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

समृद्धि प्रकाशन प्रा. लि.
हेटौंडा, मकवानपुर

म.जि.हु.का.द.नं.
३०/०६५/०७०

वर्ष:१५ अङ्क:- ३२० २०८१ कार्तिक ६ गते मंगलबार 22 October 2024, Tuesday - पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५/-

विशाल र सनिस पक्राउ

हेटौंडाः हेटौंडा-१, जरुवाटोल घर भई हाल हेटौंडा-१०, टिसिएनरोड बस्ने २२ वर्षीय रोनक खड्केलाई सांघातिक आक्रमण गर्ने २ जनालाई प्रहरीले पक्राउ गरेको छ। खड्केलाई आक्रमण गर्ने हेटौंडा-११ का २९ वर्षीय विशाल तामाङ र १८ वर्षीय सनिस घिमिरेलाई प्रहरीले सोमबार पक्राउ गरेको छ। अर्का एकजना फरार रहेको प्रहरीले जनाएको छ।

आइतबार बिहान ११ बजेर ३५ मिनेटको समयमा हेटौंडा-१०, टिसिएनरोडस्थित डेराकोठामा बसिरहेका खड्केलाई आक्रमण भएको थियो। खुकुरी प्रहारबाट खड्केको टाउको, अनुहार, गर्दनसँगै शरीरका विभिन्न भागमा चोट लागेको छ। पक्राउ परेका दुईजनालाई ५ दिनको म्याद अनुमति लिई आवश्यक अनुसन्धान गरिरहेको प्रहरीले जनाएको छ। फरार रहेका अर्का एकजनाको पनि खोजी कार्य गरिरहेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ।

प्रहरीबीच कार्यसम्पादन सम्झौता

इलाका प्रहरी कार्यालय भीमफेदीकी प्रहरी निरीक्षक ललिता ढकाल र प्रहरी उपरीक्षक ढकालबीच कार्यसम्पादन सम्झौतापत्र आदानप्रदान गरिँदै ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरका प्रहरी प्रमुख प्रहरी उपरीक्षक विश्वराज खड्काले मातहतका प्रहरी प्रमुखहरुसँग कार्यसम्पादन सम्झौता गर्नुभएको छ । असोज दोस्रो साता जिल्लाको नेतृत्व सम्हाल्नु भएका प्रहरी उपरीक्षक खड्काले सोमबार नियमित मासिक बैठकमा कार्यसम्पादन सम्झौता गर्नुभएको हो ।

नियमित मासिक बैठकमा चाडपर्व लक्षित सुरक्षा योजनाको कार्यान्वयन र वर्तमान सुरक्षा चुनौतीहरुको विश्लेषण गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालयले जनाएको छ । बैठकमा समसामयिक विषयमा पनि छलफल गरी मातहतका प्रहरी इकाईका प्रमुखहरुलाई प्रहरी उपरीक्षक खड्काले निर्देशन समेत दिनुभएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालयले बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालयका प्रमुखसँग भएको वार्षिक कार्यसम्पादन सम्झौतामा आधारित भएर प्रहरी उपरीक्षक खड्काले मातहतका प्रमुखहरुसँग सम्झौता गर्नुभएको हो ।

मकवानपुर जिल्लामा अपराध नियन्त्रण तथा अनुसन्धान, विपद् व्यवस्थापन, प्रहरीको क्षमता अभिवृद्धि तथा समग्र लक्ष्य प्राप्तिका अभिप्रायले मातहत वडा, ईलाका प्रहरी कार्यालयलगायत सम्पूर्ण प्रहरी इकाईहरु समेतलाई जिम्मेवार एवम् उत्तरदायी बनाउन बार्षिक कार्यसम्पादन सम्झौतामा हस्ताक्षर गरिएको हो । प्रहरी उपरीक्षक खड्काले जिल्लाको सुरक्षा जिम्मेवारी लिनुभएलगत्तै लागुऔषध, अवैध तस्करीका घटना नियन्त्रणमा तदारुकता देखाउनुभएको छ ।

बागमती लोकसेवा आयोगका अध्यक्ष श्रेष्ठले लिए सपथ

लोकसेवा आयोगका अध्यक्ष महेश्वर श्रेष्ठलाई सपथ गराउनुहुँदै प्रदेश प्रमुख दीपक प्रसाद देवकोटा ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेश लोकसेवा आयोगका अध्यक्ष महेश्वर श्रेष्ठले पद तथा गोपनीयताको सपथ ग्रहण गर्नुभएको छ । सोमबार प्रदेश प्रमुख दीपक प्रसाद देवकोटाले लोकसेवा आयोगका नवनियुक्त अध्यक्ष श्रेष्ठलाई पद तथा गोपनीयताको सपथ ग्रहण गराउनुभएको हो ।

प्रदेश प्रमुख देवकोटाले आइतबार मात्र श्रेष्ठलाई आयोगको अध्यक्ष पदमा नियुक्त गर्नुभएको थियो । सात महिना रिक्त रहेको आयोगको अध्यक्षमा नियुक्तिका लागि प्रदेश सरकारले श्रेष्ठको नाम सिफारिस गरेको थियो। प्रदेश सरकारको सिफारिसमा प्रदेश प्रमुख देवकोटाले आयोगको अध्यक्षमा श्रेष्ठलाई नियुक्त गर्नुभएको हो । प्रदेश प्रमुख देवकोटाले प्रदेश लोकसेवा आयोग ऐन २०७६ को दफा ३ को उपदफा (१) अनुसार गठित सिफारिस समितिको सिफारिसमा दफा ४ को उपदफा (२) बमोजिम श्रेष्ठलाई लोकसेवा आयोगको अध्यक्ष नियुक्त गर्नुभएको हो ।

नवलपरासीको विनयी त्रिवेणी गाउँपालिका वडा नम्बर १ का श्रेष्ठले गत शुक्रबार मात्रै लुम्बिनी प्रदेश सरकारको स्वास्थ्य तालिम केन्द्रबाट अनिवार्य अवकास पाउनुभएको थियो । श्रेष्ठले बागमती प्रदेशको स्वास्थ्य निर्देशनालयमा निर्देशकका रुपमा पनि कार्य गर्नुभएको थियो । निजामति सेवाको सहसचिव (११औं तह) बाट अनिवार्य अवकास पाए लगत्तै श्रेष्ठले प्रदेश सरकारको लोकसेवा आयोगको अध्यक्ष पदको जिम्मेवारी पाउनुभएको हो ।

विश्वविद्यालयको प्राथमिकता रोजगारी र उद्यमशीलतामा हुनपर्छ

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेशले रोजगारी सृजना र उद्यमशीलतालाई प्राथमिकताका साथ अघि बढाउनुपर्ने बताइएको छ । पाठ्यक्रम निर्धारणका लागि बागमती विश्वविद्यालयले हेटौंडामा आयोजना गरेको उद्योग तथा व्यवसाय क्षेत्रसँगको छलफलका क्रममा विश्वविद्यालयको पाठ्यक्रममा रोजगारी र उद्यमशीलताको विषय अध्यापन गरिनुपर्ने बताएका हुन् ।

छलफलमा सहभागीहरुले नेपालको भुगोल अनुकुल उत्पादन र व्यवस्थापनका विषयहरु व्यवहारिक रुपमा पठनपाठन हुनेगरी अध्यापन गराउनुपर्ने उनीहरुको भनाई छ । विश्वविद्यालयको कोर्ष निर्माणका चरणमा नै औद्योगिक उत्पादन तथा व्यावसायिक रुपमा जोड्ने गरी अघि बढ्नुपर्ने उनीहरुले बताए । विश्वविद्यालयले प्राविधिक विषय अध्ययन गरेका तथा तालिम लिएका व्यक्तिहरुको लागि पनि उचित व्यवस्थापन गर्नुपर्नेमा सहभागीको जोड थियो। प्रदेशमा स्थापना हुने विश्वविद्यालयले कृषि उत्पादन र उत्पादकत्व वृद्धिमा जोड दिने जनशक्ति उत्पादन गर्नुपर्ने सुझाव सहभागीको थियो । राष्ट्रियता, कानुनी राज्य, समाज तथा संस्कृति परम्पराका सवाललाई पाठ्यक्रमको माध्यमबाट जोड्न जरुरी रहेको उनीहरुले औंल्याए ।

दैनिक उपभोग्य सेवा तथा वस्तुको व्यवस्थापन, नीजि क्षेत्रबाट संचालित व्यवसाय तथा उद्योगधन्दाको व्यवस्थापन गर्ने जनशक्ति उत्पादन गर्ने विश्वविद्यालयको आवश्यकता टड्कारो रहेको उनीहरुको भनाई छ । अध्ययन तथा अनुसन्धानमा आधारित प्रयोगात्मक शिक्षा प्रणालीको विकासमा विश्वविद्यालयको जोड हुन जरुरी रहेको उनीहरुले औंल्याए ।

