म.जि.प्र.का दर्ता नः
१०४/०६७/०६८
हेटौंडा, मकवानपुर
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
वर्षः१४ अङ्कः- १९६ २०८० जेठ २७ गते शनिबार 10 June 2023, Saturday - पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५/-

ज्वालादेवीमा विद्यार्थी पुरस्कृत, अभिभावकलाई सम्मान

पुरस्कृत विद्यार्थी र सम्मानित अभिभावक ।

समाज संवाददाता

फिर्केपाखा (मकवानपुरगढी): विद्यालयमा अभिभावक भेला भनेपछि अभिभावकको उपस्थितिमै सीमित गरिन्छ । अभिभावकका कुरा सुन्ने, अभिभावकका प्रतिक्रिया, सल्लाह, सुझाव लिने काम हुँदैनन् । व्यवस्थापन समितिमा पनि दलीय स्वार्थप्रेरित भएर सदस्य चयनको प्रयास हुन्छ । तर, मकवानपुर जिल्लाको मकवानपुरगढी गाउँपालिका-४, फिर्केपाखास्थित ज्वालादेवी आधारभूत विद्यालयको शुक्रबार अभिभावक भेला भने फरक ढंगले सम्पन्न भएको छ । अभिभावक भेलाको अवसरमा वार्षिक परीक्षाको नतिजामा प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने विद्यार्थीलाई पुरस्कृत गरिएको छ भने प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने विद्यार्थीका अभिभावकलाई सम्मान गरिएको छ ।

विद्यार्थीको राम्रो पठनपाठनमा अभिभावकको अहम् भूमिका रहने भएकाले विद्यार्थीसँगै अभिभावकलाई पनि सम्मान गरिएको प्रधानाध्यापक सरोज फयाँलले जानकारी दिनुभयो । शैक्षिक सत्र २०७९ मा भर्ना भएका ८३ जना विद्यार्थी मध्ये वार्षिक परीक्षा दिने ५७ जना विद्यार्थी रहेको ज्वालादेवीमा चालु शैक्षिक सत्र २०८० मा ८७ जना विद्यार्थी भर्ना भएका छन् । ८ कक्षासम्म पठनपाठन हुने विद्यालयमा चालु शैक्षिकसत्रदेखि २ कक्षासम्म अंग्रेजी माध्यममा पठनपाठन सुरु भएपछि विद्यार्थी आकर्षिक भएको प्रधानाध्यापक फयाँल बताउनुहुन्छ ।

माथिल्लो कक्षामा पनि अंग्रेजी माध्यममा पठनपाठन गर्ने हो भने विद्यार्थी संख्या बढाउन सकिने उल्लेख गर्नुहुँदै प्रधानाध्यापक फयाँलले भन्नुभयो, "माथिल्लो कक्षामा अंग्रेजी माध्यममा पठनपाठन गराउन शिक्षकको अभाव छ । शिक्षक व्यवस्थापन गरेर अंग्रेजी माध्यममा पठनपाठन गराउने हो भने हामी विद्यार्थी संख्या अझै बढाउन सक्छौं ।" ज्वालादेवीमा इसिडी कक्षाका २ जना शिक्षकसहित ९ जना शिक्षक छन् । विद्यालयले शुक्रबार लाई पुस्तकरहित बनाउने र विद्यार्थीलाई संस्कार, व्यवहार र जिपनोपयोगी सीप सिकाउने प्रयास गरिने प्रधानाध्यापक फयाँलले आफ्नो योजना उल्लेख गर्नुभयो ।

विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष विष्णु कठायतको अध्यक्षता तथा गाउँपालिका अध्यक्ष दोर्जे लामा स्याङ्तानको प्रमुख आतिथ्यमा भएको अभिभावक भेलामा गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष मानकुमारी नेपाली, वडा अध्यक्ष अर्जुनप्रसाद तिमल्सिनाको पनि आतिथ्य रहेको थियो । यसैबीच अभिभावक भेलाबाट विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्यहरु चयन गरिएको छ । भेलाले एस्तर भुलुनकी अभिभावक दिलमाया भुलुन, जस्मिन ठकुरीकी अभिभावक चमेली शाही ठकुरी, आयुष थापाका अभिभावक लिलाबहादुर थापा र अवरोध मुक्तानका अभिभावक राजाराम मुक्तानलाई सदस्य चयन गरिएको छ । नवनिर्वाचित समितिले दुईजना मनोनित गरेपछि व्यवस्थापन समितिको अध्यक्ष चयन हुने प्रधानाध्यापक फयाँलले जानकारी दिनुभएको छ ।

यस्तै शिक्षक अभिभावक संघको अध्यक्षमा कृष्णबहादुर थिङ चयन हुनुभएको छ । सदस्यमा सन्तकुमार थिङ, सविता घलान, राधिका बज्यु, जानुकामाया हमाल, पूर्णिमा मुक्तान, कृष्णबहादुर लो, कविता थोकर र सुशान्त गोले चयन हुनुभएको छ । अभिभावक भेलामा छिमेकी विद्यालयका प्रधानाध्यापकको पनि उपस्थिति रहेको थियो ।

बालबालिका अझै श्रममा

जमुना थिङ

हेटौंडाः बालश्रमिक उद्दार तथा पुनर्स्थापना उपसमितिले हेटौंडा उपमहानर पालिकाको ४ र ५ नम्बर वडामा सञ्चालन भइरहेका वर्कशप र होटलमा स्थलगत निरीक्षण गरेको छ । श्रम कार्यालय, हेटौंडा उपमहानगरपालिका, बाल हेल्पलाइन, जिल्ला प्रहरी कार्यालय, वडा सहजकर्ता र सञ्चारकर्मीको संयुक्त टोलीले शुक्रबार निरीक्षण गरेको हो ।

वडा सहजकर्ताको विशेष पहलमा गरिएको उक्त निरीक्षणका क्रममा बालबालिकालाई श्रममा लगाएको पाइएको छ । हेटौंडा–५ मा रहेको एलएसके मोटर साइकल वर्कशप, कुशवाहा मोटरबाइक वर्कशप र न्यू सुमित होटलमा अनुगमन गरिएको छ । एलएसके मोटरसाइकल वर्कशपले १८ वर्षभन्दा मुनिका एक बालकलाई श्रममा लगाएको स्वीकारेका छन् ।

यस्तै, १८ वर्षभन्दा मुनिका २ बालबालिकालाई श्रममा लगाएको होटलका सञ्चालक उमेश महर्जनले पनि स्वीकार गर्नुभएको छ । बालबालिकालाई श्रममा लगाउनु कानुनविपरीत रहेको जानकारी भएपछि आफूहरुले बालश्रमिकलाई घरपरिवारको जिम्मा लगाएको बताइएको छ । आफूले ८ हजार मासिक पारिश्रमिक दिने गरेको महर्जनले बताउनुभयो । बालबालिकालाई श्रममा लगाएको जानकारी पाएपछि ती वर्कशप र होटलका सञ्चालकहरुलाई सूचना जारी गर्दै बालश्रमिक उद्दार तथा पुनर्स्थापना उपसमितिले चेतावनी दिएको छ ।

यसैगरी, हेटौंडा–४ मा रहेको अन्जेस अटो ट्रेडर्समा एक बालकलाई श्रममा लगाएको पाइएको छ । १७ वर्षीय भारतीय बालकलाई श्रममा लगाएको पाइएको हो । बालकले ३ महिनादेखि काम गरिरहेको बताइएको छ । उनले मासिक पारिश्रमिक ५ हजार रुपैयाँ पाउने गरेका छन् । कक्षा–८ सम्म अध्ययन गरेर पढाई छाडेको बालकको भनाई छ ।

यस्तै, गढीमाई मोटरसाइकल वर्कशपले भारतीय एक बालकलाई श्रममा लगाएको पाइएको छ । १५ वर्षीय बालकलाई श्रममा लगाएको पाइएको हो । ती बालकलाई पारिश्रमिक नदिई खाना–बस्नमात्र दिने गरेको बताइएको छ । लेथ वर्कशपले १४ वर्षीय भारतीय बालकलाई श्रममा लगाएको पाइएको छ । १५ दिनदेखि श्रममा लगाएको पाइएको हो ।

इमानुयल वर्कशप र मोमिन ग्रिल उद्योगमा भने बालश्रमिक भेटिएनन् । बालश्रममा बालबालिका लगाउनु कानुनविपरीत रहेको सूचना प्राप्त भएपछि बालबालिकालाई कामबाट हटाएको बताइएको छ ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले २०८० मंसिर मसान्तभित्र बालमैत्री स्थानीय शासन घोषण गर्ने तयारी गरिरहेको छ । उपमहानगरको उक्त अभियानलाई सहयोग हुने गरी वडा सहजकर्ताको पहलमा श्रमिक बालबालिकाको अनुगमन गरी उद्दार र पुनर्स्थापनाका कार्य भइरहेका छन् ।

उपसमितिका संयोजक सुरज बर्तौला, सिविन बाल हेल्पलाइन संयोजक झविन्द्र ज्ञवाली, श्रम तथा रोजगार कार्यालयका भीम शर्मा, बालमैत्री नगर सहजकर्ता सपना ढुंगाना, जिल्ला प्रहरी कार्यालयकी रञ्जिता कार्की, हेटौंडा–५ का वडा सहजकर्ता कुशल पराजुली, हेटौंडा–४ का वडा सहजकर्ता अमिसा अधिकारीलगायतको टोलीले निरीक्षण गरेको थियो ।

निष्कृष्ट बालश्रममा लगाए १० हजार रुपैयाँ जरिवाना, ३ महिना कैद वा दुबै सजाय हुने कानुनी व्यवस्था छ । यस्तै, जोखिमपूर्ण काममा लगाए ५० हजार रुपैयाँ जरिवाना, एक वर्ष कैद वा दुबै सजाय हुने व्यवस्था छ । शर्माले १८ वर्षभन्दा मुनिका बालबालिकालाई काममा लगाए नेपाल सरकारले तोकिएको मासिक १५ हजार रुपैयाँ पारिश्रमिक दिनुपर्ने बताउनुभयो ।

