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:- २०७ २०८० असार ७ गते बिहीबार 22 June 2023, Thursday - पृष्ठ ४ मूल्य रू. ५/-

बागमतीले गऱ्यो अनिवार्य तथा निशुल्क शिक्षा घोषणा

समाज संवाददाता

फापरबारी (बागमती): मकवानपुरको पूर्वी क्षेत्रस्थित बागमती गाउँपालिकाले अनिवार्य तथा निशुल्क शिक्षा घोषणा गरेको छ। बुधबार एक सभाको आयोजना गरेर पालिकाले अनिवार्य तथा निशुल्क शिक्षा घोषणा गरेको हो। बागमती प्रदेशको शिक्षा विकास निर्देशनालय र पालिकाबीच भएको सम्झौता अनुसार पालिकाले अनिवार्य तथा निशुल्क शिक्षा घोषणा गरेको हो।

कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै बागमती प्रदेश सरकारकी सामाजिक विकासमन्त्री कुमारी मुक्तानले गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्नुपर्ने अहिलेको आवश्यकता रहेको बताउनुभयो। अहिलेको शिक्षा प्रणालीमा प्रश्न उठिरहेको बेला अनिवार्य शिक्षा प्रदान गर्न चुनौतिका बीचमा पनि कार्यक्रम सफल गर्न सकेको बताउनुभयो। सामुदायिक विद्यालयमा पढ्ने विद्यार्थी कमजोर हुन नहुने उहाँको भनाइ छ। प्रदेश सरकारले अहिले शिक्षालाई केन्द्रमा राखेर काम गरिरहेको उहाँले बताउनुभयो।

यस्तै बागमती प्रदेश सभाका सदस्य प्रेम बहादुर पुलामीले कार्यक्रमको घोषणा भएपनि कार्यान्वयन गर्न चुनौती हुने बताउनुभयो। जनगणनाको तथ्याङ्कलाई मात्र आधार मानेर नहुने र समस्याको खोजी गर्नुपर्ने बताउनुभयो। अभिभावकको समस्या, आर्थिक समस्या र भौगोलिक समस्या के हो भनी सबै कुराको खोजी गरेर समस्याको समाधान गर्नुपर्ने उहाँको भनाइ छ।

यस्तै गाउँपालिकाका अध्यक्ष सर्केश घलानले हरेक अभिभावकले आफ्ना बालबालिकालाई सानै उमेरमा कमाउने भन्दा पढाउने सोचको विकास गर्नुपर्ने बताउनुभयो। आफ्नो बालबालिकालाई विदेश पठाउने सोच नराखेर पढाउनतर्फ अग्रसर हुनुपर्ने उहाँले बताउनुभयो। हरेक अभिभावकले आफ्नो बालबालिकालाई विद्यालयमा भर्ना गरेपछि बेलाबेलामा विद्यालय पुगेर त्यहाँको अवस्थाबारे जानकार हुनुपर्ने बताउनुभयो। पालिकाले गुणस्तरीय शिक्षा प्राप्त गर्नुपर्ने कुरालाई बजेटमा राखेर थप कार्यक्रम अगाडि बढाउने उहाँले बताउनुभयो।

यस्तै बागमती प्रदेशको शिक्षा विकास निर्देशनालयका निमित्त निर्देशक पूर्णबहादुर दर्जीले विद्यार्थीहरुलाई मातृभाषालाई माध्यम बनाएर भए पनि शिक्षामा जोड्नुपर्ने बताउनुभयो। शिक्षक र विद्यार्थीलाई उत्प्रेरित गर्ने वातावरण तयार गर्नुपर्ने उहाँले बताउनुभयो। पालिकाका शिक्षा अधिकृत प्रमोद राईले अनिवार्य तथा निशुल्क शिक्षाको सम्बन्धमा नीतिगत व्यवस्थाबारे जानकारी गराउनुभयो। अनिवार्य शिक्षा भन्नाले तोकिएको उमेर समुहका बालबालिकाहरुलाई विद्यालय वा अन्य वैकल्पिक शैक्षिक संस्थामा भर्ना भई नियमित अध्ययन गर्ने र आधारभुत तहको अध्ययन पुरा गर्ने बाध्यकारी व्यवस्था उहाँले जानकारी गराउनुभयो। सरकारद्वारा निशुल्क शिक्षा भन्नाले विद्यालय वा शैक्षिक संस्थाले विद्यार्थी वा अभिभावकहरुबाट कुनै पनि शिर्षकमा कुनै पनि शुल्क असुल नगरी दिइने शिक्षा भएको उहाँले बताउनुभयो। कार्यक्रमको उद्देश्य शिक्षा प्राप्त गर्ने प्रत्येक व्यक्तिको आधारभुत मानव अधिकार एवम् संविधानको मौलिक हकलाई व्यवहारमा कार्यन्वयन गर्न, शिक्षालाई सर्वव्यापी, जीवनोपयोगी, प्रतिस्पर्धी एवमु गुणस्तरीय बनाउनु रहेको उहाँले बताउनुभयो।

राज्यले प्रत्येक स्थानीय तहमार्फत ४ वर्ष उमेर पूरा भई १३ वर्ष पूरा नभएका प्रत्येक बालबालिकालाई आधारभूत तहसम्म आधारभुत शिक्षा प्रदान गर्ने व्यवस्था गर्नुपर्ने उहाँले बताउनुभयो। यसअघि पालिकाले अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा कार्यक्रमअन्तर्गत् अभिमुखीकरण, घरधुरी सर्वेक्षण, विद्यालय बाहिर रहेका बालबालिकाहरुको तथ्यांक संकलन, अभिभावक चेतना कार्यक्रमअन्तर्गत् वडाहरुमा सडकनाटक प्रदर्शन समेत गरिएको थियो। बागमती गाउँपालिकामा ५० सामुदायिक विद्यालयमा ८ हजार भन्दा बढी विद्यार्थी अध्ययनरत छन्। जसमध्ये पढाइ छाड्ने दर १० प्रतिशत र दोहोरिएर पढ्नेको दर ११ प्रतिशत रहेका छन्। अनिवार्य तथा निशुल्क शिक्षा घोषणा कार्यक्रमका संयोजक कमानसिंह पाख्रिनको सभाध्यक्षमा भएको कार्यक्रममा पालिकाका उपाध्यक्ष फणिन्द्र तिमल्सिना, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत झम्कनारायण घलान लगायतको आतिथ्य रहेको थियो।

नवनियुक्त प्राथमिक तहका शिक्षक विद्यालय पुगे

बकैया गाउँपालिकास्थित एक विद्यालयमा नवनियुक्त शिक्षकलाई स्वागत गर्दै एक विद्यार्थी ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः शिक्षक सेवा आयोगले लिएको परीक्षामा सफल भएका प्राथमिक तहका शिक्षकहरु विद्यालय पुग्ने क्रम सुरु भएको छ। शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाईले नियुक्ति दिएर पालिका समेत तोकिदिएपछि पालिकामा पुगेका शिक्षकलाई मकवानपुरका पालिकाले औपचारिक कार्यक्रम गरी पालिकाका प्रमुख, उपप्रमुख, शिक्षा शाखाका अधिकारीले स्वागत गरेर विद्यालय तोकिदिएको छ।

मकवानपुरको राक्सिराङ गाउँपालिकाले ४० जना शिक्षकलाई सोमबार विद्यालयमा खटाएको छ। गाउँपालिकाका अध्यक्ष राजकुमार मल्ल, उपाध्यक्ष वनस्तम थिङ, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत देवचन्द्र गड्तौलाले स्वागत गरी विद्यालय तोकेर पठाएको छ। बकैया गाउँपालिकाले मंगलबार ३६ जना शिक्षकलाई विद्यालयमा खटाएको छ। गाउँपालिकाका अध्यक्ष धर्मराज लामिछाने र उपाध्यक्ष भक्तबहादुर खत्रीले स्वागत गर्दै विद्यालयमा खटाएको छ।

मकवानपुरगढी गाउँपालिकाले पनि बुधबार नै २५ जना शिक्षकलाई विद्यालयमा खटाएको छ। गाउँपालिकाका अध्यक्ष दोर्जे लामा स्याङ्तानले नवनियुक्त शिक्षकहरुलाई स्वागत गरेर सम्बन्धित विद्यालयमा जिम्मेवार भएर काम गर्न आग्रह गर्नुभएको छ। थाहा नगरपालिकाले पनि बुधबार नवनियुक्त शिक्षकहरुलाई स्वागत गरेर सम्बन्धित विद्यालयमा पठाएको छ। नगर प्रमुख विष्णुबहादुर विष्ट, उपप्रमुख भरत गोपाली र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कृष्ण गिरीले स्वागत गरेर नवनियुक्त शिक्षकलाई डायरी उपहार दिनुभएको थियो। पालिकाको स्वागत लगत्तै विद्यालय पुगेका शिक्षकलाई विद्यालयका विद्यार्थी, अभिभावक, शिक्षकले स्वागत गरेका छन्।

शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाईले जेठ ३१ गते ३ सय ४ जनालाई प्राथमिक तहको स्थायी शिक्षकमा नियुक्त गरेको थियो। शिक्षक सेवा आयोगको परीक्षामा सफल भएकाहरुलाई इकाईले नियुक्तिपत्र दिएर सम्बन्धित पालिकामा खटाएको हो। पालिकाले दरबन्दी रिक्त रहेको विद्यालयमा खटाएको छ। हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले एक दुईदिनमा नवनियुक्त शिक्षकलाई स्वागत गरेर विद्यालयमा पठाउने जनाएको छ। हेटौंडा उपमहानगरको शिक्षा महाशाखाका प्रमुख गंगाधर रिमालले आयोगको वरियता सूचिका आधारमा विद्यालय छनोटको कार्य सकिएको र नवनियुक्त शिक्षकलाई सम्पर्क आएपछि स्वागत गरी विद्यालयमा पठाइने बताउनुभएको छ।

नवनियुक्त शिक्षक विद्यालय आएपछि विद्यालयको नियमित अध्यापन कार्यमा सहज हुने थाहा नगरपालिका-६ स्थित बज्रबाराही माविका प्रधानाध्यापक रमेश मान डंगोल बताउनुहुन्छ। शिक्षकको अभावमा एउटै शिक्षकले बढी कक्षा पढाउन बाध्य हुनुपर्ने अवस्था रहेको र २ जना प्राथमिक तहको शिक्षक आएपछि विद्यालयको नियमित अध्यापन कार्य सहज हुने उहाँको भनाइ छ।

हेटौंडा अस्पतालको वार्डमा बिरामी बढ्दै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा अस्पतालको वहिरंगसँगै अन्तरंग विभागमा पनि बिरामीको संख्या बढ्दै गएको छ। हेटौंडा अस्पतालको विभिन्न वार्डहरुमा भर्ना भएर उपचार गराउने बिरामी संख्या बढ्दै गएको हो।