नागरिकहरुको समस्या हल गर्ने र उत्पादनशील दक्षजनशक्ति उत्पादनमा विश्वविद्यालयको पाठ्यक्रम केन्द्रीत हुनजरुरी रहेको उनीहरुले बताए। लामो अवधिको मात्र नभई छोटो र कम अवधिका सीपमूलक उद्यमलाई पनि पाठ्यक्रमका माध्यमबाट समेटेर पठ्नपाठनको विषय बनाउन जरुरी रहेको उनीहरुले बताए। उद्योग, पर्यटन, यातायात, इन्जिनियरिङ तथा अन्य प्राविधीक विषयको अध्यापन गराउने शिक्षण संस्थाको आवश्यकता रहेको उनीहरुले बताए ।

छलफलका क्रममा उद्योग संघ मकवानपुरका अध्यक्ष बद्रीनाथ शर्मा, निवर्तमान अध्यक्ष स्वागतराज प्याकुरेल, अधिवक्ता मनप्रसाद भट्टराई, अप्सरा बस्नेत, निर्माण व्यवसायी राजेन्द्र चौलागाई लगायतले धारणा राखेका थिए । कार्यक्रममा बागमती विश्वविद्यालयका अध्यक्ष चन्द्रमणि पौडेल, उपाध्यक्ष कुशुमराज सुवेदी, बोर्ड अफ ट्रष्टीका सदस्यहरु कृष्ण कटुवाल, नुरानी ढुंगेल, बच्चुराम अधिकारी, कार्यालय सचिव रुद्र शर्माको उपस्थिति रहेको थियो ।

कैलाशका ठूलोकान्छाको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको कैलाश गाउँपालिका-३ फास्टरका ४६ वर्षीय ठूलोकान्छा चेपाङको मृत्यु भएको छ। गाउँमै घेवामा गएर फर्कने क्रममा शनिबार रातीदेखि सम्पर्कविहिन भएका ठूलोकान्छा आइतबार बिहान १० बजेको समयमा कालीखोलामा मृत भेटिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ। घटनाबारे बुझ्न ईलाका प्रहरी कार्यालय मनहरीबाट अनुसन्धान टोली घटनास्थल पुगेको छ । ठूलोकान्छाको शव हेटौंडा अस्पतालको शवगृहमा ल्याइएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ।

नेपाल र ताजिकिस्तानको मैत्रीपूर्ण फुटबल नोभेम्बरमा

मकवानपुरका ६ खेलाडी बन्द प्रशिक्षणमा

समाज संवाददाता

हेटौंडाः नेपाल र ताजिकिस्तानबीच हुन लागेको मैत्रीपूर्ण फुटबल खेलका लागि मकवानपुरका ६ खेलाडी बन्द प्रशिक्षणमा समेटिएका छन् । आगामी नोभेम्बर महिनामा ताजिकिस्तान फिफा बिन्डोमा हुन लागेको मैत्रीपूर्ण फुटबल खेलका लागि मकवानपुरका ६ जना खेलाडीहरु बन्द प्रशिक्षणमा पर्न सफल भएका हुन् ।

सोमबार नेपाल पुरुष राष्ट्रिय टिमको अन्तरिम राष्ट्रिय प्रशिक्षकमा नियुक्त हुनुभएका नवीन न्यौपानेले ३६ जना खेलाडीलाई बन्द प्रशिक्षणमा बोलाउँदा मकवानपुरका गोलरक्षक कृशल मोक्तान, डिफेन्डर छिरिङ लामा, विमल पाण्डे, एन्जल महर्जन, मिडफिल्डरमा आयुष घलान र फरवार्डमा अञ्जन विष्ट पर्न सफल भएको मकवानपुर जिल्ला फुटबल संघका महासचिव छवि सुवेदीले जानकारी दिनुभएको छ ।

बन्द प्रशिक्षणमा सहभागी भएका ३६ जना खेलाडीहरु मध्ये उत्कृष्ट २४ जनालाई छनौटगरी मैत्रीपूर्ण खेलमा सहभागी गराइने फुटबल संघका महासचिव छवि सुवेदीले बताउनुभयो । यसअघि युरोपका भिन्सेन्जो अल्बटोले नेपालको अन्तरिम राष्ट्रिय प्रशिक्षकको जिम्मेवारी निर्वाह गर्नुभएको थियो । मकवानपुर जिल्लाका खेलाडीहरुले विभिन्न प्रकारका प्रतियोगितामा सहभागिता, खेल कौशल र क्षमताका आधारमा उनीहरुलाई छनोट गरेर बन्द प्रशिक्षणमा बोलाइएको उहाँले बताउनुभयो ।

हेटौंडा फुटबल एकेडेमीका खेलाडी कृशल मोक्तानले यु-२० फुटबल प्रतियोगिताको राष्ट्रिय टिममा समेत सहभागी भएका छन् । मोक्तानले यु-१७ को राष्ट्रियस्तरको प्रतियोगितामा समेत उत्कृष्ट प्रदर्शन गरेर आफूलाई उत्कृष्ट खेलाडी सावित गर्न सफल भएको हेटौंडा फुटबल एकेडेमीका संस्थापक तथा प्रशिक्षक भीम लामा बताउनुहुन्छ । ३ वर्षअघि श्रीलंकामा भएको यु-१७ पुरुष च्याम्पियनसीपमा मोक्तान सहभागी भएका थिए ।

मकवानपुरका ६ जना खेलाडीसहित किरण चेम्जोङ, विशाल सुनार, दीप कार्की, अभिषेक बराल, जियारथ शेख, डिफेन्डरमा अनन्त तामाङ, सेमन्त थापा, रोहित चन्द, निर्मल घिसिङ, सनिश श्रेष्ठ, विवेक चौधरी, रणदीप पौडेल, सवीन घिमिरे र अभिषेक वाईबा परेका छन् । मिडफिल्डरमा लकेन लिम्बु, रोहन कार्की, मणि लामा, उत्सव राई, भरत खवास, कुशल देउवा, एरिक विष्ट, आशिष राई, अभिनाश स्याङ्तान, मनिष डाँगी र उज्वल राई पर्न सफल भएका छन् भने फरवार्ड जिलेस्पी जंग कार्की, सुमित श्रेष्ठ, अञ्जन विष्ट, समिर तामाङ र निराजन धामी बन्द प्रशिक्षण परेका छन् ।

श्री जनजागृति माध्यमिक विद्यालय (प्राविधिक शिक्षालय)

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-१५, रातोमाटे, मकवानपुर

अटोमोबाइल ईन्जिनियरिङ्ग विषयमा २४ महिने प्रि-डिप्लोमा तह औद्योगिक प्रशिक्षार्थी तालिम (अप्रेन्टिशीप) मा निःशुल्क प्रशिक्षणका लागि

सुनौलो अवसर ! सुनौलो अवसर !! सुनौलो अवसर !!!

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालिम परिषद् (CTEVT)बाट अनुमति प्राप्त भई सञ्चालित, बागमती प्रदेश सरकारको सामाजिक विकास मन्त्रालय र सम्मानित रोजगारीका लागि सीप (ENSSURE) परियोजनाबाट निःशुल्क सञ्चालन गरिने प्रि-डिप्लोमा तहको २४ महिना अवधिको अप्रेन्टिशीप (औद्योगिक प्रशिक्षार्थी तालिम) कार्यमा शैक्षिक-सत्र २०८१/०८२ को भर्नाका लागि अवसर खुलेको हुनाले १६ वर्ष पुगेका र SEE वा सो सरहको योग्यता पुगेका व्यक्तिले आवेदन दिन सक्नेछन् । भर्ना कोटा संख्या सीमित भएकोले समयमै फारम भरी मौकाको फाइदा उठाउनुहोला ।

औधोगिक प्रशिक्षार्थी (Apprenticeship) तालिम किन ?	आवेदन कहाँ र कसरी दिने ?	फारम भर्न चाहिने आवश्यक कागजातहरू ।
१. प्रशिक्षार्थीले शिक्षालय र औद्योगिक प्रतिष्ठान दुबै स्थानमा सीप सिक्ने अवसर पाउने । २. पेसासँग सम्बन्धित दक्ष व्यक्तिसँगै रहेर काम गर्न पाउने । ३. तालिमको अवधिमा नै आय आर्जन हुने र तालिमपश्चात रोजगारी निश्चित हुने । ४. सफलतापूर्वक तालिम सम्पन्न गरेपछि प्रि-डिप्लोमा तहको प्रमाणपत्र पाइने ।	१. विद्यालय प्रशासनमा सम्पर्क गरी आवेदन फारम भर्ने । २. फारम भर्ने समयावधि : २०८१/०७/०६ गतेसम्म । ३. रीतपूर्वक भरिएको फारम विद्यालयमा बुझाउने ४ फारम भर्न तथा तालिम अवधिभर कुनैपनि शुल्क लाग्ने छैन ।	१. स्पष्ट मुखाकृति देखिने हालसालै खिचिएको पासपोर्ट साइजको ३ प्रति फोटो । २. SLC/SEE मा सहभागिता भएको प्रमाणपत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि । ३. नेपाल बाहेक अन्य मुलुकबाट SLC/SEE वा सो सरह परीक्षा उतीर्ण गरेको हकमा नेपाल सरकारले तोकेका निकायद्वारा समकक्षता निर्धारण गरिएको पत्रको प्रमाणित प्रतिलिपि ।

