म.जि.प्र.का दर्ता नः
१०४/०६७/०६८

हेटौंडा, मकवानपुर

म.जि.हु.का.द.नं.
३०/०६९/०७०

बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडाबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको समाचारपत्र

समृद्ध समाज

SAMRIDDHA SAMAJ NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष:१५ अङ्क:- १७२ २०८१ वैशाख ३१ गते सोमबार 13 May 2024, Monday - पृष्ठ ४ मूल्य रू. ५/-

"सबै बालबालिकाको विद्यालयमा सहभागिता,
गुणस्तरीय शिक्षा प्राप्तिको सुनिश्चितता"

विद्यार्थी भर्ना अभियान-२०८१

विद्यालय जाने उमेरका सबै बालबालिकालाई विद्यालयमा पुऱ्याऔं । विद्यार्थी भर्नासँगै गुणस्तरीय शिक्षाको सुनिश्चिततामा सरकार गम्भीर ध्यानाकर्षण होस् ।

सुरेश श्रेष्ठ, सम्पादक
समृद्ध समाज राष्ट्रिय दैनिक
हेटौंडा-४, मकवानपुर

१३ बुँदे घोषणापत्र जारी गर्दै प्रदेश युवा सम्मेलन सम्पन्न

समाज संवाददाता

हेटौंडाः १३ बुँदे घोषणापत्र जारी गर्दै बागमती प्रदेशको दोस्रो युवा सम्मेलन-२०८१ आइतबार हेटौंडामा सम्पन्न भएको छ । प्रदेशका १३ वटै जिल्लाबाट २ सय प्रतिनिधि युवाको सहभागितामा बागमती प्रदेश युवा परिषद्को आयोजनामा सम्मेलन भएको हो ।

बागमती प्रदेशमा सबल, सक्षम र सशक्त अनि सीपयुक्त युवाहरू तयार गर्ने सोचसहितको अभियानलाई प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्ने स्पष्ट लक्ष्य तथा कार्ययोजना तय गरी परिषद्को अग्रसरतामा दोस्रो युवा सम्मेलन आयोजना गरिएको उल्लेख गर्नुहुँदै परिषद्का कार्यकारी उपाध्यक्ष सन्तोष चौलागाईले जारी घोषणापत्र मुख्यमन्त्री शालिकराम जम्कट्टेललाई बुझाउनुभएको छ । घोषणापत्र बुझ्नुहुँदै मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले युवामार्फत् समृद्ध बागमती प्रदेश निर्माण गर्ने बताउनुभयो । घोषणापत्रमा उल्लेख भएका विषयहरू प्रदेश सरकारको नीतिमा समावेश गरी आवश्यक योजना ल्याउने प्रतिबद्धता पनि मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले व्यक्त गर्नुभएको छ ।

सम्मेलनको समापन समारोहलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै बागमती प्रदेशको सामाजिक विकासमन्त्री कुमारी मोक्तानले प्रदेश युवा सम्मेलन-२०८१ ले जारी गरेको घोषणापत्रलाई कार्यान्वयन गर्ने विश्वास दिलाउनुभयो । आगामी आर्थिक वर्षको बजेट बनाउने समयमा युवालाई जोड दिएर बजेट निर्माण गर्ने धारणा उहाँले राख्नुभयो ।

गतवर्ष पनि प्रदेश युवा परिषद्ले ११ बुँदे घोषणापत्र जारी गर्दै बागमती प्रदेशको प्रथम युवा सम्मेलन-२०८० हेटौंडामा सम्पन्न गरेको थियो । प्रदेशका १३ वटै जिल्लाबाट १ सय ५० प्रतिनिधि युवाको सहभागितामा बागमती प्रदेश युवा परिषद्ले प्रथम युवा सम्मेलन गरेको थियो । प्रथम युवा सम्मेलनले युवा वर्गमा राम्रो कार्य भएकाले युवा परिषद्ले युवाको संख्या यस वर्ष वृद्धि गरेर २ सय पुऱ्याएको हो । प्रदेश युवा परिषद्ले युवा वर्गको क्षेत्रसँगै प्रदेशका महिला, युवा जनशक्तिलाई सीपमूलक तालिमको व्यवस्था गर्दै आएको छ ।

बागमती प्रदेश युवा परिषद् ऐन २०७६, प्रदेश युवा परिषद् नियमावली २०७७, बागमती प्रदेश युवा नीति २०७९ को प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्दै बागमती प्रदेशका युवाहरूको चाहना र आवश्यकताहरूको सम्बोधन गरिने घोषणापत्रमा उल्लेख छ । बागमती प्रदेश युवा परिषद्ले सञ्चालन गरिरहेको युवाहरूको सीप विकास तथा सीप परीक्षणलाई अझ प्रभावकारीरुपमा कार्यान्वयन गर्ने घोषणापत्रमा छ । बागमती प्रदेश सरकारले घोषणा गरेको सीप विकास वर्ष २०८१ सफल बनाउन बागमती प्रदेश युवा परिषद्को नेतृत्वमा प्रभावकारीरुपमा कार्यान्वयन लैजानुपर्ने माग गरिएको छ । बागमती प्रदेशको कला, संस्कृति, पुरातत्व र ऐतिहासिक तथा प्राकृतिक क्षेत्रहरूको पहिचान, अभिलेखीकरण, संरक्षण र प्रवर्द्धनमा युवाहरूको सहभागिता सुनिश्चित गर्नुपर्ने घोषणापत्रमा उल्लेख छ ।

युवालाई तालिम र रोजगारी दिने योजना छः मुख्यमन्त्री जम्कट्टेल

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री शालिकराम जम्कट्टेलले युवालाई तालिम र रोजगारी दिने प्रदेश सरकारको मुख्य योजना रहेको बताउनुभएको छ । हेटौंडामा जारी दोस्रो प्रदेश युवा सम्मेलन २०८१ को अन्तिम दिन आइतबार मुख्यमन्त्रीसँग युवा प्रश्नोत्तर कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले यस्तो बताउनुभएको हो ।

प्रदेश सरकार आगामी आर्थिक वर्ष २०८१/०८२ को बजेट निर्माणको चरणमा रहेकाले युवालाई समेटेर बजेट निर्माण गर्नेसमेत उहाँले बताउनुभयो । युवा सम्मेलनले बजेट निर्माणमा समेत सहयोग पुग्ने उहाँले धारणा राख्नुभयो । प्रदेश युवा सम्मेलन जुन उद्देश्यले आयोजना भएको थियो सोही उद्देश्य हासिल गर्न सफल भएको उहाँको भनाइ छ । प्रदेशका युवालाई व्यापार व्यवसायसँग जोड्न र समग्रमा युवालाई सही दिशानिर्देश गर्ने सम्मेलनको उद्देश्य रहेको उहाँको धारणा थियो ।

वर्तमान समयमा बागमती प्रदेश सरकार शिक्षाको गुणस्तरमा सुधार गरी प्रदेशको परीक्षा नीतिलाई आमूल परिवर्तन गर्ने पक्षमा रहेको बताउनुभयो । प्रदेशको शिक्षा नीति संघीय सरकारअन्तर्गत् रहेकोले शिक्षा क्षेत्रमा सुधार गर्ने भनेता पनि त्यसो हुन नसकेको बताउँदै उहाँले भन्नुभयो, 'मेरो विचारमा विद्यार्थीहरू फेल हुनुहुन्न । विद्यार्थीको क्षमताको आधारमा नतिजा निकालिनुपर्छ ।'

अहिले विशुद्ध सैद्धान्तिक शिक्षा प्रणाली लागू भएको उहाँले बताउनुभयो । 'हामीले शिक्षा त हासिल गऱ्यौं, तर रोजगारी प्राप्त गर्न सकेनौं', मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले भन्नुभयो- 'प्राविधिक शिक्षामा जोड दिने गरी बागमती प्रदेशले शिक्षा नीति निर्माण गरेको छ । उक्त शिक्षा नीति कार्यान्वयनमा लाने तयारी हुँदैछ ।' पछिल्लो समय ग्रामीण भेगमा विद्यालयको भवन राम्रो भए पनि अध्ययन गर्ने विद्यार्थी र अध्यापन गराउने शिक्षक नभएको उहाँको भनाइ छ ।

प्रदेश सरकारले नयाँ शिक्षा नीति निर्माण गरी एक वडा एक माध्यमिक विद्यालय निर्माण गर्ने उहाँले दावी गर्नुभयो ।

प्रदेश सरकारले सिटीईभीटीको पाठ्यक्रम माध्यमिक तहमा नै अध्यापन गराउने लक्ष्य राखेको उहाँको भनाइ छ । प्रदेश सरकारले नेपालमा नै नभएको शिक्षा नीति निर्माण गरेर जान लागेको दाबी गर्दै विश्वविद्यालय स्थापना गरी कृषि, स्वास्थ्य, इन्जिनियरिङ, पर्यटन र खेलकुद विषय अध्यापन गराइने मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले बताउनुभयो ।

अहिले बागमती प्रदेशको दोस्रो आवधिक योजना बनाउने चरणमा रहेकाले आवधिक योजनामा विज्ञहरूको विभिन्न सल्लाहअनुसार बागमती प्रदेश सरकारले ५ वर्षमा के काम गर्ने भन्ने प्रष्ट नीति तथा कार्यक्रम ल्याउने धारणा राख्नुभयो । पछिल्लो समय युवामा राजनीतिप्रति वितृष्णा पैदा भएको सुनिने गरेको भन्दै राजनीतिप्रति वितृष्णा पैदा गर्नुपर्ने अवस्था नरहेको मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले बताउनुभयो ।

मुलुक संघीयतामा प्रवेश गरेपछि विकासका कार्यले गति लिएको उहाँले बताउनुभयो । 'प्रदेश सरकारको कार्यक्रम अधिकांश ग्रामीण क्षेत्रमा पुगेका छन्, तर हामीले युवाहरूलाई विश्वास दिलाउन सकिरहेका छैनौं', मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले भन्नुभयो- 'देशका युवाहरु विदेशिनुपरेको छ, युवाहरु विदेशिनु नराम्रो नभए पनि सीप सिकेर आफू दक्ष भएर जानुपर्छ । बागमती प्रदेश सरकार युवाहरूलाई कसरी सीपयुक्त तथा दक्ष बनाउन सकिन्छ भनी लागिरहेको छ ।'

