकमा देखिएको उपस्थितिमा स्वास्थ्य मापदण्ड पालना गरेको छैन । यस्ता घटनाले कोरोना महामारी थप बढ्न सक्नेछ । सम्बन्धित निकायले समयमै यस्ता विषयमा ध्यान पुऱ्याउन जरुरी छ । जिल्लामा स्मारकबाहेक त्रिवेणीधाम, गुठबाडाँडा, ऋषेश्वर मन्दिर, मकवानपुरगढी, मनकामना, भैरवडाँडा र पाथीभरा मन्दिर, चुरियागाई र ऐतिहासिक सुरुङ्गस्ता अनिगन्ती महत्वपूर्ण स्थानहरू छन् । तर समन्वयको अभावमा प्रचारप्रसार हुन सकेको छैन । त्यसमाथि महामारीका बीचमा ती स्थानहरू खुला गरिएको जानकारी गराउन आवश्यक छ ।

स्थानीय आम्दानीको महत्वपूर्ण श्रोतका रूपमा रहेका पर्यटकीय क्षेत्रका विषयमा प्रचार गरिनु आवश्यक छ । हवाई तथा सडक यातायात बन्द भएपछि विदेशी तथा स्वदेशी पर्यटकहरूको चहलपहल ठप्प नै भयो । त्यसैले व्यवसायीहरूका लागि सरकारले केही प्याकेज घोषणा गरेको भए पनि कार्यान्वयन हुन सकेको छैन । थोरै भए पनि घोषित कार्यक्रम कार्यान्वयन गराउँदै पर्यटन व्यवसायलाई पुनर्जीवन दिन आवश्यक छ । जसले स्थानीय आम्दानीको श्रोत परिचालन हुनसक्छ । स्थानीय आम्दानीको प्रमुख श्रोतका रूपमा रहेको आन्तरिक पर्यटन प्रवर्द्धनका लागि पर्यटकीयस्थलमा भौतिक पूर्वाधारको पर्याप्त विकास हुनु पर्दछ । तर मकवानपुरमा रहेका अनिगन्ती यस्ता स्थानहरू मर्मत, सरसफाई वा विस्तार र प्रचारप्रसारको पर्याप्तता छैन ।

दैनिकी सहज बनाउँदै गर्दा वा आन्तरिक पर्यटन विकासमा सहभागी हुँदै गर्दा स्वास्थ्य मापदण्डलाई व्यवहारमै प्रयोग गरिनु आवश्यक छ । केही आन्तरिक पर्यटकहरूले स्मारकजस्ता स्थानमा जाँदा मास्कसमेत प्रयोग गरेको पाइँदैन । विश्व स्वास्थ्य संगठन र नेपाल सरकारले निर्धारण गरि दिइएका स्वास्थ्य मापदण्ड कडाईका साथ पालना गराउनु आवश्यक छ । यस कार्यमा व्यक्ति स्वयम् जिम्मेवार हुनु पर्दछ । यस्तै स्थानीय सुरक्षा संयन्त्र तथा पर्यटकीय क्षेत्र व्यवस्थापन समितिका तर्फबाट पनि कडाई गर्नु आवश्यक हुन्छ । नत्र सहज बन्न सोज्दै गरेको नागरिक जीवन फेरि महामारीको चपेटामा पर्नेछ । केही देशहरूले कोभिडविरुद्धको खोप विकास गर्न थाले पनि नेपालीले त्यसको उपयोग गर्न धेरै समय कुर्नुपर्ने हुन्छ । तसर्थ आफ्ना जातिविधि सञ्चालन गर्दा कोरोनाको जोखिमबाट होशियार हुनै पर्दछ ।



तेज काफ्ले

तिहार मनाएर काठमाडौं फर्कँदै गर्दा, त्यस्तै चार बजेतिर नौबिसेको उकालो लाग्दा अचानक जाम सिर्जना भयो । जाम पनि चार घन्टाको हुन पुग्यो । हुन त चार घन्टे जामलाई हाम्रोमा सामान्यमा नै लिनुपर्छ । मजस्तै हजारौं मानिसका घन्टौं जाममा बसेका अनुभव छन् । यो खासै नौलो विषय पनि रहेन अब । तर त्यो चार घन्टाको अवधिमा मैले देखेका तितो अनुभव आजको मेरो विषय हो । कुरा, व्यक्तिले जसुकै होस् खाएर गाडीदेखि बाहिर सडकमा फाल्ने फोहोरको हो ।

गाडीमा यात्रा गरिरहेको मानिसले कुनै कुरा खाइसकेपछि बाहिर फोहोर फाल्न उसलाई किन अलिकति पनि हिचकिचाउनु हुँदैन भन्ने विषयमा म निकै बेर सोच बाध्य भएँ ।

**विषयको उठानसँगै यस्तै एउटा अनुभव:** कुरा लगभग दुई वर्ष अगाडिको हो । त्यो दिन शनिबार पनि परेको थियो । म त्यो दिन काम विशेषले बिहानै बसुन्धरा चोकमा आइपुगेको थिएँ । त्यहाँ नजिकै तीन वटा स्कुलका (स्कुलको नाम नभनूँ) गाडी लहरै राखिएका थिए ।

गाडीमा विद्यार्थीहरू पनि बसेका थिए । ससर्ती हेर्दा गाडी पिकनिकका लागि तयारी अवस्थामा देखिन्थ्यो । लगत्तै हिँड्यो पनि । त्यो दृश्यलाई गौर गर्नका लागि म

एकछिन रोकिँएँ । तीन वटै गाडीहरू त्यहाँबाट गन्तव्यतिर प्रस्थान गरिसकेपछि म आश्चर्यचकित भएँ ।

कारण थियो, गाडी राखिएको चारैतिर विद्यार्थीहरूले खाएर फालिएका चाउचाउ, कुरकुरे, लेज लगायतका फोहोरहरू गाडीकै आकारमा भुईँमा स्पष्टसँग देख्न सकिन्थ्यो । म सार्वजनिक गाडी चढेर गन्तव्यतर्फ जाँदै गर्दा त्यही विषयले मनमा उथलपुथल बनायो ।

लाग्यो, समस्याको जट त यहाँ पो छ त ! हाम्रा विद्यालयले कस्तो शिक्षा दिँदै छन् । के सभ्यता सुरुआतको जग विद्यालय नै होइनन् र ? हामी कति पनि ठिक अवस्थामा छैनौं ? यस्तो पनि के सिकाइ !

वर्षभरी पाठ नै सकाएर पनि व्यावहारिक सिकाइ त नहुने रहेछ भन्ने खालका यस्तै अनेक रटना मनमा खेलाउँदै म गन्तव्यमा पुगेको थिएँ । यही कुरा मेरा समकालीन साथीहरूलाई पनि भनेको थिएँ ।

ठिक यस्तै दृश्य मैले यति बेलैको यात्राका क्रममा देखेँ ।

विश्वकपमा हानुं परेको पीडा सहन गर्न नसकी रोइरहेका जापानी खेलाडीले र्हेँ स्टेडियममा फालिएका फोहोरहरू बटुलेको दृश्य कति कारुणिक, प्रशंसनीय अनि कति अनुकरणीय थियो । यो संसारका लागि सभ्यताको सबैभन्दा ठूलो पाठ थियो ।

हुन त यो एक रातको कमाइ पक्कै पनि होइन, वर्षौंवर्षको साभ्ना अभ्यास हो । जापानीहरूले यी र यस्ता कुराहरूलाई आफ्नै धर्म संस्कृतिजस्तै निरन्तर अभ्यास गरे, त्यसैले त आज विश्वमा नमुना बनेका छन् ।

यसो गर, उसो गर भनेर आफूले गर्नेभन्दा पनि अर्कोलाई कज्याएर गरी खाने हाम्रो संस्कृति सामन्ती संस्कृति नै हो । यो कुराको पुष्ट्याई भिन्न-भिन्न समयमा सामाजिक सञ्जालमा भाइरल हुने नेताहरूका छाता काण्ड, माला पहिरन,

