म.जि.प्र.का दर्ता नः १०४/०६७/०६८

बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडाबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको समाचारपत्र

समृद्ध समाज

SAMRIDDHA SAMAJ NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

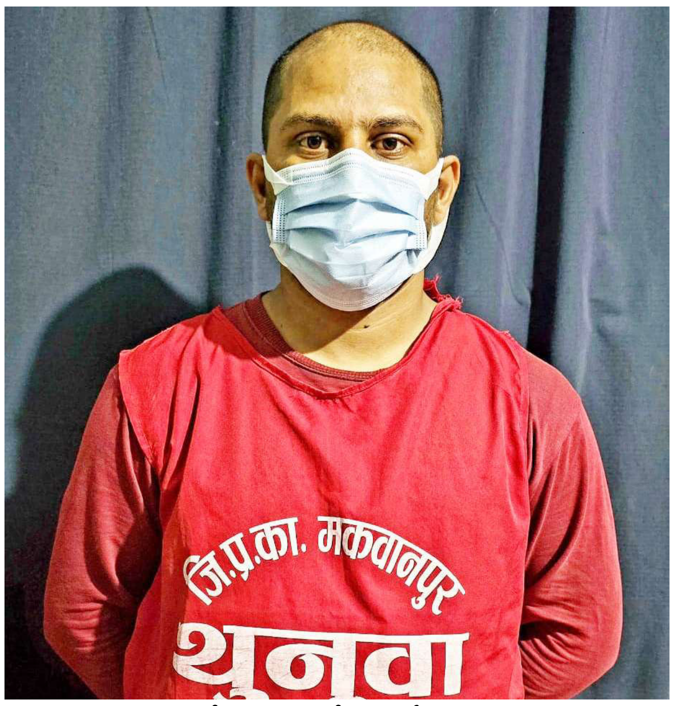
म.जि.हु.का.द.नं. ३०/०६९/०७०

वर्षः१५ अङ्कः-२८१ २०८१ भदौ १८ गते मंगलबार 3 September 2024, Tuesday - पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५/-

कृष्ण मृत भेटिए

हेटौँडाः हेटौँडा-२ स्थित आनन्द अग्रवालको घरमा डेरा गरी बस्ने २४ वर्षीय कृष्ण रुचाल मगर मृत भेटिएका छन् । सोमबार साँझ ७ बजेको समयमा कृष्ण मृत भेटिएको हो । भीमफेदी गाउँपालिका-५, धुसेनी घर भई हाल अग्रवालको घरमा भाडामा बस्दै आएका कृष्णलाई सुत्ने कोठाको भुईमा कृष्णको काकाकी छोरी रविना रुचाल मगरले बेहोस अवस्थामा देखी प्रहरीलाई खबर गरेकी थिइन् । प्रहरी पुगेर हेर्दा कृष्णको मृत्यु भइसकेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ । प्रहरीले घटनाको अनुसन्धान गरिरहेको जनाएको छ ।

एलिसा हत्याका अभियुक्त समीर खान पक्राउ



एलिसा हत्याका अभियुक्त समीर खान ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः भदौ १० गते सोमबारका दिन हेटौँडा-१०, बसपार्कस्थित होटल रत्नामा एलिसा न्यौपानेको हत्याका अभियुक्त ३२ वर्षीय समीर खानलाई मकवानपुर प्रहरीले पक्राउ गरेको छ । सोमबार साँझ ६ बजेको समयमा हेटौँडा-५, लट्टिनाथमार्गबाट खानलाई पक्राउ गरेको मकवानपुर प्रहरीले जनाएको छ ।

हेटौँडा-४, कमलडाँडा निवासी खानले भदौ १० गते सोमबार साँझ होटलमा एलिसाको हत्या गरी फरार भएका थिए । विवाहित खानले हेटौँडा-११, नवलपुरकी २२ वर्षीया एलिषासँगको अवैधानिक सम्बन्ध राखी सन्तान समेत रहेको बुझिएको छ । गत सोमबार रत्ना होटलमा साँझ ५ बजेको समयमा प्रवेश गरेर खानले एलिषाको हत्या गरी साँझ ७ बजेको समयमै फरार भएका थिए ।

घट्नाको अनुसन्धानको क्रममा अभियुक्त खानलाई भाग्ने कार्यमा सहयोग पुर्याएको भन्दै खानकी आमा ५५ वर्षीया सैरुन खान, श्रीमति २६ वर्षीया रविना खातुनलाई प्रहरीले शनिबार नियन्त्रणमा लिएको जनाएको छ । यस्तै खानका ससुरा पर्सा जिल्लाको बीरगन्ज महानगर पालिका-३०, लालपर्साका ५६ वर्षीय लालबाबु खाँ पैठान र जेठान ३० वर्षीय फैयाज अहमदलाई नियन्त्रणमा लिएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

हेटौँडा उपमहानगरको बजेटमा तिज कार्यक्रम

३७ जनालाई सारी बाँडियो

तिजको अवसरमा आयोजित स्थानीय उत्पादन प्रदर्शनी तथा व्यापार मेलामा सहभागी महिलाहरु ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः बजेट नभएको भनी खर्चको दायित्व सिर्जना हुने कुनै काम नगर्न, नगराउन वडालाई सचेत गराएको हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको सहयोगमा हेटौँडामा आइतबार तिज कार्यक्रम भएको छ । तिज कार्यक्रममा महिलालाई सहभागी हुन प्रेरित गर्न ३७ थान सारी समेत बाँडिएको छ । स्थानीय उत्पादनको प्रदर्शनी तथा व्यापार मेलाको बहानामा हेटौँडा-४ स्थित जाल्पादेवी महिला उद्यमी केन्द्रले हेटौँडा उपमहानगरपालिकासँग २० प्रतिशत लागत सहभागितामा २ लाख रुपैयाँ बजेटको कार्यक्रम गरेको हो ।

जाल्पादेवी महिला उद्यमी केन्द्रकी अध्यक्ष गीता कडरिया मैनालीले २० प्रतिशत लागत सहभागितामा हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको २ लाख रुपैयाँ बजेटमा कार्यक्रम गरिएको जानकारी दिनुभएको छ । छोटो समयमा कार्यक्रम तय गरिएकोले पर्याप्त प्रचारप्रसार गर्न नपाएको मैनालीले बताउनुभयो । सारी किनेर दिन नमिल्ने भएकोले मायाको चिनो भनेर ३७ थान सारी बाँडिएको उहाँले बताउनुभयो । "उपमहानगरपालिकाको सहयोगमा तिजको अवसरमा स्थानीय उत्पादनको प्रदर्शनी तथा व्यापार मेलाको आयोजना गरिएको हो । उपमहानगरको मापदण्ड भन्दा बढी दरमा खर्च भएका छन्", जाल्पादेवी महिला उद्यमी केन्द्रकी अध्यक्ष गीता कडरिया मैनालीले भन्नुभयो, "महिला उद्यमीलाई सारी नै भनेर बाँड्न नमिल्ने भएपछि हामीले मायाको चिनो भनेर बाँड्यौं ।"

कार्यक्रममा चार सय महिलाको सहभागिता रहेको उहाँको दावी छ । नगर प्रमुख मीना कुमारी लामा, उपप्रमुख राजेश बानियाँ, वडाअध्यक्ष फुर्वा दोर्जे लामा, उद्योग शाखाका हिमप्रसाद पौडेल, टोल विकास संस्था नगर समन्वय समितिका अध्यक्ष ध्रुव अधिकारीसहित वडा सदस्यहरुको पनि सहभागिता रहेको थियो । व्यापार मेलामा २५ वटा स्टल महिला उद्यमीले आफ्ना स्टलहरु राखेको अध्यक्ष मैनालीको दावी छ ।

तिज कार्यक्रममा नाचगानका लागि ४ वटा कलाकारको समूहलाई २० हजार रुपैयाँ, साउण्ड सिस्टममा १५ हजार रुपैयाँ, स्टल राख्ने उद्यमीलाई यातायात खर्चवापत करिब २० हजार रुपैयाँ खर्च भएको अध्यक्ष मैनालीले बताउनुभयो । व्यानर लगायतका विविधतर्फ पाँच हजार खर्च भएको उल्लेख गर्नुहुँदै उहाँले ४ सय जनालाई खिर-पुरी, तरकारी, अचार खुवाइएको मैनालीले जानकारी दिनुभयो । कार्यक्रममा ३ सय ५० को हाजिरी नै रहेको र झण्डै चार सय महिलाले खाजा खाएको उहाँको भनाइ छ । स्थानीय उत्पादनको प्रदर्शनी तथा व्यापार मेलामा के कति व्यापार भयो भन्ने प्रश्नमा उहाँले यकिन जानकारी दिनु भएन ।