सम्पर्कः ९८४५०३०८७६ (प्राचार्य), ९८४१२०८९१९ (वि.व्य.स.अध्यक्ष), ९८६५२१००१६ (तालिम संयोजक), ९८४५२९७६२६ (कार्यक्रम संयोजक), ९८४५४६३११० (सूचना अधिकारी), ९८४६६९५७३१ (प्रशिक्षक), ९८५५०१२८७६ (विद्यालय)

नोट: प्रशिक्षार्थीहरुलाई हाजिरी भएको दिन रु १००/- खाजा तथा भाडा भत्ता प्रदान गरिनेछ। एसईईमा ननग्रेडेड विद्यार्थीहरुले पनि अध्ययन गर्न पाउनेछन् । प्रशिक्षार्थीका लागि सात लाख रुपैयाँ बराबरको दुर्घटना बीमा र प्रत्येक वर्ष ३ हजार रुपैयाँ बराबरको पोशाक सुविधा समेत उपलब्ध हुनेछ ।

सम्पादकीय

लागूऔषध जटिल समस्या

मानिसमा लत सिर्जना गरी दुर्व्यसनी तुल्याउने वस्तु वा पदार्थ लागूपदार्थ वा लागूऔषध हो । यसले मानिसको दिमागलाई प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्षरुपमा हानि पु-याउँछ । शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्य, चेतना र अनुभूतिलाई विकृत तुल्याउने पदार्थलाई लागूऔषध भनिन्छ । लागूऔषधले मानिसको केन्द्रीय स्नायू प्रणालीमा प्रभाव पार्नुका साथै उसको भावना र सोचाईमा परिवर्तन ल्याउँदछ । लागूपदार्थलाई मुख्य दुई भागमा विभाजन गर्ने गरिएको छ । एउटा, प्राकृतिक लागूपदार्थ, जसअन्तर्गत प्राकृतिकरुपमा उम्रने वा मानिसद्वारा उत्पादित पदार्थहरु पर्दछन् । गाँजा, चरेस, भाङ, धतुरो, अफिम, मदिरा आदिलाई प्राकृतिक लागूपदार्थ हुन् । अर्को, औषधिजन्य लागूपदार्थ, जसअन्तर्गत मानव जीवन रक्षाको लागि निर्मित औषधिजन्य पदार्थहरु जसलाई चिकित्सकको सल्लाह विपरित नशा लिनको लागि प्रयोग गर्दछन् । नाइट्रोसन, नाइट्रोभ्याट, प्रोक्सीभोन, नोर्फिन, कोडिन, कोरेक्स, फेन्सीडिल, फेनकोडिन आदि औषधिजन्य लागूपदार्थ हुन् ।

लागूऔषधलाई कानुनद्वारा निषेधित र कानुनद्वारा नियन्त्रित गरी दुई भागमा विभाजन गर्न पनि सकिन्छ । गाँजा, चरेस, अफिम आदि कानुनद्वारा निषेधित लागूऔषध हो । यसको सेवन, बिक्री वितरण, ओसारपसार तथा खेतीपाती गैरकानुनी मानिन्छ । मदिराजन्य पदार्थ, सुर्तीजन्य पदार्थ र औषधिजन्य लागूपदार्थ कानुनद्वारा नियन्त्रित लागूऔषध हुन् । यस्ता लागूऔषधलाई निश्चित मापदण्ड र नियमभित्र रहेर सेवन गर्न सकिन्छ । नेपालमा यी दुबै प्रकारका लागूऔषध ठूलो समस्या बनिरहेको छ । नेपालका पहाड तथा तराईका विभिन्न क्षेत्रमा अझै पनि गाँजा तथा अफिमको खेती हुँदै आएको छ । सुरक्षा निकायको कमजोर उपस्थिति, मिलेमतो, चाँडै धनी बन्ने चाहनाले यस्ता लागूऔषधको उत्पादन, ओसारपसार, बेचविखन र सेवन अन्त्य हुन सकेको छैन । भारतीय बजारमा सजिलै किन्न पाइने औषधिजन्य लागूऔषधको ओसारपसार, खरिदबिक्री र सेवन पनि उत्तिकै जटिल देखिएको छ । लागूऔषधको दुरुपयोगले व्यक्ति स्वयम्का साथै परिवार, समाज र देश सबैलाई शिकार बनाइरहेको छ ।

लागूऔषध उत्पादन, ओसारपसार र दुर्व्यसन सबै आधारमा मकवानपुर जिल्ला अग्रस्थानमा आउने गरेको छ । दिनहुँजसो प्रहरीले लागूऔषध बरामद गरेको समाचारले मकवानपुर जिल्ला लागूऔषध ओसारपसारको ट्रान्जिट प्वाइन्ट नै बनिरहेको पुष्टि गर्दछ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले शनिबार पनि लागूऔषधसहित २ जनालाई पक्राउ गरेको छ । प्रहरी चौकी लेवटबाट खटिएको प्रहरी टोलीले सोही स्थानबाट लागूऔषधसहित उनीहरुलाई पक्राउ गरेको हो । प्रहरीले उनीहरुको साथबाट विभिन्न प्रकारका औषधिजन्य लागूऔषध बरामद गरेको छ । मध्ये तराईबाट हेटौंडा प्रवेश गर्ने मुख्य नाका रातोमाटे चेकपोष्ट र हेटौंडा बसपार्क क्षेत्रबाट धेरैजसो लागूऔषधसहित ओसार पसारमा संलग्न व्यक्तिहरु पक्राउ पर्ने गरेका छन् । मकवानपुरको पश्चिम पहाडी क्षेत्रमा गाँजा खेती व्यापक हुने गरेका कारण यहाँबाट तराईतिर लैजाँदै गरेको गाँजा र चरेस पनि प्रहरीले उल्लेख्य मात्रामा बरामद गर्दै आएको छ ।

लागूऔषध र यसको दुर्व्यसन सबै देश र क्षेत्रको साझा र भयावह समस्या हो । सबै देशका मानिसहरु लागूऔषध दुर्व्यसनको शिकार बन्ने गरेका छन् । नेपालमा लागूऔषधको दुर्व्यसन तथा अवैध ओसारपसार र त्यसबाट सृजित अन्य अपराधहरु ज्यादै गहन समस्या बनेका छन् । यसले अन्तर्राष्ट्रियरुपमा नेपालको बद्नामसमेत गराइरहेको छ । संगठित तस्करहरुले नेपाललाई लागूऔषध ओसारपसारको माध्यम बनाइरहेका छन् । लागूऔषध दुर्व्यसनको समस्याले बढिजसो युवा जनशक्ति प्रभावित भइरहेका छन् । किशोरावस्था र युवा अवस्थाका व्यक्तिहरु लागूऔषध दुर्व्यसनमा फस्दै जाने हो भने त्यसले व्यक्ति, परिवार, समाज र देशकै भविष्य अन्योल हुन्छ । लागूऔषध उत्पादन, ओसारपसार, बिक्री वितरण तथा दुर्व्यसन नियन्त्रणका लागि सबै पक्षको चासो र सक्रियता आवश्यक हुन्छ ।

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	: धार्मिक तथा सामाजिक काममा सरिक भइएला ।
वृष	: सामाजिक तथा धार्मिक क्षेत्रबाट लाभ प्राप्त हुनेछ ।
मिथुन	: मनमा अस्थिरता बढेपनि काममा सफलता प्राप्त ।
कर्कट	: मन अस्थिर रहेपनि धार्मिक कामले स्थिर बनाउँला ।
सिंह	: धार्मिक मठ मन्दिरको दर्शन गर्नमा समय व्यतित ।
कन्या	: सामाजिक र धार्मिक क्षेत्रबाट सम्मान प्राप्त होला ।
तुला	: मान-सम्मान तथा पद प्रतिष्ठा बढ्ने समयको योग छ ।
वृश्चिक	: समाज सेवाबाट लाभ प्राप्त हुने समयको योग ।
धनु	: धार्मिक क्षेत्रको यात्रामा समय व्यतित होला ।
मकर	: समाजमा असल प्रतिभाको कदर रहने समयको योग छ ।
कुम्भ	: अकारण वादविवादमा फसिने समयको योग देखिन्छ ।
मीन	: माङ्गलिक कार्यबाट लाभ प्राप्त रहने समयको योग छ ।

गुणस्तरीय पर्यटनको गन्तव्य माथिल्लो मुस्ताङ

निनाम लोवात्ती

माथिल्लो मुस्ताङको एकभन्दा बढी नाम छ । जस्तै– ल्हो मन्थाङ, माथिल्लो मुस्ताङ, फोरबिड्डन किङ्डम, हिडेन किङ्डम, अप्पर मुस्ताङ, लिटिल तिब्बत, मड सिटी, लस्ट किङ्डम आदि । माथिल्लो मुस्ताङ नेपालमा रहेका थोरै गुणस्तरीय पर्यटकीय गन्तव्यको पदयात्रा मार्गमा पर्ने एक गन्तव्य हो । अहिले मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भाग फेरि चर्चामा आइरहेको छ । मुस्ताङको माथिल्लो भाग त्यसरी चर्चामा आउनुको कारण हो, हाल कायम रहेको 'निषेधित क्षेत्र' । किनभने माथिल्लो मुस्ताङलाई निषेधित क्षेत्रबाट हटाइपाऊँ भन्ने माग स्थानीय बासिन्दाहरुले उठाइरहेका छन् । जुन कुरो जायज हो-होइन, यहाँ चर्चा गरौं कि ?

