म.जि.प्र.का दर्ता नः
१०४/०६७/०६८

हेटौंडा, मकवानपुर

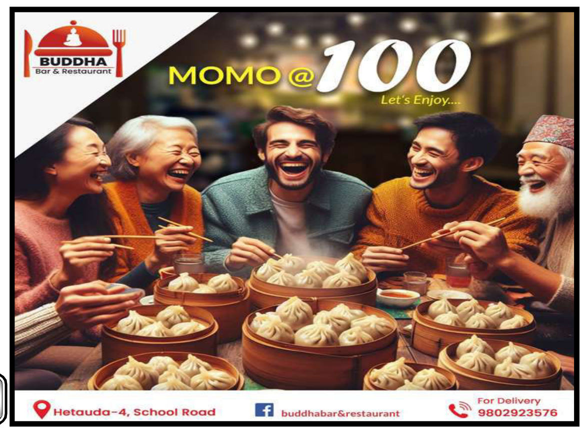
म.जि.हु.का.द.नं.
३०/०६९/०७०

बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडाबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको समाचारपत्र

समृद्ध समाज

SAMRIDDHA SAMAJ NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष:१५ अङ्क:- २४७ २०८१ साउन १५ गते मंगलबार 30 July 2024, Tuesday - पृष्ठ ४ मूल्य रू. ५/-



बागमतीका मुख्यमन्त्री लामाले आज विश्वासको मत लिनुहुँदै

समाज संवाददाता

हेटौँडा: बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री बहादुर सिंह लामाले आज मंगलबार प्रदेश सभामा विश्वासको मत लिंदै हुनुहुन्छ । साउन ८ मा मुख्यमन्त्री नियुक्त हुनुभएका लामाले कांग्रेस-एमाले गठबन्धन प्रदेश सरकारको नेतृत्व गरिरहनुभएको छ । साउन ८ मा मुख्यमन्त्री नियुक्त हुनुभएका उहाँले ३० दिन भित्र प्रदेश सभाबाट विश्वासको मत लिइसक्नुपर्ने व्यवस्था रहेको छ ।

मुख्यमन्त्री लामाले नेपालको संविधानको धारा १६८ को उपधारा (४) तथा प्रदेश सभा नियमावली २०७४ को नियम १४३ को उपनियम (१) बमोजिम प्रदेश सभाबाट विश्वासको मत लिने तयारी गर्नुभएको हो । सरकारलाई पूर्णता दिए लगत्तै मुख्यमन्त्री लामाले सरकार सुरक्षित गर्ने उद्देश्य अनुसार प्रदेश सभाबाट विश्वासको मत लिने निर्णय गर्नुभएको हो । उहाँको निर्णय अनुसार प्रदेशसभा बैठक आव्हानका लागि प्रदेशसभा सचिवालय हटौँडामा पत्राचार गर्नुभएको थियो ।

सोही अनुसार प्रदेशसभाका सभामुख भुवनकुमार पाठकले आज (मंगलबार) का लागि प्रदेशसभा बैठक आव्हान गर्नुभएको छ । आज दिउँसो ३ बजेका लागि आव्हान भएको प्रदेशसभा बैठकमा मुख्यमन्त्री लामाको विश्वासको मत सम्बन्धी प्रस्ताव माथि छलफलसहित निर्णय हुनेछ । सचिवालयका अनुसार बैठकको सुरुवातमा मख्यमन्त्री लामाले आफ्नो धारणासहित विश्वासको मत सम्बन्धी प्रस्ताव पेश गर्नुहुनेछ भने सो पश्चात दलगत रुपमा मुख्यमन्त्री लामाको विश्वासको मतसम्बन्धी प्रस्ताव माथि नेताहरुले धारणा राख्नेछन् ।

दलगत रुपमा प्रदेश सभा सदस्यहरुको धारणा राखेसँगै मुख्यमन्त्री लामाको विश्वासको मत सम्बन्धी प्रस्तावमा मत विभाजन गर्ने प्रदेश सभाको कार्यसूचि रहेको छ । हस्ताक्षर सहितको मत विभाजनमा प्रदेश सभा सदस्यहरुले मुख्यमन्त्री लामाको विश्वासको मत सम्बन्धी प्रस्तावको पक्ष, विपक्ष वा तथस्टमा मत दिने सचिवालयले जनाएको छ । मुख्यमन्त्री लामाले आफूलाई विश्वासको मत सम्बन्धी प्रस्तावको पक्षमा मतदान गर्न माओवादी केन्द्र सहितका विपक्षी दलहरुलाई आग्रह गर्नुभएको छ । लिखितरुपमा सबै दलहरुलाई पत्राचार गरेर उहाँले आफूलाई विश्वासको मत दिन विपक्षी दलहरुलाई आग्रह गर्नुभएको छ ।

उहाँले माओवादी केन्द्रको संसदीय दलका नेता शालिकराम जम्कट्टेल, एकीकृत समाजवादी संसदीय दलका नेता कृष्णप्रसाद शर्मा खनाल, राप्रपाका संसदीय दलका नेता उद्धव थापा, नेमकिपाका संसदीय दलका नेता सुरेन्द्रराज गोसाई, हाम्रो नेपाली पार्टी संसदीय दलका नेता शैलेन्द्रमान बज्राचार्यसँग विश्वासको मत माग्दै पत्र पठाउनभुएको छ । साउन १२ मा एक विना विभागीय मन्त्रीसहित सरकारलाई पूर्णता दिनुभएका मुख्यमन्त्री लामालाई एमालेका २७ र कांग्रेसका ३७ प्रदेश सभा सदस्य गरी ६४ जनाको समर्थन रहेको छ । पहिलो पटक कांग्रेसबाट सरकारको नेतृत्व लिएका उहाँले एमालेका ६ र कांग्रेसका ८ जनालाई मन्त्री नियुक्त गर्नुभएको छ ।

आत्महत्या चुनौती बन्दै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुर जिल्लामा आत्महत्या चुनौतीपूर्ण बन्दै गएको छ । अवसाद (डिप्रेसन) र चिन्ता (एन्जाइटी) आत्महत्याका मुख्य कारण बनेका छन् । बालबालिकाले समेत आत्महत्यालाई जीवनको अन्तिम समाधानको रुपमा लिने गरेका छन् । हाँस्ने, खेल्ने, रमाउनु पर्ने उमेरमा धेरैले डरलाग्दो कदम चालिरहेका छन् । सकारात्मक पक्षलाई नकार्दै नकारात्मक पक्षलाई बढि ध्यान दिने गरेको पाइएको छ । आत्महत्या गर्नेमा बालबालिकाको संख्या वर्षेनि बढिरहेको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरको तथ्याङ्कअनुसार विगत तीन वर्षमा ३५ जना बालबालिकाले आत्महत्या गरेका छन् । विगत तीन वर्षमा ४ सय २३ जनाले आत्महत्या गरेका छन् । तथ्याङ्कअनुसार २ सय ५६ जना पुरुष, एक सय ३२ जना महिला, १४ जना बालक र २१ जना बालिकाले आत्महत्या गरेका छन् । गत आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा एक सय ४४ जनाले आत्महत्या गरी ज्यान गुमाएका छन् ।

आत्महत्या गर्नेमा ८७ जना पुरुष, ४९ जना महिला रहेका छन् भने ४-४ जना बालक-बालिका रहेका छन् । एक वर्षको अवधिमा ६० जना पुरुष, ३२ जना महिला, ४ जना बालक र ४ जना बालिकाको झुण्डिएका कारण मृत्यु भएको छ । यस्तै, २७ जना पुरुष र १७ जना महिलाले बिष सेबन गरेका थिए ।

गत आर्थिक वर्षको साउन महिनामा २२ जनाले आत्महत्या गरेका थिए । भदौ महिनामा १३ जना, असोज महिनामा ५ जना, कार्तिक महिनामा १३ जना, मंसिर महिनामा ४ जना र पुस महिनामा १३ जनाले आत्महत्या गरेका छन् । यस्तै, माघ महिनामा ६ जना, फागुन महिनामा १५ जना, चैत महिनामा १५ जना, बैशाख महिनामा ७ जना, जेठ महिनामा १८ जना र असार महिनामा १३ जनाले आत्महत्या गरेका हुन् ।

यस्तै, आर्थिक वर्ष २०७९/०८० मा एक सय ५४ जनाले आत्महत्या गरेका थिए । ९६ जना पुरुष, ४३ जना महिला, ५ जना बालक र १० जना बालिकाले आत्महत्या गरेका थिए । यसैगरी आर्थिक वर्ष २०७८/०७९ मा एक सय २५ जनाले आत्महत्या गरेका छन् । ७३ जना पुरुष, ४० जना महिला, ५ जना बालक र ७ जना बालिकाले आत्महत्या गरेको प्रहरीको तथ्याङ्क छ ।

आत्महत्या न्यूनीकरणका लागि जिल्ला, पालिका तथा वडा-वडामा सचेतना कार्यक्रमको आयोजना गर्नुपर्ने आवश्यकता देखिएको छ । आत्महत्या न्यूनीकरणसम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रमको आयोजना भइरहदाँ पनि आत्महत्या कम हुन सकेको छैन । पारिवारिक द्वन्द्व, लागूऔषध दुर्व्यसन, प्रेमसम्बन्ध, साथीभाइमा दुश्मनी, नशामा रसायन घटबढ, विभिन्न प्रकारका समस्या, तनाव, मानसिक समस्या आत्मअत्याका कारण हुन् ।

हेटौंडा अस्पतालका मनोचिकित्सक विभागमा धेरै जना बिरामी अवसाद (डिप्रेसन) र चिन्ता (एन्जाइटी)का कारण आउने गरेका छन् । किशोरकिशोरीहरुमा मानसिक समस्या बढी मात्रामा दिखिने हेटौंडा अस्पतालका मनोचिकित्सक विशेषज्ञ डा. उद्धव लामाले जानकारी दिनुभयो । विभागमा उपचारका लागि आउने दैनिक औसत ३५ जना बिरामीमध्ये धेरै जना किशोरकिशोरी हुने उहाँको भनाइ छ । पहिलेजस्तो घुलमिल नहुने, केहि कुरामा इच्छुक नहुने, बाहिर नजाने, रमाइलो नगर्ने, अन्तरक्रिया कम गर्ने, समयमा नसुत्ने/नखाने, बढी रिसाउने यसका कारण भएको डा. लामाको भनाइ छ ।

यस्तो समस्या भएमा तुरुन्तै डाक्टरको सल्लाह लिन आवश्यक छ । धेरै जनामा औषधीले नराम्रो हुन्छ भन्ने भ्रम रहेको डा. लामाले बताउनुभयो । मानसिक समस्या भएका बिरामीलाई घर परिवारको सहयोगले केहि मात्रामा सहयोग पुग्ने उहाँको भनाइ छ । डा. लामाका अनुसार उपचारमा ढिलाई भएमा औषधी जीवनभर खानुपर्ने हुनसक्छ । महिलाहरुको सम्बन्धमा मानसिक समस्या भएमा महिनावारीमा समेत यसले घटबढ गराउँछ ।