मनोचिकित्सक वार्डबाट एक सय ९ जनाले लिए सेवा

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा अस्पतालले मनोचिकित्सक वार्डमा भर्ना भएका एक सय ९ जना मानसिक रोगको सेवाग्राहीलाई सेवा प्रदान गरेको छ । अस्पतालले चालु आर्थिक वर्षको साउन महिनादेखि हालसम्म एक सय ९ जना सेवाग्राहीलाई सेवा प्रदान गरेको वर्डाकी इन्चार्ज जागृति थापाले जानकारी दिनुभयो ।

वार्डले साउन महिनामा ४१ जनालाई सेवा प्रदान गरेको थियो । अस्पतालले चालु आर्थिक वर्षमा १० जना मानसिक बिरामीलाई रिफर गरेको छ । आइतबार मनोचिकित्सक वार्डमा ५ जना सेवाग्राही रहेका छन् । ५ जनामध्ये एक जना महिला र एक जना पुरुष रहेका छन् । आइतबार वार्डबाट कोही पनि डिस्चार्ज र भर्ना नभएको वर्डाकी इन्चार्ज थापाले जानकारी दिनुभयो ।

हाल वार्डबाट एक जना इन्चार्ज र एक जना नर्सिङ अफिसर हुनुहुन्छ । यस्तै, अस्पतालको मनोचिकित्सक ओपीडीबाट डा.उद्धव लामा र डा. रागवेन्द्र यादवले सेवा प्रदान गरिरहनुभएको छ । हेटौंडा अस्पतालको तथ्याङ्कअनुसार गत आर्थिक वर्ष मनोचिकित्सक रोगसम्बन्धी ५ हजार २ सय ३ जनाले ओपीडी सेवा लिएका थिए । मनोचिकित्सा वार्डमा सिफ्टअनुसार ४ जना स्टाफ नर्स, एक जना सुरक्षाकर्मी र एक जना स्वीपर रहेका छन् ।

जेठ १६ गतेदेखि सञ्चालनमा आएको मनोचिकित्सक वार्डमा तीन महिना नपुग्दै जनशक्ति अभाव देखिएको छ । अस्पतालले मनोचिकित्सा वार्ड सञ्चालनका लागि आवश्यक उपकरण र जनशक्तिको अभावका कारण ढिलो सञ्चालन गरेको थियो । इन्चार्ज थापाले कहिले काहीँ बिरामीबाट आक्रमण हुँदा एक जना सुरक्षाकर्मीले मात्र सम्हाल्न गाह्रो भएको बताउनुभयो । यस्तै, वार्डमा स्टाफ नर्सको अभावसमेत रहेको बताइएको छ । थापाका अनुसार वार्डमा एकैदिन १२ जना बिरामी भर्ना भएका थिए । बिरामीको चापअनुसार सिफ्टमा स्टाफ नर्स नपुग्ने थापाले बताउनुभयो । मानसिक चिन्ता ठिक पार्ने पहिलो चरण औषधी, दोस्रो परामर्श र तेस्रो जीवनशैलीमा परिमार्जन रहेको चिकित्सकहरु बताउँछन् । घरमा राख्ने स्थिति नभएका बिरामी, जसलाई अरुबाट खतरा र अरुलाई बिरामीबाट खतरा हुने, धेरै गाह्रो भएको बिरामीलाई अस्पतालको वार्डमै राखेर उपचार गरिनेछ ।

हाम्रो सुमो सेवाको नयाँ प्रस्तुती...

छिट्टै सञ्चालनमा आउँदै ।

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

सम्पर्क
हेटौँडा ०५७-५२१४२१
९८५५०७८३७८ (हटलाइन)

ललितपुर ०१-५४०४४४४
९८५५०-७८४७८ (हटलाइन)
सानेपा (बल्खु पुल पारी पुरानो स्टार हस्पिटलसँगै)

मुख्य कार्यालय हेटौँडा
०५७-५९१०४०

ERKE

Erke brand authorized showroom

D next dress up

हेटौँडा-१०, राप्तीरोड

राजक शाही

मोबाइल नम्बर ९८५५०७०१५६

सम्पादकीय

दर संस्कृति कि विकृति ?

नेपाल बहुजातीय, बहुभाषिक र बहुसांस्कृतिक देश हो । यहाँ धेरै जातजाति, भाषाभाषी र संस्कृति भएका कारण धेरै कुरामा विविधता पाइन्छ । नेपालमा मनाइने चाडपर्वले पनि जातीय एवम् सांस्कृतिक विविधतालाई उजागर गर्दछ । नेपालमा धेरै प्रकारका चाडपर्वहरु मनाइन्छ । जाति तथा समुदाय विशेषले मनाउने यस्ता चाडपर्वले हामीलाई सांस्कृतिक रुपमा सम्पन्न बनाएको छ । हाम्रो मौलिक संस्कृति र परम्पराको पहिचान बन्दै आएका कतिपय चाडपर्व भने पछिल्लो समय विकृत बनिरहेको छ । बाह्य संस्कृतिको प्रभाव एवम् सांस्कृतिक विचलनका कारण कतिपय चाडपर्वहरुमा विभिन्न विकृतिहरु देखिने गरेको पाइन्छ । हाम्रो पहिचान र संस्कृति बन्नुपर्ने चाडपर्वमा देखिएका विकृतिले अनेकौं समस्या निम्त्याइरहेको छ । विकृति बढ्दै गएको चाडपर्वमध्ये तीज पनि एउटा हो । तीजको अवसरमा खाइने दर र तीज गीतमा बढी विकृति देखिने गरेको छ ।

तीज नेपाली महिलाहरुको एउटा महान चाड हो । तीज पौराणिक कालदेखि चलिआएको धार्मिक एवम् सांस्कृतिक पर्व पनि हो । पूर्वीय मान्यताअनुसार सृष्टि र समाज सञ्चालनका लागि महिलाहरुले विवाह गरेपछि आफ्नो श्रीमानको घरमा बसी बाँकी जीवन बिताउनुपर्ने हुन्छ । विवाहपश्चात् महिलाले आफू जन्मेको घर, मातापिता, भाइबहिनी, इष्टमित्र र समाज चटक्क छाडी श्रीमानको घरमा जीवन बिताउनुपर्छ । माइतीबाट टाढा रहँदा माइतीको याद आउनु स्वभाविक हो । यसरी माइतीको याद मेटाउने र माइतीसँगको पुनर्मिलन गराउने एउटा महत्वपूर्ण पर्व हो, तीज । तीजको महिमा त्यतिमा मात्र सिमित नभएर धार्मिक आस्थासँग पनि जोडिएको छ । भाद्र शुक्ल द्वितीयादेखि पञ्चमीसम्म ४ दिन मनाइने तीजमा दर खाने, व्रत बस्ने, विशेष स्नान र पूजा गर्ने गरिन्छ ।

यसवर्षको तीज बिहीबारबाट सुरु हुँदैछ । तीजमा महिलाहरुले आफ्ना माइतीमा गएर दरको रुपमा मीठो खानेकुरा खाने गर्दछन् । धार्मिक मान्यता अनुसार तीजमा ब्रत बस्नाले आफ्ना पतिलगायत परिवारजनको आयु लामो हुने विश्वास गरिन्छ । अविवाहिता महिलाले तीजमा ब्रत बस्दा योग्य वर प्राप्त हुने विश्वास पनि गरिन्छ । तीजको धार्मिक महत्व जे-जस्तो भए पनि यसको सामाजिक पक्ष पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण छ । विवाहपछि पराइघरमा गएर भोगेका दुःख, पीडा एवम् तनावलाई उजागर गर्ने माध्यम तीजलाई बनाउने गरिएको छ । चेली र माइतीको सम्बन्ध प्रगाढ बनाउन यो पर्वको ठूलो भूमिका छ । महिलाले आफूले भोगेका पीडा र वेदनालाई तीज गीतमार्फत् उजागर गर्ने गरेको भए पनि आजभोलि तीज गीतको नाममा छाडापन र अन्य विकृति बढिरहेको छ । तीजको व्रत बस्ने अघिल्लो राति माइतीमा गएर खाने गरिएको दर अहिले तीज आउनुभन्दा महिनौं अघिदेखि खाने र खुवाउने गरिन्छ ।

तीजको अवसरमा दर खानु वा खुवाउनुलाई सकारात्मक मान्नुपर्ने भए पनि महिनौं अघिदेखि दर खाने परम्परा उचित होइन । विभिन्न कार्यालय, संघसंस्था, व्यक्ति तथा समूहमा दरको नाममा भोज गर्ने परिपाटी बढ्दै जाँदा दरको संस्कृति विकृति बनिरहेको छ । यसल अनावश्यक खर्च र तडकभडकलाई प्रोत्साहित गर्ने निश्चित छ । तीजमा व्रत बस्नुपर्ने भएकाले अघिल्लो दिन आडिलो र मिठो परिकार बनाएर दर खाने हो । महिनौं अघिदेखि दरको नाममा खाने भनेको एक प्रकारको भोजजस्तै हो । यस्ता भोजलाई दर मान्न सकिन्न । तीज नआउँदै खाने दर संस्कृति हो कि विकृति ? सबैले सोच्नुपर्ने समय भइसकेको छ । तीज पर्वलाई खाने/खुवाउने र अनावश्यक गहना/पोशाक प्रदर्शन गर्ने माध्यम बनाउनु उचित हुँदैन । दरको नाममा गरिने भोज एक प्रकारको फजुल खर्च हो । यसले दरको संस्कृतिमात्र होइन तीज पर्वलाई नै विकृतिपूर्ण बनाउँदै लगेको 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	