खोलो तर्ने तरिका आदि हुन् भन्न सकिन्छ ।

मेरो नजिकैको सिटमा एकजना दिदी हुनुहुन्थ्यो । हामीले केही सुन्तला पनि ल्याएका थियौं । खानका लागि हामीले बाड्यौं पनि । बोक्रा छोड्दाएर उतले पनि अत्यन्त सहजका साथ ढोकादेखि बाहिर नै फालिन् । फाल्ने पनि मैले यहाँ राखेको भए पनि हुने भन्ने कुरा एकै साथ हुन पुग्यो । आखिर सडक त फोहोर भयो नै ।

अहिले काठमाडौंका गल्ली र चोक चोकमा मास्कका थुप्रा देख्न सकिन्छ । कोराना संक्रमणमा सघाउ पुऱ्याउने भाइरसलाई त एक न एक दिन परास्त गराउला तर त्यसले छोडेका ती फोहोरी अवशेषलाई (मास्क) कसरी परास्त गर्ने, निकै नै चुनौती बन्न पुगेको छ ।

किन सडक या सार्वजनिक ठाउँहरू देखेर हामीमा हाम्रो भन्ने भावना पलाउँदैन ? फोहोर मिल्क्याउन किन यति सहज हुन्छ हाम्रा लागि सडक वा सार्वजनिक स्थल ?

त्यो किसिमको भावनाको विकास नभएसम्म त हामी कहिल्यै पनि सभ्य नागरिक त हुने सक्दैनौं । सबैभन्दा ठूलो कुरा असल बानीको निर्माण हुनु हो । बानी परिवर्तन जुनसुकैका लागि पनि गाह्रो कुरा हो । सभ्यता भन्ने कुरा यस्तै ससाना असल बानीहरूको साभ्ना समूह हो ।

त्यसैले सभ्यता निर्माणका लागि हामीले कठोर नियम बनाउन पनि सक्नुपर्छ र पालनाका लागि बाध्य पारिनु पर्छ । यही सन्दर्भमा भन्नु सकिन्छ वर्ष शसन गरेर मरुभूमितुल्य सिंगापुरलाई लि क्वान युले कसरी संसार कै सम्पन्न र सभ्य मुलुक बनाए ।

उल्लेखित कुराले हाम्रा नेतृत्वकर्तामा पनि सही योजना र सही अनुगमनको खाँचो टड्कारै देखिन्छ । हाम्रोमा योजनाहरू पनि बन्छन्, ढिलै भए पनि काम हुन्छ तर अनुगमन अर्थात् मर्मतसम्भार भने पटकै हुँदैन ।

बनेका योजना र नियमको सही

पालनकर्ता मजस्तै नागरिकको पनि हो । सधैँ राज्यलाई मात्रै सराने अनि घरबाट निस्किएको फोहोर बाटोमै मिल्क्याउने संस्कृति जबसम्म हामीमा रहन्छ, तबसम्म हामी सभ्य नागरिकको दर्जामा उक्लन सक्दैनौं पनि ।

एक थुकी सुकी, सय थुकी नदी भनेभै हरेक व्यक्तिको मनमा सकारात्मक सोच, मेरो नभइ हाम्रो भन्ने भावना जन्मदाका घडीमा साँच्चिकै देशले सभ्यताको पगारी गुथे छ ।

बहुभाषी, बहु-सांस्कृतिक हाम्रो समाज पक्कै पनि संस्कृतिमा सम्पन्न छ तर सभ्यतामा सम्पन्न छ भन्न मलाई अलिक शंका छ । किनकी यो सिधै व्यक्तिको आचरण, काम गराइको तरिका र आन्तरिक सुभक्तको प्रतिफलबाट मात्र प्राप्त हुने कुरा रहेछ ।

यात्रा गर्दा होस्, वा कहींकतै जाँदा, केही कुरा फ्यात फाल्नुभन्दा अगाडि सोच्ने क्षमताको विकास नहुँदासम्म हामी कहिल्यै पनि सभ्य त हुने सक्दैनौं । सभ्यता विकासमा स्वयम् एक व्यक्तिको पनि ठूलो भूमिका हुने गर्दछ । म लामो खालको यात्रा गर्दा विशेषतः काठमाडौंका ठूला सपिड मलतिर दिनेजस्तै भोला बोक्ने गर्दछु ।

त्यसमा यात्रा गर्दा खाने फास्टफुड हुने गर्दछन् । त्यसबाट निस्कने फोहोरलाई मरहामी त्यही भोलामा नै राख्छौं । निश्चित ठाउँमा लगेर बिसर्जन पनि गर्दछौं । मरहामीजस्तै लाखौं यात्रीले यस्तै गरी केही रचनात्मक कार्य गर्ने हो भने केही हदसम्म त सडकको फोहोर व्यवस्थापन हुने थियो जस्तो लाग्छ ।

अर्को कुरा, हाम्रा ससाना बालबालिकाहरूलाई विद्यालय तहबाट नै व्यावहारिक शिक्षामा जोड दिन सके र यसमा साँच्चिकै अभिभावकको साथ भए सायद हामीले खोजेको सभ्यता वा फोहोर व्यवस्थापनमा कम हुने थियो कि ?

(स्रोत: सेतोपाटी)

# जाडो मौसममा व्यायाम : कति गर्ने, कहाँ गर्ने ?

नियमित व्यायाम गर्नाले रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ्ने गर्छ ? यो यस्तो प्रश्न हो जुन प्रायः सबैको दिमागमा आएको हुनुपर्छ । व्यायामले दुबै शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव पार्छ । यो अकाट्य सत्य हो । तर व्यायामले शरीरको रोग प्रतिरक्षा प्रणाली मजबुत बनाउनको लागि भूमिका खेल्छ त ? भन्ने विषयमा विशेषज्ञहरूमा समेत एक मत देखिँदैन ।

प्रतिरक्षा प्रणालीको बारेमा यो वर्ष विश्वभरि धेरै शब्दावलीहरू प्रयोगमा आए । कोभिड-१९ को महामारीका कारण सबैले आफ्नो प्रतिरक्षा वृद्धि गर्नको लागि भनेर गुर्जा र बेसार पानीको प्रचुर प्रयोग गरेको देख्न सकिन्छ । प्रतिरक्षाले फलुको खतराबाट बचाउँछ र परिवर्तित मौसममा चिसो, ज्वरो आदि समस्याबाट बचाउने गर्छ । यसैले प्रतिरक्षा वृद्धि गर्नका लागि खानपानमा ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ ।

**असल स्वास्थ्यको लागि व्यायाम आवश्यक**  
व्यायामले मुटु, फोक्सो, हड्डी, मांसपेशीहरू र मेटाबोलिकलाई स्वस्थ बनाउन भूमिका खेल्छ । व्यायामले कैयौं नसर्ने रोगहरू स्ट्रोक, मधुमेह, दम र आस्तियोपोरोसिस जस्ता रोगहरूको संक्रमण रोक्न मद्दत गर्छ । दैनिक व्यायाम गर्ने हो भने आफ्नो शरीरमा थुप्रै सकारात्मक परिवर्तनहरूको महसुस गर्न सकिनेछ । जस्तै शरीरमा रहेका सेरोटोनिन, डोपामाइन र नोरिपाइनफ्रिन हर्मोनको राम्रो सन्तुलनले हाम्रो मुड नियन्त्रणमा समेत भूमिका



खेल्छ । त्यसैले यो भन्नु गलत हुनेछैन कि व्यायाम राम्रो स्वास्थ्यसाग सम्बन्धित छ । **प्रतिरोध क्षमता बढाउन व्यायामको भूमिका**