खासमा भन्ने हो भने २०४६ सालअघिसम्म मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेग विदेशी नागरिकका लागि पूर्ण रुपमा प्रतिबन्धित थियो । २०४६ को राजनीतिक परिवर्तनसँगै आएको सरकारले केही सर्तसहित निषेधित क्षेत्रका रुपमा रहेको माथिल्लो मुस्ताङमा विदेशी पर्यटकलाई प्रवेश गर्न दिने निर्णय गरेको थियो ।

२०४६ अघि कानुनी रूपमा मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगमा विदेशी पर्यटक जान नपाउने भनी प्रतिबन्धतात्मक व्यवस्था गरिएको भए पनि अमेरिकी नागरिक स्टान आर्मिङटङले लेखेको र लन्ली प्लानेटद्वारा प्रकाशित 'द हिमालय किङ्डम' नामक पुस्तकमा जनाइएअनुसार विदेशी पर्यटकका लागि वि.सं. २०४६ अघि पनि मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगमा राजदरबारका शाही पाहुनाहरू भने सुटुक्क जाने गरेका थिए ।

त्यस्तै सन् १९५२ मै स्वीस नागरिक टोनी हेगनले पहिलो विदेशी नागरिकका रुपमा मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेग अर्थात् 'ल्हो मन्थाङ' भ्रमण गरेका थिए । हुन त उनी संयुक्त राष्ट्रसंघ मातहत रहेर नेपालको विकासविद्का रुपमा नियुक्त भएर आएका हुनाले तत्कालीन श्री ५ को सरकारले भित्रभित्रै अनुमति दिएको हुनुपर्छ । त्यस्तै मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेग अर्थात् ल्हो मन्थाङ भ्रमण गर्ने दोस्रो व्यक्तिका रुपमा फ्रान्सेली नागरिक माइकल पिसेल देखिन्छन् । उनले सन् १९६४ मा ल्हो मन्थाङ भ्रमण गरेको देखिन्छ ।

धेरै लामो समयपछि वि.सं. २०४७ मा तत्कालीन सरकारले निश्चित सर्तसहित ल्हो मन्थाङमा विदेशी नागरिकले पर्यटकीय उद्देश्यले भ्रमण गर्न पाउने गरी खुला गर्‍यो । निश्चित सर्त भन्नाले जस्तैः मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगको भ्रमणमा जान चाहने विदेशी पर्यटक दुई जना हुनैपर्ने, नेपाल सरकारमा दर्ता भएको ट्रेकिङ एजेन्सीमार्फत मात्रै जान पाउने, एक जना सरकारी सम्पर्क अधिकृत अनिवार्य रुपमा लानैपर्ने (हाल खारेज भइसकेको छ), १० दिनमा ट्रेकिङ गरिसक्नुपर्ने (आधार खुलाएर थप २ दिन थप्न सकिने), एक जना विदेशी पर्यटक बराबर ७० अमेरिकी डलर सरकारलाई राजस्व तिर्नुपर्ने, एक वर्षमा एक हजारभन्दा बढी विदेशी पर्यटक जान नपाउने, कुनै पनि विदेशी पर्यटकले स्थानीय समुदायलाई सीधै आर्थिक सहयोग तथा चन्दा रकम दिन नपाउने, विदेशी पर्यटकले स्थानीय समुदायलाई आर्थिक सहयोग तथा चन्दा दिनैपरे प्रमुख जिल्ला अधिकारीको स्वीकृत लिनुपर्ने आदि सर्तसहित विदेशी पर्यटकलाई मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेग भ्रमण गर्न खुल्ला गरिएको थियो, त्यो बेला ।

लामो समयदेखि नेपालका अन्य केही हिमाली क्षेत्रमा झैं निषेध गरिएको मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेग अर्थात् ल्हो मन्थाङ विदेशी पर्यटकका लागि खुला भएपछि पहिलो वर्ष (सन् १९९२ मा) ४ सय ८३ जना विदेशी पर्यटकले भ्रमण गरेका थिए । त्यसपछि मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगको भ्रमण गर्न जाने विदेशी पर्यटकको संख्या वर्षैपिच्छे बढ्दै गएर सन् १९९८ मा चार अंक पुग्यो, अर्थात् उक्त वर्ष १ हजार ६६ जना विदेशी पर्यटकले ल्हो मन्थाङको भ्रमण गरे । तर दुर्भाग्य, सो क्रम लामो समयसम्म जारी रहन सकेन । सन् १९९९ मा १ हजार ५७ जना विदेशी पर्यटकले भ्रमण गरे । त्यसपछि देशमा चलेको हिंसा-प्रतिहिंसा (सरकार-तत्कालीन विद्रोही माओवादीबीच) सँगै मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगमा भ्रमण गर्न जाने विदेशी पर्यटकको संख्या पनि घट्न थाल्यो ।

यसरी सन् २००० देखि पुनः मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगमा भ्रमण गर्न जाने पर्यटकको संख्या तीन अंकमा झर्‍यो । यो क्रम सन् २००६ सम्म नै जारी रह्यो । २०६२-२०६३ मा नेपालमा आएको राजनीतिक परिवर्तनपछि छाएको शान्तिसँगै मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगमा जाने विदेशी पर्यटकको संख्या पनि बढेर सन् २००७ देखि पुनः चार अंकमा चढ्यो । अर्थात् सन् २००७ मा १ हजार १ सय ५७ जना विदेशी पर्यटकले मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगमा भ्रमण गर्न गएका थिए । यसै क्रममा सन् २००८ मा त स्थानीयवासी नै आश्चर्यचकित हुने गरी विदेशी पर्यटकले मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगको भ्रमण गरेका थिए । अर्थात् सन् २००८ मा त्यो बेलासम्मकै कीर्तिमान तोड्दै २ हजार १ सय ९४ जना विदेशी पर्यटकले मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगको भ्रमण गरे ।

भौगोलिक हिसाबले तिब्बती पठार र मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेग अर्थात् ल्हो मन्थाङको बनावट उस्तै-उस्तै छ । त्यस क्षेत्रका मानिसबीच धर्म, भाषा, वेशभूषा, रहनसहन, संस्कार, संस्कृति आदि पनि मिल्दोजुल्दो छ भने पशुपालन गर्ने, जस्तै– घोडा, याक, चौंरी, भेडा, च्याङ्ग्रा पाल्ने तरिका पनि उही छ, खेतीपाती गर्ने तरिका पनि उही छ । त्यसमा पनि ल्हो मन्थाङको तिब्बतको भन्दा पृथक् पहिचान के छ भने ल्हो मन्थाङका विभिन्न स्थानमा प्राचीनकालमा मानव बसोबास भएको गुफाहरू प्रशस्तै छन् । जहाँ प्राचीन समयमा मानव बस्ती रहेको भनी विभिन्न अनुसन्धानबाट पत्ता लागेको छ । जुन सम्पदालाई त्यहाँ भ्रमण गर्न आउने विदेशी पर्यटकका लागि मात्रै नभएर पर्यटनमा आश्रित व्यवसायी र स्थानीय बासिन्दा एवम् समग्र देशकै लागि पनि गर्व गर्न लायक सम्पदा वा भनौं धरोहर मान्न सकिन्छ ।

फलतः मानव विकासक्रमबारे अध्ययन गर्ने खोजकर्ता र मानवशास्त्रबारे अध्ययन गर्ने विद्यार्थी पनि हाल मुस्ताङ जिल्लाको माथिल्लो भेगमा अध्ययन-भ्रमणमा जान थालेका छन् । पछिल्लो पाँच वर्षको तथ्यांकअनुसार माथिल्लो मुस्ताङमा सन् २०१९ मा ३ हजार ९ सय १८, सन् २०२० मा ६२, सन् २०२१ मा ३ सय ३२, सन् २०२२ मा ३ हजार १ सय १२ र सन् २०२३ मा ३ हजार ४ सय ८४ जना विभिन्न देशका पर्यटकले भ्रमण गरेका छन् । यो आधारमा पाँच वर्षमा केवल ६ हजार ८ सय ९० जनाले मात्रै माथिल्लो मुस्ताङ गर्नु भनेको कम नै हो । अझ सन् २०२० र सन् २०२१ मा समग्र नेपालका साथै विश्वभरि नै पर्यटन व्यवसायले नराम्रोसँग मार खानुपर्‍यो । जसको मुख्य कारणचाहिँ उत्तरी छिमेकी देश चीनको दक्षिण-पूर्वी प्रान्त हुपेईबाट सन् २०१९ को डिसेम्बर अन्तिममा फैलन सुरु भएको कोरोना महामारी थियो ।