तपाईंको राशिफल

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

- **मेष** : धार्मिक तथा सामाजिक काममा मन जाने योग छ ।
- **वृष** : प्रतिस्पर्धामा विजय प्राप्त हुने समय योग छ ।
- **मिथुन** : भावना र कल्पनामा रमाइने समय योग रहेको छ ।
- **कर्कट** : अध्ययन–अध्यापनमा थप परिश्रम गर्नुपर्ला ।
- **सिंह** : व्यापार–व्यवसाय ठिकै रहने समय योग रहेको छ ।
- **कन्या** : सुन्दर उपहार प्राप्त हुने समय योग रहेको छ ।
- **तुला** : अध्ययन–अध्यापनका कामहरुबाट लाभ प्राप्त हुनेछ ।
- **वृश्चिक** : लेनदेनका कारोबारबाट समस्या समाधान हुने छ ।
- **धनु** : वैदेशिक योग बाट लाभ प्राप्त हुने समय योग रहेको छ ।
- **मकर** : रोकिएका कामहरु बनिने समय योग रहेको छ ।
- **कुम्भ** : सहयोग र समाजसेवाका काममा समय बित्ला ।
- **मीन** : साहित्यिक कार्यक्रममा झुकाव बढ्ने समय छ ।

कुशको धार्मिक महत्व

✍ अजयकुमार झा

खासगरी हिन्दु समाजमा जन्मदेखि मृत्युसम्म मात्र होइन, मृत्युपर्यन्तका संस्कार कर्ममा पनि कुश नभई नहुने वस्तु हो । वैदिक साहित्य र हिन्दु धार्मिक कार्यमा कुशलाई पवित्र मानिएको छ ।

जप, हवन, स्वाध्याय, सन्ध्या, देवपूजादि कार्य गर्दा कुश धारण गरेको हुनुपर्छ । कुशको पवित्री धारण गर्दा देव कार्यमा अनामिका औंलामा र पितृकार्यमा तर्जनी औंलामा गर्ने मान्यता छ ।

हवन गरिँदा यज्ञकुण्डको चारैतिर कुश ओछ्याइन्छ । कुश पितृ पक्षमा श्राद्ध गर्दा कुशको प्रयोग आवश्यक हुन्छ । योबिना तर्पण अधुरो मानिन्छ । कुशको प्रयोगले मानसिक र शारीरिक शुद्धता प्राप्त हुने शास्त्रोक्त कथन छ । पूजा स्थललाई शुद्ध गर्न कुशबाट पानी छर्कने गरिन्छ ।

घरमा कुश राख्नाले परिवारको कल्याण हुने विश्वास गरिन्छ । कुशको आसन अर्थात् कुशासनको निकै महत्व छ । आसनहरुमा कुशको आसनलाई सर्वश्रेष्ठ आसन मानिन्छ । पूजा, जप, पाठ, हवन गरिँदा उत्पन्न हुने ऊर्जासँगको सन्तुलनका लागि कुशकै आसन उपयुक्त मानिन्छ ।

व्रतबन्धको संस्कार अवधिमा कुशको कन्दनी बनाई कम्मरमा बाँधिन्छ । साधु संन्यासी कम्मरमा कुशको कन्दनी आजीवन धारण गर्छन् । शास्त्रमा भनिएको छ, 'दर्भो य उग्र औषधिस्तं ते बध्नामि आयुषे ।' अर्थात् दर्भ (कुश) तत्काल फल दिनेवाला औषधि हो, यसलाई आयु वृद्धिका लागि धारण गर्नुपर्छ ।

तराईदेखि पहाडसम्म पाइने कुशका पात र जरालाई औषधि र सौन्दर्य प्रशाधनमा प्रयोग गरिन्छ । कुशको प्रयोग दाह, रक्तपित्त, तिर्खा, मिर्गौलाको पत्थरी आदि रोगको उपचारमा गर्न सकिन्छ । कुशको गुन्द्री वा चटकीमा नियमित बस्नाले रक्तचाप सन्तुलित रहन्छ ।

कुसे औंसी

प्रत्येक वर्ष भदौको औंसीका दिन कुश भित्र्याउने परम्परा भएकाले यस दिनलाई कुसे औंसी भनिएको हो । यस दिनलाई पितृऔंसी तथा गोकर्ण औंसीका नामले समेत जानिन्छ । औंसीको दिन प्रातः कालमा कुश उखेल्ने चलन छ । प्रातः कालमा स्नानादि नित्य कर्म सकी शुक्लपट्ट अर्थात् धोती लगाएर विधिपूर्वक पूजा गरेर प्रातः कालमै अर्थात् बिहानै उखेल्नुपर्छ । तिखो र धारिलो पात हुने हुँदा यसलाई टिप्दा होसियारीपूर्वक टिप्नुपर्छ । गुरुकुल शिक्षामा छात्रको परीक्षाका विधा कुश उखेल्ने कार्य पनि समावेश हुन्थ्यो । जो कुशलाई सहजतापूर्वक (घाउ नलगाई) बटुल्न सक्थ्यो, उसलाई कुशल मानिन्थ्यो ।

वैदिक आचरणमा रहेका सनातनधर्मीले आजको दिन बिहान खेतबारीमा गएर कुश जरासहित उखेलेर ल्याउने गर्छन् । घरघरमा भित्र्याउने यो कुश वर्षभर देवकार्य तथा पितृकार्यमा प्रयोग गरिन्छ ।

कुसे औंसीको दिन उखेलेको कुश एक वर्षसम्म उपयोग गर्न पाइन्छ भने कुसे औंसीको दिन सोमबार परेमा अर्थात् सोमबारे औंसीमा उखेलेको कुश १२ वर्षसम्म प्रयोग गर्न सकिने शास्त्रीय मान्यता छ । त्यसबाहेक अन्य दिन उखलेको कुश त्यही दिन मात्र प्रयोग गर्न पाइने शास्त्रोक्त मान्यता छ । यस वर्ष सोमबार कुसे औंसी परेकाले यो वर्ष उखेलेको कुश १२ वर्षसम्म उपयोग गर्न सकिने भयो ।

कुसे औंसीलाई बुबाको पूजा गर्ने दिन, मातातीर्थ औंसीलाई माताको पूजा गर्ने दिन र असार पूर्णिमालाई गुरुको पूजा गर्ने दिन विशेषका रुपमा मनाइन्छ । कुसे औंसी बुबाको मुख हेर्ने अर्थात् आफ्नो बुबाको विशेष आदर र सम्मान गर्ने दिनका रूपमा मनाइन्छ । कुसे औंसीमा पिताजीको मुख हेर्ने, अर्थात् बुवा दिवसका रूपमा मनाई बुवालाई विशेष सम्मान गरिन्छ ।

बुवा दिवंगत भइसकेकाले गोकर्णेश्वर, बेत्रावती, विष्णु पादुका, बोधगयामा गएर श्राद्ध, तर्पण, पिण्डदान गर्छन् । तराईका मानिस बोधगयामा पिण्ड दान गरेर बर्सेनि पितृपक्षमा गरिने पितृतर्पण कर्मलाई पूर्णता दिन्छन् । तीर्थस्थलमा गई तर्पण तथा अन्न दान गरेमा पितृले आशीर्वाद दिने र आफ्नो कुल स्थिर हुने मान्यता छ ।

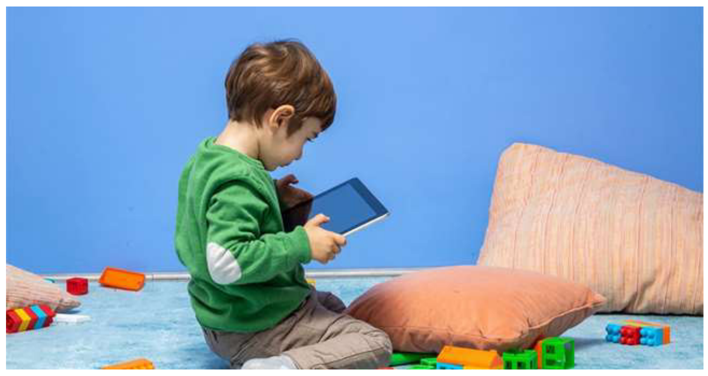
यस दिनलाई अर्को शब्दमा पितृऔंसी, पितृ दिवस, गोकर्ण औंसी, कुसे औंसी पनि भनिन्छ । आमापछिको द्वितीय गुरुका रुपमा पितालाई शास्त्रले वर्णन गरेको छ ।

महत्त्वपूर्ण धार्मिक कार्य गर्नुअघि पनि पितृकै स्मरण गर्ने चलन छ । पितालाई संरक्षण, रक्षा र पालनपोषण गर्ने चरित्रका रुपमा शास्त्रमा उल्लेख छ ।

(लेखक झा इतिहास, संस्कृति र समसामयिक विषयमा दख्खल राख्छन् । स्रोतः रातोपाटी)

मोबाइलमा लिप्त बच्चामा हुनसक्छ 'डिजिटल अटिजम', कसरी थाहा पाउने ?

