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

वर्ष:१६ अङ्क:- १३५ २०८१ चैत्र २३ गते शनिबार 5 April 2025, Saturday - पृष्ठ ४ मूल्य रू. ५/-

स्थापना दिवसमा सहयोग

हेटौंडा : हेटौंडा-२, बुद्धचोकस्थित ग्रामीण बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेडको २६ औं स्थापना दिवसको अवसरमा हेटौंडा-१८ हर्नामाडीमा रहेको वैदिक वानप्रस्थ आश्रमलाई फ्रिज सहयोग गरिएको छ । संस्थाका कोषाध्यक्ष राजेन्द्र प्रसाद पुडासैनी सभाध्यक्षता तथा वडाध्यक्ष अनिल कुमार बानियाँको प्रमुख आतिथ्यमा सहयोग हस्तान्तरण कार्यक्रम भएको हो । कार्यक्रममा वैदिक वानप्रस्थ आश्रमका अध्यक्ष खेटराज दुलाल, मकवानपुर जिल्ला बहुउद्देश्यीय सहकारी संघका अध्यक्ष रामहरी न्यौपाने, राष्ट्रिय सहकारी बैंक हेटौंडा शाखाका प्रमुख रामेश्वर अर्याल लगायत संस्थाका सल्लाहकार शरण बहादुर घलेको आतिथ्य रहेको थियो । आश्रम अवलोकनका क्रममा खानेकुराहरु बिग्रेर जाने समस्या देखेपछि आश्रमको आवश्यकता अनुसार फ्रिज सहयोग गरिएको संस्थाका कर्जा समिति सदस्य ऋषिराम दुलालले जानकारी दिनुभयो । वैदिक संस्कृत गुरुकुलमा २३ जना विद्यार्थी अध्ययनरत छन् ।

संसदीय प्रक्रिया र मर्यादा जोगाउन नसकेका सभामुख पाठक

समाज संवाददाता

हेटौंडा : बागमती प्रदेशसभाको हिउँदे अधिवेशनमा प्रदेश सभाको ५ वटा बैठक मात्रै सम्भव भयो । चैत २० गते रातीबाट प्रदेश सभाको हिउँदे अधिवेशन अन्त्य गरिएको हो । विशेषगरी दलहरु बीच बजेट माथिको विवादमा सहमति हुन नसक्दा सत्तापक्षले हिउँदे अधिवेशन नै अन्त्य गऱ्यो । प्रदेशसभाको हिउँदे अधिवेशन संसदीय प्रक्रिया र मर्यादाका हिसाबले अत्यन्त कमजोर रहन गयो । २ महिना चलेको हिउँदे अधिवेशनमा न सभामुखले संसदीय विधि र प्रक्रिया कायम गरे । न प्रदेश सभा सदस्यहरुले मर्यादा पालन गर्न सके ।

गत माघ १८ गतेबाट सुरु भएको हिउँदे अधिवेशन अन्तर्गत माघ २३ मा २, माघ २४ मा १ र माघ २६ मा २ वटा बैठक बसे । उक्त बैठकमा संसदीय मर्यादा विपरितमा घटना भइरहे । प्रदेश सभालाई रुलिङ गर्न बसेका प्रदेशसभाका सभामुख भुवन कुमार पाठकले न त्यसलाई रोक्न सके । न नै संसदीय विधि प्रक्रिया अनुसार बैठक चलाउन सके । चैत १९ मा प्रदेशसभाको हिउँदे अधिवेशनको बैठक आव्हान भयो । प्रदेश सभा बैठक बस्न सक्ने अवस्था नरहेपछि २ पटक बैठक सरियो । समय निर्धारण भए अनुसार न बैठक चल्यो, न नै सभामुख पाठकले संसदीय मर्यादाको ख्याल गरे । सभामुख पाठकले आव्हान गरेको बैठकसमेत चलाउन सकेनन् । संसदीय मर्यादा विपरित बैठक नचलाई सभामुख पाठकले अधिवेशन अन्त्यको सूचना जारी गरे भने सोही अनुसार प्रदेश सभा सदस्यहरुलाई पत्राचार समेत गरे ।

परिदृश्य-१

प्रदेशसभा विशेषतः नीति निर्माणको थलो हो । नागरिकका माग र आवश्यकताबारे सरकारलाई ध्यानाकर्षण गराउने स्थानका रुपमा प्रदेश सभालाई लिने गरिन्छ । तर त्यस विपरित प्रदेशसभा दलहरुको मागदावी सम्बोधन तथा अनुमोदन गराउने स्थानका रुपमा विकास भएको देखिन्छ ।

जसका कारण प्रदेश सभा बैठक दलहरुको बन्धक बनेको छ । दलहरुको अनुकूलतामा प्रदेशसभाको बैठक सञ्चालनको निर्णय हुने अवस्था बनिरह्यो । जसमा सभामुख पाठकले पनि मर्यादित भूमिका निर्वाह गर्न सकेनन् । प्रदेश सरकारको सिफारिसमा चैत २० गते राति ११:५९ बजेबाट प्रदेशसभाको अधिवेशन अन्त्य गरिएको छ । गत माघ १९ मा आव्हान गरिएको प्रदेशसभाको अधिवेशन बैठक सुरुवाती चरणबाटै दलहरुको स्वार्थपूर्तिको मैदानको रुपमा देखिएको थियो । उक्त बैठकमा विषयगत समितिमा छलफल भई प्रतिवेदन तयार भएका चार विधेयकलाई पारित गर्ने कार्यसूची थियो । सोहीअनुसार चैत १९ गते १ बजेका लागि बैठक बोलाइयो । तर, बैठक बस्ने अवस्था बनेन ।

संसदीय विधि प्रक्रिया अनुसार निर्धारित समय भन्दा २ घण्टासम्म बैठक नचले सूचना टाँस गरेर बैठक स्थगित गर्नुपर्छ । उक्त विषयमा पनि सभामुख पाठकले मर्यादा कायम गर्न सकेनन् । २ पटकसम्म सारिएको चैत १९ गतेको बैठकको सूचना समय भन्दा एक घण्टा ढिलोगरी टाँस गरिएको थियो । चैत १९ गते बिहान ९ बजेदेखि साँझ ७ बजेसम्म

चलेको सर्वदलीय छलफलले कुनै निष्कर्ष निकाल्न नसकेपछि दिउँसो १ बजे बोलाइएको प्रदेशसभा बैठक अपरान्ह ४ बजे बोलाउने गरी ४ बजे नै सूचना गरिएको थियो । ४ बजे आह्वान गरेको बैठक साँझ ६ बजेसम्म संचालन गर्नुपर्ने संसदीय प्रक्रिया र मर्यादा रहेको छ । तर, सभामुख पाठकले सर्वदलीय बैठक र कार्यव्यवस्था परामर्श समितिको बैठक एकै पटक सन्चालन गरे । बैठकमा सहमति जुट्न नसकेपछि ४ बजे आह्वान गरेको बैठक ६ बजेसम्म पनि चल्न सकेन ।

