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.
३०/०६५/०७०

वर्षः१६ अङ्कः- ४४ २०८१ पुस १६ गते मंगलबार 31 December 2024, Tuesday - पृष्ठ ४ मूल्य रु. ५/-

गैंडाको आक्रमणबाट मेन्दोमायाको मृत्यु

हेटौंडाः चितवन जिल्लाको खैरहनी नगरपालिका-१३ मा गैंडाको आक्रमणबाट एक जना महिलाको मृत्यु भएको छ। मृत्यु हुनेमा ३२ वर्षीया मेन्दोमाया वाईबा भण्डारी रहेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ।

आइतबार दिउँसो १२ बजेर ४० मिनेटको समयमा कुमरोज मध्यवर्ती सामुदायिक वनमा दाउरा काट्न गएकी मेन्दोमायालाई गैंडाले आक्रमण गरेको थियो। गैंडाको आक्रमणबाट महिलाको घटनास्थलमै मृत्यु भएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ। मुचुल्कापश्चात् शव पोष्टमार्टमका लागि भरतपुर अस्पताल लगिएको छ।

बागमतीको बेकामे 'प्रदेश सहकारी बोर्ड', नाम छ काम छैन

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेश सरकारले विभिन्न क्षेत्रका महत्वपूर्ण उपलब्धिसहित काम गर्नेगरी गठन गरेको विभिन्न बोर्डहरु अलपत्र अवस्थामा रहेका छन्। कानुनीरुपमा महत्वपूर्ण जिम्मेवारी र अधिकारसहित संरचनाको विकास गरेर प्रदेश सरकारले बोर्डहरु गठन गरे पनि उद्देश्यअनुसार काम हुन सकेको देखिँदैन।

उक्त बोर्डहरु प्रदेश सरकारलाई प्रशासनिक खर्च बढाउनमात्र सिमित भएको देखिन्छ। कार्यालय संरचना, कर्मचारी, प्रशासनिक खर्च तथा बोर्डमा हुने राजनीतिक नियुक्तिका लागि मात्र उक्त बोर्डहरु गठन भएको अवस्था विद्यमान छ। विशेष प्रतिफल तथा उपलब्धि हासिल गर्ने रणनीति अनुसार गठन गरिएका बोर्डहरुले उद्देश्यअनुसार काम गर्न सकेको देखिँदैन।

सरकारले निर्माण गरेको उक्त बोर्डहरुको ऐनमा विधागत क्षेत्रका महत्वपूर्ण उपलब्धिहरु प्राप्त गर्न गर्नुपर्ने कामहरु उल्लेख गरिएको छ। तर, ऐनमा भएको व्यवस्थाअनुसार बोर्डहरुले काम गर्न सकेको देखिँदैन। बोर्डहरु औपचारिकतामा मात्र सिमित भएको छ। प्रदेश सरकारले पर्याप्त छलफल र अध्ययनबिना नै बोर्डहरु गठन गर्दा कार्यान्वयनमा समस्या भएको हो।

प्रदेश सरकार स्थापनासँगै गठन गरिएको प्रदेश सहकारी विकास बोर्ड यसैमध्येको एउटा उदाहरण हो। प्रदेश सरकारले विशेषगरी सहकारी क्षेत्रको वृत्ति विकास र कृषि तथा स्थानीय उत्पादनको बजारीकरणमा काम गर्ने बोर्डको उद्देश्य रहे पनि बोर्डले खासै काम गर्न सकेको देखिँदैन।

प्रदेश सरकारले गठन गरेको प्रदेश सहकारी विकास बोर्ड जिम्मेवारी र अधिकारविहीन अवस्थामा अलपत्र बनेको छ। न बजेट छ, न जिम्मेवारी नै पाउन सकेको छ। प्रदेश सरकारले सहकारी क्षेत्रको वृत्ति विकास गर्ने उद्देश्यअनुरुप खडा गरेको उक्त बोर्ड आफ्नै वृत्ति विकासको पर्खाइमा छ। प्रदेशको समग्र सहकारी क्षेत्रको क्षमता विकास, व्यवस्थापन, लगानी तथा उत्पादन र बजारीकरणको उद्देश्यअनुसार गठन गरिएको बोर्ड बेकामे बनेको हो।

२०७८ मा प्रदेश सरकारी ऐनअनुसार गठन भएको उक्त बोर्डको नाम र कार्यालय छ तर, अधिकार र बजेट कार्यक्रम नहुँदा बेकामे बनिरहेको छ। मासिक ३० हजार रुपैयाँ खर्च गरेर बोर्डको कार्यालय खडा गरिएको छ। तर, कार्यालयमा न आर्थिक अधिकार दिइएको, नै कर्मचारी नै। बोर्ड नै स्वायत्त संस्थाको रुपमा रहन सकेको छैन।

प्रदेश सरकारले २०७८ जेठ २५ मा बोर्डको उपाध्यक्षमा नारायण देवकोटालाई नियुक्त गरेर काम प्रारम्भ गरेको थियो। सहसचिव सरहको सुविधासहित उपाध्यक्ष देवकोटालाई प्रदेश सहकारी नियमावली २०७८ ले आर्थिक अधिकार समेतको व्यवस्था गरेको छ।

प्रदेश सरकारले २०७८ भदौ ९ मा बोर्डमा थप ३ जना सदस्य नियुक्त गरेको थियो। कानुन अनुसार विभिन्न मन्त्रालय र सरोकारवाला निकाय तथा विज्ञसहित बोर्डको सदस्य १३ जना हुने व्यवस्था रहेको छ। उक्त बोर्डले सहकारी क्षेत्रका समस्या र व्यवस्थापनका विभिन्न कार्यक्रम सञ्चालनको योजना तयार गर्नुपर्ने कानुनी प्रावधान रहेको छ। तर, कानुनअनुसार अधिकार प्रत्यायोजन हुन नसक्दा बोर्डमा न कर्मचारी छन्, न बजेट कार्यक्रम नै।

४ वर्ष कार्यकालका लागि नयुक्त हुनुभएका देवकोटाले मन्त्रालयको स्वीकृतिमा बोर्डमार्फत् सहकारी व्यवस्थापनका विभिन्न अन्तरक्रिया तथा गोष्ठीहरु सञ्चालन गर्दै आउनुभएको छ। मन्त्रालय अन्तर्गत रहेका करिब १ करोड ५० लाख रुपैयाँको सहकारीसँग सम्बन्धित कार्यक्रमहरु कार्यान्वयनका लागि मन्त्रालयले बोर्डलाई पत्राचार गरेपछि मात्र उपाध्यक्ष देवकोटाले रोजगारी पाउनुहुन्छ। अन्यथा बोर्डमा उपाध्यक्षसहितका कर्मचारीहरु हाजिर गरेर दिन बिताउन बाध्य छन्।

बोर्ड अन्तर्गत एक अधिकृत स्तर छैटौं तहका कर्मचारी रहेका छन् भने एक सवारी चालक, एक कार्यालय सहयोगी रहेका छन्। स्वायतता प्राप्त नगर्दा बोर्डको संगठन संरचना व्यवस्थापन (ओएनएम) समेत स्वीकृत हुन सकेको छैन। कानुनले बोर्डलाई छुट्टै संरचनाको रुपमा व्यवस्था गरेपनि प्रदेश सरकारले अधिकार नदिँदा प्रभावकारी ढंगबाट काम हुन सकेको छैन।

बोर्डले सहकारी क्षेत्रको समुचित व्यवस्थापनका लागि नियमन, प्रवर्द्धन र प्रशिक्षण, श्रम, सीप, पुँजी एवम् स्रोतलाई एकीकृत गर्दै आर्थिक समृद्धिका क्रियाकलापमा केन्द्रित गर्न सहकारीमा रहेको बचतलाई उद्योग व्यवसायमा लगानी गर्न प्रोत्साहन गर्ने कामको जिम्मेवारी पाएको छ। यस्तै, सहकारी क्षेत्रलाई कृषि वस्तु तथा सेवा उत्पादनका क्षेत्रमा लगानी बढाउने, उत्पादन कार्यमा संलग्न सहकारी संस्थाहरुलाई क्षमता अभिवृद्धि, संस्थागत विकास तथा कृषि वस्तु उत्पादन स्तरीकरण, भण्डारण तथा बजारीकरण गर्न थप प्रोत्साहन गर्ने कार्यक्रम सञ्चालन गर्नेलगायतका कार्य विवरणहरु व्यवस्था गरिएको छ।

सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्री मदुकुमार श्रेष्ठका अनुसार सहकारी बोर्डलाई जिम्मेवारी दिन जरुरी रहेको छ। सहकारीलाई उत्पादन र उत्पादकत्व वृद्धि तथा बजारीकरणमा प्रयोग गर्नेगरी उक्त बोर्डलाई सक्रिय बनाउन जरुरी रहेको उहाँले बताउनुभयो। विगतमा सो बोर्डलाई सरकारले खासै चासो नदिँदा समस्या देखिएको उहाँले बताउनुभयो। छिट्टै नै सहकारी महाशाखा र बोर्डलाई एकीकृत गरेर अधिकार सम्पन्न बनाउने गरी काम गर्ने रणनीति बनाएको उहाँले बताउनुभयो।

गुणस्तरीय शिक्षाका लागि

शिक्षकको भूमिका महत्वपूर्णः प्रमुख सचिव लम्साल

शिक्षकसँग शैक्षिक समस्याका बारेमा भएको छलफललाई सम्बोधन गर्नुहुँदै प्रमुख सचिव लम्साल।