✍ गोपाल ढकाल मनोविद्



विश्व स्वास्थ्य संगठनको निर्देशिकामा एक वर्षमुनिका बालबालिकालाई मोबाइल, टेलिभिजन, ट्याब, कम्प्युटर जस्ता 'इलेक्ट्रोनिक्स डिभाइस' को अगाडि राख्न नहुने र दुईदेखि पाँच वर्षका बालबालिकाको 'स्क्रिन टाइम' एक घण्टामा सीमित गर्नुपर्ने भनिएको छ ।

किनकि यही उपकरणको कारणले बच्चामा लत बस्छ, जो उनीहरुको मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यका लागि जोखिमपूर्ण हुनसक्छ । तर यो भनाइ निर्देशिकामा मात्र सीमित छ । यी उपकरण आजभोलिका अभिभावकको बच्चालाई तह लगाउने माध्यम बनिरहेको छ ।

बच्चालाई खाना खुवाउन, सुताउन, कुनै जिद्दी गरेको पूरा नगर्दा चुप गराउन, आफ्नो काममा डिस्टर्ब हुन नदिन मोबाइल, टिभी र ल्यापटपमै अभ्यस्त गराइन्छ ।

फलस्वरुप बच्चामा यी उपकरणको लत बस्छ । जसले नपत्याउँदो तरिकाले बच्चाको सिक्ने क्षमता, बोल्ने तरिका, उसको व्यवहारमा हुनुपर्ने जति विकास हुन पाइरहेको हुँदैन ।

त्यसकै उपजको रुपमा अहिले अधिकांश बच्चाहरु 'डिजिटल अटिजम' ठूलो स्वास्थ्य चुनौतीको रुपमा देखिंदै गएको छ ।

के हो डिजिटल अटिजम ?

बालबालिकालाई स्क्रिनको लत लागेर दैनिक क्रियाकलापमा बाधा पुग्ने र सोही उमेरको अन्य बालबालिकासँग मित्रता गाँस्न, घुलमिल हुन, समयअनुसार परिस्थिति बुझ्न कठिन भइरहेको अवस्थालाई डिजिटल अटिजम नाम दिइएको छ ।

डिजिटल अटिजम पछिल्लो समय धेरै सुनिएको नाम हो । तर यो समस्यालाई अहिलेसम्म बाल मनोरोग भनेर आधिकारिक निकायले स्वीकृति दिइएको छैन ।

यद्यपि, डिजिटल अटिजम वर्तमान अवस्थामा चुनौती बनिरहेको कुरामा भने विज्ञहरु सहमत छन् । यसलाई अटिजमकै एक भाग मानिन्छ ।

अटिजम र डिजिटल अटिजमबीच भिन्नता

डिजिटल अटिजम अटिजम भन्दा केही फरक छ । अटिजम भनेको स्नायुसम्बन्धी समस्या हो । यो समस्या गर्भमा रहँदादेखि नै सुरु हुनसक्छ ।

अटिजम भएका बालबालिकाको सिक्ने, बुझ्ने र सञ्चार गर्ने क्षमता अन्य बालबालिकाको तुलनामा कमजोर हुन्छ ।

जबकि, यसको विपरीत, भर्चुअल अटिजम आवश्यक भन्दा बढी आफ्नो अधिकांश समय स्क्रिनमा बिताएर यसको लत बसी त्यसको प्रभाव जीवनस्तरमा देखिन्छ ।

उनीहरूमा पनि सिक्ने, बुझ्ने र सञ्चार गर्ने क्षमता उमेर अनुसारको सही ढंगले विकास भइरहेको हुँदैन । उनीहरू अरु साथीसँग खेल्न जान मान्दैनन् । घरमा अपरिचित व्यक्ति आएको मनपराउँदैनन् । झर्किरहने, केही कुरामा मन नलगाउने, ध्यान मोबाइल वा टिभीमा मात्र केन्द्रित रहन्छ ।

यो समस्या भएका अधिकांश बच्चा खाना खानदेखि राति सुत्नसम्म मोबाइलको सहारा लिन्छन् । राति अबेरसम्म उनीहरुलाई बाबुआमाको काख भन्दा प्यारो मोबाइलमा २४ घण्टा देखाइरहने कन्टेन्ट प्रिय लाग्छ ।

कारण

वास्तवमा भर्चुअल अटिजमबाट पीडित बालबालिकाले भर्चुअल संसारलाई आफ्नो वास्तविक जीवन जस्तै ठान्छन् । त्यहाँ बच्चाहरुले जे चाहे त्यो हेर्न पाउँछन् ।

यसरी उनीहरु वास्तविक संसारबाट टाढा रहन्छन् र आफ्नो वरपरका परिवारका सदस्यहरूसँग कम कुरा गर्छन् । यस्तोमा उनीहरूको आवश्यक सामाजिक सीप र भावनात्मक विकासमा बाधा पुऱ्याउँछ । उनीहरूलाई कस्तो बेलामा कस्तो प्रतिक्रिया गर्नुपछ ? के सही, के खराबसम्म पहिल्याउन कठिन हुन्छ ।

निरन्तर भर्चुअल वातावरणमा समय बिताउँदा बालबालिकाको इन्द्रिय सक्रिय हुँदैन र बिस्तारै काम गर्न छाड्छ । यस्ता बालबालिकाको देख्ने र सुन्ने क्षमतामा पनि असर पर्न थाल्छ ।

केही बच्चाहरू ८ देखि १० घण्टा स्क्रिनमा बिताउँछन् भने उनीहरूको अवस्था ५ देखि ६ घण्टा बिताउने बच्चाको भन्दा खराब हुनसक्छ ।

यो समस्या दुईदेखि पाँच वर्षसम्मका बालबालिकामा बढी देखिन्छ । यो क्रम चलिरहयो भने किशोरावस्थासम्म पनि यसको प्रभाव रहन्छ ।

भर्चुअल अटिजमका लक्षण

-सिक्ने क्षमता प्रभावित हुनु
- बच्चा हाइपरएक्टिभ (एकैछिनमा अति रिसाउनु, अति खुसी हुनु, अति रिसाउनु वा डराउने जस्तो प्रतिक्रिया) हुनु ।
- कुनै पनि कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्न कठिनाइ हुनु ।
- एउटा गतिविधिमा एकोहोरिनु वा पटक पटक एउटै काम गरिरहनु ।
- शारीरिक गतिविधिमा रुचिको कमी हुनु ।
- साथी बनाउन नखोज्नु ।
- भीडभाड भएको ठाउँमा नजानु ।
- आफूलाई राम्रोसँग व्यक्त गर्न नसक्नु ।
- बोल्ने क्षमतामा असर पर्नु ।
- लामो समयसम्म कुनै कुरामा ध्यान दिन नसक्नु ।
- बारम्बार मुड तलमाथि भइरहनु ।

यसको उपचार सम्भव छ ?

हालसम्म यसको पहिचान गर्न कुनै विशेष परीक्षण विधि छैन । यसको पहिचानका लागि बच्चाको हेर्ने, सुन्ने, बोल्ने र समन्वय गर्ने क्षमता विशेषज्ञहरुद्वारा मूल्यांकन गरिन्छ । यदि बच्चाको बोल्ने क्षमता कमजोर छ भने उसलाई वाककला कक्षा दिइन्छ ।

अन्तरक्रियात्मक उपचार तथा स्पीचथेरापी जस्ता विधिले पनि बच्चालाई पढ्न र लेख्न मद्दत गर्न सक्छ । शैक्षिक कार्यक्रम र व्यवहार उपचारका साथै, यसले बालबालिकाहरुलाई बोल्ने, सामाजिक व्यवहार र सकारात्मक मनोवृत्ति सिक्न मद्दत गर्ने सीप उन्मुख प्रशिक्षण सत्र पनि प्रदान हुन्छ ।

बच्चालाई सकारात्मक वातावरणमा राख्न बाबुआमालाई पनि बच्चासँग खेल्न र गुणस्तरीय समय बिताउन प्रोत्साहन गरिन्छ । यदि आवश्यक भएमा

...बाँकी पृष्ठ ३ मा

आश्रम पुगेर सहयोग र स्याहार

ज्येष्ठ नागरिकको स्याहार गर्दै विद्यार्थी ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडा-४ स्थित हेटौँडा स्कूल अफ म्यानेजमेन्ट एण्ड सोसियल साइन्सेसमा कक्षा १२ मा अध्ययनरत कालिदास सेक्सन र व्युटिसियन विषय अध्ययनरत विद्यार्थीको समूहले बुबाको मुख हेर्ने दिनको अवसर पारेर सोमबार हेटौँडा-१५, रातोमाटेस्थित दिव्यसेवा निकेतनमा आश्रित ज्येष्ठ नागरिकका लागि खाद्यान्न सहयोग गरेका छन् ।