शरीरमा प्रतिरोध क्षमतामा स्वास्थ्य, निद्रा, पाचन र फिटनेसले धेरै प्रभाव पारेको हुन्छ । व्यायामले सिधा रोग प्रतिरोध क्षमता बढाउँदैन । तर अप्रत्यक्ष रूपमा नियमित व्यायाम गर्नाले तपाईंको स्वास्थ्यलाई फाइदा पुऱ्याइरहेको हुन्छ । स्वास्थ्य राम्रो भएपछि निद्रा राम्रो लाग्छ, पाचन र मेटाबोलिज्म सही हुन्छ, जसले रोग प्रतिरोध क्षमता पनि बढाउँछ । व्यायामका अतिरिक्त तपाईंको शरीरको सम्पूर्ण भागमा रगत सञ्चार पनि छिटो हुन्छ, त्यसकारण सबै अंगहरूले अक्सिजन र पोषणहरू खाना मार्फत शरीरबाट प्राप्त गर्दछन् । यसले रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतामा

पनि सकारात्मक प्रभाव पार्छ । त्यसैले समग्र व्यायाम राम्रो प्रतिरक्षाको लागि धेरै महत्वपूर्ण हुन्छ । **एक दिनमा कति व्यायाम उपयुक्त हुन्छ ?**

रोगहरूको यस मौसममा थोरै लापरवाहीले पनि हामीलाई ठूलो समस्यामा पार्न सक्छ । डब्ल्यूएचओको दिशानिर्देश अनुसार दैनिक कम्तीमा ३० मिनेट शारीरिक गतिविधि शरीरको लागि आवश्यक हुन्छ । यदि तपाईं चाहनुहुन्छ भने सामान्य रूपमा एक घण्टासम्म पनि आफ्नो क्षमता अनुसार व्यायाम गर्न सक्नुहुन्छ । यस्तो व्यायाममा तेज हिँड्ने, दौडिने, साइकल चलाउने, पौडी खेल्ने, गल्फ, नृत्य वा अन्य धेरै कामहरू पनि पर्न सक्छन् । **जाडोमा गर्नुपर्ने विशेष व्यायाम**

चिसो मौसम नजिकिँदै जाँदा मानिसहरू पनि आफ्नो शरीरको बारेमा लापरवाह देखिन्छन् । यस समयमा व्यक्तिहरू दौड उपयुक्त मान्दैनन् र बाँकी व्यायामहरू छोड्छन् पनि । जाडोको समयमा बिहान प्रदूषणको जोखिम पनि बढी हुन्छ । यस्तो अवस्थामा पनि व्यायाम गर्नु त आवश्यक छ ।

यस्तो अवस्थामा तपाईंले घरभित्रै गर्ने व्यायाम गर्न सक्नुहुन्छ । मनिङ वाक अनिवार्य होइन, अनिवार्य त बस् व्यायाम हो । **व्यायामले तपाईंलाई शक्तिशाली बनाउँछ ?**

जाडो मौसममा व्यायामलाई धेरै महत्वपूर्ण मानिन्छ । जति धेरै शरीर भित्रबाट सुदृढ पार्नुपर्छ, उति बाहिरबाट पनि शरीरलाई सुदृढ पार्नु आवश्यक छ । जाडोको मौसम भनेको रोग बढ्ने मौसम हो, जसमा द्रुत गतिमा फलुले आक्रमण गर्ने गर्छन् । भित्रबाट बढ्दो प्रतिरक्षाको साथ बाहिरी हड्डीहरू र मांसपेशीहरू मजबुत हुने गर्छन् । तपाईंलाई व्यायामले हल्का र फिट महसुस गराउने गर्छ ।

**मुटु रोगबाट बच्नको लागि**  
सामान्यतया जाडोमा मुटुसँग सम्बन्धित बिरामीहरू बढी जोखिममा हुन्छन् । यो पनि सत्य हो कि यस अवस्थामा व्यायामले हृदय रोगको सम्भावना कम गर्न मद्दत गर्छ । फोक्सोबाट ब्याक्टिरिया हटाउन मद्दत गर्छ । सही व्यायामले तपाईंलाई जाडोमा पनि फिट राख्छ र तपाईंलाई रोगबाट बचाउन मद्दत गर्छ । (स्रोत: अनलाईनखबर)

### महत्वपूर्ण फोन नम्बरहरू

|                                |                               |
|--------------------------------|-------------------------------|
| जिल्ला प्रशासन कार्यालय ५२०४९५ | फापरबारी इलाका ६२९९८०         |
| जिल्ला प्रहरी कन्ट्रोल १००     | चित्लाङ इलाका ६२१०००          |
| ट्राफिक प्रहरी १०३             | वारुण यन्त्र १०१              |
| वडा प्रहरी ५२०२९९              | बालबालिका खोजतलास केन्द्र १०४ |
| पशुपतिनगर इलाका ५२०५९८         | बाल हेल्थलाइन १०९८            |
| मनहरी इलाका ९८५५०९६१           | हेलो सरकार ११११               |
| भीमफेदी इलाका ६९९४६२           | नेपाल टेलिकम सोधपुछ १९७       |
| पालुङ इलाका ६२०४६७             |                               |



### तपाईंको राशिफल

पं. ज्योतिष: तोयानाथ सुवेदी  
ॐ तुलसी मेडीकल हल, हेटौँडा-८, कमाने  
सम्पर्क: ९७४५०२८५५५

- मेष** : परोपकारजन्य कर्ममा समय व्यतित हुने समयको योग छ ।
- वृष** : बन्दव्यापारबाट सन्तोषजनक परिणाम प्राप्त हुने समय छ ।
- मिथुन** : बोलीका भरमा काममा पूर्णता प्राप्त रहने समय छ ।
- कर्कट** : विश्वास गरेका व्यक्तिबाट वचन पूरा नहुन सक्छ ।
- सिंह** : मन एक चित बनाएर अगाडि बढ्दा राम्रो होला ।
- कन्या** : नाम, दाम र पुरस्कार र प्रतिष्ठामा वृद्धि हुने समय छ ।
- तुला** : आत्मविश्वास शीघ्र निर्णय गर्ने क्षमतामा वृद्धि ।
- वृश्चिक** : घरायसी सम्बन्ध सुमधुर रहने समय छ ।
- धनु** : मनोरञ्जनमा रमाउनुको साथै रमाइलो यात्राको योग छ ।
- मकर** : रिस, आवेग र क्रोध नियन्त्रण गर्दा राम्रो ।
- कुम्भ** : पठन-पाठन र बौद्धिक चिन्तनका काममा व्यतित ।
- मीन** : जाँगर र फूर्ति बढ्ने समयको योग रहेको छ ।

# जिल्ला बचत संघको साधारणसभा सुरु

# औद्योगिक सर्वेक्षण पुनः सुरु हुने

# उपयोगी सहश्राब्दीको साधारणसभा सुरु



साधारणसभाको उद्घाटन समारोहमा सहभागी अतिथिहरू ।

## समाज संवाददाता

हेटौंडा: जिल्ला बचत तथा ऋण सहकारी संघ लिमिटेड मकवानपुरको १५ औं वार्षिक साधारणसभा आइतबारबाट सुरु भएको छ। कोरोना भाइरस संक्रमणको जोखिमका कारण सहकारी विभागले जारी गरेको निर्देशनबमोजिम मंसिर २९ गतेसम्म सदस्यहरूको सहभागिता गराई साधारणसभाको समापन गरिने संघले जनाएको छ।

संघको सञ्चालक समिति सदस्य हिमाल पौडेलको अध्यक्षता तथा हेटौंडा

उपमहानगरपालिकाका मेयर हरिबहादुर महतको प्रमुख आतिथ्यमा आइतबार साधारणसभाको उद्घाटन कार्यक्रम भएको छ। एक सय ४० वटा प्रारम्भिक बचत तथा ऋण सहकारी संस्था सदस्य रहेको संघमा तीन करोड रुपैयाँ सेयर पुँजी रहेको छ। ५१ करोड ४३ लाख ९३ हजार रुपैयाँ बचत संकलन गरेको संघले १४ करोड ३१ लाख १० हजार रुपैयाँ ऋण लगानी गरेको छ। साधारणसभाको उद्घाटन समारोहमा मकवानपुर जिल्ला