पछिल्लो समय युवाले दलीय व्यवस्थाप्रतिको बुझाइमा केही परिवर्तन भएको भन्दै मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले युवाले सबै राजनीतिक दललाई बेठिक भन्न नमिल्ने बताउनुभयो । देशलाई वर्तमान अवस्थासम्म ल्याउन राजनीतिक दलको भूमिकाले नै सम्भव भएको उहाँको भनाइ छ । संविधान निर्माणपश्चात् राजनीतिक दलहरूमा धेरै परिवर्तन आएको भन्दै दलहरूले उत्तरदायी ढङ्गले काम गर्दै आएको बताउनुभयो । युवा वर्गले अध्ययनमा जोड दिनुपर्ने मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलको धारणा थियो ।

प्रदेश सरकारले तामाङ भाषा र नेपाल भाषालाई सरकारी कामकाजी भाषाको रूपमा कार्यान्वयनमा ल्याएको बताउँदै उहाँले प्रदेशभित्र रहेका कला, संस्कृतिहरू संरक्षण गर्न ऐन निर्माणको क्रममा रहेको जानकारी गराउनुभयो । ऐन निर्माण भएर लागू भएपछि लोप भएर जान लागेको कला, संस्कृतिको संरक्षण हुने उहाँको विश्वास छ । पछिल्लो समय संघीयता महँगो भयो भनेर गलत भ्रम छरिएको मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलको दावी छ ।

'वर्तमान राज्य पुनर्संरचना हुनुअघि नेपालमा स्थानीय तहहरू ४ हजार माथि रहेका थिए, तर अहिले ७५३ स्थानीय तह रहेका छन् । वर्तमान समयमा गाउँमा भएको विकास स्थानीय तहको सक्रियताले सम्भव भएको छ', मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले भन्नुभयो- 'संघीयताले खर्च बढाएको नभई खर्च घटाएको छ । हिजो १४ वटा अञ्चल थिए, आज जम्मा ७ प्रदेश छन् । वडा तथा स्थानीय तहको संख्या उल्लेख मात्रामा घटेको छ र प्रशासनिक खर्च अहिले घटेको छ ।'

आगामी वर्ष युवा सीप वर्ष घोषणा गरिने चरणमा रहेको बताउँदै प्रदेश सरकारले यसवर्ष १५ हजार युवालाई सीपमूलक तालिम दिने उहाँको दाबी छ । पछिल्लो समय सरकारले युवाको लागि साना व्यवसाय सञ्चालन गर्न छुट्याएको रकम बैंकमा नै रहेको र ऋण प्रवाह हुन नसकेकाले प्रदेश सरकारले आफैं बैंक स्थापना गरी ऋण प्रवाह गर्नेसमेत मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलले बताउनुभएको छ ।

सरकारले युवा लक्षित कार्यक्रमका लागि ३ अर्ब रुपैयाँ विनियोजन गर्ने बताउनुभयो । बागमती प्रदेश सरकारले विकास सूचकांकमा पछि परेका स्थानमा विकासको कार्य गर्दै आएको उहाँले दाबी गर्नुभयो । प्रदेश सरकारले सडक, स्वास्थ्य, शिक्षा, खानेपानीको क्षेत्रमा जोड दिएको उहाँको भनाइ छ । प्रदेश सरकार विकट र दुर्गम ठाउँको विकासमा लागिपरेको मुख्यमन्त्री जम्कट्टेलको दावी छ ।

बागमती प्रदेशसभा बैठक आज बस्दै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेशसभा बैठक आज सोमबार बस्दैछ । बैठक दिउँसो १ बजे बस्नेछ ।

प्रदेश प्रमुख यादवचन्द्र शर्माले बागमती प्रदेश मन्त्रिपरिषद्को सिफारिसमा नेपालको संविधानको धारा १८३ को उपधारा (१) बमोजिम प्रदेशसभाको चौधौं अधिवेशन बैशाख ३१ गते सोमबार अपराह्न १ बजेलाई आह्वान गर्नुभएको हो । गत बिहीबार बसेको मन्त्रिपरिषद् बैठकले आजका लागि वर्षे अधिवेशन आह्वान गर्न प्रदेश प्रमुखसमक्ष सिफारिस गर्ने निर्णय गरेको थियो ।

मन्त्रिपरिषद् बैठकको निर्णयअनुसार प्रदेश प्रमुख शर्माले संसद् अधिवेशन आह्वान गर्नुभएको हो । बजेट अधिवेशनको रूपमा रहेको सो अधिवेशनमा सरकारको नीति तथा कार्यक्रम, आगामी आर्थिक वर्षको बजेट संसद्मा पेस हुनेछ । गत वैशाख १२ गते राति १२ बजे प्रदेशसभाको हिउँदे अधिवेशन अन्त्य भएको थियो ।

मधेशमा नयाँ सत्ता समीकरण बनाउने ४ दलबीच सहमति

जनकपुरधामः मधेशमा नेकपा एमाले, नेकपा माओवादी केन्द्र, जनमत पार्टी र लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टीबीच नयाँ सरकार गठन गर्ने सहमति भएको छ । चार दलबीच नयाँ समीकरण बनाउने सहमति भएपछि एमाले र माओवादी केन्द्रले जसपा नेपाल नेतृत्वको सरकार छाडेका छन् । मधेश सरकारमा एमालेबाट मन्त्री रहेका नेताहरु सरोजकुमार यादव, राजकुमार लेखी, सत्रुधन सिंह, प्रमोदकुमार जयसवाल र राज्यमन्त्रीहरु केशव राय र शारदा थापाले आइतबार मुख्यमन्त्री सरोजकुमार यादवलाई राजीनामा बुझाएका छन् ।

त्यस्तै माओवादी केन्द्रबाट सरकारमा रहेका नेताहरु भरतकुमार साह र युवराज भट्टराईले पनि मुख्यमन्त्रीलाई राजीनामा बुझाएका छन् । एमाले माओवादीले सरकार छाड्नुअघि चारदलका नेताहरुको बैठकमा नयाँ सत्ता समीकरणबारे छलफल भएको बैठकमा सहभागी एक सांसदले बताए । बैठकपछि एमाले संसदीय दलका नेता सरोजकुमार यादव, माओवादी दलका नेता भरतप्रसाद साह, जनमतका नेता महेश प्रसाद यादव, लोसपाका दलका उपनेता उपेन्द्र महतो, एमाले सचेतक हरिनारायण महतो, लोसपा सांसद रानी शर्मा तिवारी, माओवादीका नेता युवराज भट्टराईको सामूहिक तस्वीर पनि सार्वजनिक भएको छ ।

दलहरुबीच अहिले पनि नयाँ सत्ता समीकरणबारे छलफल भइरहेको छ । स्रोतका अनुसार सरकारको नेतृत्व कुन दलले गर्ने भन्ने सहमति हुन सकेको छैन । निवर्तमान उद्योग तथा पर्यटन मन्त्री युवराज भट्टराईको सरकारी आवासमा भएको बैठकमा सरकारको नेतृत्व कसले गर्ने, सरकारमा दलीय प्रतिनिधित्व कसरी गर्ने लगायतका विषयमा छलफल भएको छ । १०७ मधेश प्रदेशसभामा नेकपा एमालेका सभामुखसहित २४, जनमतको १३, माओवादी केन्द्रको ९ र लोसपाको ८ सिट रहेको छ । यसले सरकारको लागि आवश्यक बहुमत पुग्छ । केन्द्रमा विभाजन भएको जसपा नेपालको मधेशमा आशोक राई नेतृत्वमा सांसदहरु खुल्न बाँकी छ ।

स्रोतः अनलाइनखबर ।

नारायणी नदीमा पुरुषको शव फेला

समाज संवाददाता

हेटौंडाः चितवनको भरतपुर महानगरपालिका-१७, गाजीपुरमा एक पुरुषको शव फेला परेको छ । नारायणी नदीको किनारमा नदीले बगाएर ल्याएको अवस्थामा शव फेला परेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ ।

नामथर, वतन नखुलेको अन्दाजी ४५ वर्षीय पुरुष व्यक्ति मृत अवस्थामा फेला परेको प्रहरीले जनाएको छ । शव मुचुल्कापश्चात् पोष्टमार्टमका लागि भरतपुर अस्पताल लगिएको छ ।

हेटौंडा रिफरेन्स ल्यावरोटरी

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

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

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

(HRL)

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

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

थप जानकारीको लागि HRL

हेटौंडा रिफरेन्स ल्यावरोटरी

हेटौंडा-१, भिन्तुनापथ सम्पर्क फोन नं.: ०५७-५२०४५७

सम्पादकीय

युवाको कुरा सुन

बागमती प्रदेश युवा परिषद्को आयोजनामा दोस्रो युवा सम्मेलन सम्पन्न भएको छ । शुक्रबारदेखि सुरु भएको सम्मेलन १३ बुँदे घोषणापत्र जारी गर्दै आइतबार सम्पन्न भएको हो । सम्मेलनले वि.सं २०८१ लाई सीप विकास वर्ष घोषणा गरेको छ । बागमती प्रदेशका ५ हजार युवालाई सीप सिकाउने लक्ष्यसहित प्रदेश युवा परिषद्ले युवा सम्मेलनको समापनको अवसरमा चालु वर्षलाई सीप विकास वर्ष घोषणा गरेको हो । जनसांख्यिक लाभलाई देशको समृद्धिको आधार बनाउन सीप विकास वर्ष घोषणा गरेको बताइएको छ । युवामा लगानीबिना देशको समृद्धि हुन नसक्ने दाबीसहित सम्मेलनले युवाहरुका लागि देशमै दिगो र प्रभावकारी सम्भावनाको खोजी गर्न सरकारको ध्यानाकर्षणसमेत गराएको छ । प्रदेशका १३ जिल्लाका ११९ पालिकामध्ये ९१ पालिकाबाट १६ वर्षदेखि ३० वर्ष उमेर समूहका २ सय बढी युवाको सहभागितामा सम्मेलन सम्पन्न भएको हो ।