करिब १० हजार रुपैयाँ बराबरको दाल र चामल विद्यार्थीले सहयोग गरेका हुन् । विद्यार्थीले खाद्यान्न सहयोग गर्नुका साथै व्युटिसियन विषय अध्ययनरत विद्यार्थीले आश्रित ज्येष्ठ नागरिकको हात-खुट्टाका नङ काट्ने, कपालको सर सफाईको काम समेत गरेका थिए । हेटौँडा स्कूल अफ म्यानेजमेन्टका प्राध्यापक अमुल श्रेष्ठको नेतृत्वमा गएको विद्यार्थी समूहले ज्येष्ठ नागरिकसँग भलाकुसारी तथा नाचगान गरेका थिए । दिव्यसेवा निकेतनमा २८ जना ज्येष्ठ नागरिक आश्रित छन् । विद्यार्थीको उपस्थितिले ज्येष्ठ नागरिकलाई खुसी मिलेको भन्दै दिव्यसेवा निकेतनका अध्यक्ष टीआर निरौलाले आभार व्यक्त गर्नुभयो ।

इन्जिनियर एसोसिएसनका उम्मेद्वारको परिचयात्मक कार्यक्रम

समाज संवाददाता

हेटौंडाः नेपाल इन्जिनियर एसोसिएसनको आसन्न निर्वाचनमा उम्मेद्वारी दिने तयारीमा रहेका प्रगतिशील समूहका उम्मेद्वारहरुको परिचयात्मक कार्यक्रम भएको छ । सोमबार प्रोग्रेसिभ इन्जिनियर्स एसोसिएसन नेपाल मकवानपुर जिल्ला कमिटीको आयोजनामा हेटौंडा-४ स्थित रोयल पार्टी प्यालेसमा प्रगतिशील समूहका उम्मेद्वारहरुको परिचयात्मक कार्यक्रम भएको हो ।

प्रोग्रेसिभ इन्जिनियर्स एसोसिएसन नेपाल मकवानपुर जिल्ला कमिटीका अध्यक्ष इ. विवेक कार्कीको सभाध्यक्षता तथा बागमती प्रदेशका भौतिक पूर्वाधार विकासमन्त्री अमनकुमार मास्केको प्रमुख आतिथ्यमा परिचयात्मक कार्यक्रम भएको हो ।

नेपाल इन्जिनियर एसोसिएसनको ३४ औं केन्द्रीय कार्यसमिति र तेस्रो प्रादेशिक कार्यकरिणी समिति बागमती प्रदेशको आगामी भदौ २८ गते निर्वाचन हुँदैछ । निर्वाचनमा केन्द्रीय कार्यकारिणी समिति अध्यक्ष पदका लागि इ. प्रा.डा. विष्णुप्रसाद पाण्डे, उपाध्यक्षका लागि इ. सुमन योगेश, महासचिवका लागि इ. डा. लक्ष्मणप्रसाद घिमिरे, उप-महासचिवका लागि इ. कृष्णबहादुर पाण्डे, कोषाध्यक्षका लागि इ. बिन्दु पौडेल र सह-कोषाध्यक्षका लागि इ. राजेन्द्र गौतमले उम्मेद्वारी दिने भएका छन् । पाण्डेको कार्यसमितिबाट १२ जनाले सदस्य पदको उम्मेद्वारी दिने भएका छन् ।

यसैगरी, प्रादेशिक कार्यकारिणी समितिको सभापतिका लागि इ. हीरामान वाइवा, उप-सभापतिमा इ. कञ्चन भट्ट, सह-सचिवमा इ. दीपक याकामी, सचिवमा इ. पुष्पराज घिमिरे, कोषाध्यक्षमा इ. श्रीबोध ज्ञवाली र केन्द्रीय समिति सदस्यमा इ. प्रदीप श्रेष्ठले उम्मेद्वारी दर्ता गराएका छन् । वाइवाको प्यानलबाट १० जनाले सदस्यमा उम्मेद्वारी दर्ता गराएका हुन् । कार्यक्रममा विभिन्न इन्जिनियरहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

काभ्रे र चितवनमा ४ जनाको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौँडाः काभ्रेमा आइतबार भएका दुई छुट्टाछुट्टै घटनामा घाइते भएका दुई जनाको उपचारका क्रममा मृत्यु भएको छ । करेन्ट लागेर घाइते एक मजदुर र मोटरसाइकलको ठक्करबाट गम्भीर घाइते वृद्धको उपचारका क्रममा ज्यान गएको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौँडाले जनाएको छ ।

पनौती नगरपालिका-६ मा निर्माणाधीन नेपाल प्रहरी प्रतिष्ठानको भवनमा ढलान गर्ने क्रममा करेन्ट लागेर घाइते भएका सप्तरीको अग्निसाइर कृष्णासवरन गाउँपालिका-१ का २० वर्षीय सविन चौधरीको धुलिखेल अस्पतालमा उपचारका क्रममा ज्यान गएको प्रहरीले जनाएको छ । यस्तै बनेपा-पनौती सडकखण्ड अन्तर्गत पनौती नगरपालिका-५ ढलमलेमा आइतबार बेलुका मोटर साइकलको ठक्करबाट घाइते पैदलयात्रु ६३ वर्षीय काजीबहादुर गुरुङको नर्भिक अस्पताल काठमाडौंमा उपचारका क्रममा आइतबार मृत्यु भएको छ ।

चितवन जिल्लाको भरतपुर महानगरपालिका-२६ स्थित खयरघारी दुर्गा मन्दिरटोलमा ३ वर्षीय एक बालकको कुलोमा डुबेर मृत्यु भएको छ । स्थानीय हरीबहादुर कुमालको ३ वर्षीय छोरा सन्देश कुमालको कुलोमा खेल्ने क्रममा डुबेर मृत्यु भएको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौँडाले जनाएको छ। कार्यालयका अनुसार आईतबार साँझ ५ बजेर २० मिनेटमा बालकलाई डुबेको स्थानबाट २ सय मिटर तल फेला पारी उपचारार्थ भरतपुरस्थित सरकारी अस्पतालमा पुर्‍याइएको थियो । बालकको उपचारकै क्रममा साँझ ७ बजेर ५ मिनेट जाँदा मृत्यु भएको हो ।

चितवनकै माडी नगरपालिका-१ स्थित शिकारीपुरमा चट्याङ लागी एक महिलाको मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा स्थानीय ५० वर्षीया सरस्वती महत्तो छिन् । वागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौँडाका अनुसार महत्तोलाई आईतबार बिहान ९ बजे आफ्नै गोठमा भैसीलाई कुँडो हाल्न जाँदा एक्कासी चट्याङ लागेको थियो। चट्याङ लागी गम्भिर घाईते बनेकी उनको बघौडा अस्पताल माडीमा उपचारकै क्रममा बिहान १० बजेर ५० मिनेटमा चिकित्सकले मृत घोषणा गरेको प्रहरीले जनाएको छ ।

मोबाईलमा लिप्त...

मनोचिकित्सकको सहयोगमा औषधि पनि दिइन्छ ।

घरमा सहजता प्रदान गर्न अभिभावकले के गर्ने ?

- भर्चुअल अटिजमको बारेमा पहिला अभिभावक आफैंलाई प्रशिक्षित गर्नुपर्छ । ताकि बच्चाको व्यवहारलाई बुझ्न सहज होस् ।
- बच्चाले मोबाइल लिन जति जिद्दी गरे पनि नदिने, बरु फकाउने र उनीहरूसँग समय बिताउने ।
- बच्चाका लागि दैनिकी बनाउने । जसमा एक घण्टा मात्र ‘स्क्रिन टाइम’ राख्ने ।
- खानासँगै बसेर खाने र आफ्नो मोबाइल पनि डाइनिङ रुपमा नराख्ने ।
- भर्चुअल अटिजमबाट पीडित बालबालिकालाई सामान्य बालबालिकासँग तुलना नगर्ने ।
- बच्चाको सिकाउने शक्तिमा ध्यान दिने ।
- यदि बच्चा ढिलो सिक्छ भने उसलाई छिटो सिक्न दबाब नदिने ।
- बच्चालाई चित्रकला, खेलकुद, संगीत र नृत्य जस्ता अतिरिक्त क्रियाकलापमा उत्प्रेरित गरी त्यस्ता कक्षामा भर्ना गराउँदा पनि प्रतिभासँगै सामाजिक रुपमा अन्तरक्रिया गर्ने अभ्यास गराउने । यस्ता कक्षाले पनि उनीहरूलाई डिजिटल प्लेटफर्मबाट टाढा राख्न मद्दत गर्छ ।

आँखामा असर

बालबालिकाले लगातार मोबाइल, ल्यापटप, टेलिभिजनको स्क्रिनमा हेर्दा त्यसबाट आउने हानिकारक किरणहरूले आँखा सुक्खा र रातो हुने समस्या पैदा हुन्छ ।