खाना, बस्न दिएको विषयमा कुनै सरोकार नहुने र श्रम तथा रोजगार कार्यालयको अनुमति लिई १८ वर्षभन्दा मुनिका र १४ वर्षभन्दा माथिका बालबालिकालाई काममा लगाउन आग्रह गर्नुभयो । यस्तै १४ वर्षभन्दा मुनिका कुनै पनि बालबालिकालाई श्रममा नलगाउन उहाँले आग्रह गर्नुभयो ।

अधिकांश स्थानमा अझै केही दिन तापक्रम बढ्ने

काठमाडौंः नेपालका अधिकांश स्थानमा अधिकतम तापक्रम अझै केही दिन रहने मौसमविद्हरुले बताएका छन् । केही दिनयता तातो हावा तथा लू देशभरका अधिकांश स्थानमा देखिएकोबारेमा आयोजना गरिएको छलफल कायक्रममा बोल्दै मौसमविद्हरुले यस्तो चेतावनी दिएका हुन् ।

कार्यक्रममा बोल्दै मौसमविद् शान्ति कँडेलले यस वर्ष अधिकांश भूभागमा सरदरभन्दा कम वर्षा हुने र सरदरभन्दा बढी अधिकतम तापक्रम हुने देखिएको बताइन् । उनले न्यूनतम तापक्रम पनि सरदरभन्दा धेरै बढी हुने देखिएको बताइन् ।

उनले भनिन्, 'यस वर्ष अधिकांश भूभागमा सरदरभन्दा कम वर्षा हुनेछ । वर्षा कम हुने देखिएको छ । अधिकतम तापक्रम सरदरभन्दा बढी हुने देखिएको छ । यो अझै धेरै समयसम्म रहन्छ ।' उनले नेपालमा १३ जुनबाट मात्रै मनसुन प्रवेश हुने भएकाले अझै केही दिन हिट वेब हुने र त्यसपछिका केही दिनलगत्तै पुनः हिट वेब बढ्ने अवस्था रहेको बताइन् ।

'त्यस्तै न्यूनतम तापक्रम पनि सरदर भन्दा धेरै बढी हुने देखिएको छ । नेपालमा मनसुन प्रवेश गर्ने भनेको १३ जुन हो', उनले भनिन्, 'अब एक दुई दिनमा पूर्वी भूभागमा वर्षा हुनेछ भने १६ तारिखदेखि वर्षा हुने देखिएको छ । हिट वेब अझै केही दिन लम्बिनेछ ।'

कार्यक्रममा बोल्दै राष्ट्रिय विपद् जोखिम न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन प्राधिकरणका कार्यकारी प्रमुख डा. अनिल पोखरेलले गर्मीबाट बचनका लागि परोपकारी संस्थाहरुले ठाउँठाउँमा माटोको भाँडाहरुमा पानी राखेर खुवाउने, सातु खुवाउने, कागतीहरु हालेर पानी खुवाउने र मोहीहरु खुवाउने विधिलाई अघि बढाउन जरुरी रहेको बताए । उनले भने, 'परोपकारी संस्थाहरुले ठाउँठाउँमा माटोको भाँडाहरुबाट कपडाले बेरेर पानी खुवाउने, बरफहरु हालेर खुवाउने, सातु खुवाउने, कागतीहरु हालेर खुवाउने, मोहीहरु खुवाउने यो धर्मको हिसावबाट पनि गर्ने गरिन्छ । यसलाई पनि हामीले अघि बढाउनुपर्छ ।'

उनले यसमा सरकार र प्राधिकरणले पनि सहयोग गर्ने बताए । उनले यस्तो स्थितिमा परोपकारी संस्थाहरुको भूमिका महत्वपूर्ण रहने बताए । 'यसमा परोपकारी संस्थाको ठूलो भूमिका हुन्छ, समुदायमा यस किसिमका गतिविधि गर्न जरुरी छ । पालिकामुखी भएर काम गर्न जरुरी छ । यसमा छिटो छरितो टिम बनाएर जानुपर्छ, हरियाली बनाउन बिरुवा रोप्ने काममा पनि हामी लाग्नुपर्छ', उनले भने ।

कार्यक्रममा अन्य मौसमसम्बन्धी विज्ञ र सरोकारवाला निकायका प्रतिनिधिहरुले पूर्वसूचना प्रणाली कमजोर रहेको बताए । गर्मीका कारण लू लाग्ने, वान्ता हुने, थकाइ लाग्ने, कमजोरी हुने, बढी तिर्खा लाग्ने, टाउको दुख्ने, खुट्टा बाउँडिने, चक्कर आउने, बेहोस हुने, मांसपेशीहरू दुख्नसक्ने विज्ञहरुले बताए ।

तातो हावाबाट बच्न बढी गर्मीको समयमा घरभित्र अर्थात् चिसो स्थानमा र हने, बाहिरी वातावरणमा बढी नजाने, हल्का लुगा लगाउने, सुती कपडा लगाउने, बाहिर निस्किँदा टाउको छोप्ने, टोपी लगाउने, नियमित पानी तथा झोल पदार्थ (जुस, सर्वत, आदि) प्रशस्त मात्रामा पिउने र स्वास्थ्यमा समस्या भएमा स्वास्थ्यकर्मीसँग नियमित सम्पर्कमा रही थप सल्लाह सुझाव लिनुपर्ने चिकित्सकहरुको सुझाव छ ।

छलफलका क्रममा अब शीतलहरका लागि पनि नयाँ कार्ययोजना बनाएर अघि बढ्नुपर्ने आवाज उठेको छ । उनीहरुले गर्मीबाट हुने क्षतिलाई न्यूनीकरण गर्न तीन तहकै सरकारले समन्वयात्मकरुपमा काम गर्नुपर्नेमा जोड दिए । (स्रोतः अनलाइनखबर)

मानवअधिकार रक्षामा मिडियाको भूमिका महत्वपूर्णः अर्याल

अन्तरक्रियालाई सम्बोधन गर्नुहुँदै डा. कुन्दन अर्याल ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः अनौपचारिक क्षेत्र सेवा केन्द्र (इन्सेक) का अध्यक्ष डा. कुन्दन अर्यालले मानवअधिकारको रक्षामा मिडियाको भूमिका महत्वपूर्ण हुने बताउनुभएको छ । शुक्रबार बिहान हेटौंडामा आयोजित बागमती प्रदेशमा मानवअधिकारको अवस्था र नागरिक समाजको भूमिका विषयक् अन्तरक्रियालाई सम्बोधन गर्नुहुँदै पत्रकारिता तथा आमसञ्चार विषयका सहप्राध्यापक समेत रहनु भएका डा. अर्यालले भन्नुभयो, "लोकतन्त्रमा मिडियाको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । सवैखाले अधिकारको सुनिश्चितताका लागि मिडियाको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ ।"

अन्तरक्रियालाई सम्बोधन गर्नुहुँदै अध्यक्ष अर्यालले सर्वोच्च अदालतले दोषी ठहर गरेका व्यक्तिलाई माफी दिने निर्णयले आपराधिक मनोवृत्तिलाई प्रोत्साहित गर्ने बताउनुभयो । मानवअधिकारको सुनिश्चितताका लागि संक्रमणकालिन न्याय निरुपणको प्रक्रिया पूरा हुन आवश्यक रहेको पनि उहाँले औंल्याउनुभयो । मानवअधिकारको रक्षाका लागि राज्यलाई मात्रै जिम्मेवार बनाउने नभई समाजका सबै पक्ष जिम्मेवार र जवाफदेही हुनुपर्नेमा डा. अर्यालले जोड दिनुभएको छ । उहाँले आयोगहरुको भूमिकाको विषयमा पनि गम्भीररुपमा समीक्षा गर्नुपर्ने औंल्याउनुभएको छ ।

बालबालिकाले समेत आत्महत्या गरिरहेका घटना र आम नेपाली विदेशिन चाहने अवस्थालाई देख्दा अझ बढी अन्यौलताको स्थिति देखिएको डा. अर्यालले बताउनुभयो । इन्सेकका कार्यकारी निर्देशक विजयराज गौतमले मानवअधिकारको मुद्दालाई राज्य पक्षले गम्भीरताका साथ सम्बोधन नगरेकै कारण नेपाल मानवअधिकारको सन्दर्भमा क श्रेणीबाट ख श्रेणीमा घटुवा हुने जोखिममा रहेको जानकारी दिनुभयो । कार्यक्रममा बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाका वरिष्ठ प्रहरी उपरीक्षक (एसएसपी) दीपक रेग्मीले मानवअधिकार संरक्षणको संवेदनशीलतालाई राज्यले बुझ्न नसकेको उल्लेख गर्नुभयो । हिंसाका घटनामा पीडितलाई सुरक्षितरुपमा राख्न राज्यका निकायसँग सुरक्षित आवासको व्यवस्था नहुनु र गैरसरकारी निकायसँग हारगुहार गर्नुपर्ने अवस्थाप्रति एसएसपी रेग्मीले गुनासो गर्नुभयो । पीडितलाई उपचार गरिदिने अवस्था पनि राज्यका निकायसँग नभएको उहाँले स्पष्ट पार्नुभयो । कार्यक्रममा सहभागीले मानवअधिकारको अवस्थाको विश्लेषण गर्नुपर्ने, नागरिक समाजको भूमिका जिम्मेवार बनाउनु पर्नेमा जोड दिएका थिए । कार्यक्रममा नागरिक समाजका विभिन्न क्षेत्रका प्रतिनिधि, प्रदेश सरकारका प्रतिनिधि, सुरक्षा निकायका प्रतिनिधिको उपस्थिति रहेको थियो ।

वीरबललाई स्वर्ग

अकबर वीरबलको कथा

दरबारमा वीरबलको मान मर्दन गर्न नसकेका कारण आफ्नो उन्नति नभएको र अकबर वीरबलतिर लागेको चिन्ताले एक जना मन्त्रीलाई खूब सताएको थियो। उनी वीरबललाई दरबारबाट कसरी हटाउन सकिन्छ भनेर सोच्न थाले। उनी अकबरको कपाल र दाह्रीजुँगा बनाउने नाऊकहाँ पुगे। उनले नाऊलाई निकै धेरै पैसा दिएर अकबर कपाल काट्न आउँदा भन्नु पर्ने कुरा सिकाए। धेरै पैसा पाएकाले नाऊ पनि ती मन्त्रीको सल्लाह मान्न तयार भयो।

एक बिहान नाऊ अकबरको कपाल काट्दै थियो। उसले मन्त्रीजीले सल्लाह सम्झियो।

'महाराज ! मैले हजुरको पिताको पनि कपाल काटेको थिएँ। त्यसै कारण हुन सक्छ हिजो सपनामा आउनुभयो', नाऊले भन्यो।

'के भन्नुभयो त मेरा पिताजीले ?', अकबरले उत्सुकतापूर्वक सोधे।

'भन्नुभयो कि उहाँलाई ठिकै छ रे तर एउटा आरोप लगाउनु भएको छ।' नाऊ रोकियो। अकबरलाई थप सल्लाह जाग्यो।

'के आरोप नाऊ ?'