अहिले ल्हो मन्थाङ जान चाहने विदेशी पर्यटकका लागि केही महँगो दर, प्रतिपर्यटक १० दिनको ५ सय अमेरिकी डलर तोकिएको भए पनि ल्हो मन्थाङ भ्रमण गरेबापत विदेशी पर्यटकले सरकारलाई तिरेको सलामी दस्तुरको ८० प्रतिशतभन्दा माथि स्थानीय तहलाई तिर्ने र त्यो रकम स्थानीय सरकारले समानुपातिक ढंगले स्थानीय गरिब परिवारलाई वितरण अथवा गरिबी निवारणका लागि दीर्घकालीन कार्यक्रमहरु गरे राम्रो हुन्थ्यो कि ? अलि अगाडि अर्थात् पहिले त झनै धेरै सलामी दस्तुर तोकिएको थियो– ७ सय अमेरिकी डलर ।

त्यसैले कम्तीमा अहिलेको सलामी दस्तुर कायम राख्दै ल्हो मन्थाङ जस्तो ऐतिहासिक, पुरातात्विक तथा ऐतिहासिक सम्पदा र गुफा तथा ओढारहरूका साथै सो क्षेत्रमा 'वेस्ट टुरिस्ट' एवम् 'ब्याक प्याकर'लाई लर्को लगाउने काम नगरौं कि ? बरु संख्या थोरै होस्, तर प्रशस्त पैसा खर्च गर्न सक्ने गुणस्तरीय पर्यटक प्रवेश गर्ने नेपालको एक मात्र 'पर्यटकीय हब'का रूपमा विकास गरौं, त्यसका लागि योजना बनाऊँ भन्ने मेरो आग्रह छ ।

त्यसैले अझै पनि म त भन्छु, तपाईंहरु (स्थानीय बासिन्दा तथा व्यवसायी) ले ल्हो मन्थाङलाई धेरै संख्या अर्थात् मास टुरिज्म होइन, 'लेस बट क्वालिटी टुरिज्म'को हब बनाउनेतर्फ पो सोच्नुहोस् । ल्हो मन्थाङको ऐतिहासिकता, प्राचीनता, वातावरणीय स्वच्छता, उम्दापन, सुन्दरता, भर्जिनिटीका साथै अरू ठाउँभन्दा ल्हो मन्थाङ के कारणले फरक छ ? भन्ने प्रमाणित गर्ने मौकाका रूपमा लिनु हुन म तपाईंहरूलाई विनम्र आग्रह गर्छु ।

(स्रोतः कारोबारदैनिक)

पुरुष बन्ध्याकरणबारे ९ भ्रम र सत्य

डा. अनिलपुकार साह

पुरुषमा स्थायी रुपले गरिने गर्भनिरोधक प्रक्रियालाई भ्यासेक्टोमी भनिन्छ । सन्तानको चाहना पूरा भइसकेपछि पुनः सन्तान नहोस् भन्ने उद्देश्यका लागि भ्यासेक्टोमी उपचार विधि तुलनात्मक रुपमा गर्भनिरोधकको राम्रो विकल्प हो । जसलाई बोलीचालीको भाषामा पुरुष बन्ध्याकरण पनि भन्ने गरिन्छ ।

यो सामान्य र सुरक्षित उपचार प्रक्रिया हो । तर सरल प्रक्रिया हुँदाहुँदै पनि धेरैजसो पुरुषमा यसबारे फैलाइएको गलत भ्रमका कारण बन्ध्याकरण गर्न संकोच मान्छन्, कतिले गर्दैनन् पनि ।

जस्तो कि, बन्ध्याकरण गरेपछि यौन दुर्बलता आउँछ, पुरुषको कार्यक्षमता घट्छ ।

पुरुष बन्ध्याकरण सम्बन्धी फैलिएका केही भ्रम र त्यसको सत्यता

भ्रम : पुरुष बन्ध्याकरण गरेपछि यौन हर्मोन टेस्टोस्टेरोनको स्तर कम हुन्छ ।

- टेस्टोस्टेरोनको स्तर बन्ध्याकरण गराएपछि कम हुँदैन । शल्यक्रिया र शरीरको यौन हर्मोन टेस्टोस्टेरोनको उत्पादन गर्ने क्षमतासँग यसको कुनै प्रत्यक्ष सम्बन्ध छैन ।

बन्ध्याकरण मात्र १० मिनेटको प्रक्रिया हो । जसमा पुरुषको अण्डकोष थैलीमा एउटा सानो प्वाल पारी त्यहींबाट शुक्रकीटबाहिनी नली काटेर बाँधिन्छ । यसको मुख्य काम भनेको यौन सम्पर्कको बेला योनीमा स्खलन हुने वीर्यमा शुक्रकीट हुन नदिनु मात्र हो ।

भ्रम : बन्ध्याकरण गरेपछि पुरुषमा उत्तेजना आउँदैन वा कम हुन्छ ।

- टेस्टोस्टेरोन हर्मोन नै हो, जो पुरुषमा यौन उत्तेजना जगाउँछ । टेस्टोस्टेरोनको उत्पादनमा नै कुनै असर नगर्ने भएपछि 'सेक्स ड्राइभ'मा कुनै प्रभाव पार्दैन । बन्ध्याकरणपछि पनि वीर्यको उत्पादन र निष्कासन उत्तिकै मात्रामा हुन्छ । मात्र वीर्यमा शुक्रकीट भने मिसिन पाउँदैन ।

भ्रम : बन्ध्याकरण गरेको केही दिनमै यौन सम्पर्क गर्दा बच्चा बस्दैन ।

- बन्ध्याकरण गरेको केही महिनासम्म पनि वीर्यमा शुक्रकीट बाँकी रहन सक्ने हुँदा बन्ध्याकरण गरेको एक महिनासम्म पनि गर्भ रहने जोखिम हुन्छ । यस्तोमा यदि शारीरिक सम्बन्ध राख्नु परेमा अन्य अस्थायी गर्भनिरोधक साधन (कण्डम) प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ ।

भ्रम : बन्ध्याकरण एकपटक गरेपछि त्यसलाई उल्टाउन सकिंदैन ।

- बन्ध्याकरण एकपटक गरेपछि सन्तानको चाहना भएमा पुनः उल्टाउन त सकिन्छ । तर सफल नतिजा भने नआउन सक्छ । यो प्रक्रिया खर्चिलो पनि हुन्छ । त्यसैले यसलाई अस्थायी गर्भनिरोधकको विकल्प सोच्नु हुँदैन ।

भ्रम : बन्ध्याकरणले यौनाङ्गलाई क्षति गर्न सक्छ ।

- बन्ध्याकरण सुरक्षित उपचार विधि हो । यो प्रक्रियामा लिङ्ग, अण्डकोष वा यौन क्षमतामा असर पार्ने कुनै अङ्ग वा कोषमा क्षति पुग्दैन । तर शल्यक्रिया गरेको केही दिन काटिएको ठाउँ सुन्निने र हल्का दुखाइ हुने हुनसक्छ । जो बिस्तारै निको हुँदै आउँछ । यौन क्षमता

...बाँकी पृष्ठ ४ मा

"गाउँको शिक्षा सुधार्न जनप्रतिनिधिको सक्रियता अझ धेरै रहेको छ ।"

विद्यालय शिक्षाको जिम्मा स्थानीय सरकारलाई छ । विद्यालय शिक्षा व्यवस्थापनको जिम्मेवारी पाएको स्थानीय सरकारले उचित व्यवस्थापन गर्न नसकेको भनी आलोचना समेत भइरहेको छ । विद्यालय शिक्षाका बहुआयामलाई बुझ्ने र व्यवस्थापन गर्ने प्रयास पनि पालिकाहरुले गरेनन् भन्ने एकथरिको बुझाई छ । मकवानपुरको सन्दर्भमा पनि पालिकाहरुले शिक्षालाई प्राथमिकतामा राखेर काम गर्न सकेको देखिँदैन । मकवानपुरको मकवानपुरगढी गाउँपालिकाले भने आगामी ५ वर्षका लागि गाउँ शिक्षा योजना निर्माण गरेर कार्यान्वयन गर्ने तयारी गरिरहेको छ । यसैसन्दर्भमा मकवानपुरगढी गाउँपालिकाको शिक्षा शाखाका फोकल पर्सन कमल फुयालसँग समृद्ध समाज दैनिकका सम्पादक सुरेश श्रेष्ठले कुराकानी गर्नुभएको छ ।