सभामुख पाठकको नेतृत्वमा चलेको सर्वदलीय र कार्यव्यवस्था परामर्श समितिको बैठक ७ बजेसम्म चल्यो । समय निर्धारणको २ घण्टामा प्रदेश सभा बैठक चलाउने वा रोक्ने विधि विपरित सभामुख पाठकले साँझ ७ बजे बैठक स्थगितको सूचना जारी गरे । उक्त सूचनामा चैत २० गते दिउँसो १ बजेसम्मका लागि प्रदेशसभाको बैठक स्थगित गरिएको थियो । दलहरु चैत २० गते बिहान ८ बजे नै प्रदेश सरकारले अधिवेशन अन्त्यको निर्णय गरेसँगै सभामुख पाठकले दिउँसो १ बजेका लागि बोलाएको बैठक बस्न सकेन । अधिवेशन राती ११:५९ बजेबाट अन्त्य गर्ने निर्णय भएको थियो । तर, दिउँसो १ बजेका लागि आव्हान गरिएको बैठक सभामुख पाठकले चलाउन चाहेनन् । संसदीय प्रक्रिया र मर्यादा हेर्ने हो भने उक्त बैठक सभामुख पाठकले चलाउनु पर्ने थियो । संसदीय प्रक्रिया र मर्यादा अनुसार प्रदेश सभा बैठक बस्न नसकेपछि सूचना टाँस गरेर स्थगित गर्नुपर्ने हुन्छ । तर, उक्त बैठक स्थगित नै नगरी सभामुख पाठकले अधिवेशन अन्त्यको सूचना प्रकाशन गरेका थिए भने सोपछि मात्र अधिवेशन अन्त्य गरिएको थियो ।

परिदृश्य २

समितिमा पठाउन प्रक्रियामा पठाइएको विधेयकलाई सभामुख पाठकले सोझै पारित गरेका थिए । सभामुख पाठकले माघ २६ मा बसेको बैठकमा एक संशोधन विधेयकलाई सोझै पारित गराएका थिए । संशोधन प्रक्रियाका लागि विषयगत समितिमा पाठाउने गरी स्वीकृति प्रदान गर्न प्रक्रिया अघि बढाइएको प्रदेश खेलकुद विकास संशोधन विधेयक सोझै सभाबाट पारित गराएका थिए । अघि बढेका प्रक्रिया रोकेर सभामुख पाठकले सो विधेयक पारित गराएका थिए । सो विधेयकसँगै अन्य चार विधेयकलाई संसदीय समितिमा छलफलका लागि पठाउन स्वीकृति प्रदान गरेको थियो ।

परिदृश्य ३

प्रदेशसभाको गत असोज १८ बाट आव्हान भएको प्रदेश सभा बैठकमा नियमावली र अभ्यास विपरीत गतिविधि भएका थिए । एक साताको अवधि निर्धारण गरी प्रदेश सभा सदस्यलाई सूचना गर्नुपर्ने अभ्यास छ । तर प्रदेशसभा सचिवालयबाट गत माघ १८ को बैठकका लागि १५ गते मात्र सूचना गरिएको थियो । यस विषयमा प्रमुख प्रतिपक्षी दल नेकपा माओवादी केन्द्र संसदीय दलका नेता शालिकराम जम्कट्टेलले व्यवस्था माथिको हस्तक्षेप गरेर संसदीय अभ्यास विपरित ३ दिनको समयमा संसद अधिवेशन आव्हान गरिएको बताए । संसदीय अभ्यासमा एक साताको समय निर्धारण गरेर संसद् अधिवेशन आव्हान हुनुपर्नेमा तीन दिनमा बोलाउनु व्यवस्थामाथिको प्रहार भएको उनको टिप्पणी थियो ।

परिदृश्य-४ (सभामुखको अनुमति बिना रोष्ट्रम यात्रा)

गत माघ २३ गतेको बैठकमा विशेष समयको कार्यसूची नहुँदै प्रदेश सभा सदस्य तीर्थ लामाले आफ्ना धारणाहरु राखेका थिए । लामाले बैठक सुरु हुनासाथ कार्यसूचीमा प्रवेश गर्नुअघि नै आकस्मिक समय मागेर धारणा राखेका थिए । संसदीय अभ्यासमा आकस्मिक समयमा आसनबाटै उठेर धारणा राख्ने गरिन्छ । तर, प्रदेश सभा सदस्य लामालाई सभामुखले केही विशेष विषय भए राख्न अनुमति दिएलगत्तै उनले रोस्ट्रममा चढेर आफ्ना धारणा राखेका थिए । सो क्रममा उनले १० मिनेट धारणा राखेका थिए । सो गतिविधि रोक्न समेत सभामुख पाठकले सकेका थिएनन् ।

परिदृश्य-५ (मन्त्री सम्बोधन चल्दै गर्दा प्रश्न)

माघ २३ गतेको बैठकमा विधेयक पेस गरेर प्रदेश सभा सदस्यहरुले उठाएका प्रश्नको जवाफ दिन रोस्ट्रम चढेका मन्त्री ३ मिनेटसम्म उभिन बाध्य भए । जुन संसदीय अभ्यास विपरित घटना हो । उक्त बैठकमा सभामुख पाठकले युवा तथा खेलकुद मन्त्री मीनकृष्ण महर्जनलाई प्रदेश खेलकुद परिषद् ऐनलाई संशोधन गर्न बनेको विधेयकमाथिको छलफलमा उठेका प्रश्नको जवाफ दिन रुलिङ गरेका थिए । रोस्ट्रममा पुगेका मन्त्री महर्जन सदन सुरु भएको १५ मिनेटसम्म पनि बैठक कक्षमा प्रवेश नगरेका कारण राप्रपाका प्रदेश सभा सदस्यहरुले आकस्मिक समय माग्दा केहीबेर होल्ड हुनपऱ्यो । संसदीय अभ्यासका क्रममा नियमापत्तिबाहेक अन्य विषयमा सांसदहरुले आकस्मिक समय लिने अभ्यास छैन । तर, संसदीय दलको बैठक बसिरहँदा नपर्खिएको भन्दै मन्त्री बोल्दै गर्दा होल्ड गराइएको थियो ।

परिदृश्य-६ (स्वास्थ्य मन्त्रीको जवाफ यातायात मन्त्रीबाट)

माघ २३ गतेको बैठकमा मदन भण्डारी स्वास्थ्य विज्ञान प्रतिष्ठान ऐन २०७६ लाई संशोधन गर्न बनेको विधेयक संसद्मा पेस भएको थियो । सोही दिनको दोस्रो बैठकमा उक्त विधेयकमाथि छलफलको कार्यसूची थियो । कार्यसूचीअनुसार स्वास्थ्य मन्त्री किरण थापाले विधेयक पेस गरेका थिए । तर, विधेयकमाथिको छलफलका क्रममा भने मन्त्री थापा उपस्थित थिएनन् । दुई छोरोको विवाह भएका कारण उनी संसद् बैठक छोडेर भक्तपुर हिँडिसकेका थिए । जसका कारण उनको मन्त्रालयको तर्फबाट विधेयक माथिको छलफलमा प्रदेशका श्रम रोजगार तथा यातायात मन्त्री प्रेमभक्त महर्जनलाई जिम्मेवारी थमाइएको थियो ।

परिदृश्य-७

यता संसदीय अभ्यास विपरित माघ २४ गतेको बैठकमा प्रस्तावरहित ढंगबाट विशेष समयको कार्यसूची निर्धारण गरिएको थियो । सभामुख पाठकले सो बैठकमा प्रस्ताव नै नराखी कार्यसूचीमा विशेष समय निर्धारण गरेका थिए । विशेष समयमा निर्वाचन क्षेत्रलक्षित प्रदेश सभा सदस्यहरुले धारणा राख्नुपर्ने सर्त गरिएको थियो । उक्त विषयमा प्रदेश सभा सदस्यहरुले संसदीय अभ्यासविपरीत सभामुखले काम गरिरहेको आरोप लगाएका छन् । सभामुखले व्यवस्था र प्रदेश सभा सदस्यहरुको भूमिकालाई कमजोर पर्ने तथा सीमित घेरामा राख्ने गरी काम गरेको बताएका थिए । २४ गतेको बैठकमा धारणा राख्दै प्रदेश सभा सदस्य रामकुमार पहाडीले प्रदेश सभा सदस्यहरुको भूमिका खुम्च्याउन खोजेको आरोपसमेत लगाएका थिए ।