आत्महत्यालाई न्यूनीकरण गर्न जनचेतना जगाउन र परामर्श दिन धेरै आवश्यक भएको छ । जनस्वास्थ्य कार्यालय मकवानपुरले चालु आर्थिक वर्षमा आत्महत्या न्यूनीकरणसम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रम आयोजना गर्ने भएको छ । गत आर्थिक वर्ष स्वास्थ्यकर्मीहरुलाई तालिम प्रदान गरेकोमा चालु आर्थिक वर्ष स्वयम्सेविकाहरुलाई मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी तालिम प्रदान गर्ने कार्यालयका सूचना अधिकारी लक्ष्मण घिमिरेले जानकारी दिनुभयो ।

मानसिक स्वास्थ्यसम्बन्धी विद्यालयमा नर्समार्फत् परामर्श प्रदान गर्ने उहाँले बताउनुभयो । जनस्वास्थ्य कार्यालयले प्रत्येक स्वास्थ्य संस्थाका एक जनालाई सामान्य मानसिक समस्याको औषधी प्रदान गर्ने तालिम दिएको छ । जसअनुसार स्वास्थ्यकर्मीहरुले निःशुल्क औषधी वितरण गर्ने गरेको घिमिरेले बताउनुभयो । आत्महत्यालाई न्यूनीकरण गर्न जनचेतना र परामर्श दिइरहेको उहाँको भनाइ छ ।

आत्महत्या न्यूनीकरण गर्न घरेलु हिंसा न्यूनीकरणसम्बन्धी कार्यक्रम, सूचनामुलक कार्यक्रम गर्दै आएको जिल्ला समन्वय समिति मकवानपुरका प्रमुख ललित घलानले जानकारी दिनुभयो ।

...बाँकी पृष्ठ ३ मा

बागमती प्रदेश सरकार

मन्त्री परिषद् विस्तारमा सत्ता साझेदारकै विमत्ती

मुख्यमन्त्रीले संघीयताको हुर्मत लिए: विपक्षी

समाज संवाददाता

हेटौँडाः बागमती प्रदेशको मन्त्रिपरिषद् विस्तारमा सत्तारुढ दलले नै विमत्ती राखेको छ । एमाले-कांग्रेस गठबन्धनबाट साउन ८ मा मुख्यमन्त्री बन्नुभएका बहादुर सिंह लामाको मन्त्रिपरिषद्का विषयमा सत्ता साझेदार दल एमालेले विमत्ती राखेको हो ।

सकसपूर्ण ढंगबाट मन्त्रिमण्डल विस्तारसँगै पूर्णता दिएका मुख्यमन्त्री लामाको निर्णयप्रति एमाले सकारात्मक देखिएको छैन । प्रदेशमा रहेको १३ मन्त्रालयमा १४ मन्त्री नियुक्त गरेका मुख्यमन्त्री लामाको निर्णयप्रति एमालेले असहमति जनाएको हो । कांग्रेस भित्रको समस्याका कारण प्रदेश सरकारप्रति नकारात्मक टिप्पणी हुने भन्दै एमाले बिना विभागीय मन्त्रीको जिम्मेवारीका लागि मन्त्रालय फुटाउने निर्णयको विपक्षमा उभिएको छ ।

हाल मुख्यमन्त्री लामाले विना विभागीय मन्त्री मदु कुमार श्रेष्ठलाई 'ट्वाइसी'का रुपमा मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद् कार्यालयमा राख्ने गरी साउन १२ मा एमालेका ६ र कांग्रेसका ८ मन्त्री नियुक्त गर्नुभएको छ । तत्काल मन्त्रालय विभाजन नगर्ने र एमालेसँगको सहमतिमा बिना विभागीय मन्त्रीको व्यवस्थापन गर्ने योजना मुख्यमन्त्री लामाको रहेको छ । तर, एमाले भने मन्त्रालय बढाउने पक्षमा सहमत हुन नसक्ने बताउँदै आएको छ ।

एमाले बागमती प्रदेश संसदीय दलका नेता जगन्नाथ थपलियाले कुनै पनि हालतमा मन्त्रालयको संख्या नबढ्ने बताउनुभएको छ । कांग्रेस भित्रको समस्या समाधान गर्न बिना विभागीय मन्त्रीसहित सपथ ग्रहणका लागि एमालेले सहमति गरेको र मन्त्रालय विभाजनको विषयमा कुनै छलफल तथा निर्णयमा साक्षी नबसेको नेता थपलियाले बताउनुभयो । साझेदार दुई दलबीच मुख्यमन्त्रीसहित कांग्रेसलाई ७ र एमालेलाई ६ जना मन्त्री दिने सहमति भएको उहाँको भनाइ छ । उक्त निर्णयबाट एमाले पछि नहट्ने उहाँले स्पष्ट पार्नुभयो । 'बिना विभागीय मन्त्रीको व्यवस्थापन मुख्यमन्त्रीको समस्या हो । बिना विभागीय मन्त्रीलाई मुख्यमन्त्री कार्यालयमै कुनै जिम्मेवारी दिने वा अरु केही उपाय खोज्ने कांग्रेसले मिलाउने विषय हो । मन्त्रालय बढाउने सहमति हुन्न', उहाँले भन्नुभयो ।

यता विपक्षी दलहरुले सरकारले संघीयताको हुर्मत लिने काम गरेको बताएका छन् । मन्त्री नियुक्त गरेर सपथ गराउन नसक्ने, विवाद समाधान गर्न नसक्ने र बिना विभागीय मन्त्री राखेर अघि बढ्ने सरकारको कदमले संघीयताको नै हुर्मत लिएको उनीहरुको भनाइ छ । माओवादी केन्द्र बागमती प्रदेश संसदीय दलका प्रमुख सचेतक रत्न प्रसाद ढकालले २ दलको सरकार बन्दा राजनीतिक स्थायित्वको विषय उठाएपनि त्यसमा अडिग हुन नसकेको बताउनुभयो । मुख्यमन्त्री लामाले आर्थिक मितिव्ययिता र खर्च व्यवस्थापनका सवालहरु बिर्सिएर काम गरेको उहाँको आरोप छ ।

सरकारको भागबण्डा र चलखेलले आम नागरिकहरुमा प्रदेश सरकारप्रति नकारात्मक सन्देश पुगेको उहाँको भनाइ छ । कांग्रेस-एमालेले प्रदेश सरकारको गरिमा गिराउने काम गरेको उहाँले बताउनुभयो । उहाँका अनुसार विगतमा सवाल खडा गर्नेहरु अहिले त्यही विषयमा निर्धक्क निर्णय गर्दै हिँड्न सत्ता आशक्ति स्पष्ट भएको प्रमुख सचेतक ढकालले बताउनुभयो ।

'सुरुवातमा नै मन्त्रीको नियुक्ति गरेर सपथ गरान नसक्ने, सरकार विस्तारमा समस्या ल्याउने काम गरेर गाइजात्रा देखाइयो । २ दलको सरकार बन्दा आकांक्षी कम हुने र मन्त्रालय तथा मन्त्रीको संख्या कम हुने अपेक्षा थियो । तर, त्यसको विपरित मन्त्रीको संख्या बढाएर मन्त्रालय थप्ने काममा सरकारको नेतृत्व गर्ने दल सक्रिय भएको छ', ढकालले भन्नुभयो, 'मनोमानी ढंगबाट सरकार संचालन गर्न पाइन्न । प्रतिपक्षको सुझाव मन्त्री र मन्त्रालयको संख्या घटाएर सुशासनको प्रत्याभूति दिलाउनु पर्छ भन्ने हो । सरकार गलत ढंगबाट चल्ने प्रयत्न गरे हामी प्रतिवाद गर्छौ ।'

राप्रपा संसदीय दलका नेता उद्धव थापाले सरकारका करण राप्रपाको एजेण्डामा बल पुग्ने काम भएको बताउनुभयो । राप्रपाले संघीयता खारेजीको माग गरेकाले सरकारका गतिविधि सोही अनुसार अघि बढ्दा आफूहरुलाई सहज हुने उहाँको विश्वास छ । 'हामी संघीयताको विरुद्धमा रहेकाले सरकारको काम राम्रो भइरहेको छ । क्रमशः १/२ वटा गरेर मन्त्रालय बढाउनु भन्दा २२ बनाउन मिल्छ । त्यसै गर्दा राम्रो हुन्छ ।' उहाँले भन्नुभयो, 'अहिले संघीयताका पक्षधरहरुलाई जनताले अन्तिम मौका दिएका हुन् । उहाँहरु असफल हुनु भनेको हाम्रो एजेण्डा बलियो हुनु हो । अहिले के रवैया रहे अर्को निर्वाचनमा हामी थप शक्तिशाली हुन्छौं ।'

नेकपा एकीकृत समाजवादी बागमती प्रदेश संसदीय दलका नेता कृष्णप्रसाद शर्मा खनालले अहिलेको सरकारले संघीयताको हुर्मत लिने काम गरेको बताउनुभयो । मन्त्रालयको संख्या अनुकुलताको आधारमा बढाउन नहुने उहाँले बताउनुभयो । मन्त्रालयको संख्या स्पष्ट तोकिने व्यवस्था गर्नुपर्ने उहाँको भनाई छ । 'प्रदेश सरकारले संघीयताको हुर्मत लिने काम गरेको छ । एउटालाई नियुक्ति दिएर सपथ नगराई अर्कोलाई नियुक्ति दिने कामले प्रदेश सरकार माथि नै आँच आएको छ । यसमा हाम्रो आपत्ति रहन्छ', उहाँले भन्नुभयो, 'संघमा १५ र प्रदेशमा ५ मन्त्रालय बनाउनु पर्छ भन्ने हाम्रो मान्यता हो । निर्देशित संघीयता कार्यान्वयनका कारण अहिलेको अवस्था आएको हो । अधिकार सम्पन्न संघीयताका आवश्यक रहन्छ त्यसका लागि लडाई लडनु पर्ने हुन्छ ।'

हाम्रो सुमो सेवाको

नयाँ प्रस्तुती...