अस्पतालको मेडिकल वार्ड, सर्जरी वार्ड र क्यबिनमा बिरामी उपचारका लागि आउने क्रम बढ्दै गएको छ। मेडिकल वार्डमा धेरैजसो ज्वरो, टिबी, एलर्जी, क्यान्सर, रक्तअल्पता, दम, निमोनिया, मृगौला आदिका बिरामी आउने गरेका मेडिकल वार्डकी इन्चार्ज सपना यादवले जानकारी दिनुभयो।

मेडिकल वार्डमा हार्डजोर्नीका बिरामीबाहेक अरु राख्ने गरिएको छ। वार्डमा रहेका २६ बेडमध्ये बुधबार १३ वटा बेड भरिएको छ। अघिल्ला दनिहरुमा २० भन्दा बढि बेड भरिने गरेको यादवले बताउनुभयो।

सर्जरी वार्डमा एपेन्डिसाइट, हर्निया, हाइड्रोसिल, मेजर केस, माइनर केसको शल्यक्रिया गरेका बिरामी उपचाररहत रहेको सर्जरी वार्डकी स्टाफ नर्स याजुना बज्राचार्यले बताउनुभयो। वार्डमा २२ बेडमध्ये १८ भरिएको छ। धेरैजसो २२ बेड नै भरिने गरेको उहाँको भनाइ छ। वार्डमा धेरैमा एपेन्डिसाइट, हर्नियाको बिरामी र कममा न्यूरोको बिरामी आउने गरेको बज्राचार्यले बताउनुभयो।

क्याबिनमा सबै खालका बिरामीलाई रख्ने गरिएको छ। क्याबिनमा रहेका ६ बेडमध्ये अहिले ५ वटा बेड भरिएको छ। धेरैजसो बच्चा, मेडिकल, सर्जरी र अर्थोका बिरामी क्याबिनमा बस्ने गरेका छन्। वार्डमा गर्भवती महिलाबाहेक अरु सबै प्रकारका बिरामीलाई राख्न मिल्ने नर्सिङ इन्चार्ज सीता स्याङ्तानले जानकारी दिनुभयो।

सातै प्रदेशमा वर्षाको सम्भावना

काठमाडौंः देशको पूर्वी तथा मध्य भू-भागमा मनसुनी प्रणालीको प्रभाव तथा बाँकी भू-भागमा स्थानीय वायु र पश्चिमी वायुको आंशिक प्रभाव रहेको मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले जनाएको छ। जसको प्रभावले हाल देशभर आंशिकदेखि सामान्य बदली रही कोशी, लुम्बिनी तथा सुदूरपश्चिम प्रदेशका थोरै स्थानहरुमा चट्याङसहित हल्कादेखि मध्यम वर्षा भइरहेको छ।

बुधबार दिउँसो पनि देशभर आंशिकदेखि सामान्य बदली रहनेछ। बागमती, गण्डकी र लुम्बिनी प्रदेशका केही स्थानहरुमा तथा कोशी, कर्णाली र सुदूरपश्चिम प्रदेशका थोरै स्थानहरुमा चट्याङसहित हल्कादेखि मध्यम वर्षाको सम्भावना रहेको छ। राति भने कोशी, मधेस, बागमती, गण्डकी र लुम्बिनी प्रदेशका केही स्थानहरुमा र देशको बाँकी भू-भागका एक-दुई स्थानमा चट्याङसहित हल्कादेखि मध्यम वर्षाको सम्भावना रहेको छ।

(स्रोतः रातोपाटी)

११ कक्षाको नतीजा परीक्षा सकिएको ११औं दिनमा

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-२ स्थित मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसले कक्षा ११ को वार्षिक परीक्षाको नतीजा सार्वजनिक गरेको छ। मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसले परीक्षा सकिएको ११ औं दिनमा मंगलबार अनलाइनमाध्यममा परीक्षाफल सार्वजनिक गरेको हो। परीक्षामा सहभागी १ हजार २ सय ९० जना विद्यार्थी मध्ये १ हजार ७ जना विद्यार्थी उत्तीर्ण भएका छन्।

अहिले सम्बन्धित शैक्षिक संस्थाले नै कक्षा ११ को वार्षिक परीक्षा सञ्चालन गर्ने जिम्मेवारी पाएको छ। यसअघि राष्ट्रिय परीक्षा बोर्डले परीक्षा सञ्चालन गर्दा परीक्षाफल सार्वजनिक हुन ३ महिना लाग्ने अवस्था थियो। आन्तरिकरुपमै परीक्षा सञ्चालन र नतीजा सार्वजनिक गर्ने व्यवस्था मिलाइएसँगै विद्यार्थी र अभिभावकले दुई साताभित्रै नतीजा प्राप्त गर्न सफल पाएको हो।

मकवानपुर क्याम्पसमा प्राश्ना दाहालले सवैभन्दा बढी ३.९२ जीपीएसहित ए प्लस ग्रेड प्राप्त गर्नुभएको छ। परीक्षामा सहभागी विद्यार्थी मध्ये १७ जना विद्यार्थीले ए प्लस, ९३ जना विद्यार्थीले ए ग्रेड प्राप्त गरेको मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसको परीक्षा शाखाका वरिष्ठ सहायक राजीव सापकोटाले जानकारी दिनुभएको छ। यस्तै २ सय १३ जना विद्यार्थीले बी प्लस, ३ सय ९७ जना विद्यार्थीले बी र २ सय ८७ जना विद्यार्थीले सी प्लस ग्रेड प्राप्त गरेका छन्। उत्तीर्ण हुन पर्याप्त ग्रेड नपाएका विद्यार्थी २ सय ८३ जना रहेको सापकोटाले जानकारी दिनुभयो।

मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसले ग्रेड वृद्धिका लागि मौका परीक्षा असार १२ गतेदेखि १६ गतेसम्म सञ्चालन गर्दैछ। मौका परीक्षाका लागि विद्यार्थीसँग कुनै किसिमको शूल्क नलिइने बताइएको छ। मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसको कक्षा ११ र १२ का प्राचार्य उत्तम अर्यालले अघिल्लो शैक्षिक सत्रको तुलना विद्यार्थीको नतीजामा उल्लेख्य सुधार आएको र कक्षा ११ उत्तीर्ण गरी कक्षा १२ मा पुग्ने विद्यार्थीलाई थप सशक्त बनाउन आवश्यक योजना ल्याउने दावी गर्नुभएको छ। मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसले कक्षा १२ को नियमित पठनपाठन असार २४ गतेदेखि सुरु गर्दैछ।

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।

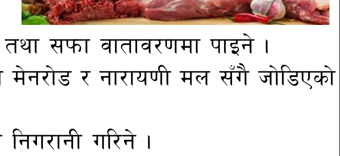
सम्पर्क
०५७-५९०९७७
QRL (Qualified Reference Lab)
हेटौंडा-१, ब्लडबैंकअगाडि

हेटौंडा कृषि बजार

हेटौंडा-४, मेनरोड

सूचना सूचना सूचना

यहि मिति २०८० साल असार ५ गतेबाट यस **त्रिवेणी भेजिटेबल मार्ट प्रा.लि** द्वारा संचालित हेटौंडा कृषि तरकारी बजार संचालन हुन गइरहेको छ।



सेवाहरू
- एकै ठाउँमा सबै किसिमका खाद्यान्न सामाग्रीहरु जस्तैः स्वच्छ ताजा तरकारी, फलफूल, जुस।
- दूध, दही लगायत दूधबाट बन्ने सबै किसिमका परिकारहरु।
- खसी, कुखुरा तथा राँगाको मासु स्वच्छ तथा सफा वातावरणमा पाइने।
- पर्याप्त पार्किङ्गको व्यवस्था भएको साथै मेनरोड र नारायणी मल सँगै जोडिएको र आवजावतको सजिलो व्यवस्था भएको
- सेकुरिटी गार्ड सहित सिसि क्यामराद्धारा निगरानी गरिने।

(**नोट**ः यस मार्टमा केही स्टल खाली भएकोले इच्छुक महानुभावले तुरुन्त सम्पर्क गरी आफ्नो स्टल सुरक्षित राख्नुहोला।)

सम्पर्कः ९८०२६५३९०७,९७४१६८०१८७,९८४१२१७२७९

समृद्ध प्रकाशन प्रा. लि.
हेटौंडा, मकवानपुर

सम्पादकीय

योगको महत्व बुझौं

नवौं विश्व योग दिवस बुधबार मनाइयो । मानवताका लागि योग भन्ने मुल नाराका साथ विभिन्न कार्यक्रम गरेर योग दिवस मनाइएको छ । योग दिवसको अवसरमा हेटौंडामा पनि विविध कार्यक्रम भएका छन् । संघीय, प्रदेश र स्थानीय तीनै तहका सरकार र मातहतका सम्बद्ध निकाय/कार्यालयहरुले विश्वा योग दिवसमा विभिन्न कार्यक्रम गरेका छन् । विश्व योग दिवस हरेक वर्षको जुन महिनाको २१ तारिखमा मनाइन्छ । संयुक्त राष्ट्र संघको महासभाले सन् २०१४ मा गरेको निर्णयअनुसार सन् २०१५ जुन २१ देखि विश्व योग दिवस मनाउन थालिएको हो । विश्व योग दिवसको सुरुवाती सूत्रधार सद्‌गुरु रविशंकर र भारतका प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीलाई लिइन्छ । भारतीय प्रधानमन्त्री मोदीले संयुक्त राष्ट्र संघको ६९ औं महासभामा योग सबैका लागि सधैंका लागि आवश्यक भएकाले अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवसको घोषणा गर्न प्रस्ताव गरेका थिए । सो प्रस्तावमा नेपालका तत्कालीन प्रधानमन्त्री सुशील कोइरालाले पहिलो समर्थन गरेपछि युरोपियन युनियनलगायत संयुक्त राष्ट्र संघका स्थायी सदस्य राष्ट्रले समर्थन गरेका थिए । राष्ट्र संघले घोषणा गरेका दिवसमध्ये ९० दिनमा १७७ देशले समर्थन गर्ने कीर्तिमान योग दिवसले कायम गरेको थियो ।