बच्चाको निरन्तर मोबाइल चलाउने बानीलाई नियन्त्रण गर्न सकिएन भने कालान्तरमा आँखासम्बन्धी अन्य समस्या निम्तिन सक्छन् । *(स्रोतः अनलाईनखबर)*

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

मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पस, हेटौँडाको कर्मचारी पदपूर्ति गर्ने सम्बन्धी सूचना

(प्रथम पटक सूचना प्रकाशित मितिः २०८१।०५।१८)

यस मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पस हेटौँडाका लागि तपसिल बमोजिमको पद स्थायी पूर्ति गर्नुपर्ने भएकाले क्याम्पस सेवा समितिको मिति २०८१।०५।१७ गतेको निर्णयानुसार देहाय बमोजिमको योग्यता पुगेका इच्छुक नेपाली नागरिकहरुबाट यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले ३० (तीस) दिन भित्र वैयक्तिक विवरण, आवश्यक प्रमाणपत्रका प्रतिलिपिहरु समेत संलग्न गरी क्याम्पसबाट उपलब्ध गराइएको दरखास्त फारम भरी कार्यालय समयभित्र बुझाउनुहुन यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ ।

तपसिल

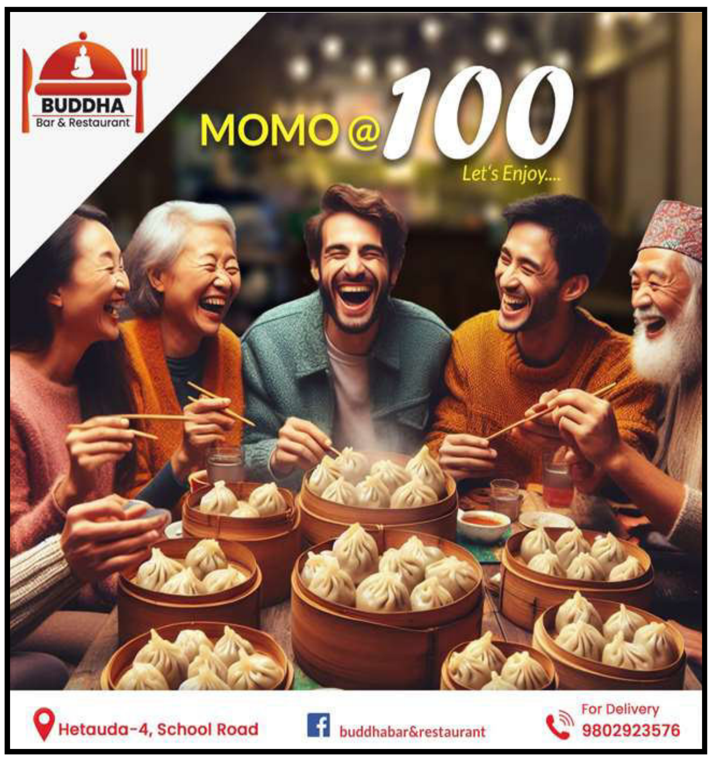
क.स.	विज्ञापन नं.	पद	संख्या
१	३-२०८१।२०८२	लेखा अधिकृत (सहायक प्रशासक सरह)	१ (एक)

परीक्षाको किसिम : लिखित परीक्षा, अन्तर्वार्ता र कम्प्युटर सीप परीक्षण
परीक्षा केन्द्र : मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पस, हेटौँडा
दरखास्त दस्तुर : रु. १,०००/- (एक हजार)
दरखास्त दिने अन्तिम मिति : २०८१/०६/१६ गते
उम्मेदवारको उमेर हद : दरखास्त दिने अन्तिम मितिसम्म न्युनतम उमेर २१ वर्ष पुरा भई ४० वर्ष ननाघेको हुनुपर्ने ।
तलब तथा सुबिधा : क्याम्पसको नियमानुसार
आवश्यक न्यूनतम शैक्षिक योग्यता : मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट व्यवस्थापन, वाणिज्यशास्त्र वा व्यापार प्रशासनमा स्नातक वा अर्थशास्त्र, गणित, तथ्यांकशास्त्र वा जनप्रशासनमध्ये कुनै एक मूल विषय लिई स्नातक तह वा सो सरह उत्तीर्ण भएको
पाठ्यक्रम : क्याम्पसको वेबसाइट https://mmchetauda.edu.np उपलब्ध हुने छ ।

लिखित परीक्षा कार्यक्रम:

Paper	Subject	Date	Time
First	Management, Governance and Regulatory Environment	२०८१/०७/२६	बिहान ११:००
Second	Subject Specific Knowledge & Skills	२०८१/०७/२७	बिहान ११:००

- सम्पर्क नं.: ०५७-५२०६२० Email: mmc@ntc.net.np



हेटौंडामा प्रदेशस्तरीय वृहत् सांस्कृतिक महोत्सव हुने

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडामा प्रदेशस्तरीय वृहत् सांस्कृतिक महोत्सव हुने भएको छ । राष्ट्रिय लोकभजन चुड्का संरक्षण प्रतिष्ठान जिल्ला कार्यसमिति मकवानपुरको आयोजना तथा प्रदेशको संस्कृति, पर्यटन तथा सहकारी मन्त्रालय, हेटौंडा उपमहानगरपालिकासहित जिल्लाका १० वटा स्थानीय तहको सहयोगमा प्रदेशस्तरीय सांस्कृतिक महोत्सव गर्न लागेको संघका केन्द्रीय सदस्य नारायण रेग्मीले जानकारी दिनुभएको छ ।

आगामी कार्तिक महिनाको दोस्रो सातामा ३ दिनसम्म हुने महोत्सवको स्थानबारे पछि निर्णय गरिने रेग्मीले बताउनुभयो । शुक्रबार हेटौंडा-४ स्थित हेटौंडा क्याम्पसमा भएको सामूहिक छलफल कार्यक्रममा लोपोन्मुख बाजागाजाहरुको संरक्षण, प्रवर्द्धन तथा उजागर गरेर जनचेतना जगाउनका लागि कार्यक्रम आयोजना गर्न लागेको उहाँले बताउनुभयो ।

प्रदेशका जिल्लाहरुमा संस्थाको पालिकास्तरीय कमिटी गठन भएका कारण प्रत्येक जिल्लाबाट २ समूह कार्यक्रममा सहभागी भएमा २६ वटा समूह बन्ने उहाँले बताउनुभयो । कार्यक्रममा सहभागी हुनका लागि हरेक पालिकाले अपनत्व लिनुपर्ने उहाँले बताउनुभयो । प्रदेशस्तरीय सांस्कृतिक कार्यक्रम नाम दिँदै लोकभजन प्रतियोगिता आयोजना गर्न लागेको बताउनुहुँदै प्रतियोगितामा सहभागी एउटा समूहबाट १५ देखि २० जनाको हाराहारीमा सहभागी हुन पाउने उहाँको भनाइ छ ।

नेपालमा विभिन्न जातजाति, भाषाभाषी र संस्कृतिका मानिसहरु बसोबास गर्ने भएकाले सांस्कृतिक गतिविधिलाई अगाडि बढाउने, विभिन्न बाजाहरुको प्रयोग गरेर लोप हुँदै गएका बाजाको संरक्षण गर्ने उद्देश्यले कार्यक्रम गर्न लागेको बताइएको छ। लोपहुँदै गएको कला, संस्कृतिको संरक्षण गर्न, बाद्यवादन संरक्षण गर्न, विकृति बढ्दै गएको समाजलाई चेतना दिन कार्यक्रमले सहयोग पुग्ने बताइएको छ। लागूऔषध दुर्व्यसनी, सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग, महिला हिंसा, सूर्तीजन्य पदार्थको नियन्त्रण, सुरक्षित बाल अधिकार, मानिसक स्वास्थ्य र विसंगतिविरुद्ध कार्य गर्ने संस्थाले लक्ष्य लिएको छ ।

महोत्सवमा लोपोन्मुख बाजागाजाको प्रदर्शनीसमेत हुनेछ । कार्यक्रममा मकवानपुर जिल्लाका ३० वटा भजन समूहको सहभागिता रहनेछ। कार्यक्रममा करिब १२ लाख रुपैयाँ खर्च हुने अनुमान आयोजकको छ । छलफल कार्यक्रममा संस्थाकी अध्यक्ष रुक्मिणी सुवेदी, सचिव सुवास कँडेलगायत विभिन्न पदाधिकारीहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

पञ्चरत्न बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.को आठौं बार्षिक साधारणसभा सम्बन्धी सुचना

यस पञ्चरत्न बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.को मिति २०८१/०४/२९ गते बसेको संचालक समितिको बैठकको निर्णय अनुसार यस संस्थाको आठौ बार्षिक साधारणसभा तपशिलको मिति स्थान र समयमा हुने भएकोले सम्पुर्ण शेयर सदस्य ज्युहरुलाई अनिवार्य उपस्थिकि लागि यसै सुचनाद्वारा जानकारी गराईन्छ ।