समाज संवाददाता

बकैयाः बागमती प्रदेश सरकारका प्रमुख सचिव डा. हरिप्रसाद लम्सालले शैक्षिक समस्या समाधान र गुणस्तरीय शिक्षाका लागि शिक्षकको भूमिका महत्वपूर्ण हुने बताउनुभएको छ। मकवानपुरको बकैया गाउँपालिकाले सोमबार हात्तीसुँढेमा आयोजना गरेको छलफल कार्यक्रममा उहाँले अभाव र समस्याका बीच हामीले राम्रो गर्न सक्नुमा नै हाम्रो सामर्थ्य देखिने बताउँदै राम्रो काम गर्ने शिक्षक, विद्यालय र विद्यार्थीलाई प्रोत्साहित गर्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो।

प्रमुख सचिव लम्सालले समाजलाई बदल्न चाहने शिक्षकले पहिले परिवर्तनको सुरुवात आफैँबाट गर्नुपर्ने बताउँदै गुणस्तरीय शिक्षाका लागि सीमित साधनका बीच शिक्षकले जवाफदेही भएर काम गर्नुपर्ने बताउनुभयो। गाउँपालिकाका अध्यक्ष धर्मराज लामिछानेले विद्यालयहरुले सीमित स्रोत र साधनका बीच गुणस्तरीय शिक्षा दिनु चुनौति बनेको बताउँदै गाउँपालिकाले शिक्षा, स्वास्थ्य र कृषिलाई प्राथमिकता दिएर काम गर्दै आएको बताउनुभयो। प्रदेशको शिक्षा विकास निर्देशनालयका महानिर्देशक खुबिराम अधिकारीले प्रदेश सरकार शैक्षिक गुणस्तर वृद्धिका लागि प्रतिबद्ध रहेको बताउनुहुँदै शिक्षक र विद्यालयको क्षमता विकासमा सहयोग गर्दै आएको बताउनुभयो।

गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत महेश श्रेष्ठले पालिकाको शैक्षिक अवस्थाका बारेमा जानकारी गराउँदै पालिकामा शैक्षिक सुधारका शिक्षक बैंक, शिक्षकलाई तालिमलगायतका कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको बताउनुभयो। कार्यक्रम बकैयाको सेतीदेवी आधारभूत विद्यालयकी प्रधानाध्यापक गोमा रानाभाट, बाघभैरव माध्यमिक विद्यालयका प्रधानाध्यापक रमेश लामा, महेन्द्र माध्यमिक विद्यालयकी प्रधानाध्यापक दीपा सिग्देल, जनक माध्यमिक विद्यालयका प्रधानाध्यापक प्रदीप भोम्जनलगायतले शैक्षिक क्षेत्रमा देखिएका नीतिगत, आर्थिकलगायतका समस्याहरु र समाधानका उपायहरुका बारेमा धारणा राख्नुभएको थियो।

कार्यक्रममा प्रदेशका कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालयका सचिव विनोदकुमार भट्टराई, प्रदेशको वन तथा वातावरण मन्त्रालयका सचिव डा. केदार बराल, वन मन्त्रालयका महाशाखा प्रमुख शिव सापकोटा, मुख्यमन्त्री कार्यालयका आर्थिक प्रशासन शाखका अधिकृत श्रीराम पुडासैनी, गाउँपालिकाका विभिन्न शाखाका प्रमुखलगायतको उपस्थिति रहेको थियो।

३ विगाह १० कठ्ठा लागुऔषध गाँजा फँडानी

गाँजा फँडानी गर्दै प्रहरी।

समाज संवाददाता

हेटौँडा : मकवानपुर प्रहरीले जिल्लाका विभिन्न स्थानमा लगाइएको ३ विगाह १० कठ्ठा लागुऔषध गाँजा फँडानी गरेको छ। शुक्रबार, शनिबार र आइतबार मकवानपुरको थाहा नगरपालिका र कैलाश गाउँपालिकाका विभिन्न स्थानमा लगाइएको ३ विगाह १० कठ्ठा क्षेत्रफलको लागुऔषध गाँजा फँडानी गरेको हो।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका अनुसार नेपाल प्रहरीका ११ जना र सशस्त्र प्रहरीका २५ जना गरी ३६ जनाको संयुक्त टोलीले थाहा र कैलाशमा लगाइएको लागुऔषध गाँजा खेती नष्ट गरेको हो। प्रहरीले थाहा-७ को चिसापानी, चल्तीदोभान, गैरीगाउँ, डाँडाबास र थाहा-८ को भोर्ले, मोरिया, खानीगाउँ, ऐँसेलुखर्क, दामगडेडाँडा लगायतको क्षेत्रहरुमा लगाइएको १० कठ्ठा गाँजा खेती फँडानी गरेको हो। प्रहरीले कैलाश-९ गैरीखेत, टिमुरेमा १ विगाह १० कठ्ठा र कैलाश-१० भालदमार, सालनी र बेतेघारीमा १ विगाह १० कठ्ठा गाँजा खेती फडानी गरेको प्रहरीले जनाएको छ।

अवस्था परिवर्तनको मुद्दा अहिलेको आवश्यकताः मन्त्री काफ्ले

समाज संवाददाता

हेटौंडाः बागमती प्रदेशका आर्थिक मामिला तथा योजनामन्त्री कुन्दनराज काफ्लेले राजनीतिक परिवर्तनसँगै अहिलेको मुद्दा अवस्था परिवर्तन रहेको बताउनुभयो। उहाँले व्यवस्था परिवर्तनसँगै अब अवस्था परिवर्तनको आन्दोलनमा अग्रसर हुन जरुरी रहेको बताउनुभएको हो।

४९ औं राष्ट्रिय एकता तथा मेलमिलाप दिवस-२०८१ को अवसरमा बीपी विचार समाज मकवानपुरले सोमबार हेटौंडामा आयोजना गरेको विचार गोष्ठीलाई सम्बोधन गर्दै मन्त्री काफ्लेले अवस्था परिवर्तनको आन्दोलनलाई दबाउन खोजे देश निर्माण हुन नसक्ने बताउनुभयो। वर्तमान व्यवस्थालाई बलियो बनाउन जनतालाई सही सूचना दिनुपर्ने उहाँको भनाइ छ।

मन्त्री काफ्लेले समाज रुपान्तरणका लागि राजनीतिक नेतृत्वहरुले स्पष्टरुपमा नागरिकहरुको माझमा जान जरुरी रहेको बताउनुभयो। सहीलाई सही, गलतलाई गलत भन्नुपर्ने नेतृत्वले कमजोरी गर्न नहुने मन्त्री काफ्लेले बताउनुभयो। राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीतर्फ लक्षित गर्दै मन्त्री काफ्लेले नयाँ राजनीतिक दलको उदय सामान्य भए पनि ती दलहरुले जनतामा गलत भ्रम फैलाएको बताउनुभयो।

मन्त्री कापलेले राजनीतिक दलहरुप्रति जनताको आक्रोश र निराश स्वभाविक भएको बताउनुभयो। निर्वाचनको बेला सबै राजनीतिक दलले चुनावी घोषणापत्रमा निःशुल्क शिक्षा र स्वास्थ्यको एजेण्डा बोके पनि व्यवहारमा लागू गर्न नसकेकै कारण जनताको असन्तुष्टि बढेको मन्त्री काफ्लेको भनाइ छ। मन्त्री काफ्लेले राज्यको सबै क्षेत्रमा जनताको समान पहुँच हुने गरी निर्वाचित जनप्रतिनिधिहरुले काम गर्नुपर्नेमा जोड दिनुभयो। बीपी विचार समाज मकवानपुरका अध्यक्ष विनोदचन्द्र कोइरालाको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा सहभागी वक्ताहरुले बीपीले नेपालको राजनीति र साहित्य क्षेत्रमा खेल्नुभएको भूमिकाको चर्चा गरेका थिए।

सम्पादकीय

हेटौंडा, मकवानपुर

आत्महत्या न्यूनीकरण आवश्यक

विश्वभर आत्महत्या एक जटिल समस्या बनिरहेको छ । आत्महत्याको समस्याले नेपाललाई पनि उतिकै गाँजिरहेको छ । आत्मको अर्थ स्वयम् अर्थात् आफैं र हत्याको अर्थ खत्तम अर्थात् समाप्त हो । यसरी आफैं समाप्त हुनुलाई नै आत्महत्या भनिन्छ । जानीबुझी गरिने आत्मघात अथवा आफ्नो हत्या आफैंबाट गर्नु आत्महत्या हो । आत्महत्याको मुख्य कारण व्यक्तिको मानसिक अवस्थालाई मान्ने गरिएको भए पनि यसका बहुआयामिक कारणहरु पाइन्छ । मानिस मनोवैज्ञानिकरुपमा कमजोर हुँदै गएर निराशाको चरम अवस्थामा आत्महत्याको बाटो रोज्ने गर्दछ । आत्महत्याका पछाडि एउटा व्यक्तिको मानसिकतासँगै सामाजिक, आर्थिक र व्यक्तिगत कारणहरु जोडिने गर्दछ । नेपालमा पछिल्लो समय आत्महत्याको समस्या जटिल र चुनौतीपूर्ण बन्दै गएको छ । मकवानपुर जिल्लामा पनि आत्महत्या गर्ने संख्या बढ्दै जाँदा यसको न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन चुनौतीपूर्ण बनेको छ ।