झण्डै ५ हजार वर्ष पुरानो मानिने योग प्राचीन कालमा साधु सन्त, ऋषिमुनिहरुबीच सिमित रहेकोमा अहिले विश्वव्यापी बनेको छ । छोटो समयमै योगले पाएको व्यापकता र सफलतालाई अझ बढाउन विश्व योग दिवसले सहयोग गर्ने विश्वास गरिएको छ । सत्ययुगदेखि सुरु भएको योग अहिलेसम्म पनि उत्तिकै सान्दर्भिक छ । योगलाई सर्वकालीन, सार्वजनिक र सार्वभौमिक विषय मान्ने गरिएको छ । २१ औं शताब्दीको विज्ञान र प्रविधिको युगमा आइपुग्दा पनि योगको महत्व र आवश्यकता थप वृद्धि भएको छ । पूर्वीय चिकित्सा विधाको योग अहिले आएर अमेरिका तथा युरोपियन देशहरु सबैमा फैलिइरहेको छ । योग शब्द वेद, उपनिषद् गीता, एवम् पुराणहरुमा व्यापक प्रयोग भएको पाइन्छ । नेपाल प्राचिन तपोभूमि भएकाले यहाँ योगको थप महत्व छ । आत्मदर्शन र समाधीदेखि कर्मक्षेत्रसम्म योगको व्यवहारिक र व्यापक अर्थ लगाउने गरिएको छ ।

योग दर्शनका पिता महर्षि पतञ्जलीले योग शब्दको अर्थ चित्त र वृत्तिको निरोध हो भनेर व्याख्या गरेका छन् । योगको शाब्दिक अर्थ जोड्नु हो । योग एक विशेष क्रिया पनि हो । योगक्रियाले मानिसको चेतना र शरीरबीचको सम्बन्धलाई जोड्ने काम गर्दछ । मन र मस्तिष्कको सम्बन्धलाई नै योग भन्न सकिन्छ । योगबाट मानसिक शान्तिका साथै रोग प्रतिरोध क्षमताको समेत वृद्धि हुने विश्वास गरिएको छ । योगलाई ध्यानको आधार मानिन्छ । शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य, ज्ञान, त्याग, वैराग्यताजस्ता योगका अनेकौं आयाम छन् । अहिले विश्वभर ३० करोडभन्दा बढी मानिसले योग अभ्यास गर्ने गरेको तथ्याङ्क छ । विश्व योग दिवस मनाउने प्रस्तावलाई समर्थन गरेका देशहरुले आ–आफ्नो देशमा योगसम्बन्धी नीत निर्माण तथा विभिनन कार्यक्रम गर्नुपर्ने भएकाले भविष्यमा योगले थप व्यापकता पाउने देखिन्छ ।

विगतमा ऋषिमुनि, धार्मिक संघसंस्था, योग गुरुहरुले चलाएका योगका गतिविधिहरु अहिले सजिलै घरघरमा पुगेको छ । सूचना प्रविधिको विकासका कारण सामाजिक सञ्जाल, इन्टनेट, टेलिभिजन लगायतका माध्यमबाट घरमै बसेर योगसम्बन्धी जानकारी पाउने र योगाभ्यास गर्ने अवसर प्राप्त भएको छ । योगलाई बहुउपयोगी शारीरिक अभ्यासको रुपमा पछिल्लो समय प्रयोग गरिएको छ । प्राचीन समयमा हठयोग, तन्त्रयोग, मन्त्रयोग, राजयोग, कर्मयोग, ज्ञानयोगजस्ता विभिन्न योगको चर्चा हुने गर्दथ्यो भने अहिले ध्यान, विपश्यना, प्राणायाम, योगजस्ता विधिहरुको प्रयोग भइरहेका छन् । योगको माध्यमबाट व्यक्तिलाई शारीरिक र मानसिकरुपमा स्वस्थ हुन मद्दत पुग्ने भएकाले हरेक मानिसले योगको महत्व बुझ्नुपर्छ । मानिसलाई रोग, तनाव तथा कुलतबाट बचाउन योग एउटा प्रभावकारी माध्यम बन्नु आवश्यक छ । विश्व योग दिवसले योगलाई शारीरिक व्यायाममात्र नभई जीवनको आधार, दर्शन अनि यथार्थ हो भन्ने तथ्यको प्रचारप्रसार गराएर योगको महत्व बुझाउन सहयोग गर्नुपर्छ ।

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 : कला, साहित्यमा रुचि बढ्ने समय योग छ ।
वृष : धार्मिक र सामाजिक काममा सरिक भइएला ।
मिथुन : बेकारका काममा नअल्मलिदा राम्रो रहला ।
कर्कट : धार्मिक र सामाजिक काममा सरिक भइएला ।
सिंह : व्यापार– व्यवसाय दुवै मध्यमकारक रहला ।
कन्या : मिहिनेत र परिश्रमको सम्मान होला ।
तुला : महत्वकांक्षालाई थाति राख्दा राम्रो रहला ।
वृश्चिक : अध्ययन– अध्यापनका क्षेत्रमा सरिक भइएला ।
धनु : व्यापार– व्यवसाय मध्यमकारक नै मान्नुपर्दछ ।
मकर : कल्पना र भावनामा रमाइने समय योग छ ।
कुम्भ : थकान र काममा बाधा व्यवधान प्राप्त रहला ।
मीन : घमण्ड र जिद्धीपन बढ्ने समय योग रहेको छ ।

कंक्रिटको संरचनामा कोचिएको विकास

✍ रुद्रप्रसाद भट्टराई

विकास समयसापेक्षिक अवधारणा हो र निरन्तर चलिरहने प्रक्रियाअन्तर्गत पर्छ। एकादेशका र एकासमयका विकासका अभ्यास आज लागू नहुन सक्छ भने काहीँ एकादेशकै अवस्थामा फर्कनुपर्ने पनि हुन्छ । स्थानअनुसार अभावले ग्रस्त परिवारका लागि एक केजी चामल विकास हो भने कसैको लागि मंगलग्रहको पर्यटन विकास हुन सक्छ ।

करिब ३५०० इ.पू.तिर सभ्यता सुरु भयो । यसको थालनी पश्चिम एसियाबाट भएको थियो । अरू तीनवटा सभ्यता– अफ्रिका, दक्षिण एसिया र पूर्वी एसियामा विकसित भए । यी सुरुका सभ्यता नदी-उपत्यकाहरूमा बढ्दै गए, जहाँ उर्वरा माटो र सजिलो गरी कृषिका लागि चाहिने पानीको उपलब्धता थियो। यी उपत्यकाहरू (१) मध्यपूर्वको मेसोपोटामिया, टिगरिस युफ्रेटस उपत्यका, (२) इजिप्टको नाइल नदी उपत्यका, (३) पाकिस्तानको सिन्धु नदी उपत्यका, मोहन्दोजाडो, हरप्पा र (४) चीनको ह्वाङ हो, यांग्सी, सी कियाङ उपत्यका थिए। सभ्यता यस कारण पनि विकासको महत्वपूर्ण पाटो हो । यसकै बाटो पक्रिँदै हामी विभिन्न मोडलमा प्रवेश गरेर यो अवस्थामा आइपुगेका छौँ र भौतिक सुखसँग विकासलाई साटासाट गरिरहेका छौँ ।

उत्पादनमा सरकारले आँट र सहयोग नगर्नाले उत्पादनमुखी गतिविधि ठप्प प्रायः बन्दै गएका छन्, बदलामा देखासिकीको व्यापारले जग हाल्न पुगेको छ। विकास, समृद्धि, सुशासन, सामाजिक मर्यादा त निभेको जस्तै देखिन्छ । जनप्रतिनिधिहरुमा विकास गर्नेभन्दा पनि जनतालाई करको बोझ थोपरेर कर्मचारीसँगको मिलेमतोमा बजेट सिध्याउने र जसरी भए पनि पैसा कमाउने कामबाहेक अरु देखिएको छैन। जनताको माग र स्थानीय सरकारको ग्रामीण विकासको कार्ययोजनामा पटक्कै तालमेल मिलेको देखिन्न ।

लाग्छ, ठिङ्ग ठडिएका भ्यूटावरले गरिबीलाई गिज्याइरहेका छन्, गरिब बढाइरहेका छन् । सामाजिक, आर्थिक र सांस्कृतिक समस्या प्रमुख बन्दै छन्। असमानता बढाएको छ। तर, हाम्रो कार्ययोजनाचाहिँ अनुत्पादक विलासी भौतिक वस्तुमै केन्द्रित छ। यो पाराले सहरको विकास र ग्रामीण विकासको साझा सवाल र अन्तरवस्तुलाई पहिल्याएर अगाडि बढ्न नसकिने देखिएको छ । र, विकास भनेको छोराछोरी विदेश पठाउनु हो भन्ने गलत मान्यता स्थापित हुन खोज्दै छ। उत्तर आधुनिक समाजमा विकासका पक्षहरुमा अत्यधिक दोहन बढेको छ । यो गलत प्रवृत्ति झाँगिँदा गणना नै गर्ने हो भने कुनै पनि स्थान र व्यक्ति यो कार्यबाट अछुतो छैन । सरकारदेखि व्यक्तिसम्म लुटको शैलीमा काम गर्ने र गराउने गलत देखावटी शैलीमा अग्रसर भएका छन्। यसले विकास शब्दको खिल्ली मात्र होइन, बेइज्जत नै गराएको भन्दा दुईमत नहोला ।

नेपाल राष्ट्र बैंकको पछिल्लो तथ्यांक भन्छ– उपभोक्ता मुद्रास्फीति ७.४१ प्रतिशत, कुल वस्तु व्यापारघाटा १५.९ प्रतिशतले कमी आई १,२०४ अर्ब ४२ करोड कायम, खुद सेवा आय ५७ अर्ब ७४ करोडले घाटामा, विप्रेषण आप्रवाह २३.४ प्रतिशतले वृद्धि र पुनर्कर्जा ३ अर्ब ५६ करोड लगानीमा रहेको छ । आर्थिक वृद्धिदर २ प्रतिशत सामान्य उक्लने प्रक्षेपण छ। संघीयतासँगै पूर्वाधार विकासमा अथाह खर्च गर्नुपरेको सत्यता जगजाहेर नै छ ।

बन्ने र बनेका बजेटका स्रोतहरू नै अदृश्य छन्, अर्थात् भए खर्च गरौँला भन्ने किसिमका बनेका छन् भने विनियोजित शीर्षकहरुमा पनि काम बन्न सकेका छैनन्। देशमा युवाको खडेरी नै परिसकेको छ । यही गतिमा युवा बिदेसिने हो भने सन् २०३० बाटै समस्या पर्ने विश्लेषकहरूले बताउँदै आएका छन् । देशमा अहिले सांसद मात्र छन् भन्ने अवस्था छ, जो सदनमा चिच्याउँछन् तर सरकारले नसुनेझैँ गर्छ । यो ऊ भन्दा पनि सबै उही पारामा हिँड्नाले बनावटी खर्चले विकासको खर्च अनियमितताको टोकरीमा पारिदिएको छ। नयाँ रोजगारी त कथाजस्तै भएको छ । किनकि पुरानैलाई थाम्न सरकार असक्षम हुँदै गएको छ ।

