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.
३०/०६९/०७०

वर्षः१६ अङ्कः- ६८ २०८१ माघ १२ गते शनिबार 25 January 2025, Saturday - पृष्ठ ४ मूल्य रू. ५/-

भ्यान दुर्घटनामा मगरको मृत्यु

हेटौंडा : सिन्धुली जिल्लाको कमलामाई नगरपालिका-४ मा भ्यान दुर्घटना हुँदा एकजना मृत्यु भएको छ। मंगलबार दिउँसो ४ बजेर १६ मिनेटको समयमा विपि राजमार्गमा काठमाडौंबाट बर्दिबासतर्फ जाँदै गरेको म प्र ०२-००१ ज ००५४ नम्बरको भ्यान आँफै अनियन्त्रित भई दुर्घटना हुँदा ६ जना घाइते भएको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौँडाले जानकारी दिएको छ। दुर्घटनामा महोत्तरी जिल्लाको बर्दिबास नगरपालिका-४ का ५२ वर्षीय भुपाल आले मगर गम्भीर घाइते भएका थिए। घाइते मगरको उपचारको क्रममा बिहीबार बिहान ११ बजेर ७ मिनेटको समयमा ललितपुरस्थित पाटन स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठानमा मृत्यु भएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ। घाइते ५ जनालाई सामान्य उपचार पश्चात डिस्चार्ज गरिएको छ।

प्रदेशसभा बैठक माघ १८ गतेका लागि आव्हान गर्न सिफारिस

प्रदेश सरकारको निर्णयबारे जानकारी दिनुहुँदै मन्त्री सुरजचन्द्र लामिछाने ।

समाज संवाददाता

हेटौंडा : बागमती प्रदेशसभा अधिवेशन माघ १८ गतेका लागि आव्हान गर्न सिफारिस गरिएको छ । शुक्रबार बसेको प्रदेश सरकारको मन्त्रिपरिषद् बैठकले माघ १८ गते बिहान ११ बजेका लागि प्रदेशसभाको १५ औं अधिवेशन बैठक आह्वान गर्न प्रदेश प्रमुख समक्ष सिफारिस गरेको हो ।

मन्त्रिपरिषद्को सिफारिस अनुसार प्रदेश प्रमुख दीपक प्रसाद देवकोटाले प्रदेशसभा बैठक आव्हान गर्नुहुनेछ। गत असोज १६ गते राति १२ बजेबाट प्रदेशसभाको १४ औं अधिवेशन अन्त्य गरिएको थियो । त्यस्तै मन्त्रिपरिषद् बैठकले प्रदेश सरकारी कामकाजी भाषा ऐन कार्यान्वयनको सन्दर्भमा अध्ययन कार्यदलले तयार गरेको प्रतिवेदन ग्रहण गर्ने तथा कार्यान्वयन गर्ने निर्णय गरेको सरकारको प्रवक्ता एवम् आन्तरिक मामिला तथा कानुन मन्त्री सुरजचन्द्र लामिछानेले जानकारी दिनुभएको छ। उहाँका अनुसार उक्त प्रतिवेदनका आधारमा प्रदेश कामकाजी भाषा ऐन कार्यान्वयनका लागि आवश्यक तयारी तथा व्यवस्थापन गर्न संस्कृति तथा पर्यटन मन्त्रालयलाई निर्देशन दिने निर्णय गरेको छ। उक्त ऐनका व्यवस्था कार्यान्वयन गरी प्रदेश सरकारको मन्त्रालय, आयोग, बोर्ड तथा निकायका लेटर हेड, छाप तथा बोर्डहरुमा समावेश गर्न निर्देशन दिएको उहाँले बताउनुभयो ।

बैठकले संस्कृति तथा पर्यटन मन्त्रालयले आवश्यक कार्यविधी तयार गरी कर्मचारी व्यवस्थापन लगायतका काम गर्न निर्देशन दिएको मन्त्री लामिछानेले बताउनुभयो । बैठकले प्रदेश चलचित्र सम्बन्धमा व्यवस्था गर्न बनेको विधेयक प्रदशेसभामा पेश गर्ने निर्णय गरेको छ भने प्रदेश जग्गा एकीकरण सम्बन्धी विधेयक तर्जुमाका लागि सैद्धान्तिक सहमति दिने निर्णय गरेको छ । प्रदेश भवन नीति २०८१ र अपाङ्गता भएका व्यक्ति सम्बन्धी प्रादेशिक नीति स्वीकृत गर्ने निर्णय पनि भएको छ ।

हेटौंडा-१ नम्बर वडा बालमैत्री घोषणा

बालमैत्री वडा घोषणा गर्नुहुँदै नगर प्रमुख मीना कुमारी लामा ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः शुक्रबार हेटौंडा उपमहानगर पालिकाको १ नम्बर वडालाई बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा गरेको छ । "बालबालिकामा लगानी; सुनिश्चित भविष्यको थालनी" भन्ने मूल नाराका साथ नकौली आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्र, बाँफोडाँडाको परिसरमा निकृष्ट बालश्रम मुक्त, बालविवाह मुक्त तथा बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा गरिएको हो ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिका-१, नम्बर वडाका अध्यक्ष सविन न्यौपानेको अध्यक्षता तथा हेटौंडा उपमहानगरपालिकाकी मेयर मीना कुमारी लामाको प्रमुख आतिथ्यतामा वडालाई बालमैत्री स्थानीय शासन युक्त वडा घोषणा गरिएको हो। वडाध्यक्ष सविन न्यौपानेले वडाको प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नुहुँदै बालमैत्री स्थानीय शासन घोषणा गर्न आवश्यक ५१ वटा सूचक पूरा गरेसँगै वडालाई बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा गरेको जानकारी दिनुभयो । बाल बचाऊ, बाल संरक्षण, बाल विकास, बाल सहभागिता साथै यसका लागि संस्थागत विकासमा समेत गरेर ५१ वटा सूचक पूरा गरेको उहाँले बताउनुभयो । ५१ वटा सूचकहरुमध्ये ४७ वटा सूचकमा १०० प्रतिशत १ वटा सूचकमा ९६ प्रतिशत र १ वटा सूचकमा ९० प्रतिशत, १ वटा सूचकमा ८५ प्रतिशत र १ वटा सूचकमा ८२ प्रतिशत सूचक हासिल गरेको वडाध्यक्ष न्यौपानले बताउनुभयो । १ नम्बर वडा पूर्ण खोपयुक्त वडा घोषणा, पूर्ण साक्षर वडा घोषणा, खुल्ला दिसामुक्त वडा घोषणा भइसकेको छ ।

घरधुरी तथ्यांक संकलन सर्वेक्षण-२०७९ अनुसार वडामा १८ वर्ष भन्दा कम उमेरका १ हजार ४५ बालक र ९ सय ६९ बालिका गरी २ हजार १४ बालबालिका छन् । वडामा ५ सामुदायिक र १ संस्थागत बाल विकास केन्द्रसहित ६ वटा विद्यालय सञ्चालनमा रहेको अध्यक्ष न्यौपानेले जानकारी दिनुभयो । १८ वटा बालसमूहहरु र १ बाल सञ्जाल छन् । जसमा ३ सय ६३ जना बालबालिका आवद्ध छन् भने विभिन्न संरचनागत समितिहरुमा समेत गरेर ४ सय ४ जना बालबालिका प्रत्यक्ष सहभागिता रहेको उहाँको भनाई छ । वडामा बालमैत्री स्थानीय शासन वडा समिति, वडा बालअधिकार समिति, बालसमूह, बालसमूह सञ्जाल, टोल विकास संस्थाहरु, युवा क्लब, आमा समूह साथै विभिन्न सामुदायिक संस्थाहरु क्रियाशील छन् ।

मेयर लामाले २०८७ सालसम्म सबै स्थानीय तहलाई बालमैत्री स्थानीय तहको रुपमा घोषणा गर्ने नेपाल सरकारको लक्ष्य रहेको जानकारी दिनुभयो । कार्यक्रममा उपमेयर राजेश बानियाँ, जनप्रतिनिधि लगायत विभिन्न संघ संस्थाको उपस्थिति रहेको थियो ।

नाबालिका करणीको अभियोगमा ५५ वर्षीय पुरुष पक्राउ

समाज संवाददाता

हेटौंडा : नाबालिकालाई करणीको गरेको अभियोगमा हेटौंडाबाट प्रहरीले एक व्यक्तिलाई पक्राउ गरेको छ । हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर-९ मा बालिकामाथी करणीको प्रयास गरेको अभियोगमा ५५ वर्षीय एक जना पुरुषलाई शुक्रबार प्रहरीले पक्राउ गरेको हो ।

पीडित पक्षको जाहेरीका आधारमा हेटौंडा-९ का स्थानीय पुरुषलाई पक्राउ गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रहरी निरीक्षक ठाकुर प्रसाद सापकोटाले जानकारी दिनुभयो । ती पुरुषविरुद्ध पीडितका परिवारले बिहीबार प्रहरीमा जाहेरी दिएको उहाँले बताउनुभयो । जाहेरी अनुसार हेटौंडा-९ प्रगतिटोलका ५५ वर्षीय पुरुषले ९ वर्षीया बालिकालाई जवरजस्ती करणीको प्रयास गरेको परिवारको दावी छ । घटनाको बारेमा अनुसन्धान थालिसकिएको प्रहरीले जनाएको छ । व्यक्तिगत गोपनियता र अनुसन्धान प्रभावित नहोस् भन्ने उद्देश्यले जाहेरी परेको व्यक्तिको परिचय सार्वजनिक नगरिएको प्रहरीको भनाइ छ ।