सहकारी संघका अध्यक्ष नारायणप्रसाद देवकोटा, निवर्तमान अध्यक्ष बद्रीप्रसाद लम्सालको पनि उपस्थिति रहेको थियो।

जिल्लाका १० वटै पालिकाका बचत तथा ऋण सहकारी आवद्ध रहेको संघले मंसिर २६ गतेसम्म सहभागिता जनाउन सकिने गरी जिल्लाका ४ स्थानमा उपस्थिति केन्द्र निर्धारण गरेको छ। हेटौंडास्थित जिल्ला बचत तथा ऋण सहकारी संघको कार्यालयमा हेटौंडा उपमहानगरका साथै मकवानपुरगढी, भीमफेदी र इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाका सदस्य संस्था सहभागी हुने केन्द्र निर्धारण गरिएको छ। थाहा नगरपालिकाको बज्रबाराही बचत तथा ऋण सहकारी संस्थामा थाहा नगरपालिका र कैलाश गाउँपालिकाका सदस्य संस्थाको केन्द्र निर्धारण गरिएको बचत संघको व्यवस्थापक सुमित्रा वाईवाले जानकारी दिनुभएको छ।

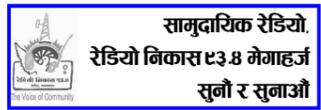
बकैया गाउँपालिकास्थित सहयात्री बचत तथा ऋण सहकारी संस्थालाई बकैया र बागमती गाउँपालिकाका सदस्य संस्थाको केन्द्र निर्धारण गरिएको छ भने मनहरी गाउँपालिकाको मनहरी बचत तथा ऋण सहकारी संस्थालाई मनहरी र राक्सिराङ गाउँपालिकामा रहेका सदस्य संस्थाको केन्द्र निर्धारण गरिएको छ।

## समाज संवाददाता

हेटौंडा: तथ्यांक कार्यालय हेटौंडाले लकडाउनका कारण मकवानपुर र धादिङ जिल्लामा रोकिएको राष्ट्रिय औद्योगिक सर्वेक्षण २०७६ पुनः सुरु गरेको छ। गत फागुन १२ गतेबाट राष्ट्रव्यापीरूपमा सञ्चालन भएर कोरोना भाइरस (कोभिड-१९) महामारीका कारण प्रभावित बनेको सर्वेक्षण कार्यक्रम पुनः आइतबारबाट सुरु गरिएको हो।

केन्द्रीय तथ्यांक विभागको स्वीकृत कार्यक्रमअन्तर्गत तथ्यांक कार्यालय हेटौंडाले आफ्नो कार्यक्षेत्र मकवानपुर र धादिङ जिल्लामा सर्वेक्षणको स्थलगत तथ्यांक संकलन कार्य सुरु गरेको कार्यालय प्रमुख एवम् तथ्यांक अधिकृत राजेश दासले जानकारी दिनुभयो। सर्वेक्षणमा मकवानपुरका ३ सय ४० र धादिङका २ सय १७ वटा प्रतिष्ठानहरू रहेकोमा बन्दबन्दी अधिसम्म दुवै जिल्लामा गरी जम्मा एक सय ४० वटा प्रतिष्ठानहरूको तथ्यांक संकलन भइसकेकोले अब बाँकी प्रतिष्ठानहरूमा तथ्यांक संकलन गरिने उहाँले बताउनुभयो।

प्रत्येक १० वर्षमा हुने औद्योगिक सर्वेक्षणमा राष्ट्रिय अर्थतन्त्रमा औद्योगिक क्षेत्रको योगदान, सम्भावना, चुनौती, समस्या, रोजगारीको अवस्थालगायतका विविध पक्ष समेटिने बताइएको छ।



सामुदायिक रेडियो  
रेडियो निकास ९३.४ मेगाहर्ट्ज  
सुनौ र सुनौ



साधारणसभामा सहभागी पहिलो सदस्यलाई उपहार प्रदान गरिँदै ।

## समाज संवाददाता

हेटौंडा: हेटौंडा-११ स्थित उपयोगी सहश्राब्दी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको वार्षिक साधारणसभा सुरु भएको छ। आइतबारबाट सुरु भएको साधारणसभा आगामी पुस ४ गतेसम्म सञ्चालन हुनेछ। कोभिड-१९ संक्रमणको जोखिमका कारण सहकारी विभागको निर्देशनअनुसार सहकारीले आइतबारबाट साधारणसभामा सदस्यलाई सहभागी गराउन सुरु गरेको हो।

सहकारीका अध्यक्ष दिनेश विडारीका अनुसार सहकारीको हेटौंडा-११, थानाभञ्ज्याङस्थित कार्यालयमा मंसिर २६ गतेसम्म र हेटौंडा-११, नवलपुर

स्थित शाखा कार्यालयमा मंसिर २८ गतेदेखि पुस ३ गतेसम्म सदस्यलाई उपस्थिति गराई सल्लाह, सुझाव संकलन गरिनेछ।

आइतबार सहकारीका अध्यक्ष दिनेश विडारीको अध्यक्षतामा निवर्तमान अध्यक्ष पवन पण्डितले पहिलो सहभागीलाई उपहार प्रदान गरी साधारणसभाको उद्घाटन गर्नुभयो। एक हजार एक सय सेयर सदस्य रहेको सहकारीमा सेयर पुँजी ८७ लाख ८० हजार रुपैयाँ रहेको व्यवस्थापक गोकुल श्रेष्ठले जानकारी दिनुभएको छ। उहाँका अनुसार छ करोड १२ लाख रुपैयाँ ऋण लगानी गरिएको छ भने छ करोड सात लाख रुपैयाँ बचत संकलन गरिएको छ।

## मार्कसिट हराएको सूचना

हेटौंडा बजारको बुद्धचोकबाट हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको कार्यालयसम्म जाने क्रममा मिति २०७७ साल मंसिर १२ गतेको दिन भूपेन्द्र चौधरीको डिप्लोमा भेटेरिनरीको प्रथम, दोस्रो तथा तेस्रो वर्षको मार्कसिटहरू हराएको हुँदा पाउनुहुने महानुभावले नजिकको प्रहरी कार्यालय वा तल उल्लेखित नम्बरमा सम्पर्क गरी उपलब्ध गराइदिनुहुन अनुरोध गरिन्छ। सम्पर्क: ९८१४२७६३१६

## दम्की चुनढुङ्गा खानीबाट चुनढुङ्गा उत्खनन गरि दुवानी गर्ने प्रस्तावको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षण (IEE) अध्ययन प्रतिवेदन तयारी सम्बन्धी सार्वजनिक सूचना

प्रकाशित मिति : २०७७/०८/२२

वाग्मती प्रदेश, मकवानपुर जिल्ला, मकवानपुरगढी गाउँपालिका वडा नं. ८ दम्कीमा शिवम् सिमेन्ट्स लिमिटेडद्वारा निम्न बमोजिमको प्रस्ताव कार्यान्वयन गर्न लागिएको छ।

|                         |   |
|-------------------------|---|
| प्रस्तावक               | शिवम् सिमेन्ट्स लिमिटेड, हेटौंडा उप-महानगरपालिका वडा नं. १६, हतिया, हेटौंडा वाग्मती प्रदेश, पोष्ट बक्स नं. १३४७८ सम्पर्क नं. ०१-५७०६८०४, ईमेल : info@shivamcement.com |
| प्रस्तावको व्यहोरा      | दम्की चुनढुङ्गा खानीबाट दैनिक ३०० मेट्रिक टन चुनढुङ्गा उत्खनन गरी दुवानी गर्ने  |
| प्रभाव पर्न सक्ने स्थान | मकवानपुरगढी गाउँपालिका वडा नं. ८, दम्की, मकवानपुर, वाग्मती प्रदेश   |