जताततै नाफामुखी काम गरिरहेका छौँ । जोखिमलाई निमन्त्रणा गर्दै क्षणिक सुख र भोगमा विकास शब्दलाई साटासाट गरेका छौँ । के यही हो विकास ? यही शैलीलाई विकास भनिन्छ त ? व्यक्ति बदमास हुन सक्छ तर संस्थागत बदमासीलाई पनि छुट दिने हो भने राज्य, समाज, समुदाय किन चाहिन्छ, यसको उत्तर दिने बेला भएन र ? विकासको नाममा विनाशकारी कार्य बढी भइरहेको कसैबाट छिप्दैन । छमछम पानी पर्दा बाटो बनाउने, त्यसमा पनि पिच गर्ने, पूर्वाधार निर्माणका अन्य कार्य गर्ने, जुन सो समयमा गर्नुपर्ने नै होइन । जानेरै पनि हामी त्यही बेला गरिरहने । कुनै पनि आयोजना समयमा सकिँदैनन्, म्याद थपिन्छ अनि पनि बन्दैनन्। के यही हो विकास ? यहाँ राष्ट्रिय गौरवका आयोजनाहरूको त टुंगो छैन । त्यसमै जीवन गइसक्दा पनि बनेका छैनन्, अरु ससाना आयोजनाको त कुरै गर्नु व्यर्थ छ। हो, यसकारण भन्नैपर्ने भएको छ कि आज विकास शब्दसँग मोलमोलाइ भएको छ। राजनीतिक चरम भ्रष्टाचारको स्थान बनेको छ विकास । खाना कटाएर तिरिएको जनताको करमा यहाँ मोजमस्ती चलिरहेको छ। अझै हामी सुध्रिएका छैनौँ ।

अनेक बहानामा विकासलाई धकेलिएको देशमा यो पटक स्थायी सरकार भयो, संघीयता कार्यान्वयनमा आयो, राजनीतिक स्थिरता भयो भनेर जनताले थोरै आशा गरे पनि दुईतिहाइको सरकार, त्यहीँमाथि बलियो सरकारबाट पनि विकास शब्द नबुझेको पाइयो, न कार्यान्वयन पक्षमा देखियो, अल्पमतका सरकारको त झनै कुरै नगरौँ । आफूकेन्द्रित क्रियाकलाप र पपुलिस्ट बन्ने दौडमा विनाश र अस्थिरताको बाटोतर्फ सरकार नै उद्यत छ । विकास शब्दलाई सरकारले नै कुल्चिएर हिँडेको छ। सरकारको नेतृत्व, सहकार्यकर्ता, सहयोगी सबै लुगा लगाए पनि नाङ्गो भएर हिँडेका छन्, बोलेका छन् र गरेको देखाएका छन् ।

अनि सामाजिक सञ्जालमा फुइँ लगाउनमा व्यस्त छन्– सके रमाइलो, नसके धम्की । विकास बजेटको चरम दुरुपयोग आजको रोग होइन, पुरानै हो । नयाँले यो कुरामा सावधानी अपनाएर नमुना बन्न सक्थ्यो, तर गत जेठ महिनामै देशभरमा विकासका नाममा अदिगा हरेक कार्यले देखाउँछ– विकास शब्दलाई बाटोमा राखेर बुलडोजर चलाइएको छ । जनताको करलाई खोलाको भेलमा लगेर हालिएको छ अनि विषादीयुक्त आयातित सामग्रीमा परनिर्भर बनाइएको छ । यसरी नै विकासको परिभाषा दिइँदै छ अहिले ।

भन्नलाई चाहिँ लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक शासन प्रणालीको माध्यमबाट सुशासन, विकास र समृद्धि हासिल गरी स्वाधीन, समुन्नत तथा समाजवाद उन्मुख अर्थतन्त्रको विकास गर्ने वाक् र कागज छ । तीनै तहका सरकार क्रियाशील भई आर्थिक-सामाजिक विकासतर्फ अगाडि बढेको छ भनिएको छ, तर यथार्थमा विकासको नाममा गलत प्रवृत्ति झनै झाँगिएको छ । समृद्ध नेपाल सुखी नेपालीको सोच बनाउँदै वि.सं. २१०० को प्रारम्भिक प्रारूपसहितको परिदृश्य तयार गरे पनि सोअनुसारका दिगो क्रियाकलापहरू भएका छैनन् । सबै कुरा भागबन्डामा सीमित पारिएको छ, नत्र बजेट नै फ्रिज ! यो कुरा पुनः दोहोर्याउनु नपर्ला । किनकि यस्ता कुरा हामी सुन्छौँ, रिसाएजस्तो गर्छौं अनि अर्को कानले उडाइदिन्छौँ । अनि बाढी, प्रकोपको बेला पछुताएर बस्छौँ ।

योजनाका हरेक पेजमा लेखिने शब्द हो– विकास र समृद्धि । कुन पानाका शब्द हुबहु गरिएका छन् ? मुलुकको सुशासन, विकास र समृद्धिका लागि उपयोग गर्न शासकीय अवयवहरुको कुशलतापूर्वक परिचालन भनेको खाने अनि गरेजस्तो गर्ने मात्र हो ? कम्तीमा अलिकति त गरे हुन्थ्यो नि, त्यो पनि छैन । यसैकारण विकासका नाममा भ्रष्टाचार र अनियमितता जताततै फैलिएको छ। भन्नलाई राजनीतिक क्षेत्रमा युगान्तकारी परिवर्तन भए भनिन्छ, तर त्यसको महत्वपूर्ण पक्षहरु जस्तैः आर्थिक, सामाजिक तथा आधुनिक यातायात तथा पूर्वाधार विकासका क्षेत्रमा खासै सफलता देखिएको भए यतिविघ्न जनता देश छाडेर विदेशमा रोजगारीका लागि जानुपर्ने अवस्था आउँदैनथ्यो । जनतामा सचेतनाको स्तर बढ्यो, असमानता हट्यो भन्दै गर्दा बोक्सीको आरोपमा जनप्रतिनिधिलाई साक्षी राखेर दिसा खुवाइएको, कुटपिट गरेका घटना, सांसले सदनमा समेत नानाभाँती बोलेको जस्ता कुरा रोकिन्थे होलान्। देशमा सियो उद्योग छैन, कृषिप्रधान देशमा सबै उत्पादन आयातित छ। खै, यस कुरालाई रोकेको अनि आफ्नो पूर्वाधार विकास र आत्मनिर्भरताको बीउ रोपेको ? न स्वाधीनता जोगिएको छ, न हस्तक्षेप नै, उल्टै गोडामोलाइमा विकासलाई चेपाइएको छ ।

अवस्थाअनुसारको विकास हाम्रो प्राथमिकता हो । विकास घर बनाउनुमात्र होइन, कंक्रिट ठड्याउनुमात्र विकास होइन, बनाउन सक्ने अवस्थामा पुर्याउनु विकास हो । बनेका पूर्वाधारहरूलाई दिगो बनाउन सक्नु विकास हो । तर, यहाँ त घरअगाडिको बाटोमा चौपयाले गोब्र्याएको गोबर प्रधानमन्त्री स्वरोजगार कार्यक्रमबाट सोहोरिरहेको दृश्यसमेत हामीले देखिसकेका छौँ। चौताराको उद्घाटनमा राष्ट्रपति कुरेर बसेका छौँ र स्थानीयलाई स्वतःस्फूर्त परिचालनलाई पन्छाइरहेका छौँ । युवा बिदेसिने क्रम रोक्न वा निरुत्साहित गर्न यस्ता टार्ने कार्य कसैका लागि सह्य हुँदैन। यसले गरिबी घटाएको छैन, उल्टै बढाएको छ ।

अर्थतन्त्रमा औद्योगिक उत्पादन घटेका छन्, उद्योग छैन, भएकाको हालत नाजुक बनेको छ । आयातको मात्रा सुनिनसक्नु र देखिनसक्नु छ । विप्रेषण बढेको छ तर सामाजिक सुरक्षा जोखिम अवस्थामा पुगेको छ । आर्थिक वृद्धिको हवाला पिटेर उत्पादन र उत्पादकत्वमा कुनै सुधार ल्याउन सकिएको छैन। शिक्षा, स्वास्थ्य, वातावरण, सुशासन, आर्थिक, राजनीतिक, प्राविधिक पक्ष थेचारिएको छ । तर पनि हामी भन्न छाडेका छैनौँ– सबै ठाउँ बाटो पुग्यो, बिजुली पुग्यो, खानेपानी पुग्यो, गाडी पुग्यो । पुगेको चिज कुन अवस्थामा छ, कहिल्यै हेर्ने र मूल्यांकन गर्ने क्षमता राख्यौं/राख्दैछौं ? प्रायः अधिकांश कार्यमा जोखिमताले दर्शन दिइरहेको छ, जुन कुरालाई हामी छिपाइरहेका छौँ ।

विकासलाई व्यापारमात्रको नजरमा पारिनु नै हाम्रो भूल हो। विकासमा गलत राजनीति गरिनाले यो अवस्थाको सिर्जना हुँदै गइरहेको छ। बाहिरबाट लिएको भए पनि विकासको महत्वाकांक्षा जनताको मस्तिष्कमा मात्रै सीमित छैन। भनिदिएको विकास-राजनीतिक अर्थतन्त्र र आर्थिक प्रणालीको अकाट्य आधार हो । हामीले भोगेका र अपेक्षा गरेका विकासबीच ठूलो खाडल छ। समाज र भूगोलसुहाउँदो विकास परिभाषा बनाउने र गर्ने प्रयत्न हालसम्म गरिएका छैनन् । विकास अभ्यास पूर्णतः राजस्व असुली र त्यसलाई आवश्यक आर्थिक प्रणाली बनाउन मात्र केन्द्रित भए ।

भौतिक विकासमा अनुदान वितरण नीति र कार्यक्रमले प्राथमिकता पाए। हाम्रो संस्कृति, अर्थतन्त्र र भौतिक पर्यावरणसित मिल्ने गरी अवधारणा र अभ्यास दुवैलाई संस्थागत गर्न हामीले अझै सकेका छैनौँ। समाज बदल्ने प्रक्रिया र अभ्यासको रूपमा बुझिएको विकासको परिभाषा, मापदण्ड र विधिमा उल्लेख गर्न लायक काम नै धेरै कम मात्र भए । हामीले सोचेको, हामीलाई चाहिएको र हामीले गर्न सक्ने विकासमा अझै हामी अलमलमै छौँ र अर्काको देखेर मनगढन्ते कुरामा ताली बजाउन बाध्य बनेका छौँ । झन्डै ३५ वर्षको प्रजातन्त्र, लोकतन्त्र वा गणतन्त्रको अर्थ-राजनीतिक प्रणाली अभ्यास गरिसक्दा र विकासमाथि घोत्लिएको, विचार गरेको र अभ्यासमा उतार्न थालेको करिब सात दशक भइसक्दा पनि हाम्रा कामहरू स्थानीय परिवेश, ज्ञान, आवश्यकता र आत्मनिर्भरताको बाटोमा छैनन् । यसको अर्थ ७० वर्षसम्म अभ्यास गरिएको विकास प्रयास हाम्रो आफ्नै धरातलमा उभिएका छैनन् । यो हाम्रो लागि विडम्बना हो ।

(स्रोतः कारोबारदैनिक)

७ समस्या, जुन किशोरपुस्ताले झेलिरहेका छन्

अहिलेका किशोरपुस्ता के चाहन्छन् ? कस्तो रुचि र आकांक्षा पाल्छन् ? कस्तो जीवन बाँच्न खोज्छन् ?

