म.जि.प्र.का दर्ता नः
१०४/०६७/०६८

बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडाबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको समाचारपत्र

समृद्ध समाज

SAMRIDDHA SAMAJ NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

हेटौंडा, मकवानपुर

म.जि.हु.का.द.नं.
३०/०६९/०७०

वर्ष:१५ अङ्क:- १० २०८० मंसिर ११ गते सोमबार 27 November 2023, Monday - पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५/-

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

पतिको कुटाइबाट सरिताको हात-खुट्टा भाँचियो

उपचार खर्च व्यहोर्न नसक्दा हेटौँडा अस्पतालमै बन्धक

हेटौँडा अस्पतालको बेडमा सरिता बम्जन । उपचारपछि सरिताको हात (माथि) र खुट्टा (तल) को अवस्था ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडा-१४ की सरिता बम्जनको हात, खुट्टा भाँचिएर हेटौँडा अस्पतालमा उपचारका लागि गत भदौ ३ गते भर्ना भइन् । रक्सी खाएर मात्तिएको पति बाबुलाल बम्जनले चिर्पटै-चिर्पटले हिर्काएपछि सरिताको दायाँ हात र दायाँ खुट्टा दुबै भाँचियो । भाँचिएको हात-खुट्टाको उपचारपछि घर फर्कनु पर्ने सरिता उपचार खर्च व्यहोर्न नसक्दा हेटौँडा अस्पतालको वार्डमै बन्धक भएर बस्न बाध्य छिन् ।

आइतबार हेटौँडा अस्पतालको सर्जरी वार्डमा भेटिएकी सरिता अन्यौलमा थिइन् । उपचार खर्च व्यहोर्न नसकेर एकातिर सरिताले अस्पताल छाड्न सकेकी छैनन् भने उपचार खर्च जुटाएर अस्पताल छाड्नु परे कहाँ जाने भन्ने अर्को अन्यौल छ । हात-खुट्टा भाँचिने गरी कुट्ने पतिको साथमा नबस्ने निर्णयमा पुगेकी सरिता केही समय माइतमै बास पाउने आशामा छिन् । हात-खुट्टा भाँचिदिने पतिलाई बाबुलाल बम्जनलाई प्रहरीले पक्रेर केही दिन हिरासतमा राखे पनि सरिताको उपचारमा सहयोग गर्नकै लागि बाबुलाललाई प्रहरीले छाडेर अस्पतालमै पठाएको थियो । मदिरा सेवन गरेर अस्पतालमै सरितासँग झगडा गर्न थालेपछि अस्पतालकी नर्सले कराएर पठाएपछि दुई सातादेखि बाबुलाल सम्पर्कमा छैनन् ।

"उपचार खर्च व्यहोर्न नसक्दा अस्पताल छोड्न पाइनँ । पैसा तिर्न नसकेकै कारण दसैं, तिहारमा पनि अस्पतालमै बस्न बाध्य भएँ", यत्ति भनिसक्दा नसक्दै सरिताको गह भरिएर आयो । प्रेम विवाह गरेकी सरिताको ९ वर्षकी छोरी छ । आफू अस्पताल भर्ना भएपछि सरिताले छोरीलाई भने माइत पठाएकी छिन् । भीमफेदी गाउँपालिका-९, चुनियामा सरिताको माइतीले पनि खर्च व्यहोर्न सक्ने अवस्था छैन । "अस्ति माइतबाट बा-आमा आएर औषधिका लागि एक हजार रुपैयाँ छाडेर जानुभएको थियो । त्यो पनि सकियो ।", सरिताले भक्कानिँदै भनिन् ।

सरिताको उपचारका लागि हेटौँडा अस्पतालले शल्यक्रिया शूल्क र उपलब्ध औषधी निशूल्क समेत उपलब्ध गराएको छ भने विपन्न वर्गका लागि अस्पतालमा आधारित एकद्वार संकट व्यवस्थापन केन्द्र (ओसिएमसी) बाट पनि सक्दो सहयोग गरिएको सर्जरी वार्डकी स्टाफ नर्स सुनिता अर्यालले जानकारी दिइन् । सरिताको दायाँ हात र दायाँ खुट्टामा राखिएको स्टीलको रकम तिर्न नसकेर अस्पतालमै बस्नु परेको स्टाफ नर्स अर्याल बताउनुहुन्छ । "हामीले यहाँबाट हुन सक्ने सबै शूल्कमा सहुलियत र छुट गरेका छौं । भाँचिएको हात र खुट्टामा राख्नुपर्ने स्टील बाहिरबाट किनेर ल्याएको र उक्त रकम तिर्न नसक्दा सरिता अस्पतालमै बस्न बाध्य छिन् ।", स्टाफ नर्स अर्यालले भनिन् । तिम्रो दुखलाई बुझेर कसैले सहयोग गर्न सक्छन् । समाचार बनाएर राखिदिन्छु है ? भनेर सोधेपछि सरिताले बोल्न पनि सकिनन् । टाउको हल्लाउँदै सहमति जनाइन् ।

किशोरावस्थामा आमा बन्ने क्रम बढ्दै

आरजु सत्याल

हेटौंडाः मकवानपुरमा किशोरी अवस्थामा आमा बन्नेको संख्या बढ्दै गएको छ । २० वर्षभन्दा कम उमेरमा विवाह गर्नेमात्र नभई २० वर्षभन्दा कम उमेरमै किशोरीहरु आमा बन्नेको संख्या उल्लेख्य रहनु चिन्ताको विषय बनेको छ ।

हेटौंडामा रहेको हेटौंडा अस्पतालमा कार्तिक महिनामा २२ जना किशोरी आमा बनेका छन् । हेटौंडा अस्पतालबाट एक महिनामा २० वर्षभन्दा कम उमेर भएका २२ जना किशोरीले प्रसुति सेवा प्राप्त गरेको हेटौंडा अस्पतालका सूचना अधिकारी राजीव झाले जानकारी दिनुभयो ।

हेटौंडा अस्पतालमा कार्तिक महिनामा २ सय ८५ गर्भवती सुत्केरी भएका छन् । १ सय ९९ जना सामान्य अवस्थामा सुत्केरी हुँदा ८२ जनाको शल्यक्रिया गरेर बच्चा निकाल्नु परेको थियो । सूचना अधिकारी झाका अनुसार ४ जनाको जटिल अवस्थामा बच्चा लिकाल्नु परेको थियो । कार्तिक महिनामा २ सय ८५ सुत्केरीले १ सय ६५ जना बालक र १ सय २२ जना बालिकालाई जन्म दिएको उहाँले बताउनुभयो ।

मकवानपुरको विभिन्न पालिकाहरुमा समेत किशोरीहरुले सानै उमेरमा बच्चा जन्माइरहेका छन् । असोज महिनामा राक्सिराङ गाउँपालिकाका ८ जना किशोरीले बच्चा जन्माएका थिए । यस्तै, कार्तिक महिनामा बागमती गाउँपालिकाका १२ जना, मनहरी गाउँपालिकाका ३ जना र इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाका २ जना किशोरी आमा बनेको पालिकाका स्वास्थ्य शाखा प्रमुखहरुले जानकारी दिनुभयो । किशोरावस्थामा बालिकाहरु आफैं उमेरमा सानो हुने भएकाले शिशुलाई कसरी हेर्ने भन्ने कुरा थाहा नहुँदा धेरै समस्या आउन सक्छ ।

स्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुरका सूचना अधिकारी लक्ष्मण अधिकारीका अनुसार अझै मानिसहरुमा जनचेतना जगाउन पुगेको छैन । गाउँघर तथा पछाडि परेका मानिसतिर जनचेतना नै नपुगेको उहाँले जानकारी दिनुभयो । मकवानपुरमा भएको बालमैत्री पालिकाहरुमा समेत किशोरीहरु आमा बनेका छन् ।

अधिकारीका अनुसार विद्यालयले स्वास्थ्यमा पहुँच पुर्‍याएर विद्यार्थीलाई प्रजनन शिक्षाको विषयमा कक्षा लिन आवश्यक रहेको छ । साथै, घरघर पुगेर समुदायस्तरमा ज्ञान दिनसमेत अति आवश्यक रहेको उहाँको भनाइ छ । विद्यार्थीलाई किशोरावस्थामै नकारात्मक विषयको बारेमा बुझाउनुपर्ने अधिकारीले बताउनुभयो ।

आमाबुबाको कर, दवाव वा आफ्नो स्वेच्छाले अहिले सानो उमेरमै किशोर किशोरीहरुले विवाह गरेर आमाबुबा बन्न पुगेका छन् । हेटौंडा अस्पतालमा अहिले पनि पहिलेजस्तै किशोरीहरु गर्भवती भई आउने गरेको अस्पतालका स्त्री तथा प्रसुतिरोग विशेषज्ञ डा. राघवेन्द्र ठाकुरले जानकारी दिनुभयो । हेटौंडा अस्पतालमा धेरै गाउँतिरबाट किशोरीहरु गर्भवती भएर आउने गरेको र विभिन्न जिल्लाबाट समेत किशोरीहरु रिफर भई आउने गरेको डा. ठाकुरले बताउनुभयो ।

किशोरीले बच्चा जन्माउँदा जटिलटा हुने, किशोरीको उच्च दबाव हुने, बच्चाको तौल सामान्य भन्दा कम हुने, बच्चा सानो हुने, बच्चा अट्किने समस्या देखा पर्दछ । साथै, पछि गएर आमा तथा शिशुमा ठूलो समस्या आउने डा. ठाकुरले बताउनुभयो ।

बाघ खोज्दै जाँदा शव भेटियो

समाज संवाददाता

हेटौँडाः चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज र पर्सा राष्ट्रिय निकुञ्जको मध्यवर्ती क्षेत्रमा नरभक्षी बाघ खोज्दै गएको नेपाली सेना र निकुञ्जका अधिकारीले एउटा शव भेटेको छ । शुक्रबार बिहान १० बजेर १५ मिनेटको समयमा मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिका-६ राप्तीखोला र लोथरखोलाको दोभानमा चितवन जिल्लाको राप्ती नगरपालिका-१, दुबीचौरका ४३ वर्षीय हरिप्रसाद पौडेललाई बाघले आक्रमण गरेको थियो । बाघको आक्रमणबाट पौडेलको मृत्यु भएको थियो ।