संसदीय प्रक्रिया र मर्यादाका बारेमा गम्भिर छु : सभामुख पाठक

प्रदेशसभाका सभामुख भुवन कुमार पाठकले प्रदेशसभाको प्रक्रिया र मर्यादाका विषयका गम्भिर रहेको बताएका छन् । पछिल्लो सयम प्रदेश सभा सदस्य र प्रदेश सभा सदस्यलाई जिम्मेवार बनाएर चलाउने काममा आफू सचेत भएर अघि बढेको उनले बताए । चैत २० को घटनामा प्रदेश सभा बैठक चल्ने वातावरण नरहेपछि बैठक नबसेको उनले बताए । सचिवालय पूर्णरुपमा तयार रहेपनि सत्तापक्ष र प्रतिपक्षी दल बीच सहमति नबनेपछि बैठक चल्न नसकेको उनको भनाई छ ।

'संसदमा बुहमत सरकारको छ । सरकारबाट कोही पनि सहभागी नहुने भएपछि बैठक चलाउने अवस्था पनि हुँदैन ।' उनले भने, 'संसदका विषमय सरकार पनि जिम्मेवार हुन्छ । सरकार र प्रतिपक्षीसँगको समन्वयमा बैठकका विषयहरु अघि बढ्छन् । मैले स्वतन्त्र र तथष्ट भएर संसदका गतिविधिहरु संचालन गरेको छु । लगातार ११ घण्टासम्म छलफल गर्दा पनि प्रदेश सभाको बैठक चलाउने विषयमा सहमति हुन सकेन । प्रदेशसभामा सतापक्ष र प्रतिपक्षी दुवै गैरजिम्मेवार ढंगबाट प्रस्तुत भएको महशुस भएको छ ।'

विगतका केही घटनाहरुबाट सिकेर प्रदेश सभा सदस्यको मर्यादा कायम गर्नेगरी अघि बढेको सभामुख पाठकले बताए । प्रदेश सभामा हुने अमर्यादित घटना नियन्त्रण गर्न कार्यव्यवस्था परामर्श समितिमा छलफल गरेर विषयहरु अघि बढाउन काम भएको उनले बताए । केही छिटपुट घटना बाहेक अन्य विषयमा समस्या नरहेको उनले बताए ।

लागुऔषधसहित ३ जना पक्राउ

लागूऔषधसहित पक्राउ परेका तीनजना ।

समाज संवाददाता

हेटौंडा : लागूऔषध खैरो हेरोईन र ओनेरेक्स कारोबार गरिरहेको अवस्थामा ३ जनालाई मकवानपुर प्रहरीले हेटौंडा-४, नेपालचोकबाट पक्राउ गरेको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरका प्रवक्ता प्रहरी नायब उपरीक्षक श्यामु अर्यालका अनुसार बिहीबार राती १० बजेर २० मिनेटको समयमा प्रहरीले उनीहरुलाई पक्राउ गरेको हो ।

प्रहरीले हेटौंडा-७ घर भई हेटौंडा-४ नेपालचोकमा डेरा गरी बस्ने ३४ वर्षीय दिनेश गोले, हेटौंडा-१० का २८ वर्षीय निरोज लामा र ३३ वर्षीय महम्मद मियाँलाई पक्राउ गरिएको जनाएको छ । लागूऔषध कारोबार भइरहेको भन्ने विशेष सूचनाको आधारमा उनीहरुलाई पक्राउ गरिएको प्रवक्ता अर्यालले जानकारी दिनुभयो । उनीहरुको साथबाट २ ग्राम ५० मिलिग्राम खैरो हेरोईन र ११ बोतल लागूऔषध अनरेक्स बरामद भएको प्रवक्ता अर्यालले जानकारी दिनुभयो । पक्राउ परेका उनीहरुलाई लागुऔषध मुद्दामा ७ दिनको म्याद थप गरी थप अनुसन्धान कार्य अघि बढाइएको प्रहरीको भनाई छ ।

सामुदायिक रेडियो,
रेडियो निकास
९३.४ मेगाहर्ज
सुनौं र
सुनाऔं

म र एकान्त कुना

✍अस्मिता भट्टराई

म, एकान्त कुना अनि अन्धकार तीन जना प्रिय साथी हौं । जब म एकान्तमा बस्छु, म भित्र विभिन्न विचारहरु आँखा अगाडि छर्लङ्ग आउँछन् । मलाई सबैभन्दा प्यारो लाग्ने नै त्यो एकान्त कुना हो । अक्सर म त्यहीँ नै बसिरहेको हुन्छु । त्यतिबेला म भित्र अनेकन विचारहरु यताउता गरिरहेका हुन्छन् । भौतिक शरीर खुसी छ मेरो । बिहान मिठो मुस्कानसँग उठेर आफ्नो दिनचर्या सुरु गर्छु र राती मेरो प्यारो साथीसँग वार्तालाप गर्दा गर्दै निदाउँछु । यसै गर्दै गर्दै मेरा दिनहरु बितिरहेका छन् । म कस्तो छु भन्ने विषयमा मैले आफुले आफैलाई बुझ्ने प्रयास गरिरहेको हुन्छु । दिन बित्दै जान्छ, मैले आफुमा भएको परिवर्तन र आफ्नो व्यवहार नियाल्छु अनि आफुलाई सुधार्ने बाटोतर्फ अगाडि बढ्छु । यसरी नै मेरो दिन अगाडि बढिरहेको छ र म यसमा नै धेरै खुसी छु ।

बाल्यकाल, बाल्यकाल जीवनको सबैभन्दा निर्दोष र रमाइलो समय हो, जहाँ बच्चा शारीरिक, मानसिक र सामाजिक रूपमा आधारभूत विकासको प्रारम्भिक चरणमा हुन्छ । यो समयमा मानिसको सोच, व्यवहार र दृष्टिकोणमा गहिरो प्रभाव पर्दछ । बाल्यकालमा मानिसको अवस्था तनावमुक्त हुन्छ । म पनि आफ्नो बाल्यकालमा यस्तै थिएँ । अहिले सम्झँदा म एकदमै रमाईलो मान्छे थिएँ । बाल्यकाल जीवनको एक अमूल्य समय रहेछ । भविष्य, व्यवहार र व्यक्तित्वलाई आकार दिने नै बाल्यकालले रहेछ । बाल्यकालको समयमा दिएको शिक्षा, माया र मार्गदर्शन महत्वपूर्ण हुन्छ, जसले सम्पूर्ण जीवनमा प्रभाव पार्दछ । मुल्य, मान्यता, संस्कार सबै कुरा मैले बाल्यकालमा सिकेँ । आफ्नो सन्तानमा आत्मविश्वास र सकारात्मक सोचको विकास गर्न अभिभावकको ठूलो भूमिका रहन्छ । मेरा अभिभावकले पनि मेरो हुर्काईको क्रममा मलाई आत्मविश्वासी र सकारात्मक सोचको विकास गर्न आफ्नो भूमिका कुशलतापूर्वक निभाउनुभएको छ । म यसमा गर्व गर्छु कि मैले मेरा अभिभावक निकै राम्रा पाएकी छु । मलाई सही मार्गदर्शन, शिक्षा र माया दिएर आफ्नो सन्तानलाई जीवनका महत्वपूर्ण शिक्षा र मूल्यहरू सिकाईदिनुभएको छ । बाल्यकालका आवश्यकताहरूलाई बुझेर शारीरिक र मानसिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउँदै मलाई शान्त, सुरक्षित र सकारात्मक वातावरण निर्माण गरिदिनुभएको थियो । जसले गर्दा मलाई वर्तमान समयमा निकै सहज बनाएको छ ।