यी प्रश्नमाथि अभिभावकले खासै चासो देखाएको पाइँदैन। जबकि किशोरावस्थालाई शारीरिक र भावनात्मक परिवर्तनको चरण मानिन्छ। यतिबेला उनीहरु भिन्न दबाब र तनावबाट गुज्रिरहेका हुन्छन् ।

यो चरणमा एकातिर पढाइका साथै करिअरको चिन्ता हुन्छ । अर्कोतिर नयाँ फेसन शैली अपनाउने साथीभाइसँग समय बिताउने रहर पनि हुन्छ। उन्मुक्त घुमफिर गर्ने, मीठो मसिनो परिकार खाने, मनोरञ्जन गर्ने इच्छा तीव्र हुन्छ। त्यसमाथि शारीरिक अंगहरुको विकास, हार्मोनको उतारचढावले उनीहरुलाई भावनात्मक रुपमा चञ्चल बनाइरहेको हुन्छ ।

करिअर बनाउनुपर्ने, साथीभाइलाई समय दिनुपर्ने, नयाँ-नयाँ पहिरन शैली अभ्यास गर्नुपर्ने जस्ता रहर र दबाबबीच कहिलेकाहीं उनीहरु खराब मनोदशाबाट गुज्रिन पुग्छन् ।

डिप्रेसनको डर

अहिले किशोरपुस्ताको मूल समस्या बनेको छ डिप्रेसन । खासगरी डिजिटल प्रविधिप्रतिको आशक्तिले उनीहरुलाई घरपरिवार, आफन्त, साथीभाइबाट अलग गरेको छ। उनीहरु गेम, भिडियो, सामाजिक सञ्जालमा एकोहोरिएका छन् । सबैबाट अलग भएर एक्लै बसिरहँदा उनीहरु भावनात्मक रुपमा कमजोर भएका छन् । कसैसँग नबोल्ने, कतै घुमफिर नगर्ने, घरपरिवारसँग बातचित नगर्ने प्रवृत्तिले उनीहरुलाई एकलकाँटे बनाउँदै लगेको छ । नतिजा, उनीहरुलाई डिप्रेसनले गाँज्दैछ ।

अन्धाधुन्ध यौन सम्बन्ध

किशोरावस्थामा पुगेपछि यौनाङ्गको विकास हुनका साथै उनीहरुमा यौनसम्बन्धी उत्सुकता जाग्न थाल्छ। विपरीत लिंगीसँग आकर्षित हुने, प्रेम गर्ने, डेटिङ जानेजस्ता कुरामा पनि उनीहरुको रुचि बढ्न थाल्छ।

यही क्रममा उनीहरु यौन गतिविधिमा पनि सहभागी हुन सक्छन्। जबकि यतिबेला उनीहरुलाई सुरक्षित यौन सम्बन्धबारे थाहा नहुन सक्छ। यौन सम्पर्कका बेला उनीहरुले गर्भनिरोधक विधिहरु प्रयोग गर्दैनन्। असावधानीवश गरिने यौनक्रियाले किशोर पुस्तालाई नराम्ररी फसाउन सक्छ। अनिच्छित गर्भ रहनेदेखि एचआईभी, यौनजन्य रोग लाग्ने भय हुन्छ ।

लहलहैमा लागुपदार्थ

लागुऔषधको लत लाग्ने जोखिम पनि किशोर उमेरमा नै बढी हुने विभिन्न सर्वेक्षणले देखाएका छन्। ठूलाहरुको देखासिकीमा वा साथीभाइको लहलहैमा उनीहरु चुरोट

...बाँकी पृष्ठ ३ मा

बाल हेल्पलाइनद्वारा ३९४ बालबालिकालाई सहयोग

जमुना थिङ

हेटौंडा: बागमती प्रदेशको सामाजिक विकास मन्त्रालयको साझेदारीमा बाल हेल्पलाइन मकवानपुरले बालबालिका उद्दार तथा पुनर्स्थापना कार्यक्रम सञ्चालन गरिरहेको छ। प्रदेश सरकारको ३ लाख रुपैयाँ बजेट अनुदानमा चालु आर्थिक वर्ष २०७९/२०८० मा हेल्पलाइनले ३ सय ९४ बालबालिकालाई विभिन्न सहयोग गरेको हो।

बाल हेल्पलाइन १०९८ प्रवर्द्धन, बालविवाह सचेतनासम्बन्धी पर्चा छपाई, जोखिम अवस्थामा भएका बालबालिकालाई खाद्यान्न तथा शैक्षिक सामग्री वितरण, गाडी इन्धन, बाल हेल्पलाइनको संरक्षणबारे परामर्श, बाल हेल्पलाइनमा आश्रित बालबालिकालाई खाद्यान्न तथा लत्ताकपडामा रकम खर्च भएको बाल हेल्पलाइन मकवानपुरका संयोजक ज्ञवालीले जानकारी दिनुभयो।

चालु आर्थिक वर्षको जेठ मसान्तसम्म बालहेल्पलाइनमा ७ बालक र ५ बालिका गरी १२ वटा हराएका बालबालिकाको घटना दर्ता भएको छ। ८ बालक, ३ बालिका गरी ११ जना बेवारिसे फेला परेका छन्। ४ बालक, २ बालिका गरी ६ जना बिरामी परेका, ११ बालक, ३३ बालिका गरी ४४ वटा बालविवाहको घटना दर्ता भएको छ। बालबालिकाको बेचबिखन तथा ओसारपसारको घटना ६ वटा दर्ता भएका छन्, जसमा ६ जना नै बालक रहेका छन्।

दुर्व्यवहार (यौन दुर्व्यवहार समेत)का १० वटा घटना दर्ता भएका छन्। ती घटना बालिकामाथि भएकोमात्र दर्ता भएका हुन्। २ बालक र एक बालिका गरी ३ वटा पारिवारिक द्वन्द्व, कक्षा-१२ सम्म शैक्षिक सहायताका लागि ४६ बालक, ८२ बालिका गरी एक सय २८ घटना दर्ता भएका छन्। ११ बालक, ८ बालिका गरी १९ वटा बालश्रम शोषण, एक बालक, ५ बालिका गरी ५ वटा संरक्षणको समस्याको घटना दर्ता भएका छन्।

यस्तै एक बालकको शारीरिक दण्ड सजाय समस्याको घटना दर्ता भएको छ। ५ बालक, एक बालिका गरी ६ वटा बाल बिज्याइँको घटना दर्ता भएका छन्। एक बालिकाको जन्मदर्ताको समस्याको घटना दर्ता भएको छ। यस्तै, ५६ बालक, ७९ बालिका गरी एक सय ३५ बालबालिकालाई आपतकालीन खाद्यान्न सहयोग गर्नुपर्ने, २ बालिकालाई सीपमूलक तालिमसम्बन्धी सहयोग गर्नुपर्ने जनाइएको छ।

एक सय ५९ बालक, २ सय ३५ बालिका गरी बाल हेल्पलाइनमा दर्ता भई सेवा उपलब्ध गराइएका घटनाहरु ३ सय ९४ रहेको छ। घटना दर्ता भई सेवा लिएकामध्ये आपतकालीन आवासको संरक्षणमा बसेका ६१ बालक र १२ बालिका गरी ७३ जना रहेका छन्। चालु आर्थिक वर्षको जेठ मसान्तसम्म १०९८ मा २ हजार २ सय २४ पटक कल गरिएको छ। ८ सय ६५ पटक पुरुषले कल गरेका छन् भने एक हजार ४३ पटक महिलाले कल गरेका छन्। कल साइलेन्टमा ३ सय १६ पटक कल गरिएको छ।

बाल हेल्पलाइनले दर्ता भएका घटनाको आधारमा बालबालिकाको उद्दार गर्दै आइरहेको छ। उद्दार गरिएका बालबालिका सबैलाई पुनर्स्थापनासमेत गरिएको बाल हेल्पलाइन मकवानपुरका संयोजक भवित्द्र ज्ञवालीले जानकारी दिनुभयो। हेटौंडा उपमहानगरपालिका आउँदो मंसिर मसान्तभित्र हेटौंडालाई बालमैत्री स्थानीय शासन घोषणा गर्ने अभियानमा रहेको छ। उपमहानगरको उक्त अभियानलाई सहयोग गर्न बाल हेल्पलाइनले पनि स्थलगतरुपमा अनुगमन तथा निरीक्षण गरी श्रमिक बालबालिकाको उद्दार गरिरहेको छ।

गत जेठ २८ गते हेटौंडा उपमहानगर पालिकाको २, ६ र ११ नम्बर वडामा स्थलगत अनुगमन तथा निरीक्षण गरिएको छ। जसमा हेटौंडा-२ स्थित लुम्बिनी पराठा एण्ड रोटी हाउसबाट आन्दाजी १५ वर्षीय बालकको उद्दार गरिएको छ। हेटौंडा-६, हात्तीलेटमा एक बालकलाई काममा लगाएको भन्ने जानकारी प्राप्त भएपछि १२ वर्षीय बालकलाई उद्दार गरिएको छ। यस्तै, हेटौंडा-११ स्थित रुस्तम ब्याट्री वर्कशपबाट १५ वर्षीय बालकको उद्दार गरिएको छ। हेटौंडा-११ मा रहेको हेटौंडा वर्कशपले आन्दाजी १५ र १७ वर्षीय बालकलाई काममा लगाएकोमा हटाएको छ। सोही स्थानका एक वर्कशपले पनि एक बालकलाई श्रममा लगाएको र आधा महिनाअघि घर पठाइएको स्थानीयले बताएका छन्। हेटौंडा-६, चौघडामा रहेको अनिता होटलका सञ्चालक अनिता घिसिङले पनि आन्दाजी १४ वर्षीय बालकलाई श्रममा लगाउन नहुने जानकारी प्राप्त भएपछि घर पठाइएको छ।