पौडेललाई आक्रमण गर्ने नरभक्षी बाघ खोज्दै जाने क्रममा आइतबार साँझ ५ बजेको समयमा मनहरी गाउँपालिका-६ राप्तीखोला र लोथरखोलाको दोभानमै एकजना पुरुषको शव बरामद भएको मकवानपुर प्रहरीले जनाएको छ । कम्मर भन्दा माथिको भागमा अस्थीपञ्जर मात्रै भएकोले बाघकै आक्रमणबाट मृत्यु भएको हुन सक्ने मकवानपुरका प्रहरी प्रवक्ता प्रहरी नायव उपरीक्षक लक्ष्मी भण्डारीले जानकारी दिनुभएको छ । शवको पहिचान हुन सकेको छैन । सेना र चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज अन्तर्गत सुनाचुरी रेञ्ज पोष्टबाट ४ वटा हात्ती प्रयोग गरी नरभक्षी बाघको खोजी गर्ने क्रममा शव भेटिएको हो ।

७१ सहसचिवको सरुवा

काठमाडौंः सरकारले एकैपटक ७१ जना सहसचिवहरूको सरुवा गरेको छ । मन्त्रिपरिषदको ७ मंसिरमा बसेको बैठकको निर्णयअनुसार ७१ जना सहसचिवहरुको सरुवा भएको हो ।

सरकारले करिब एकैपटक संघ, प्रदेश र स्थानीय तहमा ठूलो संख्यामा सहसचिव हेरफेर गरेको छ । प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषदको कार्यालय, गृह, रक्षा, अर्थ, संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन, शिक्षा विज्ञान तथा प्रविधि, उद्योग वाणिज्य तथा आपूर्ति, श्रम रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षा, भूमि व्यवस्था तथा सहकारी, शहरी विकास लगायतका मन्त्रालयहरूमा नयाँ सहसचिवहरुलाई ल्याइएको छ ।

विभिन्न प्रदेशका मुख्यमन्त्री कार्यालय र मन्त्रालयहरुमा पनि नयाँ सहसचिवहरु पठाइएको छ । वीरगञ्ज महानगरपालिकामा मातृका भट्टराई नयाँ प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतका रुपमा सरुवा भएका छन् । एक महिनाअघि नै संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासान मन्त्रालयले ५५ जना सचिवको सरुवाको प्रस्ताव मन्त्रिपरिषदमा लगेको थियो । तर, मन्त्रीहरुबीचको मतभेद र कर्मचारीहरुको स्वार्थका कारण सरुवाको सूचीलाई अन्तिम रुप दिन सरकारलाई सरकारलाई सकस परेको थियो । यसपटक संघीय मामिला मन्त्रालयले प्रदेशमा बढी समय बिताइएकाहरुलाई संघमा ल्याउन र संघमा धेरै सयम काम गरेकालाई प्रदेशमा पठाउनुपर्ने अडान लिँदा निर्णय गर्न ढिलाइ भएको थियो ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

सामुदायिक रेडियो, रेडियो निकास ९३.४ मेगाहर्ज सुनौं र सुनाऔं

लागुऔषध गाँजासहित युवती पक्राउ

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुर प्रहरीले लागुऔषध गाँजासहित एक युवतीलाई पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेमा चितवनको रत्ननगर नगरपालिका-३, लौरीचोक बस्ने २० वर्षीया सरिता लामा रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जानकारी दिएको छ ।

आइतबार बिहान ४ बजेर ५० मिनेटको समयमा हेटौंडा-१०, बसपार्क क्षेत्रमा खटिएको प्रहरीको गस्ती टोलीले धनगढीबाट काँकडभिट्टातर्फ जान लागेको प्रदेश १-०१-००१ ख ३४११ नम्बरको यात्रुबाहक बसको सुरक्षाजाँच गर्ने क्रममा बसमा सवार सरिताको साथबाट लागुऔषध गाँजा फेला परेको थियो । सरिताको साथमा रहेको जेब्रा झोला भित्रबाट प्रहरीले ६ किलो गाँजा बरामद गरेको जनाएको छ । गाँजासहित सरितालाई नियन्त्रणमा लिई अनुसन्धान कार्य भइरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

पछिल्लो समय लागुऔषध ओसार पसारमा महिला र बालबालिकाको सहभागिता बढ्दै गएको छ । आर्थिक आभावको कारण र छोटो समयमा धेरै आम्दानीको उद्देश्यले मानिसहरु लागुऔषधमा ओसारपसारमा संलग्न भएको पाइएको छ । मकवानपुरमा विभिन्न राजमार्ग पर्ने भएकाले तस्कर मकवानपुर भएर आवातजावत गरेको अवस्तामा प्रहरीले पक्राउ गर्ने गरेको छ । मकवानपुर प्रहरीले हरेक दिनजस्तो लागुऔषधसहित मानिसलाई पक्राउ गरिरहेको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरको हिरासत कक्षमा ४० जना भन्दा धेरै मानिस लागुऔषधको मुद्दामा थुनामा छन् ।

९१ जनाको आँखाको मोतिविन्दुको शल्यक्रिया

हेटौँडा सामुदायिक आँखा अस्पतालमा मोतिविन्दुको शल्यक्रियापछि आँखाको पट्टी खोल्ने क्रममा आँखा अस्पतालका चिकित्सकको साथमा भीमफेदी गाउँपालिकाका अध्यक्ष हिदम लामा ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालले ९१ जनाको निःशुल्क आँखा शल्यक्रिया गरेको छ । आइतबार अस्पतालले भीमफेदी, रौतहट र बारामा पहिचान भएका मोतिविन्दु बिरामीको शल्यक्रिया गरेको हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालका व्यवस्थापक सुधीर श्रेष्ठले जानकारी दिनुभयो ।

मंसिर ८ र ९ मा भएको निःशुल्क आँखा शिविरमा पहिचान भएका बिरामीको शनिबार निःशुल्क शल्यक्रिया भएको थियो । मोतिविन्दु पहिचान भएका थप ९१ जनाको अस्पतालले आइतबार शल्यक्रिया गरेको श्रेष्ठले बताउनुभयो ।

शनिवार आँखा अस्पतालले १ सय २२ जनाको शल्यक्रिया सम्पन्न गरेको थियो । हेटौंडा सामुदायिक आँखा अस्पतालले मंसिर र पुस महिनामा विभिन्न जिल्लाहरुमा निःशुल्क आँखा शिविर गर्ने भएको छ । आगामी शुक्रबार र शनिबार अस्पतालले बागमती गाउँपालिकामा शिविर गर्ने भएको छ ।

आँखा अस्पतालको तालिकाअनुसार मंसिर र पुस महिनामा बारा, पर्सा, रौतहट, सर्लाहीलगायत जिल्लाहरुमा निःशुल्क शिविर गर्ने भएको व्यवस्थापक श्रेष्ठले बताउनुभयो ।

श्रेष्ठका अनुसार मोतिविन्दुको बिरामीको चाप बढेको छ भने मोतिविन्दुको शल्यक्रिया गर्न जनचेतना जगाउन आवश्यक रहेको छ ।

सम्पादकीय

प्रदेश सरकारको औचित्य

केन्द्रीकृत शासन व्यवस्थामा मुलुकको सबैतिर समानुपातिक विकास हुन नसकेको भन्दै ल्याइएको संघीय शासन व्यवस्थाले पनि विकासको क्रमलाई खासै गति दिन सकेको छैन । संघीयता कार्यान्वयनसँगै नयाँ प्रयोगको रुपमा ल्याइएको प्रदेश संरचनाको आवश्यकता र औचित्य अझै पुष्टि हुन सकेको छैन । प्रदेश संरचना कार्यान्वयनमा आएको करिब ६ वर्ष भइसक्दा पनि प्रदेश सरकार प्रभावहीन बनिरहेको छ । बागमती प्रदेशको उद्योग, वाणिज्य, भूमि प्रशासनमन्त्री रामकृष्ण चित्रकारले शनिबार प्रदेश सरकारसँग पर्याप्त कानुन नभएको बताउनुले यसलाई पुष्टि गरेको छ । मुलुकका ७ वटा प्रदेशमध्ये बागमती प्रदेशले मात्र आन्तरिक आम्दानीबाट प्रदेशको सामान्य खर्च धान्ने अवस्था छ । ६ वटा प्रदेशले प्रदेशको प्रशासनिक खर्चको ठूलो हिस्सा संघीय सरकारबाट आउने अनुदानबाट पूरा गर्नुपर्ने अवस्थामा प्रदेशको आवश्यकता र औचित्यमाथि व्यापक बहस गर्नुपर्ने र प्रदेश संरचनाको निरन्तरताबारे सोच्नुपर्ने देखिएको छ ।

शनिबार नवौं उद्योग दिवसको अवसरमा बागमती प्रदेशको उद्योग, वाणिज्य तथा उपभोक्ता हित संरक्षण निर्देशनालय र घरेलु तथा साना उद्योग कार्यालय हेटौंडाको आयोजनामा उद्योग, व्यवसाय सञ्चालन नीतिगत जटिलता र समस्या समाधान विषयक अन्तरक्रिया कार्यक्रम भएको थियो । उक्त अन्तरक्रियालाई सम्बोधन गर्दै मन्त्री चित्रकारले देशको शासन व्यवस्था संघीयताअनुरुप गएको भए पनि ३ तहको सरकारमा अधिकार बाँडफाँड नभएकाले प्रदेश सरकारसँग पर्याप्त कानुन नभएको बताउनुभएको हो । प्रदेशसभा र प्रदेश सरकारले पहिलो ५ वर्षे कार्यकाल पूरा गरी दोस्रो कार्यकाल सुरु भएको पनि करिब एक वर्ष भइसक्दा प्रदेश सरकार सञ्चालनका लागि आवश्यक कानुन बनाउन नसक्नुले प्रदेश सरकारको कार्यशैली प्रष्ट हुन्छ । संघीय राजधानी भएको र आन्तरिक आम्दानीमा अन्य प्रदेशभन्दा बलियो देखिएको बागमती प्रदेश सरकारको यस्तो अवस्था छ भने अन्य ६ वटा प्रदेशको अवस्था के होला ? सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ ।