Electric Van

विद्युतीय भ्यानमा यात्रु सेवा

२०६८ सालदेखि हेटौँडामा स्थापना भएर यात्रुहरुलाई आरामदायी र भरपर्दो सुमो सेवा सञ्चालन गर्दै आएको यस कम्पनिले अब विद्युतीय सवारीसाधन (Elecric Van (EV) मा गुणस्तरी सेवा शुभारम्भ गर्न लागेको सगौरव जानकारी गराउँदछौं ।

हेटौँडा-काठमाडौं-हेटौँडा

हेटौँडा-बीरगन्ज-हेटौँडा

साथै यस कम्पनिद्वारा सञ्चालित EV, साझा बस, स्कार्पियो तथा सुमो जीप भाडामा चाहिएमा सम्पर्क गर्नुहोला ।

भेष खड्गी, सञ्चालक

हाम्रो सुवो सेवा

हेटौँडा-४, मेनरोड (बलराम दास एण्ड सन्स पेट्रोल पम्प नजिकै)

९८४५४-५७५०७, ९८५५०६८८७३

सम्पादकीय

प्रदेश: मन्त्री बनाउने कारखाना

मुलुकमा विद्यमान राजनीतिक अस्थिरताले बारम्बार सरकार परिवर्तन भइरहेका छन् । नेपाल एकीकरणपश्चात् हालसम्म ३८ जना देशको प्रधानमन्त्री वा सोसरहको पदमा आसिन हुँदा ८० पटकभन्दा बढी प्रधानमन्त्री फेरिएको छ । २००७ सालमा प्रजातन्त्र स्थापना भएपछि २०१७ सालसम्म राजाको प्रत्यक्ष शासनबाहेक ८ पटक प्रधानमन्त्री फेरियो र ७ जना प्रधानमन्त्री बने । २०१७ देखि २०४६ सम्मको पञ्चायती व्यवस्थामा १५ पटक प्रधानमन्त्री परिवर्तन हुँदा ८ जना प्रधानमन्त्री बने । २०४६ सालमा प्रजातन्त्र पुन:स्थापनाछि गणतन्त्र कार्यान्वयन हुँदा (२०६५ साल) सम्म ६ जना व्यक्तिहरुबाट १४ पटक सरकार परिवर्तन भयो । गणतन्त्र स्थापनापछिको करिब १५ वर्षमा १५ पटक नै सरकार परिवर्तन हुँदाम ९ जना प्रधानमन्त्री बने । संघीयता कार्यान्वयन अघिसम्म देशको प्रधानमन्त्री र मन्त्री हुने भए पनि अहिले प्रदेशले समेत थुप्रैलाई मुख्यमन्त्री र मन्त्री बनाइसकेको छ ।

२०७४ सालमा भएको आम निर्वाचनपछि सात वटै प्रदेशमा सरकार निर्माण भयो । राजनीतिक अस्थिरताले प्रदेशमा पनि निरन्तरता पाएपछि प्रदेश मुख्यमन्त्री र मन्त्री उत्पादन गर्ने कारखाना जस्तो भएको छ । नेपालमा २००७ सालदेखि हालसम्म कुनै पनि प्रधानमन्त्रीले एकै कार्यकालमा ५ वर्ष शासन सञ्चालन गर्न पाएका छैनन् । छिटोछिटो सरकार परिवर्तन हुँदा देशले थुप्रै व्यक्तिलाई प्रधानमन्त्री र मन्त्री बनाइसकेको अवस्थामा अहिले प्रदेशमा पनि त्यो रोग सरेको छ । सातै प्रदेशले पहिलो ५ वर्षे कार्यकालमा १५ जनाभन्दा बढी मुख्यमन्त्री र करिब २ सय जना मन्त्री बनाएको थियो । उक्त अवधिमा बागमती प्रदेशले ३ मुख्यमन्त्री र ३९ जना मन्त्री पायो । सबै प्रदेशमा गरेर ५५० जना प्रदेशसभा सदस्यमध्ये करिब एक तिहाइ मन्त्री बन्न सफल भए । प्राय: प्रदेशमा एउटै पार्टीको बहुमत भएको पहिलो कार्यकालमा पटक-पटक सरकार परिवर्तन भएर मुख्यमन्त्री र मन्त्री बन्ने र बनाउने प्रतिस्पर्धा चलेको अवस्थामा दोस्रो कार्यकालमा कुनै पनि पार्टीको एकल बहुमत कुनै प्रदेशमा नहुँदा झन धेरै सरकार परिवर्तनको खेलसँगै मुख्यमन्त्री र मन्त्री उत्पादन हुने क्रमले व्यापकता पाइरहेको छ ।

पछिल्लो पटक आम निर्वाचन भएको करिब डेढ वर्षको बिचमा सबैजसो प्रदेशमा मुख्यमन्त्री परिवर्तन भइसकेको छ । यसबिचमै बारम्बार सत्ता गठबन्धन परिवर्तनसँगै मन्त्री परिवर्तन भइरहेका छन् । बागमती प्रदेशमा २०७९ पुसपछि हालसम्म मुख्यमन्त्री २ र मन्त्री ५० जना थपिइसकेको छ । बागमती प्रदेश सरकारले करिब ७ वर्षमा ५ जना मुख्यमन्त्री, ८५ जना मन्त्री बनाइसकेको छ ।

निर्वाचन भएको दुई वर्ष नहुँदै ११० जना सांसदमध्ये ४० जना मन्त्री भइसकेको हुँदा बागमती प्रदेशमा बाँकी तीन वर्षमा धेरैजसो सांसद मन्त्री बन्ने सम्भावना नकार्न सकिँदैन । ७ वर्षको अवधिमा बागमती प्रदेशको आर्थिक मामिला तथा योजना मन्त्रालयले ७ जना नै मन्त्री पाएको छ । वर्षको एक जना मन्त्री फेरेर मुलुक र प्रदेशको विकासको परिकल्पना कसरी गर्न सकिएला ?

संघीयता उन्नत शासन व्यवस्था हो । तर, हाम्रो जस्तो राजनीतिक चेतना कमजोर भएको देशमा यो व्यवस्था फलदायी बन्न सकेको छैन । प्रदेश तहलाई मन्त्री उत्पादन गर्ने कारखानाजस्तो बनाएर राजनीतिक दलहरुले आफ्ना नेता कार्यकर्ता व्यवस्थापनको माध्यम बनाइरहेका आभाष हुन थालेको छ । केन्द्रमा सरकार परिवर्तन भएपछि प्रदेश प्रमुख फेर्ने, बारम्बार सत्ता गठबन्धन परिवर्तन गरेर सरकार बदलिरहने, मन्त्रालय फुटाएरमात्र नपुगेर मन्त्रालयबिनाकै मन्त्री बनाउने, राजनीतिक नियुक्तिको नाममा कार्यकर्ता व्यवस्थापन गर्ने परिपाटीलाई राम्रो मान्न सकिँदैन । अहिले पनि संघ र प्रदेशमा गरेर करिब एक सय जना मन्त्री रहेका छन् । देशको समानुपातिक र सन्तुलित विकासका लागि ल्याइएको संघीयतालाई कार्यकर्ता व्यवस्थापन गर्ने माध्यम र प्रदेशलाई मन्त्री उत्पादन गर्ने कारखाना बनाउनु हुँदैन । राजनीतिक स्थिरता कायम गरी न्यूनतम संख्यामा मन्त्री बनाएर प्रदेश सरकार सञ्चालन गर्न सबै राजनीतिक दल गम्भीर बन्नु आवश्यक छ ।

महत्वपूर्ण फोन नम्बरहरु

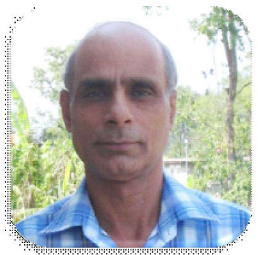
जिल्ला प्रशासन कार्यालय ५२०४९५	चित्लाङ इलाका ६२१०००
जिल्ला प्रहरी कन्ट्रोल १००	वारुण यन्त्र १०१
ट्राफिक प्रहरी १०३	बालबालिका खोजतलास केन्द्र १०४
वडा प्रहरी ५२०२९९	बाल हेल्पलाइन १०९८
पशुपतिनगर इलाका ५२०५९८	हेलो सरकार ११११
मनहरी इलाका ९८५५०९०१६१	नेपाल टेलिकम सोधपुछ १९७
भीमफेदी इलाका ६९१४६२	एम्बुलेन्स १०२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

तपाईको राशिफल

पं. ज्योतिष: 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 : प्रतिद्धन्द्धीहरुसँग 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 नि:स्वार्थ सहयोग प्राप्त होला ।
कुम्भ : शरीरमा थकान र उत्साहमा कमी आउने समय छ ।
मीन : सरल व्यवहारले कामबाट लाभ प्राप्त होला ।

शैक्षिक सुधारका लागि चाल्नु पर्ने प्रभावकारी उपायहरु



✍ बिमल केशरी पौडेल

२०८० को एसईईको परीक्षाफल प्रकाशित भएसँगै शैक्षिक सुधारको आवश्यकता बारे बहस शुरु भएको छ । मकवानपुर जिल्लामा ३६.६ प्रतिशत विद्यार्थी कक्षा ११ मा भर्ना हुन योग्य भएका छन् भने १३८ विद्यालय मध्ये १६ विद्यालयका कुनै पनि विद्यार्थी कक्षा ११ मा भर्ना हुन योग्य भएनन् । हेटौंडा उपमहानगरपालिकामा उत्तीर्ण प्रतिशत ५४ छ भने २ वटा विद्यालय (निजि-१ र सामुदायिक-१) को नतिजा शून्य छ । मकवानपुर जिल्लाका विभिन्न स्थानीय तहमा एसईई उत्तीर्ण प्रतिशत निम्न अनुसार रहेको छ, थाहा नगरपालिका २७.५ प्रतिशत, बकैया गाउँपालिका १२.९ प्रतिशत, कैलाश गाउँपालिका ५.५ प्रतिशत, बागमती गाउँपालिका ८ प्रतिशत, मनहरी गाउँपालिका २३.९ प्रतिशत, राक्सिराङ गाउँपालिका ९.८ प्रतिशत, मकवानपुरगढी गाउँपालिका १५.३ प्रतिशत, भीमफेदी गाउँपालिका ९.८ प्रतिशत, इन्द्रसरोवर गाउँपालिका १६.७ प्रतिशत ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिका बाहेक मकवानपुरका ९ वटा स्थानीय तहको औसत उत्तीर्ण प्रतिशत १४.४ रहेको छ । शिक्षामा राज्यको लगानी विशेषगरी सरकारी विद्यालयमा निजीको तुलनामा बढी भए पनि (सरकारी शिक्षकको तलब, सुविधा निजि भन्दा बढी रहेको) एसईईमा उत्तीर्ण प्रतिशत कम हुनु विडम्वना हो । समग्रमा विद्यालय शैक्षिक सुधारका लागि निम्न लिखित उपायहरु प्रभावकारी हुन सक्छन ।

१. प्रधानाध्यापकको सक्रियता: प्रधानाध्यापक विद्यालयको शैक्षिक र प्रशासन दुवै क्षेत्र हेर्ने र व्यवस्थापन गर्ने महत्वपूर्ण व्यक्ति हो । प्रधानाध्यापकको सक्रियताले शैक्षिकस्तर अभिवृद्धिका लागि ठूलो भूमिका खेल्छ ।

२. शिक्षकको अध्यापन: शिक्षकले विद्यार्थीलाई पढाउने मात्र नभई आफ्नो विषयमा कम्जोर विद्यार्थीलाई अतिरिक्त समय दिएर तथा पठन पाठनका नयाँ तरिकाहरु अपनाई पढाउन सके विद्यार्थीको सिकाई प्रभावकारी हुन्छ ।