दामराङ्ग सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र घोषणा

दामराङ्ग साँस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र घोषणा कार्यक्रममा सहभागी स्थानीय।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः राक्सिराङ गाउँपालिका-७, दामराङ्गलाई सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्रको रुपमा विकास गर्न घोषणापत्र सार्वजनिक गरिएको छ । बिहीबार दामराङ्गमा आयोजित अन्तर संवाद कार्यक्रममा गाउँपालिकाका अध्यक्ष राजकुमार मल्लले ७ बुँदे घोषणापत्र सार्वजनिक गर्नुभएको हो ।

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ को व्यवस्थाबमोजिम गत पुस २५ गते पालिकाले १७ औं अधिवेशनको अवसरमा दामराङ्गलाई सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र घोषणा गरेको थियो । घोषणापत्र सार्वजनिक गर्नुहुँदै सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्रको लागि तत्काल वृहत् गुरुयोजना तयार गर्ने र पालिकाले विज्ञ समूह गठन गरेर आवश्यक जिम्मेवारी दिने अध्यक्ष मल्लले प्रतिबद्धता जनाउनुभयो। ८५ प्रतिशत चेपाङ समुदाय बसोबास गर्दै आएको उक्त क्षेत्रलाई चेपाङ समुदायको सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक, शैक्षिक, राजनीतिक विकासका लागि सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र घोषणा गरिएको उहाँको भनाइ छ ।

तत्काल टोल विकास संस्था गठन एवम् सबै सामुदायिक संस्था सबलीकरण गरी सांस्कृतिक र पर्यटकीय क्षेत्र विकास, प्रवर्द्धन र परिचालन गर्ने गाउँपालिका अध्यक्ष मल्लले जानकारी दिनुभयो । सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र प्रवर्द्धनका लागि ८ 'अ' (अलैंची, अमृसो, आलु, अकबरे खुर्सानी, ओखर, अदुवा, अनार र आँप) एवम् ३ 'च' (चमेरो, चिउरी र चेपाङ) विकास गरिने उहाँको भनाइ छ।

चेपाङ समुदायको सामाजिक, आर्थिक र सांस्कृतिक अधिकार संरक्षण र प्रबर्द्धन गर्न पान्दे संरक्षण, परम्परागत ज्ञान, सीपको रक्षा एवम् सांस्कृतिक रीतिरिवाज संरक्षण गर्ने, सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र विस्तार र प्रबर्द्धन गर्न आवश्यक नीति कार्यक्रम तय गरिने उहाँले बताउनुभयो । यसका लागि आवश्यक बजेट विनियोजन गर्ने र थप बजेटका लागि प्रदेश र संघीय सरकारसँग माग गरिने अध्यक्ष मल्लले जानकारी दिनुभयो ।

सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र बिस्तारका लागि चेपाङ समुदायमा रहेको अनौपचारिक ज्ञान, परम्परागत सीप, जैविक विविधता, जलचर थलचर संरक्षण, रैथाने बालीको विकास र प्रबर्द्धन गर्ने उहाँले बताउनुभयो। राक्सिराङ गाउँपालिका-७ नम्बर वडा क्षेत्रमा अवलोकन भ्रमण, शैक्षिक भ्रमण, अध्ययन तथा अनुसन्धान गर्ने काममा विद्यालय र विश्वविद्यालयलाई आह्वान गरिने उहाँको भनाइ छ।

राक्सिराङ गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष बनस्तम थिङका अनुसार उक्त घोषणा कार्यक्रमले चेपाङ समुदायको हक अधिकार स्थापित गर्न सहयोग पुग्ने विश्वास व्यक्त गर्नुभयो । चेपाङ समुदायको पहिचान, रीतिरिवाज, चालचलन, भाषा, भेषभुषाको संरक्षण तथा सम्बर्द्धनमा सहयोग पुग्ने उहाँले बताउनुभयो ।

नेपाल सूक्ष्म पुष्प समाजका संयोजक विशुमान चेपाङले चेपाङ समुदायको जीविकोपार्जनका लागि कमाउँदै आएका खोरिया खेती प्रणाली, संखरे ओडार (९ छोरी र ३ छोराको विवाह), ५ सय मिटर लामो बैना सुरुङ (गुफा) बाहुनको छोरीले अन्तरजातीय विवाह गरेको भन्दै मार्न खोज्दा ३ महिना लुकाएको ठाउँ तिथली गौरुङ चेपाङ, विभिन्न जीव जनावरको आकृति तथा शिवलिङ्ग भएको महादेव गुफा मन्दिरको अवलोकन गर्न सकिने बताउनुभयो। लङ्कामा राम राजाको भग्नावशेष दरबार र गरवलले खाएर छोडेको सर्पको टुक्रा ढुंगा र रामको जुवा, मान्छे खान आक्रमण गर्दा बाघको मृत्यु (बाघ लड्ने भिर), मकवानपुर धादिङको सिमानामा पर्ने शंकर झरना, वीरगञ्ज-बुटवल र उत्तरका हिमाली दृश्यावलोकन, जल प्रलयपछि तल झरेर बसेका तीन दिदीबहिनी ढुंगाको अवलोकन गर्न सकिने उहाँको भनाइ छ ।

सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय क्षेत्र प्रवर्द्धनका लागि आइवेनीदेखि दामराङ्गसम्म पैदल मार्ग बनाउने र दामराङ्ग, धिराङमा होमस्टे बनाउने उहाँले जानकारी दिनुभयो । बापलिङ दोभानमा पिकनिक स्थल (पार्क) तथा शंकर खोलामा जलाशय (ताल) निर्माण गरिने योजना रहेको छ । खर्लिङ, कालिकाथान देवी मन्दिर निर्माण, शंक रेउती खोलामा असला माछा संरक्षणको कार्यक्रम रहेको छ । यस्तै, बाघ लड्ने भिर झरना, खर्लिङ झरना र थिकपुलिङ्ग झरना संरक्षणसँगै धोराबाङ सेती नाग दह संरक्षणलगायत १५ पर्यटकीय स्थल निर्माण तथा संरक्षण गरिने उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

कार्यक्रममा नेपाल चेपाङ संघका केन्द्रीय अध्यक्ष गोविन्दराज प्रजा, पूर्वमन्त्री सन्तबहादुर चेपाङ, राक्सिराङ गाउँपालिकाका-३ का वडा अध्यक्ष उत्तम वाईबा, ५ नम्बरका वडा अध्यक्ष हरिबहादुर प्रजालगायतको आतिथ्य रहेको थियो ।

साइबर अपराध

कथा

✍सलिना आले मगर

एउटा गाउँमा रामप्रसाद नाम गरेको गरिब परिवारमा हुर्केको व्यक्ति थियो । ऊ दिन रात परिश्रम गरी आफ्नो जिविकोपार्जन गर्थ्यो । उसको परिवारमा बा आमा र तीन छोरीहरु थिए । ति तीन छोरीहरु मध्ये जेठी छोरी भने पढाइमा धेरै नै सिपालु थिइन् । उनको जेठी छोरीको नाम रन्जु, माहिली छोरीको नाम गीता र कान्छी छोरीको नाम सङ्गीता थियो । तीन बहिनीहरुमा ३ वर्षको फरक थियो । यही तीन छोरी र बा, आमाको फाटेको लुगा टाल्नका लागि रामप्रसाद दिनहुँ मिहिनेत गर्थ्यो । उनको सम्पत्तिको नाममा त्यही एउटा जिउनीको खेत थियो । त्यही सानो टुक्रा जग्गामा उसको आफ्नो जीविकोपार्जन सीमित हुन्थ्यो । समय बित्दै गयो । उसको छोरीहरुको पनि समय अनुसार मागमा पनि वृद्धि हुँदै गयो । रामप्रसादले गरेको कृषिबाट छोरीहरुको माग पूरा गर्न कठिन भयो । यही कारणले गर्दा रामप्रसादले विदेशिन बाध्य हुनु पऱ्यो । एकदिन सबै परिवार बसेर छलफल गरे । सबैको आँखामा आँसुको थोपाले गह भरियो । यस्तो देखेर रामप्रसादले सबैलाई सम्झायो ।

रामप्रसादको मनमा कुरा खेल्न थाले र छोरीहरुको भविष्यको चिन्ता लिँदै विदेशिने कुरा पक्का गऱ्यो । केही महिनासम्म ऊ पैसा संकलन गर्नतिर लाग्यो । केही समयमै उसले पैसा जम्मा गऱ्यो । तर उसलाई पैसा दिने व्यक्तिहरुले छिटै फिर्ता दिनु पर्छ भन्ने सर्त राखे । रामप्रसादले भद्रस्वरमा हुन्छ भन्यो । त्याहाँबाट घरतर्फ लाग्यो । सजिलै विदेश पुग्यो काम पनि छोटो समयमै र सजिलो नै प्राप्त भयो । त्यसपछि उसले पहिलो एक महिनाको तलब घरमा पठायो । आमा बालाई विद्युतीय उपकरण चलाउन नआएको र घरमा कुनै पनि साधन नभएकोले पैसा निकालिदिन भनेर साहुको घर नै पुगे । उसले एक वर्ष भित्रमा नै सबै ऋण चुक्ता गर्न सफल भयो । यसरी नै दिनहरु बित्दै गए । रामप्रसादको काम गर्ने ठाउँबाट अन्त सरुवा भयो । उसले दुःखले फोन किन्यो तर घरमा भने केही पनि थिएन । त्यसैले उसले विदेशबाट छिमेकीकोमा सम्पर्क गरौं । अर्को महिना उसले पार्टटाइम पनि काम गर्न थाल्यो । हाप्ता, महिनामा एकपटक घरको हालखबर सोध्न पाउँथ्यो ।