प्राप्त भएको अधिकार क्षेत्रभित्र रहेर प्रदेश सरकारसँग भएको साधन स्रोतको उच्चतम प्रयोग गर्दै प्रभावकारी कार्य गर्न नसक्दा प्रदेश सरकार निरिह देखिँदै आएको छ । संघीय सरकारले जति अधिकार प्रदेशसँग हुँदैन । प्रदेश सरकारले पाएको अधिकारबाटै नागरिकले महसुस गर्नेगरी प्रभावकारी काम गर्न सक्छ । तर, प्रदेश सरकार दीर्घकालीन र स्पष्ट नीति, कार्यक्रम र योजना बनाएर सञ्चालन हुनै सकेको छैन । प्रदेश सरकारले बनाएका कानुनहरु बारम्बार संशोधन भइरहेका छन् । विगतमा प्रदेश सरकारले ल्याएका कतिपय राम्रा नीति तथा कार्यक्रमले निरन्तरता पाउन सकेको छैन । प्रदेशका अधिकांश कार्यक्रममा संघीय सरकार र स्थानीय सरकारका कार्यक्रमसँग दोहोरोपन पाइन्छ । यसले प्रदेशको बजेट दुरुपयोगको सम्भावना बढेको छ । प्रदेश सरकारले दीर्घकालीन महत्वका योजना कार्यान्वयन गर्नुको साटो कार्यकर्तालाई खुशी पार्ने किसिमका खुद्रा योजनालाई प्राथमिकता दिइरहेको छ । यसले प्रदेशले गरेको लगानीको उचित प्रतिफल देखिएको छैन ।

सुरुवातदेखि नै बागमती प्रदेश सरकार सुस्त देखिएको छ । प्रदेश सरकार गठन भएको करिब २ वर्ष प्रदेशको नाम र स्थायी राजधानी तोक्नै लाग्यो । प्रदेशको नाम र राजधानी तोकिएपछि सरकारले केही गति लेलाजस्तो अवस्थामा सरकारको नेतृत्व परिवर्तन भयो । नेतृत्व परिवर्तनसँगै नीति तथा कार्यक्रम पनि परिवर्तन हुने परिपाटीले प्रदेश सरकार अछुतो रहेन । स्थायी राजधानी कायम भएको करिब ४ वर्षसम्म प्रदेश सरकारले प्रदेशको मन्त्रालय तथा कार्यालयका लागि कुनै भौतिक संरचना निर्माण गर्न सकेको छैन । अझै पनि प्रदेशका सबैजसो मन्त्रालय तथा कार्यालय अन्य कार्यालयका लागि बनाइएका भवन तथा भाडाका घरमा रहेका छन् । देशको लागि नयाँ संरचना भएकाले प्रदेशले बिस्तारै प्रभावकारी काम गर्दै जाला भनेर समय गुजार्दै जाने हो भने प्रदेश संरचनाप्रति नकारात्मक धारणा अझ बढ्न सक्छ । प्रदेश संरचनाप्रति नकारात्मक धारणा बढ्नु भनेको प्रदेश सरकारको औचित्यमाथि प्रश्न उठ्नुका साथै संघीयताप्रति वितृष्णा बढ्नसक्छ । प्रदेश सरकारले अरुलाई दोष दिनुको साटो स्पष्ट र दीर्घकालीन नीति बनाएर आफ्नो गति बढाएर प्रभावकारी काम गर्नु उचित हुनेछ ।

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	

तपाईंको राशिफल

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

मेष : धार्मिक काममा सरिक भइने समय योग रहेको छ ।
वृष : व्यापार–व्यवसायका कामहरु मध्यमकारक छन् ।
मिथुन : धार्मिक र परोपकारजन्य काममा सरिक भइने छ ।
कर्कट : कर्म प्रतिको निष्ठा बढ्ने समय योग छ ।
सिंह : विद्यार्थीका लागि हानिकारक समय योग छ ।
कन्या : ठूलाको सल्लाहले काममा पूर्णता प्राप्त होला ।
तुला : राजनीति र कार्यक्षेत्रमा समय व्यतित होला ।
वृश्चिक : बोलीमा मिठास र व्यवहारमा नम्रता राख्दा राम्रो ।
धनु : नोकरीमा सचेतता अपनाउँदा राम्रो रहला ।
मकर : रचनात्मक र सीपमूलक काममा सरिक भइएला ।
कुम्भ : ठूलाको बचन शिरोधार्य गर्दा राम्रो रहला ।
मीन : हाँके ताकेका कामहरु बन्ने समय छ ।

महिला हिंसा विरुद्धको अभियान र नेपाल

✍अमर अधिकारी

“लैङ्गिक हिंसा अन्त्यको सुनिश्चितताः महिला र बालबालिकामा लगानीको ऐक्यवद्धता” भन्ने राष्ट्रिय नारासहित २५ नोभेम्बरदेखि डिसेम्बर १० सम्म तदनुसार २०८० मंसिर ९ गतेदेखि २४ गतेसम्म नेपालले पनि अन्य देश जस्तै लैंगिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान मनाइरहेको छ । यस वर्षको अन्तर्राष्ट्रिय नारा ग्लष्तभस्क्लखभकत तय एचभखभलत ख्ष्यभिलअभ बनबष्लकत धफभल बलम नष्चकि रहेको छ । विश्वमा एक करोड महिला विभिन्न खालका हिंसाबाट पीडित हुने गरेका तथ्यांकले देखाउने गरेका छन् । विश्व तथ्यांक अनुसार हरेक तीन महिला मध्ये एकजना महिला कुनै न कुनै हिंसामा पर्ने गरेका छन् ।

महिला हिंसा विरुद्धको दिवसको शुरुवातः

विश्वमा आजभन्दा झण्डै ६० वर्ष पहिले ल्याटिन अमेरिकाको डोमेनिकन गणराज्यका मिरावल परिवारका तीन जना दिदी-बहिनी (पेट्रिना, मिनर्वो र मारिया) को तत्कालिन निरंकुश तानाशाही सरकारले निर्मम हत्या गरेको विरोधमा त्यहाँका जनताले नोभेम्वर २५ को दिनलाई लैंगिक आधारमा महिलाविरुद्ध गरिएको राजनीतिक हिंसाको विरोध गर्ने दिवसकोरुपमा मनाउन थालेका हुन् । पछि त्यसलाई सन् १९९९ डिसेम्बर १७ मा संयुक्त राष्ट्रसंघको महासभाले २५ नोभेम्बरलाई अन्तर्राष्ट्रिय महिला हिंसाविरुद्धको दिवसका रुपमा मनाउने प्रस्ताव सर्वसम्मतिले पारित गरेको हो । त्यस बेलादेखि हरेक वर्षको २५ नोभेम्बरलाई विश्वभर महिला हिंसाविरुद्धको दिवसका रुपमा मनाउने गरिन्छ ।

सेतो रिवन अभियानः

सेतो रिवन अभियान पुरुष वर्गबाट महिला एवम् बालिकाहरुप्रति हुने हिंसाको विरुद्धमा पुरुष र विशेषगरी युवाहरुद्वारा आफ्नो व्यक्तिगतरुपमा वा संस्थागतरुपमा गरिने प्रतिवद्धताको अभियान हो । यसको शुरुवात महिला तथा बालिकाविरुद्ध भइरहेको हिंसाको बारेमा बोल्ने जिम्मेवारी पुरुष वर्गले लिनुपर्दछ भन्ने विचारबाट सन् १९९१ मा क्यानडाका केही पुरुषहरुबाट शुरु भएको थियो । क्यानडाका युवाहरुले महिलामाथि हुने हिंसाको विरुद्धको अभियानमा टाउकामा सेतो रिवन लगाएर आ-आफ्नो प्रतिवद्धता जाहेर गरेका थिए । त्यसबाट शुरु भएको यस अभियान लाखौं पुरुषहरुले सेतो रिवन लगाएर आ-आफ्नो प्रतिवद्धता दर्शाएका थिए ।

हरेक वर्ष प्रायःजसो देशहरुले नोभेम्बर २५ देखि डिसेम्बर १० सम्म लैगिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान मनाउने गरिन्छ । नेपालमा पनि सन् २००६ देखि यो अभियान मनाउँदै आएको पाइन्छ । यस वर्ष पनि नेपाल सरकार तथा गैरसरकारी संघ संस्थाहरुले मंसिर ९ गतेदेखि २४ गतेसम्म लैगिक हिंसा विरुद्धको १६ दिने अभियान अन्तर्गत विभिन्न कार्यक्रमहरु गरेर मनाइने छन् ।

महिलामाथि हुने हिंसा

महिलालाई अपमान गर्ने, महिलाको शरीरको अखण्डता तथा स्वतन्त्रसँग हिँडडुल गर्न पाउने अधिकारलाई व्यक्तिगत तथा सामाजिक दमन गरी खण्डन गर्ने, मानसिक तथा शारीरिक चोट पुर्‍याउनेजस्ता सम्पूर्ण कार्यहरूलाई महिलामाथि हुने हिंसा भनिन्छ । फराकिलो दृष्टिले हेर्दा व्यक्तिगत वा सामाजिक दबावका कारण गरिने त्यस्ता सम्पूर्ण किसिमका व्यवहारहरु जसले महिलाको शरीर, भौतिक आवश्यकता वा स्वतन्त्रसँग हिँडडुल गर्न पाउने अधिकारलाई खण्डित गर्दछ भने त्यो महिलामाथि हुने हिंसा हो । महिलामाथि हुने हिंसा पुरुषद्वारा महिलालाई गरिने शोषण, महिला र पुरुषको बीचमा रहेको असन्तुलित शक्ति सम्बन्ध र समाजमा दह्रो गरी जरो गाडेर बसेको विभेदपूर्ण व्यवस्थाको परिणाम हो । यो मानवअधिकार हननको परिणाम तथा कारण दुवै हो ।