३. व्यवस्थापन समिति: विद्यालय व्यवस्थापन समिति सक्रिय भएमा विभिन्न विषय शिक्षकको कमि, शिक्षक वा विद्यार्थी कक्षाकोठामा कम उपस्थित हुनु वा अन्य कारणले शैक्षिकस्तर कमजोर हुन गएको अवस्थामा उपयुक्त र समय सापेक्ष कदम चाल्न सक्छ । विद्यालयको शैक्षिक अवस्था बारे यसले निरन्तर निगरानी गर्नुपर्ने हुन्छ ।

४. अभिभावकको सक्रियता: आफ्ना बालबालिकाहरुको विद्यालयमा शैक्षिक गतिविधि मात्रै नभई घरमा हुँदा पनि कति समय कक्षाको होमवर्कमा र कति समय अन्य गतिविधि दिन्छन् भन्ने अनुगमन कार्य अभिभावकको काँधमा पर्छ । अभिभावकको अनुगमनले शैक्षिक सुधारमा सकारात्मक प्रभाव पर्छ ।

५. स्थानीय सरकारको सक्रियता: विद्यालय शिक्षाको दायित्व स्थानीय सरकारमा रहेकोले स्थानीय सरकारको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ । स्थानीय सरकारले आफ्नो मातहतका विद्यालयको निरन्तर अनुगमन, निरीक्षण गर्ने परिपाटी बसाले विद्यालय शिक्षाको गुणस्तरमा वृद्धि हुने निश्चित छ । यसका साथै विद्यालयमा पाठ्यपुस्तक तथा पाठ्य सामग्रीको उपलब्धता, सिकाईका नयाँ तरिकाहरु, विषय शिक्षकको उपलब्धता, विद्यार्थीको पारिवारिक र आर्थिक स्थिति महत्वपूर्ण हुन्छ । सिकाइको महत्वपूर्ण तर ओझेलमा परेको पाटो आधारभूत तहमा अध्ययनरत विद्यार्थीलाई आफ्नो मातृभाषामा सिकाइको व्यवस्था हुनु हो । यी सबै कुराहरुले शिक्षा क्षेत्र सुधारलाई प्रभावित पार्दछ । प्राथमिक तहदेखि नै सिकाइमा सुधार ल्याउन सकियो भने माथिल्लो तहमा सुधार हुँदै जान्छ । प्राथमिक तहमा मातृभाषामा अध्यापन गराउने विषयलाई स्थानीय सरकारले गम्भीरतापूर्वक कार्यान्वयन गर्ने हो भने विद्यार्थीको सिकाइमा ठूलो उपलब्धि हुने निश्चित छ ।

शरीरलाई किन जरुरी छ भिटामिन ?

✍ आयुष अधिकारी
पोषणविद्

शरीरलाई स्वस्थ राख्न चाहिने विभिन्न तत्वमध्ये एक हो भिटामिन । शरीरलाई आवश्यक कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, बोसो (चिल्लो पदार्थ), पानी र मिनरल (खनिज) तत्त्व जस्तै भिटामिन पनि एक हो । शरीरलाई स्वस्थ राख्न, रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता बढाउन र मस्तिष्कलाई सक्रिय बनाई सकारात्मक सोच र क्षमता बढाउन भिटामिनको भूमिका हुन्छ ।

शरीरले पर्याप्त मात्रामा भिटामिन आफैं उत्पादन गर्न सक्दैन । भिटामिन खानाबाट मात्र प्राप्त हुन्छ । १३ प्रकारका भिटामिनहरू शरीरका लागि आवश्यक छन् । यी भिटामिन प्राप्त गर्न उचित आहार लिनुपर्ने हुन्छ ।

भिटामिनलाई दुई भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ । पहिलो भागमा भिटामिन हुन्छ, जुन पानीमा घुल्छ । यी हाम्रो शरीरमा भण्डारण हुँदैन । यसमा भिटामिन सी, भिटामिन बी ९, भिटामिन बी ३, बी ५, बी २, बी १, बी ६ र बी १२ आदि । यसले शरीरमा ऊर्जा उत्पादन गर्नुका साथै शरीरका कोषिकाहरु निर्माण गर्ने काम पनि गर्छ ।

दोस्रो भागमा ती भिटामिन राखिन्छन् जुन शरीरको बोसोमा घुल्छ । यी शरीरको बोसो तन्तुहरूमा भण्डारण हुन्छ । यसमा भिटामिन ए, डी, ई र के पर्छन् । तिनीहरूको काम हड्डी बलियो बनाउन, कोषिकाहरुलाई स्वस्थ राख्न र आँखाको ज्योति बचाउनु हो । हरेक भिटामिनको फरक-फरक महत्त्व हुन्छ ।

प्रत्येक भिटामिन शरीरका लागि महत्वपूर्ण छ । खाना भिटामिनको सबैभन्दा राम्रो स्रोत हो । त्यसैले यसलाई कम हुन नदिन खानामा ध्यान दिनुपर्छ ।

शरीरले पर्याप्त मात्रामा भिटामिन आफैं उत्पादन गर्न सक्दैन । भिटामिन खानाबाट मात्र प्राप्त हुन्छ । १३ प्रकारका भिटामिनहरू शरीरका लागि आवश्यक छन् । यी भिटामिन प्राप्त गर्न उचित आहार लिनुपर्ने हुन्छ ।

भिटामिन ए

भिटामिन ए लाई रेटिनोल पनि भनिन्छ । यसको काम दाँत, हड्डी र छाला स्वस्थ राख्नु हो । शरीरमा यसको कमीले रातमा आँखा नदेख्ने समस्या निम्त्याउन सक्छ । मासु, अण्डा, चीज, क्रिम, फलफूल, तरकारी आदि भिटामिन ए को प्रमुख स्रोत हुन् ।

भिटामिन सी

यसलाई एस्कोबिक एसिड पनि भनिन्छ । यसको कार्य शरीरमा आइरनको कमीलाई हटाउन र तन्तुहरूलाई स्वस्थ राख्न मद्दत गर्नु हो । यसमा प्रचुर मात्रामा एन्टिअक्सिडेन्ट गुण हुने भएकाले यसले दाँतलाई पनि स्वस्थ राख्छ । शरीरमा यसको कमीले 'स्कर्भी' निम्त्याउँछ । यो भिटामिन पालक, बन्दागोभी, टमाटर, भेडे खुर्सानी, आलु आदिमा प्रचुर मात्रामा पाइन्छ ।

भिटामिन बी ६

यसको काम रातो रक्तकोषिकाहरु उत्पादन गर्न र मस्तिष्कको कार्यलाई कायम राख्नु हो । शरीरमा यसको कमीका कारण स्नायुमा क्षति पुग्छ । माछा, रोटी, अण्डा, तरकारी, भटमास, आलु आदिको सेवनले यसको कमी पूर्ति गर्न सकिन्छ ।

भिटामिन बी १२

शरीरमा यसको कार्य मेटाबोलिजम बढाउनु, रातो रक्तकोषिकाहरु उत्पादन गर्नु र केन्द्रीय स्नायु प्रणालीलाई कायम राख्नु हो । शरीरमा यसको कमीले मेगालोब्लास्टिक एनिमिया निम्त्याउँछ । अण्डा, माछा, कम फ्याट दूध, दही, चीज आदि यसका स्रोत हुन् ।

भिटामिन डी

यसको काम शरीरमा क्याल्सियमको कमीलाई पूर्ति गर्नु हो । यसले क्याल्सियम र फस्फोरसको उचित स्तर कायम राख्न पनि मद्दत गर्छ । अण्डाको पहेंलो, सुन्तला, सोया मिल्क, चीज, दुग्धजन्य पदार्थ आदि यसको मुख्य स्रोत हुन् ।

भिटामिन ई

भिटिमन ई को काम शरीरमा रातो रक्तकोषिकाहरुको निर्माणमा मद्दत गर्नु हो । शरीरमा यसको कमीका कारण नवजात शिशु हेमोलाइटिक एनिमियाको सिकार हुन्छ । किवी, एभोकाडो, अण्डा, दूध, कागती, तरकारी आदि यसको प्रमुख स्रोत हुन् ।

भिटामिन बी ७

भिटामिन बी ७ लाई बायोटिन पनि भनिन्छ । यसको काम शरीरमा प्रोटिन र कार्बोहाइड्रेटका साथै हर्मोन र कोलेस्टेरोल उत्पादन गर्नु हो । शरीरमा यसको कमीले छाला पोल्ने समस्या निम्त्याउँछ ।

भिटामिन बी ३

भिटामिन बी ३ ले छालालाई स्वस्थ राख्नुका साथै स्नायुलाई सहज रूपमा काम गर्न मद्दत गर्छ । यसको कमीलाई पूर्ति गर्न माछा, टमाटर, खजुर, दूध, अण्डा, एभोकाडो, गाजर, ब्रोकाउली, नट आदिलाई खानामा समावेश गर्न सकिन्छ ।

भिटामिन बी ९

भिटामिन बी ९ लाई फोलिक एसिड पनि भनिन्छ । शरीरमा रातो रक्तकोषिकाहरु बनाउन मद्दत गर्न भिटामिन बी १२ सँग मिलेर यसले काम गरेको हुन्छ । यो शरीरमा डीएनए उत्पादनका लागि आवश्यक हुन्छ । शरीरमा यसको कमीले बच्चामा समस्या हुने सम्भावना रहन्छ, त्यसैले महिलालाई गर्भवती हुनु भन्दा केही महिना अगाडि नै सेवन गर्ने सल्लाह दिइन्छ । हरियो सागसब्जी, दाल, अण्डा, ब्रोकाउली यसका प्रमुख स्रोत हुन् ।

भिटामिन बी ५

भिटामिन बी ५ लाई प्यान्टोथेनिक एसिड पनि भनिन्छ । शरीरमा यसको कार्यले मेटाबोलिजम बढाउनुका साथै हर्मोन र कोलेस्टेरोलको उत्पादनमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । शरीरमा यसको कमीले चक्कर लाग्ने, डिप्रेसन र पेट दुख्ने गर्छ । एभोकाडो, आलु, ब्रोकाउली, ओट्स, ब्राउन राइस यसका मुख्य स्रोत हुन् ।

भिटामिन बी २

यसलाई 'राइबोफ्लेविन' पनि भनिन्छ । यसको कार्य शरीरको वृद्धि विकास र रातो रक्तकोषिकाहरुको उत्पादनमा मद्दत गर्न भिटामिन बीसँग मिलेर काम गर्नु हो । केरा, दही, मासु, अण्डा, माछा, सिमी, दूध आदि यसका प्रमुख स्रोत हुन् ।

भिटामिन बी १

शरीरमा यसको कार्य कोषिकाहरुलाई ऊर्जामा रूपान्तरण गर्न मद्दत गर्नु हो । शरीरमा यसको कमीले कुपोषण निम्त्याउँछ । कालो सिमी, मकारोनी, रोटी, जौ, ब्राउन राइस, मकै र मासु यसका प्रमुख स्रोत हुन् ।

भिटामिन के

शरीरमा यसको कार्य हृदयको रक्षा गर्नु, हड्डीहरू निर्माण गर्नु र इन्सुलिन स्तरलाई अनुकूलन गर्नु हो । एभोकाडो, किवी, हरियो सागसब्जी यसका प्रमुख स्रोत हुन् । *(स्रोत: अनलाईनखबर)*