यही कारणले गर्दा उसको जेठी छोरीले बाबासँग फोनको माग गरिन् । पढाइमा राम्रो र घरकी जेठी भाएकोले उनको कुरालाई अस्वीकार गर्न मिलेन । सुरु सुरुमा उनकी छोरी बाबासँग बोल्न र आमा बालाई सघाउन तिर लागिन् । यसरी नै दिनहरु बित्दै गए । एक दिन रन्जु फेसबुक भन्ने एप्प चलाउँदै थिइन् । त्यही समयमा एउटा समीर नाम गरेको व्यक्तिले उनलाई साथीको प्रस्ताव गरेको देखिन् र उनले पनि स्वीकार गरिन् । त्यही दिनमै समीरले सन्देश पठायो र रन्जुले पनि जवाफ दिइन् । यसरी नै उनीहरुको गफगाफ अघि बढ्दै गयो ।

यसैगरी, हप्ता, महिना बित्दै गयो । रन्जुको घरमा धेरै काम हुने भएकोले उनी अलि व्यस्त हुन थालिन् । त्यो कुरा उनीसँग बोल्ने व्यक्तिलाई थाहा थिएन । त्यसैले त्यस व्यक्तिले रन्जुलाई धेरै सन्देशका पठाउन थाल्यो । एकोहोरो प्रेममा डुबेसरी 'तिमी बिना मर्छु' भन्न थाल्यो । रन्जुले पनि उसको कुरा सुनेपछि ए सम्झाउन थालिन् । समीरले सधैं विवाहको प्रस्ताव राख्न थाल्यो । रन्जुले भने आफ्नो बुबा उनका लागि दुःख गर्दैछ भन्ने कुरा सम्झाउँथिन् र केही वर्ष रोक्न तथा उमेर र पढाई पूरा हुन दिन्नु भन्छिन् । उनको त्यो फेसबुकको साथी भने एउटै कुरा बताइरहन्थ्यो । रन्जुलाई पनि उसले मलाई धेरै माया गर्छ क्यारे भन्ने लाग्न थाल्यो ।

यत्तिकैमा रामप्रसाद विदेशमा बिरामी परेको भन्ने खबर आयो । तर उनको छोरी रन्जुलाई भने आफ्नो परिवारको भन्दा चिन्ता समीरको नै लाग्न थाल्यो । यो कुरा उनको एकदम मिल्ने साथीलाई मात्र थाहा थियो । यसरीनै दिनहरु बित्दै, गए । एकदिन उनको मिल्ने साथीसँग मनमुटाव भयो । उनले त्यो गोप्य कुरा रन्जुको परिवारमा पुऱ्याइदिइन् । परिवारले उनलाई धेरै सम्झायो । रन्जुले पनि बुझेभैँ गर्दै भित्रभित्र प्रेम सम्बन्धलाई अघि बढाइरहेकी थिईन् । यही कारण उनको पढाइमा ध्यान कम जान थाल्यो ।

पढाइमा कमजोर भएको कुरा शिक्षकहरुले उनको परिवारमा खबर गरे । उनको परिवारले फेरी उनलाई सम्झायो तर रन्जु भने सम्झेभैँ मात्र गर्थिन् । यसरी नै निकै समय बित्यो । रन्जुको फेसबुक प्रेमीले फेरि विवाहको प्रस्ताव राख्यो । रन्जुलाई अस्वीकार गर्ने आँट नै आएन । उनी एक रात त्यो अपरिचित व्यक्तिसँग भागिन् । उनीहरु सहरको एउटा कुनो जुस्तो ठाउँमा डेरामा बस्न थाले । उता रन्जुको परिवार भने उनको खोजिमा लाग्यो । उता समिरको पनि खोजी भएछ । समीरको घरमा श्रीमती र दुई बच्चाहरु रहेछन् । यो कुरा रन्जुलाई थाहा थिएन ।

समीरकी श्रीमतीको नाम रिता थियो । उनले प्रहरी कार्यालयमा रिपोर्ट गरिन् । रिपोर्ट हालेको ३ महिनामा नै समीर पुलिसको फन्दामा पऱ्यो । रन्जु खुब रोई कराई । केही सोच्न सकिन र केही समयपछि आत्महत्या गरी । छोरीको स्वभाव देखेर रामप्रसादलाई रिस त नउठेको होइन तर व्यक्त गरेका थिएनन् । बरु उल्टै छोरीलाई एउटा बुबाको नाताले नआत्तिन सल्लाह भने दिइरहन्थे । एक दिन रामप्रसाद विदेशमा खाना खाँदै गर्दा अनलाइन खबरमा रन्जुको मृत्यु बारे शीर्षकमा आँखा पुऱ्याए । खोलेर समाचार पढ्दै जाँदा नाम, थर, ठेगानासहित छापिएको आफ्नै छोरीको दुःखद् अन्त्य सुनेर निकै आत्तिए । छिमेकीलाई फोन गरे । रन्जुको फोन भने बन्द थियो ।

रामप्रसाद अनेकौं कल्पना गर्दै छोरीलाई सम्झिँदै कम्पनीमा हाजिर हुन गए । अवस्थाले उनलाई नेपाल फर्की भनेको थियो । अर्काको देश, अर्कै कानून भनेजस्तो कहाँ हुन्थ्यो र । मिल्यो भने बिदा मागेर नेपाल फर्किन्छु भन्दै ऊ कार्यालय पुग्यो । काम गर्ने जाँगर नै थिएन तर पनि दिनभरी काम गरेर फर्किने बेलामा, उसले कम्पनी मालिकलाई रोएर आफ्नो समस्या व्यक्त गऱ्यो । कम्पनी मालिकले उसलाई अर्के एकवर्ष तिमीले छुट्टी पाँउदैनौ भनेर उल्टै गाली गऱ्यो । घर आउन नपाएपछि रामप्रसादलाई अरु पीडा बढ्न थाल्यो । मनमा के के चाहिँदा नचाहिँदा कुरा सोचेर ऊ कोठामा फर्किरहेको थियो । त्यही बेला बाटो काट्ने क्रममा उसलाई पछाडिबाट कारले ठक्कर दियो । तुरुन्तै उसलाई मान्छेहरुले अस्पताल पुऱ्याए । उ बेहोस थियो । होस खुलेपछि डाक्टरले भन्यो "तपाईंको एउटा खुट्टा भाँचिएको छ, ठिक हुन्छ नआत्तिनु होस् ।" अस्पतालको बेडबाट रामप्रसादले आफ्ना बुबा आमालाई फोन गरेर भन्यो" बुबा, दुःखको घडीमा म आउन पाइनँ, नआत्तिकन समस्या मिलाउँदै जानुहोला ।"

कक्षा-१०, श्रमिक माध्यमिक विद्यालय, हेटौँडा-४

मेरो जीवनको लक्ष्य

✍प्रतिमा घले

हरेक मानिस जन्मिसकेपछि उसको जीवनको आफ्नो लक्ष्य हुन्छ । छुटाछुट्टै मानिसको छुटाछुटै लक्ष्य हुने गर्छ । मेरो जीवनमा पनि एउटा लक्ष्य छ । मेरो जीवनको लक्ष्य भनेको म एउटा नर्सको रुपमा सबैलाई सहयोग गर्न पाउनु हो ।

म एउटा नर्स बनेर दुःखमा परेका मानिसहरुलाई सहयोग गर्न चाहन्छु । म मेरो परिवारलाई सुखले पाल्न चाहन्छु । मेरो आमालाई सुखमा राख्न चाहन्छु । एउटा नर्स भनेको आफ्नो भोक, निन्द्रा केही नभनी बिरामीको उपचार गर्नु हो । जब म बिरामी भएर अस्पताल जाने गर्छु । तब त्यहाँ भएको नर्सहरुको मिहिनेत देखेर म पनि एक दिन नर्सनै बन्ने छु भनी मनमा सोच्ने गर्छु । अहिले जति मेरो परिवारले मलाई माया दिएर समाजमा अपनाउनु पर्ने हरेक बानी, व्यवहारको बारेमा सिकाउनु हुन्छ म पनि उहाँको आँखामा खुसी देखाएर अघि बढ्दै एक दिन उहाँको सपना पूरा गर्ने छु ।

मेरो जीवनमा अहिले जति गाह्रो, अप्ठ्यारो समयमा पनि मलाई मेरो आमाले साथ दिनु हुन्छ । हरेक समस्यामा मेरो हल बनेर मेरो साथमा बस्नु हुन्छ । र त्यसैगरी म पनि मेरी आमाको आड बन्ने छु ।