सम्मेलनमा नीति, राजनीति र समृद्धि शीर्षकमाथि भएको बहसमा सहभागी अतिथि वक्ताहरुले सरकारले युवाको कुरा नसुनेको गुनासो गरेका छन् । बहसमा युवाहरुको प्रश्न र गुनासो सुन्न आएका प्रतिनिधिसभाका तीन सांसदले आफ्नै गुनासो पोखेका हुन् । नेकपा एमालेका प्रमुख सचेतक महेशकुमार बर्तौला, नेपाली कांग्रेसकी सचेतक सुशीला थिङ र माओवादी केन्द्रका सांसद माधव सापकोटाले युवाहरुको प्रश्नको जवाफसँगै आफ्ना पीडासमेत सुनाए । सम्मेलनका सहभागी युवाले नीति निर्माणमा काम हुन नसकेको, मुलुक अस्थिरतामा फसेको, वडा अध्यक्षले गर्ने काम देखाएर सांसदले भोटको राजनीति गरेको, युवाहरुको मुद्दा सम्बोधन नभएकोलगायतका समस्या सुनाए । जवाफमा तीनै जना सांसदले निर्वाचन प्रणाली, संसदीय अंकगणितले निम्त्याएको अस्थिरता र सरकारको नेतृत्वकर्ताहरुको शैलीलाई कारक तत्व देखाए । जनताका प्रतिनिधिले उठाएका कुरा सरकारले सुन्दै नसुनेको गुनासो सांसदहरुको थियो । ८१ वटा कानुन निर्माण गर्नुपर्ने भए पनि विगत डेढ वर्षमा प्रतिनिधिसभाबाट ४ वटामात्रै कानुन बनेकाले सांसदमाथि प्रश्न उठ्ने गरेको एमाले सचेतक बर्तौलाको भनाइ थियो ।

संसदीय अंकगणितको खेलमा लागेर सत्ता गठबन्धनमा परिवर्तन गरिरहँदा देशमा राजनीतिक अस्थिरता बढेको स्वीकारोक्ति उनीहरुको थियो । टालाटुली बटुलीजस्तै सरकार रहेकाले युवाले अपेक्षा गरेअनुसारको काम हुन नसकेको कांग्रेस सांसद थिङको दावी छ । स्थिर सरकार बनाउने जिम्मा युवाहरुको काँधमा आएको भन्दै राज्यको नीति धेरै खराब नभए पनि परिचालन गर्ने व्यक्ति खराब भएको उनले बताइन् । माओवादी सांसद सापकोटाले शासकीय प्रणालीलाई दोष दिए । उनले प्रत्यक्ष निर्वाचित प्रधानमन्त्रीको व्यवस्थाबाट मात्र स्थिर सरकार बन्ने भन्दै संसदीय प्रणालीका कारण मुलुकमा अस्थिरता रहेको दावी गरेका हुन् ।

मुलुकको नीति निर्माण तहमा रहेका युवा सांसदको अनुभवले पनि राज्य व्यवस्था सही ढंगबाट चल्न नसकेको प्रष्ट हुन्छ । देशको आवश्यकता र आम युवाको गुनासो एकातिर छ, राज्यको नेतृत्व तहमा बसकेका व्यक्तिहरुको प्राथमिकता अर्कोतिर छ । संघीय र प्रदेश सरकार कसरी टिकाउने चिन्तामा रहेका कारण आम नागरिकको आवश्यकता कसरी पूरा गर्ने भन्नेतर्फ केन्द्रित हुन सकिरहेको छैन । जुन उद्देश्यले युवा सम्मेलन गरियो, त्यसको आधारमा यो सम्मेलन सफल भयो होला । तर, युवाको समस्या जहाँको त्यहीँ हुँदासम्म सम्मेलन सफल भएको मान्न सकिन्न । युवाको जायज आवाजलाई सरकारले सुनेर त्यसको उचित कार्यान्वयन नहुँदासम्म युवाको समस्या पनि समाधान नहुने निश्चित छ । सम्मेलन युवाको कुरा सुन्ने र सुनाउने माध्यम भए पनि यसले समाधान दिँदैन । युवा स्वयम् सचेत भएर राजनीतिक विकृति, विसंगतिको अन्त्य गर्न सकेमा युवाका समस्या समाधान हुनुका साथै देशको मुहार पनि फेरिने सम्भावना बुझ्नु आवश्यक छ । युवाका कुरा नसुन्ने दल र तिनका नेतृत्वलाई बहिस्कार गर्दै युवा आफैं नेतृत्व लिन अग्रसर बन्नुपर्छ ।

महत्वपूर्ण फोन नम्बरहरु

जिल्ला प्रशासन कार्यालय ५२०४९५	चित्लाङ इलाका ६२१०००
जिल्ला प्रहरी कन्ट्रोल १००	वारुण यन्त्र १०१
ट्राफिक प्रहरी १०३	बालबालिका खोजतलास केन्द्र १०४
वडा प्रहरी ५२०२९९	बाल हेल्पलाइन १०९८
पशुपतिनगर इलाका ५२०५९८	हेलो सरकार ११११
मनहरी इलाका ९८५५०९०१६१	नेपाल टेलिकम सोधपुछ १९७
भीमफेदी इलाका ६९१४६२	एम्बुलेन्स १०२
पालुङ इलाका ६२०४६७	नेपाल विद्युत प्राधिकरण गुनासो ११५०
फापरबारी इलाका ६२१९८०	

तपाईको राशिफल

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

मेष	: आत्मबल र निर्णायक क्षमतामा वृद्धि हुने समय छ ।
वृष	: ज्ञान र सीप बाँडेर जस लिने समय योग रहको छ ।
मिथुन	: प्रतिद्वन्द्वीहरुसँग सजगता अपनाउँदा राम्रो रहला ।
कर्कट	: इष्टमित्र र दाजुभाइसँगको सहयोग प्राप्त हुनेछ ।
सिंह	: विभिन्न स्रोतबाट आय आम्दानी बढ्ने समय छ ।
कन्या	: हाँके ताकेका काममा सफलता प्राप्त हुने समय छ ।
तुला	: भावनाहरु साटासाट गर्दा मन हल्का हुने समय छ ।
वृश्चिक	: धनसँग सम्बन्धित समस्याहरु समाधान होलान् ।
धनु	: मित्रताको प्रस्ताव बढ्ने समय योग रहेको छ ।
मकर	: आफन्त वा साथीभाइको निःस्वार्थ सहयोग प्राप्त होला ।
कुम्भ	: शरीरमा थकान र उत्साहमा कमी आउने समय छ ।
मीन	: सरल व्यवहारले कामबाट लाभ प्राप्त होला ।

विकासको द्रुत मार्ग !

✍ प्रा.डा. हरि शर्मा

आधुनिक, व्यावसायिक र समृद्ध सिंगापुरका निर्माता प्रधानमन्त्री लीको एउटा वक्तव्य हालै मात्र एक जना मित्रले मलाई सामाजिक सञ्जालमार्फत पठाइदिनुभएको थियो । त्यो सुनेपछि झन्डै दुई दिनजति आफ्नै मुलुकको राजनीतिक अवस्थाको मिमांशा र पारस्पारिक छलफल आदिमा व्यतीत भए । मुलुकमा बहुदलीय व्यवस्थाको प्रादुर्भावसँगसँगै केही वर्षभित्रै हाम्रो देश पनि सिंगापुर र स्विट्जर ल्यान्डजस्तो बन्ने निश्चित छ भन्ने नेताहरूका स्वर मनमा गुन्जिरहे ।

नेता बनेपछि जनताप्रतिको अनुत्तरदायीपना कति हदसम्म बढ्दो रैछ नेपालमा देखियो । दलीय समीकरण र गठबन्धनका जालझेलपूर्ण क्रियाकलापका कारण क्रमभंगताको क्रम क्रमिक रूपले एकपछि अर्को गर्दै देशको नेतृत्व गर्न तत्पर समूहमा हाबी हुँदै गयो । देशलाई कंगाल बनाएर सपनाहरूको वायुपंखी घोडामा जनतालाई एकातिर डुलाउँदै मुलुकलाई भ्रष्टाचारको भुमरीमा जाकेर स्वार्थसिद्धिमा कैयौं छवि भएका र नभएकाहरूको लस्कर पनि जेल चलान हुँदा जेलमा नहालेर पाँचतारे सुविधाका अस्पतालतिर लगेको पनि देखियो ।

एकाधहरूले निरुपाय भई आफ्नो भविष्य अन्योलमा पर्दै गएको बुझेर 'सुशासन' को नयाँ मुद्दाको उद्घाटन गर्ने काम गरे । कमरेड प्रचण्डको नेतृत्वमा वर्तमान सरकारले गरेका अनेकौं सत्प्रयासका बाबजुद 'सुशासन' को अभियानलाई भारी बिसाएझैं बिसाउन बाध्य भएको पनि नेपाली जनताले अनुभव गरे । यथास्थितिलाई नै स्विकारेर विदेशीहरुकै निगाहामा राजनीति गर्नेहरुको जमातले नीति-निर्माणमा बसेकाहरुलाई दिग्भ्रमित पार्दै आएको पनि युग भइसक्यो । सिंगापुरे लीले झैं राजनीति गर्नुपर्ने देशमा श्रीलंकाका राजापाक्छेहरुको जस्तो राजनीति हुर्कियो, हुकाइयो नेपालमा, अन्यथा घाम र बालुवा मात्र भएका मुलुकहरुले विकासको सयौं खुड्किला नाघिसक्दा पनि हामी प्रकृतिको कोहिनूर लिएर बसेकाहरू लम्पसारवादी मात्र हुन सक्यौं ।