राम्रो, दक्ष शिक्षक उत्पादन होस् भन्नका लागि तालिमको आयोजना गर्दैछौं

हेटौंडा-४ स्थित नवोदय शिशु सदन माविले नवोदय इनोभेसन सेन्टर स्थापना गरेर शिक्षकका लागि प्रशिक्षण कार्यक्रम सञ्चालनको तयारी गरिरहेको छ । यही साउन १६ गतेबाट पहिलो चरणको शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम सञ्चालनको तयारी भइरहेको छ । शिक्षण पेशामा दक्ष जनशक्ति तयार पार्ने उद्देश्यले नवोदय शिशु सदन माविले नवोदय इनोभेसन सेन्टर नै स्थापना गरेर एक वर्षे शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम सञ्चालन गर्न लागेको जनाएको छ । एक वर्षे शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमको सन्दर्भमा हामीले नवोदय इनोभेसन सेन्टरकी शिक्षक प्रशिक्षक रमिता दर्लामीसँग सम्पादक सुरेश श्रेष्ठले गर्नुभएको कुराकानी:

रमिता दर्लामी, शिक्षक प्रशिक्षक
नवोदय इनोभेसन सेन्टर

समाजः विद्यार्थीको नियमित गतिविधिहरू र सिक्ने सिकाउने प्रक्रिया कस्तो छ ?
दर्लामीः नवोदयकै कुरा गर्दा हामी सिकाइमा केन्द्रीत भएर जाँदैछौं ।

समाजः तपाईंहरू शिक्षक तालिमको तयारीमा हुनुहुन्छ । शिक्षक तालिमको अवधारणाको उद्देश्य, तपाईंहरूको उद्देश्य के हो ? यसलाई कसरी तपाईंहरूले सञ्चालन गर्ने तयारी गरिरहुनुभएको छ ?
दर्लामीः यो एकवर्षे तालिमको मुख्य उद्देश्य राम्रो शिक्षक उत्पादन गर्नु हो । हामी पाठ्यक्रममा शैक्षिक बहसहरुमा धेरै विद्यार्थीसँग कुरा गर्छौं । शिक्षकको बारेमा कुरा गर्छौं । हामीले अब खासमा राम्रो शिक्षक हुनुपर्छ भन्नेमा ध्यान दिइरहेका छौं । एक त शिक्षण क्षेत्रमा धेरै आकर्षण नभएको, विद्यालयले राम्रो शिक्षक, शिक्षा क्षेत्रमै लाग्छु भनेर आउनुभएको शिक्षकहरु एकदमै कम हुनुभएकोले उहाँहरु जस्ताका लागि एकवर्षे तालिम र कक्षा-१२ उत्तीर्ण गरेर बसेका विद्यार्थीका लागि शिक्षकहरुमा हुनुपर्ने आधारभूत विशेषताहरु प्रदान गर्न हामीले एकवर्षे डिप्लोमा कोर्षको तयारी गरेका हौं । अब यसमा हामीले पाठ्यक्रमको वेसमा रहेर, पाठ्यक्रम विकास केन्द्र (सिडीसी) को वेसमा रहेर कोर्षहरुको निर्माण गरेका छौं । हामीले जत्ति सक्दो विद्यार्थीलाई लक्षित गरेर यो तालिम सञ्चालन गरेका छौं ।

समाजः तपाईंहरूले केही समय पहिला पत्रकार सम्मेलन गरेर यो विषयमा जानकारी गराउनुभयो र कक्षा सञ्चालन गर्ने समय पनि नजिक आइसक्यो । यो तालिममा सहभागी हुनका लागि इच्छुकहरूको अकर्षण खोजी र सोधपुछ चाहिँ कस्तो पाउनुभयो ?
दर्लामीः सबैजनाले जान्न खोज्नुभएको छ । सोधीखोजी एकदमै धेरै छ । हेटौंडामा पहिलो पटक यस किसिमको तालिम आयोजना हुँदैछ । पहिलो पटक आयोजना गरेको भएर मानिसहरुलाई विश्वास गर्न अलि समय लाग्छ होला । तर पनि राम्रो सोधपुछ भइरहेको छ ।

समाजः यो प्रशिक्षणमा नयाँलाई प्राथमिकता दिंदै हुनुहुन्छ कि ? या जो अहिले नियमित रूपमा कार्यरत स्थायी र अस्थायी करार वा अन्य विविध प्रकारका नियुक्तिमा विद्यालयहरूमा शिक्षण गरिरहनुभएका शिक्षकहरूलाई प्राथमिकता दिंदै हुनुहुन्छ ?
दर्लामीः हाम्रो लक्ष्य भनेको नयाँलाई पनि भयो जुनसुकै विषय लिएर बस्नुहुने कक्षा १२ उत्तीर्ण गरेर बस्नु हुनेले एकवर्ष तालिममा सहभागी भएपछि एउटा क्षमतावान शिक्षक भएर निक्लनुहुन्छ । जो पढाइरहनुभएको छ उहाँहरुलाई पनि आफ्नो क्षमताको विकास गर्नुपर्ने हुन्छ । उहाँहरुलाई पनि अझै क्षमताको खाँचो हुन्छ । त्यसले गर्दा नयाँलाई त हुने नै भयो जस्ले काम गरिरहनुभएको छ उहाँका लागि पनि यो तालिम एकदमै उपयुक्त छ ।

समाजः कार्यरतहरूका लागि तालिममा सहभागी हुन मिल्नेगरी तालिमको समय कस्तो बनाउनुभएको छ ?
दर्लामीः जो काम गरिरहनुभएको छ उहाँहरुकै लागि भनेर हामीले बिहान र साँझको दुई सिफ्टमा तालिम सञ्चालन गर्ने तयारी गरेका छौं । कलेजमा पढ्ने विद्यार्थीको सन्दर्भमा कसैको बिहान कक्षा हुन्छ त कसैको दिउँसो या साँझ हुन्छ । त्यसले गर्दा फेरी हामीले विकल्प पनि राखेका छौं, बिहान र बेलुकाको कक्षा भनेर । उहाँहरुको मिल्ने समय कुन हो त्यही अनुसार बिहान वा बेलुका तालिममा सहभागी हुन सक्ने व्यवस्था गरेका छौं ।

समाजः साँझ विद्यालयको समयपछि कक्षा सञ्चालन हुन्छ ?
दर्लामीः साँझ विद्यालयको समयपछि कक्षा सञ्चालन हुन्छ । बिहान चाहिँ विद्यालय सुरु हुनु अघि कक्षा सकिसक्छ ।

समाजः तालिमको पाठ्यक्रममा के कुरालाई बढी जोड दिनुभएको छ तपाईंहरूले ?
दर्लामीः यसमा हामीले शिक्षणसँगै गतिविधि जुन चाहिँ हामी गराएर सिकाउँछौं । जुन हामीले अभ्यास गरेका छौं । काम गरिरहने शिक्षकहरुलाई हामीले प्रशिक्षण दिँदा र विद्यालय घुमिरहँदा विद्यार्थी केन्द्रित भएर पठनपाठन भइरहेको पाएनौं । त्यस कुरालाई मध्यनजर गरेर तालिम सञ्चालन गर्न लागेका हौं ।

समाजः नवोदयले पछिल्लो समयमा हेटौंडामा फरक ढंगले पठनपाठनको अभ्यास गरिरहेको छ ? यो तपाईंहरूको आफ्नै अनुभवले चाहिँ शिक्षकहरूको क्षमता विकास गर्नका लागि यस्तो तालिमको आयोजना गर्दै हुनुन्छ या यसलाई नयाँ खालको व्यवसाय गर्ने हिसाबले आयोजना गरेको हो ?
दर्लामीः हाम्रो अवश्यकता भनेको विद्यार्थी केन्द्रित शिक्षा हो । जुन चाहिँ हाम्रो पाठ्यक्रममा छ । क्रियाकलापमुखी हुनुपर्छ भनेर कति हाम्रो पाठ्यक्रम पनि निर्माण भएको छ तर त्यो कार्यान्वयनमा आएको छैन । हामीले जुन कुरा विद्यालयमा अभ्यास गरिरहेका छौं । एकस्तरमा सफल भइसकेपछि हामीले आफूले सिकेको कुरा, अभ्यास गरेको कुरा सिकाएर राम्रो, दक्ष शिक्षक उत्पादन होस् भन्नका लागि यो तालिमको आयोजना गरेका हौं ।

हिंसापीडित २०१ जनालाई ओसिएमसीबाट सेवा

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा अस्पतालमा रहेको अस्पतालमा आधारित एकद्वार सङ्कट व्यवस्थापन केन्द्र (ओसिएमसी) मा आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा दुई सय एक जना पीडित भएका छन् । सोमबार दिउँसो प्रमुख जिल्ला अधिकारी तीर्थराज चिलुवालको अध्यक्षतामा हेटौँडा अस्पतालको सभा कक्षमा ओसिएमसीकी स्टाफ नर्स सविता सापकोटाले आर्थिक वर्षको विवरण प्रस्तुत गर्नुभएको थियो ।

केन्द्रले आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा १० जना महिलाको उद्दार एवम् पुनर्स्थापना गरेको छ । ओसिएमसीले गत आर्थिक वर्ष ३ लाख एक हजार एक सय १४ लागतमा १० जना हिंसापीडित महिलाहरुलाई पुनर्स्थापना तथा जिविकोर्पाजनका लागि राहत सहयोग गरेको सापकोटाले बताउनुभयो । केन्द्रले सबै वर्ग, जाती क्षेत्र र हिंसालाई समेटने प्रयास गरेको उहाँको भनाइ छ । सोमबार वार्षिक समिक्षाको आयोजना गर्दै केन्द्रले २ जनालाई सिलाई कटाई, ३ जनालाई स्टेशनरी तथा अन्य सामग्री, १ जनालाई ठेला पसल तथा सामग्री र ४ जनालाई बाख्रापालन व्यवसाय गर्न सहयोग गरेको बताएको छ । ओसिएमसी एक वर्षमा २ सय ९४ जना हिंसा पीडितलाई सेवा पदान गरेको छ भने एक जनालाई आँखा अस्पतालमा रिफर गरेको छ । हिंसा पीडितमा २ सय ७८ जना महिला, १२ जना पुरुष र ४ जना अल्पसंख्यक परेका हुन् ।

प्रस्तुत गरिएको तथ्यांक अनुसार हेटौंडा उपमहानगरपालिकाका एक सय २१ जना, थाहा नगरपालिकाका १० जना, इन्द्रसरोवर गाउँपालिकाका एक जना, कैलाश गाउँपालिकाका ११ जना, मकवानपुर गाउँपालिकाका २९ जना, बकैया गाउँपालिकाका २२ जनाले सेवा प्राप्त गरेका छन् । केन्द्रले मनहरी गाउँपालिकाका ३२ जना, भिमफेदी गाउँपालिकाका ११ जना, राक्सिराङ गाउँपालिकाका १२ जना, बागमती गाउँपालिकाका १२ जना र अन्य जिल्लाका ३३ जनाले ओसिएमसीबाट सेवा प्रदान गरेको हो ।