मेरो सपनालाई साकार बनाउने छु । मेरो जीवनको लक्ष्य नै कहिले हार नमानी आफ्नो सपनालाई पूरा गर्ने र आमाले जीवनमा खुसीले मर्ने हो । एउटा नर्स भएपछि आफ्नो जिम्मेवारीबाट कहिले पनि टाढा भाग्ने छैन ।

म एकपटक विदेश जाने ठूलो रहर छ । यो पनि मेरो एउटा लक्ष्य नै हो । विदेशमा यहाँ जस्तो सजिलो त कदापि हुँदैन तर म मेरो लक्ष्य पूरा त एकदिन अवश्य गर्नेछु । एउटा नर्सको रुपमा सबै विरामीको उपचार गर्नेछु । मैले धेरै मात्रामा पैसा कमाउन सके भनेँ गरिब मानिसहरुलाई राहत प्रदान गर्नेछु । एउटा लक्ष्य बोकेर अहिलेदेखि नै म मिहिनेतका साथसाथै जिम्मेवारी बोकेर अघि बढ्ने छु ।

अहिले मेरा लागि मेरो आमाले जति आफ्नो रगत पसिना बगाउनु भएको छ । म पनि एक दिन उहाँलाई खुसीको साथ राख्ने छु । मेरी आमा मेरा लागि बनाएर राख्नु नै मेरो जीवनको सबैभन्दा ठूलो लक्ष्य हो ।

कक्षा-१०, कृष्ण आदर्श इंग्लिस बोर्डिङ स्कूल, हेटौँडा-९

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

व्यक्तित्व

✍न्यान्सी न्यौपाने

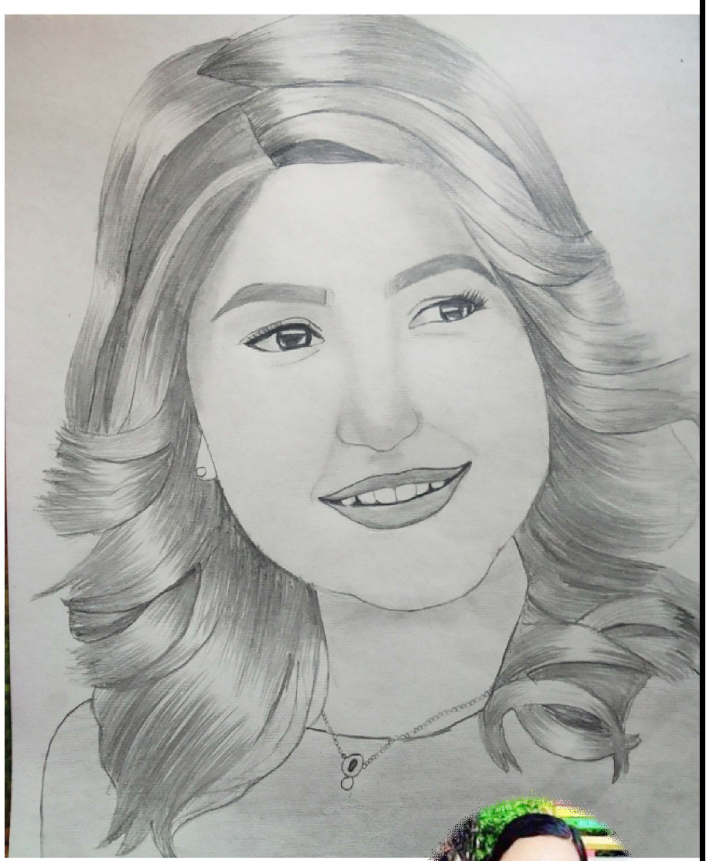
व्यक्तित्व भनेको कुनै व्यक्तिको मनको मानको भावना अरुलाई व्यक्त गर्नु हो । व्यक्तित्व हरेक मानिसको जिवनमा महत्वपूर्ण हुन्छ । किनभने यदि मानिसले आफ्नो विचार व्यक्त गर्न नसकेको भए आजसम्म मानिसहरु ढुङ्गे हुन्थे । मानिस र पशुपन्छीबीच केही भिन्नता हुँदैन थियो । व्यक्तित्व विद्यार्थीदेखि शिक्षकसम्म सबैलाई आवश्यक पर्ने कुरा हो । यदि एक विद्यार्थीलाई व्यक्तित्व दिन आएन भने उसभित्र भएको उत्सुकताको बारेमा उस्ले जान्न सक्दैन । उसले कहिले पनि आफ्नो विचार राख्न सक्दैन । त्यसैगरी एक शिक्षकलाई पनि व्यक्तित्व दिन आएन भने उसले जतिसुकै शिक्षा हासिल गरेको भएपनि उसले आफ्नो भनाइ राम्रोसँग व्यक्त गर्न सक्दैन । एक साधारण मानिसका लागि पनि व्यक्तित्व महत्वपूर्ण हुन्छ । यदि उसलाई आफ्नो कुरा राख्न आउँदैन वा कसैलाई बुझाउनै सक्दैन भने उसले कहिले प्रगति गर्न सक्दैन । जुन मानिसले आफ्नो भनाइ व्यक्त गर्न सक्दैन । ऊ जीवनमा असफल हुने सम्भावना अत्यधिक हुन्छ ।

यसैगरी यदि मानिसले आफ्नो भावना राख्न सक्छ भने, मन्तव्य दिन सक्छ भने उसले आफ्नो जीवनभरिमा धेरै प्रगति गर्न सक्छ । ऊ कहिले पनि आफ्नो विचार राख्नबाट हिच्किचाउँदैन । त्यस मानिसले आफ्नो व्यक्तित्वको कलाले धेरै मानिससँग सम्बन्ध जोड्छ । त्यस मानिसले आफ्नो विचार राखिरहने बानीले उसको आत्मविश्वास पनि बढ्छ । उस्ले कुनै पनि समूहमा नेतृत्व गर्न सक्छ । उसले मानिसहरुसँग नाता जोडेर आफ्नो सामाजिक जीवनलाई बलियो बनाउन सक्छ । उसले जस्तो परिस्थितिमा पनि आफ्नो भनाइ राख्न सक्छ । त्यसकारण आफ्नो जिवनमा विभिन्न अवसरहरु प्राप्त गरेर सफल हुन सक्छ ।

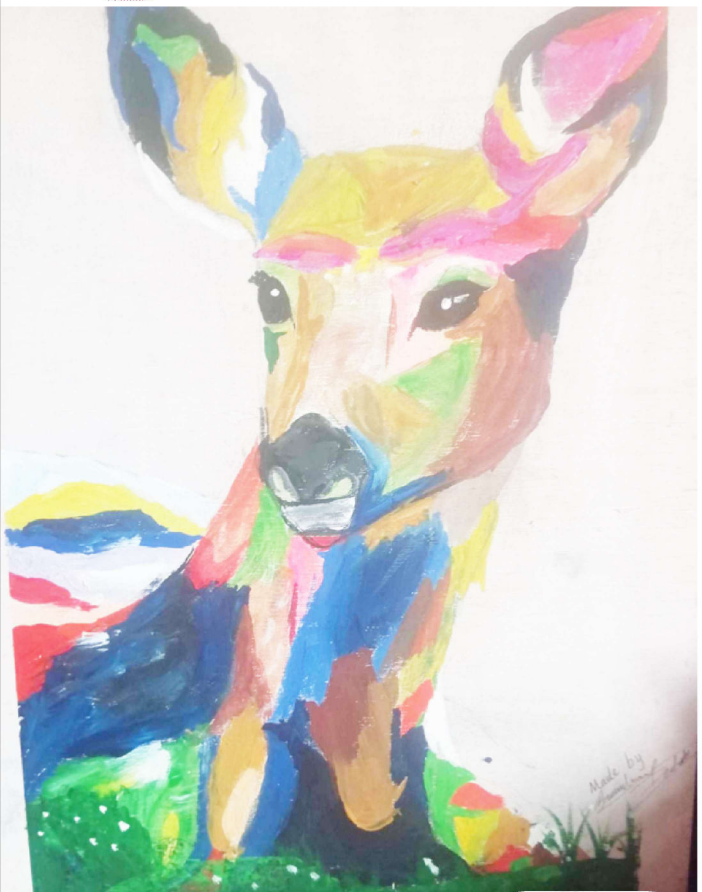
कक्षा-८, बालज्योति मावि, हेटौँडा-५

चित्रकला

सरगम राई
कक्षा-७, सिद्धार्थ शिशु सदन, हेटौँडा-५



दिपासना थापा
कक्षा-११, हेटौँडा स्कूल अफ म्यानेजमेन्ट, हेटौँडा-४



सायूज्य ढेवकोटा
कक्षा-६, बालजागृति इंग्लिस सेकेण्डरी स्कुल, हेटौँडा-२

सस्मिता स्याङ्तान
कक्षा-२, कमला आधारभूत विद्यालय, हेटौँडा-१८

संयुक्त श्रद्धाञ्जली

जनार्दन खनाल

रोगले च्याप्यो यो शल्यक्रिया भएन निदान
पिताको बेला भएन थाहा चाँडो भो मरण
आमा र बुवा दुवैको अब उतै होस मिलन
पिताश्री अनि माताजीलाई यो श्रद्धा सुमन ।।