महिला हिंसा र नेपाल

राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को तथ्यांक अनुसार नेपालको कूल जनसंख्या २,९१,९२,४८० रहेकोमा महिलाको जनसंख्या १,४९,०१,१६९ अर्थात ५१.०४ प्रतिशत रहेको छ । तर पनि सबै क्षेत्रबाट महिलाहरु उपेक्षित हुँदै आइरहेको छ । त्यसमाथि पनि महिला हिंसाको अवस्था नेपालमा भयावहरुपमा देखिन्छ । प्रत्येक वर्ष महिला हिंसाको विरुद्ध दिवसलाई महिला अधिकारकर्मीले भव्यरुपमा मनाए पनि र सरकारले विभिन्न प्रतिवद्धता जाहेर गरे पनि महिलाका अवस्था केही कम भए पनि पूर्णरुपमा अझै हट्न सकेका छैनन् । बोक्सी, दाइजो, यौनशोषण, बेचबिखन आदिका कारण महिलामाथि चरम हिंसा हुने गरेका छन् । शारीरिक, मानसिक, आर्थिक, राजनीतिक लगायत अन्य महिला हिंसाका अनेकनरुप छन् ।

हिंसाका स्वरूपहरू

मानसिक हिंसाः महिला तथा बालबालिकाहरुलाई भेदभाव गर्ने, गाली गलौज गर्ने, अपशब्द बोल्ने, धम्क्याउने, अरुका अगाडि होच्याउने, हेला तिरस्कार गर्ने, इच्छा विपरित काम गर्न दवाव दिने, उपेक्षा दुर्व्यवहार गर्ने जस्ता कामहरु मानसिक हिंसा हुन्छ ।

शारीरिक हिंसाः कुटपिट, जबरजस्ती गर्भपतन गर्न लगाउनु, महिला तथा बालबालिकालाई कामको बोझ थपेर दुःख दिनु जस्ता व्यवहारहरुका साथै महिला तथा बालबालिकाको शरीरलाई लक्षित गरी पीडा पुर्‍याउने सबै प्रकारका व्यवहारहरु शारीरिक हिंसा हुन् ।

यौनजन्य हिंसाः महिलाहरुको इच्छा विपरित तथा बालबालिकाको मञ्जुरी लिई वा नलिई जवरजस्ती करणी गर्ने, यौन अंगहरु तथा संवेदनशील अंगहरुमा छुने, सुम्सुम्याउने, अश्लील चित्र, दृश्य वा फिल्महरु देखाउने जस्ता कार्यहरु यौनिक हिंसा भित्र पर्दछन् यस भित्र बलात्कार, बैवाहिक बलात्कार, यौन दुर्व्यवहार, यौन दुराचार, यौन शोषण गर्ने जस्ता हिंसाहरु पर्दछन् ।

सामाजिक तथा साँस्कृतिक हिंसाः विभेदपूर्ण सामाजिक मूल्य, मान्यताबाट निर्देशित भई परम्परा तथा संस्कृतिका आडमा महिला तथा बालबालिकामाथि समाजकै व्यक्तिहरुबाट हुने हिंसा सामाजिक हिंसा हो । झुमा, देउकी, वादी, बोक्सीको आरोपमा गरिने दुर्व्यवहार, बैदेशिक रोजगारीमा गएका पुरुषका श्रीमतीहरुलाई लान्छना लगाउनु, कुमारी जस्ता संस्कृतिलाई आधार बनाई गरिने हिंसा, छाउपडी, बालविवाह, बहुविवाह जस्ता धर्म र संस्कृतिको आडमा गरिने अपराधका साथै सुत्केरी, रजस्वाला जस्ता महिलाको शारीरिक क्रियासँग सम्बन्धित अवस्थाहरुमा गरिने छुवाछुत, भेदभाव जस्ता सम्पूण व्यवहारहरु साँस्कृतिक हिंसा अन्तर्गत पर्दछन् ।

सन् २०२१ मा विभिन्न घटनामा ३ हजार ४ सय १७ जना महिला पीडित भएको इन्सेकले मानव अधिकार वर्ष पुस्तक, २०२२ मा उल्लेख गरेको छ । इन्सेकको प्रतिवेदन अनुसार सन् २०२१ मा १७६ जना महिलाको हत्या भएको, ४० जना कुटपीटमा परेका थिए । महिलामाथि हुने हिंसाले महिलाको बाँच्न पाउने अधिकार, स्वतन्त्र र सुरक्षितरुपमा जीवनयापन गर्न पाउने अधिकार, स्वस्थ वातावरणको अधिकार जस्ता आधारभूत मानव अधिकारको हनन् भएका छन् ।

महिला विरुद्धको हिंसा रोकथामका लागि भएका राष्ट्रिय प्रयासहरूः

नेपालको संविधान २०७२ को धारा १८ र ३८ ले क्रमशः समानताको हक र महिलाको हकलाई मौलिक हकमा समावेश गरेको छ । प्रत्येक महिलालाई लैगिक भेदभाव बिना समान वंशीय हक, प्रत्येक महिलालाई सुक्षित मातृत्व, प्रजनन् स्वास्थ्य सम्बन्धी हक, महिला विरुद्ध धार्मिक, सामाजिक, साँस्कृतिक परम्परा, प्रचलन वा अन्य कुनै आधारमा शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य, मनोवैज्ञानिक वा अन्य कुनै किसिमको हिंसाजन्य कार्य वा शोषण गरिने छैन त्यस्तो कार्य कानुन बमोजिम दण्डनीय हुनेछ र पीडितलाई कानुन बमोजिम क्षतिपूर्ति पाउने हक हुनेछ जस्ता महिलाको हकमा व्यवस्था गरिएको छ ।

मुलुकी देवानी संहिता, २०७४ तथा मुलुकी फौजदारी कार्यविधि (संहिता) ऐन, २०७४ मा भएका महिला अधिकार सम्बन्धी व्यवस्थाहरु, मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार नियन्त्रण ऐन २०६४ तथा नियमावली, घरेलु हिंसा (नियन्त्रण र रोकथाम) ऐन २०६६ तथा नियमावली महिला विरुद्ध हिंसा रोकथामका लागि ल्याइएका उदाहरणीय कार्य हुन् । राष्ट्रिय महिला आयोगको गठन, अलग्गै महिला मन्त्रालय लगायतका संगठनात्मक कार्यहरुका अतिरिक्त कानून, नीति निर्माणहरुमा पनि सकारात्मक कदम चालेको पाइन्छ ।

घरेलु हिंसा (कसुर र सजाय) ऐन, २०६६, बोक्सीको आरोप (कसुर र सजाय) ऐन, २०७२, मानव बेचबिखन तथा ओसारपसार (नियन्त्रण) ऐन, २०६४ मा पनि विभिन्न महिला हक अधिकार सम्बन्धी व्यवस्था छ ।

महिला हिंसा रोकथामका लागि हाम्रो भूमिका के ?

पहिलो त सबै पुरुषप्रधान समाजको विकृतिबाट मुक्त हुनु पर्दछ । घर परिवार भित्र हुने हिंसा र दुर्व्यहारलाई बुझ्ने र रोक्ने प्रयास गर्ने, हिंसाबाट पीडितलाई परामर्श वा अन्य प्रकारको सहयोग गर्ने, आफूहरुले कहिल्यै कसैलाई दुर्व्यवहार नगर्ने प्रण गर्ने, हिंसा गर्ने व्यक्तिलाई सजाय गराउने, महिलाहरु पुरुषको अधिनमा रहनु पर्छ भन्ने सामाजिक मान्यतालाई परिवर्तन गराउन प्रंयास गर्ने जस्ता सामुहिक भूमिकाहरु निर्वाह गर्न सकिन्छ ।

त्यसैगरी हिंसा गर्नु पुरुषको जन्मजात गुण होइन यो त उसले अरुबाट सिकेको कुरा हो भन्ने कुरालाई आत्मसात गरेर, महिलाहरुको कुरालाई पनि सुन्ने र सम्झने प्रयास गरेर, महिलाहरुलाई घर परिवार भित्र, काम गर्ने ठाउँ र सार्वजनिक ठाउँहरुमा सुरक्षा दिने वातावरण तयार गरेर, अरु पुरुषहरुलाई पनि पुरुषत्व भनेको अरुलाई नियन्त्रण गर्ने शक्ति मात्र होइन मिलेर कार्य गर्ने हो भन्ने भावनाको विकास गराउन सकिन्छ । मादक पदार्थको सेवनबाट टाढा रहने, आवश्यक सरसल्लाह र परामर्शबाट घरेलु कार्य गर्ने, योग ध्यान र स्वस्थ जीवनयापनलाई जीवनको अभिन्न अङ्ग बनाउने यसले गर्दा सकारात्मकता, मानवीयता, सहयोगी र असल आचरणको विकासमा टेवा पुग्दछ । जसबाट खराब कार्यहरुबाट जोगिन सकिन्छ ।

राज्यले राज्यका सबै निकायहरूमा महिलाको समानुपातिक सहभागिता सुनिश्चित गरिने प्रयासलाई कार्यान्वयन तहमा सवल बनाउन आवश्यक छ । सबै नागरिक, राजनैतिक दलको प्रतिवद्धता बोली र व्यवहार दुबैमा लागू हुनु आवश्यक छ । हिंसारहित समाजलाई आवश्यक पर्ने सहयोगी संयन्त्रहरूको विस्तार गर्नुपर्दछ । यसरी तयार गरिएका संयन्त्रहरुमा महिलाको सहज पहुँच सुनिश्चित गरिनु पर्दछ । नीति, कार्यक्रम निर्माण र कार्यान्वयन तहमा पनि महिलाहरुको पहुँच बढाउनु पर्ने देखिन्छ । सबै क्षेत्रमा महिलामैत्री वातावरण तयार गर्न सबै पक्षको भूमिका महत्वपूर्ण रहेको छ ।

कलेजो प्रत्यारोपणपछि ध्यान दिनुपर्ने कुरा

कलेजोले शरीरमा रहेको विषाक्त पदार्थलाई फिल्टर गर्ने काम गर्छ । साथै, यसले रगतमा चिनीको मात्रालाई सन्तुलनमा राख्ने काम पनि गर्छ । कलेजो एकदमै संवेदनशील अंग हो, जुन मदिरा तथा सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन जस्ता खराब बानीका कारणले क्षति पुग्न सक्छ । साथै अन्य विभिन्न कारणले पनि कलेजोका समस्या उत्पन्न हुन सक्छन् ।