माथि उल्लेखित प्रस्तावको वातावरणीय अध्ययन प्रतिवेदन तयार गर्ने क्रममा सो क्षेत्रको प्राकृतिक, भौतिक प्रणाली, जैविक प्रणाली, सामाजिक प्रणाली, सांस्कृतिक प्रणाली र आर्थिक प्रणाली बिच के कस्तो प्रभाव पर्दछ भनी यकिन गर्न सो स्थानको गाउँपालिका तथा त्यस क्षेत्रका विद्यालय, अस्पताल, स्वास्थ्य चौकी तथा सरोकारवाला व्यक्ति वा संस्थाको लिखित राय सुझाव लिन आवश्यक भएकोले यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशन भएको मितिले सात दिनभित्र निम्न ठेगानामा आइपुग्ने गरी लिखित राय सुझाव उपलब्ध गराइ दिनु हुन अनुरोध गरिन्छ।

## राय सुझावका लागि पत्राचार गर्ने ठेगाना

|             |   |
|-------------|---|
| प्रस्तावक   | शिवम् सिमेन्ट्स लिमिटेड, हेटौंडा उप-महानगरपालिका वडा नं. १६, हतिया, हेटौंडा वाग्मती प्रदेश, पोष्ट बक्स नं. १३४७८ सम्पर्क नं. ०१-५७०६८०४, ईमेल : info@shivamcement.com |
| परामर्शदाता | प्रकृति कन्सल्ट प्रा.लि, बानेश्वर, काठमाण्डौ, वाग्मती प्रदेश, सम्पर्क नं. ०१-५१७२२२९, ईमेल : info@prakriticonsult.com.np  |

## सम्पूर्ण रोगका बिरामीहरूको लागि खुसीको खबर

- हात्मा सेवाहरु:
१. २४ औं घण्टा ईमर्जेन्सी सेवा, ओपिडी सेवा सञ्चालन
  २. हाडजोर्नी तथा नशरोग विशेषज्ञ सेवा
  ३. बालरोग विशेषज्ञ सेवा
  ४. जनरल फिजिसियन सेवा (पेट, छाति, मुटु, मधुमेह र ब्लड प्रेशर)
  ५. नाक, कान तथा घाँटीरोग सम्बन्धी सेवा
  ६. छाला, यौन तथा कुष्ठरोग विशेषज्ञ सेवा
  ७. शल्यक्रिया सम्बन्धि सम्पूर्ण सेवा
  ८. दैनिक स्त्री तथा प्रजनन, प्रसूतिरोग सम्बन्धी सेवा
  ९. प्याथोलोजी सेवा (दिशा, पिसाब, रगत, विष, गर्भ परीक्षण)
  १०. X-RAY, ECG, USG, ENDOSCOPY, NEBULIZATION
  ११. सम्पूर्ण रोगसम्बन्धी औषधिहरू उपलब्ध छ।
  १२. दैनिकरूपमा दक्ष स्वास्थ्यकर्मीबाट स्वास्थ्यसम्बन्धी परामर्श सेवा

डा. रजनी अग्रवाल  
डा. विश्वेश्वर यादव (छाला, यौन तथा कुष्ठरोग विशेषज्ञ)  
डा. विकास थापा (जनरल फिजिसियन)

## (ICU & NICU सेवा)

**सन्वो हस्पिटल प्रा.लि.**  
हेटौंडा-१ मित्तुनापथ, मकवानपुर  
फोन: ०५७-५८०९७५/५८०९७६

# सरकारी भुँडी



संप्रस पौडेल

## एकठिन ल!

घरमा छोरीको बिहेको कुरा आउँदा छोराका बाबु भन्छन्- 'काम के गर्नुहुन्छ?' यसको अर्थ हो, कमाइको प्राथमिकता। केटाको भुँडीले सरकारी जागिरको संकेत नगरेकोमा आश्चर्य पर्दा हुन्।

निजामती कर्मचारी, सरकारी डाक्टर, इन्जिनियर, प्राध्यापक र अन्यमा शिक्षकसम्म कुरो मिल्न सक्छ। केटाकेटी मञ्जुर हुँदा पनि तिनका बाबुआमा 'थाइ जागिर नभा त के काम?' भनेर अड्को थाप्छन्। जब बेरोजगारले पनि ठेकेदार र व्यापारी हुँ भन्न लागे अनि बेहुलीका बाबुहरूमा विश्वासै हरायो।

जागिर खानेले पनि समस्यै समस्याको दोकान खोलेर बसेका न हुन्। ग्राहक आएर

सामान ओल्टाइप्लटाइ, थिच्चाक् गर्छ र अन्त्यमा अर्को छैन भनेर जान्छ।

केटोले लोकसेवा तयारी गर्‍यो र जागिर पनि खायो। मोटाउँदै गयो भने सरकारी जागिर लागेछ भन्छन्। दुब्लाउँदै गयो, सरकारले खान पुग्ने तलब त दिन्छ हैन र भन्छन्। केटी सरकारी जागिर खान्छे अब बेरोजगार केटोले उनलाई पाउनु मनको लड्डु घ्यूसित खानु भै भइदिन्छ। अब केटोको जीमखानामा फलाम उचाल्ने र भुस गोदने काम पनि बेकार हुन्छ। भुँडी हाल केटा हो, भुँडी। जे छ भुँडीमै छ। हुनेवाला ससुरा र सासुले भुँडीमै हैसियत हेर्ने हुन्।

भुँडीले सधैं जस कहाँ पाउँछ र। केही कार्यालयका कर्मचारीले भुँडी नघटाई सुबै छैन। मालपोत, अख्तियार, अदालतका जागिरका भुँडी ठूलो देखेपछि 'पैसा त छाप्याछस् है' भन्नेहरू यतै वरपर नै छन्। यसैले त भ्रष्ट व्यक्तिको कार्टुनमा पनि बडेमानको भुँडेवाल देख्न पाइन्छ। उसो भए के भुँडी भ्रष्टाचारको जनाउ हो त ?

भुँडी नापेर छोरी दिने परम्पराको घोर भर्त्सना गर्दछु। दुबलापातलाले पनि बिहे गर्न पाउनुपर्छ भन्ने जोडदार माग गर्दछु। यो लेख तमाम अविवाहितप्रति समर्पित गर्दछु।

# तरकारी तथा फलफूल संकलन केन्द्र शिलान्यास

## समाज संवाददाता

हेटौंडा: थाहा नगरपालिका ३ मा रहेको जनशक्ति कृषक सहकारी संस्था लिमिटेडद्वारा निर्माण गरिन लागेको शुक्रबार तरकारी तथा फलफूल संकलन केन्द्रको शिलान्यास गरिएको छ। राष्ट्रिय सहकारी महासंघका सञ्चालक तथा मकवानपुर जिल्ला सहकारी संघ लिमिटेडका अध्यक्ष नारायणप्रसाद देवकोटाले संकलन केन्द्रको शिलान्यास गर्नुभएको हो। सहकारी संस्थाका अध्यक्ष विमल केसीको अध्यक्षतामा सम्पन्न कार्यक्रममा मकवानपुर जिल्ला सहकारी संघ लिमिटेडका निवर्तमान अध्यक्ष बद्रीप्रसाद लम्साल, उपाध्यक्ष मेनुका दाहाल, सचिव दिनेश उपाध्याय, कोषाध्यक्ष विमलकुमार ढकाल, सदस्य विमला कार्की, संघका व्यवस्थापक गोविन्द दाहाल, कार्यक्रम संयोजक शिवहरि दाहाललगायतको उपस्थिति रहेको थियो।