मकवानपुरमा आत्महत्याको समस्या जटिल बनिरहेका कारण जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले आत्महत्याका घटना न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन कार्ययोजनासम्बन्धी अन्तरक्रिया गरेको छ । जिल्ला प्रशासन कार्यालय मकवानपुरको सभाहलमा गरिएको अन्तरक्रियामा जिल्ला प्रहरी प्रमुख विश्वराज खड्काले आत्महत्याका घटना न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापन कार्ययोजना प्रस्तुत गरेका हुन् । आत्महत्याको बढ्दो दरलाई न्यूनीकरणका लागि कार्यक्रम आयोजना गरिएको भन्दै बढी आत्महत्या हुने मुलुकमा नेपाल ७ नम्बरमा रहेको तथ्यांक पेश गरिएको थियो । पुरुषभन्दा महिलाले बढी आत्महत्या गर्ने गरेको तथ्यांक प्रस्तुत गर्दै महिलाहरुको अत्महत्या दरअनुसार महिलाहरुले आत्महत्या गर्ने तेस्रो स्थानमा नेपाल रहेको बताइएको छ । हरेक ४० सेकण्डको अन्तरमा विश्वमा एक जनाले आत्महत्या गर्ने गरेको र २१ देखि ३० वर्ष उमेर समूहका व्यक्तिमा आत्महत्याको दर उच्च रहेको तथ्यांक सार्वजनिक गरिएको थियो । विश्व स्वास्थ्य संगठनका अनुसार, आत्महत्या गर्नेहरु अधिकांश १५ देखि ४४ वर्षसम्मको उमेर समूहका छन् ।

आर्थिक, सामाजिक तथा मानसिक कारणले नेपालमा आत्महत्याको दर बढिरहेकाले आत्महत्या चुनौतीको रुपमा देखिएको छ । जब कुनै मानिसले आफूलाई परेको अप्ठ्यारा तथा समस्या समाधानका कुनै उपाय देख्दैन, त्यतिबेला उसमा आत्महत्या गर्ने सोच आउन सक्छ । आत्महत्या गर्ने सोच आएपछि व्यक्तिले आत्महत्या गर्ने तरिका र अवसरको खोजी गर्दछ र उपयुक्त मौका पाएपछि मानिसले आत्महत्या गर्ने गर्दछ । मकवानपुरमा केही समययता आत्महत्याको दर कम भए पनि न्यूनीकरणमा अग्रसर हुन जरुरी रहेको सहभागीको भनाइ थियो । विद्यालयस्तरबाटै पाठ्यक्रममा समावेश गरेर आत्महत्या न्यूनीकरणको प्रयासहरुलाई अघि बढाउनु सान्दर्भिक हुनसक्नेतर्फ सहभागीले सुझाव दिएका थिए । आत्महत्या न्यूनीकरणका लागि मनोपरामर्शको क्षेत्रमा लगानी बढाउनुपर्ने आवश्यकता औंल्याइएको छ । सरोकारवाला निकायहरुको समन्वयबाट आत्महत्या न्यूनीकरण तथा व्यवस्थापनको क्षेत्रमा काम गर्नुपर्नेमा जोड दिइएको थियो ।

मानिसलाई धेरै दिक्दार लाग्नु, जीवनमा बढी उतार-चढाव आउनु, आफूलाई एकदमै दयनीय अवस्थाको ठान्नु, जीवनप्रति रुचि नहुनु, भविश्यप्रति कुनै आशा नलाग्नुजस्ता उदासिनताले आत्महत्यालाई बढावा दिन्छ । सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग, मद्यपान तथा लागूऔषध दुर्व्यसनी पनि आत्महत्याको कारण बन्ने गरेको छ । कुनै दीर्घ रोगबाट ग्रस्त र जटिल मानसिक स्वास्थ्य अवस्थाका कारण पनि आत्महत्यालाई प्रेरित गर्न सक्छ । असफल वैवाहिक जीवन, पारिवारिक कलह, बेरोजगारी र विभिन्न सामाजिक लाञ्छनाको डरले मानिस आत्महत्याजस्तो अप्रिय निर्णय लिने अवस्थामा पुग्दछ । आत्महत्या एउटा संवेदनशील घटना हो । जटिल र चुनौतीपूर्ण बनिरहेको आत्महत्या न्यूनीकरणमा सरोकार निकाय गम्भीर बन्नु आवश्यक छ । सबैसँगको समन्वय र सहकार्यबाट आत्महत्या न्यूनीकरण र व्यवस्थापनका लागि प्रहरी, प्रशासनले उपयुक्त कार्ययोजना बनाएर प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्नु उचित हुनेछ ।

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 : आर्थिक अवस्थामा सुधार हुने समय छ ।
वृष : उन्नतिको पथमा अगाडि बढिने समय योग छ ।
मिथुन : धन खर्च बढ्ने समय योग रहेको छ ।
कर्कट : स्वास्थ्य समस्यामा सुधार आउने समय छ ।
सिंह : प्रतिष्ठा र कार्यक्षमतामा समय व्यतित होला ।
कन्या : प्रकृतिमा आनन्द मनाइने समय योग छ ।
तुला : राम रमाइलोमा समय व्यतित हुने समय छ ।
वृश्चिक : दाम्पत्य सुखमा रमाइने समय योग छ ।
धनु : हाँके/ताकेका काममा समय व्यतित हुने छ ।
मकर : बोली प्रभावपूर्ण बन्ने समय योग छ ।
कुम्भ : भेटघाटमा जुट्ने अवसर मिल्ने समय छ ।
मीन : धार्मिक कामबाट आत्मा शान्ति प्राप्त हुने योग छ ।

ज्यालादारी छोडेर उद्यम

✍ **शुभलक्ष्मी विक**

पहिले अरुको काममा रमाउने विवा माया राई अहिले आफ्नै घरमा काम गरि कमाउने भएकी छन् । दुध बेचेर आयआर्जन हुने भएपछि उनलाई अहिले बाहिर काम गर्न जानु परेको छैन ।

मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिका वडा नं. ६ निवासी उनले गाई, भैंसी पालेर अहिले दैनिक १२ लिटरसम्म दुध बेच्ने गरेको बताइन् । यसबाट उनलाई सन्तोषजनक आम्दानी हुने गरेको छ । गाईं, भैंसीको स्याहार र घरायसी काम सकेर फुर्सदको समयमा उनी सामाजिक कार्यमा सहभागी हुने गरेकी छिन् । व्यवसाय गरेर आम्दानी हुने भएपछि आफ्नो दिनचर्या बललिएको र सामाजिक सम्बन्धहरुमा पनि परिवर्तन आएको उनी बताउँछिन् ।

बिबा माया जस्तै दुर्गा राईले पनि अहिले आफ्नै खेतीबारीमा लगाईएको तरकारी बालीबाट आम्दानी गर्न थालेकी छन् । पहिले निर्वाहमुखी खेती गर्दै आएको उनको परिवार अहिले कृषिमै व्यवसायिकता तर्फ लागेको हो । तरकारी खेतीका साथै उनी सानो पसल व्यवसाय पनि गर्छिन् । यसबाट राम्रो आम्दानी भइरहेकोले अहिले बाहिर ज्यालादारीको काममा जान नपरेको उनी बताउँछिन् । यसरी व्यवसायमा लाग्न उनीहरुलाई घर परिवारले पनि साथ दिएको छ । 'खेती, घरको काम र पसलको काम सबै मिलेर गर्ने गरेको छौं', उनले भनिन् ।

पहिला(पहिला खेती गर्दा आफैलाई मात्र निर्वाह हुने गरेकोमा अहिले व्यवसायिक तरकारी खेतीले नगद आर्जन हुने गरेको छ । कृषिको कामबाट बचेको समय उनले समाजमा हुने भेला, बैठक र कार्यक्रमहरुमा पनि दिने गरेकी छन् । 'सबै मिलेर मेहनत गर्छौं, अहिले बच्चाहरु पढाउन र घर चलाउन सजिलो छ', उनले भनिन्, 'कहिलेकाहीँ समूहका दिदीबहिनी भेला हुँदा र सामाजिक कामहरु गर्न पाउँदा झनै खुशी लाग्छ ।'

विवा माया र दुर्गा जस्तै मनहरी गाउँपालिका(३, ढेडोखोलाकी सानु सुनार र मिठु कार्की पनि बाखापालन र तरकारी खेती गर्दै आयमुलक कार्यमा जुटेका छन् । घरायसी कामको अलवा व्यवसायिक खेती र पशुपालनले उनीहरुलाई राम्रो आम्दानी दिएको छ । यस्ता व्यवसायबाट आफ्ना छोराछोरीलाई स्कूल, क्याम्पस पढाउन र घर व्यवहार चलाउन सहज भएको उनीहरु बताउँछन् । घरका सबैजना काममा व्यस्त भएपछि परिवारमा वातावरण पनि राम्रो हुने उनीहरुको अनुभव छ । साथै, आफ्नो व्यवसायबाट आम्दानी हुने हुँदा काममा लाग्न हौसला मिल्ने यहाँका महिलाहरुको अनुभव छ ।

उनीहरु जस्तै, सिद्धकालीकी सिता प्रजा (चेपाङ) र ठाडोखोलाकी रिमा प्रजा (चेपाङ)ले पनि बाखापालन र राँगापालन गरिरहेका छन् । यसरी स्थानीय महिलाहरुलाई आफ्नो रुची र सम्भावनाको व्यवसायमा लाग्न मकवानपुर महिला समूहले प्रविधिक सहयोग गरेको छ ।