छलफलका विषयहरु :

१) संस्थाका अध्यक्षद्वारा प्रस्तुत प्रतिवेदन तथा आगामी वर्षका प्रस्तावित कार्यक्रम सम्बन्धमा ।
२) संस्थाका सचिवद्वारा प्रस्तुत संस्थागत प्रतिवेदन सम्बन्धमा ।
३) संस्थाका कोषाध्यक्षद्वारा प्रस्तुत आ.व.२०८०/०८१ को आर्थिक प्रतिवेदन तथा आ.व. २०८१/०८२ अनुमानित आय तथा व्यय सम्बन्धमा ।
४) संस्थाका लेखा समितिका संयोजकद्वारा प्रस्तुत प्रतिवेदन सम्बन्धमा ।
५) संस्थाको ऋण उपसमितीको संयोजकद्वारा प्रस्तुत प्रतिवेदन सम्बन्धमा ।
६) संस्था एकीकरण सम्बन्धमा ।
७) संस्थाको स्वामित्वमा रहेको गैर बित्तीय सम्पति बित्री सम्बन्धमा ।
८) आ.व. २०८१/०८२ संरक्षित पुँजी फिर्ता कोष वितरण सम्बन्धमा ।
९) संस्थाको बिनियम पुनर्लेखन तथा संशोधन सम्बन्धमा ।
१०) संस्थाका बिभिन्न नीतिहरु पुनर्लेखन तथा संशोधन सम्बन्धमा ।
११) संस्थाको आन्तरिक कार्यबिधि पुनर्लेखन तथा संशोधन सम्बन्धमा ।
१२) आ.व. २०८१/०८२ का लागि लेखापरीक्षक नियुक्ति तथा पारिश्रमिक निर्धारण सम्बन्धमा ।
१३) संस्थाको वार्षिक साधारण सभाको माईन्युट प्रमाणित गर्ने प्रतिनिधि छनौट सम्बन्धमा ।
१४) निष्क्रिय शेयर सदस्य सम्बन्धमा ।
१५) विविध ।

मिति : २०८१/०६/०५ गते (शनिबार)
समय : बिहान ११:०० बजे
स्थान : रोयल प्यालेस हेटौँडा-४, मेनरोड

नोट :- यस संस्थाका शेयर सदस्यहरुका छोरा छोरीहरुले २०८० को SEE मा उत्कृष्ट ग्रेड वा अंक प्राप्त गरी उत्तिर्ण गरेका भएमा मिति २०८१/०६/०२ गते सम्ममा छात्र/छात्राले प्राप्त गरेको मार्कसिट तथा सर्टिफिकेटको प्रतिलिपिसहित संस्थाको कार्यालयमा आई सम्पर्क राख्नु हुन अनुरोध छ । यदि म्याद समाप्त पश्चात पेश भएमा मान्य नहुने व्यहोरा समेत यसै सुचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ । (साधारणसभा सम्बन्धी सुचना सम्पुर्ण शेयर सदस्यज्युहरुलाई पत्रद्वारा जानकारी गराइएको छ । यदी पत्र प्राप्त नभएमा यसै सुचनालाई आधार मानी उपस्थितिका लागि अनुरोध छ ।)

जोन राना मगर स्मृति फुटबल

मेन्थाले हात पाऱ्यो उपाधि

उपाधिसहित मेन्था क्लबको टिम ।

समाज संवाददाता

मनहरीः मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिकामा भएको प्रथम संस्करणको जोन राना मगर स्मृति फुटबल प्रतियोगिताको उपाधि राक्सिराङ गाउँपालिकाको एफसी मेन्था क्लबले हात पारेको छ । सयपत्री युवा क्लबको आयोजनामा सोमबार गाउँपालिकाको जोगिताल खेल मैदानमा भएको फाइनल खेलमा मनहरीको रमनटार क्लबलाई टाइब्रेकरमा ४-३ गोलअन्तरले हराउँदै मेन्थाले उपाधि हात पारेको हो ।

उपाधि हात पारेसँगै मेन्थाले ३० हजार रुपैयाँ नगद राशिसहित शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गरेको छ भने उपविजेता रमनटार १५ हजार रुपैयाँसहित शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गरेको छ। पहिलो हाफको नवौं मिनेटमा मेन्थाका अमित चौधरीले गोल गर्दै टिमलाई अग्रता दिलाएका थिए भने रमनटारबाट राजन गोलले दोस्रो हाफको १०औं मिनेटमा गोल गर्दै बराबरीमा ल्याएका थिए । निर्धारित समयको खेल बरामरीमा सकिएपछि खेल टाइब्रेकरमा पुगेको थियो । टाइब्रेकरमा दुबै पक्षबाट पाँच-पाँच जना खेलाडीहरुले बल प्रहार गर्दा दुबै पक्षको बराबरी गोल भएपछि नतीजाका लागि सडन डेथको सहारा लिनुपरेको थियो । सडन डेथमा दुबै पक्षबाट दुई दुई जना खेलाडीले बल प्रहार गरेपछि मेन्थाका खेलाडी रवी लो तामाङको प्रहार गोलमा परिणत भएर निर्णायक गोल बन्न पुगेको हो । म्यान अफ उपाधि विजेता टिमको राजन गोले घोषित भएका छन् ।

यस्तै प्रतियोगिताको उत्कृष्ट खेलाडी घोषित हुँदै मेन्थाका अमित चौधरीले दुई हजार रुपैयाँ नगद राशि र ट्रफि प्राप्त गरेका छन् । प्रतियोगिताको उत्कृष्ट गोलरक्षक रमनटारका साजन लोप्चन र सर्वाधिक गोलकर्ता सन्तोष थिङ घोषित भएका छन् । गोलरक्षक लोप्चनले दुई हजार रुपैयाँ र शिल्ड प्राप्त गरेका छन् भने गोलकर्ता थिङले दुई हजार रुपैयाँ र गोल्डेन बुट ट्रफी प्राप्त गरेका छन् ।

सयपत्री क्लबका अध्यक्ष सुरज श्रेष्ठको सभाध्यक्षमा प्रतियोगिताको पुरस्कार वितरण तथा समापन कार्यक्रम भएको हो । समापन समारोहमा, वडा-६ का अध्यक्ष युवराज थपलिया, गाउँपालिका खेलकुद विकास समितिका संयोजक बीरु लामा थिङ, कार्यक्रम संयोजक वसन्त लामा लगायतका पदाधिकारीहरुको उपस्थिति रहेको थियो। केदार योञ्जनको संयोजकत्वमा सञ्चालन भएको प्रतियोगितामा २१ क्लबहरुको सहभागिता रहेको थियो ।

भीमफेदी दुर्घटनामा एकको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-काठमाडौं छोटोमार्गअन्तर्गत भीमफेदी गाउँपालिकाको जुरिखेतमा मोटरसाइकल दुर्घटनामा परी गम्भीर घाइते भएका एकजनाको मृत्यु भएको छ । सडकखण्डबाट ५ सय मिटर तल खस्दा मोटरसाइकल चालक पर्सा जिल्लाको वीरगञ्ज महानगरपालिका-१५ का ४० वर्षीय वृतनारायण यादव र पछाडि सवार बारा जिल्लाको फेटा गाउँपालिका-७ का ३६ वर्षीय रमेश पाण्डे गम्भीर घाइते भएका थिए । गम्भीर घाइते मोटरसाइकल चालक यादवको उपचारको क्रममा सोमबार साँझ साढे ७ बजेको समयमा मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

सोमबार दिउँसो ४ बजेर ३५ मिनेटको समयमा काठमाडौंबाट हेटौंडा आइरहेको प्रदेशको २-०३-०१२ १ प ३४७४ नम्बरको मोटरसाइकल भीमफेदी-६, जुरिखेत ११ घुम्तीस्थित भीरबाट खसेको थियो । जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रहरी प्रवक्ता लक्ष्मी भण्डारीका अनुसार घटना भएको खबर प्राप्त हुनासाथ इलाका प्रहरी कार्यालय भीमफेदीबाट प्रहरी टोली खटिएर घाइतेहरुलाई उपचारका लागि हेटौंडा ल्याइएको थियो । पछाडि सवार पाण्डेको अवस्था मध्यम रहेको जनाइएको छ ।