म सानोमा निकै बहिर्मुखी थिएँ । सबैजनासँग बोल्ने, हाँस्ने, खेल्ने गर्थें । सबैजना आफ्नो बाल्यकालमा बहिर्मुखी नै हुन्छन् जस्तो लाग्छ । कोही कोही कम मात्रामा त्यस्ता बालबालिका हुन्छन् जो सानैबाट अन्तरमुखी हुन्छन् । तर विगतको मेरो स्वभाव हेर्दा यो भन्दा फरक नपार्ला की म बहिर्मुखीको पनि बुवा थिएँ होला । तर अहिले म अन्तरमुखी होकी जस्तो लाग्छ । सानोमा खेल्न, रमाइलो गर्न र नयाँ कुरा सिक्न इच्छुक हुने म आफूलाई व्यक्त गर्न चाहन्थे र बाहिरी संसारसँग कुराकारी गर्न रुचाउने गर्थें ।

अहिले भने एक्लै बस्न रुचाउँछु । बाहिरी संसारबाट एक्लै बसेर आफुसँग रमाउन नै मलाई रमाइलो लाग्छ र यो समय मेरो सबैभन्दा उत्तम क्षण हो । मानसिक परिपक्वता, आत्मचिन्तन र आफ्ना विचारले सामाजिक जीवनमा एक प्रकारको दूरी सिर्जना गरेको हो कि जस्तो लाग्न थालेको छ । आफूलाई अझ राम्रोसँग बुझ्न चाहन्छु र समाजबाट आएको अपेक्षाहरू र दबाबसँग जुध्न चाहन्छु । आफ्नै सोच र भावनाहरूको विश्लेषण गर्ने समय हो भन्ने लाग्छ, जसले गर्दा एकान्त कुना, अन्धकार र म प्रिय साथी भएका छौं । मानसिक र भावनात्मक परिवर्तनहरूको ठूलो प्रभावले, आफ्नो अस्तित्वको उद्देश्य र जीवनका प्रश्नहरूको खोजी गर्न थालेको छ । जसका कारण म बाहिरी गतिविधिहरु र सामाजिकीकरणबाट अलिकति टाढा जान खोजेको हो । अन्तरमुखी बनिरहँदा यसले सकारात्मक र नकरात्मक दुवै प्रकारका प्रभावहरु ल्याउन सक्छ । मेरो हकमा यसले सकारात्मक पक्षको भूमिका खेलेको छ । आत्मचिन्तन र आफ्नो विचारहरूको विश्लेषण गर्दा, आफ्नो भविष्यका लागि सशक्त निर्णय लिन सक्ने क्षमता विकास भएको महसुस गर्छु । आफ्नो मूल्य, विचार र उद्देश्यलाई स्पष्ट तरिकाले हेरिरहेकी हुन्छु । तर, कसैलाई अन्तरमुखी स्वभावले सामाजिक अलगाव, आत्मविश्वासको कमी र मानसिक स्वास्थ्य समस्या सृजना गर्न सक्छ ।

विभिन्न समयमा एकान्तको खोज र अँध्यारो कुनामा बस्न मन लाग्छ । धेरैजसो अवसाद, मानसिक थकावट, र सन्देहको परिणाम स्वरूप हुन्छन् । यो समयमा म एक अञ्जान अँध्यारो कुना खोज्छु जहाँ मलाई शान्ति, एकान्त, र आफूलाई बुझ्ने समय चाहिएको हुन्छ । मलाई समाजबाट टाढा, आफ्नै विचार र भावनाहरुमा डुबुल्की मार्ने समय चाहिन्छ । मेरो साथी, अँध्यारो कुनामा म मेरो आन्तरिक विचारहरूको सामना गर्ने गर्छु, डर र चिन्तालाई व्यक्त गर्छु र केही नयाँ कुराहरु पनि सिक्छु । यो स्थान असहज र डर लाग्दो लाग्न सक्छ, तर मेरो पक्षमा यसले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेको छ ।

जब म एकान्तमा बस्छु, म आफूलाई पुनः पत्ता लगाउँछु । यस अँध्यारो कुनामा, म आफ्ना डर, आशा, र इच्छाहरूलाई बुझ्न सक्छु । यहाँ, म केवल समाजसँग मात्र नभई, मेरो मनसँग पनि साक्षात्कार गर्दछु । यो अनुभव गहिरो लाग्छ र यो कुनै पनि बाहिरी क्षणको तुलनामा भिन्न छ । म भित्र भएका डर र अवरोधलाई पहिचान गर्न, र आफूलाई साँचो रूपमा बुझ्न र आफुलाई माया गर्न यो साथीले मलाई सिकाएको छ । तर, यो एकान्त कुना र अँध्यारो सधैं सकारात्मक र उन्नति दिने नहुन पनि सक्छ । कहिलेकाहीं यसले मानसिक तनाव, एक्लोपन र निराशालाई निम्त्यााएको हुन । जसले मानसिक र शारीरिक स्वास्थ्यलाई हानि पुऱ्याउन सक्छ ।

तर यो साथीलाई सही रूपमा उपयोग गऱ्यो भने यो एक अवसर बन्न सक्छ । यस कुनामा थोरै समय दिए यसले आफूलाई बुझ्न सकिन्छ । यस एकान्तमा, बाहिरी आवाज र प्रभावबाट टाढा रहने मौका मिल्छ र आफूलाई शान्त र समय दिन सकिन्छ । मेरो जीवनमा एकान्त र अँध्यारो कुना महत्वपूर्ण हिस्सा बनेको छ । जसले मेरो समस्याको शान्तिपूर्ण रुपमा हल गरेको छ । मैले यो समयलाई सकारात्मक र उद्देश्यपूर्ण बनाएकी छु । सबैलाई एकान्त कुना र अध्यारो मन नपर्न पनि सक्छ ।

एकान्तसँगको सम्बन्धले मलाई सृजनात्मकता र आत्मविकासको नयाँ आयामहरु दिएको छ । जब बाहिरको शोर कम हुन्छ, म आफैंसँग साँचो समय बाँच्न सक्छु । यद्यपि, यो साथी कहिलेकाहीँ चुनौतीपूर्ण पनि हुन सक्छ, जसले आफ्नो डर, एक्लोपन र थकानलाई सामना गर्न सिकाउँछ । त्यसैले म, एकान्त कुना र अन्धकार प्रिय साथी हौं । हाम्रो सम्बन्ध अटुट छ ।

स्नातक तह द्वितीय वर्ष, मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पस, हेटौंडा-२

मन

✍चन्द्रमणि रिमाल

एक विशाल आकाश
जसमा उडान भर्छन्
कल्पनाका चरा निःशङ्क
युगौँयुगसम्म
सपनाहरूको गुञ्जन सुन्छ
अनन्त क्षितिजसम्म फैलिन्छ
अविचल विश्वासको ज्योति बोकेर

कहिले निर्मल
जलस्रोतझैं स्वच्छ
कहिले सुवासित बास्ना
झर्झर् झरिरहने
मधुवनझैं सुगन्धित
सात समुद्रपारि पनि
पुग्न सक्ने
अदृश्य पङ्ख हुन्छ
मुस्कानकै सानो स्पर्शले पनि
इन्द्रधनुष बनाइदिन सकिन्छ
मन जब अनुरागले रङ्गिन्छ
तब प्रत्येक शब्द
काव्यमय बन्छ
अनि प्रत्येक क्षण
अमृत रसले सिञ्चित हुन्छ
तर मन स्थिर
कहाँ हुन्छ र
यसले कहिलेकाहीँ
आफैँलाई धोका दिन्छ