त्यही लम्पसारवादले नै हाम्रो कल्याण गर्दो रहेछ भन्ने दृढ विश्वास लिएर आज विश्वविद्यालयहरुमा अध्ययन-अध्यापन र अनुसन्धानमा व्यस्त केही दिग्गजहरु पनि त्यही बाटोको अवलम्बनतर्फ लागेको देख्दा मनै कुँडिँदा-कुँडिँदै कसरी भन्नु सत्ता यसरी नै चल्छ । हिजो पनि सत्ता यसरी नै बाँचेको थियो, भोलि पनि यसरी नै बाँच्छ । आमूल परिवर्तन चाहिएको छ सत्ताधारीहरूको प्रवृत्ति र मनोवृत्ति दुवैमा । त्यसपछि मात्र देख्न सकिन्छ, जन-अपेक्षित परिवर्तन चारैतिर । देशका कुना-कुनाबाट उठ्नेछन् विकासका अद्भुत चित्र कोर्ने बलिया बाहुलीहरु । अर्को शब्दमा भनौं, काठमाडौंका बालेनहरू धरानै हर्कहरू, धनगढीका गोपालहरू र सिंगापुरे ली जस्ता असंख्य नेपाल आमाका सन्तानहरू । हाम्रो सामाजिक जीवनमा देश निर्माणको होडबाजी चल्नैपर्छ । बाँझा फाँटहरू लहलहाउनैपर्छ, हाम्रा खोला, नदीका ऊर्जा र गुमेका कलकारखानाहरूले नवजीवन पाएर हामीलाई आत्मनिर्भर तातिर उन्मुख बनाउँदै देशको अर्थतन्त्रलाई दक्षिण एसियाकै एउटा अत्यन्तै सबल अर्थतन्त्रमा परिणत गर्नैपर्छ ।

सन् १९५९ मा सिंगापुरले आफ्नो शासन आफ्नै हातमा लिएपछि झोपडपट्टीले भरिएको, बिजुली बत्तीहरू नभएको, घरमा हावा छिर्ने भेन्टिलेटर नभएको र कुनै न्यूनतम स्वस्थकर व्यवस्थासमेत नभएको सिंगापुर समर्पित नेताहरूको हातमा पर्न पुगेपछि त्यहाँका स्वनामधन्य नेताहरूले आफ्नो मुलुकलाई विकसित मुलुकहरूको दाँजोमा पुऱ्याउन कुनै कसर बाँकी राखेनन् । मन, वचन र कर्मले आफ्नो मातृभूमिप्रति समर्पित भएर एकीकृत रूपमा जुटे । जुट्न सक्नु नै देश-विकासको सूत्र हो, विश्वको इतिहास साक्षी छ ।

अझै जब सिंगापुरमा ब्रिगेडिएर जेनरल ली शियेन लुङ सन् २००४ देवी प्रधानमन्त्री भएर आएपछि उनको कार्यकालमा सिंगापुरले आफ्नो सम्पूर्ण कलेवर फेर्ने अवसर पायो । आज संसारमा पर्यटकहरूलगायत देश-विदेशका प्रतिष्ठित व्यक्तित्वहरूका लागि आकर्षक गन्तव्य बन्न पुगेको छ सिंगापुर । एउटा उनले भनेका पनि थिए, अबका दस वर्षपछि सिंगापुर पूरै बदलिनेछ । अस्ति भर्खरै त्यहाँको पार्लियामेन्टमा एआईबारे एउटा विशेष प्रस्ताव, उपर छलफल भई एआईलाई मानव समाजको कल्याणका लागि प्रयोगमा ल्याउने कसरत प्रारम्भ पनि भइसकेको जानकारीमा आएको छ ।

विडम्बना के हो भने दलीय व्यवस्थालाई हामीले सिर्जनात्मक र उत्पादकत्वतर्फ मोड्न सकेका छैनौं । वर्षौं भइसक्यो, प्रदेश सभाहरूले संघमा झैं सत्ता समीकरण र गठबन्धनको महाभारत रच्नमै व्यस्त छन् । प्रदेशवासीहरूको हितका लागि काम गर्ने कहिले हो ? अहिलेसम्म मोफसलका ठाउँहरूमा जे-जति उल्लेख्य काम भएका छन्, ती सबै स्थानीय सरकार (पालिका) हरूको सक्रियतामा भएका छन् । जनमत बुझ्न खोज्दा हाम्रो जस्तो सानो मुलुकलाई टुक्रैटुक्रामा विभाजित गरी पाँच विकास क्षेत्रजस्तो वैज्ञानिक अवधारणालाई संविधानबाटै हटाउनुपर्ने कुनै आवश्यकता थिएन, बरु अब प्रदेश सरकारहरूलाई खारेज गरी स्थानीय सरकारहरूलाई सबल र सक्षम बनाउनुपर्ने हो कि ?

गरिब नेपाली जनतालाई धेरै बोझ परेको छ प्रदेश सरकारको । नेपाल सरकारले आगामी दिनहरूमा नेपालको चुच्चे नक्सा भएको रु. १ सयका नयाँ नोटहरू निष्कासन गर्ने निर्णय गरेपछि मित्रराष्ट्र भारतका विदेशमन्त्रीले त्यस विषयलाई एकपक्षीय निर्णय भनी असन्तुष्टि प्रकट गर्नु कस्तो कूटनीति हो, नेपाली बौद्धिक जगत्ले आश्चर्य प्रकट गरेका छन् । चुच्चे नक्सा भएको नेपाल हाम्रो संविधानको गातामै छ । नोटमा किन हुन सक्ने ? बुझिएन । नेपालले आफ्नो मुद्रा निष्कासन गर्दा पनि के मित्रराष्ट्रको अनुमोदन लिनुपर्ने शिष्टाचार छ र ? मित्रराष्ट्र इन्डोनेसियाले आफ्नो नोटमा हिन्दूहरूका परमपुज्य गणेशको मूर्तिको तस्बिर छापेको छ । के हिन्दूहरूले त्यसप्रति असन्तोष पोख्ने ? राजनीतिक शिष्टाचारमा सहिष्णुता पनि रहनुपर्ने होइन र ? सर्वोपरि विषय त के भने त्यो चुच्चे भूभाग नै नेपालको अधिपत्यबाट गुमेको हो ? हाम्रा देशभक्त नेताहरूले त्यतातिर ध्यान दिनुपर्छ कि पर्दैन ?

हाम्रो मुलुकको परराष्ट्र नीति पञ्चशीलताका आधारमा निर्मित छ । हाम्रा कूटनीतिक मामिलामा हामी सदैव यिनै सिद्धान्तहरूको अनुकरण गर्छौं । विश्व समुदायमा ठूलो जामत ओगटेको असंलग्न परराष्ट्र नीति पनि पञ्चशीलकै एउटा अंग हो, जुन नेपालले पनि समर्थन गर्छ । यसै सिद्धान्तअनुरुप हामी सबै देशसँग समतापूर्ण मित्रवत् व्यवहार गर्छौं र पारस्परिक सहयोगमा सदैव आस्था राख्छौं । यसैको एउटा पाटो हो, गत साता नेपालको विकासका प्रयासहरूमा हरहमेशा तत्परता देखाउँदै हरप्रकारले सहयोग पुऱ्याउँदै आएको मित्रदेश जापानका विदेशमन्त्री योको खामिरखावाले एकदिने नेपाल भ्रमण पूरा गरी स्वदेश फर्केकी छन् । उल्लेख्य कुनै सम्झौता वा लिखित समझदारी नभए पनि उनले नेपाललाई सदैवझैं जापानले सहयोगका हात अघि बढाइरहने प्रतिबद्धता जनाएकी छन् । यो हाम्रा लागि महत्वपूर्ण कुरा हो ।

जनयुद्धपश्चात् विगतमा धेरै प्रधानमन्त्री आए र गए, सन्त नेता कृष्णप्रसाद भट्टराईदेखि लिएर केपी शर्मा ओली, सुशील कोइराला, खिलराज रेग्मी, डा. बाबुराम भट्टराई, झलनाथ खनाल, माधव नेपाल, पुष्पकमल दाहाल प्रचण्ड, शेरबहादुर देउवा, मनमोहन अधिकारी र गिरिजाप्रसाद कोइराला । तर, जनताको मनमा दिगो छाप पार्ने गरी सायद एक-दुई जनाले बाहेक अरुले के-कति छाप पार्न सके, त्यो एउटा छुट्टै चर्चाको विषय बन्न सक्छ । यो सानो आलेखमा त्यसलाई अटाउन सकिँदैन । आजको यस प्रबन्धमा मात्र राष्ट्र बनाउने प्रक्रियामा नेतृत्वको कति अहम् भूमिका रहेको हुन्छ बारे सिंगापुरको उदाहरणलाई देखाउन खोजिएको हो । कलंकित नेतृत्वले देशलाई डोऱ्याउन सक्दैन ।

यो समयले नै प्रमाणित गरेको सत्य हो । सस्तो लोकप्रियताका लागि हेलिकप्टर चढेर विपद्ग्रस्त क्षेत्रको भ्रमण वा गाउँलेका घरमा पाकेको रुखोसुखो खाएर रात कटाउने अथवा कहिल्यै नसुनेका, नसुनिएका उखान-टुक्का र नाराबाजीका कामहरु मात्र भए । नेतृत्वको आडमा काठ र ढुंगाको तस्करी बढ्दै गएर सुनको तस्करी तथा मानव तस्करीसम्म पुग्यो । देशलाई तरक्कीको मार्गमा लैजाने प्रयाससम्म पनि नभएको सबैले अनुभव गरे । मुलुकलाई भ्रष्टाचार र कमिसनका साथै घुसखोरीको दलदलबाट बचाउन युवाहरूको दौड निरन्तर बढ्दै गइरहेको छ । सायद युवाहरुको जाँगरलाई अनुभूत गरेर नै होला । स्वदेशमै कुनै अवसरको सिर्जना नगरेर विदेश पलायनतर्फ श्रम स्वीकृतिको भ्रममा पारेर दिनहुँ औसत २० हजार युवा बिदेसिन बाध्य बनाइयो ।

सम्पूर्ण देशलाई कहिले स्विट्जर ल्यान्ड र कहिले मलेसिया बनाउने मिथ्या भाषण ठोकेर वृद्धाश्रम बनाउने चेष्टा भयो । पछिल्ला दिनहरूमा प्रम प्रचण्डले भ्रष्टाचार उन्मूलनका कार्यक्रम ल्याउँदा उनैका विरुद्ध उनैका शिष्यहरूले तथा बाघको छाला ओढेका कर्मकाण्डी आडम्बरी नेताहरुले अवरोधका तगाराहरु तेर्स्याएको देख्दा 'खोइ, हामी सिंगापुरजस्तो बन्न सकौंला त ?' भन्ने प्रश्न जनमनमा सधैं दोहोरिरहेको आभास हुन्छ । जनता त आफ्नै जिजीविषा धान्न व्यस्त छन्, उनलाई नयाँ सोच, उत्साह र प्रेरणा कुन नेतृत्वले दिने ? मुलुकलाई विकासको द्रुत मार्गमा कहिले दौडाउने ? *(स्रोत: कारोबारदैनिक)*

मेनोपजको समस्या पुरुषलाई पनि हुन्छ ?