हेटौँडा उपमहानगरपालिकाले प्रदान गरेको २ लाख नगदबाट ओसिएमसीले चुरिमाई माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीलाई लैङ्गिक हिंसा बिरुद्ध जनचेतना, महिला स्वयमसेविका र आमा समुहहरुलाई एकदिने अभिमुखीकरण गरिएको जनाएको छ । गत आर्थिक वर्षमा २५ लाख विनियोजन गरिएको बजेटबाट २४ लाख २४ हजार एकसय २० खर्च गरेको छ । चालू आर्थिक वर्ष २०८१/०८२ मा ओसिएमसीले २६ लाखको अनुमान गरेको छ ।

वार्षिक समीक्षामा जिल्ला समन्वय अधिकारी शान्ति बिक, हेटौँडा अस्पताल सञ्चालन तथा व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष राजेश प्रसाई, जिल्ला बार एसोसिएसन मकवानपुरकी अध्यक्ष अप्सरा बस्नेतको पनि आतिथ्य रहेको थियो । समीक्षामा सहभागीले ओसिएसमीको काम सन्तोषजनक भएको प्रतिक्रिया दिएका थिए । हिंसा पीडितको अवस्थाका बारेमा सुक्ष्म विश्लेषण गरेर पालिकास्तरमै हिंसा न्यूनीकरणको प्रयास हुनुपर्नेमा पनि सहभागीले जोड दिएका थिए ।

मकवानपुरका दुई सहकारीकर्मीलाई सम्मान गरिने

समाज संवाददाता

हेटौँडाः मकवानपुरका दुई महिला सहकारीकर्मीलाई सम्मान गरिने भएको छ । बागमती प्रदेश बचत तथा ऋण सहकारी संघ लिमिटेडले दुई सहकारीकर्मीलाई सम्मान गर्ने भएको हो ।

आइतबार सम्पन्न संघको पाँचौ स्थापना दिवसको अवसरमा संघले सम्मान गर्ने १४ जनाको नाम घोषणा गरेको छ । जसमा मकवानपुरका दुई जना पर्न सफल भएको हो । जिल्ला बचत तथा ऋण सहकारी संघ लिमिटेडकी अध्यक्ष कल्पना श्रेष्ठका अनुसार आगामी कार्तिकमा हुने संघको बागमती प्रदेशको साधारणसभाको अवसरमा मकवानपुरका दुई जनासहित १४ जनालाई सम्मान गरिनेछ ।

बचत संघको प्रदेश समितिले पूर्व सञ्चालकतर्फ संघको प्रदेश समितिकी पूर्व उपाध्यक्ष एवम् मकवानपुर जिल्ला संघकी निवर्तमान अध्यक्ष राधा सिन्तान र उत्कृष्ट महिला व्यवस्थापकतर्फ बचत तथा ऋण सहकारी संघ मकवानपुरकी व्यवस्थापक सुमित्रा वाईबालाई सम्मान गर्ने भएको छ । दुवै जनालाई नगद १०-१० हजार रुपैयाँसहित सम्मान गरिने जनाएको छ ।

समृद्ध समाज राष्ट्रिय दैनिक
www.samriddhasamaj.com

धोर्सिङ र क्यामुन्टार जोड्ने झोलुङ्गे पुलको उद्घाटन

समाज संवाददाता

हेटौँडाः मकवानपुरको भीमफेदी गाउँपालिका-६ स्थित धोर्सिङ र क्यामुन्टार जोड्ने झोलुङ्गे पुलको उद्घाटन भएको छ । आइतबार एक कार्यक्रमका बीच गाउँपालिकाका अध्यक्ष हिदम लामाले पुलको उद्घाटन गर्नुभएको हो ।

पुल निर्माणपछि क्यामुन्टार, माण्डु र चापाघारी बस्तीका ७५ भन्दा बढी घरधुरी लाभान्वित भएको अध्यक्ष लामाले बताउनुभएको छ । पुल निर्माणपछि उक्त क्षेत्रका बालबालिका विद्यालय आवतजावत गर्न र किसानले आफुले उत्पादन गरेका कृषि उपज बजारसम्म ल्याउन सहज हुने अध्यक्ष लामाले विश्वास व्यक्त गर्नुभयो ।

गाउँपालिकाका योजना शाखा प्रमुख बद्री सापकोटाका अनुसार पालिकाको ३५ लाख रुपैयाँ बजेट र राडो नेपालको प्राविधिक सहयोगमा उक्त पुल निर्माण भएको हो । पुल ५५ मिटर लम्बाई र १.०६ मिटर चौडाईमा निर्माण भएको उहाँले बताउनुभयो । २०८० साल फागुन महिनामा पुलको शिलान्यास गरिएको थियो । पुल निर्माण समितिका अध्यक्ष अमर वाईबाको सभाध्यक्षतामा भएको पुल उद्घाटन कार्यक्रममा वडा नम्बर ६ का निवर्तमान अध्यक्ष सीताराम थापा र राडो नेपाल मकवानपुरका कार्यक्रम संयोजक विष्णु धिताल लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

आत्महत्या...

आगामी दिनहरुमा विभिन्न पालिका, मन्त्रालय तथा जिल्ला प्रहरी कार्यालयसँग समन्वय गरेर कार्यक्रम आयोजना गरिने उहाँले बताउनुभयो । आत्महत्या न्यूनीकरणका कार्यक्रमलाई थप बढावा दिनुपर्ने उहाँको भनाइ छ । अहिले आर्थिक मन्दी, प्राकृतिक प्रकोप, मानसिक समस्याका कारण आत्महत्याको दर बढेको घलानले बताउनुभयो । हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको महिला तथा बालविकास महाशाखाकी निर्देशक विष्णुकुमारी लामिछानेले बालमैत्री कार्यक्रम र महिला सशक्तिकरण कार्यक्रममा महिला तथा बालबालिकाहरुलाई आत्महत्या न्यूनीकरण गर्नेसम्बन्धी विभिन्न कुराकानी गर्ने गरेको बताउनुभयो । उहाँका अनुसार कार्यालयले आत्मविश्वास बढाउने, महिलाहरुलाई आत्मनिर्भर बनाउनेजस्ता विषयलाइ बढी जोड दिने गरेको छ । आत्महत्यासम्बन्धी कुनै ठोस कार्यक्रम नगरे पनि अन्य कार्यक्रममा लैङ्गिक हिंसा, घरेलु हिंसा, आत्महत्या, लागूऔषधजस्ता विषयलाई समेट्ने उहाँको भनाइ छ । अहिले धेरै बालिकाहरु घर छोडेर जाने कुरालाई मध्यनजर गर्दै बालबालिकाहरुलाई सचेत गराउने र हौसला प्रदान गर्ने लामिछानेले बताउनुभयो ।

एसईई २०८० को ग्रेडवृद्धि मौका परीक्षाको केन्द्र र केन्द्राध्यक्षको विवरणसम्बन्धी जरुरी सूचना

जिल्ला परीक्षा समन्वय समितिको मिति २०८१/०३/२८ को निर्णयानुसार निम्न विद्यालयहरुमा ग्रेडवृद्धि परीक्षा २०८० को परीक्षा केन्द्रहरु निर्धारण भएको छ ।

शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइ,

मकवानपुर एसईई परीक्षा २०८० को परीक्षा केन्द्र, विद्यार्थी संख्या र केन्द्राध्यक्षहरुको विवरण, मकवानपुर

सि.नं.	परीक्षा केन्द्रको नाम	जम्मा विद्यार्थी संख्या	केन्द्राध्यक्षको नाम	सम्पर्क नं.	कै
१.	बुद्ध मावि हात्तीसुंडे केन्द्र (कोड नम्बर ३३०२२)	५२३	प्रेम बोम्जन	९८४५४००३८६	
२.	जनकल्याण मावि पालुङ केन्द्र(कोड नम्बर ३३००५)	४८२	सानोभाइ कार्की	९८५५०६७६९५	
३.	राष्ट्रिय रोटरी मावि मनहरी केन्द्र (कोड नम्बर ३३०८०)	४८५	गोविन्द पौडेल	९८४५१४९८४४	
४.	आधुनिक राष्ट्रिय मावि केन्द्र (कोड नम्बर ३३००३)	६२७	रामसागर गुरागाई	९८४५०६०९३३	
५.	भुटनदेवी मावि हेटौंडा केन्द्र (कोड नम्बर ३३००१)	४८४	माधव प्रसाद दाहाल	९८६२१४५७५६	
६.	सिद्धार्थ मावि हेटौंडा केन्द्र (कोड नम्बर ३३०११)	५३७	मोहनप्रसाद शर्मा	९८५५०७१९९०	
७.	बालजागृति इंग्लिस बोर्डिङ स्कूल (कोड नम्बर ३३०६९)	३८१	विनोद सुवेदी	९८५५०६९५९५	
८.	श्रमिक मावि कर्रा हेटौंडा (कोड नम्बर ३३०१४)	३३८	श्रीराम दाहाल	९८५५०७०९२२	
	जम्मा	३८५७			

नोटः
परीक्षा मितिः २०८१/०४/२३ गतेदेखि ३१ गतेसम्म बिहान ११:०० बजेदेखि २:०० बजेसम्म ।

शिक्षक आवश्यकता

पहिलो पटक सूचना प्रकाशित मितिः २०८१/०४/१५

उपर्युक्त सम्बन्धमा शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइ मकवानपुरको च.नं. २१, मिति २०८१/०४/१३ को पदपूर्ति अनुमतिपत्र र यस विद्यालयको विद्यालय व्यवस्थापन समितिको मिति २०८१/०४/१४ को निर्णयानुसार यस विद्यालयमा रिक्त रहेको माध्यमिक तह अङ्ग्रेजी विषयको राहत अनुदान कोटामा एकजना शिक्षक आवश्यक रहेको हुँदा ईच्छुक योग्य नेपाली नागरिकहरुबाट तपसिल बमोजिम दरखास्त आव्हान गरिन्छ ।

तपसिल
१. विज्ञापन नं. : १/०८१/०८२
२. तह : माध्यमिक
३. विषय : अङ्ग्रेजी (राहत अनुदान कोटा)
४. उमेर : १८ वर्ष पूरा भई ४० वर्ष ननाघेको ।
५. न्यूनतम शैक्षिक योग्यता : स्नातक वा सो सरह
६. परीक्षाको किसिम : लिखित, मौखिक, आवश्यक परेमा कक्षा अवलोकन
७. सेवा सुविधा : नेपाल सरकारको नियमानुसार
८. दरखास्त दस्तुर : रु २०००/- (नबिल बैंक लि. चल्ती खाता नं. २२१०१०१७५००२९२ मा रकम जम्मा गर्नुपर्नेछ ।)
९. दरखास्त दिने अन्तिम मिति : २०८१/०४/२९ गते विद्यालय समयसम्म
१०. सम्पर्क मिति : २०८१/०४/३०
११. परीक्षा मिति : सम्पर्क मितिमा जानकारी गराइने छ ।