गत बुधबार हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको ४ नम्बर वडामा रहेका वर्कशप र रेष्टुरेन्टमा अनुगमन गरिएको छ भने मंगलबार हेटौंडा-८ मा गिट्टी-बालुवा लोड गर्ने ट्याक्टरहरुमा अनुगमन गरिएको छ। हेटौंडा-४ स्थित सेभेन एण्ड सिक्स वर्कशपबाट आन्दाजी १५ वर्षीय बालकको उद्दार गरिएको छ। सोही ठाउँमा रहेको समीर वर्कशपबाट आन्दाजी १४ वर्षीय अर्को बालकको पनि उद्दार गरिएको छ।

हेटौंडा-८ बाट गिट्टीबालुवा अनलोड गर्ने र ट्याक्टर चालकसहित ८ वर्षदेखि १५ वर्ष उमेर समूहका बालबालिकालाई उद्दार गरिएको छ। श्रम शोषणमा परेका ती बालबालिकालाई बागमती प्रदेशको श्रम तथा रोजगार कार्यालयको समन्वयमा पुनर्स्थापना गरिँदै आइरहेको संयोजक ज्ञवालीले बताउनुभयो। ज्ञवालीले भन्नुभयो–'घरेलु कामदार र होटलहरुमा बालबालिकाको प्रयोगमा न्यूनीकरण भएको छ। तर वर्कशपहरुमा भने जस्ताको त्यस्तै देखिएको छ।' तराई समुदायका व्यक्तिहरुले बढी वर्कशप खोल्ने भएकाले ती क्षेत्रमा बढी बालश्रमको समस्या देखिएको उहाँको धारणा छ। ती बालबालिकाले चाँडै पढ्न छाडेकाले श्रममा आएको ज्ञवालीले बताउनुभयो।

५ वर्षअघि हेटौंडा उपमहानगर पालिकाले ६ सय बालबालिका श्रममा रहेको तथ्यांक संकलन गरेको उहाँले जानकारी दिनुभयो। ज्ञवालीले भन्नुभयो–'बालमैत्री स्थानीय शासन घोषणा अभियान सुरु भएपछि हेटौंडा उपमहानगरपालिका क्षेत्रबाट ६३ जना बालश्रमिकको उद्दार गरिएको छ।

बालविवाहले बालश्रम निम्त्याएको उहाँको धारणा छ। सानै उमेरमा विवाह गर्ने दर बढेकाले अझै बालबालिका श्रममा आउन बाध्य भएका छन्। सन्तानको जिम्मेवारी लिन नसक्ने तर धेरै सन्तान जन्माउँदा बालबालिका श्रम शोषणमा परेको उहाँले जानकारी दिनुभयो। बालविवाहले सम्बन्धविच्छेदका घटना बढाएकाले पनि बालबालिका बिचल्ली हुने गरेको उहाँको भनाइ छ। आर्थिक अवस्था कमजोर र शिक्षाको कमीले पनि बालश्रम र बालविवाह हुने गरेको ज्ञवालीले जानकारी दिनुभयो। बालश्रम र बालविवाहले बालसंरक्षण चुनौतीपूर्ण बन्न पुगेको उहाँले बताउनुभयो।

बालबालिका राष्ट्रका गौरव हुन् भन्ने विषयमा राज्यले बुझ्नुपर्ने र सबैभन्दा पहिला अभिभावकलाई बालश्रम र बालविवाहबारे सचेतना दिन जरुरी रहेको ज्ञवालीले बताउनुभयो। बालबालिकालाई नियमित विद्यालय जाने वातावरण निर्माण गर्नुपर्ने हुन्छ। यस्तै, निःशुल्क शिक्षा तथा अनिवार्य शिक्षालाई कार्यान्वयनमा ल्याउनु राज्यको दायित्व हो। 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। १४ वर्ष मुनिका कुनै पनि बालबालिकालाई श्रममा लगाउन पाइँदैन भने १४ वर्षभन्दा माथिका र १८ वर्षभन्दा मुनिका बालबालिकालाई सरकारले तोकेको सेवा सुविधासहित अभिभावकको सहमतिमा श्रममा लगाउन पाइने कानुनी प्रावधान छ।

यामाहाको योजना
दुई बर्षको सडक कर तिरिदिने

समाज संवाददाता

हेटौंडा: यामाहा कम्पनिले मोटरसाइकल वा स्कुटर खरिद गर्ने उपभोक्तालाई ट्याक्स रिल्याक्स योजना ल्याएको छ। यामाहा कम्पनिको मोटर साइकल वा स्कुटर खरिद गर्ने ग्राहकले दुई बर्षका लागि सडककर छुट दिने घोषणा गरेको छ।

पछिल्लो समय आर्थिक संकटका कारण उपभोक्तालाई आकर्षित गर्न कम्पनिले यस किसिमको योजना ल्याएको यामाहा कम्पनिका दुईपांग्रे साधनको हेटौंडाका लागि आधिकारिक विक्रेता राज मोटर्सका सञ्चालक राजन श्रेष्ठले जानकारी दिनुभएको छ। यामाहाले छोटो अवधिमै उपभोक्तालाई आकर्षित गर्ने योजना ल्याएका कारण विक्रीको दरलाई कायमै राख्न सफल भएको र सेवाग्राही पनि सन्तुष्ट रहेको श्रेष्ठको भनाइ छ।

एमालेले चाहे ७ दिनमा सरकार ढल्छ: बर्तौला

काठमाडौं: नेकपा एमालेका सचेतक महेश बर्तौलाले आफूहरुले चाहेमा एक हप्ताभित्रमा सरकार ढाल्न सक्ने दाबी गरेका छन्। बुधबार नयाँबानेश्वरस्थित संघीय संसद भवनमा सञ्चारकर्मीहरुसँग कुराकानी गर्दै सचेतक बर्तौलाले सरकारको आयु प्रत्येक दिनका लागि भएको बताए।

माओवादी केन्द्रसहितका चार दलले बनाएको समाजवादी मोर्चाबारे सोधिएको प्रश्नमा उनले भने, 'यदि नेकपा एमालेले प्रयत्न गर्ने हो भने एक हप्ताभित्रमा यो सरकारलाई ढाल्न सक्छौं। यो सरकारको आयु प्रत्येक दिन एक दिनका लागि हो।'

यद्यपि आफूहरु सरकार ढाल्न नलाग्ने, बरु गठबन्धनभित्रकै असमझदारी र अविश्वासले ढल्ने उनले बताए। सत्तारुढ गठबन्धनमा भएकाहरुलाई आफूहरुको पद जतिखेर पनि धरापमा पर्छ भन्ने त्रास रहेको भन्दै एमाले सचेतक बर्तौलाले अघि भने, 'यदि यसो हुँदैन थियो भने स्वयम् यो सरकारको प्रधानमन्त्रीले सरकारभित्र बसेर अर्को मोर्चाबन्दी र अर्को गुट निर्माण गर्नुपर्ने कुनै जरुरी थियो ?' यस्तो मोर्चाबन्दीले संसद र सरकारको काम कारबाहीलाई बलियो नबनाउने उनले बताए। (स्रोत: अनलाइनखबर)

समृद्ध समाज
राष्ट्रिय दैनिक
www.samriddhasamaj.com.np

समृद्ध समाजका वाईबा सम्मानित

रविन्द्र वाईबालाई सम्मान गर्नुहुँदै बागमती प्रदेश सभा सदस्य प्रेम बहादुर पुलामी।

समाज संवाददाता

हेटौंडा: बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडाबाट प्रकाशित हुने समृद्ध समाज राष्ट्रिय दैनिकका रवीन्द्र वाईबा सम्मानित हुनुभएको छ। बुधबार बागमती गाउँपालिकाले आयोजना गरेको अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा घोषणा कार्यक्रममा वाईबा सम्मानित हुनुभएको हो।

वाईबा बागमती गाउँपालिकाका बासिन्दा पनि हुनुहुन्छ। वाईबालाई आयोजकले गाउँपालिकाको विभिन्न क्षेत्रको समाचार संकलन गरेर सहयोग पुऱ्याएको भनि सम्मान गरेको हो। वाईबालाई नगद ५ हजारसहित सम्मानपत्रले सम्मान गरिएको छ। बागमती गाउँपालिकाले पालिकालाई अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा घोषणा गरेको छ। बागमती प्रदेशको शिक्षा विकास निर्देशनालय र पालिकाबीच भएको सम्झौताअनुसार पालिकाले अनिवार्य तथा निःशुल्क शिक्षा घोषणा गरेको हो।

७ समस्या...

तान्न थाल्छन्। चुरोट तान्ने साथीभाइको संगतमा घुलमिल हुँदै जाँदा उनीहरु लागुऔषध खान पुग्छन्। बिस्तारै उनीहरुलाई यसको लत नै लाग्छ।

अहिले थुप्रै आमाबुबाको लागि सबैभन्दा बढी टाउको दुखाइको विषय बनेको छ, छोराछोरीको कुलत। लागुऔषधको लतमा परेपछि छोराछोरीले पढाइ, करिअर मात्र होइन, आफ्नो जीवनलाई पनि ध्यान दिँदैनन्। जसले उनीहरु न बाँच्नु, न मर्नुको दोसाँधमा हुन्छन्। एक जना सन्तान मात्र लागुऔषधको लतमा हुँदा पनि उनका परिवारले मानसिक यातना खेप्नुपर्ने हुन्छ।

मोटोपनको मार

अहिलेका किशोरपुस्ता घरको खानामा भन्दा बढी बजारको प्रशोधित खानामा लोभिएका छन्। उनीहरुले कुरकुरे, चिप्स, बिस्कुट, चाउचाउ बढी रुचाउँछन्। नियमितजसो फास्टफुड वा रेस्टुरेन्टको खानेकुरा खाने गर्छन्।

पोषणको मात्रा अत्यन्तै कम हुने तर सोडियम, ट्रान्स फ्याटजस्ता तत्व उच्च हुने भएकाले यी खानाले उनीहरुलाई रोगी बनाउँदै लगेको छ। अनियन्त्रित खाने तर त्यस अनुरुप शारीरिक गतिविधि नगर्ने प्रवृत्तिले गर्दा किशोरपुस्तालाई मोटोपनले सताउँदै लगेको छ।

साइबर बुलिङको सिकार

अहिलेका किशोरपुस्ताको अर्को जटिल समस्या हो साइबर बुलिङ। उनीहरु असावधानीवश सामाजिक सञ्जाल चलाउँछन्। जथाभावी साथी बनाउँछन्। मनको कुरा पोख्छन्। नितान्त व्यक्तिगत फोटो, भिडियो साझेदार गर्छन्। यो क्रममा उनीहरु थाहै नपाई गलत व्यक्तिको फन्दामा पुग्छन्।

त्यस्ता व्यक्तिले उनीहरुलाई अनेक प्रलोभन देखाउने, डर त्रास पैदा गर्ने र अनुचित लाभ लिने प्रयास गर्छन्। यस क्रममा किशोरहरु साइबर बुलिङको सिकार बन्न पुग्छन्। सामाजिक सञ्जालजस्ता माध्यमबाट आउने धाकधम्कीले उनीहरुलाई भित्रभित्रै कमजोर, शिथिल र डिप्रेसनग्रस्त बनाउँछ।