सन् २०२३ देखि मनहरी गाउँपालिकाको ३, ४, ६ र ७ नं. वडामा समृद्धि परियोजना लागु गरेको महिला समूहले हालसम्म उनीहरुजस्तै यस कार्यक्षेत्रका ३४ जना महिलालाई व्यवसाय सुरुवात गर्नका लागि लागत रकम हस्तान्तरण गरेको उल्लेख छ । मनहरी गाउँपालिकामा १२ वटा महिला समूह, ४ वटा पुरुष समूह र ४ वटा किशोर किशोरी समूह गरि २० वटा समूह सञ्चालनमा छ । यी समूहमा मासिक बचत गर्ने गरिएको छ, भने दातृ निकायबाट प्राप्त अनुदान रकमबाट घुम्ती कोष सञ्चालन हुन्छ । कोषमार्फत व्यवसायमा लाग्न इच्छुक सदस्यहरुलाई रकम लगानी गर्ने गरिएको मकवानपुर महिला समूहकी अध्यक्ष कमला सुवेदीले जानकारी दिइन् । मकवानपुर महिला समूहले पछिल्लो दुइ वर्षमा ३४ जनालाई यसरी रकम हस्तान्तरण गरेको देखिन्छ । यसबाट व्यवसाय सुरु गर्ने महिलाहरुले आम्दानी गरिरहेको अध्यक्ष सुवेदीले बताइन् ।

महिलाको आर्थिक सशक्तिकरण सम्बन्धी नीतिगत प्रवधान

महिलाहरुको आर्थिक सशक्तिकरणको पक्षलाई लिएर विगतदेखि नै बहस र नीतिगत व्यवस्थाहरु हुँदै आएको पाइन्छ । जसमा यस सम्बन्धी नेपालको नीतिगत संवैधानिक प्रावधान अन्तर्गत महिला आयोग ऐन, औद्योगिक व्यवसाय ऐन, राष्ट्रपति महिला उत्थान कार्यक्रम, राष्ट्रिय लैंगिक समानता नीति, लैंगिक उत्तरदायी बजेट, प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रम लगायतलाई लिन सकिन्छ । जसमा महिलाहरुलाई उच्च प्राथमिकता दिइएको छ, भने उनीहरुको आय आर्जनका क्रियाकलापमा सहयोग पुग्ने प्रावधान समेटिएका छन् ।

सन् १९९५ मा चीनको बेइजिङमा सम्पन्न महिलाहरुको अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलनले पनि महिलाहरुको सशक्तिकरणका लागि उनीहरुको आर्थिक सशक्तिकरणमा जोड दिएको थियो । सोही बमोजिम नेपालको संविधानमा महिलाहरुलाई आयआर्जन र सशक्तिकरणमा जोड दिइएको प्रावधानहरु समेटिएका छन् । यद्यपि ती प्रावधान र कानूनहरुबारे कतिपय महिलाहरु नै अनविज्ञ रहेको र कतिपय अवस्थामा जिम्मेवार निकाय पनि उदासिन रहेकोले कार्यान्वयनमा कठिनाई भएको अध्ययनहरुले देखाएका छन् ।

स्थानीय सरकारको भूमिका र प्रयास

नीति कार्यान्वयन गर्ने थलोको रुपमा परिचित स्थानीय तहमा महिलाहरुको आय आर्जनमा जोड दिने कार्यक्रम नगण्य मात्रामा छ । चालु आर्थिक वर्षमा सामाजिक विकासतर्फ २८ करोड ९० लाख ८७ हजार रुपैयाँ बजेट बिनियोजन गरेको मनहरी गाउँपालिकाले महिलाको क्षेत्रमा छुट्टै बजेटको व्यवस्था गरे तापनि महिलाहरुको आयआर्जन बृद्धिका लागि भनेर स्पष्ट कार्यक्रम ल्याउन सकेको छैन । महिला सशक्तिकरणका कार्यक्रमहरुको नाम दिएर तालिम, गोष्ठी, सेमिनार गर्ने गरेको गाउँपालिकाले आय आर्जनका लागि भनेर सिपमूलक तालिमका कार्यक्रमहरु बाहेक उल्लेख्य काम गर्न सकेको छैन । गाउँपालिकाको नीति तथा कार्यक्रममा पनि महिलाहरुको आय आर्जन बृद्धिका लागि उत्पादन तथा प्रवर्द्धनमा सहयोग पुग्ने स्पष्ट व्यवस्था देखिँदैन ।

'महिलाहरुलाई आयआर्जन तोकेर नल्याएपनि उद्यम विकास, महिला र कृषि शाखाबाट महिलाहरुको आयआर्जनलाई प्राथमिकता दिइएको मनहरी गाउँपालिका उपाध्यक्ष सिता पुलामीले जानकारी दिइन् । यद्यपि कुनै पनि शाखामा महिलाको आयआर्जन तथा आर्थिक सशक्तिकरणलाई प्रत्यक्ष सहयोग पुग्ने कार्यक्रम छैन । निवेदन आएको खण्डमा भने हरेक कार्यक्रममा महिलालाई प्राथमिकता दिने गरिएको उपाध्यक्ष पुलामीले बताइन् । साथै, आगामी दिनमा विपन्न वर्गका महिलाको हित तथा आयआर्जनमा सहयोग पुग्ने कार्यक्रम ल्याउने गाउँपालिकाको योजना रहेको उपाध्यक्ष पुलामीको भनाई छ ।

आयआर्जनमा लाग्न चाहने महिलाहरुलाई वडाले पनि सहयोग गरेको मकवानपुर महिला समूहकी सामाजिक परिचालक विष्णुमाया तितुङले जानकारी दिइन् । 'महिलाहरु आम्दानी हुने काम गर्न चाहन्छौं भनेपछि ४ नं. वडाध्यक्ष प्रकाश थापाले वडाबाट केही बजेट महिला समूहलाई दिने योजना बनाउनुभएको छ', उनले भनिन् । गर्न चाहनेलाई सहयोग गर्नुपर्छ भन्ने जनप्रतिनिधि र स्पष्ट कानूनी व्यवस्था हुँदाहुँदै पनि महिलाहरु आयआर्जनमा लाग्न भने निकै चुनौती रहेको स्वयम् महिलाहरुको अनुभव छ । लागत रकम र सीपको अभावमा महिलाहरु आयआर्जन हुने कामबाट वञ्चित रहेको अधिकार कर्मीहरु बताउँछन् । कतिपय महिलाहरुसँग सीप भएर पनि लागत रकमको अभावमा व्यवसाय सुरु गर्न समस्या छ । जसको कारण आफ्नो आम्दानी नहुँदा महिलाहरुले अझै पनि समाजमा आत्मसम्मान सहितको जीवनयापन गर्न पाएका छैनन् ।

यस्तो सन्दर्भमा गाउँपालिकाले आगामी दिनमा यहाँका महिलाहरुको आयआर्जनमा जोड दिने कार्यक्रमहरु ल्याउने गाउँपालिका उपाध्यक्ष पुलामीको दाबी छ । प्रदेश सरकारको गृहिणी महिला सशक्तिकरण कार्यक्रम मार्फत पनि महिलाहरुको आय आर्जनका लागि केही राम्रो कामहरुको सुरुवात भएको उनको भनाई छ । साथै, गाउँपालिकाको सम्बन्धित शाखाहरुबाट समेत महिलाहरुको आयआर्जनका कार्यक्रमलाई प्राथमिकता दिएर कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने योजना रहेको उपाध्यक्ष पुलामीको भनाई छ ।

महिलाको समग्र विकासका लागि आर्थिक सशक्तिकरणको पाटो पनि जरुरी रहेकोले आयआर्जनमा जोड दिइएको एक्सन एड नेपालका परियोजना अधिकृत कबिता बस्नेतले बताइन् । मकवानपुर महिला समूहले एक्सन एडको सहयोगमा मनहरी गाउँपालिकाका ४ वटा वडाहरुमा समृद्धि परियोजना लागु गरेको छ । परियोजना अन्तर्गत यस क्षेत्रमा महिला हिंसा, महिलाको आर्थिक सशक्तिकरण र जलवायु परिवर्तन तथा वातावरणसँग सम्बन्धित कार्यक्रमहरु हुँदै आएका छन् ।

परियोजना लागु भएका वडाहरुमा ग्रामीण क्षेत्रका महिलाहरुलाई समूहमा आबद्ध गरि वडा कार्यालयसँगको समन्वयमा उनीहरुको सशक्तिकरणमा सहयोग गर्ने गरिएको मकवानपुर महिला समूहकी कार्यक्रम संयोजक निशा लामाले जानकारी दिइन् । जस अन्तर्गत सिद्धकाली, लामिटार, ठाडोखोला, ढेडोखोला, नयाँबस्ती लगायत ग्रामीण भेगमा रहेका बस्ती तथा टोलहरुमा महिला, किशोरी र पुरुष समूह बनाई परिचालन गरिएको छ । परियोजना अन्तर्गत पालिकास्तरीय श्रमिक महिला समूह र विद्यालयमा बाल क्लबसमेत गठन भएका छन् । समूहमा आबद्ध महिलाहरुमध्ये आवश्यकता र रुचीको आधारमा समूहका सदस्यहरुले समूहबाट बीउपूँजी रकम लिएर आय आर्जनका कामहरु गर्ने गरेका छन् । परियोजना सञ्चालन भएका क्षेत्रहरुमा अधिकांश प्रजा (चेपाङ) जातीको बसोबास छ ।

धेरै चिया-कफी पिउँदा स्वास्थ्यमा कस्तो समस्या हुन्छ ?