अमले भन्ने ठाउँ छ राम्रो श्री सिन्धु पाल्चोक
रहेछन् पनि बसेका धेरै खनाल खलक
सिद्धियो भोग बस्नको लागि बसाइँ सर्नको
आउनु भयो सुखले पालौँ सन्तान हरुको ।।

बयालीस साल देखि नै यतै पदम पोखरी
उब्जाउ योग्य जमिन खोजी सुन्दर नगरी
श्रद्धेय बुवा श्री चिरञ्जीवी विद्वान् पण्डित
श्री भागवत बाचन कर्ता सुनेर हर्षित ।।

चल्दैगो नाम वर र पर श्रीजज मानीले
सन्तानहरु शिक्षित पनि वर्गत बुद्धिले
दुखैभो होला ती छोरा छोरी पढाई लेखाई
खुट्टामा आफैं उभिन सक्ने सक्षम बनाई ।।

सम्पूर्ण छोरा बुहारी छोरी नाती र नातिनी
सम्पन्नशील भएको हेर्दै जीवन जीउनी
बेलामा कठै ! कालले चुढ्यो हे पिता हजुर
भावीले लेख्यो त्यो मेट्न लाई कसले सक्छ र ।।

नौ वर्ष अघि जीवन साथी बिछोड हुँदामा
सकियो होला कठै नि आँशु सम्झेर रुदामा
हेरेर छोरा बुहारी छोरी नातिना नातिनी
बस्नु भो कठै ! श्री नीरमाया खनाल आमा नि ।।

रहँदा सम्म जीवित उहाँ श्रद्धाको साथले
समाज बीच रहनुभयो कला र गलाले
मिलेका दाँत लवाई राम्रो शरीर सुन्दर
बिर्सन मैले सकेको छैन हँसिलो मुहार ।।

आउँथे लिन सप्ताह भन्न टाढाका मानिस
गै दिनु हुन्थ्यो पिताजी पनि सरल स्वभाव
भडौरा हाम्रैं छिमेकी गाउँ खड्काको घरमा
पिताजीसँग भो चिना जानी पुराण भन्दामा ।।

जन्मिए पछि मर्नु नै पर्ने विधिको विधान
समय बेला भएसी कठै ! रहन्न जीवन
आत्माले शान्ति अवश्य पाओस् नपरोस् तपपिनु
विचित्रमय संसार भित्र नपरोस् जन्मिनु ।।

बकैंया–४, छतिवन मकवानपुर

गाउँखाने कथा

१. तान्दा तान्न सकिन्न, बाँध्दा बाँध्न सकिन्न, छुँदा छुन सकिन्न, रोक्दा रोक्न सकिन्न के हो ?
- खोलो

२. तामाको दैलो, चाँदीको संघार, भित्रको नानी खुरुक्क उघार ।
- मुख, दाँत र जिब्रो

३. तीन अक्षर मिलाउँदा बन्छ एउटा जिल्ला, बीचको अक्षर हटाउँदा बन्छ अर्के जिल्ला ।
- बाजुरा– बारा

४. तीन अक्षरको मेरो नाम, विद्वान् हुन मलाई छान ।
- कलम र किताब

५. तीन अक्षर मिलाउँदा बन्छ एउटा जिल्ला, बीचको अक्षर झिकिदिँदा बन्छ खानेकुरा ।
- भारत–भात

टुक्का

कृष्ण कुमार वैद्य

मौसम चिसो भएपनि जताततै सडक तातो,
विसंगति कर्तुत ढाकेर शासकले हाले गातो ।

चिसो मन नगर्नु भलो आपसमा वैरभावले,
कष्टकर पार्ला हरहमेसा सानोतिनो घावले ।

दैवको होइन नरपशुको विनाशकारी लीला,
शत्रुले सर्वनाश गरेका ऐतिहासिक कविला ।

प्रकृतिले पनि अनायास नै वज्रपात पारेको,
विजय प्रतिक बडादशैं सामु सर्वस्व हारेको ।

राहत आए गाँस हालि मनाउँला दशैं तिहार,
भत्किएको घर पुरिएको बाली गर्नुछ सिहार ।

बत्ती छैन, पानी छैन, विच्छेद पारे इन्टरनेट,
नाश भयो संरचना थाहा छैन हुन्छ(हुन्न भेट ।

खानु लाउनु, जमरा टीका मात्र है दशैं पर्व,
मिथक नै सही सत्यको जीतमा हुनुपर्छ गर्व ।

शिक्षा उपचार छैन स्कुल अस्पताल ध्वस्त पारे,
महिला बालबच्चा नभनी सारा भकाभकी मारे ।

वरिष्ठ ठान्छन् आफूलाई भएन झोलेभन्दा कम,
सञ्जालमा खुपै भुक्छ तर काममा देखिन्न दम ।

डाँडाकाँडा ढाकुन् भन्थे उहिले आशिष दिँदाखेरी,
काम्छ जीउ अहिले डाँडाकाँडा सुन्दा विनाश हेरी ।

बनेपा-९, काभ्रे

मेरो बाटो

सुजन विश्वकर्मा

लाखौं कोसिस गर तर छेकेर छेकिन्न मेरो बाटो
जहाँसुकै जाउँ लाग्छ प्यारो मलाई देशकै माटो !

चट्याङ बिजुली चम्किए पनि डराउने छैन म
चाहे आओस् आँधी हुरी तर हराउने छैन म !
राख्दिन केही पनि बाँझो आफैं जोत्छु पाटो
जहाँसुकै जाउँ लाग्छ प्यारो मलाई देशकै माटो !

ईतिहास कोर्न सक्ने देशले एउटा कलम खोज्दै छ
वीरहरुका घाउले हौसला र प्रेरणाको मलम खोज्दै छ
पसिनाको धाराले पखालौंला मनमा लागेको टाटो
जहाँसुकै जाउँ लाग्छ प्यारो मलाई देशकै माटो !

लाखौं कोसिस गर तर छेकेर छेकिन्न मेरो बाटो
जहाँसुकै जाउँ लाग्छ प्यारो मलाई देशकै माटो

शिक्षक, रेड रोज इंग्लिस बोर्डिङ स्कुल, हेटौंडा-१६

शिक्षक

पृथक राई

हामीलाई शिक्षा दिई
पढ भन्दै प्रेरणा दिने
कुनै बेला माया गर्ने
कुनै बेला गाली गर्ने

हाम्रो भविष्य राम्रो बनाउन
सधैं लागी पर्ने
विद्यार्थीले राम्रो काम गर्दा
हौसला दिई माया गर्ने

हाम्रो भविष्य उज्जवल
होस् भनेर सोच्ने
यस्तै रहेछ जीन्दगी
कहिले कहाँ कहिले कहाँ पुग्नु पर्ने

राम्रो शिक्षक पाउन त
कठिन हुन्छ हामीलाई
त्यहीँ पनि हामीले
बुझ्दैनौँ शिक्षकलाई

राम्रो शिक्षक पाउने भाग्य
कमैको हुँदो रहेछ
शिक्षकको अस्तित्व नबुझ्ने
कस्तो मान्छे हुँदो रहेछ ।

कक्षा-१०, रेडरोज इंग्लिस बोर्डिङ स्कुल, हेटौंडा-१६

छोरी

प्रान्शु सुवेदी

नजन्मिँदै किन अभीशाप बन्छन् छोरी
जन्मनसाथ पनि धिक्कारिन्छिन् छोरी ।

आखिर छोरी बिना सृष्टी चल्दैन
घर भित्रको चुलो बल्दैन ।

चुलो चौकादेखि संसार जित्नेसम्म
साथ पाए परिवारको विश्व जित्छन् छोरी ।

जब घरको हजुरबाले छोरीलाई हेला गर्दा
धरधरी रुनुहुन्थ्यो अस्ती, घरमा एक्लो पर्दा ।

पल्लो घरको अंकल पनि समाउँदै डोरी
भन्नुहुन्थ्यो जसरी नि चाहिँदो रैछ छोरी ।

म नि भनी आमा बाबाको जेठो सन्तान बनी
छोरी नै हुँ तर वाचा गर्छु असल बन्छु भनी ।

छोराले ले झै बुढोसकालको साहारा बन्छु
पिर नगर्नु बुबाआमा यति कुरा भन्छु ।

कक्षा-४, जिएस निकेतन, हेटौंडा-५

- पैदलयात्रीले सडक पेटीको प्रयोग गर्ने गरौं ।
- जेब्रा क्रसिङ प्रयोग गर्ने पैदलयात्रीलाई बाटो काट्न प्राथमिक दिऔं ।
- ट्राफिक नियमको पालना गरेर सुरक्षित यात्रा सुनिश्चित गरौं ।

समृद्धि प्रकाशन प्रा. लि.
हेटौंडा, मकवानपुर

सातको राशिफल

पं. ज्यो. तोयानाथ सुवेदी
सम्पर्क : ९७४५०२८५५५

मेष राशिः ऋणभार र खर्च वृद्धिले तलब बढ्न सक्छ । विपरीत परिस्थितिलाई जितेर अगाडि बढिने छ । मित्रवर्गबाट सहयोग प्राप्त हुने समय छ । घरायसी सुख र धन वैभव जम्मा पार्न सकिने छ । आनन्द प्राप्तिका लागि आकर्षक बनिएला । नवीन कार्य गर्ने भावना जागृत हुनेछ । पठनपाठनको क्षेत्रमा परीक्षा प्रतियोगितामा सरिक भइएला । धार्मिक एवम् सामाजिक काममा सरिक भइनेछ ।