संकलन केन्द्र सहकारी बजार विकास कार्यक्रमअन्तर्गत मकवानपुर जिल्ला सहकारी संघमार्फत् निर्माण गरिने र निर्माणमा सहकारी बजार विकास कार्यक्रमको ७० र सहकारी संस्थाको ३० प्रतिशत लागत साभेदारी रहेको जनशक्ति कृषक सहकारी संस्थाका उपाध्यक्ष राजकुमार केसीले बताउनु भयो। संकलन केन्द्र निर्माणपश्चात् कृषकहरूको उत्पादनलाई सहजरूपमा बजारीकरण गर्न सहयोग पुग्ने सहकारी संस्थाका अध्यक्ष केसीले बताउनुभयो।

## आवश्यकता

(प्रथम पटक प्रकाशित मिति : २०७७/०८/२२)

यस हेटौंडा क्याम्पस, हेटौंडाका लागि तपशिलमा उल्लेखित शिक्षकहरू आवश्यकता भएकोले आवेदन दिन इच्छुक योग्यता पुगेका नेपाली नागरिकहरूबाट यो सूचना प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले ७ (सात) दिन भित्र यस क्याम्पसको कार्यालयमा दर खास्त आह्वान गरीन्छ।

तिज्ञापन नं.- ००९/०७७/०७८

- पद :** शिक्षण सहायक (आंशिक)  
**विषय :** अर्थशास्त्र (इकोनोमिक्स) - १ / व्यावसायिक अध्ययन (बिजनेस स्टडीज) - १ (अंग्रेजी माध्यमको लागि)  
**गुणवत्ता शैक्षिक योग्यता :** सम्बन्धित सङ्काय/विषयमा स्नातकोत्तर तहमा कम्तिमा द्वितीय श्रेणीमा उत्तीर्ण गरेको।  
**ब्याच शैक्षिकता :** अन्तरवार्ता तथा कक्षा अवलोकन तलब सुविधा : क्याम्पसको नियम अनुसार  
सम्पर्क मिति : २०७७/०८/२८ विहान ७:०० वजे  
आवेदन दस्तुर: २,०००/-

## आवश्यक शैक्षिक एवम् अन्य कामजातहरू :

- (१) एस.एल.सी लगायत सम्पूर्ण शैक्षिक प्रमाणपत्रहरूको प्रमाणित प्रतिलिपि।
- (२) नागरिकता प्रमाण-पत्रको प्रतिलिपि।
- (३) अध्यापन कार्य अनुभवको प्रमाणपत्र।

(४) व्यक्तिगत विवरण (Bio-Data)

## हेटौंडा क्याम्पस,

हेटौंडा-४, मकवानपुर  
फोन नं. : ०५७-५२०९७४

**कर्मचारी सञ्चय कोष**  
शाखा कार्यालय, हेटौंडा

**पुराना सामान/व्याट्रीहरू लिलाम बिक्री गर्नेबारेको शिलबन्दी बोलपत्र आव्हान**  
प्रथमपटक सूचना प्रकाशित मिति: २०७७/०८/२२

कर्मचारी सञ्चय कोष शाखा कार्यालय हेटौंडास्थित कार्यालय परिसरमा रहेका पुराना सामान/व्याट्रीहरू जे जस्तो अवस्थामा छन् सोही अवस्थामा बोलपत्रको माध्यमबाट लिलाम बिक्री गरिने भएकोले खरिद गर्न इच्छुक व्यक्ति, फर्म वा कम्पनिले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (पन्ध्र) दिन भित्र रिक्तपूर्वको बोलपत्र पेश गर्नुहुन सूचित गरिन्छ। बोलपत्र फारम कोषको शाखा कार्यालय हेटौंडाबाट रु ३००/- तिरी खरिद गर्न सकिने छ। यस सम्बन्धी विस्तृत जानकारी कोषको शाखा कार्यालय हेटौंडाको सूचना पाटीमा टाँस गर्नुका साथै कोषको वेबसाइट घघघाभजालभउबीअकालउ मा समेत राखिएको छ।

**कर्मचारी सञ्चय कोष**  
शाखा कार्यालय हेटौंडा  
०५७-५२४३७७/५२४३६४

**बिलबुक हराएको सूचना**  
बालकृष्ण खड्काको नाममा रहेको ना ६२ प ४७४४ नम्बरको स्कुटरको बिलबुक हेटौंडाबाट नारायणघाट जाने क्रममा मिति २०७७ साल मंसिर १५ गते हराएको हुँदा कहिकैले देखा पाउनुहुने महानुभावले नजिकको प्रहरी कार्यालय वा तल उल्लेखित मोबाइल नम्बरमा सम्पर्क गरिदिनुहुन यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।  
सम्पर्क: ९८५५०६८९६८

## माटो दिवसको अवसरमा अन्तरक्रिया सम्पन्न

समाज संवाददाता

हेटौंडा: माटो तथा मल परीक्षण प्रयोगशाला हेटौंडाको आयोजनामा विश्व माटो दिवसको अवसरमा 'सजीव माटो, जैविक विविधता संरक्षणको बाटो' भन्ने नाराका साथ आइतबार अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ।

माटो तथा मल परीक्षण प्रयोगशाला परिसरमा वरिष्ठ माटो विज्ञ डाक्टर जनार्दन शर्माको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा कृषि विकास निर्देशनालय हेटौंडाका निर्देशक रवीन्द्रबहादुर प्रधानको प्रमुख आतिथ्य रहेको थियो।

कार्यक्रममा डाक्टर जनार्दन शर्मा कार्यपत्र पस्तुत गर्दै कृषि उत्पादन र उत्पादकत्वमा दिगो विकासको लागि पहिले माटो व्यवस्थापनरित उचित ध्यान पुऱ्याउनु अनिवार्य रहेको बताउनुभयो। लगातार खेतीपाती गर्नुको साथै बोटविहवालाई आवश्यक पर्ने खाद्यपदार्थको आपूर्ति रासायनिक मलहरूबाट गर्ने गरेकाले हाम्रो नेपाली भूमिको माटोको अवस्था खस्किँदै अवस्थामा रहेकाले पनि माटो व्यवस्थापनको आवश्यकता रहेको डाक्टर शर्माको बताउनुभयो। माटो तथा मल परीक्षण प्रयोगशाला हेटौंडाले प्रयोगशालामा भइरहेको श्रोत, साधन र जनशक्तिले हाल मलखाद

परीक्षण, माटो विश्लेषण सिफारिस क्षेत्रको अनुगमन र प्राविधिक सेवालगायत माटो व्यवस्थापन तथा कृषि विकाससम्बन्धी विविध पक्षमा टेवा पुऱ्याउँदै आइरहेको डाक्टर शर्माको बताउनुभयो।

कार्यक्रममा कृषि विकास निर्देशनालय हेटौंडाका निर्देशक प्रधानले अव्यस्थित शहरीकरणले गर्दा माटो व्यवस्थापनमा समस्या रहेको बताउनुभयो। कार्यक्रममा कृषि ज्ञान केन्द्र चितवन, कृषि विकास निर्देशनालय हेटौंडा, भेटरेनरी अस्पताललगायत विभिन्न कृषि क्षेत्रसँग सम्बन्धित संघसंस्थाका प्रतिनिधिहरूको उपस्थिति रहेको थियो।

प्रयोगशालाले विश्व माटो दिवसको अवसरमा जनप्रिय प्राविधिक शिक्षालयका उत्कृष्ट ३ विद्यार्थीलाई सम्मान गरेको छ। हेटौंडा-१६, हटियास्थित जनप्रिय प्राविधिक शिक्षालयमा कृषि संकायअन्तर्गत दोस्रो वर्षको परीक्षामा प्रथम, दोस्रो र तेस्रो हुन सफल विद्यार्थी क्रमशः सुजताकुमारी बस्नेत, अञ्जलीकुमारी क्षेत्री र नरेन्द्रप्रसाद पटेललाई नगदसहित सम्मान गरेको हो। कार्यक्रममा उत्कृष्ट ३ विद्यार्थीलाई कृषि विकास निर्देशनालय हेटौंडाका रवीन्द्रबहादुर प्रधानले नगदसहित प्रमाणपत्र वितरण गर्नुभएको थियो।