निश्चित उमेरपछि शरीरमा हार्मोनल परिवर्तन भएर शारीरिक कार्यमा ह्रास आउने गर्छ । यसलाई मेनोपज भनिन्छ । महिलामा हुने रजोनिवृत्ति एक यस्तै प्रकिया हो । महिलामा हुने मेनोपजको धेरै चर्चा हुने भएपनि पुरुष पनि यस्तै समस्याबाट गुज्रिरहेका हुन्छन् । तर यसबारे त्यति चर्चा भएको पाइँदैन ।

महिलामा ४५ देखि ५० वर्षको उमेर पुगेपछि रजोनिवृत्ति (मेनोपज) सुरु हुन्छ अर्थात् बिस्तारै महिनावारी बन्द हुन्छ । यो शरीरमा महिला हार्मोनको उत्पादन बन्द हुने कारणले हुने गर्छ । यो अवधिमा महिलालाई मुड स्वीङ, चिडचिडापन, कमजोरी, हड्डी कमजोर हुने, कपाल झर्ने जस्ता धेरै समस्या देखिन्छ । तर यो उमेरमा हुने हार्मोनल परिवर्तनका कारण महिलालाई मात्रै होइन, पुरुषलाई पनि धेरै समस्या हुने गर्छ ।

५०-५५ वर्षको उमेरमा हुने मेनोपजले पुरुषको स्वास्थ्य र मुडलाई प्रत्यक्ष असर गर्छ । पुरुषमा टेस्टोस्टेरोन नामक हार्मोन हुन्छ, जसले उनीहरूको यौन जीवनलाई नियन्त्रण गर्छ । ५० वर्ष पुगेपछि त्यसमा परिवर्तन आउन थाल्छ र यसको उत्पादन घट्न थाल्छ, जसकारण पुरुषको मानसिक तथा शारीरिक स्वास्थ्यमा असर पर्छ । पुरुषमा यो अवधिलाई वृद्ध पुरुषको एन्ड्रोजनको कमी भनिन्छ । टेस्टोस्टेरोनको मात्रा घट्दा कारण पुरुषमा उर्जाको कमी, डिप्रेसन वा निराशा, आत्मविश्वासको कमी, ध्यान केन्द्रित गर्न कठिनाइ, अनिद्रा, मोटोपन, शरीरमा कमजोरी महसुस हुनेजस्ता मानसिक समस्या देखिन्छन् ।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ नियाज अहमदका अनुसार पुरुषमा ५० देखि ६० वर्षको उमेरमा रजोनिवृत्ति अवस्था हुन्छ । महिलाले जस्तै पुरुषले पनि यस समयमा आफ्नो मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यको ख्याल राख्नु आवश्यक हुन्छ किनभने यस समयमा उनीहरूको शरीरमा धेरै परिवर्तन आइरहेका हुन्छन् । यसमा भावनात्मक र शारीरिक दुवै परिवर्तन हुन्छन् ।

पुरुषमा ५० वर्ष पुगेपछि मुटुसम्बन्धी समस्या हुने खतरा पनि धेरै हदसम्म बढ्दै जान्छ । किनभने यो उमेर पुगेपछि शरीरको नसाको लचक कम हुन थाल्छ र रक्तनलीहरु पहिलेको तुलनामा धेरै कमजोर हुन थाल्छन् । जसकारण मुटुसम्बन्धी धेरै प्रकारका समस्या अचानक व्याप्त हुने गर्छन् । यसमा हृदयघात पनि हुनसक्छ ।

मेनोपजका कारण पुरुषको शरीरमा ऐस्ट्रोजन हार्मोन उत्पादनमा ह्रास आउँछ । जसको असर मानसिक स्वस्थ्यमा पर्छ र छिटो मुड स्वीङ हुने, चिडचिडापन हुने, एक्लो महसुस गर्ने र भावनात्मक रुपमा कमजोरी महसुस गर्ने गर्छन् ।

पुरुष हार्मोनको कमीका कारण स्वास्थ्यमा अन्य धेरै रोगको जोखिम पनि बढ्छ । जसमा मुटुसँग सम्बन्धित समस्या लाग्ने सम्भावना बढी हुन्छ । मुटुरोग लाग्दा पुरुषलाई कम्मर दुख्ने, वाकवाकी लाग्ने, छातीमा जलन हुने, भोक नलाग्ने वा धेरै कम लाग्ने, खोकी लाग्ने, सधैं थकान महसुस हुने र मुटुको धड्कन बढ्नेजस्ता समस्या देखिन्छ । यसबेला धेरै व्यक्तिमा प्रोस्टेट ग्रन्थीको आकार पनि बढ्ने र कडा हुन्छ । जुन टेस्टोस्टेरोनको स्तर कम हुनुको मुख्य लक्षण हो । यद्यपि, यो व्यक्तिअनुसार फरक-फरक हुनसक्छ । शरीरमा टेस्टोस्टेरोन स्तर कमी भएमा वा प्रोस्टेट ग्रन्थी बढ्ने जस्ता दुवै समस्या औषधिद्वारा उपचार गर्न सकिन्छ । त्यसैले यस्ता लक्षण देखिएमा नजिकको चिकित्सकसँग जाँच गराइहाल्नुपर्छ ।

मेनोपजका कारण पुरुषलाई पनि न्युरोलोजिकल समस्या बढेर चिन्ता, तनाव र आफ्नो काममा ध्यानकेन्द्रित गर्न नसक्ने समस्या देखिन्छ । कतिपय पुरुषले यो अवधिमा स्मरणशक्ति घट्ने वा स्मरणशक्ति गुमाउने समस्याको पनि सामना गर्नुपर्ने हुन्छ । यी सबै एस्ट्रोजन हार्मोन अर्थात् पुरुष हार्मोनको कमीले हुन्छ ।

त्यस्तै ५५ देखि ६५ वर्षको उमेरमा हड्डी कमजोर हुँदै जाने हुन्छ । यस अवधिमा पुरुषमा हड्डीका तन्तुहरु दूत गतिमा बिग्रिन्छन् । जसकारण हड्डी कमजोर हुने हुन्छ । त्यसैले यो उमेरमा पुरुषहरूले आफ्नो आहारमा क्याल्सियम, आइरन र भिटामिनको मात्रा बढाउनु जरुरी छ । फास्टफुडबाट सकेसम्म टाढा हुनुपर्छ ।

क्याल्सियमले हड्डीलाई बलियो राख्ने काम गर्छ भने आइरनले शरीरमा रगतको प्रवाहलाई अर्थात् रक्तसञ्चार नियमित गराउन मद्दत गर्छ । साथै यसले शरीरको रक्तनलीको मात्रालाई कायम राख्न मद्दत गर्छ । अर्थात्, यसले रगतका धमनीहरूलाई साँघुरो हुनबाट जोगाउने काम गर्छ । यसले कार्डियोभास्कुलर रोग अर्थात् मुटुरोगको जोखिम कम गर्छ ।

त्यसैले मेनोपजबाट गुज्रिरहेका पुरुषले तनावबाट टाढा रहने प्रयास गर्नुपर्छ । नत्र डिप्रेसनमा जाने सम्भावना

....बाँकी पृष्ठ ३ मा

शोधनान्तर बचत साढे ३ खर्ब नाघ्यो

काठमाडौं: चालु खाता र शोधनान्तर बचत निरन्तर बढ्दै गएको छ । चालु आर्थिक वर्ष (आव) नौ महिना (साउन-चैत) सम्म चालु खाता बचत १ खर्ब ७९ अर्ब ४८ करोड पुगेको नेपाल राष्ट्र बैंकले जनाएको छ। चालु आव सुरुवातदेखि नै रेमिट्यान्समा देखिएको प्रभाव तथा गत वर्षको तुलनामा व्यापार घाटामा देखिएको कमीले चालु खातासँगै शोधनान्तर बचतमा पनि सकारात्मक प्रभाव परेको छ ।

पूँजीगत वस्तुसँगै मध्यवर्ती वस्तुको खुम्चिँदो आयात हिस्सा र आयातमा देखिएको कमीले अर्थतन्त्रमा शिथिलता बढ्दै गएको छ । आन्तरिक अर्थतन्त्र कमजोर भएर आयात संकुचन हुँदा चालु खाता र शोधनान्तर बचत भने लगातार बढ्दै गएको छ। गत आव तेस्रो त्रैमाससम्म ६० अर्ब ४३ करोडले घाटामा रहेको शोधनान्तर स्थिति चालु आवमा भने ऐतिहासिक बचतमा गएको छ। फागुन मसान्तमा १ खर्ब ६६ अर्ब ८७ करोड बचतमा रहेको चालु खाता चैतमा अझै बढेको हो ।

आर्थिक वर्ष २०७८/७९ मा शोधनान्तर घाटा २ खर्ब ५५ अर्ब पुगेपछि सरकार र राष्ट्र बैंकले ठूलै दबाब महसुस गर्दै आयात नियन्त्रण गर्न विभिन्न उपाय गरेका थिए । गत आवमा वाह्य क्षेत्रमा सुधार हुँदै शोधनान्तर बचत २ खर्ब ९० अर्ब पुगेको थियो। चालु आव नौ महिनामै शोधनान्तर बचत गत आवभन्दा बढेर साढे ३ खर्ब पुगेको छ । आव अन्तिम त्रैमासमा वाह्य ऋण परिचालन बढ्ने हुँदा अझै शोधनान्तर बचतमा योगदान पुग्ने छ। चैतसम्म शोधनान्तर स्थिति ३ खर्ब ६५ अर्ब १६ करोडले बचतमा रहेको राष्ट्र बैंकले जनाएको छ।

गत आव यही अवधिमा शोधनान्तर स्थिति १ खर्ब ७४ अर्ब २८ करोडले बचतमा थियो । फागुनमा शोधनान्तर बचत ३ खर्ब २७ अर्ब ५५ करोड थियो। समीक्षा अवधिमा चालु आव नौ महिनामा पूँजीगत ट्रान्सफर ४ अर्ब ७८ करोड र खुद प्रत्यक्ष वैदेशिक लगानी ६ अर्ब ४८ करोडले धनात्मक छ। गत आव सोही अवधिमा पूँजीगत ट्रान्सफर ५ अर्ब ९१ करोड र खुद प्रत्यक्ष वैदेशिक लगानी २ अर्ब ६२ करोडले धनात्मक थियो ।

स्रोत: अनलाइनखबर ।

मेनोपजको समस्या...

