म.जि.प्र.का दर्ता नः
१०४/०६७/०६८

म.जि.हु.का.द.नं.
३०/०६९/०७०

बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडाबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको समाचारपत्र

समृद्ध समाज

SAMRIDDHA SAMAJ NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष:१४ अङ्क:- ७९ २०७९ माघ २४ गते मंगलबार 7 February 2023, Tuesday - पृष्ठ ४ मूल्य रू. ५/-

डिजल, पेट्रोल र मट्टितेलमा प्रतिलिटर ३ रुपैयाँ बढ्यो

हेटौंडाः नेपाल आयल निगमले सोमबार राती १२ बजेदेखि लागुहुने गरी डिजल, पेट्रोल र मट्टितेलमा प्रतिलिटर ३ रुपैयाँ मूल्य वृद्धि गरेको छ । बुधबार साँझ निगमले एक विज्ञप्ति जारी गर्दै मूल्यवृद्धि बारे जानकारी गराएको हो । निगमको नयाँ मूल्यअनुसार पेट्रोल प्रतिलिटर एक सय ७८ रुपैयाँ भएको छ भने डिजल र मट्टितेल प्रतिलिटर एक सय ७५ रुपैयाँ पुगेको छ । हवाई इन्धन र एलपी ग्याँसको मूल्य भने यथावत राखेको छ । अन्तर्राष्ट्रिय बजारमूल्य बढेसँगै मूल्यवृद्धि गर्नुपरेको निगमको भनाइ छ । निगमले अझै १६ अर्ब ३० करोड रुपैयाँ भुक्तानी गर्नुपर्ने दायित्व रहेको जनाएको छ ।

आधुनिक राष्ट्रिय माविको व्यवस्थापन समितिप्रति आकर्षण

आकांक्षीसँग छैन बलियो एजेण्डा

जमुना थिङ

हेटौंडाः हेटौंडा–४ मा रहेको आधुनिक राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालय व्यवस्थापन समितिको सदस्य बन्न अभिभावकको आकर्षण देखिएको छ । शनिबार भएको अभिभावक भेलामा व्यवस्थापन समिति सदस्य बन्न २१ जना अभिभावक आर्कांक्षी देखिएका छन् ।

समिति सदस्य बन्न आकांक्षी देखिएका अभिभावकसँग बलियो एजेण्डा भने छैनन् । विद्यालय विकासको स्पष्ट योजनाबिना अभिभावकहरु व्यवस्थापन समिति सदस्यका लागि मात्र आकांक्षी देखिएको पाइएको छ ।

व्यवस्थापन समिति सदस्यकी आकांक्षी सुभद्रा बर्तौला भन्नुहुन्छ– 'शैक्षिक गुणस्तर उकास्न तथा विद्यालयको व्यवस्थापन प्रभावकारी बनाउन सदस्य बन्न चाहेको हुँ ।' बर्तौलाकी छोरा आधुनिकमै कक्षा ८ मा अध्ययनरत् छन् । अर्की आंकाक्षी ईश्वरी विश्वकर्माले शिक्षाको गुणस्तर तल्लो स्तर देखि नै बलियो बनाउन आफू समिति सदस्य बन्न लागेको बताउनुभयो । विद्यालयमा विद्यार्थीको आकर्षणलाई कायम राख्दै भौतिक विकासलाई अघि बढाउने र नतिजामुखी शिक्षाका लागि सदस्यमा आकांक्षा राखेको उहाँको दावी छ । ईश्वरीका छोरा आधुनिक माविमा कक्षा ९ मा अध्ययनरत् छन् ।

व्यवस्थापन समिति सदस्य बन्न इच्छुक शोभा वाइबाले भने नियमित गृहकार्य परीक्षण गराउने वातावरण निर्माणको योजना अघि सार्नुभएको छ । वाइबाको छोरा सोही विद्यालयमा कक्षा ७ मा अध्ययनरत् छन् । विद्यालय व्यवस्थापन समिति सदस्यमा आकांक्षी देखिनुभएका ज्ञानेन्द्र मानन्धर भन्नुहुन्छ– 'विद्यालयको कमीकमजोरी, त्रुटीलाई सच्याउन सदस्य बन्न लागेको हुँ ।' मानन्धरका दुई छोरी विद्यालयको कक्षा ७ र ८ मा अध्ययनरत् छन् ।

अर्का आकांक्षी गौतमप्रसाद पौडेलले आफू सोही विद्यालयमा अध्ययन गरेकाले सदस्यको आकांक्षी बनेको बताउनुभयो । आफू विद्यालय रहेकै वडाको बासिन्दासमेत भएकाले विद्यालयको पठनपाठन सुधारका लागि सदस्य बन्न चाहेको उहाँको भनाइ छ । उहाँका छोरी पनि सोही विद्यालयमा अध्ययनरत् छिन् ।

निवृत्त शिक्षक शिवदयाल यादव पनि आधुनिक राष्ट्रिय माविको व्यवस्थापन समिति सदस्यमा आकांक्षी रहनुभएको छ । आफू निवृत्त शिक्षक भएका कारण शैक्षिक क्षेत्रमा आर्जन गरेको ज्ञानलाई प्रयोग गर्न सदस्यको आकांक्षी बनेको बताउनुभयो । ४१ वर्ष शिक्षण पेसामा बिताउनुभएका यादवले विद्यालयलाई आवश्यक परेको अवस्थामा अतिरिक्त कक्षा सञ्चालनका लागिसमेत समय दिनसक्ने भएकाले आफू सदस्यका लागि योग्य रहेको दावी गर्नुभयो । विद्यालयको कक्षा ७ र ८ मा दुई छोराहरु अध्ययनरत रहेको यादवको भनाइ छ ।

शनिबार भएको अभिभावक भेलाबाट ४ जना सदस्य छनोट गर्नुपर्नेमा पुरुषतर्फ १२ र महिलातर्फ ९ जना आकांक्षी देखिएपछि माघ २८ गतेसम्म सहमतिको प्रयास गर्ने गरी विद्यालय व्यवस्थापन समिति चयनको कार्य स्थगित गरिएको विद्यालयका प्रधानाध्यापक रामसागर गुरागाईले जानकारी दिनुभयो । समिति सदस्य बनन महिलातर्फ सुभद्रा बर्तौला, कमला विश्वकर्मा, सरस्वती श्रेष्ठ, लक्ष्मी बर्तौला, अमीना खातुन, शोभा वाइबा, रेणुका फुयाँल, पार्वतीकुमारी तिमल्सिना र ईश्वरी विश्वकर्मा रसाईली आकांक्षी देखिनुभएको छ । पुरुषतर्फ ज्ञानेन्द्र मानन्धर, केशवप्रसाद बन्जारा, प्रतीक चौलागाईं, गौतमप्रसाद पौडेल, इन्ताज, प्रमोद दास, राजेशकुमार बनिया, समिर शेष, शिवदयाल यादव, महमद समिम, अहमद खान र राजकुमार केसीले व्यवस्थापन समिति सदस्यमा दावी पेश गर्नुभएको छ ।

विद्यालय सञ्चालनका लागि साधन र स्रोत जुटाउने र तिनको परिचालन गर्ने, विद्यालयको चल, अचल सम्पत्तिको लगत राख्ने, राख्न लगाउने र सुरक्षा गर्ने, विद्यालयको शैक्षिक, भौतिक तथा आर्थिक तथ्याङ्क र विवरण अद्यावधिक गराई राख्ने काम विद्यालय व्यवस्थापन समितिले गर्नुपर्छ । विद्यालयको वार्षिक बजेट स्वीकृत गर्ने र त्यसको जानकारी नगर कार्यपालिकाको कार्यालयको शिक्षा हेर्ने निकायलाई दिने, विद्यालयमा स्वच्छ शैक्षिक वातावरण कायम राख्न राजनैतिक, धार्मिक वा साम्प्रदायिक भावनाको आधारमा विद्यालयको वातावरण धमिल्याउन नदिने, नगर कार्यपालिकाको कार्यालयको शिक्षा हेर्ने निकायबाट खटिएको शिक्षकलाई हाजिर गराई काममा लगाउने कार्य व्यवस्थापन समितिले गर्नुपर्ने हुन्छ ।

तोकेको लेखापरीक्षकबाट विद्यालयको वार्षिक लेखापरीक्षण गराउने, लेखापरीक्षकको प्रतिवेदन अनुसार तत्काल आवश्यक कारबाही गर्ने र त्यसको प्रतिवेदन नगरपालिकाको शिक्षा हेर्ने निकायमा पेश गर्ने पनि समितिको काम, कर्तव्य अधिकारमा पर्दछ । नगर शिक्षा समिति र नगर कार्यपालिकाको कार्यालयको शिक्षा हेर्ने निकायले दिएको आदेश तथा निर्देशनहरुको पालना गर्ने, आफैंले नियुक्त वा बढुवा गरेका शिक्षकका लागि तोकिएबमोजिमको पारिश्रमिक तथा सुविधाको व्यवस्था समितिले गर्नुपर्ने हुन्छ । यसैगरी शिक्षाको गुणस्तर कायम गर्ने सम्बन्धमा शिक्षक अभिभावक संघ गठन गर्ने, विद्यालयको सञ्चालन, रेखदेख, निरीक्षण र व्यवस्थापन गर्ने, शिक्षकलाई तालिमको लागि छनौट गर्ने, तालिममा जाने शिक्षकलाई तालिमबाट फर्केपछि कम्तीमा तीन वर्ष विद्यालयमा सेवा गर्नुपर्ने सम्बन्धमा शर्तहरु निर्धारण गरी कबुलियतनामा गराउने, विद्यालयको स्रोतबाट बेहोर्ने गरी शिक्षक तथा कर्मचारी नियुक्त गर्ने र त्यसरी नियुक्त शिक्षक तथा कर्मचारीलाई सरकारी तबरबाट समान तहका शिक्षक तथा कर्मचारीलाई तोकिदिएको तलब स्केलमा नघटाई तलब भत्ता खुवाउने काम गर्नुपर्दछ ।