धेरै जनाको बिहानको सुरुवात प्रायः चिया वा कफीबाट हुन्छ । चिया, कफी साथीहरू भेट भएर घण्टौं गफगाफ गर्ने माध्यम पनि हो । त्यसैले चिया वा कफीलाई दैनिकीको अभिन्न अंग पनि भन्ने गरिन्छ ।

यदि तपाईं दैनिक चारदेखि पाँच पटक कफी वा चिया पिउनुहुन्छ भने सचेत हुनुपर्छ । विज्ञहरूका अनुसार चिया वा कफीको अत्यधिक सेवनले हाम्रो शरीरलाई हानि पुर्‍याउँछ । जसको मुख्य कारण यसमा पाइने क्याफिन हो ।

धेरै अध्ययनले यो पनि पत्ता लगाएको छ कि उचित मात्रामा क्याफिनको सेवन नगर्दा पनि समस्या हुन सक्छ । यदि यसको सही मात्रामा सेवन गरियो भने यसले अल्जाइमर र मुटुसँग सम्बन्धित रोगहरूबाट पनि बचाउन सक्छ । त्यसैले क्याफिन दैनिक दिनचर्यामा समावेश छ भने यसलाई कुन मात्रामा लिने भनेर जान्नैपर्छ ।

एन्जाइटी

क्याफिनले हामीलाई ऊर्जा प्रदान गर्छ तर यसको अत्यधिक मात्राले चिन्ता निम्त्याउन सक्छ । यसको अधिक मात्राले 'एडेनोसिन' नामक हार्मोनको प्रभावलाई कम गर्छ, जसले हाम्रो दिमागले थकान महसुस गर्छ । त्यसले एन्जाइटीका लक्षणहरू निम्ताउन सक्छ । त्रास, डर, असजिलो, छटपटी हुने जस्ता समस्या देखिन थाल्छ ।

इन्सोमनिया

धेरै मात्रामा चिया कफीको सेवनले 'इन्सोमनिया' अर्थात् अनिद्राको समस्या पनि निम्ताउन सक्छ । रातमा काम गर्ने

...बाँकी पृष्ठ ३ मा

'हामी ग्यारेज र होटेलहरुमा निगरानी गरिरहेको हुन्छौं'

बालमैत्री वडाका होटल तथा मोटर ग्यारेजमा श्रमिक बालकहरु भेटिएका छन् । वडा हुँदै हेटौंडा उपमहानगरपालिकालाई नै बालमैत्री घोषणा गर्ने तयारी भइरहँदा बालमैत्री घोषणा भएका वडामै श्रमिक बालबालिका भेटिनु चुनौति र घोषणाकै औचित्यमाथि प्रश्न खडा हुने अवस्था हो । यसै सन्दर्भमा हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको नगर बालअधिकार समितिअन्तर्गत बालश्रमिक उद्दार तथा पुनर्स्थापना उपसमितिका संयोजक सुरज बर्तौलासँग समृद्ध समाज दैनिकका सम्पादक सुरेश श्रेष्ठले गर्नुभएको कुराकानी :

समाज : अनुगमनको क्रममा बालमैत्री वडा घोषणा भइसकेका वडाहरूमा बालश्रमिकहरूलाई उद्धार गर्नुभयो । यसले नगरलाई नै बालश्रम मुक्त बनाउन केहि समस्या देखिन्छ ?

बर्तौला : चुनौति त कहिले पनि सकिँदैन । बालमैत्री घोषणालाई दिगोपना दिन जरुरी छ । रोजगारदाताले आफुलाई सजिलोका लागि जानेरै अनि तलब नै नदिएर बालबालिकालाई श्रममा राख्छन् । हामी नियमित अनुगमन गरिराखेका हुन्छौं । हामीकहाँ उजुरीहरु पनि आउने गरेको हुन्छ । हाम्रो सहजकर्ताबाट अनुगमन पनि भइरहेको हुन्छ । सर्वसाधारण जनता पनि सचेत हुनुभएको छ । कहिँ बालश्रम भएको देख्नुभएमा सिविनमा, नगरपालिकामा खबर हुन्छ । हामी तुरुन्त जाने गरेका छौं । विशेषगरी हामी ग्यारेज र होटेलहरुमा निगरानी गरिरहेको हुन्छौं ।

समाज : बालमैत्री वडाहरू घोषणाका लागि मात्र घोषणा भएको हो ?

बर्तौला : यो दिगोपनका लागि अनुगमन गरिएको हो । हाम्रो नियमित अनुगमन हुन्छ । दण्ड, जरीवाना हुन्छ । जसले बालश्रम गराउनुहुन्न भन्ने सचेतना उहाँहरुलाई जान्छ । यो बिस्तारै कम हुँदैजान्छ भन्ने हाम्रो आशा छ ।

समाज : अनुगमनलाई बाक्लो बनाउन तपाईहरुको योजना के छ ?

सुरज बर्तौला, संयोजक
बालश्रमिक उद्धार तथा पुनर्स्थापना उपसमिति
हेटौंडा उपमहानगरपालिका

बर्तौला : अनुगमन हामी गरिरहेका छौं । यो भन्दा पहिला पनि हामीले धेरैलाई उद्दार गरेको र परिवारलाई बुझाएका छौं । दण्ड, जरिवाना पनि गराएका छौं । दोहोरिएको खण्डमा यो भन्दा बढि सजाय हुन्छ भनी सचेत गराएका छौं ।

समाज : बाँकी वडाहरू र नगरलाई बालमैत्री गराउने तयारी छ । अब कस्तो कुरामा ध्यान दिनुपर्ने देख्नुहुन्छ ?

बर्तौला : बालश्रम निर्मूल हुन्छ भन्ने कुरा मान्छेले जानेर, नजानेर बालश्रममा राखेका नै हुन्छन् । बालश्रम र बालविवाहको विषयमा वडा-वडामा सचेतना फैलाउने गरिएको छ । केहि वडाहरु बालमैत्री भइसकेका छन् । बाँकीका वडाहरुमा टोल-टोलमा अभिमुखीकरण र सचेतनाको काम हुँदैछ ।

नारायणी सहकारीको वार्षिकोत्सवमा रक्तदान

छात्रवृत्तिमा एमबीबीएस पढ्ने विद्यार्थीलाई सम्मान

एमबीबीएस अध्ययनका लागि छात्रवृत्तिमा नाम निकाल्न सफल प्रस्तुत दाहाललाई सम्मान गरिँदै ।

समाज संवाददाता

हेटौंडा : हेटौंडा-९ स्थित नारायणी बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेडले २९औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा सोमबार बिहान एक समारोहका बीच सम्मान कार्यक्रम गरेको छ । सहकारीका अध्यक्ष जंगबहादुर गुरुङको अध्यक्षता तथा वडाअध्यक्ष सुकराम केसीको प्रमुख आतिथ्यमा वार्षिकोत्सव समारोह भएको हो ।

वार्षिकोत्सवको अवसरमा सहकारीले असल बचतकर्ता, असल ऋणी, ज्येष्ठ सदस्य, एसईईमा उत्कृष्ट नतीजा हासिल गर्ने सेयर सदस्य परिवारका विद्यार्थीलाई सम्मान गरेको छ । सेयर सदस्य कमल दाहालका छोरा प्रस्तुत दाहाललाई एमबीबीएसतर्फ छात्रवृत्तिमा नाम निकाल्न सफल भएकोमा सहकारीले सम्मान गरेको छ ।

वार्षिकोत्सवको अवसरमा रक्तदान कार्यक्रमको समेत आयोजना गरिएको थियो । रक्तसञ्चार केन्द्र हेटौंडाको प्राविधिक सहयोगमा भएको कार्यक्रममा ११ जनाले रक्तदान गरेका छन् । रक्तसञ्चार केन्द्रमा रगतको उपलब्धता पर्याप्त रहेकोले थोरै संख्यामा मात्रै रगत संकलन गरिएको केन्द्रले जनाएको छ ।

हटियामा यामाहाको आधिकारिक स्पेयर्स पार्टससहित सर्भिस सेन्टर

सर्भिस सेन्टर उद्घाटन गरिँदै ।

समाज संवाददाता

हेटौंडा : हेटौंडा-१६, हटियामा दुई पांग्रे मोटरसाइकल र स्कुटरका लागि यामाहा कम्पनिको आधिकारिक स्पेयर पार्टससहित सर्भिस सेन्टर सञ्चालनमा आएको छ । हेटौंडा-४, मेनरोडस्थित आधिकारिक विक्रेता राज मोटर्समार्फत स्थानीय विपेश कार्कीले आधिकारिक स्पयेर पार्टससहित सर्भिस सेन्टर सञ्चालनमा ल्याउनुभएको हो ।

हेटौंडा-६, १५ र १७ नम्बर वडाका अध्यक्षहरु विष्णुबहादुर दाहाल, सुनिल मोक्तान र उद्धव सत्यालसहित यामाहा कम्पनिको हेटौंडाका लागि आधिकारिक विक्रेता राज मोटर्सका सञ्चालक राजन श्रेष्ठले संयुक्तरुपमा सर्भिस सेन्टरको उद्घाटन गर्नुभएको हो । यसअघि मोटरसाइकल वर्कसपको रुपमा सञ्चालनमा रहेको पाँच पाण्डव मोटरसाइकल वर्कसपले आफ्नो सेवालाई गुणस्तरीय बनाउने क्रममा आधिकारिक स्पेयर पार्टस् र सर्भिस सेन्टरको रुपमा रुपान्तरण गरेको हो । करिब १५ लाख रुपैयाँको लागतमा आधिकारिक सेवा केन्द्रको रुपमा स्थापित गरिएको छ ।

आधिकारिक स्पेयर पार्टससहित सर्भिस सेन्टर उद्घाटनको अवसरमा आइतबारदेखि मंगलबारसम्म टेस्ट राइड, मोटरसाइकल, स्कुटरको निशूल्क परीक्षण, एफआई चेकअप क्याम्प सञ्चालन गरिएको राज मोटर्सका सञ्चालक राजन श्रेष्ठले जानकारी दिनुभयो ।