मकवानपुर जिल्ला लिग फुटबल

सोमबार चार खेल सम्पन्न

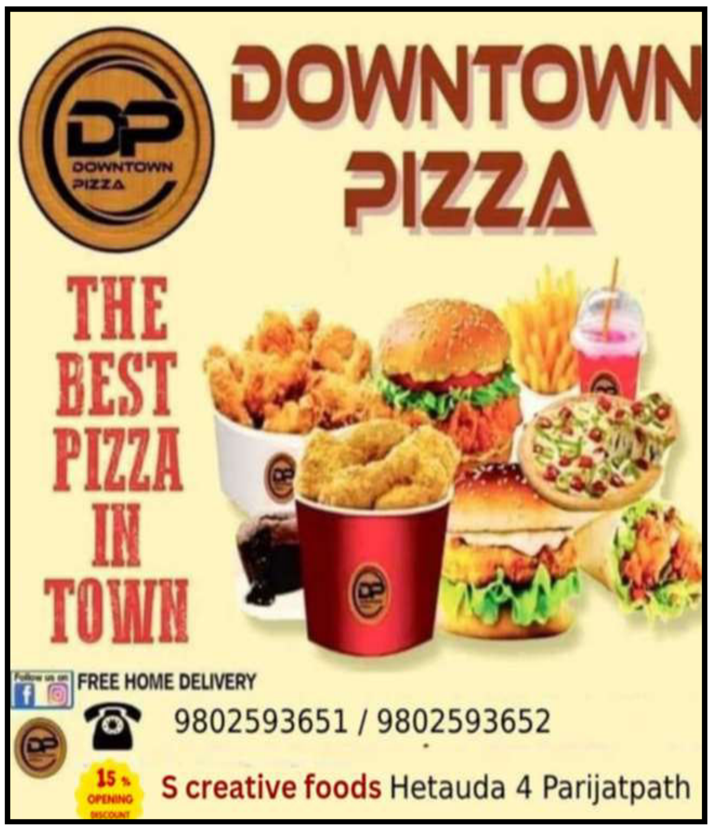
समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुर जिल्ला लिग फुटबल प्रतियोगिताअन्तर्गत सोमबार चार खेल सम्पन्न भएको छ । हेटौंडा-६ स्थित गौरीटार रंगशालामा दुई तथा हेटौंडा-११ स्थित सिमलटार मैदानमा दुई गरी चार खेल सम्पन्न भएको हो ।

मकवानपुर जिल्ला फुटबल संघका महासचिव छवि सुवेदीका अनुसार सोमबार गौरीटार रंगशालामा भएको पहिलो खेलमा पशुपति युवा क्लबले विजयी सुरुवात गरेको छ । युनाइटेड नाइनलाई २-१ गोलले हराउँदै पशुपतिले विजयी सुरुवात गरेको हो ।

गौरीटारमै भएको दोस्रो खेलमा परेली युवा क्लब र एफसी पोतालाले दुई-दुई गोलको बराबरी खेल्दै अंक बाँडेका छन् । दुई टिमले एक-एक अंक बाँडेका हुन् ।

यस्तै, सिमलटार मैदानमा भएको पहिलो खेलमा सहिद स्मृति र हाँडीखोला युवा क्लबले गोलरहित बराबरी खेल्दै अंक बाँडेका छन् । दुवै टिमले एक-एक अंक प्राप्त गरेको छ । उक्त मैदानमा भएको दोस्रो खेलमा एफसी चाइनालाई ७-० को फराकिलो गोलले हराउँदै प्रगतिशील क्लबले विजयी सुरुवात गरेको छ ।



सञ्चार कानुनसम्बन्धी पत्रकारसँग अन्तरसंवाद

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडामा सोमबार सञ्चार कानुनसम्बन्धी अन्तरवाद कार्यक्रम सम्पन्न भएको छ । नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुरको आयोजनामा कार्यक्रम भएको हो ।

अन्तरसंवादमा बागमती प्रदेश सञ्चार रजिष्ट्रार कार्यालयका प्रमुख रेवती सापकोटा र नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुरका सल्लाहकार बालकृष्ण अधिकारीले प्रस्तुति राख्नुभएको थियो । महासंघ मकवापनुरका कार्यवाहक अध्यक्ष ध्रुव अधिकारीको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा प्रदेशको आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्रालयका सचिव पूर्णबहादुर दर्जी, जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरका प्रमुख तीर्थराज चिलुवाल, महासंघ बागमती प्रदेशका संस्थापक अध्यक्ष प्रताप विष्ट, उपाध्यक्ष रुपेश दुलाल, महासचिव कृष्ण सारु मगर, जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रहरी नायव उपरीक्षक लक्ष्मी भण्डारीलगायतको आतिथ्य रहेको थियो ।

नानीमाया बारामा मृत भेटिइन्

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको बकैया गाउँपालिका-६ स्थित कैलेनी खोलाले बगाएर बेपत्ता भएकी महिला मृत भेटिएकी छिन् । आइतबार बकैया-६ स्थित जस्पलकी ४२ वर्षीय नानीमाया तितुङ खोलाले बगाएर बेपत्ता भएकी थिइन् । जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रहरी प्रवक्ता लक्ष्मी भण्डारीकाअनुसार नानीमाया सोमबार दिउँसो २ बजेर २० मिनेटको समयमा बारा जिल्लाको कोल्बी नगरपालिका-२ स्थित बकैया खोलाको किनारमा मृत भेटिएकी हुन् ।

आइतबार दिउँसो १२ बजेको समयमा तितुङ बाराको निजगढ नगरपालिका-१०, लालस्थित रहेको आफ्नै पसलबाट घर फर्कने क्रममा कैलेनी खोलाले बगाएको थियो । खोला तर्ने क्रममा एक्कासी पानीको बहाव बढेर बाढी आउँदा तितुङ बगाएर बेपत्ता भएको भनी स्थानीयले इलाका प्रहरी कार्यालय निजगढमा खबर गरेका थिए । तितुङलाई खोलाले बगाएको भन्ने खबर प्राप्त हुनसाथ इलाका प्रहरी कार्यालय निजगढबाट प्रहरी निरीक्षकको कमाण्डमा सशस्त्र प्रहरीसहितको टोली खटेर खोजतलास सुरु गरेको थियो ।

ट्रकको ठक्करबाट नेवारपानीमा एक युवकको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-१९, नेवारपानीस्थित कोशिस पेट्रोल पम्प नजिकै पूर्व-पश्चिम सडकखण्डमा ट्रकको ठक्करबाट मोटरसाइकल चालकको मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा हेटौंडा-९ का २५ वर्षीय अभिषेक सुवेदी रहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रहरी प्रवक्ता लक्ष्मी भण्डारीले जानकारी दिनुभयो ।

सोमबार बिहान ९ बजेर २० मिनेटको समयमा नवलपरासीबाट झापाको लागि सिमेन्ट लोड लिएर आउँदै गरेको बागमती प्रदेश ०३-००१ ख २०८६ नम्बरको ट्रकले हेटौंडाबाट मनहरीतर्फ जाँदै गरेको बागमती प्रदेश ०२-०२२ प २५०२ नम्बरको मोटरसाइकललाई ठक्कर दिँदा मोटरसाइकल चालक सुवेदी गम्भीर घाइते भएका थिए ।

घाइते सुवेदीलाई उपचारको लागि हेटौंडा अस्पताल ल्याइएकोमा बिहान १० बजेर ५ मिनेटको समयमा डाक्टरले मृत घोषणा गरेका हुन् ।

ट्रक चालक दाङको गडुवा गाउँपालिका-२ का २३ वर्षीय चन्द्रप्रसाद चौधरीलाई नियन्त्रणमा लिएर घटनाबारे थप अनुसन्धान गरिरहेको प्रहरीले जनाएको छ ।

महिलाको शव बरामद

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको बागमती गाउँपालिका-४, चौरादोभानस्थित बागमती खोलाको बीच बगरमा महिलाको शव बरामद भएको छ । सोमबार साँझ ५ बजेर २० मिनेटको समयमा अन्दाजी २५ वर्षीया महिलाको शव बरामद भएको मकवानपुर प्रहरीले जनाएको छ ।

महिलाको पहिचान भने खुल्न नसकेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ । शवलाई पोष्टमार्टमका लागि हेटौंडा अस्पताल पठाइएको र प्रहरीले आवश्यक अनुसन्धान अगाडि बढाएको जनाएको 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

Admission Open !!!
+2
Science
Hotel Management
Commerce
Computer Science
Law (English Medium)

BSc. CSIT
BCA
BBS
} TU Affiliate
BSc. CSIT/BCA को तयारी कक्षा चलिरहेको छ ।
(९८५५०७७४१७/९८५५०६७४३५/९८५५०६९४४४)
हेटौंडा- सिटि कलेज (जेनिथ मावि)
हेटौंडा-५, पिप्ले

सुशासन प्रवर्द्धन गरौं
- कानून पालना गर्ने संस्कार र संस्कृतिको विकास गरौं,
- भ्रष्टाचार,अनियमितता विरुद्ध शुन्य सहनशील बनौं,
- सार्वजनिक सेवालाई पारदर्शी र उत्तरदायी बनाऔं,
- राज्य र समाजप्रतिको जिम्मेवार तथा कर्तव्यबोध गरौं,
- रचनात्मक आलोचना र सकारात्मक सोचको विकास गरौं,
- विकास निर्माणका कार्यमा सहभागिता जनाऔं
- अनियमितताको कुनै सूचना भए नियामक निकायलाई जानकारी गराऔं,
- सुशासन कायम गर्न राज्य संयन्त्रलाई खबरदारी गरौं ।

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