स्वीकृत दरबन्दीको शिक्षक पद रिक्त हुन आएमा स्थायी पूर्तिका लागि सो पद रिक्त भएका मितिले पन्ध्र दिनभित्र नगर कार्यपालिकाको शिक्षा हेर्ने निकायमा जानकारी गराई शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइमा लेखी पठाउने, विद्यालयका शिक्षक तथा कर्मचारीहरुको हाजिरी जाँच गरी गयल हुने शिक्षक वा कर्मचारीउपर आवश्यक कारवाही गर्ने तथा आवश्यकतानुसार आफ्नो रायसहितको प्रतिवेदन कारबाहीका लागि नगर कार्यपालिकाको शिक्षा हेर्ने निकायमा पठाउने जिम्मेवारी समितिको हुनेछ ।

विद्यालयको शैक्षिक स्तर वृद्धि गर्न आवश्यक सामग्रीको व्यवस्था गर्ने, सरकारी तवरबाट सञ्चालन हुने विभिन्न कार्यक्रमहरूमा विद्यालयलाई सरिक गराउने, अभिभावक, शिक्षक र विद्यार्थीहरूले पालना गर्नुपर्ने आचार संहिता बनाई लागू गर्ने जिम्मेवारी पनि व्यवस्थापन समितिको हुन्छ ।

विद्यालय व्यवस्थापन समितिले शिक्षकहरुको अभिलेख अध्यावधिक गराइराख्ने, प्रत्येक वर्ष विद्यालयका चन्दादाता र अभिभावकहरुको भेला गराइ विद्यालयको अघिल्लो शैक्षिक वर्षको आय, व्यय तथा शैक्षिक उपलब्धी र आगामी वर्षको शैक्षिक कार्यक्रमको सम्बन्धमा जानकारी गराउने कार्य गर्नुपर्छ । शिक्षकलाई गरिएको विभागीय कारवाहीको जानकारी नगरपालिकाको शिक्षा हेर्ने निकायका शिक्षा प्रमुखसमक्ष पठाउने, विद्यालयको लेखा परीक्षणका लागि प्रचलित कानूनबमोजिम दर्ता भएका लेखा परीक्षकहरूमध्येबाट कम्तीमा तीन जना लेखा परीक्षकको नाम नियुक्तिका लागि नगर कार्यपालिकाको कार्यालयको शिक्षा हेर्ने निकाय समक्ष सिफारिस गर्ने, विद्यार्थी, शिक्षक तथा अभिभावकलाई विद्यालयको विकास तथा पठनपाठन सम्बन्धमा उत्प्रेरित गर्न आवश्यक व्यवस्था मिलाउने कार्य समितिले गर्नुपर्छ ।

विद्यार्थीलाई उपलब्ध गराइएको छात्रवृत्तिबापतको रकम सोधभर्नाका लागि सम्बन्धित निकायमा माग गर्ने, शिक्षा हेर्ने शाखा अधिकृतले विद्यालयको छड्के जाँच वा निरीक्षण गर्दा हाजिरी पुस्तिकामा गयल जनाएकोमा त्यस्तो गयलवापत तलब कट्टी गर्ने, व्यवस्थापन समितिको सचिवालय विद्यालय भवनमा राख्ने तथा विद्यालयको कागजपत्र र अभिलेख सुरक्षित गर्ने, शिक्षकहरुको सेवाको सुरक्षा र सम्बर्द्धन गर्ने, नगर कार्यपालिकाको कार्यालयले दिएको निर्देशनअनुरूप काम गर्नुपर्ने हुन्छ ।

हेटौंडामा अल नेपाल नोभिस बक्सिङ हुँदै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेश खेलकुद परिषद् र मकवानपुर जिल्ला बक्सिङ संघको आयोजनामा हेटौंडामा अल नेपाल नोभिस बक्सिङ प्रतियोगिता हुने भएको छ । सोमबार हेटौंडामा पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गरेर आगामी फागुन १५ गतेदेखि २० गतेसम्म प्रतियोगिता हुने मकवानपुर जिल्ला बक्सिङ संघका अध्यक्ष दीपेश जोशीले जानकारी दिनुभयो ।

नयाँ खेलाडी लक्षित प्रतियोगितामा महिलातर्फ ४८ केजीदेखि ६६ केजी तौलसम्म ८ वटा समूह तथा पुरुषतर्फ ४८ केजीदेखि ७५ केजी तौलम्म ९ वटा समूहमा प्रतिस्पर्धा हुनेछ । १६ देखि २१ वर्ष उमेर समूहका खेलाडी सहभागी हुने प्रशिक्षक लालबहादुर पौडेलले जानकारी दिनुभएको छ । बागमती प्रदेश खेलकुद परिषद्का सदस्य धनकुमार मैनालीले नयाँ पुस्ताका खेलाडीलाई सहभागिताको अवसर प्रदान गर्न लागिएको जानकारी दिनुभयो ।

हेटौंडा-४ स्थित बहुउद्देश्यीय कभर्ड हलमा हुने प्रतियोगिता आयोजनाका लागि ३५ लाख रुपैयाँ लागत अनुमान गरिएको छ । नेपाल बक्सिङ संघका पूर्व केन्द्रीय सदस्य समेत रहनुभएका मकवानपुर जिल्ला खेलकुद विकास समितिका अध्यक्ष वेश खड्गीले प्रतियोगितामा प्रथम हुने मकवानपुरका खेलाडीलाई जनही ३ हजारका दरले पुरस्कार दिने घोषणा गर्नुभयो ।

प्रतियोगितामा प्रथम हुनेले १० हजार रुपैयाँ, द्वितीय हुनेले ५ हजार रुपैयाँ र तृतीय हुनेलाई ३/३ हजार रुपैयाँ प्रदान गरिनेछ । यस्तै उत्कृष्ट खेलाडीले नगद ५ हजार रुपैयाँ र ग्लोब्स प्राप्त गर्नेछ । नेपाल बक्सिङ संघको प्राविधिक सहयोग रहनेछ । प्रतियोगिताको संयोजक मकवानपुर जिल्ला बक्सिङ संघका अध्यक्ष दीपेश जोशी रहनुभएको छ ।

समृद्धि प्रकाशन प्रा. लि.
हेटौंडा, मकवानपुर

बालबालिकालाई मैत्रीपूर्ण वातावरणमा पढ्न, लेख्न सिकाउन अभिभावक जिम्मेवार बनौं ।

चितवनमा ४ जनाको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः विभिन्न घटनामा बागमती प्रदेशका विभिन्न घटनामा ४ जनाको मृत्यु भएको छ । चितवन जिल्लाको भरतपुर महानगरपालिका-२ स्थित मानव सेवा आश्रममा एक महिलाको मृत्यु भएको छ । माघ १२ गते करिब ७ बजेर ५० मिनेटको समयमा बेवारिसे अवस्थामा फेला पारेको अन्दाजी ४५ वर्षकी गंगा अधिकारीलाई भरतपुर महानगरपालिका-३, बेलचोकस्थित मानव सेवा आश्रममा राखिएको थियो ।

माघ २२ गते करिब १० बजेको समयमा अधिकारीको मृत्यु भएको मानवसेवा आश्रमले प्रहरीलाई जानकारी दिएको हो । शव पोस्टमार्टमका लागि भरतपुर अस्पतालमा रहेको र मृत्युको घटनाबारे थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ । यस्तै भरतपुर महानगरपालिका-१६ फुर्तिचोकमा एक महिला मृत फेला परेकी छन् । मृतक भरतपुर महानगरपालिका-१६, ब्रह्मपुर चौधघरे घर भई २ वर्षदेखि बेवारिसे अबस्थामा मागी हिंड्ने अन्दाजी ४५ वर्षकी चित्रमाया कुँवर रहेको प्रहरी जनाएको छ । शव पोस्टमार्टमका लागि भरतपुरमा अस्पतालमा लगिएको घटनाबारे थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ । भरतपुर महानगरपालिका-१७ मझुवा वन नजिक एक जना पुरुषको शव फेला परेको छ । नारायणी नदिको किनारमा रुखमा अड्किएको अवस्थामा एकजना पुरुषको शव फेला परेको प्रहरीले जनाएको छ । यस्तै भरतपुर महानगरपालिका-३, बेल्चोकस्थित मानव सेवा आश्रममा एक जना महिलाको मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा नाम नखुलेको अन्दाजी ७२ वर्षकी महिला रहेको प्रहरीले जनाएको छ । आइतबार आश्रममा सुत्ने कोठामा मृत फेला हुनासाथ आश्रमले प्रहरीलाई खबर गरेको थियो । शव सरकारी अस्पताल भरतपुरमा लगिएर पोस्टर्माटम भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

समृद्धि प्रकाशन प्रा. लि. हेटौंडा, मकवानपुर

सम्पादकीय

मोतिबिन्दु र डा. रुइत

मोतिबिन्दु मानिसको आँखाको लेन्स (नानी)मा दाग लागेर दृष्टि क्षमता घट्ने रोग हो । आँखाभित्र रहेको पारदर्शी मणिजस्तै लेन्स क्रमशः अर्ध-पारदर्शक र अपारदर्शक हुँदै दृष्टिमा क्षमता कमजोर हुने रोगलाई मोतिबिन्दु भनिन्छ । आँखाको लेन्सले हामीले हेर्ने वस्तुहरुलाई आकृति बनाएर प्रष्टरुपमा दृष्टिपर्दा (रेटिना) मा फोकस गर्दछ । रेटिनाबाट प्रकाशका आकृतिहरु स्नायु संकेतहरु बनेर मस्तिष्कमा जान्छ । यदि लेन्समा बादल वा धब्बा छ भने निश्चय नै रेटिनामा प्रष्ट आकृति बन्न सक्दैन । जसले मानिसको दृष्टि क्षमता घट्छ । मोतिबिन्दु बिस्तारै बढ्दै जाने रोग हो र यसले एउटामात्र वा दुबै आँखामा असर पुऱ्याउन सक्छ । यो सरुवा रोग होइन । अधिकांश मोतिबिन्दु उमेर बढ्दै जाँदा देखा पर्छन् । तर, मोतिबिन्दु उमेरसँग मात्र नभई अन्य आँखाका रोगहरु, विकिरण, चोटपटक तथा लामो समयसम्म औषधीको प्रयोगबाट पनि हुन सक्छ । कुनै व्यक्तिमा जन्मजात वा कसैमा मधुमेह रोगका कारण पनि मोतिविन्दु हुनसक्छ । यो रोग लागेका मानिसहरुमा रङहरु फिक्का देखिने, धमिलो देखिने, बत्ती वा प्रकाशका अन्य स्रोतहरुका वरिपरि गोलो घेरा देखिने, धेरै उज्यालोले समस्या पैदा गर्ने र राति आँखा नदेख्नेजस्ता लक्षणहरु देखा पर्दछन् ।