'मेरा छोरो वीरबलजस्तो हाँस्यकलाकारलाई राखेर हाँसी हाँसी बसेका छ तर मलाई हसाउँने कोही छैन। सधैँ दिक्दार छु। मलाई त्यो वीरबल पठाइदिए हुन्थ्यो नि भन्नु हुन्थ्यो।' नाऊले सुनायो। नाऊको कुरा सुनेर अकबरलाई दिक्क लाग्यो। बाबु दुःखमा छन् भन्दा मन पनि दुख्यो।

भोलिपल्ट बिहानै सभामा हाजिर हुनासाथ उनले वीरबललाई नाऊले देखेको सपना सुनाए। उनले भने, 'वीरबल ! तिमी मेरा भक्त छौ हैन त ?'

'हो सरकार' वीरबलले भने।

'त्यसो भए तिमी मेरा पिताजीको सुखका लागि स्वर्ग जानुपर्ने भयो।' अकबरले भने। वीरबलले नाइँ भनेनन्। उनले एक साता तयारीका लागि भनेर बिदा मागे। उनले यो सबै षडयन्त्र मन्त्रीको हो भनेर पनि पत्ता लगाए। उनले घरको छेउमा रहेको कब्रस्थानमा खाडल खन्न लगाए। त्यो खाडलबाट भूमिगत सुरुङ बनाए जुन सुरुङ उनको घरसम्म आइपुग्थ्यो। आठौँ दिनको दिन उनी दरबारमा गए। अकबर कहिले वीरबल आउलान् र पिताजीको इच्छा पूरा गँरुला भनेर बसेका थिए।

'महाराज ! मैले स्वर्ग जाने तयारी पूरा गरेको छु। मलाई जिउँदै पुरिदिनुहोस्। मलाई मेरै घर छेउको कब्रस्थानमा पुरिदिनुहोला। म सहीसलामत स्वर्ग पुग्नेछु। सहिसलामत स्वर्ग पुगेमात्र मैले हुजूरको पिताजीलाई हँसाएर राख्न सक्छु अन्यथा कठिन हुन्छ।' वीरबलले भने र तयार पारेको कब्रस्थानतिर लागे। उनी सहजै चिहानमा पसे। माथिबाट सिपाहीहरुले पुरिदिए।

वीरबल सुरुङ घरमा पुगे। एक महिना जति घरमै गुप्तबास बसे। उता दरबारमा अकबर वीरबल मरेकोमा चिन्तित भएर दिन बिताउँदै थिए भने मन्त्रीहरु खुशीसाथ रजाइँ गरिरहेका थिए।

एक महिनापछि वीरबल निस्किएर राजा अकबरको दरबारतिर लागे। लामा कपाल, लामो दाह्री र जुँगाले गर्दा वीरबललाई कसैले चिनेनन्। उनले परिचय दिएपछि र उनको स्वर चिनेर मात्र उनी वीरबल हुन् भन्ने कुरा राजा र अन्य भारदारहरुले पहिचान गरे। मरेका वीरबल कसरी आइपुगे ? त्यहाँ खलबली मच्चियो। अकबरले सोधे, 'वीरबल ! तिमी नभएर म रानो हराएको माहुरीजस्तै भएको थिएँ। तिमी आइपुग्यौ, के छ मेरा पिताजीको हालखबर ?'

'सम्राट ! पिताजीको सब कुरा ठीक छ। त्यहाँ हाँस्ने– हँसाउने मानिसको पनि कमी छैन। कमी एउटै कुराको छ।' वीरबल बोल्दाबोल्दै रोकिए।

'के कुराका कमी छ चाँडो भन। मैले पठाएर हुन्छ भने म पठाइहाल्छु।' अकबरले व्यग्रतापूर्वक सोधे।

'मलाई नै हेर्नुस न म एक महिनामा कस्तो भएँ ? त्यहाँ राम्रोसँग कपाल काटिदिने र दाह्री बनाइदिने मानिस रहेनछ। पिताजीको माग छ कि हे वीरबल ! तिमी फर्केर जाऊ र मेरा छोरालाई भनेर मेरा कपाल काट्ने पुरानो नाऊलाई तत्काल पठाउन लगाऊ।' वीरबलले भने। उनको कुरा सुनेर अकबरलाई निकै पीर लाग्यो। उनले तत्काल त्यही नाऊलाई डाक्न पठाए र कब्रस्थानमा लगेर जिउँदै गाड्न आदेश दिए। नाऊ डरायो र पहिले आफूले देखेको सपना झुटो भएको र मन्त्रीले सिकाएको कुरा सुनायो। राजाले वास्तविकता बोध गरे। नाऊलाई आजीवन काराबासको सजायँ दिए भने मन्त्रीलाई देश निकाला गरिदिए।

साहित्यिक एवम् साँस्कृतिक कार्यक्रममा आँचलको उत्साह

संप्रस पौडेल

उमेरले मभन्दा साना भाइबहिनीहरूलाई पनि सँगसँगै हातेमालो गर्दै लेखनमा अघि बढ्न प्रेरित गर्न सकूँ। धैर्यता, सिक्ने जोश, जाँगर उनीहरूबाट सिक्न सकूँ। यति नबिर्सुँ- हजारौँ मुद्दाको बहस सुनुवाई र न्याय निसाफ गरिसकेका वकील, न्यायाधीश पनि आफूलाई कानूनका विद्यार्थी मान्छन्।

आँचल साहित्य कलापुञ्ज हेटौँडाले एउटा सभ्य र भव्य कार्यक्रम आयोजना गरेको छ। जहाँ हास्यव्यङ्ग्य विधालाई संस्थागत गर्दै गइरहेको सिस्नुपानी मकवानपुरको संयोजनमा हास्यव्यङ्ग्य प्रस्तुती गर्ने अवसर मिल्यो। आँचलले नृत्यमार्फत् विद्यालयलाई र गायनमार्फत गायक कलाकारलाई जोड्न सफल भयो। म त खुशीले गद्गद् छु।

सरोकारवालाहरूसामू लैङ्गिक मुद्दाका विभिन्न बहसहरू चले। कार्यक्रममा कमजोरी नहोस् भनी आँचलका सदस्यहरूको सक्रिय दौडधुप अनुकरणीय रह्यो। संस्था चलाउन त्यसभित्रका मानिसहरू एउटै मेलोमा दौडिनु पर्छ भन्ने यही संस्थाबाट सबैले सिक्न जरूरी छ। हामी सर्जकबीच केही समस्या छ भने त्यो आफ्नो विद्वता, सिर्जना र "सिनियर र जुनियर" भन्ने कुरा नै हो। तर यो सबैले आत्मबोध गर्न सक्ने कुरा भने होइन।

हामीले बिर्सन नहुने कुरा के हो भने साहित्यिक सर्जकहरू आफू सुनाउन मात्र होइन, सुन्नका लागि पनि तयार हुनुपर्छ। पूराना पुस्ताले नयाँ पुस्तालाई अघि लाउन नसक्ने हो भने नयाँले सँधै बोकिराख्नु पर्छ भन्ने हुँदैन। नयाँ पुस्तालाई सघाउँदै, सिकाउँदै, हौसला दिँदै अघि बढाउँदा सबैको सम्मान हुन्छ। दर्शक दीर्घामा बसेको गुरूलाई मञ्चमा बोलिरहेको शिष्यले म जहाँ छु, वहाँको कारणले भन्यो भने सम्मान हुन्छ तर मलाई मेरै गुरूले यहाँ आउन रोक्दारोक्दै आफ्नो बलबुँताले आएँ भन्यो भने ? यसर्थ संस्थामा सक्रियरूपमा लागिरहँदा लेखनमा ध्यान कम पुग्ने कुरालाई स्वीकार्छु। पहिचान दिलाउन सहज भए तापनि स्वच्छन्द, स्वतन्त्र र यथेष्ट समय लिएर लेखिरहनका लागि संस्थागत आवद्धता बाधक भने हुन सक्छ। तर त्यसले अन्य सर्जकलाई हुर्काइरहेको भने अवश्य हुन्छ।

यस अर्थमा म आफूलाई भाग्यमानी ठान्छु, सर्जकहरूको हौसला, माया, सद्भाव र विभिन्न अवसर पाएकै छु। ती सबैप्रति कृतज्ञ छु। उमेरले मभन्दा साना भाइबहिनीहरूलाई पनि सँगसँगै हातेमालो गर्दै लेखनमा अघि बढ्न प्रेरित गर्न सकूँ। धैर्यता, सिक्ने जोश, जाँगर उनीहरूबाट सिक्न सकूँ। यति नबिर्सुँ- हजारौँ मुद्दाको बहस सुनुवाई र न्याय निसाफ गरिसकेका वकील, न्यायाधीश पनि आफूलाई कानूनका विद्यार्थी मान्छन्। कुनै समयको अन्तरालमा साहित्यका धेरै ज्ञान पाइएछ भने पनि पछिल्ला पुस्ता सँगै रमाउन सकूँ। नवराज लम्साल दाइ हाकाहाकी भन्नुहुन्छ नि- म भाइ पुस्ताले बनाएको कवि हुँ।