जब कलेजो आफ्नो सामान्य कार्यहरू गर्न नसक्ने हदसम्म क्षतिग्रस्त हुन्छ र असफल हुने सम्भावना हुन्छ भने कलेजो प्रत्यारोपण गर्नुपर्ने हुन्छ । कलेजो प्रत्यारोपण एउटा शल्यक्रिया हो, जसमा रोगी वा क्षतिग्रस्त कलेजोलाई शरीरबाट निकालेर त्यसको स्थानमा स्वस्थ कलेजो प्रत्यारोपण गरिन्छ ।

कलेजो प्रत्यारोपण

कलेजो प्रत्यारोपण एउटा जटिल शल्यक्रिया हो । जाँडरक्सीको कारणले कलेजो (अल्कोहोलिक सिरोसिस) बिग्रेको व्यक्तिलाई, लामो समयसम्म सक्रिय संक्रमण (हेपाटाइटिस बी र सी) भएको व्यक्तिलाई, जन्मजात कलेजोको समस्या भएको व्यक्तिलाई, एक्युट लिभर अर्थात् अचानक कुनै कारण कलेजो फेल भएको व्यक्तिलाई र कलेजोको क्यान्सर भएको व्यक्तिलाई कलेजो प्रत्यारोपण गरिन्छ ।

कस्ता व्यक्ति डोनर हुन सक्छन् ?

कलेजो दाता ५० वर्ष भन्दा कम उमेरको भए राम्रो हुन्छ । दातालाई कलेजोको कुनै पनि समस्या हुनु हुँदैन, पूर्ण रूपमा स्वस्थ हुनुपर्छ । कुनै पनि दीर्घरोग हुनु भएन साथै पूर्ण रूपमा स्वस्थ व्यक्ति दाता हुन सक्छन् ।

त्यस्तै अत्यधिक मादक पदार्थ, लागूपदार्थ सेवन नगर्ने र मानसिक रूपमा स्वस्थ व्यक्तिको मात्रै कलेजो प्रत्यारोपणका लागि लिइन्छ ।

प्रत्यारोपणपछि बिरामी निको हुन कति समय लाग्छ ?

कलेजो प्रत्यारोपणपछि बिरामी निको हुने विभिन्न चरण हुन्छ । प्रत्यारोपणपछि बिरामी सातदेखि १४ दिनसम्म अस्पतालमा बस्नुपर्ने हुन्छ । त्यसपछि बिरामीको अवस्था हेरेर डिस्चार्ज गर्न सकिन्छ । डिस्चार्जपछि हप्तैपिछे फलोअपको लागि अस्पताल जानुपर्ने हुन्छ ।

प्रत्यारोपण गरेको दुई हप्ताबाट नै

....बाँकी पृष्ठ ३ मा

प्रहरीको योगाभ्यासः बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौँडामा योगाभ्यास गर्दै प्रहरी कर्मचारी । डा. योगी विकासानन्दले आइतबार बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय परिसरमा योग, ध्यान तथा साधनासम्बन्धी प्रशिक्षण दिनुभएको हो ।

हेटौंडामा तरकारीको मूल्य स्थिर

समाज संवाददाता

हेटौंडा : हेटौंडा-१, राप्तीतटमा रहेको तरकारी तथा फलफूल बजारमा तरकारीको मूल्य स्थित रहेको छ। मंगलबार देखि तरकारीको मूल्य स्थिर रहेको हो ।

मौसम परिवर्तनसँगै अहिले तरकारी सबैको घरघरमा नै उत्पादन हुने गरेको, हाँडीखोला, हटिया, पदमपोखरी र नवलपुर सबैतिर सजिलै तरकारी पाइने भएकाले तरकारीको मूल्य स्थित रहेको विनिता तरकारी सप्लायर्सका जगतबहादुर लामाले बताउनुभयो। अहिले सबैतिर तरकारीको कमी नभएको र तराई क्षेत्रमा निकासी नहुने भएकाले मूल्य स्थिर रहेको लामाले बताउनुभयो। जाडो मौसमभर तरकारीको मूल्य स्थिर नै रहनसक्ने उहाँले बताउनुभयो।

आइतबार तरकारी थोक बजारमा रायोको साग प्रतिमुठा ५ देखि १० रुपैयाँमा र केराउ कोसा प्रतिकेजी ७० देखि ८० रुपैयाँमा बिक्री भएको थियो । यसअघि करिब १५ दिनअगाडि रायोको साग प्रतिमुठा ३० देखि ४० रुपैयाँ र केराउ कोसा प्रतिकेजी १२० देखि १४० रुपैयाँमा बिक्री भएको थियो ।

काउलीको थोक मूल्य प्रतिकेजी १५ देखि २० रुपैयाँ र बन्दाकोभीको थोक मूल्य प्रतिकेजी ३० देखि ३५ रुपैयाँ रहेको व्यवसायी कार्कीले बताउनुभयो । तरकारी थोक बजारमा आइतवार माछे खुर्सानी ६० रुपैयाँ, गाँजर ४० रुपैयाँ, पिँडालु ५० रुपैयाँ, मुला २५ रुपैयाँ र स्कुस ८ रुपैयाँमा बिक्री भइरहेको छ । यस्तै, प्रतिकेजी भेंडे खुर्सानी ६० रुपैयाँ, धनियाँ ५० रुपैयाँ, गोलभेंडा ३० रुपैयाँ, लौका २० रुपैयाँ, बोडी २० रुपैया, मकै बोडी ३० देखि ४० रुपैयाँ, आलु ४० रुपैयाँ र बरेला ३० रुपैयाँमा थोक बिक्री भएको छ ।

अनेम संघ मकवानपुरको अधिवेशन

समाज संवाददाता

हेटौंडाः नेकपा एमाले निकट अखिल नेपाल महिला (अनेम) संघ मकवानपुरको १४ औं अधिवेशन सुरु भएको छ। शनिबार संघकी केन्द्रीय अध्यक्ष टुका हमालले अधिवेशनको उद्घाटन गर्नुभएको हो ।

अधिवेशनलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै अध्यक्ष हमालले महिलाको अधिकार प्राप्त गर्न र पार्टीलाई बलियो बनाउन महिलाहरु संगठित भएर अघि बढ्नुपर्ने बताउनुभयो । अहिले पनि महिलाहरु विभिन्न क्षेत्रमा सहभागिता न्युन रहेकोले महिलाहरु अझ सशक्त भएर अगाडि बढ्नुपर्ने बताउनुभयो । एमालेमा विद्यादेवी भण्डारी जस्ता साहसिक महिला नेतृहरुका कारण अहिले राज्यको विभिन्न निकायहरुमा महिलाहरुले ३३ प्रतिशत सहभागिताको अवसर पाएको उहाँले बताउनुभयो । महिला र पुरुषले बराबर सहभागिता अवसर पाउने गरी आफ्नो क्षमतालाई विकास गर्दै लैजानुपर्ने पनि उहाँले बताउनुभयो। अहिले मुलुकमा गणतन्त्र र लोकतन्त्र स्थापित हुँदा महिलाहरुले पनि यो अधिकार पाइरहेको बताउनुहुँदै उहाँले अहिले यो व्यवस्था हटाउने प्रयास भइरहेको बताउनुभयो । यसका लागि महिला संगठितहरु सशक्त भएर आवज उठाउनुपर्ने उहाँले बताउनुभयो ।

यस्तै पार्टीका पोलिटव्युरो सदस्य देवी ज्ञवालीले एमालेले महिलाहरुलाई विभिन्न तहहरुमा सहभागिताको बढी अवसर दिएको बताउनुभयो । निर्वाचन र अन्य तहहरुमा महिलाको सहभागितालाई अन्य दलले भन्दा एमालेले बढी अवसर दिएको उहाँले बताउनुभयो । उहाँले मर्यादित भएर जिम्मेवारी बहन गर्न सक्ने सक्षम व्यक्तिहरु कार्यसमितिमा बसेर अन्यलाई सँगसँगै लैजान सक्नुपर्ने बताउनुभयो। अनेम संघ मकवानपुरकी अध्यक्ष सुमित्रा काफ्लेको सभाध्यक्षामा भएको अधिवेशनमा पार्टीका केन्द्रीय सदस्य जुनेली श्रेष्ठ, रामेश्वर राना र पार्टीका केन्द्रीय सल्लाहकार डोरमणि पौडेल लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

कलेजो प्रत्यारोपणपछि...

बिरामीले सामान्य हिंडडुल गर्न, आफैं खाना खान सक्छन्। तर पूर्ण रुपमा निको हुन कम्तीमा तीनदेखि पाँच महिना लाग्छ । बिरामीको रोगप्रतिरोधात्मक क्षमतामा पनि भर पर्छ ।

प्रत्यारोपण भइसकेपछि बिरामीलाई तीन-तीन महिनाको एकचोटि फलोअप गर्नुपर्छ। यदि कुनै वयस्क महिलाले कलेजो प्रत्यारोपण गरेकी छन् भने एक वर्षपछि नै उनले गर्भधारण गर्न सक्छिन् ।

प्रत्यारोपण गरेको बिरामी पूर्ण रूपमा निको भएर सामान्य जीवनयापन गरिरहेका धेरै छन् । कलेजो प्रत्यारोपण गरेकामध्ये ७५ प्रतिशत बिरामी १० वर्षभन्दामाथि सामान्य रूपमा जीवनयापन गरेका उदाहरणहरू छन् ।

ध्यान दिनुपर्ने कुरा

कलेजो प्रत्यारोपणपछि शरीरलाई नयाँ कलेजो स्वीकार गर्न केही समय लाग्छ। त्यसैले बिरामी डिस्चार्जपछि पनि चिकित्सकको सम्पर्कमा रहिरहनुपर्छ । औषधिहरू समयमा खानुपर्छ ।

प्रत्यारोपणपछि विभिन्न औषधिहरुको सेवन गरिरहँदा बिरामीको रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता कमजोर भएको हुन्छ । यस्तोमा विभिन्न संक्रामक रोगबाट बच्न सरसफाइमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ, भीडभाडमा जानु हुँदैन र मास्क लगाउनुपर्छ ।