नेपालमा आँखासम्बन्धी लाग्ने रोगमध्ये मोतिबिन्दु अग्रस्थानमा आउँछ । समयमा यसको उपचार नहुँदा कयौंले सदाका लागि दृष्टि गुमाउने गरेका छन् । तर, नेपालकै नेत्ररोग विशेषज्ञ डा. सन्दुक रुइतले मोतिबिन्दुको सरल र सस्तो उपचार पद्दतिको विकास गरेर नेपालमा मात्र नभई विश्वमै धेरैको दृष्टि समस्या समाधान गर्दै आएका छन् । आँखामा हुने मोतिबिन्दुको उपचारमा डा. रुइतले पुऱ्याएको योगदानको कदर गर्दै उनलाई विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय पुरस्कारबाट सम्मानित गरिएको छ । डा. रुइतकै अग्रसरतामा नेपालमा तिलगंगा आँखा प्रतिष्ठान स्थापना भई क्रियाशील छ । प्रतिष्ठानले तिलगंगा आँखा अस्पतालसहित देशका अन्य भागमा पनि आँखा उपचारका लागि अस्पतालहरु सञ्चालन गरिरहेको छ । प्रतिष्ठानले मोतिबिन्दुको उपचारमा प्रयोग हुने लेन्सको उत्पादन गरेर लाखौं नेपाली तथा विदेशीको आँखाको ज्योति प्रदान गर्दै आएको छ । तिलगंगा आँखा प्रतिष्ठानकै शाखाको रुपमा करिब डेढ दशकदेखि हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पताल स्थापना भई आँखा रोगीहरुलाई उपचार सेवा प्रदान गरिरहेको छ ।

डा. रुइतको नेतृत्वमा हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालमा तीन दिन लगाएर तीन सय १० जनाको मोतिबिन्दुको शल्यक्रिया भएको छ । मकवानपुर सहित ४ जिल्लाका ८ स्थानमा आयोजना गरिएको आँखा परीक्षण शिविरमा मोतिबिन्दुको समस्या देखिएका बिरामीलाई अस्पतालमा ल्याएर निःशुल्क शल्यक्रिया गरिएको छ । तेज कोहली एण्ड रुइत फाउण्डेशनको सहयोग, हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालको प्राविधिक सहयोग र लायन्स क्लबको सहजीकरणमा भएको शिविरमा दुई हजार तीन सय ५७ जनाको आँखा परीक्षण गर्दा तीन सय ३५ जनामा मोतिविन्दुको समस्या देखिएको थियो । गत बिहीबारदेखि शनिबारसम्म डा. रुइतको नेतृत्वमा डा. सुनिल थकाली, डा. श्याम व्यास र डा. एलिना गौचनले मोतिबिन्दुको शल्यक्रिया गरेका थिए । शल्यक्रिया गरिएका सबैजना आइतबार घर फर्किएका छन् ।

आँखामा हुने मोतिबिन्दुको सहज उपचारको पर्याय बनेका डा. रुइतको नेतृत्वमा हालसम्म लाखौं नेपालीको आँखामा लागेको मोतिबिन्दुको उपचार भइसकेको छ । डा. रुइतले विकास गरेको प्रविधिले मोतिबिन्दुको उपचार निकै सरल र सहज बनाएको छ । उनको प्रविधि र दक्षतालाई तिलगंगा प्रतिष्ठानमार्फत् केही हदसम्म सदुपयोग भइरहेको भए पनि राज्यस्तरबाटै अझ व्यापकता दिनु आवश्यक छ । विभिन्न कारणले हुने मोतिबिन्दुको उपचारलाई अझ व्यापक र सुलभ बनाउन सरकारले डा. रुइत र प्रतिष्ठानलाई आवश्यक सहयोग तथा सहजीकरण गर्नुपर्छ । डा. रुइतसहित उनको टिमलाई सरकारले थप प्रोत्साहन र हौसला दिन सकेमा आँखाका अन्य रोगहरुको पनि सहज उपचार प्रविधि विकासमा सहयोग पुग्ने विश्वास गर्न सकिन्छ ।

महत्वपूर्ण फोन नम्बरहरु

जिल्ला प्रशासन कार्यालय ५२०४९५	फापरबारी इलाका ६२१९८०
जिल्ला प्रहरी कन्ट्रोल १००	चित्लाङ इलाका ६२१०००
ट्राफिक प्रहरी १०३	वारुण यन्त्र १०१
वडा प्रहरी ५२०२९९	बालबालिका खोजतलास केन्द्र १०४
पशुपतिनगर इलाका ५२०५९८	बाल हेल्पलाइन १०९८
मनहरी इलाका ९८५५०९०१६१	हेलो सरकार ११११
भीमफेदी इलाका ६९१४६२	नेपाल टेलिकम सोधपुछ १९७
पालुङ इलाका ६२०४६७	

तपाईको राशिफल

पं. ज्योतिषः तोयानाथ सुवेदी
ॐ तुलसी मेडीकल हल, हेटौंडा-८, कमाने
सम्पर्क : ९७४५०२८५५५

मेष	: धार्मिक र सामाजिक काममा सरिक भइने समय छ ।
वृष	: तर्क र विवादमा विजय प्राप्त हुने समयको योग छ ।
मिथुन	: व्यक्तित्व विकास र उन्नति प्राप्तिबाट लाभ होला ।
कर्कट	: पेशा र व्यवसायमा आँच आउने समय छ ।
सिंह	: सोच र बुद्धिको उपयोगले काममा सफलता प्राप्ति ।
कन्या	: पुरस्कार र सम्मान योग प्राप्ति हुने समय छ ।
तुला	: सामाजिक र धार्मिक काममा अलमल होला ।
वृश्चिक	: पढाई– लेखाइका काममा मन जाने योग छ ।
धनु	: आलस्यले डेरा जमाउने समयको योग छ ।
मकर	: प्रतियोगी र प्रतिद्वन्द्वीसँग विजय प्राप्त हुने छ ।
कुम्भ	: सामाजिक र परोपकारजन्य काममा सरिक भइने छ ।
मीन	: आँटे ताकेका कामहरु सम्पन्न हुने समयको योग छ ।

माफ गर्नुहोला, 'ह्यारीकी प्यारी'लाई प्यार गर्न सकिएन

सामीप्यराज तिमल्सेना

युवकलाई गाउँमा स्वास्थ्य चौकी बनाउन पैसा चाहिएको छ । यसका लागि एउटै उपाय छ, पुर्ख्यौली सम्पत्ति धरौटी राख्ने । तर युवकको एक मात्र हजुरआमाले सर्त राख्छिन्, 'बिहे गरेर आइज । अनि मात्र सम्पत्ति तेरो नाममा गरिदिन्छु ।'

यता युवतीको पनि एक मात्र हजुर आमा छन् जो नातिनीको बिहे गराउन आतुर छिन् । उनलाई पनि पनाति–पनातिनीको मुख हेर्ने रहर छ । यस्तो अवस्थामा युवतीले उपाय निकाल्छिन्, नक्कली बिहे गर्ने र विर्यग्रहणमार्फत गर्भवती बनेर हजुरआमाको चाहना पूरा गर्ने । असम्भव जस्तो लाग्ने यो अवस्थामा युवक र युवतीको चाहना कसरी पूरा होला ?

भट्ट सुन्दा शुक्रबारबाट प्रदर्शन थालेको 'ह्यारीकी प्यारी'को 'लगलाइन' चखिलो लाग्छ । तर चखिलो 'लगलाइन' लाई लेखक र निर्देशकले उस्तै गरी बुन्न चुकेका छन् । त्यसैले जितु नेपाल र साम्राज्ञी राज्यलक्ष्मी शाह अभीनित 'ह्यारीकी प्यारी' नेपालमा बन्ने कमजोर फिल्मको लाइनमा खडा भएको छ ।

हरिप्रसाद चौलागाईं उर्फ ह्यारी (जितु नेपाल) पोखरा परको गाउँमा आफ्नी हजुरआमा (लक्ष्मी गिरी) र काका (विजय बराल)का साथमा बस्छ । ह्यारीको सपना हुन्छ गाउँमा स्वास्थ्य चौकी बनाउने । यसका लागि उसले गाउँको चिया पसलदेखि चौतारीसम्ममा डोनेसन बक्स झुण्ड्याउने गरेको छ जसमा गाउँलेले सुको पनि हाल्दैनन् ।

यही समयमा उसले वीर्यदान गरेबापत ३० लाख पाउने सूचना पढ्न पुग्छ र ह्यारी पैसाको लोभमा काठमाडौं दगुर्छ । यता विकल्पको छनौटमा नगई जेनी आरएल राणा (साम्राज्ञीराज्य लक्ष्मी शाह) पनि वीर्यग्रहणको विज्ञापन गर्छे र नाटकीय संयोगसँगै ह्यारीलाई छान्छे । यसपछि पर्दामा विवाहदेखि बच्चासम्मका दृश्य देखिन्छन् तर दर्शकलाई भावनात्मक रुपमा जोड्ने प्रयत्न नै नगरी ।