भनाई छ नि- डाक्टरले ५ मिनेटभन्दा बाँच्दैनौ भन्यो भने अरू केही नगर्नू, लेख्नू। साँच्चै पढ्ने लेख्नेहरूको सङ्गत पाउनु अहोभाग्य नै हो। मकवानपुरका साहित्यिक संस्थाहरू निकै सक्रिय छन्। यथेष्ठ कार्यक्रम भैरहेका छन्। संस्था र सर्जकहरूलाई स्थानीय, राष्ट्रिय मिडिया र सम्बद्ध व्यक्तिहरूको राम्रो साथ छ। हेटौँडा उपमहानगरपालिका, यसअन्तर्गतका केही वडा, बकैया गाउँपालिका अति सक्रिय तथा अन्य चाहिँ छिटफूट आदि स्थानीय सरकार अत्यन्तै सर्जकमैत्री देखिएका छन्।

अझै धेरैले ढुङ्गा गिट्टीबाहेकका विकासलाई विकास देखेका नै छैनन्। अन्ततः एकमुष्ठरुपमा कार्यक्रम आयोजक, सहयोगी, स्रस्टा, शुभेच्छुकहरुप्रति शुभ पठनको कामना।

मैले सिकेको र अनुभव गरिरहेको शिक्षा

अनाम आचार्य

जीवन एक यात्रा हो। यस यात्रामा मानिसले प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रुपमा विभिन्न कुराहरु सिकिरहेको हुन्छ। कतिपय कुराहरु मानिसले औपचारिक रुपमा पढेर सिक्दछ भने कतिपय कुराहरु मानिसले परेर सिक्दछ। मेरो जीवनमा पनि यस्ता कुराहरू मेल खाएको छ।

औपचारिक शिक्षाको सन्दर्भमा माध्यमिक तहसम्मको अध्ययन पूरा गरी हाल म शिक्षाशास्त्र सङ्कायमा मूल विषय नेपाली लिई स्नातकमा अध्ययनरत छु। यस अवधिमा मैले विद्यालय र विश्वविद्यालयबाट शिक्षाको सन्दर्भमा शिक्षा, शिक्षण, मूल्याङ्कन, विद्यार्थी मापन, शिक्षण विधि, शिक्षण सिकाइ क्रियाकलाप, पाठ्यक्रम जस्ता विषयहरुका बारेमा जान्ने मौका पाएँ। यसका अतिरिक्त कक्षाकोठाको व्यवस्थापन, समावेशी शिक्षा, विशिष्टीकरण तालिका, शिक्षक निर्देशिका, शिक्षक तालिम, सिकाइ सिद्धान्तहरु, बाल मनोविज्ञान आदिका बारेमा थाहा पाएँ र सिकेँ।

यतिमा मात्र औपचारिक सिकाइ सीमित रहेन। मूल्याङ्कनलाई कसरी विश्वसनीय, वैध, वस्तुनिष्ठ बनाउने, सिकाइ उद्देश्य कसरी निर्धारण गर्ने, मापन तथा मूल्याङ्कन कसरी गर्ने, विषयवस्तु अनुसार के कस्ता शिक्षण विधिहरुको प्रयोग गर्ने जस्ता कुराहरु मैले सिकेँ। विषयगत रुपमा पनि मैले आख्यान, काव्य, निबन्ध, नाटक, खण्डकाव्य, महाकाव्य आदिका अवयवहरु, रचना प्रक्रिया, विकासक्रममा सिकेँ। कुनै पनि कुराप्रति व्याख्या, विश्लेषण गर्ने, तर्क गर्ने, रचनात्मक प्रतिक्रिया दिने जस्ता कुराहरु मैले औपचारिक शिक्षाबाट सिकेँ र सिक्दै पनि छु।

यतिका बारेमा ज्ञान भएको महसुस मैले गरिरहँदा म सिकारुलाई विषयवस्तुप्रति सहजीकरण गर्न सक्छु जस्तो लाग्छ र मैले सक्नेछु पनि। मलाई यो मेरो गुरुहरुले दिएको शिक्षा वा आत्मबल हो र रहनेछ। यसो भन्दै गर्दा शिक्षा जीवनभर निरन्तर चलिरहने प्रक्रिया भएकाले मैले अझै शिक्षाको धेरै पाटाहरु सिक्न बाँकी रहेको छ।

पढाइसँगै रोजगारीको खोजीमा भौतारिँदै गर्दा मैले नवोदयको मार्गलाई पछ्याउन थालेँ। नवोदयका सुरुवाती दिनहरुमा मलाई मैले नवोदयको प्रणाली, सिकाइ पद्धति वा संरचना नबुझेको जस्तो महसुस मेरो मानसपटलमा भइरहेको थियो। ठूलो आधुनिक भवन, सम्पन्न कक्षाकोठाहरु देख्दा म आतिन्थेँ तर समयक्रमसँगै म कक्षाकोठासँग परिचित हुँदै छु।

यहाँ सञ्चालन भइरहने शिक्षक पेशागत विकास (Teacher Professional Development–TPD) कार्यक्रमलाई मलाई धेरै सिक्ने मौका प्रदान गर्यो। तालिममा शिक्षकहरु र शैक्षिक निर्देशक अरुण दाहाल सरको पटक पटकको मार्गदर्शन मेरो लागि महत्वपूर्ण छ र सधैँ रहनेछ। यसले मलाई अझै वास्तविक शिक्षा र सिकाइ पद्धतिसँग परिचित बनाउँछ भन्नेमा म विश्वश्त छु।

लगभग एक महिनाको यति छोटो समयमा नै यहाँबाट मैले धेरै कुरा सिकेँ र त्यसलाई व्यवहारमा उतार्ने प्रयत्न विद्यार्थीमाझ गर्दैछु। मलाई लाग्थ्यो म पनि एउटा राम्रो पाठयोजना, सिकाइ उद्देश्य निर्माण गर्न सक्छु तर त्यसो होइन रहेछ कक्षाकोठामा नगई यो सब कुरा निरर्थक नै लाग्यो जसमा प्रत्येक महिना हुने टिपिडी कार्यक्रमले मलाई शिक्षण पेशामा लागिरहँदा शिक्षाका बारेमा धेरै कुरा सिकायो।

मैले पहिलो टिपिडी कार्यक्रमबाट सिकाइको उद्देश्य के हो ?, सिकाइको उद्देश्यसँग सम्बन्धित गलत धारणाहरु के के हुन् ? यसको फाइदाहरु के के हुन् जस्ता विषयहरुमा जान्ने अवसर पाएँ। त्यसैगरी दोस्रो टिपीड कार्यक्रम मेरा लागि अझै महत्वपूर्ण रह्यो, जसबाट हामीले शिक्षण सिकाइको क्रममा पटक पटक प्रतिबिम्बन अभ्यास गर्नुपर्छ, जसले गर्दा विद्यार्थीहरुमा विषयवस्तुप्रति गहिरो स्मरण रहन्छ, जसले गर्दा सिकाइ चीरस्थायी हुन्छ भन्ने कुराको पनि जानकारी पाएँ।

टिपिडी कार्यक्रमकै क्रममा मैले सिकाइका तत्वहरूका बारेमा थाहा पाएँ। मैले शिक्षा विषयमा सिकाइ उद्देश्य निर्धारण गर्न सिके तापनि सिकाइ उद्देश्यका तत्वहरु हुन्छन् र ती तत्वहरु वा घटकहरू सम्मिलित गराएर सिकाइ उद्देश्यहरू बनाएमा मात्र उद्देश्य पूर्ण हुन्छ भने रहस्य यहाँबाट थाहा पाएँ।

सिकाइका उद्देश्यहरुमा ABCD **अर्थात्** Audience, Behaviour, Condition र Degree जस्ता घटकहरु हुँदो रहेछ। यसमा Audience को अर्थ सिकारु वा सिक्ने समूह, Behaviour को अर्थ सिकारुले गरेको प्रस्तुति वा काम अथवा action verb, Condition को अर्थ सिक्ने माध्यम र Degree मूल्याङ्कन वा मापदण्डको वर्णन गर्ने आधार रहेछ। तालिमबाट यसको बारेमा थाहा पाएपछि आफूले बनाउँदै आएका उद्देश्यहरु पनि अपूर्ण तथा फिक्का लाग्न थाल्यो र मैले आगामी दिनहरुका बनाइसकेका पाठ योजनाहरुका उद्देश्यलाई समेत उद्देश्यका तत्वहरु सम्मिलित हुने गरी परिष्कृत बनाएँ र बनाउने पनि छु।

सिकाइ उद्देश्यमा भएका यस्ता तत्वहरुले सिकाइमा स्पष्टता, विशिष्टता र मापनी गुणहरु प्रदान गर्ने रहेछ। यसले सिकारुले के, कसरी र कति सिक्ने भनेर स्पष्ट रोडम्याप प्रदान गर्ने गर्दछ। यसका अतिरिक्त विद्यार्थीले सिकेका कुराहरुलाई सजिलैसँग मापन गर्न सकिने भएकाले सिकाइ उद्देश्यमा सबै घटकहरु हुन आवश्यक रहेछ। नवोदयमा सञ्चालन भइरहने यस्ता कार्यक्रमहरुले शिक्षकहरुलाई थप पृष्ठपोषण प्रदान गर्दै पुनर्बल प्राप्त गर्न ठुलो सहयोग हुन्छ।