मनहरीमा अभिभावक सचेतना कार्यक्रम हुँदै

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मकवानपुरको मनहरी गाउँपालिकाभित्र रहेका विद्यालयमा अध्ययनरत् विद्यार्थीको अभिभावकलाई सचेतना कार्यक्रम आयोजना गरिँदैछ । मनहरी गाउँपालिका कार्यालयको शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाले अभिभावकहरुलाई बुधबारदेखि सचेतना दिने जनाएको हो ।

शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि र पूर्वाधारः समृद्ध मनहरीको आधार भन्ने उद्देश्यले सचेतना कार्यक्रम विद्यालयहरुमा आयोजना गर्न लागिएको बताइएको छ । सचेतना कार्यक्रम बिहान ११ बजेबाट सुरु हुने मनहरी गाउँपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाका प्रमुख प्रदीप पराजुलीले जानकारी दिनुभयो ।

पहिलो दिन पुस १७ गते जनज्योति आधारभूत विद्यालय, दोस्रो दिन १८ गते प्रजा आधारभूत विद्यालय, तेस्रो दिन १९ गते पशुपतिनाथ माध्यमिक विद्यालयमा अभिभावकहरुलाई सचेतना दिन लागेको उहाँले बताउनुभयो । यस्तै, २० गते ब्रम्हकाली आधारभूत विद्यालय, २१ गते रीाष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालय, २२ गते राष्ट्रिय रोटरी माध्यमिक विद्यालय, २३ गते सगरमाथा आधारभूत विद्यालयमा कार्यक्रम हुने पराजुलीले बताउनुभयो ।

बालबालिकाको पढाइको अवस्थासँगै भविष्यप्रति चिन्चित हुन र विद्यालयको अवस्थाबारे बुझ्न अभिभावकलाई कार्यक्रममा सचेत गराइने उहाँको भनाइ छ । मनहरी गाउँपालिकामा ३२ वटा सामुदायिक र ७ वटा संस्थागत विद्यालय छन् । जसमा ८ हजार ५ सय विद्यार्थी अध्ययनरत् छन् ।

हेटौंडा एडभेञ्चर क्लबको अध्यक्षमा पुनः सुवेदी

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर-७, नागस्वतीस्थित हेटौंडा एडभेञ्चर क्लबको अध्यक्ष पुनः सुशील सुवेदी चयन हुनुभएको छ । शनिबार हेटौंडा-१८, हर्नामाडीस्थित गुम्बाडाँडा पार्कमा भएको क्लबको प्रथम वार्षिक साधारणबाट सुवेदीको अध्यक्षतामा १३ सदस्यीय कार्यसमिति चयन गरिएको हो ।

क्लबको उपाध्यक्ष पुरुषोत्तम रिमाल, सचिव मनोजकुमार गौतम, सहसचिव सीताराम तिमल्सिना र कोषाध्यक्ष जमुना गौतम चयन हुनुभएको छ । यस्तै, सदस्यहरुमा अशोक चौलागाईं, निसना आचार्य, लक्ष्मी अधिकारी, ओमप्रसाद फुयाँल, अप्सरा पौडेल, बिक्रम लुईंटेल र विजयराज थिङ चयन हुनुभएको छ ।

नवनिर्वाचित पदाधिकारीहरुको कार्यकाल ३ वर्षसम्म रहनेछ । क्लबले सामाजिक, खेलकुद तथा पर्यटकीय क्षेत्रमा कार्य गर्दै आइरहेको अध्यक्ष सुवेदीले जानकारी दिनुभएको छ ।

क्लबको साधारणसभालाई सम्बोधन गर्नुहुँदै प्रदेशसभा सदस्य एकालाल श्रेष्ठले क्लबले सामाजिक र पर्यटकीय क्षेत्रमा गरेको कार्यप्रति खुशी व्यक्त गर्नुभएको छ । क्लबले गर्ने कार्यक्रमको उचित योजना बनाएर पेश गरेमा प्रदेश सरकारबाट समेत सहयोग हुने उहाँले बताउनुभयो ।

सभामा निवर्तमान वडा अध्यक्ष राजन थापा, टिम टेलिभिजनका अध्यक्ष नवराज खतिवडा, समाजसेवी सुबोध रिमाल, उर्मिला श्रेष्ठ, सल्लाहकार किरण लामिछाने, प्रेमप्रसाद चौलागाईं लगायतको उपस्थिति रहेको थियो ।

धेरै चिया-कफी...

वा पढ्ने व्यक्ति निद्रा भगाउन चिया वा कफी सेवन गर्छन् । तर चिया र कफीको धेरै सेवन थप अनिद्राको कारण बन्न सक्छ । अध्ययनअनुसार धेरै क्याफिन सेवनपछि धेरै प्रयास गर्दा पनि निद्रा नलाग्ने हुन्छ । जसकारण सुत्ने समय खेर जान्छ र दिनभरि थकित महसुस हुन्छ ।

पाचनसम्बन्धी समस्या

बिहान एक कप चिया वा कफीले पेट सफा गर्छ भनेको धेरै सुनिन्छ । यसो हुनुको कारण चिया, कफी पिउँदा हाम्रो पेटले ग्यास्ट्रिन नामक हार्मोन स्राव गर्छ जसले दिसालाई सजिलो बनाउने हो । तर अधिक क्याफिनले यो हार्मोनको स्राव बढाउँछ, जसकारण पखाला लाग्ने र पेट दुख्ने समस्या हुनसक्छ । पखालाको कारण डिहाइड्रेसन समेत हुन्छ त्यसैले धेरै मात्रामा क्याफिनको सेवन गर्नु हुँदैन । यसले पेटमा अल्सर पनि निम्त्याउन सक्छ, जसकारण खाना खान मन नलाग्ने र पाचनसम्बन्धी समस्या हुन्छ ।

उच्च रक्तचाप

क्याफिनको अत्यधिक सेवनले उच्च रक्तचापको जोखिम पनि बढाउँछ, जुन हृदयघातको कारक हो । किनभने यसले समयको साथ धमनीहरूलाई क्षति पुऱ्याउन सक्छ, जसले हृदय र मस्तिष्कमा रक्त प्रवाहलाई बाधा पुऱ्याउन सक्छ । त्यसैले उच्च रक्तचापको दीर्घकालीन समस्या भएका व्यक्तिले यसको अत्यधिक उपभोग गर्नु हुँदैन, ताकि थप समस्याबाट बच्न सकियोस् ।

सही मात्रा कति ?

सन् २०१८ मा गरिएको अध्ययनअनुसार सामान्यतया रगतमा क्याफिनको मात्रा १५ मिलिग्राम प्रतिलिटर भन्दा बढी भयो भने यसले शरीरलाई असर गर्न थाल्छ । ८० देखि १०० मिलिग्राम प्रतिलिटरको मात्रा घातक सावित हुनसक्छ । *(स्रोत: अनलाईनखबर)*

समृद्ध समाज
राष्ट्रिय दैनिक
www.samriddhasamaj.com.np

राक्सिराङमा हाट बजार सुरू

पिछडिएका वर्ग अहिले मूलधारमा: मन्त्री श्रेष्ठ

समाज संवाददाता

हेटौंडा : बागमती प्रदेशका सहकारी तथा गरिबी निवारण मन्त्री मदुकुमार श्रेष्ठले पिछडिएका वर्गलाई राज्यको मुलधारमा ल्याउन वर्तमान व्यवस्थाले टेवा पुऱ्याएको बताउनुभएको छ । व्यवस्था परिवर्तनसँगै राज्यले किनारा पारेका सीमान्तकृत र जनजाति समुदायका मानिसहरु पनि राज्य सञ्चालनको बागडोर सम्हाल्ने अवस्थामा आइपुगेको उहाँले बताउनुभयो ।

राक्सिराङ गाउँपालिकाको हाटबजार शुभारम्भ कार्यक्रमलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै मन्त्री श्रेष्ठले वर्तमान व्यवस्थाका कारण राक्सिराङ गाउँपालिकाबाटै सन्तबहादुर चेपाङ मन्त्री बन्ने अवसर आएको बताउनुभयो । पिछडिएको भूगोल, समुदाय तथा क्षेत्रको विकासको उत्थानका लागि बागमती प्रदेश सरकारले काम गर्ने उहाँको भनाई छ । आफू र आफू नेतृत्वमा रहेको मन्त्रालयले सदैव निम्न वर्गीय समुदायका नागरिकलाई केन्द्रमा राखेर काम गर्ने उहाँले प्रतिवद्धता व्यक्त गर्नुभयो । उहाँले स्थानीय कृषि उत्पादन वृद्धि गरी आर्थिक अवस्था सुधार गर्न सके समृद्धिको यात्रा पुरा हुनेमा विश्वास व्यक्त गर्नुभयो ।

राक्सिराङ-५, चैनपुरस्थित हाटबजार स्थलमा चालू आर्थिक वर्षको पहिलो हाट बजार शुभारम्भ गरिएको हो । गाउँपालिकाले हरेक महिनाको १ र १५ गते महिनामा २ दिन संचालन गर्ने हाट बजार होटलहरुका लागि छुट्टै स्टल निर्माण गरिएको छ । गाउँपालिकामा उत्पादित मास, गहत, रायोको साग, मुला, सुन्तला, च्याउ, केरा, जंगली कन्दमूलहरु गिट्ठा, भ्याकुर, तरुल, बाँसबाट बनेका सामग्रीहरु हाटबजारमा बिक्रीका लागि राखिएका थिए । सो अवसरमा चेपाङ, तामाङ तथा अन्य समुदायले आफ्ना पहिचानसहितका लोक संगीत, संस्कृति र नृत्यहरु प्रस्तुत गरेका थिए ।