१२.आवश्यक कागजातहरुः
क) शैक्षिक योग्यताको प्रमाणपत्रहरुको प्रतिलिपि : २ थान
ख) नेपाली नागरिकताको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि : २ थान
ग) अध्यापन अनुमतिपत्रको प्रतिलिपि : २ थान
घ) शिक्षण अनुभवको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि : २ थान
ङ) अन्य अनुभव भएमा सो प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि : २ थान
च) हस्तलिखित निवेदन : १ प्रति
छ) रकम जम्मा गरेको भौचर : १ प्रति

नोट :- शिक्षक सेवाआयोगबाट लिएको परीक्षाको करार सूचीमा सूचीकृतको हकमा योग्यताक्रमको आधारमा विज्ञापन भएको मितिले ७ (सात) दिनसम्ममा मात्र नियुक्त गरिने छ ।
सम्पर्क नं. : ९८४५५९९८७७ (प्रधानाध्यापक), ९८६५४२३१९९ (वि.व्य.स. अध्यक्ष)

प्रधानाध्यापक
श्री जनक माध्यमिक विद्यालय, आमभञ्ज्याङ्ग
मकवानपुरगढी-६, मकवानपुर

खेलकुद मन्त्रालयमा सबैभन्दा कम बजेटः मन्त्री महर्जन

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेशका नवनियुक्त युवा तथा खेलकुदमन्त्री मीनकृष्ण महर्जनले प्रदेशमा सबैभन्दा कम बजेट खेलकुद मन्त्रालयमा हुने बताउनुभएको छ। सोमबार मकवानपुर जिल्ला बक्सिङ संघले आयोजना गरेको स्वागत तथा बधाई कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै नवनियुक्त खेलकुदमन्त्री महर्जनले प्रदेशको खेलकुदमा बजेट कम भएका कारणले प्रदेशलाई खेलकुदको माध्यमले चिनाउनका लागि आफूले खेलकुद मन्त्रालयको जिम्मेवारी लिएको बताउनुभएको हो ।

अहिले प्रदेश खेलकुद विकास परिषद्मा सदस्यसचिवको पद रिक्त भएकाले खेल क्षेत्रको बारेमा बुझेको, खेलकुदको बारेमा जानेको र खेल क्षेत्रमा आवद्ध भएको व्यक्तिलाई मात्र सदस्यसचिवमा नियुक्त गर्ने प्रतिवद्धता व्यक्त गर्नुभयो । आफू कसैको दवाव र प्रभावमा नपर्ने भएकोले प्रदेशलाई खेलकुदमय बनाउनका निम्ति खेलकुद मन्त्रालयको जिम्मेवारी आफ्नो काँधमा लिएको उहाँको भनाइ छ ।

१२ वर्षको उमेरदेखि सितेरियो कराँते खेलेर राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रियस्तरको प्रतियोगितामा सहभागी भएर राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् (राखेप)को कोषाध्यक्ष भइसकेको उहाँले बताउनुभयो । आफू राजनीतिक दलसँग आवद्ध भएपनि खेल क्षेत्रबाट आएको कारणले खेलकुदलाई त्याग्न नसक्ने धारणा राख्नुभयो । सबै खेलकुदमा आवद्ध भएका पदाधिकारीहरुले गनुपर्ने कामहरु धेरै भएका कारण हरेक युवाहरुले खेलकुदको माध्यमले नै राष्ट्रयलाई चिनाउन सक्ने उहाँको भनाइ छ। प्रदेशलाई नै खेलकुदको माध्यमबाट चिनाउने काममा आफू लाग्ने भन्दै खेलाडीहरुको भविष्यका लागि लड्ने र बागमती प्रदेशलाई नमुनाको रुपमा लैजाने काममा लाग्ने स्पष्ट पार्नुभयो ।

यस्तै, संस्कृति, पर्यटन तथा सहकारीमन्त्री बिमल ठकुरीले सम्मान तथा स्वागत कार्यक्रमको आयोजना गरेको कारणले थप हौसला प्रदान भएको बताउनुभयो । नेपालका खेलाडीहरुले खेललाई विकास र आत्मसाथ गरेर अगाडि बढ्न आवश्यक रहेको उहाँले औंल्याउनुभयो । खेलकुद क्षेत्रको विकास गर्नका लागि नेपाली कांग्रेसले खेलाडीहरुको सम्मान गर्दै आएको उहाँको भनाइ छ ।

सम्मान कार्यक्रममा जिल्ला खेलकुद विकास समिति मकवानपुरका निवर्तमान अध्यक्ष वेष खड्की, हेटौंडा उपमहानगर पालिका वडा नम्बर ५ वडाध्यक्ष सुशील घिमिरे, बक्सिङ संघका उपाध्यक्ष उज्ज्वल शर्मा, प्रशिक्षक लाला पौडेल, कराँते प्रशिक्षक तुकेन्द्रमान श्रेष्ठ, मुकुन्दमान श्रेष्ठलगायतको उपस्थिति रहेको थियो । बागमती प्रदेशका निवर्तमान मुख्यमन्त्री शालिकराम जम्कट्टेलले राजीनामा दिएपछि नयाँ गठबन्धनका कारण साउन ६ गते खेलकुद मन्त्रीको पदबाट रमा आले मगर पदमुक्त हुनुभएको थियो । प्रदेशको मुख्यमन्त्रीमा बहादुर सिंह लामा नियुक्त हुनुभएपछि साउन १२ गते महर्जनले खेलकुद मन्त्रीको जिम्मेवारी पाउनुभएको हो ।

विद्युत् प्राधिकरणको लापरबाहीः ३ वटा बत्ती बालेको बिल ८ लाख

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती गाउँपालिका-२ निवासी गणेशबहादुर राई अहिले दङ्ग र त्रसित छन् । केही दिनअघि विद्युत् प्राधिकरणबाट विद्युत महशुलको बिल आयो । मिटर रिडरले घरैमा ल्याएको महशुलको बिल देखेर उहाँ आत्तिनुभयो ।

चिट लिएर घर आइपुगेका मिटर रिडरलाई राईले अबदेखि आफूले बिजुली प्रयोग नगर्नेसम्मको कुरा गर्नुभयो । करिब तीन महिनाको १ सय रुपैयाँ पनि नउठेको महशुल ८ लाख रुपैयाँको चिट राईले पाउनुभएको थियो । टायलको छाना, बाँसले बरेर लिपेको घरमा राईले तीन वटामात्र बत्ती बाल्दै आउनुभएको छ ।

राईको घरमा कुनै विद्युतीय मेसिनरी सामान (टिभी, पंखा र फ्रिजलगायतका) प्रयोग हुने गरेको छैन । विगतमा मासिक एक युनिटको हाराहारीमा मात्र मिटर उठ्ने गरेको राईले बताउनुभयो । अहिले भने विद्युत् प्राधिकरणबाट ८ लाख रुपैयाँको बिल आएपछि उहाँ तनावको अवस्थामा हुनुहन्छ ।

नेपाल विद्युत् प्राधिकरण हेटौंडा वितरण केन्द्रको लापरबाहीका कारण उहाँ अहिले मानसिक तनावसहित हटौंडा आवतजावत गर्दै कष्ट भोगिरहनुभएको छ । प्राधिकरण हेटौंडाका प्रमुख शिवराम मिश्रले प्राधिकरणको गल्ती भएको स्वीकार्नु भएको छ । मिटर रिडरले गलत नम्बर टिप्दा र गलत पोष्टिङ गर्दा यस्तो हुन पुगेको हुनसक्ने उहाँले बताउनुभयो । उहाँका अनुसार उक्त समस्याको कारण पहिचान गर्ने काम भइरहेको छ ।

राईले संशोधन फारम भरिसकेपछि उक्त ८ लाख रुपैयाँ तिर्नु नपर्ने प्रमुख मिश्रको भनाइ छ । यस्तै, प्राधिकरण फापरबारी वितरण केन्द्रका लेखापालले पनि मिटर रिडरले बढी युनिट पोष्टिङ गर्दा समस्या देखिएको बताउनुभयो । उहाँका अनुसार राईको मिटरबाट हालसम्म मासिक एक युनिट मात्र महशुल उठ्ने गरेको बताउनुभयो ।

उक्त समस्या देखेपछि राईलाई हेटौंडा वितरण केन्द्रमा पठाइएको थियो । आइतबारमात्र राई हेटौंडा आएर आफ्ना समस्या राखेपछि प्राधिकरणका कर्मचारीले समस्याबारे फोनबाट जानकारी गराउने बताएपछि उहाँ घर फर्किनुभएको छ ।

बागमतीमा स्कार्पियो दुर्घटना हुँदा ५ जना घाइते

समाज संवाददाता

हेटौंडाः पूर्वी मकवानपुरको बागमती गाउँपालिका-४, पाँचपाण्डवस्थित बागमती पुल नजिकै स्कार्पियो जिप दुघर्टना भएको छ । सोमबार बिहान ७ बजेर ५० मिनेटको समयमा धरान चतरा सडकखण्डस्थित उक्त स्थानमा बागमती बीएडी ७३४६ नम्बरको स्कार्पियो दुर्घटना भएको हो ।

सिन्धुलीबाट हेटौंडातर्फ आउने क्रममा मकवानपुर र सिन्धुली जोड्ने बागमती पुल नजिक स्कार्पियो आफैं अनियन्त्रित भएर दुर्घटना हुँदा ५ जना घाइते भएका छन् । घाइते हुनेहरुमा स्कार्पियो चालक उदयपुरको कटारी नगरपालिका-४ का ३६ वर्षीय दीपक परियार, सवारहरु सोही ठाउँका ५३ वर्षीय राजीव थापा, ४७ वर्षीय पुष्पा थापा, मोरङको विराटनगर महानगरपालिका-१६ का ६८ वर्षीय हरि थापा र सोही ठाउँकी ६५ वर्षीया लक्ष्मी थापा घाइते भएका छन् । घाइतेमध्ये लक्ष्मीको अवस्था गम्भीर र अन्य सबैको अवस्था सामान्य रहेको प्रहरीले जनाएको छ । घाइतेहरुलाई स्थानीय सान्भी पोलिक्लिनिक मेडिकलमा सामान्य उपचारपश्चात् थप उपचारको लागि हेटौंडा अस्पतालमा ल्याइएको छ ।

स्कूल बसको ठक्करबाट पैदलयात्रु घाइते

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-८, कमानेमा स्कूल बसले ठक्कर दिंदा पैदलयात्री घाइते भएका छन् । सोमबार बिहान ८ बजेको समयमा कमानेको माउण्ट एभरेष्ट बोर्डिङ स्कूलको बसले ठक्कर दिँदा पैदलयात्री घाइते भएका हुन् । घाइते हुने स्थानीय ७५ वर्षीया पूर्णकुमारी थापा रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जानकारी दिएको छ ।