वृष राशिः समय मध्यमकारक नै मान्नुपर्दछ । शरीर स्वस्थ र बुद्धि निर्मल रहने समय योग छ । स्नेह र रोमाञ्चकता बढ्ने समय छ । नसोचेका कामहरु सम्पन्न हुनेछन् । व्यापार–व्यवसाय मध्यम छ । साझेदारी कामबाट लाभ प्राप्त होला । घरायसी काममा सघाउने समय छ । प्रणय र प्रेम प्रसंगका लागि बलियो समय छ । धार्मिक र परोपकारजन्य काममा सरिक भइने छ । पढाइ–लेखाइ ठिकै रहनेछ ।

मिथुन राशिः लोकप्रियता बढ्ने तथा साझेदारी व्यवसायबाट लाभ प्राप्त होला । भविष्यको चिन्ताले सताउने समय छ । सहयोगीहरु प्रतिस्पर्धामा उत्रिन सक्छन् । चुनौति चिर्दै काम बचाउन सकिनेछ । व्यापर र कारोबार गर्नेका लागि ठिकै समय छ । स्वार्थका लागि सम्बन्ध गाँस्नेसँग सजगता अपनाउनु पर्ला । पारिवारीक वादविवाद कायम रहला । आत्मिक आनन्दमा रमाइने समय छ ।

कर्कट राशिः सिर्जनात्मक काममा समय व्यतित होला । हाँके/ताकेका काम बन्नुका साथै ज्ञानमूलक क्रियाकलापमा सरिक भइएला । प्रतिस्पर्धा र परीक्षामा सफल भइने छ । व्यापार–व्यवसाय मध्यम रहला । गोपनियतामा ध्यान दिनुपर्ला । कल्पना र भावका काममा रमाइएला ।पठनपाठनको क्षेत्रमा लगनशीलता बढाउँदा राम्रो । परिबन्ध र बाध्यताका काममा खुम्चिनु पर्ला ।

सिंह राशिः कार्यक्षेत्र र पारिवारीक समस्यालाई सन्तुलनमा राख्ने प्रयास गर्नुपर्ला । यात्रा र वैदेशिक प्रयोजनको कामका लागि प्रयास अनुकुल होला । व्यापार–व्यवसाय मध्यमकारक । कामकाजमा मनोरञ्जन र खेलवाडले लक्ष्य प्राप्ति नहोला । प्रगतिका लागि सचेत रहँदा राम्रो । शरीर अस्वस्थ भएपनि कामप्रति सजगता अपनाउनु पर्ला । पढाइ–लेखाइ मध्यमकारक छ ।

कन्या राशिः आफ्नो हैसियतमा वृद्धि हुने समय छ । प्रतिष्ठा स्थापनाका लागि राम्रो मौका छ । हाँके/ताकेका र चिताएका काममा सफल भइने छ । उदेश्य र आकांक्षा पूर्ण हुनेछन् । विचार/विमर्श वा छलफलमा समय व्यतित होला ।धार्मिक एवम् सामाजिक काममा सरिक भइने समय योग छ । अध्ययन–अध्यापन मध्यमकारक छ । स्वास्थ्य समस्या रहनेछ ।

तुला राशिः तिर्थ व्रत वा देवालय आदिको भ्रमण होला । व्यापार–व्यवसाय मध्यम छ । धार्मिक प्रयोजनको काममा समय बित्ला । दुष्टमित्र र नातेदारसँग भेटघाट हुनेछ । रोमाञ्चकता देखापर्ने समय छ । दार्शनिक र चिन्तनप्रति झुकाव बढ्ला । पढाइ–लेखाइमा मन केन्द्रित होला । गुमेको धन हात पर्ने समय योग छ ।

वृश्चिक राशिः नचिताएको ठाउँबाट धन फुत्काउने मौका छ । विलासिताका वस्तुहरु प्राप्त होला । सहयोगीको संगतले लाभ होला । वरिष्ठ व्यक्तिसँग हिमचिम बढ्ने छ । रामरमाइलोमा समय व्यतित होला । व्यापार–व्यवसाय मध्यम छ । धार्मिक कृत्यमा सरिक भइने छ । पढाइ–लेखाइ मध्यमकारक नै रहन्छ ।

धनु राशिः प्राज्ञिक क्षमतालाई तिर पार्ने अवसर मिल्ने छ । खर्चको मात्रामा अचानक वृद्धि हुनेछ । व्यापार–व्यवसाय लगानी गर्दा जोखिम देखिन्छ । धार्मिक एवं सामाजिक र परोपकारजन्य कामबाट लाभ प्राप्त हुनेछ । मर्यादा र सम्मानप्रति सचेत रहँदा राम्रो रहन्छ । व्यक्तिगत भेटघाटमा समय बित्ला । मनोरञ्जनमा समय व्यतित होला । पढाइ–लखाइ मध्यमकार नै मान्नुपर्दछ ।

मकर राशिः राजनैतिक र सामाजिक क्षेत्रमा सक्रिय भइने छ । व्यस्त दिनचर्या देखिने समय छ ।धन रकम खर्च हुने योग छ । आफन्तको कुरा सुन्दा राम्रो रहने छ । भविष्यप्रति संवेदनशील बन्नु जायज होला । नयाँ योजना कार्यान्वयन होला । नोकरीमा पदोन्नति होला । घर भित्रका समस्यामा रुमल्लिएला । प्रतिस्पर्धी पराजित होलान् । क्षमता अनुरुप परिश्रम गर्दा राम्रो रहन्छ । पढाइ–लेखाइ ठिकै रहने छ ।

कुम्भ राशिः गरेको प्रयासमा शुभ समाचार प्राप्त होला । लाभमूलक जिम्मेवारी ग्रहण गरिने समय छ ।अप्रत्यासित कामबाट लाभ होला । बाँकी बक्यौता रकम परिश्रमले हात पर्ने छ । व्यस्त रहने समय योग छ । प्रतिष्ठा र वर्चश्वले प्रतिक्षा गरिरहेको छ । गम्भीर स्वभावको उदय हुने समय छ । धार्मिक एवम् सामाजिक काममा मन जाने छ । अध्ययन–अध्यापन ठिकै रहला ।

मीन राशिः अल्छीपन र अकर्मव्यताले बास गर्ने छ । आफ्नो प्रभावलाई अझैं बलियो पार्न सहकर्मीसँग साँठगाँठ गर्दा राम्रो रहन्छ । धार्मिक एवम् सामाजिक काममा मन जाने समय योग छ । आत्मबल र हिम्मतले काममा पूर्णता प्राप्त होला । चुनौतीको सामना गर्नुपर्ने समय योग छ । आशावादी बनी परोपकारमा लाग्दा राम्रो रहला । अध्ययन–अध्यापनका कामहरु मध्यम हुन् ।

फ्ल्याट भाडामा चाहियो ?

आवासीय प्रयोजनका लागि फ्ल्याट चाहिएको छ भने तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोला । हेटौंडा-५, भैरवरोड (भैरवमन्दिरबाट पूर्वतर्फ १०० मिटरभित्र) स्थित ३ तल्ले भवनको भुइँ तल्लाको फ्ल्याट एउटा लिभिङ रुम, २ वटा बेडरुम, किचेन र एट्याच बाथरुम भएको फ्ल्याट रहेकोले आवश्यक परिवारले तुरुन्त सम्पर्क गर्नुहोला ।

सम्पर्क
९८२०७१७२२४/९८४५६१८२८४

के तपाई अटो व्यावसायी बन्दै हुनुहुन्छ ?

यदि स्वरोजगार अटो व्यावसायी बन्दै हुनुहुन्छ भने यी कुराहरुमा विचार गर्नुहोस्
- सवारी कुन कुन क्षेत्रमा सञ्चालन गर्न पाउने हो ।
- तपाई सवारी चालक बन्नको लागि सवारी चालक अनुमतीपत्र, प्राप्त चालक हो कि होइन ?
- सवारीका सम्पुर्ण कागजातहरु नवकीरण छन कि छैनन् ?