हुन्छ। सामान्यतया पुरुषले आफ्ना दुःख, पीडा र समस्या सजिलै कसैसँग बाँड्दैनन्। त्यसैले यस्तो समस्याबारे कसैलाई थाहा हुँदैन। ५५ देखि ६५ वर्षको उमेरमा सबैभन्दा असहाय र कमजोर महसुस गर्ने गर्छन् । त्यसैले यसबेला परिवारले उनीहरुको मानसिक अवस्था बुझेर साथ दिनुपर्छ ।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ नियाज अहमद भन्छन्, 'यस्तो समस्याबाट बच्न पुरुषले आफ्नो मानसिक, शारीरिक र सामाजिक स्वास्थ्यमा ध्यान दिनुपर्छ । यसबेला सामाजिक स्वास्थ्य अर्थात् ५० वर्ष पुगेपछि एक्लै दुःखी भएर नबस्ने, साथीहरुसँग घुलमिल भएर बस्नुपर्छ। यसले मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यलाई राम्रो बनाउन सहयोग गर्छ । साथै खेलमा सहभागी हुने, मन खोलेर कुराकानी गर्ने, हाँस्ने गर्नुपर्छ।' *(स्रोत: अनलाईनखबर)*

श्री जनज्योति माध्यमिक विद्यालय

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-१४, मयुरधाप
मकवानपुर

शिक्षक आवश्यकता

प्रथमपटक सूचना प्रकाशित मिति २०८१।०१।२८ गते

उपरोक्त सम्बन्धमा शिक्षा विकास महाशाखा, हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको मिति २०८१/०१/१८ को पदपूर्ति अनुमति पत्र र विद्यालय व्यवस्थापन समितिको मिति २०८१/०१/२३ को बैंठकको निर्णय अनुसार यस विद्यालयलाई तपसिल बमोजिमको शिक्षक आवश्यक परेको हुँदा उक्त पदपूर्तिको लागि योग्य इच्छुक नेपाली नागरिकबाट दरखास्त आव्हान सहित विज्ञापन प्रकाशित गरिएको छ ।

क्र.सं.	विज्ञापन नं.	तह/पद	प्रकार	संख्या	कैफियत
१.	००७/०८०/०८१	साविक उ.मा.शि./मा.शि. द्वितिय (लेखाविधि) अनुदान	करार	१	

तपशिल:
१. उमेर: १८ वर्ष पूरा भई ४० वर्ष ननाघेको ।
२. शैक्षिक योग्यता: मूल लेखा विषय लिई द्वितिय श्रेणीमा स्नातोकोत्तर वा सो सरह उत्तीर्ण ।
३. परीक्षाको किसिम: लिखित, अन्तरवार्ता (संसोधन नयाँ पाठ्यक्रम अनुसार), आवश्यकता अनुसार प्रयोगात्मक परीक्षा
४. तलब भत्ता: नेपाल सरकारको अनुदान कोटाको लागि तोकिए बमोजिम
५. दरखास्त दस्तुर: निवदेन साथ रु.२,५००।– (दुई हजार पाँच सय मात्र) को बैंक भौंचर (ने.बैं.लि. खाता नं. ०२५००१००४४१७९४००००००१) पेश गर्नुपर्ने ।
६. दरखास्त दिने अन्तिम दिन: प्रथम पटक प्रकाशित भएको मितिले १५ दिन भित्र विद्यालय समय भित्र
७. दरखास्त दिने स्थान: विद्यालयको प्रशासनिक कक्ष
८. सम्पर्क मिति: २०८१/०२/१३ गते बिहान ११:०० बजेपछि
९. परीक्षा मिति: सम्पर्क मितिमा जानकारी गराइने छ ।

१०. आवश्यक कागजातहरु:
क) नेपाली/अंग्रेजी माध्यममा हस्तलिखित निवेदन– १ थान
ख) नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी– २ थान
ग) SLC/SEE देखि माथिका शैक्षिक योग्यता र चारित्रिक प्रमाणपत्रहरुको प्रतिलिपी २/२ थान
घ) अध्यापन अनुमति पत्रको प्रतिलिपी – २ थान
११. शिक्षक सेवा आयोगबाट लिएको पछिल्लो परीक्षाको करार सूचीमा नाम सूचीकृत भएको उम्मेद्वारहरुले विज्ञापन भएको मितिले ७ (सात)दिन भित्रमा निवेदन दर्ता गर्नुपर्नेछ ।
सम्पर्क नं.: ९८४५३७३८०४, ९८०४२८५१०८
ईमेल: jjhsshtd@gmail.com

प्रधानाध्यापक

३१ जनाले गरे रक्तदान

समाज संवाददाता

हेटौंडा: विश्व नर्सिङ दिवसको अवसरमा हेटौंडामा रक्तदान कार्यक्रम भएको छ । सीएमसी चुरेहिल हस्पिटल प्रालि हेटौंडाको आयोजना तथा रक्तसञ्चार केन्द्र हेटौंडाको प्राविधिक सहयोगमा रक्तदान कार्यक्रम भएको हो ।

कार्यक्रममा ३१ जनाले रक्तदान गरेका छन् । कार्यक्रममा हस्पिटलका कर्मचारी तथा बिरामीका कुरुवाहरुले रक्तदान गरेको जनाएको छ ।

बालविकास सहजकर्ता शिक्षक आवश्यकता

प्रस्तुत विषयमा शिक्षा विकास महाशाखा, हेटौंडा उपमहानगरपालिका कार्यालयको मिति २०८१/०१/२८ च.नं. ८४ को पत्रानुसार विद्यालय व्यवस्थापन समितिको मिति २०८१/०१/२८ को निर्णय अनुसार यस विद्यालयमा रिक्त १ बालविकास सहजकर्ता शिक्षक आवश्यक परेको हुँदा योग्यता पुगेका इच्छुक नेपाली नागरिकहरुबाट दरखास्त आह्वानको लागि विज्ञापन प्रकाशित गरिएको छ ।

तपशिल :
१) पद सङ्ख्या : १ (एक) ।
२) तह : बालविकास सहजकर्ता ।
३) परीक्षा दस्तुर : ७००।- (सात सय) ।
४) शैक्षिक योग्यता : कक्षा १२ उत्तीर्ण । (मन्टेश्वरी तालिम प्राप्तलाई विशेष ग्राह्यता)
५) उमेर : १८ वर्ष पुरा भई ४० वर्ष ननाघेको ।
६) परीक्षाको किसिम : लिखित, कक्षा अवलोकन र अन्तरवार्ता
७) तलब स्केल : नेपाल सरकारबाट प्राप्त अनुदान अनुसार ।
८) अन्तिम मिति : २०८१/०२/१३ गते ।
९) सम्पर्क मिति : २०८१/०२/१४ गते ।
१०) सम्पर्क नं. ०५७ ५२०१४५ विद्यालय

आवश्यक कागजातहरु
१) शैक्षिक योग्यताको प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि
२) नेपाली नागरिकताको पमाणपत्रको प्रतिलिपि

बालज्योति माध्यमिक विद्यालय
हेटौंडा-५, पिप्ले

मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पस

हेटौंडा-२, मकवानपुर

सिलवन्दी दरभाउपत्र स्वीकृत गर्ने आशयको सूचना

यस क्याम्पसबाट मिति २०८१।०१।०९ गतेको क्ष्अत ीबद सामग्री खरिद (ठेक्का नं २।२०८०।८१) सम्बन्धी दोस्रो सिलवन्दी दरभाउपत्र आव्हानको सूचना बमोजिम पेश भएका दरभाउपत्रदाताहरु मध्ये देहाय बमोजिमको प्रस्ताव स्वीकृतिका लागि छनौट गर्ने निर्णय भएकोले सार्वजनिक खरिद नियमावली २०६४ को दफा ८४ को उपदफा १० बमोजिम को प्रयोजनार्थ सम्बन्धित सबैको जानकारीका लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

क्र.सं.	प्रस्तावदाताको नाम	कबोल रकम
१	श्री स्टार कम्प्यूटर सिस्टम, हेटौंडा-४, मकवानपुर	८,६६,९९८।१५ (मू.अ.करसहित)

बालजागृतिका विद्यार्थीको आवाज

आमा

रितिका कठायत

आयौ तिमी आफ्नो नातेदार इष्टमित्र छोडी
गर्भमा राख्यौ मलाई दुखको सीमा तोडी ।
भुलायौ सबै दुख मेरो एक झलक पाएपछि
हुर्कायौ मलाई आफ्नो लक्ष्यको बाटो मोडी

तिमीले मलाई केही हुन दिएनौ
हामीले तिमीलाई खुसी बनाउन पाएनौं ।
कोसिस गर्छौं हामी तिमीलाई खुसी बनाउछौं
हामी तिम्रो जिन्दगीलाई नसोचे जस्तो सजाउछौं ।

तिमीसँग पनि धेरै सपनाहरु छन्
साथै तिमीसँग धेरै पीडाहरु पनि छन् ।
हामी तिमीलाई सुखमा राख्न चाहान्छौं
हामी जहिल्यै तिम्रो साथमा रहन्छौं ।

यही हावामा तिम्रो माया खोज्छौं
तिमी हाम्रो बारेमा दिनरात सोँच्छौ ।
हाम्रा लागि भोक तिर्खा सबै बिर्सिन्छौ
हाम्रो माया पाउनका लागि सधै तर्सिन्छौ ।

कक्षा-७

Nature Beauty Shines

Sneha singh

Poem

In forests deep, where whispers play,
The ancient trees in stillness say.
Their leaves, a choir in gentle breeze.
Sing songs of old, among the trees.