कमानेको भित्र सडक खण्डस्थित मिलनचोकबाट क्याम्पाडाँडातर्फ जाँदै गरेको ना १ क ६५३२ नम्बरको स्कूल बसले ठक्कर दिँदा थापाको निधार, हात र खुट्टामा चोट लागेको छ । घाइते थापालाई उपचारका लागि हेटौँडा अस्पताल पठाएकोमा र अवस्था मध्यम रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ । प्रहरीले बस चालक ५० वर्षीय इन्द्र बहादुर थापा क्षेत्री र बसलाई नियन्त्रणमा लिएको छ ।

जिल्लास्तरीय वक्तृत्वकला प्रतियोगिता हुँदै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडामा जिल्लास्तरीय वक्तृत्वकला प्रतियोगिता हुने भएको छ । नमुना बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाको अयोजना तथा साहित्य संगम मकवानपुरको व्यवस्थापना साउन २४ गते प्रतियोगिता हुने भएको हो ।

साहित्य संगमले सोमबार एक सूचना जारी गर्दै प्रतियोगिताको बारेमा जानकारी दिएको छ । प्रतियोगितामा मकवानपुरको विभिन्न विद्यालयहरुबाट कक्षा ९ देखि १२ सम्मका विद्यार्थीहरु सहभागी हुन पाउने सूचनामा उल्लेख गरिएको छ ।

आर्थिक समृद्धिमा सहकारीको भूमिका विषयक वक्तृत्वकला प्रतियोगितामा सहभागी हुनका लागि प्रतियोगीहरुले साउन २२ गतेभित्र नाम दर्ता गराइसक्नुपर्ने संगमका अध्यक्ष डीबी बर्तौलाले जानकारी दिनुभयो । प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितीय, तृतीय र सान्त्वना हुनेहरुले क्रमशः ५ हजार रुपैयाँ, ३ हजार रुपैयाँ, २ हजार रुपैयाँ र १ हजार रुपैयाँसहित प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछन् । प्रतियोगिताहरुमा सहभागी प्रतियोगीहरुले ५ मिनेटसम्म आफ्नो प्रस्तुति दिन पाउनेछन् ।

आज खीर खाने दिन

समाज संवाददाता

हेटौंडाः आज साउन १५ गते नेपाली समाजमा खीर खाएर मनाइँदै छ । वर्षा ऋतुका बेला असार १५ गते दही-चिउरा र साउन १५ मा खीर खाने प्राचीनकालदेखिको नेपाली परम्परा छ। साउने झरी पर्ने बेलामा तातो खीरले स्वास्थ्यलाई राम्रो गर्ने भएकाले खीर खाने गरिएको हो । दूधमा मरमसलालगायत चिजबिज हालेर बनाइने खीरले स्वास्थ्यमा राम्रो गर्ने भएकाले यसको परम्परा बसेको विश्वास गरिन्छ ।

संस्कृत भाषामा पायस भनिने खीर सात्विक आहारमध्येमा उत्तम मानिने भएकाले पितृ एवम् देवकार्यमा पनि महत्वपूर्ण वस्तुका रूपमा वैदिकशास्त्रमा वर्णन गरिएको धर्मशास्त्रविद् एवम् नेपाल पञ्चाङ्ग निर्णायक समितिका अध्यक्ष प्रा डा रामचन्द्र गौतमको भनाइ छ । साउन महिनामा गाउँघरमा पनि खेतीपातीको काम सकिन्छ । हरियाली बढी हुने भएकाले घाँस बढी पाइन्छ । धेरै घाँस पाइने बेलामा गाई, भैंसीले पनि धेरै दूध दिन्छन् । दूध धेरै भएपछि इष्टमित्र, चेलबेटीलाई घरमा बोलाएर खीर खाने चलन चलेको हो ।

साउन भगवान् शिवको महिना हो । शिवलाई दूध र दूधमा बनेका परिकार मनपर्ने भएकाले विधिपूर्वक चढाइन्छ । यसैले साउनको मध्य पारेर खीर खाने प्रचलन चलेको हुनसक्ने धर्मशास्त्रविद् गौतम बताउनुहुन्छ । यद्यपि यसको कुनै शास्त्रीय वचन भने छैन ।

खीर कस्तो परिकार हो ?

दूध-भात अर्थात् मीठो र पोसिलो खानेकुरा अनि यही हाम्रो सर्वप्रिय दूध-भातसँग सख्खर अथवा गुँडको संयुक्त पाकपछि तयार हुने परिकार हो, खीर । सकेसम्म बासमती अथवा तराईतिर पाइने करिया कामत होस् वा टाइचिन अथवा अन्य मसिनो बास्नादार चामल खीरको लागि राम्रो मानिन्छ । नभए आफूसँग भएको चामलमा दूध हालेर किसमिस, काजू, नरिवलजस्ता विशेष मरमसला आदि हालेर खीर बनाइन्छ ।

नेपाली चलनचल्तीमा खीर विभिन्न उत्सव, चाडबाड, पूजाआजा, विवाह, व्रतबन्धमा महत्वका साथ पस्किने गरिन्छ । यो नेपाली परिवारको अपरिहार्य परिकारको रूपमा नेपालीहरूबिच लोकप्रिय सांस्कृतिक पकवानको रूपमा परिचित छ । साल या भोर्लाको ठूल्ठूला पातलाई बाँसका कप्टेराका मसिना काँटी (छेस्का)हरूले गाँसेर बनाइएका हरिया दुना-टपरीमा हालेर खाँदा पातको बास्ना र खीरको स्वाद अनि त्योसँगै सेलरोटीको नामै मात्रले पनि हामीमध्ये धेरैको जिब्रो रसाएर आउँछ ।

मानव र दूधको एउटा नमेटिने सम्बन्ध

मानव सभ्यतासँगै मानव र दूधको एउटा नमेटिने सम्बन्ध छ । यसबाट बन्ने कैयन् मीठा परिकारहरू विशेषतः शुद्धता, स्वास्थ्य र विशिष्ट स्वादका लागि विश्व समुदायमै प्रिय बन्न सफल छ ।

यस्तै परिकारहरूमध्ये अन्न र दूधको अनुपम सम्मिश्रण यस परिकारमा भोजन, पोषण यसको आकर्षण हो । सेतो दूध र सेतो चामल मिसाइएको यो भोजनको सम्बन्ध देवताहरूले प्राचीन कालमा गरेको समुद्र मन्थनसँग सम्बन्धित छ । त्यति बेलादेखि अझसम्म दूधलाई शुद्धीकरण गर्ने तत्व र पोषण मिसिएको बहुगुणी अमृतकै रूपमा लिइन्छ ।

आयुर्वेदमा खीर

आर्यर्वेदमा समेत खीरलाई प्राचीन भोजनका रूपमा व्याख्या गरिएको छ । खीर शब्द पनि संस्कृत शब्द 'क्षीरमा'बाट आएको मानिन्छ । क्षीरमा अर्थात् दूध र अन्नबाट बनेको परिकार भन्ने अर्थ लाग्छ । रोमन सभ्यतामा पनि खीरलाई खानाको एउटा अपरिहार्य तत्वका रूपमा सेवन गरिने चलन छ । यसलाई 'पायस' तथा कतै-कतै यसलाई 'तस्मै' पनि भनिन्छ । वैदिक सनातन संस्कारमा पितृहरूलाई चढाउन पायस अर्थात् दूध र अन्नको मिश्रणका रूपमा खीर पकाउने चलन छ ।

भगवान् श्रीकृष्ण र खिरको प्रसङ्ग

भगवान् श्रीकृष्णले एक दिन साधारण साधुको भेष बदलेर एउटा राजासँग बाघचाल खेल्न जानुभएको र जीतको बदलामा मन्दिरहरूमा निःशुल्क गरिब दीन-दुःखीहरूलाई खीर खुवाउने शर्त राख्नुभएको थियो । उक्त बाघचाल खेलमा भगवान् श्रीकृष्णले राजामाथि विजय प्राप्त गरेको सम्झनामा अझैसम्म पनि मन्दिरहरूमा दीन-दुःखीहरूलाई खीर प्रसादका रुपमा बाँड्ने चलन छ । दक्षिण भारत, बङ्गलादेश, मालदिभ्स, सि याम राज्य अर्थात् थाइल्यान्डलगायतका देशमा काँचो नरिवलको दूधबाट खीर बनाउने गरिन्छ ।

श्रावणको १५

श्रावणको १५ लाई खीर खाने विशेष दिनको रूपमा लिइन्छ । अर्थात् श्रावणको मध्यबिन्दु खीरका लागि प्रचलित छ । रोपाईं सकिन आँट्यो या चलिरहेको रोपाईंसँगै यो दिनलाई खीरले शदियौंदेखि स्वादिलो बनाउँदै आएको छ । श्रावण महिनामा पानी पर्ने भएकाले जतातत्तै हरिया घाँस प्रशस्त हुन्छन् । जुन लैनो गाई तथा भैँसीहरूले अत्यन्त मन पराउने गर्छन्, जसका कारण प्रशस्त दूध पनि दिन्छन् । दूधको कमी नहुने यो प्राकृतिक महिनामा खीर खाए गति परिन्छ भन्ने धारणा छ ।

भीमफेदीमा सवारी दुर्घटना

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको भीमफेदी गाउँपालिकामा सवारी दुर्घटना भएको छ । गाउँपालिका वडा नम्बर-२, चुनियाँस्थित त्रिभुवन राजपथ सडकखण्डमा दुईवटा बस एकआपसमा ठोक्किएर दुर्घटना भएको हो ।

सोमबार बिहान अन्दाजी ९ बजेको समयमा हेटौंडाबाट पालुङतर्फ जाँदै गरेको वा.प्र ०३-००१ ख २५७८ नम्बरको बस र विपरीत दिशाबाट आउँदै गरेको वा ३ ख ४०३६ नम्बरको बस एकआपसमा ठोक्किएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ । सवारी दुर्घटनामा कुनै प्रकारको मानवीय क्षति नभएको प्रहरीले जनाएको हो । दुर्घटना परेर क्षति भएको सवारी साधनलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ ।

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

हेटौंडा रिफरेन्स ल्याबरोटरी
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 ५० प्रतिशत छुट हुने सहर्ष जानकारी गराउँदछौं।
थप जानकारीको लागि HRL
हेटौंडा रिफरेन्स ल्याबरोटरी
हेटौंडा-१, भिन्तुनापथ सम्पर्क फोन नं.: ०५७-५२०४५७

गर्मीयाममा लाग्नेसक्ने रोगबाट बचौं र बचाऔं
• पर्याप्त मात्रामा पानी वा झोलिलो पदार्थ पिउने गरौं,
• मौसम अनुसारका ताजा तरकारी एवम् फलफूल उपभोग गरौं,
• सडेगलेको र बासी खानेकुरा नखाऔं,
• खुलास्थानमा असुरक्षित तरिकाले राखिएका खानेकुरा नखाऔं,
• धेरै अमिलो, चिल्लो र मसलेदार खाना नखाऔं,
• घर बाहिर हिंड्दा शरीर ढाक्ने गरी लुगा लगाऔं,
• घर, आँगन र आसपासको क्षेत्र सफा राखौं,
• व्यक्तिगत सरसफाईमा ध्यान दिऔं ।
नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

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