बिरामीले जीवनशैली परिवर्तन गर्नुपर्छ। चुरोट रक्सी खाने बानी छ भने त्यसलाई पनि त्याग्नुपर्छ । खानपानमा पनि विशेष ध्यान दिनुपर्छ। पचाउन सहज अर्थात् फाइबरयुक्त खानेकुरा बढी खाने र नियमित स्वास्थ्य जाँच गराउने गर्नुपर्छ। घरमै बनेको सन्तुलित र पोषणयुक्त खानेकुरा खानुपर्छ। बाहिरको प्रशोधित र प्याकेट बन्द खानेकुरा खानु हुँदैन ।

प्रत्यारोपणपछि कलेजो स्वस्थ राख्ने उपाय

कलेजोलाई स्वस्थ राख्न तौल नियन्त्रण गर्नु आवश्यक हुन्छ। खानपानमा विशेष ध्यान दिनुपर्छ। धेरै भुटेको वा बोसोयुक्त खानेकुरा खाँदा फ्याटी लिवरको समस्या हुन सक्छ। त्यसैले सन्तुलित स्वस्थ आहार अपनाउनुपर्छ । प्रशस्त मात्रामा पानी पिउनुपर्छ । चुरोट, रक्सी र सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन नगर्ने, नियमित रुपमा योग वा व्यायाम गर्ने, कलेजोमा कुनै किसिमको समस्या देखिएमा चिकित्सकसँग सम्पर्क गर्नुपर्छ । *(स्रोत: अनलाईनखबर)*

बालजागृतिका विद्यार्थीको आवाज

बालकथा संग्रह १०३

प्राज्ना ढकाल

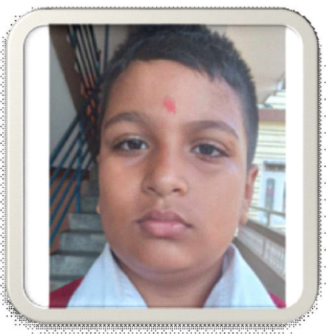
मैले दशैं, तिहारको विदामा बालकथा संग्रह १०३ पढैं। यो ज्ञानज्योति पब्लिकेशनले प्रकाशित गरेको हो । यसमा धेरै कथाहरु छन् । ति मध्ये किसान र दुष्ट सोपे, मुसा र बिरालो, बलराम र सिंह, मुर्ख भाले, भालु र दुई जना साथीहरु, बाख्रा गोठालो, साथी बिनाको काग, खरायो र कछुवा, राजा र बाँदर, कमिलो र ढुकुर, फ्याउरी र बाख्रा भन्ने कथा छ ।

यि कथाले विभिन्न सन्देश दिएका छन् । बैगुनीलाई गुन लगाउनु बेकार छ। मौका पाउने बित्तिकै बैगुनीले आफ्नो स्वभाव देखाउँछ। भनाइ र गराईमा धेरै फरक हुन्छ। भन्न सजिलो हुन्छ गर्न गाह्रो हुन्छ । हामीले सबैलाई माया गर्नु पर्छ, निर्दयी बन्नु हुँदैन । अरुले दिएको राम्रो सुझावलाई ग्रहण गर्नुपर्छ । हामीले धेरै घमण्ड गर्नु हुँदैन । आफ्नोप्रति इमान्दार र सहयोगी हुर्नुपर्छ । परेको बेला साथीलाई पनि बचाउने कोशिस गर्नुपर्छ । हामीले झुटो कुरो कहिल्यै बोल्नु हुँदैन ।

हामीले आफ्नो वास्तविक पहिचानलाई गुमाउनु हुँदैन । अरुलाई ठग्न हुँदैन । अरुको नक्कल गर्नु हुँदैन। हामीले आफ्नो प्रशंसा आफैंले कहिल्यै गर्नु हुँदैन। धमण्ड गर्नु हुदैन। मान्छेको साथी जनावर कहिल्य हुँदैन । जनावरलाई जनावरको ठाउँमा राखी हामी सधैं चलाख हुनुपर्छ । कसैलाई आँखा चिम्लेर विश्वास गर्नुहुँदैन । यस्ता यस्ता सन्देश दिएका छन् । जसमा मलाई बाख्रा गोठालो मन पऱ्यो । आपत पर्दा फेरी सहयोग गर्ने कोही हुँदैन ।

कक्षा-५

मलाई मन पर्ने पुस्तक "मुना मदन"



अनुभव अधिकारी

मलाई मनपर्ने पुस्तक "मुना मदन" हो। यसका लेखक महाकवि लक्ष्मीप्रसाद देवकोटा हुन् । मुना मदन पुस्तकको गातामा भएको चित्रमा गरीब एक मायालु जोडी देख्न सकिन्छ। पुस्तकमा मानिस ठूलो दिलले हुन्छ जातले हुँदैन भन्न खोजेको छ। पुस्तकमा धनी र गरीब जातजाति पढे-लेखेको, नपढेको र माया प्रेमको विषयमा लेखिएको छ । मलाई यो पुस्तक धेरै मन पऱ्यो ।

मलाई यो पुस्तक मनपर्नुका कारणहरू

१) मानिसहरुको जातजाति भन्दा दिल राम्रो हुन्छ भन्न खोजिएको छ ।
२) पैसा कमाउन विदेश जानुभन्दा परिवारसँग बसी दुःख-सुख गरी स्वदेशमै काम गर्न खोजेको राम्रो छ।
३) जीवनमा पढाई महत्वपूर्ण मानेको छ ।
४) आमा, श्रीमती र छोरीको भूमिका तथा धर्म राम्रोसँग निभाएको छ ।
५) एक असल छोराले आफ्नो परिवारका लागि जति पनि दुःख गर्न सक्छ भन्न खोजेको राम्रो लाग्यो ।
६) एक श्रीमतीले आफ्नो श्रीमान्को साथ ठूलो हो । पैसा, सुन ठूलो होईन भन्न खोजिएको छ ।
७) एक आमाले छोराको साथ र हेरचाह भए पैस केही होइन भन्न खोजिएको छ ।
८) धन केहि होइन । ठूलो मान्छेको आशीर्वाद ठूलो हो भन्न खोजिएको छ ।

मायाका कुराहरुले मलाई यो पुस्तक मन पऱ्यो ।

कक्षा-४

"हाम्रा चाडपर्व"

आयुश्री दाहाल

नेपाल अनेकतामा एकताको अद्भुत संगम भएको मुलुक हो। जहाँ अनेक धर्म, भाषा, जाति, सम्प्रदायका मानिसहरु एउटै मालामा विभिन्न फुल गासिएसरी रहेका छन् । यहाँका हरेक जाति, धर्म र सम्प्रदायको आ-आफ्ना साँस्कृतिक सम्पति छन् जो विभिन्न चाडपर्वका रूप लिएर हाम्रो समाजमा चलन चल्तीमा रहेका छन्। नेपालमा प्रशस्त जातजाति र उपजातिहरु छन् । त्यसैको अनुपातमा ती चाडपर्वहरु मनाइन्छन् । हाम्रो सामाजिक विभिन्नतालाई यिनै चाडपर्वहरूले एकाकार गरेको छ । यो सिलसिला वर्षभरी नै चलिरहेको हुन्छ ।

चाडपर्व भन्नाले कुनै खास दिन तथा तिथिमा विभिन्न जातजातिका तथा तिथिमा विभिन्न जातजातिका तथा समुदायका मानिसहरुले विशेष पर्वको रुपमा मान्ने र विभिन्न देवदेवीहरुको पुजाआजा गरी भोज भतेर खाई नाचगान गरी रमाइलो गर्ने दिनलाई भनिन्छ । मेला भन्नाले धेरै मानिसहरु एकै ठाउँमा जम्मा भई मनाउने जात्रा तथा उत्सवहरु हुन् । जात्रा भन्नाले साधारणतया हामी देवदेवीको रथयात्रा, खटयात्रा आदिलाई भन्दछौँ ।

त्यस्तै, परम्परा भन्नाले धरै समयअघिदेखि चलिआएको विभिन्न किसिमका रीतिथिति, प्रचलन तथा प्रथाहरु हुन् । हाम्रो चाडपर्वको उत्पत्ति स्थानीय परम्परा, व्यक्ति विशेषबाट सिर्जना गरिएको संस्कृतिबाट भएको नभई सनातनी वैदिक धर्मग्रन्थ, विभिन्न धर्मशास्त्र, पौराणिक कृत्य र आचारसंहितामा उल्लेख गरिएका कृत्य हुन् । यिनलाई मनाउने शैली र नियम वैदिक र पौराणिक काव्यहरुमा उल्लेखित गरिएको देखिन्छ भने सूर्य, चन्द्र, तिथि र बारको संयोगात्मक र वियोगात्मक मनका रुपमा हाम्रो चाडपर्वहरु रहन पुगेका पाइन्छन् । चाडपर्व मान्छे बीच मानिन्छ र प्रकृति बीच सामन्जस्य राख्ने माध्यम हो ।

अझ भन्दा सम्पूर्ण ब्रह्माण्डको कल्याण चिताउने माध्यम हो । यसमा लौकिक कार्य र धार्मिक तत्व समावेश भएको छ । यसबाट हामीले हाम्रो जीवनमा सच्चरित्र निर्माण गर्न मद्दत पाएका छौ भने आफु जन्मिएको समाजको उन्नति गर्ने हौसला पनि पाएका छौं । आपसी भाइचारा, स्नेह सम्बन्ध, सदाचरण आदि गुण अभिवृद्धि गरी ईश्वर, संस्कृतिप्रति श्रद्धाभाव जागृत गर्न यी चाडपर्वहरूको ठुलो महत्व छ ।