रोजगारीको अवसर

यस पुनम सप्लायर्सका लागि बजार प्रतिनिधि (Sales Man) को आवश्यकता भएको हुँदा इच्छुक, योग्य व्यक्तिहरुबाट दरखास्त आव्हान गरिन्छ ।

- **तह पद** : बजार प्रतिनिधि (Sales Man)
- **संख्या** : ६ जना ।
- **उमेर** : १८ वर्ष पुरा भएको ।
- **शैक्षिक योग्यता** : साधारण लेखपढ ।
- **आवश्यक कागजात** : नागरिकताको प्रतिलिपि, फोटो, शैक्षिक प्रमाणपत्र ।
- **निवेदन दस्तुर** : रु. ५००/-
- **सेवा सुविधा** : १५,०००/- देखि १,००,०००/-

सम्पर्क

मोबाइल नम्बर ९८५५०७३४९८, ९८०४२०४२६६
स्थानः हेटौंडा-१ राप्तीरोड मकवानपुर

प्रदेश लिग फुटबल

धादिङलाई हराउँदै ललितपुर सेमिफाइनलमा

समाज संवाददाता

हेटौंडाः हेटौंडा-५ स्थित पिप्ले-क्याम्पा रंगशालामा जारी दोस्रो संस्करणको बागमती प्रदेश लिग फुटबल प्रतियोगितामा ललितपुर फुटबल क्लब सेमिफाइनलमा प्रवेश गरेको छ। सोमबार भएको समूह चरणको अन्तिम खेलमा धादिङको धुनिबेसी युथ समाजलाई ३-१ गोल अन्तरले पराजित गर्दै ललितपुर फुटबल क्लब सेमिफाइनल प्रवेश गरेको हो।

ललितपुरको जीतमा सुवित गुरुङले २ गोल प्रहार गरेका थिए। उनले खेलको २० औं मिनेटमा र ७८ मिनेटमा २ गोल गरेका हुन्। ललितपुरकै अमृत चन्दले १ गोल गर्दै टिमलाई जिताएका हुन्।

धादिङका सूर्यबहादुर गुरुङले मात्र एक गोल फर्काउन सफल भएका थिए। म्यान अफ द म्याच २ गोलकर्ता सुवित घोषित भएका छन्। ललितपुरले समूह चरणको दुई खेलमा धादिङ र मकवानपुरको पदमपोखरी युथ क्लबलाई हराउँदै सेमिफाइनलको यात्रा पूरा गरेको हो।

लिगकम नकआउट प्रणालीमा सञ्चालन भइरहेको प्रतियोगितामा ११ जिल्लाको लिग विजेता टिमको सहभागिता रहेको छ। अखिल नेपाल फुटबल संघ (एन्फा) को प्रमुख सहयोगमा सञ्चालन भएको प्रतियोगितामा प्रदेश खेलकुद विकास परिषद् बागमती प्रदेश र हेटौंडा उपमहानगरपालिकाको पनि सहयोग रहनेछ।

प्रतियोगिता अन्तर्गत बुधबार हुने सेमिफाइनल चरणको पहिलो खेलमा समूह 'ख'बाट सिन्धुली जिल्लाको ब्लु अल्पाइन क्लब र दोलखाको टाइगर टिम तिखातालबीच प्रतिस्पर्धा हुनेछ। यस्तै, बिहीबार हुने अन्तिम सेमिफाइनल खेलमा काठमाडौंको चित्लाङ फुटबल क्लब र ललितपुरको ललितपुर फुटबल क्लबबीच प्रतिस्पर्धा हुनेछ।

प्रतियोगिताको उपाधि विजेता टिमले दुई लाख रुपैयाँसहित शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछ भने उपविजेता टिमले एक लाख रुपैयाँसहित शिल्ड, मेडल तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछ। यस्तै, विधागत उत्कृष्ट खेलाडीहरुका लागि पनि पुरस्कारको व्यवस्था गरिएको छ।

हेटौंडामा मनाइयो तमु ल्होसार

समाज संवाददाता

हेटौंडा : गुरुङ राष्ट्रिय परिषद् मकवानपुरको आयोजनामा हेटौंडामा पनि तमु ल्होसार-२०८१ मनाएको छ। सोमबार गुरुङ समुदायले मुप्री ल्होलाई बिदाई गर्दै सप्री ल्होको आगमन गरेर ल्होसार मनाइएको हो।

हेटौंडाको पर्यटकीयस्थल शहीद स्मारकमा भएको कार्यक्रममा उच्च शिक्षा हासिल गर्दै गरेका ५ विद्यार्थीलाई ८ हजार ५ सय रुपैयाँका दरले छात्रवृत्ति प्रदान गरिएको छ। मनहरी गाउँपालिका-८ की करिश्मा गुरुङ, थाहा नगरपालिका-५ का सुदीप गुरुङ, थाहा नगरपालिका-५ कै प्रेरणा गुरुङ, कैलाश गाउँपालिका-१ की विनुता गुरुङ र कैलाश-१ कै विना गुरुङलाई छात्रवृत्ति प्रदान गरिएको हो। यसैगरी नेपाल पत्रकार महासंघ मकवानपुरको कार्यसमिति सदस्यमा निर्वाचित हुन भएकी निशा गुरुङ, मानवशास्त्र विषयको दर्शानाचार्य परीक्षामा सर्वोत्तम श्रेणी हासिल गरेको भन्दै मनिराज गुरुङ, आयुर्वेद तथा वैकल्पिक अस्पतालमा कार्यरत रति कुमारी गुरुङ, शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाई मकवानपुरका शाखा अधिकृत संगीता घले र समाजसेवी राजु गुरुङलाई सम्मान गरिएको छ।

गुरुङ राष्ट्रिय परिषद्का केन्द्रीय सदस्य जंगबहादुर गुरुङले मकवानपुर जिल्लामा मात्र १ हजार ५ सय १८ गुरुङ परिवार रहेको जानकारी दिनुभयो। जातिका आधारमा मकवानपुरमा गुरुङहरु सातौं स्थानमा रहेका छन्। जनजातिको विशेष पर्वहरुको संरक्षण र प्रवर्द्धनका लागि तीनै तहको सरकारले विशेष ध्यान दिनुपर्ने उहाँले बताउनुभयो। आफ्नो भाषा, संस्कृतिसँगै ल्होछार जस्ता पर्वको मौलिकता जोगाउन आदिवासी जनजाति गम्भीर हुनुपर्ने उहाँको भनाइ छ। परिषद्का अध्यक्ष केशर बहादुर गुरुङको अध्यक्षता तथा हेटौंडा-३ नम्बर वडा अध्यक्ष ढलक बहादुर थापाको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम भएको हो। कार्यक्रममा घाटु नाचसहित साँस्कृतिक प्रस्तुती प्रदर्शन गरिएको थियो।

भीमफेदीमा रास्वपाको विस्तारित भेला

समाज संवाददाता

हेटौंडाः राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा)ले पार्टी बिस्तार कार्यक्रम गरेको छ। रास्वपा गाउँ कमिटीले सोमबार भीमफेदी गाउँपालिका-१ मा पार्टीको विस्तार कार्यक्रम गरिएको हो।

कार्यक्रममा जिल्ला सभापति भरत पराजुलीको प्रमुख आतिथ्य र चन्द्र तितुङको सभाध्यक्ष रहेको थियो। भेलाबाट चन्द्र तितुङको अध्यक्षतामा सर्वसम्मत रास्वपाको वडा कमिटी गठन गरिएको छ।

हरेक वडामा रास्वपा कमिटी गठन गरी पार्टी बिस्तार गर्ने उद्देश्यले कमिटी गठन गरिएको रास्वपा जिल्ला सचिव सञ्जीव पाठकले जानकारी दिनुभयो। कार्यक्रममा रास्वपाका क्षेत्रीय सभापतिद्वय सुरेश थापा र निराजन बर्तौला, जिल्ला सहसचिव उमेश थापा, राजु थापालगायतको उपस्थिति रहेको थियो।

यसअघि विभिन्न वडामा पार्टी कमिटी गठन गरिसककेको जिल्ला सचिव पाठकले बताउनुभयो। आज मंगलबार देखि राक्सिराङ गाउँपालिकाको विभिन्न वडामा पार्टीको भेला र कमिटी बिस्तार कार्यक्रम सञ्चालन गरिने उहाँले जानकारी दिनुभयो।

मनहरीमा राष्ट्रपति रनिङशिल्ड

उपाधि राष्ट्रिय मावि‍लाई

समाज संवाददाता

हेटौंडाः मनहरी गाउँपालिकास्तरीय अन्तर विद्यालय राष्ट्रपति रनिङशिल्ड प्रतियोगिता-२०८१ को उपाधि मनहरी गाउँपालिका-६, सुनाचुरीस्थित राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालयले हात पारेको छ। मनहरी गाउँपालिकाले शनिबारबाट सोमबारसम्म आयोजना गरेको विभिन्न विधाको प्रतियोगितामा ९ स्वर्ण, ८ रजत २ कास्य पदक हासिल गर्दै राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालयले उपाधि हात पारेको हो।

प्रतियोगितामा मनहरी गाउँपालिका-१, मकरीस्थित बाल जीवनज्योति माध्यमिक विद्यालयले ६ स्वर्ण, ७ रजत र ५ कास्य पदक हात पार्दै द्वितीय भएको मनहरी गाउँपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाका प्रमुख प्रदीप पराजुलीले जानकारी दिनुभयो। मनहरी गाउँपालिका-९, रजैयास्थित युवावर्ष गंगा आधारभूत विद्यालयले ५ स्वर्ण, ३ रजत र एक कास्य पदक हात पार्दै तृतीय हुन सफल भएको पराजुलीले बताउनुभयो।