## महामारी र पत्रकारिताबारे छलफल

समाज संवाददाता

हेटौंडा: वर्तमान कोभिड-१९ महामारीको क्रममा समाचार संकलन, लेखन तथा प्रस्तुतिकरणमा क्रियाशील पत्रकारका कार्यशैलीसम्बन्धमा छलफल सुरु भएको छ। मकवानपुर, बारा र पर्सा जिल्लाका पत्रकारहरूसँग आइतबार समाचार संस्था आउटलाइन डटकमले कोरोना भाइरसको महामारीको अवस्थामा पत्रकारहरूले के कसरी कार्यसम्पादन गरिरहेका छन् भन्ने विषयमा छलफल सुरु गरेको छ।

बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडामा आउटलाइन डटकमका सदस्य सरोज

दाहालले लकडाउन र कोरोना भाइरसको जोखिमको अवस्थामा पत्रकारहरूले कसरी आफ्नो जिम्मेवारी निर्वाह गरिरहेका छन् भन्ने विषयमा छलफल गर्नुभएको हो। छलफलमा पत्रकार महासंघ बागमती प्रदेश समिति अध्यक्ष प्रताप बिष्टले लकडाउन र कोरोना महामारीको अवस्थामा मकवानपुरका पत्रकारहरूको समस्या, रिपोर्टिङका क्रममा आएका चुनौतीलगायतका विषयमा जानकारी गराउनुभएको थियो। छलफलमा सहभागी तीनवटै जिल्लाका पत्रकारहरूले कोरोना महामारीको अवस्थामा आफूले भोगेका समस्या बारेमा आ-आफ्ना अनुभव सुनाएका थिए।

## बालविवाह र बालश्रमसम्बन्धी प्रशिक्षण

समाज संवाददाता

हेटौंडा: लैंगिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान जारी रहेकै बेला मकवानपुरको भीमफेदी गाउँपालिकाले बालविवाह र बालश्रमसम्बन्धी प्रशिक्षण एवम् अन्तरक्रिया गरेको छ। आइतबार भीमफेदी-१, सानुटारस्थित नवजागरण बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको संयोजनमा कार्यक्रम भएको हो।

सहकारीका अध्यक्ष भिम बहादुर लामाको सभाध्यक्षता तथा भीमफेदी गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष पार्वती रानाको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम भएको हो। कार्यक्रममा भीमफेदी गाउँपालिकाको १ नम्बर वडा अध्यक्ष श्यामकुमार बल, जिल्ला बचत तथा ऋण सहकारी संघ लिमिटेड मकवानपुरको सञ्चालक समिति सदस्य शर्मिला महतको पनि उपस्थिति रहेको थियो। कार्यक्रममा सहकारीका सेयर सदस्यको उपस्थिति रहेको थियो।

## लय समाउँदै खेल क्षेत्र पूर्वाधार निर्माण र खेलकुद प्रतियोगिता सुरु

समाज संवाददाता

हेटौंडा: गत चैत ११ गतेबाट सुरु भएको लकडाउन र निषेधाज्ञाले ठप्पप्रायः रहेको खेल क्षेत्रले विस्तारै गति लिन थालेको छ। स्थानीय क्षेत्रहरूमा खेलकुदसम्बन्धी क्रियाकलाप सुरु भएसँगै खेल क्षेत्रले लय समाउँदै माथि उक्लने आशा गर्न थालिएको छ।

कोरोना भाइरसको महामारीसँगै हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर १३ पदमपोखरीमा फुटबल ग्राउन्ड निर्माणले पूर्णता पाएको छ। ग्राउन्ड निर्माणसँगै मनिङवाक गर्ने ट्याक, पार्क र शारीरिक व्यायामका लागि आवश्यक सामग्रीहरू राखिने भएको छ।

बागमती प्रदेश सरकारबाट प्राप्त १० लाख रुपैयाँ बजेटबाट पुरानो फुटबल मैदानलाई व्यवस्थितरूपले मर्मत गरेर फुटबल ग्राउन्ड तयार पारिएको छ। हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर १३ का अध्यक्ष मनोज वाइवालगायत स्थानीय युवा क्लबका प्रतिनिधिसहित बुधवार निर्माण

सम्पन्न फुटबल ग्राउन्डको अनुगमन गरिएको मकवानपुर जिल्ला खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष सानु लामाले बताउनुभयो।

हाल तयार भएको फुटबल मैदानलाई थप बजेटको प्रबन्ध गरी अन्य पूर्वाधार निर्माणको आवश्यकता रहेको अध्यक्ष लामाले बताउनुभयो। बागमती प्रदेश सरकारसँग समन्वय गरि फुटबल मैदानसँगैको गुम्बा पछाडिको चौरमा पार्कसहितको मनिङवाक गर्ने ट्याक निर्माण गर्दै शारीरिक व्यायामको उचित व्यवस्था गरिने लामाले बताउनुभयो।

मकवानपुर जिल्लाभित्र रहेका सबै स्थानीय तहसँग समन्वय गरि खेलकुदका कार्यक्रम गरिने र जिल्लाभित्र रहेका सबै खेलका प्रशिक्षकहरूसँग समन्वय गरि शहर केन्द्रित मात्र नभई गाउँगाउँबाट खेलाडी उत्पादन गर्न विशेष कार्यक्रम गरिने समिति अध्यक्ष लामाले बताउनुभयो।

कोरोनाको महामारी एकातर्फ छ भने स्थानीय क्लबहरू स्वास्थ्य सुरक्षाको

मापदण्ड अपनाई विभिन्न खेलकुद प्रतियोगिता गरिरहेका छन्। मकवानपुर जिल्ला खेलकुद विकास समिति पनि पूर्वाधार निर्माण र विभिन्न खेलकुद गतिविधिहरूको योजना बनाउन लागेका छ।

मकवानपुर जिल्लामा पनि कात्तिक महिनामा राक्सिराड गाउँपालिका, हेटौंडा उपमहानगरपालिका, बकैया गाउँपालिकालगायतका ठाउँहरूमा फुटबल प्रतियोगिता भएका थिए भने हेटौंडा उपनगर पालिका वडा नम्बर ४ स्थित हुपाचौरमा बुधवारबाट प्रधानमन्त्री कप क्रिकेटमा सहभागिताका लागि खेलाडी छनौटका खेलहरू सुरु भएको छ।

स्थानीयस्तरमा मनहरी गाउँपालिकामा मदन भण्डारी रंगशाला निर्माण प्रक्रिया अघि बढ्नु, गौरीटार रंगशाला निर्माणले पुनः गति लिनु र स्थानीय वडाहरूमा पूर्वाधार निर्माणको कार्यहरू भइरहनुले मकवानपुरमा पनि खेलकुदले पुनः लय समाउने आशा गर्न थालिएको छ।

## हार्दिक बधाई

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको खेलकुद विकास समितिको अध्यक्षमा नियुक्त भई कार्यभार सफलतापूर्वक आत्मीय मित्र वन्दु शाहीलाई हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्दै कार्यकालको सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।



बासुलाल श्रेष्ठ, अध्यक्ष

एवम् मकवानपुर क्रिकेट संघ परिवार

हेटौंडा, मकवानपुर

## सुनौलो भविष्य स्वास्थ्य सहकारी संस्था लि. द्वारा सञ्चालित

### तपाईं हामै सुन्दर सहर हेटौंडास्थित

#### मकवानपुर सहकारी अस्पतालमा

- २४ घण्टा इमर्जेन्सी तथा ओपीडी सेवा।
- बालस्वास्थ्य विशेषज्ञ सेवा।
- पेट, छाती, मधुमेह, थाइराइड, ब्लड प्रेसर आदि सम्बन्धमा वरिष्ठ फिजिसियनद्वारा सेवा।
- छाला तथा यौन स्वास्थ्य विशेषज्ञ सेवा।
- जनरल सर्जरी (शल्यक्रिया) सम्बन्धी सम्पूर्ण सेवा।
- नाक, कान तथा घाँटी स्वास्थ्य विशेषज्ञ।
- मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ सेवा।
- स्त्री तथा प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी सम्पूर्ण सेवा।
- प्याथोलोजी विशेषज्ञ डाक्टरद्वारा प्याथोलोजी सेवा।
- वरिष्ठ मुटुस्वास्थ्य विशेषज्ञबाट महिनाको अन्तिम शनिबार सेवा।
- एक्सरे, इसिजि, इको, इन्डोस्कोपी, नेबुलाइजेसन आदि सेवा।