The rivers dance, with joy untamed,
Their melodies by sunlight framed.
Through valleys green, they wind and flow,
In harmony with earth below.

The mountain stand, majestic tall,
Guardians of the land, standing tall.
Their peaks a dorned with snow- white crown
In silent reverence, they look down.

Oh, nature's symphony, so pure and bright
A convas painted with divin light.
In every leaf, in every stone,
A story told, of life alone.

class–8

BALJAGRITI ENGLISH SECONDARY SCHOOL
Hetauda-2

Flower

Ishweeta Acharya

Short story

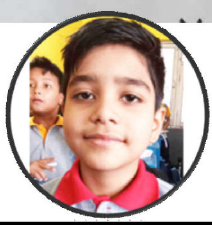
In Garden lush, where colour bloom a tapestry nature's loom, There lies a beauty, sweet and rayes. A flower's grace beyond compare.

With petals soft, like whispered sigh. They dance beneath the auzar skies, Their tragant breath, a gentle breeze. A symphothy that nature frees.

In morning's light, they greet sun, Their faces lifted, one by one, each blooms a story, yet untold, In hues of crimson, pink and gold.

class–8

चित्रकला



युभान साह, कक्षा ४

मेरो विद्यालय

अमिर श्रेष्ठ

मेरो विद्यालय छ ठूलो
मेरो विद्यालय छ राम्रो ॥

गुरुहरुले पढाउनुहुन्छ
विद्यार्थीले पढ्छन् ॥

मेरो विद्यालय
राम्रो विद्यालय ॥

हाम्रो प्यारो विद्यालय
हाम्रो राम्रो विद्यालय ॥

कक्षा-७ "अन्नपूर्ण"

राक्सिराङमा कृषि सामग्री वितरण

समाज संवाददाता

हेटौंडाः राक्सिराङ गाउँपालिकाले किसानहरुलाई मकैबाली प्रवर्द्धन कार्यक्रमअन्तर्गत् कृषि सामग्री वितरण गरेको छ। आइतबार गाउँपालिकामा एक कार्यक्रमबीच मिनिटिलर र स्प्रेपम्प वितरण गरेको हो ।

गाउँपालिकाका कृषि शाखा प्रमुख कृष्णा डुम्रेका अनुसार वडाहरुमा मकैबाली प्रवर्द्धन कार्यक्रमअन्तर्गत् उक्त सामग्री वितरण गरिएको हो । पालिकाको मकै बाली प्रवर्द्धन कार्यक्रमअन्तर्गत् ५० प्रतिशत अनुदानमा १५ थान मिनिटिलर र रैथाने कार्यक्रमअन्तर्गत् २५ प्रतिशत अनुदानमा ८ थान कम्बाइन मिल वितरण गरेको उहाँले बताउनुभयो । उक्त कार्यक्रमका लागि २६ जनाले आवेदन दिएको उहाँले बताउनुभयो ।

पालिकाको अधिकांश खेतीयोग्य ठाउँहरु पहाडी भूभागमा पर्ने भएकाले ठूला-ठूला ट्याक्टर जोत्न असहज हुने भएकोले उक्त मिनिटिलर वितरण गरिएको उहाँको भनाइ छ । तरकारी बालीमा किरा नलागोस् र विषादीको प्रयोग गर्न सहज वातावरण मिलाउन स्प्रेपम्प वितरण गरेको जनाइएको छ ।

यस्तै, गाउँपालिकाले ६ वटा कम्बाइन मिल पनि वितरण गरेको छ । यो वर्षभित्र ११ वटा मिल वितरण गर्ने लक्ष्य लिएकोमा ६ वटा वितरण गरेको हो । उक्त मिलका लागि १२ जनाले आवेदन दिएको जनाइएको छ ।

पालिकाले यसअघि तरकारी खेती प्रवर्द्धन, मकै खेती प्रवर्द्धन, थोपा सिँचाई र प्लास्टिक टनेल र मल्चिङ टनेलको कार्यक्रम सम्पन्न गरेको जनाएको छ । अब फलफूल खेती र माछाको प्रवर्द्धन कार्यक्रम गर्ने जनाएको छ । पालिकाका अध्यक्ष राजकुमार मल्लको सभाध्यक्षमा भएको कार्यक्रममा उपाध्यक्ष वनस्तम थिङ र प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत देवचन्द्र गर्तौलाको उपस्थिति रहेको थियो ।

बीपीको अदालतमा बयान कृति सार्वजनिक

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बीपी कोइरालाको अदालतमा बयान नामक कृति सार्वजनिक गरिएको छ। सामाजिक लोकतान्त्रिक अध्ययन केन्द्र मकवानपुरको शनिबार हेटौंडामा भएको चौथो साधारणसभामा अदालतमा बयान नामक कृति सार्वजनिक गरिएको हो ।

नेपाली काँग्रेसका सहमहामन्त्री महालक्ष्मी डीना उपाध्यायको प्रमुख आतिथ्य तथा केन्द्रका अध्यक्ष कृष्णप्रसाद दहालको सभाध्यक्षतामा कृति सार्वजनिक भएको हो । कृति सार्वजनिकको कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै डीनाले हरेक व्यक्तिहरुको कौशलता र विचार परिवर्तन गर्ने काममा बीपी कोइरालाले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको बताउनुभएको छ । देशमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन बीपीले गरेको कामहरुलाई जनतामाझ पुऱ्याउनुपर्ने उहाँले बताउनुभयो । नेपाली जनताको सिरलाई ठाडो बनाउने काममा कोइरालाले उल्लेखनीय भूमिका निर्वाह गरेको बताउनुभयो । कृषि, आर्थिक, सामाजिक र समावेशीको विश्लेषण गरेर महिला, जनजातिका लागि कोइरालाले काम गरेको उहाँले बताउनुभयो ।

पार्टीभित्रका सदस्यहरु नैतिकवान बन्न नसके देश समृद्ध हुन नसक्ने उहाँले धारणा राख्नुभयो । पार्टीमा मानिसहरुले नराम्रो काम गरेका कारण पार्टीको आलोचना हुने उहाँको भनाइ छ। अरुको आलोचना गरेर अरुलाई गालीगलौज गरेर समाजमा राम्रो बन्न खोज्न नहुने उहाँले बताउनुभयो। लोकतान्त्रिक विचारका व्यक्तिहरुले बीपीले गरेको कामको बारेमा जानकारी लिन आवश्यक रहेको उहाँले बताउनुभयो । बीपीको धारणालाई बुझेर विदेशबाट फर्केर नेपालमा नै काम गर्न आवश्यक रहेको उहाँले स्पष्ट पार्नुभयो ।

संविधानसभा सदस्य प्रल्हाद लामिछानेले राजनीतिक, साहित्यिक र सामाजिक क्षेत्रमा बीपीले आफ्नो परिचय दिन सफल भएको बताउनुभएको छ । क्रान्तिमा भएको कुराहरुको जिम्मेवारी लिने आँट गरेको उहाँले बताउनुभयो । २०१५ सालमा दुई तिहाई मत प्राप्त गरेर बीपी प्रधानमन्त्री बन्न सफल भएको उहाँले स्मरण गर्नुभयो । तत्कालीन समाजमा थुप्रै व्यवधान भएपनि लोकतन्त्र र प्रजातन्त्रका लागि बीपी कोइराला लड्न सफल भएको उहाँले बताउनुभयो ।

नेकपा एमालेका युवा नेता इन्द्र नेपालले आन्तरिक उत्पादनलाई सीपसँग जोड्न आवश्यक रहेको बताउनुभयो । सबै दलहरुले आफ्नो काम गरेको छ कि छैन ? जनताको पक्षबाट काम गऱ्यो कि गरेन ? भन्ने कुरा मनन गर्नुपर्ने उहाँले औंल्याउनुभयो ।

नेपाली कांग्रेसका युवा नेता आनन्दराम पराजुलीले सबै पार्टीका मानिसहरुले समाजमा सकारात्मकरुपले काम गर्न आवश्यक रहेको बताउनुभयो । अहिले नेपालको राजनीति चित्तबुझ्दो नभएको उहाँले बताउनुभयो। देश बनाउने काममा सबै दलका मानिसहरु एक हुनुपर्ने उहाँको धारणा छ । राजनीतिक क्षेत्रका मानिसहरुमा सुधार नभएका कारण मानिसहरुले विदेशिने क्रम बढ्दै गएको उहाँले बताउनुभयो । मकवानपुर जिल्लालाई राजनीतिक क्षेत्रमा शुद्धिकरण गरेर सही प्रतिनिधिलाई जिताउनुपर्ने उहाँले बताउनुभयो ।

नेपाली कांग्रेस मकवानपुरका पूर्वसभापति रघुरमण न्यौपानेले बीपी निरंकुश राज्यको विरुद्धमा गएको बताउनुभयो । बहुदलीय व्यवस्थाले गल्तीलाई सुधार्दै लैजाने काम गर्ने उहाँले बताउनुभयो ।

संसदको गतिरोधमा आजसम्म निष्कर्ष: प्रधानमन्त्री

काठमाडौंः प्रधानमन्त्री पुष्पकमल दाहाल प्रचण्डले सदनको गतिरोध अन्त्यको विषयमा सोमबारसम्म निष्कर्ष निस्किने विश्वास व्यक्त गरेका छन् ।