रिस पोख्न रक्सी

किशोरकिशोरी आफैमाथि नयाँ नयाँ प्रयोग गर्न चाहन्छन्। कहिल्यै नखाएको खानेकुराको स्वाद कस्तो हुन्छ भन्ने उत्सुकताले पनि उनीहरुलाई रक्सी खान उक्साउँछ। साथै यतिबेला उनीहरुले खराब संगत गर्न सक्छन् र संगतकै कारण रक्सी पिउन सुरु गर्छन्।

किशोरपुस्ता र उनका अभिभावकबीच कतिपय कुरामा असमझदारी हुन्छ। आमाबुबासँगको रिस पोख्न पनि उनीहरु रक्सी पिउन थाल्छन्। कहिले रहरमा, कहिले लहलहैमा, कहिले करकापमा त कहिले रिस पोख्न पनि रक्सी पिउन थाल्छन्।

पढाइको पीर

खासगरी आमाबुवा र शिक्षकहरुले उनीहरुमाथि आफ्नो अपेक्षा लाद्न थाल्छन्। धेरै अंक हासिल गर्नुपर्छ, फलानोले जस्तै पढ्नुपर्छ, पढेर यस्तो बन्नुपर्छ भन्ने कुराले उनीहरुमा मनोवैज्ञानिक दबाब पनि पैदा गर्न सक्छ।

हाम्रो शैक्षिक प्रणाली, पठन विधिले पनि कहिलेकाहीं किशोरपुस्तालाई मनोरोगी बनाउँछ। किशोरपुस्ताको रुचि, क्षमताअनुसार पठनपाठन गराउने प्रवृत्ति छैन। यस्तो अवस्थामा आमाबुवा वा शिक्षकलाई खुसी बनाउन पढ्नुपर्ने हुन्छ। अरुसँगको तुलना, प्रतिस्पर्धाले पनि उनीहरुलाई भावनात्मक रुपमा कमजोर बनाउँछ। जसले गर्दा किशोरपुस्ता एन्जाइटी, डिप्रेसन आदिको सिकार हुनुपर्ने अवस्था आउँछ। (स्रोत: अनलाइनखबर)

सुनौलो भविष्य स्वास्थ्य सहकारी संस्थाद्वारा संचालित

मकवानपुर सहकारी अस्पताल
हेटौंडा-१, भिन्तुनापथ

MCH

सिलबन्दी दरभाउपत्र आह्वानको सुचना

प्रथम पटक प्रकाशित मिति: २०८०/०३/०७ गते

यस अस्पतालालाई आ.व.२०८०/०८१ को लागी तपसील बमोजिमको विभिन्न सामानहरु खरिद गर्नुपर्ने भएकोले स्वीकृत प्राप्त व्यवसायिक फर्म तथा सप्लायर्सले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले सात (७) दिनभित्र अस्पतालको लेखा शाखामा रु. १,०००/- (एक हजार मात्र) बुझाई दरभाउपत्र खरिद गरी आठौं दिन दिउँसो १२:०० बजेभित्र सिलबन्दी दरभाउपत्र पेश गर्नुहुन यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ।

सि.नं	विज्ञापन नं	सामाग्री विवरण
१	MCH2080/081-01	सर्जिकल सामाग्री
२	MCH2080/081-02	ल्याव केमिकल
३	MCH2080/081-03	छपाई सामाग्री
४	MCH2080/081-04	सरसफाई सामाग्री
५	MCH2080/081-05	स्टेस्नरी सामाग्री

सम्पर्क
मकवानपुर सहकारी अस्पताल
हेटौंडा-१, भिन्तुनापथ
०५७-५२६५८७/५२३४८७

ग्रामीण बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.
हेटौंडा-२ बुद्धचोक

कर्मचारी आवश्यकता सम्बन्धी सूचना

प्रथम पटक प्रकाशित मिति: २०८०/०३/०७ गते

यस ग्रामीण बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्थाको हेटौडा-१२ सिंग्रेनीमा रहको सेवाकेन्द्रका लागि तपशिल बमोजिम पदमा कर्मचारी आवश्यक परेकाले देहाय बमोजिम दरखास्त आवहान गरिन्छ।

क.स.	पद	संख्या	शैक्षिक योग्यता	तलब/सुविधा
१	सेवा केन्द्र प्रमुख	१	व्यवस्थापन विषयमा १२ पास	आपसी समझदारीमा

१. दरखास्त दिने अन्तिम मिति: २०८०/३/११
२. उमेर: १८ वर्ष पुरा भई ४० वर्ष ननाघेको।
३. परीक्षाको किसिम: लिखित, अन्तरवार्ता र प्रयोगात्मक।
४. दरखास्त शुल्क: रु. ५००/-
५. आवश्यक कागजातहरु: पासपोर्ट साईजको फोटो १ थान, नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको फोटोकपी, सम्बन्धित योग्यता हासिल गरेको सक्कल प्रमाणपत्र, कम्प्युटरको ज्ञान भएको प्रमाणपत्र।
६. स्थानीय र अनुभवीलाई प्राथमिकता दिइने छ।
७. नियुक्तीको किसिम: करार।
८. दरखास्त दिने स्थान: संस्थाको मुख्य कार्यालय, हेटौडा २, बुद्धचोक

नोट: दुई पाङ्ग्रे सवारी साधन अनिवार्य भएको हुनुपर्ने छ।

प्रतिमा श्रेष्ठ
(अध्यक्ष)

हाजिरीजवाफ प्रतियोगिता गरिने सम्बन्धी सूचना

उपरोक्त सम्बन्धमा यस ७ नं. वडा बाल सजालको आयोजना तथा हेटौडा उपमहानगरपालिका वडा नं. ७ को समन्वयमा तपशिल बमोजिमको मिति, समय र स्थानमा संचालन हुने हाजिरीजवाफ प्रतियोगिताको लागि यस बालसमूहबाट १ जना बालक र १ जना बालिका गरि २ जनालाई प्रतियोगिको रुपमा सहभागी गराउनुहुन हार्दिक अनुरोध गर्दछु।

तपशिल:
मिति : २०८० असार ९ गते शनिबार।
समय: दिनको ३ बजे।
स्थान: श्री नवज्योति माध्यमिक विद्यालय।
नोट: हाजिरीजवाफमा सामान्य ज्ञान, विद्यालयको पाठ्यक्रमको क्षेत्र, खेलकुद, राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय गतिविधि, गीत संगीत, साहित्यबाट ६०% र बालमैत्री सँग सम्बन्धित ४० प्रश्नपत्र निमार्ण गरिने छ। प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितिय, तृतीय र सान्त्वाना हुनेलाई क्रमशः ५ हजार, ४ हजार, ३ हजार र २ हजार रुपैंया पुरस्कार प्रदान गरिने छ।

सोधपुछको लागि बालमैत्री वडा सहजकर्ता गोकर्ण लामा: ९८६६३६९५२२।

दामोदर गौतम
वडा अध्यक्ष
हेटौंडा उपमहानगरपालिका
७ नं. वडा कार्यालय
नागस्वती, हेटौंडा, मकवानपुर

अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवसको अवसरमा प्रोटोकल योग अभ्यास

प्रोटोकल योग अभ्यासमा सहभागीहरु ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः नवौं अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवसको अवसरमा हेटौँडामा प्रोटोकल योग अभ्यास भएको छ । पतञ्जली योग जिल्ला समिति मकवानपुरले अन्तर्राष्ट्रिय योग दिवसको अवसरमा सप्ताहव्यापी कार्यक्रम गर्दै बुधबार बिहान प्रोटोकल योग अभ्यासको कार्यक्रम गरेको हो । बागमती प्रदेश सरकारका भौतिक तथा पूर्वाधार मन्त्री युवराज दुलालको प्रमुख आतिथ्य तथा पतञ्जली योग जिल्ला समिति मकवानपुरका अध्यक्ष रामकृष्ण थापाको अध्यक्षतामा हेटौँडा-४, हुप्रचौरमा प्रोटोकल योग अभ्यास कार्यक्रम भएको हो ।

कार्यक्रममा युवा समिति संयोजक लोकनाथ खनाल मुख्य प्रशिक्षक रहनुभएको थियो । योग अभ्यासमा बागमती प्रदेश सभा सदस्य प्रेम बहादुर पुलामी, एका लाल श्रेष्ठ, जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका प्रमुख ललित बहादुर घलान, सुरक्षा निकाय, योग साधक साधिका, विद्यालयका शिक्षक, विद्यार्थीको उपस्थिति रहेको थियो । कार्यक्रमको पहिलो दिन असार १ गते महिला रोग विशेष योग सञ्चालन गरिएको थियो । दोस्रो दिन २ गते योग जागरणका लागि बजार क्षेत्रमा प्रभातफेरी कार्यक्रम गरेको थियो । ३ गते १२ नम्बर वडामा योग जागरणका लागि प्रभातफेरी कार्यक्रम गरेको थापाले बताउनुभयो । चौथो दिन ४ गते रक्तदान कार्यक्रम भएको थियो । ५ गते हुप्रचौरमा प्रभातफेरी कार्यक्रम भएको थियो ।

कार्यक्रमको अन्तिम बिहिबार हेटौँडा-७ र ८ नम्बर वडामा योगा जागरणको भजन बजाउँदै प्रभातफेरीको आयोजना गरिने अध्यक्ष थापाले बताउनुभयो । योगाले मधुमेह, उच्च रक्तचाप जस्ता रोगहरुलाई रोक्न र भइसकेको अवस्थामा रोगहरुको सही व्यवस्थापन गर्न पनि योगको आवश्यक्ता रहेको उहाँको भनाई रहेको थियो । योगाबाट बिना पैसाले स्वस्थ रहन सहयोग पुग्ने थापाले स्पष्ट पार्नुभएको छ ।

त्रिशुली नदीमा शव, सिन्धुलीमा कंकाल फेला

समाज संवाददाता

हेटौँडाः चितवन जिल्लाको ईच्छाकामना गाउँपालिका-४, कुरिनटार त्रिशुली नदीमा एक पुरुषको शव फेला परेको छ । मंगलबार दिउँसो १ बजेर २५ मिनेटको समयमा त्रिशुली नदीमा सनाखत नभएको अन्दाजी ४० वर्षीय पुरुषको शव सडीगली सकेको अवस्थामा फेला परेको प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौँडाले जानकारी दिएको छ । मुचुल्का पश्चात शव पोष्टमार्टमका लागि जिल्ला अस्पताल भरतपुर लगिएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