मेरो विचारमा नेपाल, नवोदय र आधुनिक शिक्षाको शिक्षा पद्धति हेर्दा नवोदयको प्रयास सम्मान योग्य छ भने हामीले परम्परागत शिक्षण पद्धतिलाई सुधार गरी अगाडि बढ्नुपर्ने देखिन्छ। हामी अहिले २१ औं शताब्दीमा छौँ र यस समयमा परम्परागत शिक्षा पद्धतिलाई सुधार गर्दै नयाँ, आधुनिक, वैज्ञानिक, व्यवस्थित र क्रियाकलापमुखी शिक्षण पद्धति श्रेयस्कर हुन्छ भन्नेकुरा मलाई लाग्छ। हाम्रो शिक्षा पद्धतिले आधुनिक समयसँग मेल खाना सकिरहेको छैन भने उता नवोदयमा सञ्चालनमा आइरहेको क्रियाकलापमुखी र प्रविधिमैत्री शिक्षा पद्धति आधुनिक शिक्षाको अवधारणासँग नजिक छ। यहाँ नवोदयमा सञ्चालनमा आइरहेको क्रियाकलापमुखी र प्रविधिमैत्री शिक्षा पद्धति आधुनिक शिक्षाको अवधारणागत नजिक छ। हामीले परम्परागत घोकन्ते विद्यालाई त्यागेर क्रियाकलापमुखी शिक्षण पद्धतिलाई जोड दिन आवश्यक छ। नवोदयमा शिक्षण विद्यार्थी केन्द्रित बनाउने, सिकाइलाई प्रविधिसँग जोड्ने र विद्यार्थीलाई सकेसम्म व्यवहारिक तवरबाट सिकाउने प्रचलन छ जुन मलाई धेरै राम्रो लागेको छ।

उदाहरणका लागि हामीले सानैदेखि र कक्षा १० सम्म विज्ञान पढ्यौँ तर कहिल्यै पनि विज्ञानलाई व्यवहारमा जोड्ने अवसर पाएनौँ। कहिले काहीँ मलाई सोच्दा अफसोस लाग्छ कि त्यत्रो घोकेको रासायनिक प्रतिक्रिया, ग्रहहरु, सौर्यमण्डल, कोष, तन्तु, अङ्ग, प्रणाली आदि कहिल्यै हेर्न पाइएन तर यहाँका विद्यार्थीहरू भाग्यशाली रहेछन् जसले धेरै हदसम्म यी र यस्ता कुराहरूको अनुभव लिन पाएका छन्। तसर्थ नवोदयको शिक्षा पद्धति २१ औं शताब्दीसँग मेल खाएको भन्न कुनै द्विविधा छैन।

निष्कर्षतः अबको युगमा हामीले परम्परागत शिक्षा पद्धतिलाई त्यागी आधुनिक, व्यवस्थित र वैज्ञानिक शिक्षा पद्धतिलाई आत्मसाथ गर्नुको विकल्प बाहेक अरु केही छैन। संसारमा दिन प्रतिदिन नयाँ ज्ञानको विस्फोट भइरहन्छ तर हामीले अझै पनि बहुबाजेले के पढेका थिए त्यही पाठ्यक्रम पढ्नुपरेको छ। यदि हामीले शिक्षामा नवप्रवर्तन गरेनौँ, आधुनिक र व्यवहारिक शिक्षालाई आत्मसाथ गरेनौँ भने हाम्रो विद्यार्थीहरूले अन्तर्राष्ट्रिय जगतमा प्रतिस्पर्धा गर्न सक्दैनौँ। शिक्षा यस्तो हुनुपर्छ जस्तो प्रतिसँगै मानिसले सफलताका साथ आफ्नो जीवनयापन गर्न सक्नुपर्छ र शिक्षा व्यक्तिको समग्र विकासमा केन्द्रित हुनुपर्छ।

अझै पनि हाम्रो शिक्षण संस्थाहरु आर्थिक संकटको मारमा छन्। तसर्थ हामीले शिक्षाको क्षेत्रमा व्यापक अध्ययन, अनुसन्धान तथा उचित अर्थको विकास गरी शिक्षालाई एक्काइसौं शताब्दी तथा वर्तमान समयसम्म जोड्न अति आवश्यक छ।

मेरो सन्दर्भमा कुरा गर्दा मैले पनि कक्षाकोठा व्यवस्थापन, शिक्षण विधि, सिकाइ उद्देश्य निर्धारण जस्ता कुरामा सुधार गर्नुपर्ने देखिन्छ र मेरो प्रयास यसमा सधैं रहनेछ। *हेटौंडा -९ लामसुरे*

बर्थ डे

लघुकथा

श्यामप्रसाद श्रेष्ठ

"जन्मदिनको हार्दिक मंगलमय शुभकामना है, मित्र फुर्तिमान ! "मिलन पार्टी स्थलमा प्रवेश गर्दै भन्यो।

पार्टीमा उपस्थित हुने सबै गाउँले साथीभाइ, आफन्तजनहरुले यस्ता यस्तै शुभकामनाहरु फुर्तिमानलाई दिइरहेको थियो।

फुर्तिमानले मिलनलाई हात मिलाउँदै भन्यो, "धन्यवाद।"

मिलनले फुर्तिमानलाई हेर्दै भन्यो, "ओहो तिमीले त यो गाउँमा भएको पार्टीहरु मध्य सबैले भन्दा बढी खसी, कुखुरा ढाल्यौ। ब्राण्डेड रक्सी, बियर, चिसो पेय पदार्थ पेटिका पेटि झार्‍यौ नि ? यस्तो अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा गर्नु हुँदैन्थ्यो नि ! अलि खर्चमा मितव्ययिता गर है ?"

फुर्तिमानले भन्यो, "ए साथी म मेरो जन्मदिन यस्तो भव्यसँग मनाउँछु कि कोहि माइकललाल यो गाउँमा मसँग प्रतिस्पर्धा गर्न सक्दैन, तिमी टन्न खाउ अनि जाउ ! मलाई उपदेश दिनु पर्दैन।"

"ठिक छ, ठिक छ, एउटा मित्रको नाताले सुझाव दिन त सक्छु नि ! मान्ने नमान्ने त तिम्रो सोच हो।टन्न खाई हालें, बजारबाट फर्किंदा फेरि पसुँला।"

साँझपख मिलन फर्किंदा सडकको पेटिमा फुर्तिमान रक्सीले मातेर लडिरहेको देख्यो। उसको घरमा कोहि नौलो मानिस थियो।

उसले त्यो नौलो मानिसलाई हेर्दै भन्यो, "तपाईँहरु कस्तो मानवीयता हराएको मान्छेहरु ? यत्रो पार्टी दियो, पार्टी खायौ, अनि यसरी सडक छेउ लडिरहँदा पनि उठाएर घर भित्र ल्याउनु पर्छ नि !"

"कुन घरमा सुताउनु यो सुकुम्बासीलाई ?"

"यो घर त मेरो मित्र फुर्तिमानको हो नि !"

नौलो मानिसले मिलनलाई हेर्दै भन्यो, "हो बिहानसम्म उसको घर थियो, अब अहिले मेरो भयो।"

"कसरी ?"

"बर्थडे ले लग्यो।"

"बुझिन नि !"

"बर्थ डे मान्न लगेको सामानको पैसा तिर्न नसकेर घर नै मलाई पास गरिदियो। *हेटौँडा-६, चौघडा*

मातृत्वकी महासागर

✍इलिशा पराजुली

सूर्यको लाली पृथ्वीसम्म
आइपुग्नु पुर्वै
आमा शितहरूलाई उमाली
रहर घोलेर
खनाउककंछिन् गिलासमा
किल्तिबाट तातो चिया
चियाको घुट्किसककंगै निल्दै
नेपथ्यमा नाचिरहेका रहरहरू
सबै दुःख टालेर मनभित्रै,
पस्किन्छिन् उज्यालो

धर्म निभाउककंदै गएको
उमेरमाथि लगाउककंदै
जिम्मेवारीको चाङ
आफ्ना चाउरिएका गाला
चिस्यान नपाएर बुट्टेदार भएको
खेतसरि पट्पटिएका
हातगोडा
लड्बडाउककंदो बोली
तिर्मिराउककंदो आँखाका
ढकनीहरूलाई खोज्छिन्
गर्न पराजय
एक भूगोल हाँसो लिएर

भन्छिन् उनको गर्वमा
भएनन् रे कहिल्यै
मेरा ढुकढुकीहरू सुरबिहिन्
मेरा हरेक लातहरूमा
भेटिन् रे उनले,
आमा हुनुको अपनत्व
र सन्तानसककंगको सामीप्यता
खुट्टा तान्नेहरूका भीडमा
लातहरूमा पनि आफ्नोपन
भेट्नु नै त होला,
आमाहुनुको महानता
आमाहरूको महानता'
सालनालमा बेरिएदेखिनै
गरेर माया निस्वार्थ
बोकेर हिँडेकी छिन् उही बेलादेखि
ठूलो किम्बदन्ती

समाएपनि कसैको हात
साथ नछोड्ने बानी छ आमाको
त्यसैले त भोक, अभाव, पीडा रोदनले
छाडेनन् आमालाई कहिल्यै
सुकाएरै भएपनि आफ्नो आन्द्रा
आमाले दिइनन् मर्न आन्द्रा हाम्रो
अभावमै पनि बढो
प्रभावको जिन्दगी
बाच्दा रहेछन् आमाहरू !

आफ्ना सपनाहरूलाई
मसान्तको मेलामै
चाचाहुई खेलाएकी
जतिमाथि पुगेपनि
झक्झकाइरहिन् नभुल्न
धरातल
र त
आमा धर्ती हुन् !

आज,
मेरो सपना भनेकै तिम्रो
खुसी हो आमा
सारा दिन सकूँ पेटमा भोकमरी नहोस्
आहारा दिन सकूँ
छानो चुहिन नपरोस्
छाहारा दिन सकूँ
बुढेसकालमा दुःख नहोस्
साहारा दिन सकूँ
असल व्यहोरा दिन सकूँ
जिन्दगी अरूले जस्तो बिलास
दिन नसकेपनि
बिरामी पर्दा तातो पानीको
गिलाककंस दिन सकूँ
मेरै हातले मुछेर
भातको गाककंस दिन सकूँ
रगत चाहिए रगत
नत्र सास दिन सकूँ !