पर्दामा देखाइने चिज विश्वसनीय भएनन् जति तामझामका साथ यी चिज देखाए पनि दर्शकको मनमा बस्दैनन् । पहिलो पल्ट निर्देशक बनेका डा. कपिल रिजालका फ्रेम त झकिझकाउ छन् तर विश्वसनीय हिसाबले पर्दामा आउनुपर्ने दृश्य अति सतही छन् । यसले फिल्मको चरित्र र दर्शकलाई जोड्न सकेको छैन । जस्तो कि जितुको स्वास्थ्य चौकी बनाउने सपना, स्वास्थ्य चौकी बनाउने 'मोटिभेसन' र जेनीले वीर्यग्रहणमार्फत बच्चा जन्माउने निर्णय ।

हजुरआमाको दबाबका कारण जेनीले यस्तो निर्णय लिन बाध्य भएको बताउन खोजिए पनि निर्देशक रिजालसहित अभिमन्यू निरवी, गिरिराज घिमिरे र सुदीप बरालले लेखेको पटकथा यति खुकुलो छ कि पर्दामा चरित्रले गर्ने कुनै पनि निर्णय परिस्थिति वशीभूत नभई लेखकको मनोमानीमा गराइएको छ । चरित्रमाथि लेखक हाबी हुँदा हुने यस्तै नै हो । यस्तो शैलीले न त चरित्रले आफ्नो लक्ष्य निर्धारण गर्न सक्छ, न त लक्ष्यमा पुग्न आइपर्ने बाधा अवरोध छिचोल्न ।

सम्भवतः यो एउटा कथामा भएभरका सबैले 'क्रेडिट' लिन खोज्दाको परिणाम हो । फिल्मको पटकथामा निर्देशक त भइहाले, छायांकार र मुख्य सहायक निर्देशकले पनि नाम राख्ने लोभ संवरण गरेका छन् । मूलकथालाई कसिलो बनाउन योगदान दिनु रचनात्मक भूमिकामा रहेका सबैको कर्तव्य हो । यति गरेकै भरमा मूल पटकथाकारमाथि हाबी हुँदा सम्भवतः यस्तै दुविधायुक्त फिल्म निस्कन्छ ।

सुरुमा चरित्रहरु एउटा आदर्शमा देखिनु र पछि विनाआधार अर्कै हुनु, कमजोर लेखनको संकेत हो । खासगरी जेनीको चरित्र चित्रणमा देखिएको यो कमजोरीले फिल्म हलुका बनाएको छ । किनकि लेखनमा जेनीको चरित्रको 'एक्सटर्नल' र 'इन्टर्नल' दुवै पक्ष खुलेको छैन । जेनीलाई काठमाडौंको नामी अस्पतालको मालिक्नी देखाएको छ । जवान र सुन्दर त छे नै । तर पनि ऊ ह्यारीले एकचोटि भनेकै (भनेको कुरा राम्ररी स्थापित पनि छैन) भरमा विवाहको नाटक गर्छे र गाउँ, गाउँले र ह्यारीको प्रेममा पर्छे ।

अनि पैसाका लागि आसक्त छ भनेर रोजेको केटा पैसाको पछि लाग्यो भनेर रिसाउँछे पनि । गाउँ, सहर र प्रेमका सम्बन्धमा ह्यारीसाग भेट्नुअघि उसको दृष्टिकोण कस्तो थियो भनेर बताएको भए दोस्रो हाफमा गाउँमा गएर ऊ चकित पर्ने र ह्यारीको चरित्रलाई मायालु नजरले हेर्ने कुरा बलियो हुनसक्थ्यो । त्यसो नहुँदा सहरको मान्छे गाउँको दैनिकी देखेर लट्ठ हुने 'स्टेरियोटाइप'मा यो फिल्म पनि फसेको छ ।

यसैगरी ह्यारीको चरित्रमा धेरै विशेषता थोपर्नु पनि कथाका लागि हानिकारक भएको छ । ह्यारी गाउँले हो, गरिब हो र सुन्दरताको प्रचलित मान्यताअनुरुप सुन्दर पनि छैन् जुन कुरा जेनीको मुखैबाट बोलाइएको पनि छ । एउटै चरित्रमा यति धेरै कमजोरी थोपरेर देशकै सुन्दर र धनी युवती उसको पछि लागेको देखाउन, पटकथामा त्यही स्तरको बुनोट चाहिन्छ । यो हुन नसक्दा महत्वाकांक्षी कथाको क्लाइमेक्स फिस्स भएको छ ।

फिल्मको मूलकथालाई लिएर पनि लेखक⁄निर्देशक अलमलमा छन् । कथा जेनी र ह्यारीको असम्भव लाग्ने प्रेमकथा भन्नलाई बुनिएको हो कि ह्यारीको स्वास्थ्य चौकी बनाउने सपना कसरी पूरा होला भन्ने कुरा देखाउनलाई हो भन्ने कुराले फिल्मको लय बिगारेको छ । मूलकथामा सहायक कथा हुन सक्छन् र चरित्रको लक्ष्य पनि हुन सक्छ तर कुनै विन्दुमा गएर यिनीहरु जोडिएनन् भने तिनको सार्थकता रहन्न ।

पहिलो र दोस्रो भागमा स्वास्थ्य चौकी बनाउन र अचानक ह्यारी गाउँको 'सेभियर' बनेको कुरा यस गरी मूलकथामा जोडिएका छैनन् । अरुले भनेर हैन, जेनीले ह्यारीले गरेको काम देखेर प्रभावित भएको भए फिल्म अर्कै हुन्थ्यो । यही कारण ह्यारीले स्वास्थ्य चौकी बनाउन मरिहत्ते गरेको कुराले निर्माताको खर्च मात्र बढाएको छ । अझ गाडी, मोटरसाइकल मज्जाले चल्ने ठाउँमा स्वास्थ्यचौकीको महत्व पुष्टि हुँदैन । यसले निर्देशक समाज नै नबुझी फिल्म बनाउन कुदेको महसुस हुन्छ ।

फिल्ममा हजुरआमाहरुको नाटकीय परिवर्तन पनि दर्शकलाई पचाउन गाह्रो पर्छ । अझ यसमा पनि ह्यारीकी हजुर आमा (लक्ष्मी गिरी)ले फिल्मको अन्त्यतिर आएर गाउँले र सहरियाको भिन्नता बताउने दृश्य बिझाउनेछ । सर्वगुण सम्पन्न नातिनी बुहारी घर भित्रिएकामा हजुरआमा सामान्य प्रश्न त गर्छिन् तर गहिराइमा पुगेर असम्भव जस्तो लाग्ने काम कसरी भयो होला भन्ने जिज्ञासा राख्दिनन् । न त गाउँले नै यो विषयमा जिज्ञासा राख्छन् । मिल्दोजुल्दो जोडी हुँदा त मान्छे अनेक शंका गर्छिन् तर यहाँ त जोडा नै आकाश–जमिनको थियो ।

असंगत दृश्यको कुरा गर्दा छिनमै पैसाका लागि मरिहत्ते गर्ने तर भएको पैसामा रत्तिभर नसोची आइटम नचाउने पनि यही श्रेणीमा पर्छन् । समग्रमा धेरै दृश्य यस्ता छन् जहाँ लेखक–निर्देशकले चरित्रलाई जे मन लाग्यो त्यही गराएका छन् । फिल्ममा चरित्रलाई दायाँबायाँ ...बाँकी पृष्ठ ३ मा

बिहान उठ्नासाथ के गर्ने ?

सुमित्रा लुंइटेल

बिहानको सुरुवात राम्रो भए दिनभर नै शरीर चुस्त र फूर्तिलो हुन्छ भनिन्छ । त्यसैले बिहान उठेपछि के गर्ने भन्नेमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ ।

व्यस्त जीवनशैलीले अधिकांश मानिस आफ्नो दैनिकीमा ध्यान दिइरहेका हुँदैनन् । दिनभर कामको चिन्तामा कसरी बित्छ भन्ने पत्तै हुँदैन । यस्तोमा बिहानको समय पनि हामीले राम्ररी बिताएनौं भने त्यसको प्रभाव दैनिकीमा पर्छ । बिहान उठ्नासाथ के गर्ने भन्ने विषयमा प्राकृतिक चिकित्सक दीपा पाण्डेले दिएको सुझावः

सधैं एउटै समयमा उठ्ने

बिहान सूर्योदयभन्दा अघि उठ्न सकिन्छ भने एकदमै राम्रो हुन्छ । सूर्योदयअघि उठ्न सकिंदैन भने पनि हरेक बिहान एकै समयमा उठ्ने प्रयास गर्नुपर्छ । हरेक दिन एकै समयमा उठियो भने शरीर चक्र कायम रहन्छ । त्यसमा परिवर्तन भयो भने मन पनि विचलित हुन सक्छ ।

बेडबाट उठ्नुअघि शरीरलाई स्ट्रेचिङ गर्ने

सुतेको समयमा हाम्रो शरीरको मांसपेशी, खासगरी मेरुदण्डको हड्डी कठोर भएको हुन्छ । जसलाई सामान्य अवस्थामा फर्काउन शरीरलाई स्ट्रेच गर्नुपर्छ । तीन–चारपटक शरीर स्ट्रेच गर्ने र बायाँ फैलिएर सकारात्मक ऊर्जालाई महसुस गर्ने गर्दा दिनभर शरीर चुस्त र फूर्तिलो बन्छ ।

मनतातो पानी पिउने

बिहान उठेपछि पानी पिउने बानी बसाल्नुपर्छ । आफ्नो इच्छाअनुसार मनतातो वा चिसै पनि पानी पिउन सकिन्छ । यसले गर्दा शरीर हाइड्रेटेड मात्र रहँदैन, दिसा पिसाबमा पनि सहज हुन्छ । यसले दिनभर पेटमा ग्यासको समस्या हुँदैन ।

शौचालय जाने

बिहान ५ देखि ६ बजेसम्मको समय शौचालय जानका लागि उत्तम हुन्छ । वास्तवमा, यस समयमा हाम्रो शरीरमा अधिक हावा हुन्छ, जसले दिसालाई राम्रोसँग बाहिर निस्कन मद्दत गर्छ । त्यसैले समयमै दिसा पास गर्न सजिलो हुन्छ ।