यस्तै सिन्धुली जिल्लाको हरिहरपुरगढि गाउँपालिका-३, वनठाकुर जंगलमा मानव कंकाल फेला परेको छ । मंगलबार बिहान ७ बजेको समयमा वनठाकुर जंगलमा कंकाल जलेको अवस्थामा कंकाल फेला परेको प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौँडाले जानकारी दिएको छ ।

कंकालको नजिक चुरा, पुरानो थैली, थोरै सेतो कपाल र सानो रातो कपडाको टुक्रा जलेका अवस्थामा रहेको प्रहरीले जनाएको छ । मुचुल्का पश्चात डिएनए परीक्षणका लागि दाँत र केहि हड्डी लिई प्राथमिक चौकी महेन्द्रझाडी लगिएको छ ।

विजय युथ गोल्डकप

नागस्वती युवा क्लव र प्रदेश प्रहरी विजयी

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडामा जारी दोस्रो विजय युथ गोल्डकप फुटबल प्रतियोगिताअन्तर्गत बुधबार भएको दुई खेलमा नागस्वती युवा क्लव र बागमती प्रदेश प्रहरी गण विजयी भएको छ । बुधबारको पहिलो खेलमा रिगल हेटौँडा रिसोर्टलाई पराजित गर्दै नागस्वती विजयी भएको हो । दोस्रो खेल समाज कल्याण एफसिलाई पराजित गर्दै बागमती प्रदेश प्रहरी गण विजयी भएको हो ।

हेटौँडा-५ स्थित पिप्ले-क्याम्पा रंगशालामा निर्धारित समय गोलरहित बराबरीमा सकिएपछि नतीजाका लागि खेल टाइब्रेकरमा धकेलिएको थियो । टाइब्रेकरमा पनि बराबरी भएपछि खेल सडन डेथमा पुगेको थियो । म्यान अफ द म्याच नागस्वतीका गोलरक्षक अस्मिर गोङ्बा घोषित भए । यस्तै दोस्रो खेलमा बागमती प्रदेश प्रहरी गणको तर्फबाट रामकृष्ण राउतले निर्णायक गोल गरे । राउत म्यान अफ द म्याच घोषित भए । बिहिबार पहिलो खेल हटिया भेट्रान्स र ढल्के जोबन एफसी क्लब बीच हुनेछ भने दोस्रो खेलमा पशुपति युवा क्लब र हेटौँडा फुटबल एकेडेमी (बी) बीच खेल हुने आयोजकले जनाएको छ ।

प्रतियोगितामा १६ वटा टिमको सहभागिता रहेको छ । प्रतियोगितामा उपाधि विजेता टिमले २ लाख रुपैयाँसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछ भने उपविजेताले १ लाख रुपैयाँसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र प्राप्त गर्ने विजय यूथ क्लबका अध्यक्ष सुदिप राजबाहकले जानकारी दिनुभएको छ । प्रतियोगिता आयोजनाका लागि १३ लाख रुपैयाँ खर्च हुने अनुमान गरिएको छ ।

श्रमिक माविका स्काउट विद्यार्थी दीक्षित

दीक्षान्त समारोहमा विद्यार्थी स्कार्फ लगाइदिनुहुँदै प्रधानाध्यापक दाहाल ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडा-४, कर्रास्थित श्रमिक माविले स्काउटमा सहभागी ३७ जना विद्यार्थीलाई दीक्षित गरेको छ । नेपाल स्काउटको ७२ औँ स्थापना दिवसको अवसरमा पारेर मंगलबार विद्यालयले दीक्षान्त समारोहको आयोजना गरेको हो । नेपाल स्काउट बागमती प्रदेश समितिका सदस्य तथा राष्ट्रिय प्रशिक्षक अशोक सारु मगरको उपस्थितिमा विद्यालयले दीक्षान्त कार्यक्रमको आयोजना गरेको हो ।

स्काउटमा सहभागी विद्यार्थीलाई विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्रीराम दाहालले व्याच र स्कार्फ वितरण गर्नु भएको थियो । स्काउटमा सहभागी भएका विद्यार्थीमा स्वयंसेवी भावको विकास हुने, अनुशासित हुने, नेतृत्व क्षमता विकास हुने भएकोले औपचारिक शिक्षामा पनि सकारात्मक प्रभाव रहने विद्यालयका प्रधानाध्यापक श्रीराम दाहालले जानकारी दिनुभयो । विद्यार्थीलाई स्काउटमा सहभागी गराएर विभिन्न कार्यक्रममा सहभागी गराउँदै आएको र सकारात्मक प्रभाव हासिल भइरहेको उहाँको भनाइ छ ।

विद्यालयका स्काउट शिक्षक भीमप्रसाद पाठकले स्काउटमा विद्यार्थी सहभागी गराएर अनुशासित नागरिक निर्माण गर्ने उद्देश्य रहेको दावी गर्नुभएको छ । स्काउटमा सहभागी विद्यार्थी समूहमा काम गर्ने, सहकार्य गर्ने, भैपरी आउने काममा सहभागी हुन, समस्या समाधान गर्न सक्षम हुने उहाँको भनाइ छ । स्काउटको स्थापना दिवसको अवसरमा मंगलबार हेटौँडामा प्रभातफेरीको आयोजना समेत गरिएको थियो ।

मनहरी सवस्टेशनमा विद्युत् परीक्षण सुरु

समाज संवाददाता

हेटौँडाः नेपाल विद्युत् प्राधिकारणको मनहरी क्षेत्रभित्र पर्ने सवस्टेशनमा विद्युत् परीक्षण कार्य सुरु गरिएको छ । बुधबार विद्युत् प्राविधिकरणको प्रविधिक टोलीले सवस्टेशनमा विद्युत् प्रसारण गरी परीक्षण गरेको इन्जिनियर त्रिशक्ति यादवले बताउनुभयो ।

प्राधिकारणले निर्माण गरेको सवस्टेशन हर्दी भण्डारा मार्तल खोलासम्म परीक्षण कार्य भइरहेको उहाँले बताउनुभयो । प्रशारणमा कुनै समस्या नआएमा शुक्रबारसम्म परीक्षण कार्य सम्पन्न गर्ने र समस्या आएमा केही समय लाग्नसक्ने उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

मनहरी गाउँपालिकाले मंगलबार एक सूचना जारी गरी प्राधिकारणको आयोजनाबाट मनहरी गाउँपालिका क्षेत्रभित्र पर्ने लोथर, सुनाचरी, मनहरी बजार हुँदै मनहरी सवस्टेशन गएको ३३ केभी प्रसारण लाइन परीक्षणको लागि विद्युत् चालु गरिने जानकारी गराएको थियो । ३३ केभी प्रसारण लाइनमा जडान गरिएको पोल, तार, स्टेलगायतका विद्युतीय उपकरणहरु नछुन, घरपालुवा जनावरहरुलाई पोल तथा स्टेमा नबाँध्न तथा आफ्ना बालबच्चाहरुलाई समेत उक्त विषयमा सचेत गराउन सूचनामा भनिएको छ ।

विद्युत् लाइनमा रुखका हाँगाबिँगा तथा बाँसले छोएको देखिएमा, कुनै स्थानमा स्पार्क आएमा वा अन्य कुनै खतरा देखिएमा विद्युत् प्राधिकरणमा जानकारी गराउनसमेत सूचनामा भनिएको छ ।

१ लाख बराबरको अवैध सामान बरामद

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडा-१५ रातोमाटेस्थित प्रहरी चेकपोष्टबाट एकलाख बराबरको अवैध सामान बरामद भएको छ । मंगलबार राती ११ बजेको समयमा बीरगंजबाट काठमाडौंतर्फ जाँदै गरेको बा प्र ०१-००६ ख ३४८९ नम्बरको बस रोकी सुरक्षाजाँच गर्दा १ लाख १० हजार रुपैयाँ बराबरको अवैध सामान बरामद भएको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौँडाले जानकारी दिएको छ ।

बसको पछाडिको दुवै साईडको सिट मुनी लुकाई छिपाई ल्याएको अमूल बटर ९ काटुन १६० पिस र अमुल फ्रेस क्रिम १ काटुन १२ पिस फेला पारेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ । सामानको सम्बन्धित व्यक्ति कोहि नभएको र बसको कागजपत्र राखी थप अनुसन्धान गरिरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

ज्ञानदीप बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.
हेटौँडा-५, मकवानपुर

सिलबन्दी कोटेशन आव्हान

प्रथम पटक सूचना प्रकाशित मिति: २०८०/०३/०७ गते

यस संस्थामा कोरियन SY Pannel को भुइँतल्लामा निम्न आकारको दुइकोठा बनाउनुपर्ने भएकोले यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ५ (पाँच) दिन भित्र अर्थात् मिति २०८० जेठ ११ गते सोमबारभित्र दररेट बुझाउनुसहित सिलबन्दी गरी कोटेशन माग गरिएको छ । नेपाल सरकारबाट स्वीकृति प्राप्त गरी अद्यावधिक रहेको निर्माण कम्पनिलाई कोटेशन पेश गनर्न सूचित गरिन्छ ।

तपसील:
१) कोठाको आकार
लम्बाई- १३ फिट १० इन्च
चौडाइ: १० फिट ३ इन्च
उचाई: ८ फिट ४ इन्च
२) कोठाको संख्या २ वटा
३ झ्याल: लम्वाई ५ फिट, चौडाई ७ फिट । संख्या-४ वटा ।
४) ढोकाको आकार: ३ फिट चौडाई ७ फिट लम्बाई । संख्या-२ वटा ।
५) SY Pannel को मोटाई: ३ इन्च । पार्टेसन २ इन्च ।

खरिद तथा निर्माण समिति
ज्ञानदीप बहुउद्धेश्यीय सहकारी संस्था लि.
हेटौँडा-५, मकवानपुर (९८४५०-२२७४१)

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 समय: 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

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

यौन हिंसाबाट बचौं र बचाऔं ।

- यौनजन्य हिंसा सामाजिक अपराध हो ।
- यस्तो हिंसा छिमेकी,आफन्त र नातेदारबाट समेत हुनसक्छ ।
- अभिभावकले आफ्ना छोराछोरीको व्यवहार ख्याल गरौं ।
- उनीहरुको चालचलन,बानी व्यवहारमा अस्वभाविक परिवर्तन आएको हुनसक्छ ।
- त्यस्तो पाइए तत्काल उनीहरुसँग कुरा गरौं ।
- बालबालिकालाई कुनै समस्या भए मन मिल्ने साथी वा अभिभावकलाई बताऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

समृद्धि प्रकाशन प्रा.लि. द्वारा प्रकाशित, ठेगाना: हेटौँडा-४, अजरअमररोड, ०५७-५२६८३०, Email:sambridhasamaj@gmail.com, website:www.samriddhasamaj.com, प्रबन्ध निर्देशक: रोजिना श्रेष्ठ, सम्पादक: सुरेश श्रेष्ठ