समाजः चालु शैक्षिक सत्रको समग्र शिक्षाको गतिविधि के कस्तो छन् ?
फुयालः शैक्षिक सत्र प्रारम्भ हुने बित्तिकै गाउँ शिक्षा योजनालाई जोड दियौं । पञ्च वर्षे गाउँ शिक्षा योजनाको मस्यौदा निर्माणको हामी अन्तिम चरणमा पुगिसकेका छौँ । यस वर्ष गाउँ शिक्षा योजनालाई आधार बनाएर नीति तथा कार्यक्रम पनि आएका छन् । त्यहि नीति तथा कार्यक्रमका लागि कार्यविधि निर्माण र त्यसको कार्यान्वयनको कुराहरु अघि बढिरहेका छन् । यो योजना श्रावणको पहिलो साताबाट सुरु भयो । मकवानपुरगढी गाउँपालिकालाई नमुना शिक्षाको पालिका बनाउन यस वर्ष एसईई दिने विद्यार्थीलाई एक महिना बन्द प्रशिक्षणमा राख्यौं । बर्खे विदाको समयमा विद्यार्थीहरु घर बस्दा पठनपाठन प्रभावित हुने भएकोले हामीले त्यो समयमा गाह्रो भनिएका विषय अङ्ग्रेजी, विज्ञान र गणितको अतिरिक्त कक्षा सञ्चालन गर्यौं ।

समाजः गाउँ शिक्षा योजनाको प्राथमिकता र मूल उद्देश्य के रहेको छ ?
फुयालः यसको मुख्य उद्देश्य सीपयुक्त र दक्ष जनशक्तिको निर्माण गर्ने । यस अन्तर्गत रहेर विभिन्न कार्य गर्ने छौं ।

सामाजः यस योजनाका लागि कस्तो प्रस्ताव राख्नु भयो ?
फुयालः मकवानपुरगढी गाउँपालिकामा १० वटा माध्यमिक विद्यालय रहेका छन् । हामीले बुक फ्रि फ्राइडे अर्थात शुक्रबार विद्यार्थीको हातमा पुस्तक नहुने काठमाडौं महानगरको प्रयोगलाई पनि हेर्‍यौं । त्यहाँ १० वटा विधामा रहेर क्रियाकलापहरु गर्ने र प्रोजेक्ट वर्कहरु पनि दिने रहेछ । एक शैक्षिक सत्रमा ति बालबालिकाहरुले ९० घण्टाको ट्रेनिङ लिनुपर्ने थियो । हाम्रो अलि ढिला भएको कारण ९० घण्टा नपुग्न सक्छ । अहिले हामी ५ वटा विद्यालय छान्ने र मंसिरदेखि कार्यान्वयन गर्ने भनेर अघि बढेका छौं ।

समाजः यस योजनाको बुझाई तपाईमा मात्र सीमित छ कि पालिकाको सबै जनप्रतिनिधिहरूको बुझाईमा स्पष्ट भएको छ ?

कमल फुयाल, फोकल पर्सन, शिक्षा शाखा, मकवानपुरगढी गाउँपालिका

फुयालः सबैको बुझाई फरक हुन्छ । तर शिक्षाको विषयमा जनप्रातिनिधिहरुसँग छलफल गर्दा सहकार्य र सहमति जनाउनु भएको छ ।

समाजः गाउँ शिक्षा योजनाको खाका कस्तो छ, कसरी तयार पार्नु भयो ?
फुयालः पहिलेदेखि मैले यस विषयका जोड दिइरहेको थिएँ । जनप्रतिनिधिहरुले पनि मोरो प्रस्ताव स्विकार गर्नुभयो । हामीले २०८० सालको चैतदेखि पहिलो कार्यशाला गर्‍यौं । त्यो भन्दा अघिल्लो वर्ष सम्पूर्ण विद्यालयको वस्तुस्थिति के रहेछ त भनी अध्ययन प्रतिवेदन तयार गर्‍यौं । त्यसपछि हामीले शिक्षासँग सरोकार राख्ने व्यक्तिहरु र जनप्रतिनिधिहरुसँग पनि कार्यशाला गरेका थियौं । त्यसमा जनप्रतिनिधिको सक्रियता अझ धेरै रहेको थियो । यस्तै कार्यक्रमहरुको निश्कर्षबाट योजना बनाएका छौं र अब केहि दिन भित्र अन्तिम खाका पनि तयार हुने छ ।

समाजः पञ्च वर्षे योजनको लागत कति अनुमान गरिएको छ ?
फुयालः हामी यस वर्षबाट नै कार्यान्वयनमा गइसकेका छौं । गाउँ शिक्षा योजना र नीति तथा कार्यक्रम बनाउनु भन्दा अगाडि लागु भएको कारण हामीले नीति तथा योजना निर्माणमा यस योजनालाई सहयोग पुग्ने हिसाबले ४ करोडको बजेट शिक्षामा छुट्याएका छौं । पहिलेको बजेट हेर्दा केवल १ करोड ९० लाख हाराहारी मात्र शिक्षाका लागि रहन्थ्यो भने यस योजनालाई मध्यनजर गरी यति बजेट पारित गरिएको छ ।

समाजः गाउँ शिक्षा योजना कार्यान्वयन हुँदै गर्दा विद्यालयमा के-के नयाँ कुरहरू रहन्छ ? भौतिक र अभौतिक ।
फुयाल : भौतिक कुरा निरन्तर भइरहने कुरा रहेछ । खासगरी शिक्षकको क्षमता विकास र बालबालिकाको सिकाई उपलब्धिमा बृद्धिसँग बढी जोडिएका कुराहरु रहेका छन् । हाम्रो कार्यक्रमको महत्वपूर्ण कुरा भनेको दुर्गम भत्ताको व्यवस्था पनि गरेका छौं । यसले शिक्षकहरुमा थप उर्जा पनि उत्पन्न होस् भन्ने रहेको छ । यस्तै अर्को भनेको महिला शिक्षकहरुको सुत्केरी हुने अवस्थामा सुत्केरी सट्टा शिक्षक राख्ने जसले गर्दा सुत्केरी शिक्षकहरुलाई चिन्ता नहोस् र विद्यार्थीहरुको पढाइमा पनि प्रभावित नहोस् ।

समाजः योजना कार्यान्वयनको क्रममा कस्ता जनशक्तिको आवश्यकता पर्छ ? त्यसको व्यवस्थापन कसरी गर्नुहुन्छ ?
फुयालः गाउँ शिक्षा योजना कार्यान्वयनका लागि मेन्टरिङ शिक्षक राख्नु पर्ने भन्ने छ । एक जना विद्यालय निरीक्षक भनी राखिएको छ । सो व्यक्तिले एक दिनमा सबै विद्यालयको निरीक्षण गर्न सक्दैन । यस विषयलाई मध्ये नजर गरेर केही बाह्य स्रोतबाट पनि सहयोग लिनुपर्ने हुन सक्छ । तर, हामी जनशक्तिका हिसावले कुनै कमजोरी रहने अवस्था नहोला भन्ने ठानेका छौं ।

समाजः गाउँ शिक्षा योजना कार्यान्वयनका लागि कस्तो टिम तयार गरिएको छ ?
फुयालः जिम्मेवारी लिने शिक्षा शाखा प्रमुख हुनुहुन्छ । मेन्टर शिक्षक पनि परिचालन गर्ने रहन्छ । जसमा एउटा मेन्टर शिक्षक अन्तर्गत ४/५ वटा विद्यालय पर्ने छ । मेन्टर शिक्षक त्यहि पालिकाको विज्ञ शिक्षक पनि हुन सक्नु भयो वा सेवा निवृत्त हुनुभएका विज्ञ शिक्षक पनि हुने हुनुभयो । वहाँहरु हरेक दिन त्यो विद्यालय पुग्नुहुन्छ । त्यहाँ रहेर सो मेन्टरले शिक्षक विद्यार्थीसँग बसेर पढाईमा सहयोग गर्नुहुन्छ । हरेक दिन कक्षामा बसेर नै सुधार्नुपर्ने कुरा बुझाउने गर्नुहुन्छ ।

समाजः योजना कार्यान्वयन गर्न के कस्ता चुनैतिहरू रहने अनुमान गर्नुभएको छ ?
फुयालः हामीसँग दक्ष शिक्षकहरु पनि हुनुहुन्छ तर केहि शिक्षकहरुको क्षमता बढाउन अति आवश्यक देखिन्छ । अर्को चुनैति भनेको हेर्दा नगरपालिकासँग जोडिएको देखिने सुगम छ तर धेरै जसो भुभाग दुर्गम छ । दुर्गम क्षेत्रमा अभिभावकको सक्रियता कम छ । त्यहाँ अभिभावक शिक्षाका कार्यक्रम धेरै मात्रामा ल्यौजन पर्ने हुन्छ ।