कक्षा ५

मेरो यात्रा

आँचल सापकोटा

म र मेरो परिवार यात्राका लागि काठमाडौंबाट जनकपुरको जानकी मन्दिरसम्म गएका थियौं। हामी २०८०/०७/०४ गते बिहान ३ बजे काठमाडौंबाट हिँडेका थियौं । हामी सबै गाडीमा बसेका थियौं र मेरो बाबाले गाडी चलाउनु भएको थियो । मलाई एकदमै निन्द्रा आइरहेको थियो। त्यसैले म त भुसुक्कै निदाई छु। मेरो निन्द्रा खुल्दा त साढे बिहानको ४ पो बजिरहको रहेछ । त्यतिबेला अँध्यारो थियो । त्यसैले केही पनि देखिएको थिएन। त्यसपछि मैले दादासँग कुरा गरेँ र भिडियो बनाएँ ।

बिहान ६ बज्दै लागेको थियो मलाई भोक लागिरहेको थियो । त्यसैले मैले स्याउ, सुन्तला र स्ट्रबेरी खाएँ। अलिकति उज्यालो पनि भइसकेको थियो । त्यसबेला मेरो केहि काम थिएन । त्यसैले मैले कागजमा चित्र कोर्न थालेँ । गाडी हल्लिरहेको थियो । तर पनि मैले कोशिस गरेँ। मलाई चित्र कोर्दा कोर्दा झ्याउ लाग्यो र म फेरी सुतेँ। एकछिन पछि फेरी म उठेर घडी हेर्दा त हामी जनकपुर पुगिसकेका रहेछौं ।

हामी गाडीबाट ओर्लियौं र मन्दिरतिर हेर्दा त ठूलो महल जस्ते पो देखियो । त्यसपछि हामीले त्यहाँबाट फुलको माला, फुल, धुप, ऐना, काईयो, सिन्दुर आदि भएको ढकिया किन्यौं । त्यसपछि हामी मन्दिर भित्र प्रवेश गऱ्यौं । त्यहाँ भित्र ठूलो पर्दा थियो । पहिला त म छक्क परेँ, त्यति ठूलो पर्दा भित्र के होला भनेर। त्यसपछि मलाई बाबाले यो पर्दा पछाडी त जानकी माताको ठूलो मूर्ति छ नि भन्नुभयो ।

त्यसपछि त्यहाँ भिड जम्मा भयो र पर्दा पनि खुल्यो। भिडले गर्दा अगाडि बढ्नलाई धेरै गाऱ्हो भयो । मेरो खुट्टामा अरूले टेकिरहेका थिए । त्यसैले मलाई दुख्यो र म रोएँ। एकछिनपछि हामीले मातालाई ढोग्यौं र पूजा गरेका फुल आफ्नो टाउकोमा लगायौं । त्यसपछि त्यहाँ रहेको हनुमानजीको सानो मन्दिरमा पनि हामीले पुजा गऱ्यौं । त्यो मन्दिरबाट बाहिर निस्कने एउटा ढोका खुल्यो। त्यहाँ सिन्दुर बेचिरहेको थिए ।

मामुले सिन्दुर किन्नु भयो र थोरै अगाडि जाँदा त्यहाँ भगवानको बिवाह मण्डप थियो । एउटा बीचमा राम र सीता माता भएको देखाइएको थियो । छेउमा चार वटा साना मन्दिर थिए । त्यहाँ गर्मी थियो। त्यसकारण जमिन तातिरहेको थियो। त्यसपछि हामीलाई भोक लाग्यो र हामीले बाहिर निस्किएर टन्न खाना खायौं। एकछिन जनकपुर सहर घुमेपछि घर फर्कियौं ।

कक्षा-५

होम कार्कीलाई अनेसास शिखर पुरस्कार

पत्रकार होम कार्की (बायाँ) । कार्कीलाई पुरस्कृत गरिने जानकारीको विज्ञप्ति (दायाँ) ।

समाज संवाददाता

हेटौँडा: पत्रकार होम कार्कीलाई अनेसास शिखर पुरस्कार–२०८० प्रदान गरिने भएको छ। कतारमा सामाजिक संस्था, गैरआवासीय नेपाली संघको स्थापना र साहित्यिक उन्नयनमा उल्लेखनीय योगदान पुर्याउनुभएका स्व. शिखर वैद्यको स्मृतिमा अन्तर्राष्ट्रिय नेपाली साहित्य समाज, कतार च्याप्टरले कार्कीलाई अनेसास शिखर पुरस्कार प्रदान गर्ने निर्णय गरेको हो ।

अन्तर्राष्ट्रिय नेपाली साहित्य समाज, कतार च्याप्टरले गठन गरेको अनेसास शिखर पुरस्कार बोर्ड अफ ट्रस्टीको शनिवार बसेको बैठकले यस वर्षको पुरस्कार कार्कीलाई प्रदान गर्ने निर्णय गरेको आइतवार एक प्रेस विज्ञप्तिमार्फत जानकारी गराएको छ । कान्तिपुर दैनिकमा आवद्ध पत्रकार कार्कीले प्रवास र स्वदेशमै रहेर नेपाली भाषा, साहित्य, पत्रकारिता र श्रमिकको पक्षमा निरन्तर कलम चलाएको उल्लेख गर्दै पुरस्कृत गर्न लागेको जनाएको छ ।

विज्ञप्तिमा अनेसास शिखर पुरस्कार राशी भने उल्लेख गरिएको छैन । खाडी क्षेत्रका श्रमिकलाई नै केन्द्रविन्दु बनाएर कार्कीले २०७७ साल चैतमा "सनैया" पुस्तक पनि प्रकाशन गर्नुभएको छ। कार्की मकवानपुर जिल्लाको हेटौंडा उपमहानगर पालिका–८ का स्थायीवासी हुनुहुन्छ । हेटौंडामा रहनुहुँदा स्थानीय दैनिक समाचार पत्रमा काम गर्नुभएका कार्की पत्रकारिता तथा आमसञ्चार विषयमा स्नात्तकोत्तर उपाधि प्राप्त हुनुहुन्छ । हाल काठमाडौंमा रहेर श्रमसम्बन्धी समाचार लेख्दै आउनुभएको छ ।

हेटौँडा च्यालेन्ज कप फुटबल

सेमीफाइनल समीकरण पूरा

समाज संवाददाता

हेटौँडा: हेटौँडामा जारी स्व. सुदर्शन घिमिरे स्मृति हेटौँडा च्यालेन्ज कप फुटवल प्रतियोगिताको सेमीफाइनल समीकरण पूरा भएको छ। हेटौँडा स्पोर्टस एफसी मुण्डियल क्लबको आयोजनामा भइरहेको प्रतियोगिताअन्तर्गत आइतवार क्वाटरफाइनल चरणको खेल सम्पन्न भएसँगै प्रतियोगिताको सेमीफाइल समीकरण पूरा भएको हो ।

आइतबार हेटौँडा–५ स्थित पिप्ले–क्याम्पा रंगशालामा भएको क्वाटर फाइनल चरणको अन्तिम खेलमा रियल स्टार क्लबले हेटौँडा फुटबल एकेडेमीलाई सडन डेथमा पराजित गर्दै सेमीफाइनलमा प्रवेश गरेको छ । निर्धारित समयमा गोलरहित बराबरीमा सकिएपछि खेल टाइब्रेकरमा पुगेको थियो । टाइब्रेकरमा पनि खेल बराबरी भएपछि खेलको नतिजा सडन डेथबाट निकलिएको थियो । म्यान अफ द म्याच रियल स्टारका गोलरक्षक आयुष गोले घोषित भए ।

आज सोमबार सेमीफाइनल खेल हुनेछ। भोलि पहिलो सेमीफाइनल खेलमा नव जनजागृति युवा क्लब सिमरा र रियल स्टार क्लब बीच प्रतिस्पर्धा हुनेछ भने दोस्रो सेमीफाइनल खेलमा अखिल नेपाल खेलकुद महासंघ बागमती गाउँपालिका र रिगल हेटौंडा रिसोर्ट एन्फा मकवानपुर बीच प्रतिसपर्धा हुनेछ । फाइनल खेल यही बुधबार हुनेछ । प्रतियोगितामा १४ वटा टिमको सहभागिता रहेको थियो । प्रतियोगिताको विजेताले एक लाख ११ हजार एक सय ११ रुपैयाँ तथा उपविजेता टिमले नगद ५५ हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछन् । प्रतियोगिताको सर्वोत्कृष्ट खेलाडीले नगद १५ हजार रुपैयाँ प्राप्त गर्नेछ ।

मकवानपुरगढी कार्यपालिका बैठक

अस्पतालको जग्गा स्वामित्वमा ल्याउने निर्णय

समाज संवाददाता

हेटौँडा: मकवानपुरगढी गाउँपालिकाको कार्यपालिका बैठकले अस्पतालको जग्गा स्वामित्वमा ल्याउने निर्णय गरेको छ । शुक्रबार बसेको कार्यपालिका बैठकले मकवानपुरगढी गाउँपालिका–६, डुम्रेकुनामा रहेको अस्पतालको जग्गा पालिकाको स्वामित्वमा ल्याउने निर्णय गरेको प्रवक्ता दिपेश दाहालले जानकारी दिनुभयो ।

यस्तै, बैठकले बालबालिका शाखाका साबित्री सापकोटालाई बालकल्याण अधिकारीको जिम्मेवारी दिने निर्णय गरेको छ। मकवानपुरगढी गाउँपालिकाले नगर प्रहरी सञ्चालन कार्यविधि २०८० स्वीकृत गरेको छ। पालिकाले एक असईको कमाण्डमा २ महिला २ पुरुष रहने गरी नगर प्रहरी राख्ने भएको छ ।

> *कार्यपालिका बैठकले वातावरणीय प्रभावको अध्ययन (टीओआर) गर्ने स्वीकृति गरेको छ ।*

पालिकाले योजना तथा सिफारिस सफ्टवेयर खरिद गर्ने निर्णय गरेको छ। पालिकाले योजना सम्झौता, अभिमुखीकरण तालिम, विभिन्न कार्यक्रमहरु वडा नम्बर १, ७ र ८ मा मंसिर १३, १४ र १५ गते वडा कार्यालयमा नै गएर योजना सम्झौता गर्ने भएको छ । कार्यपालिका बैठकले वातावरणीय प्रभावको अध्ययन (टीओआर) गर्न स्वीकृति गरेको छ ।