भौँतारिन्छ सन्देहका
अँध्यारा गल्लीहरूमा
कहिले कठोर शिलाजस्तै
असंवेदनशील बन्छ
कहिले बटुवाको
चिसो ओढनीझैं
अनिश्चयले काँप्छ
ईर्ष्या, घृणा, लोभ, मोहका
विषालु गाराले ढाक्छन्
बन्धक बन्दछ
स्मृतिका बन्धनहरूमा जकडिएर
संसार जित्ने
महत्वाकाङ्क्षा बोकेको
यो मन
कतिपटक आफूभित्रको
युद्धमै पराजित हुन्छ

अन्ततः
मनले सत्य खोज्छ
समयका आरोह(अवरोह
पार गर्दै
विवेकको उज्यालोले
आफ्नै अस्तित्व पुनर्परिभाषित गर्छ
न त उन्मत्त बनूँ
नित्य हर्षले
न त पीडाले गलूँ
चीरकालीन
मन त केवल
प्रवाहित हुनुपर्छ
कलकल बग्ने खोलाझैं कञ्चन धुन
बोकेर
तरङ्गित हावा झैं
बहिरहनुपर्छ
जीवनको सङगीतमा
किनकि मन जित्नु भनेको
जीवन नै जित्नु हो

यहाँ रमिता सधैं उस्तै छ

✍किशन पौडेल

न कुनै दर्शन छ
न कुनै आदर्श छ
न कसैसँग इमान छ
न कसैलाई डर छ
न यहाँ कसैको भर छ ।

न दूरदृष्टि छ
न कोही दूरदर्शी छ
न यहाँ पारदर्शी छ ।

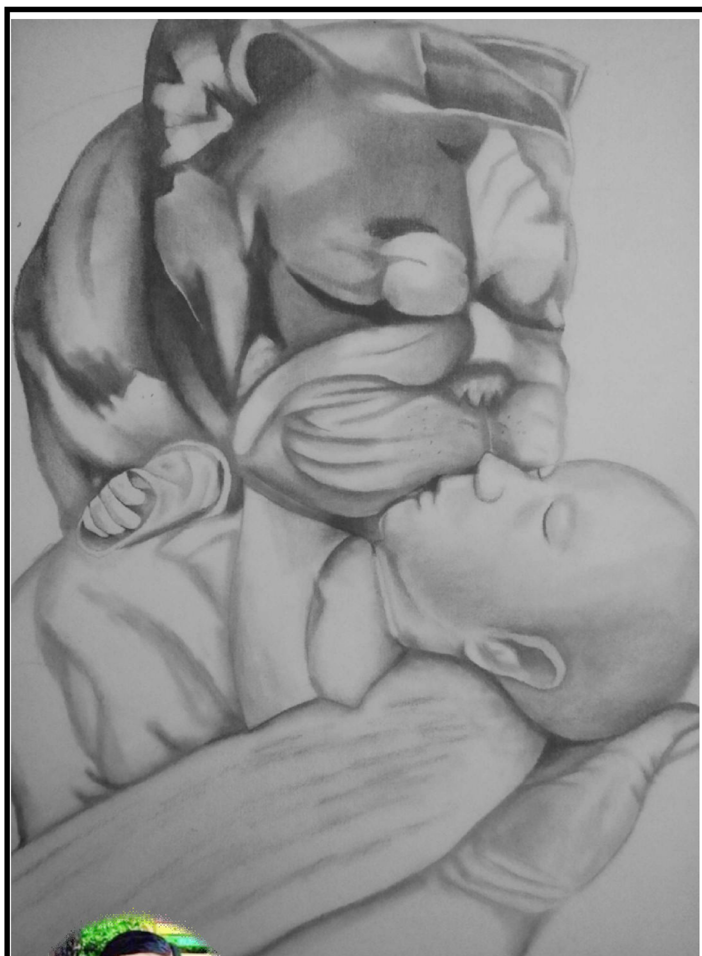
लुटतन्त्र मौलाएकै छ
भ्रष्टतन्त्र फैलिएकै छ
झुटतन्त्र चलेकै छ
गुटतन्त्र बनेकै छ

यो जाल, झेल, षड्यन्त्र
अस्थिरता सधैं उस्तै छ ।

स्वाँठहरू तिनै हुन्
धूर्तहरू तिनै हुन्
कुटिल तिनै हुन्
लोभी-पापी,
भ्रष्ट-भष्मासुर तिनै हुन्
फेरिँदैन पात्र
चरित्र तिनै हुन्
हामी केवल तमासे हौँ
यहाँ रमिता सधैं उस्तै छ ।

हेटौंडा

चित्रकला



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

बिहान कार्की
कक्षा-४, कमाने एकेडेमी, हेटौंडा-८

Prashna Dhakal, class-4,
Navodaya Shishu Sadan
Hetauda-4

आमा

✍श्रृषान्त श्रेष्ठ

मेरो खाजाको खजाना
आमाको नाम श्रृजना
उहाँ मेरी रानी
म उहाँको ज्ञानी ।

मलाई खाना खुवाउने
मलाई सधैँ हसाउने
म उहाँको मायालु
उहाँ हुनुहुन्छ दयालु ।

मेरी आमा जाती
म उहाँको साथी
मैले राख्छु उहाँको मान
हामीले गर्नुपर्छ उहाँको सम्मान ।

कक्षा-३, नवोदय शिशु सदन
हेटौंडा-४

Darkness to Brightness

✍Sizuka Dahal

Darkness to Brightness
When I wake up,it's sunny
But when it's time to sleep,its gloomy
Sometimes it gets dark
But it's mostly bright

Morning is the sign of light
While night represents dark
The moon reflects
While the sun shines

The pain of darkness
And the joy of brightness
The two different things,
Darkness and brightness

Class-5, Navodaya Shihu Sadan
Hetauda-4

आमाको त्याग

✍रवीन्द्र घलान

आज मेरा आँखाका नयनमा खुशीको आसु झझल्किदै छ
आज मेरो कोखबाट मेरो एउटा सन्तानको जन्म भएको छ
जब मैले मेरो सन्तानलाई मेरो काखमा पहिलो पटक देखे
उसैमा मैले मेरो आशा, भरोसा र जिवनको अर्थ भेटाए

उ खेल्दै, लड्दै, हुर्कदै थियो, सानो बिरुवा जस्तै मज्जाले बड्दै थियो ।
जब उसले पहिलो पटक आमा भन्यो मेरो ह्रिदय आनन्दले फक्रियो ।
तर जब उसले आँमा भोक लाग्यो भन्थ्यो
भान्छामा सबै सकेको देखेर मनमा छटपटि हुन्थ्यो

उ जति हुर्किन्थ्यो
कतै के हुन्छ कि भनेर डर मनमा उत्पन्न हुन्थ्यो
मलाई छोडेर पो जान्छ कि
यस्तो कुराले मन पोल्ने गर्थ्यो

उसैमा मेरो सपना देख्दा उसको सपना पो मर्ने होकि
लत्रिएको हातले अझै दुःख पो गर्नु पर्ने होकि
उमेर ढल्किदै छ सन्तान जवान हुँदै छ
सधै आँमा भनेर काखमा आउने सन्तानले
आमा भनेर चिनाउन लाज मान्दै छ

सानो छदा उसको नाजुक हातमा तेल लगाउँदै चिसो नलागोस भनेर न्यानो बनाउने गर्थे
भविष्यमा यी कुरा सम्झनामा मात्र रहने पो होकि ?
यहि हातले नख्वाए सम्म खाना नखाने सन्तानले
भविष्यमा खाना खुवादा अपमानित महसुस पो गर्छ कि ?