कमाने एकेडेमीमा दसैं जात्रा

विद्यार्थीको सहभागिता, सक्रियता, शिक्षकको सहजीकरण र निर्देशनमा मिति २०८१ साल असोज २२ गते दसैं जात्राको आयोजना गरिएको थियो । विद्यालय परिसर र सडक क्षेत्रमा आयोजित दसैं जात्रामा विद्यार्थीले नृत्य, गायन, वाद्यवादन, उद्घोषण, व्यवसाय सञ्चालन गरेका थिए । विद्यार्थीले पाठ्यक्रममा आधारित पुस्तकभन्दा बाहिर सामाजिक, साँस्कृतिक अभ्यासबाट धेरै कुरा सिक्छन्, बुझ्छन् । आफ्ना मौलिक संस्कृतिलाई आत्मसात गर्दै आफूपछिका पुस्तालाई सकुसल हस्तान्तरण गर्ने अपेक्षा गरेका छौं । दसैं जात्रा आयोजनामा योगदान गर्नुहुने सम्पूर्णप्रति विद्यालय परिवार आभारी छ ।

KAMANE ACADEMY
Education Rooted in Community

संघीयतापछि स्वास्थ्य सेवाको पहुँच बढेको छः मुख्यमन्त्री लामा

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री बहादुर सिंह लामाले संघीयता कार्यान्वयन पश्चात नागरिकहरुमा स्वास्थ्य सेवाको पहुँच बढेको बताउनुभएको छ। संघीय प्रणाली मार्फत् नागरिहरुको स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्या हल गर्न प्रदेश सरकारले काम गरिरहेको उहाँले बताउनुभयो।

स्वास्थ्य मन्त्रालय अन्तर्गतको निकायहरुको समिक्षा कार्यक्रमको उद्घाटन गर्नुहुँदै मुख्यमन्त्री लामाले नागरिकहरुको नजिकको सरकारको रुपमा रहेर प्रदेशले शिक्षा र स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गरिरहेको दावी गर्नुभयो। नागरिकहरुसँग प्रत्यक्ष जोडिएर प्रदेश सरकारले स्वास्थ्य र शिक्षा क्षेत्रको कार्यक्रम र सेवा प्रवाह गरिरहेको उहाँले जानकारी दिनुभयो। स्वास्थ्य क्षेत्रका विकृति अन्त्यका लागि प्रयत्न गरिरहेको उहाँको भनाई छ। नागरिकको प्रत्यक्ष सरोकारको क्षेत्र रहेकाले सरकारले प्राथमिकताका साथ स्वास्थ्य क्षेत्रको समस्या हल गर्न अग्रसर भएको उहाँले बताउनुभयो। प्रदेश सरकार स्थापना पश्चात स्वास्थ्य क्षेत्रमा निकै सुधार आएको पनि उहाँले दावी गर्नुभयो।

"प्रदेश सरकार स्थापना पश्चात नागरिकहरुको स्वास्थ्य सेवा पहुँच वृद्धि भएको छ। विगतको तुलनामा शिक्षा र स्वास्थ्य सेवामा गुणस्तर वृद्धि हुनुका साथै नागरिकका समस्याहरु हल भएका छन्", मुख्यमन्त्री लामाले भन्नुभयो, "विगतमा केन्द्रीकृत शासन प्रणालीका कारण नागरिकहरुमा शिक्षा र स्वास्थ्यको पहुँच पुग्न सकेको थिएन। एकल अधिकार सूचिमा भएर पनि हुन सक्छ प्रदेशले स्वास्थ्य र शिक्षा क्षेत्रमा नागरिकसँग जोडिएर काम गरिरहेको छ।"

शिक्षा र स्वास्थ्य क्षेत्रलाई नागरिकमैत्री, सर्वसुलभ बनाउन प्रदेश सरकार कानुनलाई समयानुकुल बनाउन तयार रहेको उहाँले स्पष्ट पार्नुभयो। मुख्यमन्त्री लामाका अनुसार पुर्वाधारतर्फ मात्र नभई चेतनामुलक क्षेत्रमा लगानी बढाएर नागरिकहरुलाई स्वस्थ बनाउन प्रदेश सरकार प्रयासरत रहेको छ। प्रदेश सरकारले नागरिकको स्वास्थ्यलाई प्राथमिकतामा राखेर आहार तथा पोषणलाई व्यवस्थित गर्ने तयारी गरेको उहाँको भनाई छ। खानेकुराको व्यवस्थापन गर्न सके निकै रोगहरुबाट बच्न सक्ने भएकाले त्यसतर्फ प्रदेश सरकार गम्भिर भएर अघि बढेको उहाँले बताउनुभयो।

कार्यक्रममा स्वास्थ्य मन्त्री किरण थापाले पछिल्लो समय प्रादेशिक अस्पतालहरुका विरामीको चाप बढिरहेको जानकारी दिनुभयो। प्रदेश सरकारलाई विरामीको व्यवस्थापन चुनौतिको रुपमा देखिएको उहाँले बताउनुभयो। नागरिकको गुणस्तरीय र सहज सेवाका लागि आवश्यक चिकित्सक, स्वास्थ्यकर्मी, उपकरण पुऱ्याउने विषयमा सरकारले काम गरिरहेको उहाँको भनाइ छ।

मनहरीमा फुटबल प्रतियोगिताको तयारी

समाज संवाददाता

हेटौंडाः पश्चिमी मकवानपुरमा सक्रिय युवाहरुको संस्था चैनपुर जेसीज मनहरीको आयोजनामा हुने खुला फुटबल प्रतियोगिताको तयारी भइरहेको छ। जेसीजले यही कात्तिक २३ गतेबाट मनहरी-४, मसिनेस्थित गोलघर खेल मैदानमा दोस्रो संस्करणको चैनपुर जेसीज मनहरी कप खुला फुटबलको आयोजना गर्दैछ।

प्रतियोगिताको तयारीलाई तीव्र पारिएको जेसीजका अध्यक्ष रविन ढकालले जानकारी दिनुभयो। मनहरी गाउँपालिका ४ नम्बर वडा कार्यालयको मुख्य प्रायोजनमा हुन लागेको प्रतियोगिताको विजेताले एक लाख एक हजार १११ रुपैयाँ र उपविजेताले ५१ हजार १५१ रुपैयाँसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछ। प्रतियोगिताको सर्वोत्कृष्ट खेलाडीले ७ हजार ५ सय रुपैयाँ तथा अन्य विधागत उत्कृष्टले जनही नगद ३ हजार ५ सय रुपैयाँसहित ट्रफी र प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछन्।

"चैनपुर जेसीज मनहरीको स्थापना भएसँगै गत वर्षबाट जेसीज कप खुला फुटबल प्रतियोगिताको सुरुवात गरेको हो। फुटबल खेलको विकास एवम् युवाहरुको बीचमा भ्रातृत्वको सम्बन्ध स्थापनाका लागि प्रतियोगितालाई निरन्तरता दिँदै गएका छौं", अध्यक्ष ढकालले भन्नुभयो, "प्रतियोगिताको तयारी तीव्र पारिएको छ। सहभागी हुन चाहने टिम तथा खेलाडीलाई तयारी अवस्थामा रहन अनुरोध गर्दछौं।" प्रतियोगिताका लागि करिब ५ लाख रुपैयाँ खर्च हुने अनुमान गरिएको महासचिव श्रीकृष्ण ढकालले बताउनुभयो। प्रतियोगिताका लागि अन्य विभिन्न व्यक्ति तथा संघसंस्थासँग सहयोगका लागि समन्वय भैरहेको उहाँले बताउनुभयो। प्रतियोगिताको संयोजक कार्यकारिणी उपाध्यक्ष महेश खुलाल रहेका छन् भने सहसंयोजकमा उपाध्यक्ष उज्वल विष्ट र खेलकुद संयोजक प्रदीप थापा रहेका छन्।

पुरुष बन्ध्याकरणबारे...

पनि पहिलाकै अवस्थामा आउँछ।

भ्रम : बन्ध्याकरण गरेमा प्रोस्टेट क्यान्सरको जोखिम बढ्छ।

- अर्को, भ्रम के छ भने बन्ध्याकरण गरेपछि प्रोस्टेट क्यान्सरको जोखिम बढ्छ। प्रोस्टेट क्यान्सरको एक कारण नै यही हो भन्ने पनि भ्रम छ। जसमा कुनै सत्यता छैन। अहिलेसम्म कुनै अध्ययनले पनि बन्ध्याकरण र प्रोस्टेट क्यान्सरसँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध रहेको पुष्टि गरेको छैन।

यदि यस्तो द्विविधा छ भने चिकित्सकसँग परामर्श गर्न सकिन्छ। प्रोस्टेट क्यान्सरको कारक जीवनशैली र वंशाणुगत मुख्य हुन्।

भ्रम : स्थायी गर्भनिरोधकका लागि बन्ध्याकरण सुरक्षित विकल्प होइन।

- स्थायी गर्भनिरोधकका लागि बन्ध्याकरण दम्पतीको लागि सबैभन्दा सुरक्षित विकल्प हो। यो प्रक्रियामा जहाँसम्म हुने शल्यक्रियाको घाउ छ, त्यो घाउ सानो हुन्छ। जुन छिट्टै निको हुन्छ। बन्ध्याकरण गर्न चाहनेले मूत्ररोग विशेषज्ञसँग परामर्श लिन सक्छन्।