अध्यक्ष नवराज घिमिरे एवम्
नेपाल अटो ई-रिक्सा व्यावसायी संघ परिवार
हेटौंडा-४, मकवानपुर

हेटौंडा खानेपानी व्यवस्थापन बोर्ड

दैनिक ३ करोड ७० लाख लिटर पानी बाँड्दै

समाज संवाददाता

हेटौंडा : हेटौंडा खानेपानी व्यवस्थापन बोर्डको वर्तमान अवस्थाका विषयमा जानकारीमूलक अन्तरक्रिया कार्यक्रम भएको छ । हेटौंडा उपमहानगरपालिका प्रमुख मीना कुमारी लामा, बागमती प्रदेशको खानेपानी तथा सिंचाइ मन्त्रालयका सचिव मोहन कुमार शाक्य, मकवानपुरका प्रमुख जिल्ला अधिकारी तीर्थराज चिलुवाल, वडाध्यक्षहरु लगायतका सरोकारवालासहित अन्तरक्रिया गरिएको हो ।

हेटौंडा खानेपानी व्यवस्थापन बोर्डले हेटौंडा उपमहानगरका करिब १ लाख ६५ हजार नागरिकलाई दैनिक ३ करोड ७० लाख लिटर खानेपानी उत्पादन गरी २८ हजार ११२ वटा धाराहरु मर्फत ८ देखि ९ घण्टा पानी वितरण गर्दै आइरहेको बोर्डका अध्यक्ष प्रताप विष्टले जानकारी दिनुभयो । हेटौंडाको मुख्य बजार क्षेत्रमा भने २४ सै घण्टा पानी वितरण गर्न बोर्ड सफल भएको उहाँले बताउनुभयो । बोर्डमा हालसम्म १६ वटा खानेपानी उपभोक्ता समितिहरु हस्तान्तरण भइसकेको र नगर क्षेत्र भित्रको ११, १२ र १३ नम्बर वडामा भने स्थानीय उपभोक्ता समितिहरुबाट खानेपानी वितरण कार्य हुँदै आइरहेको उहाँको भनाई छ ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिकाले नगर बासीहरुलाई सहयोग पुऱ्याउने उद्देश्यले २०७९ साल भदौ महिनादेखि न्युनतम १० हजार लिटर पानी महशुल निःशुल्क गर्दै आएको छ । बोर्डले आफ्नै स्रोतबाट नगर क्षेत्रभित्र विभिन्न स्थानमा १५ वटा डिप ट्यूबवेल निर्माण कार्य सम्पन्न गरेको छ । मकवानपुरगढी गाउँपालिकामा ३ वटा, भिमफेदी गाउँपालिकामा २ र हेटौंडा-९ मा १ वटा गरी ६ थान समवेल निर्माण कार्य स्रोत मार्फत सम्पन्न गरेको छ ।

विभिन्न १२ स्थानहरुमा पम्प तथा पालेघर निर्माण कार्य सम्पन्न गरेको उहाँले बताउनुभयो । करिब ४ सय किलोमिटर प्रमुख तथा शाखा पाइपलाइन विस्तार कार्य सम्पन्न गरेको छ । संघीय सरकारको खानेपानी तथा ढल व्यवस्थापन आयोजना, हेटौंडा उपमहानगरपालिका र बोर्डको सहलगानीमा करिब १५ करोडको लागतमा ओभरहेड ट्याङ्की १ वटा, भूमिगत पानी ट्याङ्की ३ वटा, डिप बोरिङ्ग ४ वटा, मेन तथा शाखा पाइपलाइन विस्तार र विद्युतीकरणको कार्य सम्पन्न गरिएको अध्यक्ष विष्टले बताउनुभयो ।

संघीय सरकारको करिब ८ करोडको लगानीमा हेटौंडा-१९, बस्तीपुरमा डिप बोरिङ्ग, ओभरहेड पानी ट्याङ्की, कार्यालय भवन तथा पालेघर निर्माण, प्रमुख तथा शाखा पाइपलाइन विस्तार र विद्युतीकरणको कार्य अन्तर्गत अपुरो रहेका योजना सम्पन्न गर्न बोर्डबाट करिव ३ करोड रुपैयाँ लगानी गरी योजना निर्माण कार्य सम्पन्न पश्चात बोर्डबाट उक्त क्षेत्रमा सेवा सुचारु गरिएको छ । प्रदेश सरकारसँगको सहलगानीमा हेटौंडा-१९, बस्तीपुरमा समवेल निर्माण, हेटौंडा-१६ मा डिप ट्यूबवेल, त्रिशुलेमा ५ लाख लिटर क्षमताको भूमिगत पानी टंकी निर्माण कार्य र करिब २० कि.मि. प्रमुख तथा शाखा पाइपलाइन विस्तार कार्य सम्पन्न गरिएको छ ।

हेटौंडा ३ नम्बर वडा बालमैत्री घोषणा हुँदै

समाज संवाददाता

हेटौंडा : माघ १३ गते आइतबार हेटौंडा-३ नम्बर वडालाई बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा गरिने भएको छ । शुक्रबार वडा कार्यालयमा पत्रकार सम्मेलन गरेर वडाध्यक्ष ढलक बहादुर थापाले 'बालबालिकामा लगानी सुनिश्चित भविष्यको थालनी' भन्ने मूलनाराका साथ वडालाई बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा गर्न लागिएको जानकारी दिनुभयो ।

बालमैत्री स्थानीय शासन घोषणा गर्न आवश्यक ५१ वटा सूचकहरुमा अभ्यास गरी ५१ वटा सूचकहरुमध्ये ४९ वटा सूचकमा शतप्रतिशत, एउटा सूचकमा ९८ प्रतिशत र एउटा सूचकमा १५ प्रतिशत नतिजा हासिल गरेकाले बालमैत्री स्थानीय शासनयुक्त वडा घोषणा गर्न लागिएको उहाँले बताउनुभयो । घरधुरी सर्वेक्षण २०७९ अनुसार वडामा ६ हजार ४ सय ४३ जनसंख्या छन् । जसमध्ये ३ हजार १ सय ९७ महिला, ३ हजार २ सय ४६ पुरुष छन् । बालक ७ सय ९३ र बालिका ७ सय ५ गरेर १ हजार ४ सय ९८ छन् बालबालिका छन् ।

सामुदायिक र संस्थागत गरी बाल विकास केन्द्रसहितका ५ वटा विद्यालय सञ्चालनमा रहेको वडाध्यक्ष थापाले जानकारी दिनुभयो । यसैगरी १२ वटा बालसमूह र एउटा बाल सञ्जाल रहेको छ । जसमा २ सय बालबालिका आवद्ध रहेको र विभिन्न संरचनागत समितिमा समेत गरेर ३ सय ४१ जना बालबालिकाको प्रत्यक्ष सहभागिता रहेको उहाँले जानकारी दिनुभयो । २०७९ मंसिर १३ गते सरोकारवालाको उपस्थितिमा प्रतिवद्धतामा हस्ताक्षर गर्दै बालमैत्री वडा घोषणा अभियान सुरु गरिएको थियो । हाल बालमैत्री स्थानीय शासन कार्यान्वयन तथा दिगोपना कायम गर्नका लागि अन्तिम सूचक मापनको प्रतिवेदन, स्थितिपत्र, पञ्चवर्षीय रणनीतिक योजना समेत तयार भइसकेको उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

करेन्ट लागेर परियारको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडा : काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लाको पाँचखाल नगरपालिका-११, बाँसकोटेमा करेन्ट लागेर एक जना पुरुषको मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा नवलपरासीको बर्दघाट नगरपालिका-१६ केराबारीका २४ वर्षीय अरुण परियार रहेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ ।

बिहीबार साँझ ५ बजेको समयमा परियार बत्ति बनाउने क्रममा करेन्ट लागेर घाईते भएका थिए । घाइते परियारलाई उपचारका लागि धुलिखेल अस्पताल लगिएको थियो । उपचारको क्रममा परियारको साँझ ५ बजेर ४८ मिनेटको समयमा डाक्टरले मृत घोषणा गरेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

आश्रममा वृद्धको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडा : चितवन जिल्लास्थित मानवसेवा आश्रममा आश्रित एक वृद्धाको मृत्यु भएको छ ।

गत साउन ३१ गते चितवन जिल्लाकै राप्ति नगरपालिका-६, वीरेन्द्रनगरबाट उद्दार गरिएका राप्ति नगरपालिका-७ का ७९ वर्षीय रत्नबहादुर तामाङको मृत्य बिहीबार बिहान १० बजेर ४५ मिनेटको समयमा मृत्यु भएको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ । घटनास्थलको मुचुल्का गरी प्रहरीले पोष्टमार्टमका लागि शवलाई भरतपुर अस्पताल पठाइएको प्रहरीले उल्लेख गरेको 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 समय: 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

हरिबहादुरको लडेर मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडा : हेटौंडा-१५, ठूलो सुकौलीका ९७ वर्षीय हरिबहादुर पाखिनको शौचालय जाने क्रममा लडेर मृत्यु भएको छ ।

शुक्रबार दिउँसो १२ बजेर ३० मिनेटको समयमा शौचालय जाने क्रममा लडेर घाइते भएका पाखिनलाई उपचारका लागि हेटौंडा अस्पताल लगिएको थियो । दिउँसो १ बजेको समयमा हेटौंडा अस्पतालका चिकित्सकले स्वास्थ्यजाँच गर्दा पाखिनको मृत्यु भएको घोषणा गरेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

शिक्षक संगठनको अधिवेशन सुरु

समाज संवाददाता

हेटौंडा : नेपाल राष्ट्रिय शिक्षक संगठन मकवानपुरको १४औं अधिवेशन सुरु भएको छ । शुक्रबार हेटौंडामा संगठनका अध्यक्ष श्रीराम दहालको सभाध्यक्षता तथा संगठनका केन्द्रीय महासचिव हंश बहादुर शाहीको प्रमुख आतिथ्यमा उद्घाटन कार्यक्रम भएको हो ।

उद्घाटन समारोहलाई सम्बोधन गर्नुहुँदै सत्तारुढ दलका प्रमुख सचेतक महेश कुमार बर्तौलाले शिक्षामा नागरिकको भरोसा कम हुँदै गएको बताउनुभयो । सार्वजनिक शिक्षामा सबैले नागरिकको भसोरा जित्न आवश्यक रहेको उहाँले बताउनुभयो । शिक्षकहरुले आफूलाई जवाफदेही बनाउन आवश्यक रहेको उहाँले बताउनुभयो । अधिवेशनबाट नयाँ समिति चयन हुनेछ । अधिवेशनको अवसरमा सेवा निवृत्त शिक्षकहरुलाई सम्मान गरिएको थियो ।