मैले केही गर्नु पर्छ जीन्दगीमा भन्दा
मेरो कुरालाई ख्याल थट्टामा उडाउने
यनिहरुले नि एक दिन बुझ्नेछन् कति पीडा हुन्छ भनेर
तर के गर्ने सन्तानको माया लाग्ने
तिमीहरुले बुझ्ने सम्म ढिलो भैसक्ने छ,
तिमीहरुले खोज्दा म घाम संग हराएर गैसक्ने छ
र सम्झेर रुने अवस्था सिर्जना हुने छ ।

तर मलाई थाहा छ म सधै यहाँ नै हुने छु,
हावाको सुस्केरामा
तिम्रो सपनामा
तिम्रो ह्रिदयको कुनामा
किनकि म तिम्रो आँमा हुँ ।
तिमीहरुको आँमा.......

कक्षा-१२, हेटौंडा क्याम्पस

केही लेख्न खोज्दैछु म

✍कृतिका हुमागाईं

मन केही नभएपछि
बुझ केही नरहेपछि
केही लेख्न खोज्दैछु म ।

हिँड्न बाटो नभएपछि
बस माटो नभएपछि
आज परदेश रोज्दै छु म ।

सपना साकार नभएपछि
उद्देश्य आकार नभएपछि
भोलिको भविष्य, सोच्दैछु म ।

गहकिलो परिचय नभएपछि
प्रगतिशील लय नभएपछि
शब्द मार्फत, रिस पोख्दैछु म ।

कक्षा-१०, सिद्धार्थ मावि
हेटौंडा-२

गजल

✍अनसूया खनाल

गाई चर्ने वनपाखा वनमारा देख्न पाइन
कस्ता हुन्थे पानीकुवा धारा देख्न पाइन

म त साँच्चै अलि ढिलो जन्मिएछु क्यारे
चिन्नै पाइन हलो जूवा नारा देख्न पाइन

प्रदूषण छ चारैतिर धुलोमैलो मात्र देख्छु
स्वच्छ सफा गगनका तारा देख्न पाइन

इमेलले लेटर बोक्छ जताततै आजभोलि
घरघरै चिठी बाँड्ने हल्कारा देख्न पाइन

तँ ठूलो कि म ठूलोको हानथाप छ यहाँ
आफ्नै दाजुभाइमा भाइचारा देख्न पाइन ।

कक्षा-६, तुल्सीमेहर मेमोरियल स्कूल
हेटौंडा-१०

सातको राशिफल

पं. ज्यो. तोयानाथ सुवेदी
सम्पर्क : ९७४५०२८५५५

मेष राशि: अध्ययन–अध्यापनका क्षेत्रमा राम्रो काम गर्ने समय योग रहेको छ । ज्ञान र बुद्धिको उपयोगले लक्ष्य प्राप्ति हुने समय छ । बोलीका कारण काममा पूर्णता होला । स्वास्थ्य सबल रहनुका साथै कामको चाप बढ्ने समय छ । व्यापार–व्यवसाय मध्यमकारक छ । भोग विलास र रमझमप्रति आकर्षित भइने समय योग देखिन्छ । धार्मिक यात्रामा सरिक ।

वृष राशि: निर्णयात्मक काममा केन्द्रित नभइने समय छ । पारिवारीक इच्छा विपरीत काम नगर्दा राम्रो रहन्छ । व्यापार–व्यवसायमा हाँके ताँकेका काममा लागि परिएला । नोकरीमा व्यस्ततामा समय व्यतित होला । स–साना वादविवादले काममा बाधा होला । अध्ययन–अध्यापनमा अरुको सहयोग लिँदा राम्रो रहन्छ । इमान्दार, जिम्मेवार र समयनिष्ठ हुनुपर्ने समय योग रहेको छ ।

मिथुन राशि: पराक्रम र उत्साहमा वृद्धि हुने समय छ । सहयोगीहरुले साथ दिने छन् । काममा सोचे जस्तै सफलता प्राप्त हुने छ । मिहिनेत र परिश्रमले काममा सफलता । जिम्मेवारी थपिनाले कामको बोझ बढ्ला । धार्मिक तथा सामाजिक काममा सरिक भइने छ । आध्यात्मिक मनोभावको विकास होला । व्यापार–व्यवसाय मध्यमकारक छ ।

कर्कट राशि: समय धर्नाजनकारक बनेको छ । योजनाहरु गोप्य राख्दा राम्रो होला । मान–सम्मान बढ्ने समय योग रहेको छ । तर्क र विवादमा विजय प्राप्त हुने समय छ । इष्टमित्रसँग आत्मियता बढ्ला । व्यवसायमा अठोट र निर्णय सफल होला । धार्मिक र परोपकारजन्य काममा सरिक भइने समय योग रहेको छ ।

सिंह राशि: समस्या र चुनौती देखेर पछि नहट्दा राम्रो रहन्छ । मानसिक संवेग, रिस र आवेगमा समेत वृद्धि हुने देखिन्छ । संयमतामा साथ अगाडि बढ्दा राम्रो । नयाँ र नौलो आयाम थपिएला । इच्छा शक्ति बढ्ने समय योग छ । सामाजिक एवम् आध्यात्मिक कामबाट लाभ प्राप्त हुने समय योग रहेको छ ।

कन्या राशि: अवसर प्राप्तिका लागि दौडधूप र परिश्रम गर्नुपर्ने समय छ । भावनालाई नियन्त्रणमा राखी काम गर्दा राम्रो रहन्छ । व्यापार–व्यवसायमा आफैँ खटेको राम्रो होला । महत्वकांक्षा बढ्नाले काममा बाधा होला । निर्णय क्षमतामा समेत कमी आउँला । पढाई–लेखाई मध्यमकारक रहने समय छ ।

तुला राशि: जिम्मेवारी थपिने समय योग छ । कर्मचारीले बढुवा र पुरस्कार प्राप्त गर्ने समय योग छ । सोच र बुद्धिको उपयोग गर्ने समय छ । बौद्धिक र प्राविधिक क्षमताको विकास होला । नयाँ कार्य वा रोजगारीको विकास होला । आध्यात्मिक र परोपकारजन्य अनि सामाजिक काममा अलमल होला । पढाई–लेखाई ठिकै देखिन्छ ।

वृश्चिक राशि: काम र कर्तव्यप्रति दिलचस्पी जाग्ने छ । प्रतिष्ठामा वृद्धि हुने समय छ । व्यापार–व्यवसायबाट लाभ प्राप्त होला । स्वास्थ्यस्थितीमा केही समस्या आइपर्ला । सेवा श्रुसामा समय व्यतित होला । धार्मिक र सामाजिक काममा मन जाला । अध्ययन–अध्यापनबाट लाभ प्राप्त होला । ठूलाबडाको इच्छा बुझ्ने समय छ ।

धनु राशि: नियम र अनुशासनलाई पालना गर्दा राम्रो रहन्छ । धार्मिक र दार्शनिक विषयमा मनको आकर्षण बढ्ने समय योग छ । परामर्श दिने पेशामा भए जस पाइएला । लक्ष्यप्राप्तिको मार्गमा सफल भइने समय छ । कामधन्धा तनावको विषय बन्न सक्ने छ । पढाई–लेखाईका कामहरु मध्यमकारक रहने समयको योग रहेको देखिन्छ ।

मकर राशि: परिबन्ध र बाध्यताका कारण आर्थिक बोझ बढ्न सक्छ । लगानी र दौडधूपको समय योग रहेको छ । नयाँ लगानीको लागि उपयुक्त दिन छैन । रिस्क र जोखिमसँग टाढा रहँदा राम्रो रहन्छ । पौष्टिक आहारमा ध्यान दिँदा राम्रो रहन्छ । पढाई–लेखाइ र आध्यात्मिक क्षेत्रका काममा समय बित्ला ।