भ्रम : बन्ध्याकरण गर्दा दुखाइ अत्यधिक हुन्छ।

- प्रजनन् क्षेत्र संवेदनशील हुन्छ। यस्तोमा धेरैलाई लाग्न सक्छ, यो शल्यक्रिया गर्दा दुखाइ बढी हुन्छ। तर सोचे जति दुखाइको अनुभव हुँदैन। यो प्रक्रिया सुरु गर्दा हल्का घोचेको अनुभव हुन सक्छ र दश मिनेट जति लाग्ने यो प्रक्रियामा खासै दुखाइको अनुभव हुँदैन।

भ्रम : बन्ध्याकरण गरेपछि वीर्य शरीरभित्र फैलिन्छ।

- बन्ध्याकरणले मात्र शुक्रकीटलाई वीर्यमा जान रोक्छ। यसको अर्थ वीर्य निस्किँदै ननिस्किने होइन। त्यसकारण वीर्यको तरल पदार्थ शरीरभर फैलिने कुरामा कुनै सत्यता छैन।

(स्रोतः अनलाईनखबर)

मधुमेह (डायबिटिज) रोगबाट बचौं

मधुमेहले,

- **शरीरका विभिन्न अंगमा क्षति पुऱ्याउने,**
- **मुटु र मिर्गौलाले काम नगर्ने,**
- **अन्धोपन, पक्षघात लगायतका जोखिम बढाउँछ।**

त्यसैले मधुमेहबाट बच्न,

- **शरीरको तौल सन्तुलित राखौं,**
- **चिल्लो तथा चिनीजन्य (ग्लुकोज) परिकार कम खाऔं,**
- **पेय पदार्थ, जंक फूड तथा तारेका, भुटेका पदार्थहरु नखाऔं,**
- **धुम्रपान, मद्यपान नगरौं, नियमित व्यापाम गरौं,**
- **रेशायुक्त तथा प्राकृतिक खानेकुरा खाऔं,**
- **प्रशोधित खानाहरु नखाऔं,**
- **तनाब व्यवस्थापन गरौं,**
- **नियमित स्वास्थ्य परिक्षण गरौं।**

नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

बेवारिसे भेटिएका प्रजाको मृत्य

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-१० बसपार्कमा बेवारिसे अवस्थामा भेटिएका पुरुषको उपचारको क्रममा मृत्यु भएको छ। मृत्यु हुनेमा कैलाश गाउँपालिका-१० गोपीराङका ४० वर्षीय प्रेम प्रजा रहेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ।

शनिबार बेलुका ७ बजेर ३० मिनेटको समयमा बिरामी अवस्थाका प्रजा बेवारिसे अवस्थामा प्रहरीले फेला पारेको थियो। प्रजालाई उपचारका लागि हेटौंडा अस्पताल लगिएको थियो। प्रजाको आइतबार बिहान ११ बजेर ३० मिनेटको समयमा उपचारको क्रममा मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ। प्रजाले अत्यधिक मादक पदार्थ सेवन गरेको पाइएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ।

२७ केजी गाँजा बरामद

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बारा प्रहरीले कञ्चनपुरबाट बतौरातर्फ आउँदै गरेको अनटेष्ट मोटरसाइकलबाट २७ केजी लागूऔषध गाँजा बरामद गरेको छ। सोमबार बिहान साढे ९ बजेको समयमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय बारा र अस्थायी प्रहरी पोष्ट चरमोहनाबाट खटिएको प्रहरी टोलीले सुवर्ण गाँउपालिका-३, बतौरा नहरमा सुरक्षा जाँच गर्ने क्रममा गाँजा बरामद गरेको हो।

प्रहरीलाई देखेर मोटरसाइकलमा सवार व्यक्ति फरार भएपछि मोटरसाइकल पछाडि बाँधेर राखेको बोरा खोली हेर्दा बोराभित्र दुई पोका लागूऔषध गाँजा फेला परेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ। लागूऔषध गाँजा छाडेर फरार मानिसहरुको खोजतलास कार्य भइरहेको बताइएको छ।

जेसीआई हेटौंडाको जेसीज सप्ताह आजदेखि

समाज संवाददाता

हेटौंडाः जेसीआई हेटौंडाले वर्ष २०२४ को जेसीज सप्ताह कार्यक्रम विविध कार्यक्रम गरी ४ दिनमा सम्पन्न गर्ने भएको छ। सोमबार हेटौंडा-९ स्थित जेसीआई हेटौंडाको सचिवालयमा पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गरेर जेसीआई हेटौंडाका अध्यक्ष विकेश लाल श्रेष्ठले कार्यक्रमबारे जानकारी गराउनुभएको छ।

आज मंगलबारदेखि सुरु हुने जेसीज सप्ताहअन्तर्गत पहिलो दिन मनकामना अपहिल साइक्लिङ र वक्तृत्वकला कार्यक्रम हुनेछ। हेटौंडा-५, सिचाइटोलबाट मकवानपुरगढी गाउँपालिकाको मनकामना मन्दिरसम्म अपहिल साइक्लिङ हुनेछ। साइक्लिङ प्रतियोगितामा प्रथम, द्बितीय र तृतीय हुनेले क्रमशः ९ हजार, ६ हजार र ३ हजार रुपैयाँ नगदसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछ। वक्तृत्वकला प्रतियोगिता जेसीज सदस्यबीच नै हुनेछ।

दोस्रो दिन बुधबार हेटौंडा-१५, चिप्लेटीस्थित विश्वज्योति आधारभूत विद्यालयमा शैक्षिक सामग्री वितरण गर्ने कार्यक्रम रहेको छ। सन् २०१५ देखि निरन्तर विश्वज्योति आधारभूत विद्यालयलाई जेसीजले सहयोग गर्दै आएको छ। तेस्रो दिन बिहिबार रक्तदान कार्यक्रम, स्लो मोटरबाइक कम्पिटिसन, लागुऔषध दूर्व्यसनबारे सचेतनासम्बन्धी कार्यक्रम तय गरिएको अध्यक्ष श्रेष्ठले बताउनुभयो।

जेसीज सप्ताहको अन्तिम कार्यक्रमको रुपमा समापन तथा पुरस्कार वितरण कार्यक्रम शुक्रबार हुनेछ। जेसीज सप्ताहको मूल कार्यक्रम संयोजक कार्यकारिणी उपाध्यक्ष विवेक आनन्द न्यौपाने रहनुभएको छ। जेसीजमा सहभागी युवाको नेतृत्व र व्यक्तित्व विकासका क्रियाकलाप गर्नुका साथै समाजमा उल्लेखनीय सामाजिक काम पनि गर्दै जाने अध्यक्ष श्रेष्ठले बताउनुभएको छ।

१६ लाख रुपैयाँ बराबरको खाद्यान्न बरामद

समाज संवाददाता

हेटौंडाः जिल्ला प्रहरी कार्यालय बाराले १६ लाख रुपैयाँ बराबरको अवैध खाद्यान्न सामग्री बरामद गरेको छ। आइतबार ९ बजेर ३० मिनेटको समयमा बारा प्रहरीले अवैध खाद्यान्न बरामद गरेको हो।

प्रहरी वरिष्ठ नायब निरीक्षक त्रिभुवनलाल साहको कमाण्डमा खटिएको प्रहरी टोलील जीतपुरसिमरा उपमहानगर पालिका-२१, अमलेखगञ्ज चोकबाट अवैध खाद्यान्न बरामद गरी ट्रकलाई नियन्त्रणमा लिएको छ। बीरगञ्जबाट चितवनतर्फ जाँदै गरेको ना २ क ६७६ नम्बरको मिनी ट्रकलाई रोकेर सुरक्षा जाँद गर्ने क्रममा सपोर्टिङ बिल नभएको १५ लाख ४० हजार २ सय ८० रुपैयाँ बराबरको बदाम दाना, जिरा, मेथी, नरिवल र अन्य खुद्रा सामान बरामद गरेको हो।

बरादम गरिएको सामानसहित ट्रकलाई नियन्त्रणमा लिएर आवश्यक कारवाहीको लागि राजश्व अनुसन्धान कार्यालय पथलैया पठाइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय बाराले जानकारी दिएको छ।

हार्दिक श्रद्धाञ्जली

जन्मः २००५

स्व. पदम माया भुजेल

स्वर्गारोहणः २०८१/०६/२४

यस महाविद्यालयका कर्मचारी तुलाराज भुजेलकी आमा, यशोदा भुजेलकी सासुआमा, विद्यालय नर्स परीक्षा श्रेष्ठकी सासुहजुरआमा **पदम माया भुजेलको निधन**को खबरले हामी मर्माहत भएका छौं। आज **१३औं दिन**को पूण्यतिथिमा दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दै हार्दिक श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछौं। यस दुखद् घडीमा शोकसन्तप्त परिवारजनप्रति हार्दिक समवेदना प्रकट गर्दछौं।

हेटौंडा स्कूल अफ म्यानेजमेन्ट परिवार

हेटौंडा-४, 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