कक्षा १२
हेटौंडा स्कुल अफ म्यानेजमेन्ट

आमा

✍सुनिल तामाङ

आमा मेरी प्यारी
आमा मेरी जाती
परी ओकी रानी
माया मेरो छनी

भन्नु हुन्छ पढ
असल काम गर
बन्नु पर्छ ज्ञानी
बनाऊ राम्रो बानी

असल मान्छे बन
कमाउ धेरै धन
आमा भन्छिन सँधै
पढ पढ धेरै ।

कक्षा-७, अमर मावि

मेरो स्कुल

✍नम्रता पराजुली

मेरो स्कुल राम्रो
भाइले भन्छ लल
पढ्ने पनि जान्छ
भने पनि भन्छ

मलाई माया गर
नजाउ धेरै पर
काम सँधै गर
सँधैभरि पढ

होमवर्क पनि गर
मिसले भनेको मान
सबै कुरा जान
रमाइलो मान

हाम्रो राष्ट्र गान
धर्तीको शान

कक्षा-७, अमर मावि

गाउँखाने कथा

१. भित्र पेटमा दाँतैदाँत सऱ्यापसऱ्याप गर्ने, जति धेरै खाए पनि अघाउने होइन ।
- हँसिया

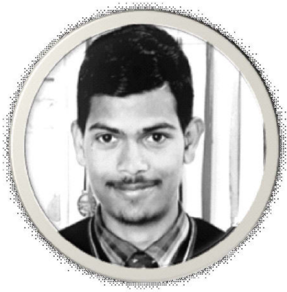
२. पहिले माया गर्छन पछि कुट्छन्, ओछ्याएर फेरि मोज लुट्छन् ।
- कपास

३. बाक्लो वनको फँडानी उठाउँछ हात, त्यो हातमा बस्नेचाँहि देखाउँछ नाच ।
- कपास

४. एक गेडा सुपारी, दुई जना बेपारी ।
- गोब्रेकीरा

५. आमा भन्दा छोरी कुप्री ।
- निउरो

जब जब याद आउँछ



✍सरोजप्रसाद साह

किन सम्झनामा आउँछ ?
किन त्यो मलाई रुवाउँछ ?
किन यो आँखा रसाउँछ ?
जब जब याद आउँछ

प्रेम त म, चोखो गर्थे
सँगै जिउने वाचा गर्थे
जब-जब बादल भर्ने गर्थे
तब सँगै गाउने गर्थे

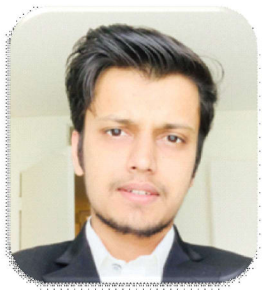
किन, सम्झनामा आउँछ ?
किन यो आँखा रसाउँछ ?
किन हाँस्दा-हाँस्दै रुवाउँछ
जब-जब याद आउँछ

गर्मीमा, त्यो सन्ध्याको पल
चिसोमा, त्यो न्यानो पल
घाममा, त्यो छायाको पल
रातमा, त्यो न्यानो सल

किन, त्यो जिउँदै जलाउँछ
जब-जब याद आउँछ

किन, सम्झनामा आउँछ ?
किन, जिउँदै लास बनाउँछ ?
जब-जब याद आउँछ ।

याद आउँछ



✍सागर खतिवडा, सायल

याद आइरहन्छ,
त्यहि पुरानो टिनको छानो
थियो सानो
झुपडिनै भएनि
महल मेरा लागि
साथीभाइको चहलपहल मेरा लागि

मलाइ याद आइरहन्छ,
जहिले पनि
अहिले पनि
उहि पुरानो सुन्दर बस्ति
पुरानै म
र बालापनको मस्ति

कस्तो अचम्म,
म आउन चै सकिन
तर तिम्रो यादचै
बारम्बार आइरहन्छ
कतै मलाई तिम्रो सुन्दरताले
तान्यो कि ?
गाउँघरको सम्झनाले मुटु
छियाछिया हुनेगरी हान्यो कि ?

म खोजिरहन्छु यहाँ,
बाबाले सिकाएका आदर्शहरु
आमाले दिएका स्नेहहरु
भेटिन्छन् कि कतै भनेर
टाँसेको छु ति यादहरु दिलमा
मेटिन्छन् कि कतै भनेर

हेटौँडा-६, गौरिटार
हाल अमेरिका

जीवन

✍प्रतिक बस्नेत

जीवन हाम्रो बगेको नदी रोकेर रोकिन्न
गन्तव्य चुम्ने लक्ष्य छ हाम्रो छेकेर छेकिन्न ।
विचार हाम्रो साथ छ राम्रो साहस गर्नु छ
अँध्यारो धर्ती बनेर ज्योति उज्यालो छर्नु छ ।

मलाई साँच्चै जीवन हाम्रो बेकार लाग्दछ
वसन्त हैन हिलो र मैलो असार लाग्दछ ।
कसैले भन्छन्. जीवन हाम्रो बेकार लाग्दछ
मलाई भने सिर्जना रोप्ने असार लाग्द छ ।

कक्षा-६, बालजागृति इंग्लिस सेकेण्डरी स्कूल

स्वादिष्ट नेवारी खाजा

अब

होटल बासुकला (फास्टफुड) मा

() स्वादका पारखीको विश्वास जित्दै २५ बर्षदेखि निरन्तर सेवामा समर्पित स्वादिष्ट नेवारी खाजा घरमा स्वागत गर्दछौं ।
() नेवारी खाजा सेट, म:म, चाउमिन, बारा, योमरी लगायतका खाजा खान हार्दिक स्वागत गर्दछौं ।

होम डेलिभरीको पनि सुविधा रहेको जानकारी गराउँदछौं ।

०५७-५२६०१३

सामुदायिक रेडियो, रेडियो निकास
९३.४ मेगाहर्ज सुनौं र सुनाऔं

साताको राशिफल

पं. ज्यो. तोयानाथ सुवेदी
सम्पर्क : ९७४५०२८५५५

मेष राशि: परिश्रमपूर्वक महत्वपूर्ण योजना तयार पारे पनि कार्यसम्पादन गर्न बाधा अवरोध हुने समय योग छ । क्रोध र लोभ बढ्न सक्ने समय योग छ । दाम्पत्य जीवनमा विवाद बढ्ला । रोजगारीका क्षेत्रमा कठिन परिश्रम गर्नुपर्ला । व्यापार–व्यवसाय र लेखाइ पढाइ ठिकै रहला । धार्मिक यात्रा योगमा सरिक ।

वृष राशि: समय संघर्षकारक नै रहला । आर्थिक अवस्था कमजोर रहने योग छ । धार्मिक तथा सामाजिक क्षेत्रमा धनको व्यय हुने समय योग देखिन्छ । नशा सम्बन्धी रोगले सताउने समय योग छ । स्वाभिमानमा प्रश्न उठ्न सक्ने समय योग छ । मानसिक चिन्ताले सताएपनि अध्ययन–अध्यापन दुवै क्षेत्रमा सफलता प्राप्त होला ।

मिथुन राशि: समय ठिकै छ । व्यापार–व्यवसायबाट धन आर्जन गर्न सकिन्छ । आर्थिक पक्षमा क्रमशः सुधार आउला । मान–सम्मानमा वृद्धि हुने समय योग छ । कामकाजमा भने केतुले बाधा अवरोध गर्ला । स्वास्थ्य समस्या योग बढ्ला । दुर्घटना तथा चोटपटकको भय बढ्ला । पढाई–लेखाई र धार्मिक कृत्यमा सरिक भइएला ।

कर्कट राशि: समय ठिकै छ । दीर्घकालिन कार्यको शुरुवात हुनेछ । घरमा मांगलिक कार्य सम्पादन होला । शत्रुको दबाब र झमेला आउने छ । सामाजिक कार्यमा बढी समय खर्चनु पर्ला । साँझेदारीका कामबाट हानी रहने छ । चोटपटकको भय कामकाजमा अवरोध भने हट्ने छैन । आर्थिक अवस्था कमजोर होला । पढाई ठिकै छ ।

सिंह राशि: मान सम्मान र पदोन्नति होला । व्यापार–व्यवसायबाट लाभ मिल्ला । पारिवारीक विवाद,खर्च वृद्धि काममा आलस्यता ल्याउने समय योग छ । परिश्रम र संघर्ष बढी गर्नुपर्ला । अध्ययन–अध्यापनमा भने शुभ रहला । धार्मिक तथा सामाजिक कृत्यमा सरिक भइने छ । बोलीले आफन्तहरु टाढिने समय योग छ ।

कन्या राशि: समय मध्यमकारक छ । समय समयमा खानपानमा बिचार गर्नुपर्ला । स्वास्थ्य समस्या,चोटपटक पनि बढ्न सक्छ । शैक्षिक क्षेत्रका काममा नैराश्यता होला । दाम्पत्य जीवनमा उतार चढाप आउने समय छ । क्षमतामा प्रश्न चिन्ह् आउला । धार्मिक तथा सामाजिक र भ्रमण योगमा रमाइने समय योग रहेको छ ।

तुला राशि: आय–आम्दानीका मार्ग बन्द रहनाले समस्या बन्ला । चोटपटकको भय र दुर्घटनाको भयबाट बच्नु बचाउनु पर्ला । शत्रुपक्षको मनोबल घट्ने समय छ । स्वास्थ्य क्षेत्रमा सुधार आउला । शैक्षिक क्षेत्रबाट खासै उपलब्धी नहोला । सामाजिक अनि साँस्कृतिक अनि धार्मिक क्षेत्रका कामले मन शान्त बन्ने समय योग छ ।

वृश्चिक राशि: व्यापार–व्यवसायका कामबाट हानी हुने योग छ । मानसिक तनाव बढने समय योग छ । विपक्षीको मनोबल कमजोर रहने समय योग छ । पारिवारीक कलह रहने समय योग छ । शैक्षिक क्षेत्रका काममा नैराश्यता र पेट सम्बन्धी समस्याले सताउने समय योग देखिन्छ । आर्थिक अवस्थामा सुधार आउला ।