पालिकाले ५ नम्बर वडामा रहेको इश्वरी प्राविको पुरानो भवनमा माटो र गोबर परीक्षण केन्द्र बनाउने निर्णय गरेको छ। प्रदेश सशर्त अनुदानको गाई प्रवर्द्धन कार्यक्रमअनुरुप किसानलाई ५० प्रतिशत अनुदानमा गाई प्रदान गर्ने निर्णय गरेको छ । पालिकाको समयानुकूल महिनाको एक पटक बैठक बस्ने आएको प्रवक्ता दाहाल बताउनुहुन्छ ।

चेपाङ मृत फेला

समाज संवाददाता

हेटौँडा: मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिका–४, सल्लाघारीमा एक महिला मृत फेला परेका छन् । मृत फेला पर्नेमा सोही स्थानकी ४५ वर्षीया बुद्धिमाया चेपाङ रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जानकारी दिएको छ । शनिबार चेपाङ आफ्नै घरमा सुतेकै अवस्थामा मृत फेला परेका हुन् । चेपाङ मादक पदार्थ सेवन गरी सुतेकोमा मृत फेला परेको प्रहरीले जनाएको छ ।

दोस्रो कार्तिकेय गोल्डकपमा मकवानपुरका खेलाडी खेल्ने

समाज संवाददाता

हेटौँडा: सिरहाको कर्जन्हा नगरपालिकामा आयोजना हुने दोस्रो कार्तिकेय कुमार गोल्डकपमा मकवानपुर जिल्लाका खेलाडीहरु खेल्ने भएका छन् । कर्जन्हा नगरपालिकाको शिक्षा तथा खेलकुद शाखाको आयोजना तथा बन्दीपुर युथ क्लबको समन्वयमा हुन लागेको नकआउट गोल्डकप फुटबल प्रतियोगितामा मकवानपुर जिल्लाका खेलाडीहरु सहभागी भएका हुन् ।

मकवानपुर जिल्लाका खेलाडीहरुको प्रतिनिधित्व गर्ने, खेलाडीको हौसला बढाउने उद्देश्यले मकवानपुर जिल्ला फुटवल संघका प्रतिनिधि तथा एन्फा कोच विजयलाल श्रेष्ठ जानु हुने भएको छ । प्रतियोगितामा सहभागी हुने समयमा रिगल हेटौंडा रिसोर्टले खेलाडीहरुको खर्च व्यहोर्ने भएको छ ।

कार्तिकेय कुमार गोल्डकप प्रतियोगिता यही मंसिर १३ गतेदेखि १६ गतेसम्म हुने मकवानपुर जिल्ला फुटबल संघका महासचिव छवि सुवेदीले जानकारी दिनुभयो। प्रतियोगितामा विभिन्न जिल्लाका ८ वटा टिमहरुको सहभागिता रहेको छ ।

डस्टबीन हस्तान्तरण

समाज संवाददाता

हेटौँडा: लियो क्लब अफ मकवानपुर हेटौंडाले मकवानपुरगढी गाउँपालिका–२ स्थित ऐतिहासिक मकवानपुरगढी दरबार परिसरमा राख्नका लागि डस्टबीन हस्तान्तरण गरेको छ ।

लियो क्लबले १० वटा डस्टबीन हस्तान्तरण गरेको छ। क्लबको सामाजिक अभियान अन्तर्गत वडा अध्यक्ष बखानसिं पाखिनलाई १० वटा डस्टबीन हस्तान्तरण गरेको हो । ऐतिहासिक गढी दरबार परिसरमा गरिएको कार्यक्रममा क्लबका संस्थापक अध्यक्ष ओम प्रकाश खतिवडा, अध्यक्ष निमेष तिमल्सिनाको पनि सहभागिता रहेको थियो ।

समृद्ध समाज राष्ट्रिय दैनिक
www.samriddhasamaj.com.np

५० हजार जित्ने टिमलाई १ लाख रुपैयाँ प्रोत्साहन !

उपविजेता टोलीलाई सम्मानपछि सामूहिक तस्वीर खिचाउँदै ।

समाज संवाददाता

हेटौँडा: मकवानपुरको बकैया गाउँपालिकामा सम्पन्न अन्तरपालिका फुटवल प्रतियोगिताको उपविजेता बनेको मनहरी गाउँपालिकाको फुटवल टिमलाई मनहरी गाउँपालिकाले सम्मान गरेको छ। शनिबार बकैया गाउँपालिकाले आयोजना गरेको पहिलो सहिद स्मृति अन्तरपालिका फुटवल प्रतियोगिताको फाइनल खेलमा बागमती गाउँपालिकासँग टाइब्रेकरमा ४–३ गोलअन्तरले पराजित भई उपविजेता बनेको मनहरीले ५० हजार रुपैयाँ नगदसहित शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गरेको थियो ।

उपविजेता हुँदा ५० हजार रुपैयाँ पाएको टिमलाई प्रोत्साहनस्वरुप १ लाख रुपैयाँ दिने मनहरी गाउँपालिकाका अध्यक्ष रञ्जन कालाखेतीले घोषणा गर्नुभएको छ। गाउँपालिका अध्यक्ष कालाखेतीले आउँदो कार्यपालिका बैठकबाट प्रोत्साहन रकम अनुमोदन गरी प्रदान गरिने बताउनुभएको छ। आइतबार गाउँपालिकाको सभाहलमा अध्यक्ष रञ्जन कालाखेती, उपाध्यक्ष रेखा पुलामी, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत रमेश सुवेदी लगायतले खादा, प्रमाणपत्रसहित खेलाडिहरुलाई सम्मान गरेका छ ।

अनेरास्ववियुको प्रदेश समिति सर्वसम्मत, अध्यक्षमा बुढाथोकी

समाज संवाददाता

हेटौँडा: नेकपा एमालेको भातृ संगठन अखिल नेपाल राष्ट्रिय स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियन (अनेरास्ववियु) बागमती प्रदेश कमिटीको प्रथम अधिवेशनबाट लाल बहादुर बुढाथोकी नेतृत्वमा सर्वसम्मत रुपमा ५१ सदस्यीय कमिटी निर्वाचित भएको छ ।

प्रदेश कमिटीको उपाध्यक्षमा युवराज दाहाल, अच्युत उप्रेती र निशा पुडासैनी, सचिवमा प्रकाश कालाखेती, उपसचिवमा प्रशान्त जंग पाण्डे, पवन तामाङ र जिपछिरिङ शेर्पा चयन हुनुभएको छ। यसैगरी कोषाध्यक्षमा अमृत थापा र कार्यालय सचिवमा लक्ष्मण सिलवाल सर्वसम्मत चयन हुनुभएको हो ।

शनिबार अनेरास्ववियु बागमती प्रदेश संयोजक शालिकराम पराजुलीको सभाध्यक्षता तथा अनेरास्ववियुका केन्द्रीय अध्यक्ष समिक बडालको प्रमुख आतिथ्यमा अधिवेशन सुरु भएको थियो ।

अधिवेशनमा नेकपा एमालेका स्थायी कमिटीका सदस्य भानुभक्त ढकाल, केन्द्रीय सदस्यहरु रामेश्वर राना, जुनेली श्रेष्ठ, बागमती प्रदेशका प्रथम मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेल, मकवानपुरका जिल्ला अध्यक्ष एका लाल श्रेष्ठ र अनेरास्ववियुको केन्द्रीय सचिव प्रकाश पौडेल लगायत विद्यार्थी संगठनका कार्यकर्ताहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

पाञ्चायनको सेयर पुँजी २ करोड

समाज संवाददाता

हेटौँडा: हेटौँडा–४ स्थित पाञ्चायन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको सेयर पुँजी २ करोड रुपैयाँ पुगेको छ । शनिबार सम्पन्न साधारणसभामा प्रस्तुत आर्थिक वर्ष २०७९/८० को प्रतिवेदनअनुसार अघिल्लो आर्थिक वर्षको तुलना करिब १० लाख रुपैयाँ सेयर पुँजी वृद्धि भएको उल्लेख गरिएको छ ।

आठ सय १० जना सेयर सदस्य रहेको सहकारीले आठ करोड ८३ लाख रुपैयाँ ऋण लगानी गरेको देखिन्छ । सहकारीका अध्यक्ष प्रेमलाल श्रेष्ठको अध्यक्षता तथा सहकारीका ज्येष्ठ सदस्य एवम् सल्लाहकार मुक्तिगोविन्द वैद्यको प्रमुख आतिथ्यमा साधारणसभा भएको हो । साधारणसभामा सचिव अक्कलसिं लामा र कोषाध्यक्ष विज्ञान रिमालले पनि प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

सूचना सूचना सूचना

प्रस्तुत विषयमा यस सहकारी संस्थाको चौधौं वार्षिक साधारण सभा तथा छैटौं अधिवेशन तपशिलको मिति, समय र स्थानमा सम्पन्न हुने भएकाले सम्पूर्णमा उपस्थितिको लागि हार्दिक अनुरोध गर्दछौं ।

तपसिल :
मिति : २०८० मंसिर १६ गते शनिवार
समय : विहान १० बजे
स्थान : रोयल प्यालेस, हेटौंडा

अर्जुनप्रसाद पोखरेल
सचिव
शिक्षक हित बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

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 लगायत
सुख्खा रोटी, आलु पराठा, फ्राइ राइस, मटन मम, बिरयानी, कोन डग, सेकुवा, चिकेन क्रन्ची,
होम डेलिभरीको पनि सुविधा रहेको जानकारी गराउँदछौं ।
हेटौंडा–४ पारिजातपथ, ०५७–५२६०१३

हेटौंडा रिफरेन्स ल्याबरोटरी

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

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

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

(HRL)

खुल्ने समय: विहान ७:०० बजेदेखि बेलुका ७:०० बजेसम्म

सञ्चालनको छोटो अवधिमै हाम्रो सेवालाई विश्वास गर्दै सेवा गर्ने अवसर दिनुहुने सम्पूर्ण सेवाग्राहीप्रति आभारसहित अब प्रत्येक महिनाको दोस्रो शनिबार सुगर जाँच निशुल्क र चौथो शनिबार थाइराइड जाँचमा ५० प्रतिशत छुट हुने सहर्ष जानकारी गराउँदछौं ।

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