मर्निङवाक

बिहान उठेर तुरुन्तै अफिस जान हतार गर्नु हुँदैन । बिहानको समयमा करिब २० देखि ३० मिनेट हिंड्ने वा दौडिने समय निकाल्नुपर्छ । यसले शरीरमा रक्तसञ्चार बढाउँछ, जुन स्वास्थ्यका लागि राम्रो हुन्छ ।

बिहानको नास्ता

राति खाना खाएर सुतेपछिको कम्तीमा ९–१० घण्टा हाम्रो पेट खाली हुन्छ । यसपछि गरिने नास्ताले शरीरको ऊर्जा र पोषक तत्वको भण्डारलाई भरपाई गर्छ । बिहानको नास्ताले शरीरको पाचन यन्त्रलाई सक्रिय बनाउँछ र दिनभरको लागि ऊर्जा प्रदान गर्ने विभिन्न अध्ययनमा उल्लेख छ । बिहान उठेपछि मस्तिष्क र मांसपेशीलाई सक्रिय बनाउन पनि बिहानको नास्ता महत्वपूर्ण छ ।

बिहान उठ्नासाथ गर्नु हुँदैन यी गल्ती

उठ्नासाथ मलमूत्र त्याग नगर्नु

कतिपय मानिस बिहान उठेर शौचालय जान अल्छी मान्छन् तर उठेर मनतातो पानी पिइसकेपछि मलमूत्र त्याग गर्नुपर्छ । किनभने यसो नगर्दा शरीरमा विकार फैलिन्छ । त्यसैले बिहान उठेपछि आरामपूर्वक मलमूत्र त्याग गर्नैपर्छ ।

उठ्नासाथ दूध चिया पिउनु

कतिपय व्यक्तिको उठ्नासाथ दूध चिया खाने बानी हुन्छ । बिहान उठ्नासाथ खाली पेटमा दूध राखेको चिया पिउँदा भोक हराउने, शरीर आलस्य हुनेजस्ता समस्या देखा पर्न सक्छ । भोक नलाग्दा शरीरले आवश्यक पोषक तत्व नपाएर पेट पोल्ने, अमिलो पानी आउने र ग्यास्ट्रिकको समस्या समेत हुन्छ ।

हत्तपत्त उठेर काममा लाग्नु

दिनको आरम्भ बिस्तारै–बिस्तारै शान्तपूर्वक गर्नुपर्छ । उठ्ने बित्तिकै हत्तपत्त काममा लागिहाल्नु हुँदैन । आँखा खुलेपछि थोरै समय ओछ्यानमै आराम गर्नुपर्छ । यसरी उठ्दा सुप्त अवस्थामा रहेको शरीरको ऊर्जा राम्ररी सञ्चार हुन पुग्छ । यसले शरीरमा ऊर्जाको संचारलाई सन्तुलित गर्छ ।

बिहानको नास्ता नगर्नु

रातिको खाना र बिहानको खानाबीच लामो 'ग्याप' हुन्छ, जसले ब्लड सुगर लेभल कम हुन्छ । यदि सुतेर उठेको एक घण्टामा हामीले केही खाएनौं भने ब्लड सुगर लेभल अझ घट्छ । त्यसैले बिहानको नास्ता गर्नु जरुरी हुन्छ । तर ब्रेकफास्ट भने ताजा हुनुपर्छ । चिया, बिस्कुटजस्ता खानेकुराभन्दा भिजाएको बदाम, रोटी, फल सेवन गर्नुपर्छ ।

आँखा खोल्नासाथ मोबाइल चलाउनु

बिहान निद्रा खुल्नासाथ मोबाइल चलाउने धेरैको बानी हुन्छ । आँखा मिच्दै फोनमा इमेल, म्यासेज चेक गर्न थाल्छन् । यसले उठ्नुअघि नै तनाव पैदा गरिदिन्छ । त्यसैले उठ्नासाथ मोबाइल चलाउनु हुँदैन ।

एक्सरसाइज नगर्नु

धेरैजसो मानिस बिहान उठ्नासाथ काममा लाग्छन् । त्यसअघि हल्का व्यायाम गर्नैपर्छ । शारीरिक काम गर्नु र व्यायाम गर्नुमा फरक छ । काम गर्दा शरीरको एक भागलाई मात्र असर परिरहेको हुन्छ । मानसिक तनाव हुन्छ । तर प्रफुल्ल मुद्रामा गरिने व्यवस्थित व्यायामले शरीरको समग्र भागलाई लाभान्वित तुल्याउँछ ।

(स्रोतः अनलाईनखबर)

पूर्वाधारको काममा प्रत्यक्ष सहभागी हुन्छु

विकास निर्माण, सामाजिक क्षेत्र तथा वडा तहमा हुने स–साना उपलब्धीहरुमा स्थानीय तहको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । स्थानीय तहमा नयाँ सरकार निर्वाचित भएको ६ महिना पूरा भएको छ । ६ महिनाको अवधिमा भएका उपलब्धी, अनुभव, अवसर र आगामी दिनको योजनाहरुको विषयमा हेटौंडा उपमहानगर पालिका वडा नम्बर ११ की वडा अध्यक्ष जुना दाहालसँग समृद्ध समाज दैनिकका सम्पादक सुरेश श्रेष्ठले गर्नुभएको कुराकानी:

जुना दाहाल,
११ नं. वडा अध्यक्ष
हेटौंडा उपमहानगरपालिका

समाजः वडा अध्यक्षको रुपमा तपाईंको दैनिकी कस्तो भइरहेको छ ?

दाहाल: ब्यस्तताभन्दा पनि वडाबाट दैनिक दिने सेवाहरुमा अलि बढि ब्यस्त हुन्छु । बिहान १० बजेदेखि दिउँसो २ बजेसम्म वडामै ब्यस्त हुन्छु । त्यसपछिको समयमा वडामा टोल विकासहरुको भेला, वडामा हुने विभिन्न खाले कार्यक्रम वा भेलाहरुमा एउटा जनप्रतिनिधि उपस्थिति हुनुपर्ने हुँदा सकेसम्म समयानुकूल रहेसम्म वडाका जनतालाई दिनुपर्ने सेवामा अबरोध नपुग्ने गरी म सबै कार्यक्रममा पुग्न खोज्छु । त्यो समयको ब्यवस्थापन गरिरहेको हुन्छु । मैले नभ्याउँदा ४ जना वडा सदस्य हुनुहुन्छ । उहाँहरुलाई पनि कार्यक्रममा सहभागी हुन सहकार्य गर्छु ।

समाजः म महिला वडा अध्यक्ष हुँ भन्ने हिसाबले तपाईंले कस्तो महसुस गरिरहनु भएको छ ?

दाहाल: बिगतमा पनि म जनप्रतिनिधि भएको र निरन्तर काम गरिरहेको हुँदा मेरो अनुभव साथै जनताले मेरो कामको मूल्यांकन पनि गरेर ११ नम्बर वडाबासीले निर्वाचित गर्नुभएको छ । धेरै चुनौती हुँदाहुँदै पनि वडा अध्यक्षको रुपमा मलाई एउटा काम गर्ने अबसर प्रदान गर्नुभएको छ । म अत्यन्तै खुशी छु । वडा अध्यक्ष भएर काम गरेर जनताका लागि केहि न केहि काम गर्ने र उहाँहरुको हरेक समस्यामा पुग्नसक्ने, गर्नसक्ने सेवाहरु दिन पाउँदा मलाई अत्यन्तै खुशी लागेको छ ।

समाजः तपाईं एक कार्यकाल वडा सदस्य हुनुभयो । वडा सदस्य हुँदा र अहिले वडा अध्यक्ष हुँदा के कुरा फरक पाउनुभयो ?

दाहाल: वडा सदस्य हुँदा वडा अध्यक्ष पनि हुनुहुन्थ्यो । अध्यक्षले नभ्याएका ठाउँहरुमा जाने, हरेक विकास निर्माणका काममा सहभागी हुने अवसर थियो । कोरोना माहामारीको रुपमा फैलिएपछि त्यो समयमा वडाबासीको घरघरमा गएर आफूले सकेको सहयोग गरियो । औषधिसहित आवश्यक सहयोग लिएर स्वास्थ्यकर्मीसहित वडाबासीको घरमा जान्थ्यौं । हरेक विकास निर्माणको काममा पनि म आफैंले अनुभूति गरेअनुसार हरेक ठाउँमा पुगिरहन्थेँ । अहिले वडा अध्यक्ष भइरहँदा सुरुका केही दिन वडा कार्यालय जाँदा मलाई अप्ठेरो भएको महसुस भयो । किनभने पहिले अध्यक्ष हुनुहुन्थ्यो । काम त गरिन्थ्यो, आफ्नै हिसाबले प्रमुख जिम्मेवारी उहाँकै हुन्थ्यो । अध्यक्ष भएर आफैं जिम्मेवार भएर आउँदाचाहिँ न मैले केही गल्ती गर्छु कि भन्ने लाग्नेरहेछ । एउटा सदस्य हुँदा र अध्यक्ष हुँदा धेरै फरक हुन्छ, कामको हिसाबले ।

समाजः २०७४ सालमा वडा सदस्य हुनुहुन्थ्यो । त्यतिबेला वडा सदस्य नै हुन्छु भन्ने थियो कि पाएको भए म वडा अध्यक्ष हुन्छु भन्ने पनि थियो ?