रुखबाट लडेर सुकुमायाको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडा : धादिङ जिल्लाको बेनिघाट रोराङ गाउँपालिका-५, बाहुनटारमा रुखबाट लडेर एक जना महिलाको मृत्यु भएको छ । मृत्यु हुनेमा ४८ वर्षीया सुकु माया प्रजा रहेको बागमती प्रदेश प्रहरी कार्यालय हेटौंडाले जानकारी दिएको छ ।

बिहीबार बिहान ११ बजेर ३० मिनेटको समयमा सुन्दरदेवि सामुदायिक वनमा घाँस काट्ने क्रममा सालको रुखबाट खसेर प्रजाको घटनास्थलमै मृत्यु भएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

अनलाइन ठगी हुनबाट बचौं

- अपरिचित नम्बर वा आईडीबाट फोन वा म्यासेजमा प्रलोभन देखाएर ठगी हुन सक्छ,
- अपरिचित व्यक्तिलाई आफ्नो इमेल वा अन्यको पासवर्ड, बैंकको युजर जस्ता संवेदनशील सूचना नदिऔं,
- बलियो पासवर्ड राखौं र समय समयमा परिवर्तन गरौं,
- आफ्ना सम्पूर्ण व्यक्तिगत विवरणको उचित संरक्षण गरौं,
- अनलाइन ठगी भएको वा हुन लागेको पाइएमा त्यस विरुद्धको नेपाल प्रहरी तथा साइबर ब्युरोमा उजुरी वा जानकारी गराऔं,
- अनलाइन ठगीबारे सबैलाई जागरुक गराऔं,
- अनलाइन ठगी साइबर अपराध हो, यसबाट आफू पनि जोगिऔं र अरुलाई पनि जोगाऔं ।

नेपाल सरकार

विज्ञापन बोर्ड

तासिर बोर्डिङको वार्षिक खेलकुद कार्यक्रम सुरु

समाज संवाददाता

हेटौंडा : हेटौंडा-७, नागस्वतीस्थित तारिस इंग्लिस सेकेन्डरी बोर्डिङ स्कूलको वार्षिक खेलकुद कार्यक्रम सुरु भएको छ । शुक्रबारबाट हेटौंडा-५ स्थित पिप्ले-क्याम्पा रंगशालामा सुरु भएको वार्षिक खेलकुद कार्यक्रमको उद्घाटन वडाध्यक्ष सुशील घिमिरेले गर्नुभयो । वार्षिक खेलकुद कार्यक्रम मंगलबारसम्म सञ्चालन हुनेछ ।

खेलकुद कार्यक्रममा कक्षा नसर्रीदेखि कक्षा-९ सम्मका करिब १ हजार १ सय जना विद्यार्थीको सहभागिता रहने विद्यालयले जनाएको छ । विद्यार्थीको मार्चपास, नृत्य र तेक्वान्दोको काता प्रदर्शनीसहित प्रतियोगिताको उद्घाटन गरिएको थियो । वार्षिक खेलकुदमा फुटबल, भलिबल, तेक्वान्दो, एथ्लेटिक्स लगायत विभिन्न प्रकारका खेलहरु सञ्चालन हुनेछ । विद्यार्थीले वर्षभरी खेलेको खेललाई प्रतिस्पर्धात्मक ढंगमा उतारेर कला प्रदर्शनी गराउनका लागि खेलकुद कार्यक्रमको आयोजना गरेको विद्यालयले जनाएको छ ।

प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने खेलाडीलाई स्वर्ण, रजत र कांस्य पदकसहित प्रमाणपत्र प्रदान गरिने छ । यस्तै, प्रतियोगिता सहभागी भएको निलो, रातो, हरियो र पहेँलो सदनका प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने टिमलाई पनि ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्र प्रदान गरिने छ । विद्यालय सञ्चालक समितिका अध्यक्ष राजु थापाको सभाध्यक्षमा भएको उद्घाटन समारोहमा मकवानपुर जिल्ला खेलकुद विकास समितिका कार्यालय प्रमुख माधव कोइराला, जिल्ला भलिबल संघका अध्यक्ष वसन्त सिटौला, निजी तथा आवासीय विद्यालय अर्गनाइजेशन नेपाल (प्याब्सन) हेटौंडा उपमहानगर समितिका अध्यक्ष रामकुमार श्रेष्ठ, चन्द्रोदय माध्यमिक विद्यालयका अध्यक्ष इवाकर मैनाली, नागस्वती भेट्रान्स क्लबका अध्यक्ष सोम बहादुर तितुङको आतिथ्य रहेको थियो ।

श्री मालपोत कार्यालय मकवानपुरबाट मितिः २०८१/१०/१० मा जारी भएको छुट जग्गा दर्ता तथा नामसारीको

हकदावी सम्बन्धी ३५ दिने सार्वजनिक सूचना

निवेदकः महेन्द्र मगर (नाती) जग्गावालाः हर्क बहादुर आले मगर (बाजे)

यसमा जिल्ला मकवानपुर साविक रातोमाटे गाविस वडा नं. २ का निम्नानुसार का जग्गा मेरो हजुरबुवा हर्क बहादुर आले मगरको नाममा नाप नक्सा भई दर्ता गर्न छुट भएकोमा निज मेरो बाजे हर्क बहादुर आले मगरको मिति २०३३/१०/१५ मा मृत्यु भईसकेको र निजको हक खाने निजकी पत्नि सेतीमाया मगरको पनि मिति २०३४ मा मृत्यु भईसकेको र निजहरुको शेषपछि हक खाने हकदार एकमात्र छोरा मेता मगर भएकोमा निजको पनि मिति २०७१/०२/२८ मा मृत्यु भईसकेको र निजकी पत्नि सेतीमाया मगर २०४४/२०४५ साल देखि बेपत्ता भएकोले अब उपरान्त हक खाने जग्गावालको नाती म महेन्द्र मगर मात्र भएकोले हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नं. १४ को च.नं. ३५७८ मिति २०८०/११/१७ छुट जग्गा दर्ता नामसारी सम्बन्धी हकभोग समेत खुलेको सिफारिस पत्र, वडा सर्जमिन मुचुल्का तथा नाता प्रमाणित, मृत्यु दर्ता प्रमाणपत्र, साविक लगत, फिल्डबुक उतार समेत संलग्न राखी यस कार्यालयमा साविकमा जग्गावालको छोरा तथा हालको निवेदकको बुवा मेता मगरले द.नं. ९४१५ मिति २०६९/१२/१२ मा माग दावी निवेदन पेश भएकोमा सो निवेदन उपर ३५ दिने सार्वजनिक सूचना प्रकाशित भई फिल्ड सर्जमिन समेत भएको अवस्थाको मिसिल द.नं. १८०९६ मिति २०८०/११/०९ को निवेदनबाट तामेली जगाई छुट जग्गा दर्ता नामसारी गरी पाउँ भनि पुनः मागदावी निवेदन पेश हुन आएकोले यो सार्वजनिक सूचना प्रकाशित गरिएको छ । अतः तल उल्लेखित जग्गा निवेदकको नाममा छुट जग्गा दर्ता नामसारी गरिदिँदा अन्य कोही कसैको हक, अधिकार तथा स्वामित्वमा प्रतिकूल असर पर्ने भएमा वा निवेदकको नाममा दर्ता गर्न नमिल्ने भएमा वा निवेदकका माग दावी सत्य नभई झुठा भए वा निवेदक भन्दा बाहेक अन्य कोही हकवाला भए वा निवेदक बाहेक अरु कसैको हकभोग भएको भए वा साँध सधियार तथा सरोकारित व्यक्तिहरुको स्वामित्व लगायतमा प्रतिकूल असर/फरक पर्छ भने वा सरकारी, सार्वजनिक जग्गाहरु, वन जङ्गल, नदि खहरे, भू-संरक्षणका क्षेत्रहरु घुसेको भए वा धार्मिक तथा पुरातात्विक संरचनाहरुलाई असर पर्ने भए यो सूचना प्रकासित/जारी भएको मितिले ३५ (पैंतीस) दिन भित्र मालपोत कार्यालय मकवानपुरमा स-प्रमाण दाबी-उजुरी गर्न आउनुहोला । अन्यथा निवेदकको माग बमोजिम भई जानेछ । पछि कुनै उजुरबाजुर लाग्ने छैन ।

तपसिल

सि. नं.	फिल्डबुकको व्यहोरा						साविक लगतको विवरण
	जग्गावाला	साविक गाविस नपा.	वडा नं.	कित्ता नं.	क्षेत्रफल (वि.ज.)	कैफियत/ निवेदक	
१	हर्क बहादुर आले मगर पं. रातोमाटे वडा नं. २ बाबु..... बाजे.....	रातोमाटे	२	५४	०-१९-११	महेन्द्र मगर	जिल्ला मकवानपुर, चुरियामाई, २२ नं. मौजे-चुरे रातोमाटे, रै.नं. ८७ को जग्गाधनि हर्क बहादुर आले

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

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