कुम्भ राशि: रोमाञ्चकता र उत्कण्ठालेयुक्त समय छ । विगतका रमाइला पलहरुको याद आउने छ । काममा भावुक र संवेदनशील बनिएला । बिचार पुर्‍याएर मात्रै बोल्दा राम्रो होला । धार्मिक र सामाजिक काममा मन जाला । प्रेमिल भावनामा वृद्धि होला । आनन्द र मनोरञ्जनका काममा सरिक भइएला ।

मीन राशि: जीवनको वास्तविक लक्ष्य पहिल्याइएला । व्यापार–व्यवसायमा ठिकै देखिन्छ । साझेँदारीका कामहरु चित्त बुझ्दो नहुन सक्छ । मिहिनेतको प्रतिफल अरुले हत्याउने छन् । भावनाको कदरले मान–सम्मान पाइएला । धार्मिक तथा सामाजिक एवम् पढाई–लेखाइका काममा मन जाने समय योग छ ।

डिभिजन वन कार्यालय, मकवानपुरको अनुरोध ।

वनमा आगो लगाउनेलाई वन ऐन – नियम अनुसार ३ वर्ष कैद वा ६० हजार रुपैयाँ सम्म जरिवाना वा दुवै सजाय हुनसक्दछ, त्यसैले वनमा आगो लगाउने वा आगो लागि हुनसक्ने कार्य नगर्न नगराउनु हुन सम्पूर्णमा अनुरोध गरिन्छ । डढेंलो लागेको देखिएमा सबै समुदाय मिलि तत्काले डढेंलो निभाऔं । डढेंलो नियन्त्रणमा आउन नसके वन समूह, नजिकको वन कार्यालय वा सुरक्षा निकायमा तुरुन्तै खबर गरौं ।

डिभिजन वन कार्यालय, मकवानपुर

गाउँखाने कथा

१.एक बुढा हजुरबाका आठजना नाती, घुमी हिँड्छन् चारैतिर दिन होस् या राती ।
- सूर्य र नौँवटा ग्रह

२. रुप हेर्दा सान्है कालो बोली अति मीठो, के होला यसको ठाउँ भनिदेउ न छिटो ।
- कटुस

३. नरम फुलको थुङ्गा फलेको त्यो काँडो, फल चाख्ने भएदेखि माथि फोरी हाल चाँडो ।
- माहुरीको मह

४. हाड नातामा बिहे चल्छ, नियम कानुन हैन, दाऱ्ही फुलिसक्दा पनि बानी सप्रेको होइन ।
- बोको

५. कालो कालो खोलमा बसी रातो पानी खान्छु, निहुँ खोज्न कोही आए ठाडो ठाडो जवाफ दिन्छु ।
- खुकुरी

बुधबारे बालसाहित्य

यो स्तम्भमा हामी विद्यार्थीको परिचय, विद्यार्थीका रचना, घरमा अभिभावक र बालबालिका अध्ययन गर्दै गरेको तस्वीर, अन्तरवार्ता समावेश गर्नेछौं । आशा छ हामीले विद्यार्थीलाई अध्ययन र लेखनमा प्रेरित गर्न सकारात्मक योगदान गर्न सक्नेछौं ।

सम्पादक

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 ५० प्रतिशत छुट हुने सहर्ष जानकारी गराउँदछौं ।

थप जानकारीको लागि HRL
हेटौंडा रिफरेन्स ल्यावरोटरी
हेटौंडा–१, भिन्तुनापथ सम्पर्क फोन नं.: ०५७–५२०४५७

50% DISCOUNT OFFER
AFTER SEE
देशको कमजोर आर्थिक अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै
Bridge Course
Course Fee= 25,000/- → 12,500/-
Science Bridge Course
Nursing
HA, Radiology
Civil, Lab, Pharmacy
JTA, Veterinary
Book/Uniform FREE
For Basic Computer Course Fee
6,000/- → 3,000/-

NAME INSTITUTE CONSULTANCY
2nd Floor, RB Complex School Road, Hetauda-4
057-524117, 9855024117, 9801424117

विद्यालयका शिक्षकलाई तीनदिने तालिम

तालिममा सहभागी शिक्षकहरु ।

समाज संवाददाता

हेटौँडा : हेटौँडा-५, पिप्लेस्थित ज्ञानोदय बालबाटिका आवासीय विद्यालयले प्राथमिक तथा पूर्वप्राथमिक तहका शिक्षकका लागि एकीकृत पाठ्यक्रम र बाल मनोविज्ञानमा आधारित शिक्षण विधि बारे तीन दिने तालिम आयोजना गरेको छ। बिहीबारबाट सुरु भएको तालिम शनिबारसम्म सञ्चालन हुनेछ । चालु शैक्षिकसत्रको वार्षिक परीक्षा सकिएर पठनपाठन नभएको समयमा ६ वटा विद्यालयका शिक्षकको सहभागितामा तालिम भइरहेको छ ।

तालिममा ज्ञानोदय बालबाटिकासँगै हेटौँडा-६ स्थित प्रज्वल शिक्षा सदन, हेटौँडा-३ स्थित शिक्षा विकास शिशु सदन, हेटौँडा-११ स्थित जेम्स स्कूल, हेटौँडा-१८ स्थित मकवानपुर बालविद्या सदन र लोटस एकेडेमीका शिक्षकहरुको सहभागिता रहेको छ। ज्ञानोदय बालबाटिका आवासीय विद्यालयका सञ्चालक श्यामकुमार बानियाँका अनुसार तालिममा ५३ जना शिक्षक सहभागी हुनुहुन्छ ।

काठमाडौं विश्वविद्यालयमा विद्यावारिधी उपाधिका लागि शोधकार्य गरिरहनुभएकी मुना दाहाल र सचिता सुवालले तालिममा सहजीकरण गरिरहनुभएको छ। विद्यालयमा शिक्षकको क्षमता विकाससँगै अभिभावक सचेतनाको पाटोमा काम गर्न जरुरी रहेको औँल्याउनु हुँदै सहजकर्ता दाहालले अभिभावकको सहयोगी भूमिकाले विद्यार्थीको शैक्षिक वातावरण र गुणस्तर दुबैमा उल्लेख्य सुधार आउने दावी गर्नुहुन्छ ।

तालिमको आयोजना गर्नुभएका ज्ञानोदय बालबाटिका आवासीय विद्यालयका सञ्चालक श्यामकुमार बानियाँले शिक्षकको क्षमता विकासका लागि तालिमको आयोजना गरिएको बताउनुभयो। प्रभावकारी शिक्षणका लागि शिक्षकको क्षमता विकास गर्न जरुरी रहेकोले विद्यालयबीच सहकार्य र सहभागिताको ढाँचामा काम गरेको उहाँले बताउनुभयो । तालिम आयोजनामा सहकार्य समेत गरिरहनुभएकी प्रज्वल शिशु सदनकी लक्ष्मी श्रेष्ठले निजी विद्यालयले आपसमा सहकार्य गरेर शिक्षाको गुणस्तर अभिवृद्धिको प्रयास गरिएको बताउनुभयो।

बिदामा रहेका विद्यार्थीलाई साइक्लिङ र स्विमिङ तालिम

तालिममा सहभागी बालबालिकाहरु ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः विद्यालय तहका बालबालिकालाई लक्षित गरेर मकवानपुर जिल्ला साइक्लिङ संघले साइक्लिङ र स्विमिङ तालिमको आयोजना गरेको छ। आज शुक्रबारदेखि सुरु भएको तालिममा २३ जना बालबालिका सहभागी भएका छन् । ८ वर्षदेखि १५ वर्ष उमेर समूहका ५ जना बालिका र १९ जना बालक सहभागी छन् ।