प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने विद्यालयले राष्ट्रपति रनिङशिल्डसहित क्रमशः ५ हजार रुपैयाँ, ३ हजार रुपैयाँ र २ हजार रुपैयाँ तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गरेको उहाँले बताउनुभयो। गाउँपालिकाका १९ वटा विद्यालयमध्ये ५ वटा विद्यालयले प्रतियोगितामा सहभागी नभएको पराजुलीले जानकारी दिनुभयो। मनहरी-२ स्थित सीता माध्यमिक विद्यालय, मनहरी-८ स्थित युनाइटेड बोर्डिङ स्कूल, मनहरी-३, सिद्धकालीस्थित प्जा आधारभूत विद्यालय, मनहरी-६, सुनाचुरीस्थित रेड एन्जल बोर्डिङ स्कूल र मनहरी-७ स्थित विलिभर्स बोर्डिङ स्कूल सहभागी नभएका हुन्।

गैंडाको आक्रमणबाट मेन्दोमायाको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडा : चितवन जिल्लाको खैरहनी नगरपालिका-१३ मा गैंडाको आक्रमणबाट एक जना महिलाको मृत्यु भएको छ। मृत्यु हुनेमा ३२ वर्षीया मेन्दोमाया वाईबा भण्डारी रहेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ।

आइतबार दिउँसो १२ बजेर ४० मिनेटको समयमा कुमरोज मध्यवर्ती सामुदायिक वनमा दाउरा काट्न गएकी मेन्दोमायालाई गैंडाले आक्रमण गरेको थियो। गैंडाको आक्रमणबाट महिलाको घट्नास्थलमानै मृत्यु भएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ। मुचुल्का पश्चात शव पोष्टमार्टमका लागि भरतपुर सरकारी अस्पताल लगिएको छ।

टिफरबाट खसेर बस्नेतको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः रामेछाप जिल्लाको मन्थली नगरपालिका-१, भैसेश्वरमा गुडिरहेको टिफरको ढालाबाट खसेर एक जना पुरुषको मृत्यु भएको छ। मृत्यु हुनेमा मन्थली नगरपालिका-४ सालु अर्चलेका ३२ वर्षीय नारायण बस्नेत रहेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ।

आइतबार दिउँसो १ बजेर ३० मिनेटको समयमा सुकाजोरबाट मन्थली सालुतर्फ बालुवा लिएर जाँदै गरेको प्रदेश न ३ ०१-००३ क ५७६४ नम्बरको गुडिरहेको टिफरको ढालाबाट खसेर बस्नेत घाइते भएका थिए। घाइते बस्नेतलाई उपचारका लागि मन्थली अस्पताल लगिएकोमा उपचारको क्रममा दिउँसो २ बजेर १० मिनेटको समयमा डाक्टरले मृत घोषणा गरेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ। टिफर र चालक मन्थली नगरपालिका-५, सुनारपानी बस्ने ३४ वर्षीय कुमार कार्कीलाई जिल्ला प्रहरी कार्यालयले नियन्त्रणमा लिएको छ।

चैनपुर जेसीज मनहरीमा कृष्ण

समाज संवाददाता

हेटौंडाः चैनपुर जेसीज मनहरीको वर्ष २०२५ को अध्यक्षमा कृष्णप्रसाद ढकाल चयन हुनुभएको छ। सोमबार सम्पन्न दोस्रो साधारणसभाले सर्वसम्मत नयाँ समिति चयन गरिएको निर्वाचन आयुक्त गणेश दर्पण अधिकारीले जानकारी दिनुभयो। साधारणसभाबाट कार्यकारिणी उपाध्यक्षमा मिलन ढुंगाना र मनोज बिष्ट, उपाध्यक्षमा राजु सुवेदी, बालकृष्ण बिष्ट, कृष्णप्रसाद खनाल र रोचक ढकाल चयन भएका छन्।

मनहरीमा बाघले मार्‍यो ७ वटा बाख्रा

बाघ नियन्त्रणमा लिन २ हात्ति परिचालन

समाज संवाददाता

हेटौंडा : मकवानपुरको मनहरीमा बाघले ७ वटा बाख्रा मारेको छ। आइतबार साँझ एक वृद्धलाई आक्रमण गरी मारेको बाघले सोमबार विहान पुनः ७ वटा बाख्रा मारेको हो।

जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका अनुसार बाघले आक्रमण गर्दा विहान ५ बजेको समयमा मनहरी गाउँपालिका-५ बसन्तपुरका सूर्य बहादुर मोक्तानको खोरका ७ वटा बाख्रा मरेका हुन्। घर नजिकै रहेको बाख्राको खोरमा रहेका ७ वटा बाख्रा मारेर एउटा बाख्रा बाघले जंगलतर्फ लगेको प्रहरीले जनाएको छ। यसअघि बाघले मनहरी-५ बसन्तपुर वडा कार्यालय नजिकै ७२ वर्षीया कान्छिमाया रुम्बालाई बारीमा घाँस काट्दै गरेको अवस्थामा आक्रमण गरेको थियो। बाघको आक्रमणबाट रुम्बाको घटनास्थलमै मृत्यु भएको प्रहरीको भनाई छ।

बाघलाई नियन्त्रणमा लिनका २ वटा हात्ति परिचालन गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रवक्ता एवम् प्रहरी नायव उपरीक्षक श्यामु अर्यालले जानकारी दिनुभएको छ। उहाँका अनुसार बाघलाई नियन्त्रणमा लिन पर्सा राष्ट्रिय निकुञ्जबाट २ वटा हात्ती र सेनाको टोली तथा चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जबाट समेत टोली खटाइएको छ।

शान्तिटोलमा चक्कु प्रहारबाट ४ जना घाइते

समाज संवाददाता

हेटौंडा : हेटौंडामा एक युवकको चक्कु प्रहारबाट चार जना घाइते भएका छन्। हेटौंडा-११ नवलपुर, शान्तिटोलका अमित कोईरालाको चक्कु प्रहारबाट ४ जना घाइते भएका हुन्।

३० वर्षीय कोइरालाले मादक पदार्थ सेवन गरी विवाद गर्दै चक्कु प्रहार गर्दा आफ्नै आमासहित ४ छिमेकी घाइते भएका छन्। कोइरालाले कुटपिट गर्दै चक्कु प्रहार गर्दा आमा ५० वर्षीया शान्ता कोईराला, छिमेकीहरु १६ वर्षीया सविना पौडेल, ५२ वर्षीय कृष्ण पौडेल र ४८ वर्षीय हरी विडारी घाइते भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ।

उनीहरुको अवस्था सामान्य रहेको र हेटौंडा अस्पतालमा उपचार भइरहेको प्रहरीको भनाई छ। चक्कु प्रहार गर्ने कोइरालालाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ।

परिचय बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेडको

वार्षिक साधारणसभा सम्बन्धी सूचना

उपरोक्त सम्बन्धमा यस परिचय बचत तथा ऋण सहकारी सस्था लि.को मिति २०८१/०८/०५ गते बसेको सञ्चालक समितिको बैठकको निर्णय अनुसार संस्थाको १५ औं वार्षिक साधारणसभा तथा ५औं अधिवेशन तपसिलको मिति, स्थान र समयमा हुने भएकाले अनिवार्य उपस्थितिका लागि हार्दिक अनुरोध गर्दछौं।

प्रस्तावहरू

१. सञ्चालक समितिको तर्फबाट अध्यक्षज्युले गर्नु हुने वार्षिक प्रतिवेदन छलफल गरी पारित गर्ने।
२. आ.ब. २०८०/०८१ को लेखापरीक्षण प्रतिवेदन माथि छलफल गरी पारित गर्न।
३. आ.ब. २०८१/०८२ को लेखापरीक्षण गर्ने लेखा परीक्षक नियुक्ति र निजीको पारिश्रमिक निर्धारण गर्ने।
४. सञ्चालक समितिले हालसम्म गरेको निर्णयलाई अनुमोदन गर्ने।
५. निर्णय पुस्तिकामा हस्ताक्षर गर्न सदस्यहरुबाट प्रतिनिधी चयन गर्ने।
६. विनियम संशोधन सम्बन्धमा
७. संस्था एकीकरण सम्बन्धमा
८. कार्यक्षेत्र र उद्देश्य थप (विस्तार) सम्बन्धमा
९. नीति तथा कार्यविधिहरु पारित सम्बन्धमा
१०. पाँचौं अधिवेशन सम्बन्धनमा
११. विविध सम्बन्धमा

तपशिल

मिति : २०८१/०९/२० गते
स्थान : वनस्खण्डी मन्दिरको सभाहल, हेटौंडा-२
समय : बिहान ११:०० बजे

परिचय बचत तथा सहकारी संस्था लि.
हेटौंडा-२, मकवानपुर

हार्दिक बधाई

यस सहकारी संस्थाको लेखा समिति संयोजक **बगान सिंह थिङ** पदमपोखरी बहुमुखी क्याम्पसको प्रमुख जस्तो गरिमामय पदमा नियुक्त हुनुभएकोमा हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्दै सफल कार्यकालको शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

सुरेशकुमार स्याङ्बो
अध्यक्ष

सूर्यबहादुर मोक्तान
व्यवस्थापक

कृषक जागृति बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि. परिवार
हेटौंडा-१३, पद्मपोखरी

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

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