#### दैनिक ओपिडिमा

वरिष्ठ हाडजोर्नी विशेषज्ञ डा. सुन्दर श्रेष्ठ

#### मकवानपुर सहकारी अस्पताल

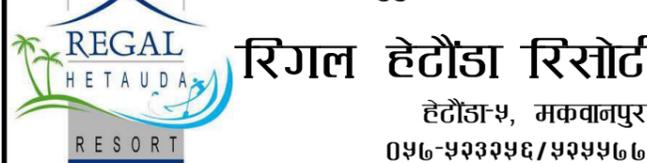
हेटौंडा-१, भिन्तुनापथ

## हेटौंडा रिसोर्टको सेवा सुचारू



कोभिड-१९ संक्रमणको जोखिमका कारण बन्द रहेको रिगल हेटौंडा रिसोर्टले यसै साताबाट आफ्नो सेवा सुचारू गरेको सहर्ष जानकारी गराउँदछौं।

अन्तर्राष्ट्रिय अनुभव प्राप्त दक्ष सेफबाट तयार पारिएको स्वादिष्ट परिकार शान्त, मनोरम वातावरणमा सपरिवार मज्जा लिनुहुन आग्रह समेत गर्दछौं।



## रिगल हेटौंडा रिसोर्ट

हेटौंडा-५, मकवानपुर

०५७-५२३२५६/५२५५७७

## श्री पञ्चरत्न बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि

हेटौंडा-२ सिद्धार्थपथ

### साधारण सभा सम्बन्धी जरूरी सूचना

यस पञ्चरत्न बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको यही मिति २०७७ साल मंसिर १४ गतेदेखि मंसिर २६ गतेसम्म हुन गइरहेको चौथो वार्षिक साधारण सभा कोभिड-१९ को कारणले एकै दिन विगत वर्षहरूमा जस्तै सामुहिक जमघट भै वार्षिक साधारणसभा गर्न नसकिने भएकोले सहकारी विभागले जारी गरीएको साधारण सभा सञ्चालन सम्बन्धि कार्यविधि २०७७ अनुसार भौतिक दुरी कायम गरी सभा सञ्चालन गरीने भएकोले उल्लेखित समयभित्र शेयर सदस्यज्यूहरूलाई यस संस्थाको हेटौंडा-२ सिद्धार्थपथ स्थित आफ्नै भवनमा आउनु भई कार्यसमितिको तर्फबाट संस्थाले तयार पारेको प्रतिवेदन बुझिदिनु हुन तथा साधारणसभाको उपस्थिति पुस्तिकामा उपस्थिति जनाइदिनु भई सहयोग गरिदिनु हुन हार्दिक अनुरोध गर्दछु। साथै प्रतिवेदनमा उल्लेख भएका प्रस्तावहरू बाहेकका कुनै प्रस्ताव राख्नुपर्ने भए सो को सुझाव समेत २०७७ मंसिर २१ गते भित्र प्रस्तावहरू दिनुहुन तथा सम्पूर्ण शेयर सदस्यज्यूहरूमा हार्दिक अनुरोध गर्दछु।

नोट:- यस संस्थाका शेयर सदस्यहरूको छोरा छोरीहरूमध्ये SEE मा सर्वोत्कृष्ट अंक हासिल गर्ने छात्र एक तथा छात्रा एक गरी दुई जनालाई विगत वर्षहरूमा भैं पुरस्कृत गर्ने भएकोले आ-आफना छोराछोरीहरूले SEE मा प्राप्त गरेको मार्कसीट उल्लेखित समयभित्र यस संस्थामा पेश गर्नहुन अनुरोध गर्दछौं। साथै तपसलिमा उल्लेखित शेयर सदस्यता भएका शेयर सदस्यज्यूहरूलाई तपसील बमोजिमको मितिमा उपस्थित हुनु हुँदा संस्थाले उपलब्ध गराइएको परीचयपत्र तथा माक्स अनिवार्य गरीएको व्यहोरा समेत अनुरोध छ। साधारणसभामा स्वयं उपस्थित हुने सदस्यहरूलाई मात्र यातायात खर्च प्रदान गरिनेछ। साधारणसभा समापन २०७७/०८/२६ हुने व्यहोरा समेत अनुरोध छ।

शेयर सदस्यता नम्बर अनुसार उपस्थित हुने तालिका यसप्रकार छ।

| उपस्थित हुने तालिका: | सदस्यता नं                           | मिति                      |
|----------------------|--------------------------------------|---------------------------|
|                      | १ देखि १२५ सम्म                      | २०७७मंसिर १४ गते          |
|                      | ११२६ देखि २५० सम्म                   | २०७७मंसिर १५ गते          |
|                      | २५१ देखि ३५५ सम्म                    | २०७७मंसिर १६ गते          |
|                      | ३५६ देखि ५०० सम्म                    | २०७७मंसिर १७ गते          |
|                      | ५०१ देखि ६२५ सम्म                    | २०७७मंसिर १८ गते          |
|                      | ६२६ देखि ७५० सम्म                    | २०७७मंसिर १९ गते          |
|                      | ७५१ देखि ८५५ सम्म                    | २०७७मंसिर २० गते          |
|                      | ८५६ देखि १००० सम्म                   | २०७७मंसिर २१ गते          |
|                      | १००१ देखि ११२५ सम्म                  | २०७७मंसिर २२ गते          |
|                      | ११२६ देखि ११५५ सम्म                  | २०७७मंसिर २३ गते          |
|                      | ११५६ देखि बाँकी सबै र छुट्टाफुट समेत | २०७७मंसिर २५ गते र २६ गते |

## “स्वास्थ्य नै सम्पत्ति”

तपाईंको सम्पत्तिको बचतका लागि

गोमा फर्माको सेवा विस्तार गर्दै

- सुगर, प्रेसर, थाईराइड, कलेजो
- मृगौला, मुटुरोग विशेषज्ञ।
- रगतबाट हुने सम्पूर्ण जाँचहरू गराइन्छ साथै प्रत्येक शनिबार निःशुल्क सुगर परिक्षण गरिन्छ।

डा. लोकेश भुजेल

MBBS. (UCMS, TU)

MD(Teaching HOSPital)

Internal Medicine

General physician (Teaching Hospital)

समय: हरेकदिन बिहान ८ बजेदेखि ५ बजेसम्म, दिउँसो ३ बजेपछि।

## गोमा फर्मा

हेटौंडा-१, भिन्तुनापथ

०५७-५२०६०७

CTEVT Affiliated Institution  
**CFD NEPAL**  
Empowering Woman

**ADMISSION OPEN**  
LIMITED SEATS AVAILABLE

**WE DESIGN THE DREAMS**

**FASHION DESIGNING COURSE**

Sanopokhara, Hetauda  
9855031455

Coordination with HIT Education

**सानो संसार अब टिसिएनरोडमा**

नारायणी मलमा रहेको पसल सानो संसार ठाउँ परिवर्तन गरी टिसिएनरोड, होटल अनमोल अगाडी सरेको जानकारी गराउँदछौं।

बच्चाहरूलाई आवश्यक सम्पूर्ण लुगा, जुता खेलौना उपलब्ध छ।

TCN ROAD, HETAUDA-10, (In front of anmol hotel)  
Pro: Bipin Tamrakar Contact -9845168800 Call- 9845294900  
SanoSansar