जीवनोपयोगी सीप, शारीरिक एवम् मानसिक विकासमा सहयोगी क्रियाकलाप हुनुका साथै विद्यालयको वार्षिक परीक्षा सकिएको अवसरमा तीनदिने तालिमको आयोजना गरिएको मकवानपुर जिल्ला साइक्लिङ संघका अध्यक्ष संगीत श्रेष्ठले जानकारी दिनुभएको छ । बिहान साढे ७ बजेदेखि साँझ साढे ४ बजेसम्म सञ्चालन हुने तालिममा बिहानको खाजा, खाना, दिउँसोको खाजाको समेत व्यवस्था गरिएको उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

साइक्लिङ र स्विमिङको तालिममा प्रशिक्षकको रुपमा संगीत श्रेष्ठ, राजीव खड्गी, लक्ष्मी मगर, चनद्र थापा र प्रमित मगर सहभागी हुनुहुन्छ । तालिम पर्सी आइतबारसम्म सञ्चालन हुनेछ ।

हेटौँडा क्याम्पस स्ववियु उपसभापतिमा भरतमोहन

समाज संवाददाता

हेटौंडा : हेटौँडा-४ स्थित हेटौँडा क्याम्पसमा स्वतन्त्र विद्यार्थी युनियन (स्ववियु) को प्रथम बैठक सम्पन्न भएको छ। शुक्रबार क्याम्पसको सभाहलमा स्ववियु अध्यक्ष अभि मैनालीको सभाध्यक्षमा बसेको बैठकले पदाधिकारीहरुलाई जिम्मेवारी बाँडफाँट भएको छ । समानुपातिकबाट निर्वाचित सदस्य भरतमोहन देवकोटालाई उपाध्यक्ष र सन्देश पटेल कुर्मीलाई सहसचिवको जिम्मेवर तोकिएको हो ।

साथै, सभामा क्याम्पसमा आइपरेका समसामयिक विभिन्न विषयमा छलफल भएको सहसचिव सन्देश पटेल कुर्मीले जानकारी दिनुभयो । क्याम्पसमा नियमित शिक्षक उपस्थित गराउन आग्रह गर्ने, अतिरिक्त क्रियाकलापमा विद्यार्थीलाई प्रेरित गर्ने र अनावश्यक राजनीतिक गतिविधीमा रोक लागाउने आदि विषयमा छलफल भएको सहसचिव पटेलले जानकारी दिनुभयो। स्ववियुले निकट भविष्यमा नै युथ इन्टर्नसीप टक्स कार्यक्रम गर्ने निर्णय भएको छ ।

नागरिक वडापत्रको उपयोग गरौं।

नागरिक वडापत्रमा :

- सम्बन्धित कार्यालयले दिने सेवा र त्यसको प्रकृति,
- सेवाग्राहीले सेवा प्राप्त गर्न पूरा गर्नुपर्ने कार्यविधि,
- सेवा प्राप्त गर्न लाग्ने शुल्क र समयावधि,
- सेवा प्रदान गर्ने जिम्मेवार पदाधिकारी र निजको कार्यकक्षको विवरण,
- तोकिए बमोजिम अन्य कुरा उल्लेख गरिएका हुन्छन् ।

सेवाग्राहीलेः

- समयमा सेवा प्राप्त नभए तत्काल कार्यालय प्रमुख वा तोकिएको अधिकारी समक्ष उजुरी गरौं

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

"श्रमिक मा.वि.को इच्छा, गुणस्तरीय शिक्षा"

भर्ना खुल्यो ! भर्ना खुल्यो !! भर्ना खुल्यो !!!

शैक्षिक सत्र २०८२ का लागि भर्ना खुल्यो

यस विद्यालयमा अँग्रेजी माध्यमको Play Group देखि Class 9 र नेपाली माध्यमको कक्षा १ देखि ९ सम्म भर्ना खुल्यो।

प्रवेश परीक्षा मिति : २०८२ वैशाख ५ गते
भर्ना फारम वितरण मिति : २०८१ चैत २० गतेबाट
नयाँ विद्यार्थी भर्ना मिति : २०८२ वैशाख ७ गतेबाट
कक्षा सञ्चालन मिति : २०८२ वैशाख ७ गतेबाट

अंग्रेजी माध्यमतर्फ नयाँ भर्ना गर्न सकिने कक्षागत विद्यार्थी संख्या

कक्षा	संख्या		
P.G. (पिजी)	१५ जना	3	१५ जना
Nursery	५ जना	4	१५ जना
LKG	१४ जना	5	१५ जना
UKG	८ जना	6	१५ जना
1	५ जना	7	१७ जना
2	५ जना	8	१६ जना
		9	१५ जना

हाम्रो बिशेषताहरू :

- अधिकांश कक्षामा Projector सहितको Audio-Visual Class को व्यवस्था
- PG कक्षाका बालबालिकाको हेरचाहका लागि आयाको व्यवस्था
- पर्याप्त Indoor खेल सामग्रीसहित सार्वजनिक विदामा पनि PG, Nursery र KG कक्षा सञ्चालनको व्यवस्था
- नेपाली र अङ्ग्रेजी माध्यमको लागि छुट्टै भवनको व्यबस्था
- वर्षे बिदामा समेत पठनपाठन गरी कमजोर विद्यार्थीका लागि अतिरिक्त कक्षाको व्यवस्था
- क्यान्टिनको व्यवस्थासहित कक्षा ५ सम्म नि:शुल्क दिवा खाजाको व्यवस्था
- दक्ष एवम् तालिम प्राप्त शिक्षकबाट पूर्ण अङ्ग्रेजी माध्यममा पठनपाठनको व्यवस्था
- PG र Nursery कक्षाका विद्यार्थीको गतिविधि CCTV मार्फत् अभिभावकले घरबाटै निगरानी गर्ने व्यवस्था
- अन्य कक्षामा पनि CCTV मार्फत नियमित अनुगमनको व्यवस्था
- पर्याप्त तथा स्तरीय खेलमैदान, खेल सामग्रीसहित खेलकुद प्रतियोगिताको व्यवस्था
- साप्ताहिक, त्रैमासिक परीक्षाको उत्तरपुस्तिका विद्यार्थी, अभिभावकले हेर्न पाउने व्यवस्था
- नियमित अतिरिक्त क्रियाकलापसहित उत्कृष्ट विद्यार्थीलाई पुरस्कारको व्यवस्था
- विद्यार्थीलाई Home-work डायरी र वार्षिक कार्ययोजनासहितको क्यालेण्डरको व्यवस्था
- प्रशिक्षकसहितको नृत्य कक्षाको व्यवस्था/शान्त तथा बालमैत्री वातावरणमा अध्ययन अध्यापनको व्यवस्था
- शैक्षिक प्रदर्शनी, खेलकुद प्रतियोगिता तथा अतिरिक्त क्रियाकलापमा उत्कृष्ट नतिजा हासिल
- विद्यालय हातामा मनोरम पार्क तथा फूलबारीको व्यवस्था
- स्तरीय Science Lab. Computer Lab. र पर्याप्त पुस्तकसहितको पुस्तकालयको व्यवस्था

शैक्षिक सत्र २०८२ को लागि पि.जि. देखि कक्षा ९ सम्म

श्री श्रमिक माध्यमिक विद्यालय
हेटौंडा-४, कर्रा, स्थापितः २०२२
थप जानकारीका लागि सम्पर्क :
९७६५९५५५२२, ९८४५१०७४२८, ९८४५२८६५६५

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