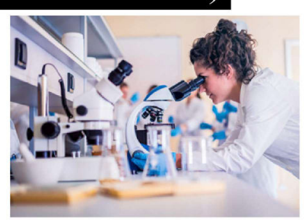
धनु राशि: सामाजिक क्षेत्रबाट मान– सम्मान प्राप्त होला । दीर्घकालिन योजना बन्ने समय छ । निर्णय लिँदा र गर्दा विचारणीय देखिन्छ । न्यायिक क्षेत्रमा सफलता प्राप्त । अध्ययन–अध्यापनमा पनि सफलता प्राप्त योग रहला । धार्मिक तथा सामाजिक कार्यमा समय खर्चनुपर्ने समय योग रहेको छ ।

मकर राशि: समय प्रतिकूल छ । वादविवाद, अनावश्यक दौडधूप, कार्यमा बाधा देखिन्छ । आफन्त र मित्रबाट त्यति सहयोग प्राप्त नहुने समय छ । सामाजिक तथा राजनैतिक काममा आलोचित बनिएला । दुर्घटना योग रहेकाले सावधानी अपनाउनुपर्ने समय योग रहेको छ । पढाई–लेखाई मध्यमकारक छ ।

कुम्भ राशि: आर्थिक मन्दी रहेपनि परिश्रमले काममा पूर्णता प्राप्त होला । चुनौतिपूर्ण कार्यहरु गर्दै जानुपर्ने समय योग छ । नयाँ कार्यको जिम्मेवारी प्राप्त । व्यापार–व्यवसाय तथा रोजगारीका क्षेत्रमा विवाद रहनाले मानसिक तनाब बढ्ला । अध्ययन–अध्यापनका क्षेत्रमा लगानी बढ्ला तथा सफलता पनि प्राप्त होला ।

मीन राशि: धन सम्पत्ति हानी बढ्ने समय योग छ । बोलीका कारण आफन्त र इष्टमित्रहरु टाढिने समय छ । स्वास्थ्य समस्याले नसताउँला भन्न सकिन्न । पारिवारीक कलह बढ्ला । कामकाजमा पनि बाधा व्यवधान आउला । व्यापार–व्यवसाय तथा धार्मिक अनि सामाजिक कामहरु मध्यमकारक रहलान् ।

गुणस्तरीय अनि विश्वसनीय प्रयोगशाला
QRL (Qualified Reference Lab)



हामीकहाँ थाइराइड, बायप्सी, रुटिन टेस्ट, भिटामिन जाँच, क्यान्सर मार्करलगायत प्रयोगशाला सेवा रहेका छन् । हरेक महिनाको अन्तिम शनिबार थाइराइड परीक्षणमा ५० प्रतिशत छुट, फास्टिङ तथा पीपीमा सुगर टेस्ट फ्रि ।

सम्पर्क
०५७-५९०९७७
QRL (Qualified Reference Lab)
हेटौंडा-१, ब्लडबैंकअगाडि

हाम्रो सुमो सेवा-२ को
काउन्टर सरेको जरुरी सूचना

हेटौंडा-काठमाडौं सुरक्षित, भरपर्दो र गुणस्तरीय सेवा दिँदै आएको यस हाम्रो सुमो सेवा-२ को काउन्टर हेटौंडा-४, अजरअमररोडबाट हेटौंडा-१०, मेनरोड कपुर कल्प्लेक्सअगाडि मिति २०८० साल जेठ १८ गते बिहिबारदेखि सरेको जानकारीका लागि सम्पूर्णमा अनुरोध गरिन्छ । नयाँ स्थानमा थप सुविधा र सहजताका साथ तपाइँको सेवामा हामी सदैव समर्पित रहने प्रतिवद्धता समेत व्यक्त गर्दछौं ।

हाम्रो सुमो सेवा-२
हेटौंडा-१०, मेनरोड (कपुर कम्प्लेक्स अगाडि)
०५७-५२५९८८/५२३९८८
हटलाइन: ९८५५०-७२२८८

प्रदेशस्तरीय युवा नमुना संसद अभ्यास कार्यक्रम सम्पन्न

समाज संवाददाता

हेटौंडाः प्रदेशस्तरीय युवा नमुना संसद अभ्यास कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । बागमती प्रदेश युवा परिषद्को आयोजनामा प्रदेशभरीका युवाहरुको सहभागितामा युवा नमुना संसद अभ्यास कार्यक्रम भएको हो ।

मंगलबारबाट सुरु भएको भएको प्रदेशस्तरीय युवा नमुना संसद अभ्यास कार्यक्रम शुक्रबार सम्पन्न भएको छ । कार्यक्रममा प्रदेशका १३ जिल्लाबाट २६ जना, राष्ट्रिय युवा परिषद्बाट १० जना र ४ जना प्रदेश युवा परिषद्बाट गरी ४० जनाको सहभागिता रहेको थियो ।

कार्यक्रमले युवाहरुलाई प्रदेशको संसदीय प्रणाली अभ्यास, नमुना संसदमा युवाहरुलाई लोकतन्त्र र लोकतान्त्रिक संस्कृति, बिधेयक निर्माण प्रक्रिया र प्रदेशका संसदीय समितिहरु, व्यवस्थापिका, न्यायपालिका, कार्यपालिकाबीचको सम्बन्ध, संसदीय प्रक्रियामा प्रमुख भूमिका खेल्ने पदाधिकारीहरुको चयनलगायत विषयमा प्रशिक्षण दिइएको थियो । अभ्यास कार्यक्रममा सहभागीहरुबाट ७ जना छनोट गरी प्रदेश युवा परिषद्ले संघीय संसद अभ्यासका लागि पठाउने छ ।

युवा नमुना संसद अभ्यासको समापन कार्यक्रममा बोल्नुहुँदै बागमती प्रदेशको सामाजिक विकासमन्त्री कुमारी मोक्तानले युवाहरुले राजनीति गर्नुपर्ने भएकाले युवालाई संसदीय अभ्यास सिकाएको बताउनुभयो । भोलिको दिनमा समाज रुपान्तरण गर्ने हुनाले देशमा हुने संसदीय प्रणाली जानकारी दिन कार्यक्रम गरिएको उहाँको भनाइ थियो ।

बगमती प्रदेशले नीति बजेट बनाउँदा प्रदेश युवा परिषदका लागि बजेट प्रशस्त छुट्याएको उहाँले जानकारी दिनुभयो । प्रदेशका युवाहरुलाई समाजमा नेतृत्वदायी बनाउन आगामी दिनमा स्थानीय तहमा नै यस्ता खालका अभ्यास गराउने नीति ल्याउने तयारीमा भएको उहाँको भनाई छ ।

राजनीति गर्ने मानिसले एक उद्देश्य र लक्ष्यसहित राजनीतिक परिवर्तनतर्फ लाग्नुपर्नेमा उहाँले जोड दिनुभयो । समाजमा परिवर्तन चहिएको हुनाले प्रदेश सरकारले समाजमा क्षमता वृद्धि र दक्ष्यता वृद्धितर्फ लागेको धारणा राख्नुभयो ।

कार्यक्रममा सहभागी रञ्जिता अधिकारीले कार्यक्रमबाट लोक्तन्त्र, लोक्तान्त्रिक र राजनीतिक संस्कृतिको बारेमा बुझ्न पाएको बताउनुभयो । देशको राजनीतिक अवस्था, संसदीय व्यवस्था प्रणालीको बारेमा सिक्न पाइएको बताउँदै आगामी दिनमा प्रदेश युवा परिषद्ले गरेको कार्यक्रमहरुमा सहभागी हुन पाउनुपर्ने माग राख्नुभयो ।

कार्यक्रमको समापन गर्दै प्रदेश युवा परिषद्का कार्यकारी उपाध्यक्ष सन्तोष चौलागाईले युवाले यस कार्यक्रमबाट मुलुकको कानुन निर्माण, सदन सञ्चालनजस्ता कार्यको जानकारी गराएको बताउनुभयो । आगामी दिनमा युवा परिषद्ले युवामा नेतृत्व विकासका लागि कार्यक्रम ल्याइने प्रतिबद्धता जनाउनुभयो ।

'हाम्रा माग पुरा हुनैपर्छ'

विद्यालय कर्मचारीले आफ्ना माग सरकारले सम्बोधन नगरेको भन्दै एक सातादेखि शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाई मकवानपुरमा धर्ना दिएका छन् । देशव्यापी एकसाताको धर्ना कार्यक्रम सकिएसँगै विद्यालय कर्मचारीले आन्दोलनका कार्यक्रम संघीय राजधानी केन्द्रित गर्ने भएका छन् । यसै सन्दर्भमा समृद्ध समाजकी सुप्रभा शर्माले आन्दोलनरत नेपाल विद्यालय कर्मचारी परिषद् मकवानपुरका सचिव सज्जन रिमालसँग गर्नुभएको कुराकानीको सम्पादित अंशः

सज्जन रिमाल, सचिव
नेपाल विद्यालय कर्मचारी परिषद्
मकवानपुर

समाजः तपाईंहरु आन्दोलनको क्रममा किन धर्ना बस्नु भएको ?

रिमाल: यो धर्ना आन्दोलन पहिलो पटक गरिएको होइन, २०४७ सालमा हाम्रो संस्था स्थापना भएपछि नेपाल सरकारले जसरी अन्य सरकारी निकायहरुमा एउटा कार्यालय सहयोगी दिन्छ, लेखापाल दिन्छ, भान्सेहरु दिन्छ तर विद्यालयमा त एउटा कार्यालय सहयोगी र लेखापाल चाहिन्छ भन्ने पनि महसुस गर्न नसकेको अवस्था र महसुस गरेको जस्तो पनि गर्ने र उनीहरुलाई उचित् पारिश्रमिक पनि नदिने अवस्था सृजना गरेको कारण हामी धर्नामा बस्नु परेको छ ।

समाजः धर्ना आन्दोलन शुक्रबारबाट सकिएपछि अर्को अभियान के रहेको छ ?