दाहाल: पार्टीले अवसर दिएको भए र जनताले साथ दिएको भए अध्यक्ष हुन्छु भन्ने त थियो । जनताले मलाई कति बुझेका थिए, भुगोलले मलाई कति चिनेको थियो त्यो आफ्नै ठाउँमा रह्यो । म स्कूलदेखि नै अनेरास्ववियुमा लागेर केन्द्रीय सदस्यसमेत भएँ । यो बीचमा विवाह भयो । विवाहपछि पनि ट्रेड युनियनमा महिलाको प्रमुख र अञ्चल कमिटी सदस्य भएर काम गरेँ । म राजनीतिसँग जोडिएको थिएँ । त्यतिबेला म वडा सदस्य हुँदा पनि पाँच जनामध्ये सबैभन्दा बढि मत पाएको थिएँ । त्यतिबेला पनि कार्यपालिकाको सदस्य भएर काम गर्ने जिम्मेवारी पाउँछु कि भन्ने लागेको थियो । मैले जिम्मेवारी पाएको भए बहन गर्थें । अब मलाई के लाग्छ भने अब म जहाँ छु, म त्यहीँ नै भिज्छु र काम गर्छु । अब मैले असन्तुष्टि गर्नेभन्दा पनि मैले जहाँ सेवा गर्ने अबसर पाउँछु, म त्यही काम गर्छु भनेर वडा सदस्यको रुपमा जिम्मेवारी सम्हालेको थिएँ । वडा सदस्यको रुपमा विभिन्न शिक्षा समिति, लेखा समितिलगायतका समितिहरुमा रहेर काम गर्ने अवसर पाएँ ।

समाजः २०७९ को चुनावको मिति घोषणा भइसकेपछि तपाईंले कस्तो-कस्तो सन्दर्भमा अध्यक्ष लड्छु भनेर अठोट गर्नुभयो ?

दाहाल: पूर्वअध्यक्ष गोकर्ण पराजुलीले अब ४ जना सदस्यहरु मध्येबाट हुनुपर्छ भन्नुभएको थियो । मैले अलिकति माइन्ड मेकअपचाहिँ गरेको थिएँ । मैले अध्यक्षको उम्मेदवारीको टिकट पाएँ भने जित्ने गरी मैले काम पनि गर्नुपर्छ भन्ने थियो । म आफू अध्यक्षको लागि तयार हुनुपर्छ भनेर तयारी गरेँ । अरु पनि तयार हुनुहुन्थ्यो, आफ्नो ठाउँमा रह्यो । तर म पनि अलि अपडेट भएर जानुपर्छ । चुनावको समयमा जस्तोसुकै समस्या, चुनौती आएपनि सामना गर्न सक्छु भन्ने थियो । त्यसमा सबै पार्टी संगठन, ११ नम्बर वडाबासीले माया गर्नुहुन्छ र मलाई त्यो अबसर प्रदान गर्नुहुन्छ भन्नेमा म बिश्वस्त थिएँ ।

समाजः अध्यक्षको उम्मेदवार भइरहँदा तपाईंका के कस्ता कामले मतदातालाई तपाईंप्रति आकर्षित गर्‍यो ?

दाहाल: मूल्यांकनको कुरा गर्दा कामको आधारमा नै हुने हो । मैले राजनीति गरेको पृष्ठभूमि देखिएको छैन । राजनीतिक देनहरु आफ्ना ठाउँमा छन् । तर, जनताको सानो ठूलो काममा, दुःखमा सम्झेर जान्थेँ । स्थानीयको दुःख सुखमा घुलमिल भएको थिएँ । यसले पनि स्थानीयको मत तान्न सहयोग गरेको थियो । वडा अध्यक्ष भएपछि भने सबै ठाउँमा पुग्न भ्याइँदैन कि भन्ने छ । तर, पनि मैले सबैलाई मिलाएर अगाडि बढिरहेको छु । स्थानीयसँग भेटेर उनीहरुको समस्याहरु बुझ्दै आएको छु ।

समाजः वडा अध्यक्ष भइरहँदा ६ महिनाको अवधिमा मुख्य उपलब्धीहरू के-के भएका छन् ?

दाहाल: सडक निर्माणको आधा जति काम सकिएको छ । दोस्रो सभाबाट थपिएका कामहरु गर्न बाँकी छन् । सबैभन्दा कम आय भएको पशुपालन गरिरहनुभएका किसानहरुलाई वडाले बिमा गरिदिएको छ । त्यो महत्वपूर्ण कामजस्तो लाग्छ । वडास्तरीय फुटबल, भलिवल आयोजना गरेका थियौं । भौतिक निर्माणसँगै शैक्षिक सामाग्री वितरण गर्ने काम गरिरहेका छौं । ११ नम्बर वडाका सबै बालबालिका विद्यालय जाने वातावरण तयार गर्न प्रमुख प्राथमिकता दिएकी छु । महिलाहरुको आवश्यकता, रोजगारी र आयआर्जनको विषयलाई जोड्ने योजना बनाइरहेका छौं । तालिमहरु सञ्चालन गर्ने विषयमा छलफल गरिरहेका छौं । महिलाहरुलाई आयआर्जन गर्न आवश्यकताअनुसार समूहहरुमा लगानी गर्ने भनेर बजेट छुट्याएका छौं ।

समाजः वडा तहमा कार्य विभाजन कसरी गरिरहनु भएको छ ?

दाहाल: शिक्षा, सहकारीमा सदस्यहरुलाई नै जिम्मेवारी दिएका छौं । बैठकले गरेका निर्णयहरुमा पनि सदस्यहरुलाई कार्यकारीरुपमा जिम्मेवारी दिएका छौं । सबैजना सक्रिय भएर काम गरिरहेका छौं । बैठकमा पनि सदस्यहरुको सक्रिय सहभागिता रहेको छ । हाम्रो समूहमा केही फरकरुपमा काम गर्ने, केही नयाँ काम गर्ने भन्ने सबैको भावना रहेको छ ।

समाजः नगरभित्रका वडाहरुमध्ये हेटौंडा वडा नम्बर ११ मा सबल पक्ष के-के देख्नु भएको छ ?

दाहाल: विकासको हिसाबले सडक व्यवस्थित छ । थानाभञ्याङ २ हजार एक सय घरधुरी भएको एउटै टोल छ । यो अरु वडाभन्दा फरक छ । ११ नम्बर वडाको आधा घरधुरीलाई खानेपानीको व्यवस्था छैन । अव्यवस्थित बस्ती छ । उनीहरुलाई खानेपानीको व्यवस्था गर्न सकिएको छैन । लालपूर्जा दिन सकिएको छैन । भूमिहीन सुकुम्बासीहरुलाई लालपूर्जा दिने महत्वपूर्ण काम छ । ५ वटा टोल विकास संस्थामा खानेपानीको अत्यन्त आवश्यक छ । यो वर्ष नै टेण्डर गरेर काम गर्ने योजनामा छौं । बजेटको माग पनि गरेका छौं । सबैभन्दा पहिले लालपूर्जा र त्यसपछि खानेपानी हाम्रो दोस्रो प्राथमिकतामा रहेको छ ।

पूर्वमेयरसहित १२ जनाविरुद्ध भ्रष्टाचारको मुद्दा

काठमाडौंः अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले धनुषाको शहीदनगर नगरपालिकाका पूर्वप्रमुख र उपप्रमुखसहित १२ जनाविरुद्ध भ्रष्टाचारको मुद्दा दायर गरेको छ । वडा नम्बर ८ को बिसरभोरा नहरदेखि गोठ कोयलपुरसम्म कृषि सडक निर्माणका क्रममा फिल्डमा भएको कामभन्दा बढी राखेर नापी किताब र कार्यसम्पन्न प्रतिवेदन तयार पारी उपभोक्ता समितिलाई बढी भुक्तानी गरेको अख्तियारको दाबी छ ।

अख्तियारले पूर्वप्रमुख उदयकुमार बरबरिया यादव, उपप्रमुख शिलादेवी कापरी, तत्कालीन लेखा समितिका संयोजक जैसिलाल भिनवार यादव र सुशासन समितिका संयोजक कन्हैया मुखियाविरुद्ध मुद्दा दायर गरेको हो । उनीहरुले सम्झौता विपरीत भएको कामलाई सही देखाएर गलत अनुगमन प्रतिवेदन तयार पारेको अख्तियारको दाबी छ ।

(स्रोतः अनलाइनखबर)

मकवानपुर बाल विद्या सदन

हेटौंडा-१८, खड्कुले

आत्मस्पर्श

सुदर्शन विश्वकर्मा
कक्षा-७

सानो हुँदा विद्यालय आउँदा रुने म
आज परिवारबाट टाढा भएछु
विद्यालय आउँदा रुने र जाँदा रमाउने म
आज छात्रवासमा आएको छु
हो...
म साँच्चै ठुलो भएछु ।
किताबमा भएका विषय नबुझ्दा अन्कनाउने म
आज विस्तारै... भविष्य सोची गुन्गुनाउने भएछु
हो, म साँच्चै ठुलो भएछु
हो, म साँच्चै ठुलो भएछु

सपना साकार पार्नेछु

अश्री योञ्जन लामा
कक्षा-७

म हत्यारा हुँ आफ्नै सपनाको
म हत्यारा हुँ आफ्नै खुसीको
कति सपना एकएक गर्दै निचोरिदिएँ होला
कति रुँदै कराउँदै आफैं प्राण त्यागे होलान्
म धिक्कार्छु आफैंलाई,
यदि ती सपनाहरु पुरा गर्न सकेको भए
खुला पन्छी भै आकाशमा उड्थें कि म
सप्तरंगी इन्द्रेणीसँग मिठो गीत गाउँथे की म
त्यसैले जन्माउँछु म फेरी अब नवीन सपनाहरु
आफ्नै मिहिनेतले बनाउनेछु साकार ती सपनाहरु
म चिच्याएर भन्न चाहन्छु सबैलाई
रोकिन्नन् मेरा पाइलाहरु, कष्ट जस्तै आओस् यहाँ
निरन्तर बढ्छु अघि, अब जस्तोसुकै परिस्थितिमा
अठोट मैले गरिसकें सपना साकार पार्नेछु म
बरु आफु भित्रका कमजोरीहरुलाई मार्नेछु म

मेरो देश

प्रशान्त अधिकारी
कक्षा-८

नेपालीको शान हो अग्ला हिमाल
पहाड छन् ठुला, तराई छ विशाल
नदी नाला धेरै यहाँ, ठुलाठुला ताल
प्राकृतिक सम्पदाले हाम्री मालामाल

थरीथरी भाषा हाम्रा, थरीथरी भेष
तरपनि छैन कुनै एक अर्कामा द्वेष
फरक छ धर्म हाम्रो फरक परिवेश
तरपनि सबैलाई प्यारो हाम्रो देश