प्रमुख प्रतिपक्षी दल नेपाली कांग्रेससँग सकारात्मक कुराकानी भएकाले सोमबारसम्म निष्कर्ष निस्किने र मंगलबार सरकारको नीति तथा कार्यक्रम सहज रुपमा संसदमा प्रस्तुत हुने प्रधानमन्त्री प्रचण्डको विश्वास छ ।

आज बिहान न्युज एजेन्सी नेपाललाई प्रतिक्रिया दिँदै प्रधानमन्त्री प्रचण्डले भने, 'गम्भिरतापूर्वक प्रतिपक्षसँग आज कुरा भएको छ। अन्तिम निष्कर्षमा नपुगे पनि मलाई के विश्वास भएको छ भने भोलि बेलुकासम्म हामी एउटा निष्कर्ष निकालेर नीति कार्यक्रम सहज ढंगले अगाडि बढाउने वातावरण बन्छ ।'

सरकारको नीति तथा कार्यक्रम मंगलबार संघीय संसदमा प्रस्तुत हुँदैछ । तर सहकारी संस्थाको रकम अनियमितता प्रकरणमा मुछिएका उपप्रधानमन्त्री तथा गृहमन्त्री रवि लामिछाने उपर छानबिन गर्न संसदीय समिति गठन हुनुपर्ने माग गर्दै नेपाली कांग्रेसले संसदमा अवरोध गर्दै आएको छ ।

अवरोध अन्त्यको प्रयासमा प्रधानमन्त्री प्रचण्डले आज बिहान कांग्रेस सभापति शेरबहादुर देउवासहितका नेताहरुसँग छलफल गरेका थिए । छलफलबाट ठोस निष्कर्ष भने निस्किएको छैन ।

यद्यपि छलफलपछि नेपाली कांग्रेसका प्रमुख सचेतक रमेश लेखकले पनि आफूहरुको मागमा प्रधानमन्त्री प्रचण्ड सकारात्मक रहेको बताएका थिए ।

लोकतान्त्रिक अध्ययन केन्द्रको अध्यक्षमा कोईराला सर्वसम्मत

समाज संवाददाता

हेटौंडाः सामाजिक लोकतान्त्रिक अध्ययन केन्द्र मकवानपुरको अध्यक्षमा प्रदीप कोइराला चयन हुनुभएको छ। आइतबार भएको केन्द्रको दोस्रो जिल्ला अधिवेशन तथा चौथो वार्षिक साधारणसभाबाट कोइरालाको अध्यक्षतामा सर्वसम्मत ९ सदस्यीय समिति गठन भएको हो ।

केन्द्रको सदस्यहरुमा दीपक मिश्र, नीता मानन्धर, रमेश कोइराला, विष्णु नेपाल, गोविन्द सुवेदी, समिता रसाइली, पुष्पा अधिकारी र प्रतिभा भण्डारी चयन भएका छन् । केन्द्रको पहिलो कार्यसमिति बठैकबाट उपाध्यक्ष, सचिव र कोषाध्यक्ष चयन गरिने नवनिर्वाचित अध्यक्ष कोइरालाले बताउनुभयो। नवनिर्वाचित पदाधिकारीहरुको कार्यकाल ३ वर्षको हुनेछ ।

केन्द्रका निवर्तमान अध्यक्ष कृष्णप्रसाद दहालको सभाध्यक्ष तथा नेपाली कांग्रेसका सह-महामन्त्री महालक्ष्मी डीना उपाध्यायको प्रमुख आतिथ्यमा साधारणसभा तथा अधिवेशनको उद्घाटन भएको हो । कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै प्रमुख अतिथि डीनाले विदेशमा गएर आएका युवाहरुलाई सुरक्षा दिने र रोजगारीको सिर्जना गर्ने काम राज्यले गर्नुपर्ने बताउनुभएको छ । हरेक पार्टीको नेतृत्व कसरी भइरहेको भन्ने कुराको मूल्यांकन गर्न आवश्यक रहेको उहाँले बताउनुभयो । देशलाई समृद्ध बनाउन पार्टीमा आवद्ध भएका व्यक्तित्वहरु नैतिकवान हुनुपर्ने उहाँले धारणा राख्नुभयो ।

कार्यक्रममा प्रजातन्त्र सेनानी सम्मान २०८१ बाट दीपक मल्ल र कृष्णप्रसाद न्यौपानेलाई सम्मान गरिएको छ । सामाजिक सम्मान केशवप्रसाद दहाल, साहित्यरत्न सम्मान देवराज खरेल, दीर्घ लेखन सम्मान राजबाबु पहाडी, मानवअधिकार सम्मान बार एसोसिएसन मकवानपुरकी अध्यक्ष अप्सरा बस्नेत र नारीरत्न सम्मान मञ्जु खराललाई प्रदान गरिएको छ। उद्घाटन कार्यक्रममा नेपाली कांग्रेस मकवानपुरका सभापति बुद्ध लामा, संविधानसभा सदस्य प्रल्हाद लामिछाने, नेपाली कांग्रेस मकवानपुरका युवा नेता आनन्दराम पराजुली र नेकपा एमालेका युवा नेता इन्द्र नेपालको आतिथ्य रहेको थियो ।

नेपालले विश्वकपअघि ७ खेल खेल्ने

काठमाडौंः नेपाली राष्ट्रिय क्रिकेट टोलीले आइसीसी मेन्स टि-२० विश्वकपअघि अबको ३ सातामा तयारीस्वरूप ७ खेल खेल्ने भएको छ । विश्वकपको तयारीका लागि एक महिनाअघि नै पुगेको टोलीले विश्वकपको खेल हुने ३ मध्य २ मैदानमा प्रशिक्षण तथा अभ्यास खेलको अवसर पाउने भएको हो । यसै साता वातावरणमा भिज्न अमेरिका पुगेको टोली हाल फ्लोरिडामा छ ।

फ्लोरिडामा समय र वातावरणसँग घुलमिल गरिरहेको टोली टोली आइतबार वेस्ट इन्डिजको सेन्ट भिन्सेन्टतर्फ प्रस्थान गर्दैछ । नेपालले विश्वकपको समूह चरणमा पछिल्लो २ खेल त्यसै स्थानमा खेल्नेछ। नेपालले त्यहाँ पुगेर सेन्ट भिन्सेन्ट एण्ड विन्डवार्डको मिक्स टिमसँग ३ खेल खेल्नेछ । १४, १६ र १८ मेमा अभ्यास खेलसंगै नेपाल मे १९ मा ह्युस्टन प्रस्था गर्नेछ । त्यसपछि २१ मे मा टोलीले प्रशिक्षण गर्ने तालिका रहेको छ ।

२२ र २३ मे मा नेपालले ह्युस्टनको प्रेरी भ्यु क्रिकेट कम्प्लेक्समा ह्युस्टन हरिकेनसँग अभ्यास खेल खेल्नेछ। नेपालले यसअघि सन् २०२२ मा लिग-२ खेल्न जाँदा पनि सोहि स्थानमा अभ्यास खेल खेलेको थियो । नेपाले २५ मे मा डालास प्रस्थान गर्नेछ । त्यसपछि आइसीसीकै तालिका अनुसार नेपालले ग्रान्ड प्रेरि मैदानमा २ विश्वकप वार्म अप खेल खेल्नेछ । हालसम्म आइसीसीले तालिका सार्वजनिक नगरेपनि नेपालले अमेरिका र क्यानडासँग खेल्ने चर्चा छ ।

स्रोतः हाम्रो खेलकुद ।

सामुदायिक रेडियो,
रेडियो निकास
९३.४ मेगाहर्ज
सुनौं र सुनाऔं
The Voice of Community

डिभिजन वन कार्यालय, मकवानपुरको अनुरोध ।

सुख्खा तथा हावाहुरीको मौसममा आगोको सानो फिल्कोले वन जंगलमा डढेलो फैलिन गई वन, वन्यजन्तु र मानवीय क्षति समेत पुऱ्याउँन सक्ने हुँदा डढेलो लाग्नबाट जोगाउँन विशेष सावधानी अपनाऔं ।

डिभिजन वन कार्यालय, मकवानपुर

जनस्वास्थ्य कार्यालय, मकवानपुरद्वारा जनहितमा जारी सन्देश ।।

बालबालिकाहरुलाई विभिन्न रोगहरुबाट बचाउन जन्मे देखि १५ महिना सम्मको उमेरमा १३ वटा रोगहरु विरुद्धका खोपहरु नेपाल सरकारबाट नि:शुल्क उपलब्ध हुन्छ । बालबालिकालाई उमेर अनुसार लगाउनु पर्ने सबै खोपहरु पुरा गराए मात्र बालकालिकालाई स्वास्थ्य राख्न तथा संक्रामक रोगहरुबाट बचाउन सकिन्छ ।

तसर्थ, १५ महिना उमेर भित्रमा लगाउनुपर्ने सबै खोपहरु समयमै पुरा गराऔ । १५ महिनामा लगाउनुपर्ने दादुरा रुबेला दोस्रो मात्रा र टाईफाइड लगायतका खोपहरु छुट भएको भए नजिकको खोप केन्द्रमा लगि सबै खोपहरु तोकिएको उमेरमा पुरा गराऔं । पूर्ण खोप लिएमा मात्र बालबालिकालाई रोगहरुबाट सुरक्षित राख्न सकिन्छ ।

खोपहरु लगाए पनि सधैं सरसफाईका सबै व्यवहारहरुको पालना गरौं । खोप सम्बन्धि कुनै जानकारी आवश्यक परेमा नजिककै स्वास्थ्य संस्था, स्वास्थ्यकर्मी, म.स्वा.स्वय.से.वा निशुल्क कल सेन्टर १११५ मा सम्पर्क गरौं याद गर्नुहोस । जन्मे देखि १५ महिना सम्मको उमेरमा लगाउनुपर्ने सबै खोपहरु पूरा गराए मात्र बालबालिकालाई स्वास्थ्य राख्न तथा संक्रामक रोगबाट बचाउन सकिन्छ ।

जिल्ला खोप समन्वय समिति तथा
जनस्वास्थ्य कार्यालय, मकवानपुर

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