रिमाल: धर्ना आन्दोलन २१ गतेबाट शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाईमा सुरु गर्यौं । आज (शुक्रबार) बाट अन्त्य भएको छ र अब २८ गतेबाट काठमाडौंमा नयाँ बानेश्वरदेखि माईतीघर मण्डलासम्म थाल ठटाएर बिरोध गर्ने कार्यक्रम रहेको छ । यसपछि पनि चरणबद्धरुपमा रिले अनसन, विद्यालय बन्दका कार्यक्रमहरु छन् ।

समाजः यो आन्दोलनले माग पुरा हुन्छ ?

रिमाल: माग पुरा नगर्ने हो भने नेपाल सरकारले हाम्रीलाई स्पष्ट विद्यालयमा कर्मचारी चाहिँदैन, विद्यालय आफैं चल्छ, विद्यालयका ढोका आफै लाग्छ, विद्यालयका घन्टी आफै बज्छ, विद्यालयका हिसाब-किताब आफैं बस्छ, त्यहाँ कुनै पनि कर्मचारीहरु चाहिँदैन भनिदिनु पर्‍यो । होईन भने हाम्रो माग पूरा गरिदिनु पर्‍यो । यो माग पुरा हुनैपर्छ भने कुरा हो ।

सर्वोत्कृष्ट विद्यार्थीलाई सम्मान

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको थाहा नगरपालिका-६, बज्रबाराहीस्थित बज्रबाराही माविले सर्वोत्कृष्ट विद्यार्थीलाई सम्मान गरेको छ । स्थानीय कृष्ण बहादुर सिंह ठकुरीले स्थापना गर्नुभएको "ऋषि कुमारी तथा विष्णुकुमारी स्मृति अक्षयकोष-२०७२" बाट अक्षयकोषबाट कक्षा ८ मा सर्वोत्कृष्ट हुने मनोज कुमार वाईबा, इसइइमा सर्वोत्कृष्ट हुने सबिना घलान र कक्षा १२ मा सर्वोत्कृष्ट हुने सिम्रन गोपालीलाई छात्रवृत्ति वितरण गरिएको हो ।

विद्यालयको मासिक परीक्षाको नतिजा प्रकाशनको अवसरमा शुक्रबार विद्यार्थीलाई पुरस्कार वितरण, चित्रकला, हस्तलेखन प्रतियोगिताको पुरस्कार वितरणको कार्य समेत भएको छ । विद्यालयमा अध्ययनरत दलित तथा छात्रा छात्रवृत्ति वितरण समेत भएको छ । विद्यालयका प्रधानाध्यापक रमेशमान डंगोलको सभाध्यक्षता तथा विद्यालय व्यवस्थापन समितिका सदस्य पुरुषोत्तम बिडारीको प्रमुख आतिथ्य तथा अक्षयकोषका प्रतिनिधि श्यामराजा सिंह ठकुरीको विशिष्ट आतिथ्यमा कार्यक्रम भएको हो ।

आँखा शिविरमा २६ जना मोतिबिन्दु पहिचान

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिका-५ मा निःशुल्क आँखा शिविर भएको छ । ३ सय २० जनाले आँखा परीक्षण गरेका मध्ये २६ जनामा मोतिबिन्दु पहिचान भएको छ । ८६ जनाको आँखामा समस्या देखिएका कारण चस्मा वितरण गरिएको मनहरी गाउँपालिका स्वास्थ्य शाखा प्रमुख रामचन्द्र दाहालले बताउनु भयो ।

हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालको प्राविधिक सहयोगमा मनहरी गाउँपालिकाको आयोजना तथा ५ नम्बर वडा कार्यालयको सह-आयोजनामा शुक्रबार बसन्तपुरको वडा कार्यालयमा निःशुल्क आँखा शिविर भएको हो । मोतिबिन्दु भएकाहरुलाई सोमबार बोलाइएको र अवस्था अनुसार मंगलबार शल्यक्रिया हुने अस्पतालको फिल्ड कार्यक्रम संयोजक सुशील कुमार सिंहले बताउनु भयो । वडा अध्यक्ष दिपेन्द्र अधिकारीको सभाध्यक्षमा भएको शिविरमा गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष सीता पुलामी मगरको प्रमुख आतिथ्यमा भएको थियो ।

कार्यक्रममा मनहरी गाउँपालिकाको स्वास्थ्य शाखा प्रमुख रामचन्द्र दाहाल, वडा सचिब बिदुर पाठक, आँखा अस्पतालको फिल्ड कार्यक्रम संयोजक सुशील कुमार सिंह, वडा सदस्यहरु, टोल विकास समितिको प्रतिनिधिहरु, स्थानीय स्वास्थ्यकर्मीहरुको सहभागिता रहेको थियो ।

तेस्रो संस्करणको मेयर कपको फाइनलमा आज

११ र १५ नम्बर वडा भिड्दै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडामा जारी तेस्रो संस्करणको मेयर कप फुटबलको फाइनलमा खेल आज शनिबार हुँदैछ । आज हुने खेलमा ११ र १५ नम्बर वडा भिड्दैछन् । खेल हेटौंडा-५ स्थित पिप्लेक्याम्पा रंगशालामा दिउँसो १ बजे हुनेछ ।

नकआउट चरणको खेलमा १९ वटा समूहको सहभागिता रहेको थियो । बिहीबार भएको सेमिफाइनल खेलमा १३ नम्बर वडालाई ट्राइब्रेकरमा ३-१ गोलअन्तरले हराउँदै ११ नम्बर फाइनलमा प्रवेश गरेको थियो । यता १५ नम्बर बुधबार भएको सेमिफाइनलमा खेलमा १४ नम्बरलाई पराजित गरी फाइनल प्रवेश गरेको थियो ।

प्रतियोगिताको विजेता टिमले नगद २ लाख रुपैयाँसहित शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछ भने उपविजेता टिमले नगद १ लाख ५० हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछ । सेमिफाइनल प्रवेश गर्ने दुई टिमले ५०-५० हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछ । विधागत उत्कृष्ट खेलाडीहरुले ५-५ हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछन् ।

सुनकोशी नदीमा शव फेला

समाज संवाददाता

हेटौंडाः काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लाको भुम्लु गाउँपालिका-७ राजकोटको सुनकोशी नदीमा एक जना पुरुष मृत फेला परेका छन् । बिहीबार सुनकोशी नदीको बीचमा हाल नामथर वतन नखुलेको अन्दाजी ५५ वर्षीय पुरुष व्यक्ति मृत अवस्थामा फेला परेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ ।

शव मुचुल्कापश्चात् पोष्टमार्टमका लागि धुलिखेल अस्पताल लगिएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

भिरबाट लडेर अधिकारीको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः धादिङ जिल्लाको गल्छी गाउँपालिका-४, अदुवाबारी चौतारामा भिरबाट लडेर एक जनाको मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा सोही स्थान बस्ने ३९ वर्षीय कृष्णप्रसाद अधिकारी रहेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ ।

बिहीबार बिहान ८ बजेको समयमा अधिकारी भिरबाट २० मिटर तल लडी अचेत अवस्थामा फेला परेका थिए । अधिकारीलाई उपचारका लागि स्मारिका मेडिकल गल्छी लगिएको थियो । मेडिकलमा सामान्य उपाचारपश्चात् थप उपचारका लागि बैरेनी अस्पताल लगिएकोमा उपचारको क्रममा मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

हावाले उडाउँदा दनुवारको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लाको पाँचखाल नगरपालिका-१२, आँपघारीमा लडेर एक जनाको मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा सोही स्थान बस्ने ५५ वर्षीया चन्द्रमाया दनुवार रहेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ ।

दनुवार बिहीबार साँझ ५ बजेको समयमा खटारमा रहेको आफ्नै खेतबाट घाँस काटेर फर्कने क्रममा हावाहुरीको कारण घाँसको भारीसहित लडेर घाइते भएकी थिइन् ।

घाइते दनुवारलाई उपचारका लागि धुलिखेल अस्पताल लगिएकोमा उपचारको क्रममा साँझ ६ बजे मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

बागमती प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
स्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुर
हेटौंडा, नेपाल

स्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुरद्वारा जनहितमा जारि गरिएको सन्देशः

- आत्महत्याको सोच आउनु एक मानसिक स्वास्थ्य समस्या हुन सक्छ । मानसिक स्वास्थ्य र मनोपरामर्श लिएमा यो समस्या रोकथाम गर्न सकिन्छ ।
- आफूलाई हानी गर्ने वा आफ्नो जीवन समाप्त पार्ने सोच आईरहेमा कुराकानी गर्न ११६६ नम्बरमा फोन गरौ । यो फोनबाट २४ सै घण्टा परामर्श सेवा लिन सक्नुहुन्छ र यसमा कुराकानी गर्दा कुनै शुल्क लाग्दैन ।

बालबालिकालाई मैत्रीपूर्ण वातावरणमा पढ्न, लेख्न सिकाउन अभिभावक जिम्मेवार बनौं ।

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 बिहान 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

क्यान्सर रोग लागेका विपन्न नागरिकलाई औषधी उपचारमा सहुलियत प्रदान गर्ने सम्बन्धी सूचना

बागमती प्रदेशमा स्थायी बसोबास गर्ने आर्थिक रुपले विपन्न नागरिकले क्यान्सर रोगको उपचार गराउँदा विरामीले बिल बमोजिम बढीमा पचास हजार रुपैंयासम्मको उपचार सहुलियत प्राप्त गर्ने हुँदा क्यान्सर रोग लागेका विपन्न नागरिकलाई औषधी उपचारका लागि सूचिकृत गरिएका अस्पतालहरुबाट यो सेवा लिनुहुन सम्पूर्णमा जानकारी गराइन्छ ।

बागमती प्रदेश सरकार
स्वास्थ्य मन्त्रालय
स्वास्थ्य निर्देशनालय
हेटौंडा, मकवानपुर, नेपाल

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