नेपाल सरकार
भौतिक पूर्वाधार तथा यातायात मन्त्रालय
सडक विभाग
योजना तथा अनुगमन महाशाखा
भू–वातावरण तथा सामाजिक शाखा, चाकुपाट, ललितपुर,

मकवानपुर जिल्ला, थाहा नगरपालिका–आग्रा–गैरीगाउँ–गोगनी–पकानी–सानो डाँडाखर्क–धादिङ जिल्ला जोड्ने सडक (१५.५०८ कि. मि) स्तरोन्नतिको प्रारम्भिक बातावरणीय परीक्षण सम्बन्धि

सार्वजनिक सूचना

(सूचना प्रकाशित मिति २०७९/१०/२४ गते)

बागमती प्रदेशको मकवानपुर जिल्ला, थाहा नगरपालिका तथा कैलाश गाउँपालिकामा नेपाल सरकार सडक विभाग, योजना तथा अनुगमन महाशाखा, भू–वातावरण तथा सामाजिक शाखा चाकुपाट, ललितपुरद्वारा निम्न बमोजिमको प्रस्ताव कार्यान्वयन गर्न लागिएको छ ।

प्रस्तावकको नाम र ठेगाना	भू–वातावरण तथा सामाजिक शाखा, सडक विभाग, चाकुपाट, ललितपुर सम्पर्क टेलिफोनः ९७७–१–५००५५२०, ईमेलः gesuunit@dor.gov.np
प्रस्तावको व्यहोरा	मकवानपुर जिल्लाको थाहा नगरपालिका–आग्रा–गौरीगाउँ–गोगनि–पकानी–सानो डाँडाखर्क–धादिङ जिल्ला जोड्ने सडक (१५.५०८ कि. मि) स्तरोन्नतिको प्रारम्भिक बातावरणीय परीक्षण
प्रभाव पर्न सक्ने जिल्ला न. पा./गा. पा./वडा	मकवानपुर जिल्ला • थाहा नगरपालिका वडा नं ७ • कैलाश गाउँपालिका वडा नं ५ र ६

माथि उल्लेखित प्रस्तावको प्रारम्भिक वातावरणीय परीक्षणको अध्ययन प्रतिवेदन तयारी गर्ने क्रममा सो क्षेत्रको प्राकृतिक भौतिक प्रणाली, जैविक प्रणाली, सामाजिक प्रणाली, सांस्कृतिक प्रणाली र आर्थिक प्रणालीबिच के कस्तो प्रभाव पर्दछ भनी यकिन गर्न सो स्थानको नगरपालिका/गाउँपालिका तथा त्यस क्षेत्रका विद्यालय, अस्पताल, स्वास्थ्य चौकी तथा सरोकारवाला व्यक्ति वा संस्थाको लिखित राय सुझाव लिन आवश्यक भएकाले यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशित गरिएको छ । यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशित भएको मितिले सात दिनभित्र निम्न ठेगानामा आई पुग्ने गरी लिखित राय सुझाब उपलब्ध गराई दिनु हुन यसै सूचनाद्वारा अनुरोध गरिन्छ ।

राय सुझाबको लागि पत्राचार गर्ने ठेगानाः

प्रस्तावकको नाम र ठेगाना	भू– वातावरण तथा सामाजिक शाखा, सडक विभाग, चाकुपाट, ललितपुर ईमेलः gesuunit@dor.gov.np सम्पर्क टेलिफोनः ९७७–१–५००५५२०,
परामर्शदाताको नाम र ठेगाना	Geo Info Solution and Research Services Pvt. Ltd. Koteshwor, Kathmandu, ई–मेलः gisnrs2074@gmail.com सम्पर्क टेलिफोनः ९८४९६२०६८७

श्रमिक माविको अभिभावक भेला

विव्यसका ४ सदस्य सर्वसम्मत चयन

अभिभावक भेलालाई सम्बोधन गर्नुहुँदै बागमती प्रदेश सभा सदस्य भारती पाठक ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-४, कर्रास्थित श्रमिक माविको ५५ औं अभिभावक भेला भएको छ । सोमबार विद्यालय व्यवस्थापन समितिकी कार्यवाहक अध्यक्ष रिता दाहालको अध्यक्षता तथा बागमती प्रदेश सभा सदस्य भारती पाठकको प्रमुख आतिथ्यमा अभिभावक भेलाको उद्घाटन कार्यक्रम भएको हो ।

अभिभावक भेलाबाट विद्यालय व्यवस्थापन समिति (विव्यस) का लागि ४ जना सदस्यहरु सर्वसम्मत चयन भएको छ । अभिभावक भेलाबाट रिता दहाल, मिरा माझी, केशव प्रसाद बन्जारा र सुमन माझी सर्वसम्मत सदस्य चयन हुनुभएको छ । अब समाजसेवी, शिक्षासेवी, विद्यालयका सहयोगीमध्येबाट २ जना सदस्य चयन हुनेछ भने विद्यालयका शिक्षक प्रतिनिधि र वडा प्रतिनिधि चयनपछि विद्यालय व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष चयन हुनेछ ।

अभिभावक भेलामा विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्रीराम दाहालले विद्यालयको अवस्था र आगामी योजनाका बारेमा जानकारी गराउनुभयो । विद्यालयमा विद्यार्थी संख्या न्यून रहेको जानकारी गराउनुहुँदै प्रधानाध्यापक दाहालले भन्नुभयो, "हामीकहाँ विद्यार्थीको चाप बढ्यो भने कक्षाकोठाको अभाव पनि चुनौतिको विषय हुनेछ ।" विद्यालयमा अभिभावक र विद्यार्थीको आकर्षण बढेको उल्लेख गर्नुहुँदै आगामी दिनमा थप राम्रा योजना बनाएर विद्यार्थीलाई आकर्षिकत गरिने बताउनुभयो । वडा, पालिका र प्रदेश सरकारसँगको सहकार्यमा विद्यालयको भौतिक संरचना निर्माणमा पनि सक्दो प्रयास गरिने प्रधानाध्यापक दाहालले बताउनुभयो ।

कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि बागमती प्रदेश सभा सदस्य भारती पाठकले विद्यालयमा अभिभावकले ध्यान दिनु पर्ने बताउनुभयो । प्रदेश सरकारको तर्फबाट, आफ्नो व्यक्तिगत तर्फबाट विद्यालयको विकासमा सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्नुभयो । वडा अध्यक्ष नवीन सिग्देलले वडाको शैक्षिकस्तर सुधारका लागि आवश्यक योजना बनाएर कार्य गरिने स्पष्ट पार्नुभयो । हालै वडास्तरीय शैक्षिक प्रदर्शनी तथा साँस्कृतिक कार्यक्रमको आयोजना गरिएको जानकारी गराउनुहुँदै वडा अध्यक्ष सिग्देलले शिक्षकको क्षमता विकासका लागि पनि आवश्यक कार्य गरिएको दावी गर्नुभयो । अभिभावक भेलामा वडा सदस्य जनरल श्रेष्ठ, हेटौंडा उपमहानगर पालिकाको शिक्षा अधिकृत रमेश बिडारीको पनि आतिथ्य रहेको थियो । श्रमिक माविमा चार सय २७ विद्यार्थी अध्ययनरत छन् ।

वक्तृत्वकलामा रश्मिता प्रथम

समाज संवाददाता

हेटौंडाः नेकपा एकीकृत समाजवादी निकट अखिल नेपाल राष्ट्रिय स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियन मकवानपुरद्वारा आयोजित वक्तृत्वकला प्रतियोगितामा कक्षा ११ की रश्मिता तिमल्सिना प्रथम हुनुभएको छ । सोमबार मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसको सभाहलमा 'शहीदको बलिदान र हाम्रो अभिभारा' शीर्षकमा भएको वक्तृत्वकला प्रतियोगितामा तिमल्सिना प्रथम हुनुभएको अखिल नेपाल राष्ट्रिय विद्यार्थी युनियन मकवानपुरका सदस्य कुशल पराजुलीले जानकारी दिनुभयो ।

प्रतियोगितामा बीबीएस प्रथम वर्षका आदित्य लामा द्वितीय र बीबीएस प्रथम वर्षकै स्वस्तिका बोलखे तृतीय हुनुभएको छ । प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुनेले क्रमशः ३ हजार, २ हजार र १ हजार रुपैयाँसहित प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछन् । प्रतियोगिताका विजेतालाई फागुन २ गते समापन कार्यक्रममा पुरस्कार वितरण गरिने पराजुलीले बताउनुभयो । १२ जना विद्यार्थी सहभागी रहेको प्रतियोगितामा रामचन्द्र सुवेदी र चिरञ्जीवी लामिछानेले निर्णायकको भूमिका निर्वाह गर्नुभएको थियो । प्रतियोगिता अनेरास्ववियु मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसका अध्यक्ष विश्वास पराजुलीको सभाध्यक्षता तथा अनेरास्ववियु मकवानपुरका अध्यक्ष अरुण अतिवडाको प्रमुख आतिथ्यमा सम्पन्न भएको थियो ।

पल्सर स्पोर्ट्स अवार्ड

मकवानपुरका अन्जन विष्ट मनोनयनमा

समाज संवाददाता

हेटौंडाः नेपाल खेलकुद पत्रकार मञ्चले पल्सर स्पोर्ट्स अवार्ड-२०७९ अन्तर्गत पिपल्स च्वाइस विधाको मनोनयनमा मकवानपुरका अन्जन विष्ट नाम परेको छ । सोमबार नेपाल खेलकुद पत्रकार मञ्चले पत्रकार सम्मेलन मार्फत मनोनयनमा परेका विष्टसहित ४ जना खेलाडीको नाम सार्वजनिक गरेको हो ।

नेपाली राष्ट्रिय फुटबल टोलिमा समेत रहेका विष्ट हाल भारतमा भइरहेको आइलिगमा मुम्बई केन्क्रे फुटबल क्लबबाट खेलिरहेको छ । उनि फुटबलतर्फबाट नाम मनोनयनमा परेको हो ।

यस्तै क्रिकेटका आसिफ शेख, भलिबलकी उषा भण्डारी, टेनिसकी अभिलाषा विष्ट र पौडीकी डुवाना लामाको पनि मनोनयनमा नाम रहेका छन् ।

पिपल्स च्वाइस विधामा जित्नेले बजाज पल्सर मोटरसाइकल प्राप्त गर्नेछ । पिपल्स च्वाइस विधाका विजेता खेल पत्रकार, राष्ट्रिय प्रशिक्षक र समर्थकको भोटिङबाट चुनिने छन् । पल्सर स्पोर्ट्स अवार्ड-२०७८ काठमाडौं कमलादीस्थित प्रज्ञा भवनमा फाल्गुन २३ गते हुनेछ ।

माफ गर्नुहोला...

चलाउने अधिकार लेखकलाई हुन्छ तर फिल्ममै सही त्यसो गर्नुको कारण चाहिन्छ । तब मात्र फिल्मको दुनियाँ विश्वासिलो हुन्छ ।

लेखनमा चुकेका निर्देशक कलाकार सँग काम लिने मामिलामा पनि असफल छन् । 'छक्का पञ्जा' समूह छाडेर एक्लो अभिनय यात्रामा निस्किएका जितु नेपाल फिल्ममा फिक्का छन् । उनलाई निर्देशकले गम्भीर भूमिकामा देखाउन खोजेका छन् तर जितुले यसका लागि आफ्नै शैली निर्माण गर्न सकेका छैनन् । पहिलो र दोस्रो हाफका उस्तै दृश्यमा पनि अभिनयको ग्राफ नै फरक-फरक छ ।

यही समस्या साम्राज्ञीराज्य लक्ष्मी शाहको पनि छ । साम्राज्ञीको अभिनय यात्रा निरन्तर ओरालो लाग्ने क्रममा छ । यो फिल्ममा पनि साम्राज्ञीले अभिनयमार्फत कुनै प्रभाव छाड्दिनन् । फिल्ममा अलि धेरै बेर देखिने विजय बराल र सुवास गजुरेल पनि सामान्य छन् । फिल्ममा जेनीको हजुर आमा बनेर अभिनय गर्ने सरला रिजालको अभिनय फिल्मको कमजोर पाटो हो ।

यो फिल्मको पार्श्व संगीत, मिक्सिङ र रङ संयोजन लगायतका केही प्राविधिक काम मुम्बईमा गरिएको थियो । फिल्मको रङ संयोजन र ध्वनि मिश्रण राम्रै महसुस हुन्छ । पार्श्व संगीत पनि नेपाली फिल्ममा सुनिरहनेभन्दा भिन्नै छ तर यो संगीत फिल्मका दृश्यमा भने 'सिंक' भएको छैन । दृश्यमा एउटा भाव चलिरहेको हुन्छ, पार्श्व संगीत अर्कै भावमा बजेको छ ।

फिल्ममा कार्यकारी निर्मातासहित, लेखक र छायांकार भूमिकामा रहेका सुदीप बरालले लेखकका रूपमा गरेको नयाा काम त भइहाल्यो गरिराखेकै छायांकनको काम पनि असरदार बनाउन चुकेका छन् । फिल्मको गतिले टेलिसिरियललाई टक्कर दिएको आभाष हुन्छ जसमा बरालको छायांकनले पनि यसका लागि योगदान गरेको छ । फिल्मको सम्पादनमा पनि समस्या छ । झट्ट झट्ट दृश्य काटिएको छ । नचाहिने दृश्य लामा छन्, चाहिने प्रसंग चट्ट काटिएका छन् ।

असंख्य कमजोरीका बाबजुद कपिल रिजालले मौलिक कथा वाचनको प्रयास गरेका छन् । कथा छनौटका लागि पनि उनलाई राम्रै अंक दिंदा हुन्छ । उनले कलाकारको छनौटमा पनि सुझबुझ देखाएका छन् । तर लेखन र प्राविधिक कुरामा चुक्दा उनको डेब्यू फिल्म निर्देशनको रहरका रुपमा मात्र स्मरणीय रहनेछ । किनकि डा. कपिल रिजाल बेलायत बस्छन् र उनको भिज्वुल ल्याङग्वेजमा कम्तीमा त्यो ठाउँको साक्षरता अपेक्षा गरिन्छ ।

(स्रोतः इकागज)

सम्पूर्ण विश्वसनीय स्थानीय समाचार र विचारका लागि
www.samriddhasamaj.com.np

दिपेशलाई हेटौंडा आइडलको उपाधि

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-१० टिसिएसन चौरमा सोमबार सम्पन्न १० औं राष्ट्रिय औद्योगिक व्यापार महोत्सवमा भएको हेटौंडा आइडल गायन प्रतियोगितामा फाइनलमा पुगेका पाँचजना प्रतिस्पर्धीलाई उछिन्दै दीपेश श्रेष्ठले उपाधि हात पारेका छन् । आइतबार भएको फाइनलका आफ्नो गायन प्रस्तुती दिनुहुँदै उहाँले हेटौंडा आइडलको उपाधि प्राप्त गर्नुभएको हो ।

आइडलको फष्ट रनरफ सुशन शाही ठकुरी भएका छन् भने सेकेन्ड रनरअप प्रेमलाल बैठा भएका छन् । उनीहरुले निर्णायकको मुल्याकंन, टिकट र एसएमएसबाट प्राप्तभएको भोटिङको आधारमा विजेता बनेका हुन् । प्रतियोगितामा अनिता मोक्तानले चौथो स्थान र सुस्मिता श्रेष्ठ पाँचौ स्थान हासिल गरेका छन् । आइडल बनेका दीपेश श्रेष्ठले नगदतीस हजार, ट्रफीसहित विभिन्न आकर्षक पुरस्कारहरु प्राप्त गरेका छन्, । त्यस्तै, सुशन शाही ठकुरीले बीस हजार नगद, ट्रफीसहित विभिन्न आकर्षक पुरस्कारहरु प्राप्त गरेका छन् भने प्रेमलाल बैठाले नगद दश हजारसहित ट्रफी विभिन्न आकर्षक पुरस्कारहरु प्राप्त गरेका छन् ।

हेटौंडा आइडलको प्रायोजकमा हेटौंडामा रहेको लक्की ज्वेलर्स रहेको हेटौंडा आइडल व्यवस्थापन समितिका संयोजक एवम् उवासंघका कार्यसमिति सदस्यअंकिता सुमार्गीले बताइन् । आइडल बनेका श्रेष्ठलाई बोन ट्राभल्स एण्ड टुर्सको तर्फबाट माउन्टेन फ्लाइटको सुविधा स्वरुप पुरस्कार दिइएको छ । आइडलका निर्णायकमा विजयकार्की, ईश्वर खड्का र कृष्ण गोपाल सिंह रहनुभएको छ । आइडलमा २० जना प्रतिस्पर्धीले प्रतिस्पर्धा गरेका थिए ।

हार्दिक आभार

शनिबार सम्पन्न उच्च अदालत बार एसोसिएसन हेटौंडाको निर्वाचनबाट मलाई अध्यक्ष पदमा निर्वाचित गर्न मतदान गर्नुहुने सम्पूर्ण मतदाता, सहयोगी, शुभेच्छुकमा हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु ।

अरूण कुमार खतिवडा
अध्यक्ष
उच्च अदालत बार एसोसिएसन हेटौंडा

हेटौंडा रिफरेन्स ल्यावरोटरी

ELISA, CLIA तथा फुल्लि अटोमेटेड मेसिनद्वारा रगतको स्पेसल जाँचहरु गरिन्छ ।

Papcytology
-थाईराईड
-क्यान्सर
-रक्तअल्पता
-वाथरोग
-बाँझोपन
-भाइरस सम्बन्धी सम्पूर्ण परीक्षण गरिन्छ ।

साथै रगत, दिसा, पिसाब, पिप कल्चर समेत गरिन्छ ।

(HRL)

खुल्ने समयः विहान ७:00 बजेदेखि बेलुका ७:00 बजेसम्म

सञ्चालनको छोटो अवधिमै हाम्रो सेवालाई विश्वास गर्दै सेवा गर्ने अवसर दिनुहुने सम्पूर्ण सेवाग्राहीप्रति आभारसहित अब प्रत्येक महिनाको दोस्रो शनिबार सुगर जाँच निशूल्क र चौथो शनिबार थाइराइड जाँचमा ५0 प्रतिशत छुट हुने सहर्ष जानकारी गराउँदछौं ।

थप जानकारीको लागि HRL
हेटौंडा रिफरेन्स ल्यावरोटरी,
हेटौंडा-१, भिन्तुनापथ सम्पर्क फोन नं.: ०५७-५२०४५७

सार्वजनिक यातायातलाई व्यवस्थित गरौं

- सार्वजनिक क यातायातका साधनमा यात्रा गर्दा सामाजिक मर्यादा र शिष्टाचारको पालना गरौं।
- यात्रु, चालक र सहचालकले एक-आपसमा मर्यादित र शिष्ट व्यवहार गरौं।
- सार्वजनिक यातायातका साधनमा हानी नोक्सानी नपुऱ्याऔं ।
- सवारी साधनमा भाडादर देखिने गरी टाँसी तोकिएको भाडादर मात्र लिनेदिने गरौं।
- सार्वजनिक छ सञ्चालनको समय तालिका सार्वजनिक गरी त्यसको पालना गरौं ।
- तोकिएको स्थानमा मात्र यात्रु उकाल्ने र ओराल्ने गरौं।
- आरक्षित सिटमा सम्बन्धित यात्रुलाई नै प्राथमिकता दिऔं।

ट्राफिक नियमको पालना गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

समृद्धि प्रकाशन प्रा.लि. द्वारा प्रकाशित, ठेगानाः हेटौंडा-४, अजरअमररोड, ०५७-५२६८३०, Email:sambridhasamaj@gmail.com, website:www.samriddhasamaj.com, प्रबन्ध निर्देशकः रोजिना श्रेष्ठ, सम्पादकः सुरेश श्रेष्ठ