म.जि.प्र.का दर्ता नः
१०४/०६७/०६८

म.जि.हु.का.द.नं.
३०/०६९/०७०

बागमती प्रदेशको राजधानी हेटौंडाबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको समाचारपत्र

समृद्ध समाज

SAMRIDDHA SAMAJ NATIONAL DAILY राष्ट्रिय दैनिक

वर्ष:१७ अङ्कः- ८४ २०८२ माघ २८ गते बुधबार 11 February 2026, Wednesday - पृष्ठ ४ मूल्य रू. ५/-

सालक सम्मेलन सम्पन्न : ७ बुँदे घोषणापत्र जारी

हेटौंडा : नेपालमा सालक संरक्षणका लागि प्रथम सालक सम्मेलन सम्पन्न भएको छ। बागमती प्रदेश सरकार, वन तथा वातावरण मन्त्रालयको आयोजना तथा डिभिजन वन कार्यालय चितवनको सहकार्यमा सोमबार चितवनको माडीमा 'प्रथम बागमती सालक सम्मेलन' सम्पन्न भएको हो ।

बागमती प्रदेश सरकार वन तथ वातावरण मन्त्री भरत केसीले सम्मेलनको उद्घाटन गर्नुभएको थियो । सालकको संरक्षण, विद्यमान चुनौती र आगामी कार्यदिशाबारे छलफल गर्न आयोजना गरिएको एक दिने सम्मेलनमा २ सय ६० जनाको सहभागिता रहको डिभिजन वन कार्यालय चितवनका डिभिजन वन अधिकृत (डीएफओ) विष्णुप्रसाद आचार्यले जानकारी दिनुभयो । सम्मेलनमा डिभिजन वन कार्यालयका अधिकृतहरू, निकुञ्जका वार्डेनहरू, सामुदायिक वनका प्रतिनिधिहरू तथा सालक संरक्षणमा सक्रिय अभियन्ताहरूको उपस्थिति रहेको थियो । सम्मेलनमा डीएफओ आचार्यले नेपालमा ...*बाँकी पृष्ठ ४ मा*

रामेछापमा बस दुर्घटना हुँदा १२ जनाको मृत्यु

समाज संवाददाता

हेटौंडाः रामेछाप जिल्लाको मन्थली नगरपालिका-६, बेनिघाट पुल नजिक भएको बस दुर्घटनामा १२ जनाको मृत्यु भएको छ । दुर्घटनामा ८ जना घाइते भएका छन् ।

काठमाडौंबाट ओखलढुङ्गातर्फ जाँदै गरेको बा प्र ००१-०५ ख ९९७५ नम्बरको अरनिको यातायातको बस मंगलबार बिहान १० बजेर ४० मिनेटका समयमा तामाकोशी नदीमा खसेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ। बसमा सवार २० जनामध्ये १२ जनाको घटनास्थलमा नै मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय रामेछापले जनाएको छ ।

मृतक १० जनाको पहिचान खुलेको छ । मृत्यु हुनेमा रामेछापको लिखु तामाकोशी गाउँपालिका-७ का ३८ वर्षीय भीमबहादुर तामाङ, सोही वडाकी ३५ वर्षीया सानुमाया तामाङ, २६ वर्षीया रमिता तामाङ र ३१ वर्षीया तारा तामाङ रहेका छन् । लिखु तामाकोशी-४ की २२ वर्षीया बबी तामाङ र २६ वर्षीय दीपेन्द्र बस्नेत, लिखु तामाकोशी-६ का दीपेश बस्नेत र लिखु-६ की ४५ वर्षीया मानकुमारी बरुवाल, सिन्धुलीको गोलन्जोर गाउँपालिका-६ का ३४ वर्षीय शिव श्रेष्ठ र दोलखाको भीमेश्वर नगरपालिका-८ का ६० वर्षीय मानबहादुर तामाङको दुर्घटनामा मृत्यु भएको मन्थली अस्पतालका मेडिकल सुपरिटेन्डेन्ट डा केशवसिंह धामीले जानकारी दिनुभयो । मृतक दुई जनाको सनाखत हुन बाँकी रहेको उहाँले बताउनुभयो ।

दुर्घटनामा परेर घाइते भएका ८ जनामा रामेछापको खाँडादेवी गाउँपालिका-३ का २१ वर्षीय समिर श्रेष्ठ, ओखलढुङ्गा जिल्लाको खिजिदेम्बा गाउँपालिका-२ का ४५ वर्षीय जयबहादुर तामाङ, दोलखा जिल्लाको भीमेश्वर नगरपालिका-७ की १६ वर्षीया निलिमा तामाङ, उमाकुण्ड गाउँपालिका-७ की ६ वर्षीया निष्मा शेर्पा, ५२ वर्षीय सोम देण्डी शेर्पा, रामेछापको मन्थली-१२ की ३३ वर्षीया देवकी खड्का, लिखु तामाकोशी-४ का ५१ वर्षीय ओलकबहादुर तामाङ रहेका छन् । घाइते ७ जनालाई थप उपचारका लागि काठमाडौं लगिएको छ । बसका चालक मन्थली नगरपालिका-११ का ३१ वर्षीय सुशान्त थापा मगरलाई सामान्य उपचार पश्चात प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ । घटनाबारे थप अनुसन्धान भइरहेको प्रहरीले जानकारी दिएको छ ।

माउन्ट एभरेष्टका विद्यार्थीको परियोजना कार्य प्रदर्शनी

सामाजिक विषयको परियोजना कार्य प्रदर्शनीमा मौलिक पोशाकमा सहभागी विद्यार्थीहरु ।

समाज संवाददाता

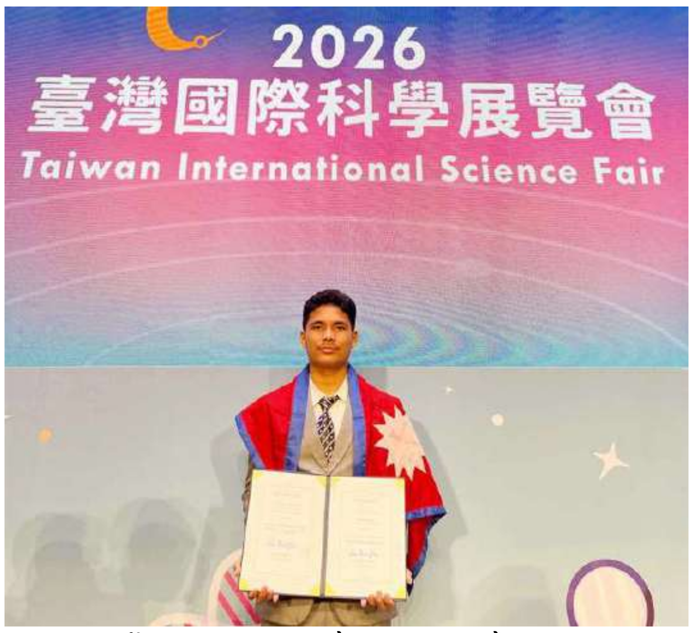
हेटौंडा : हेटौंडा-८, कमानेस्थित माउन्ट एभरेष्ट इंग्लिस बोर्डिङ स्कूलका विद्यार्थीले विषयगत परियोजना कार्यको प्रदर्शनी गरेका छन् । मंगलबार दुई चरणमा विद्यार्थीले परियोजना कार्य प्रदर्शनी गरेका हुन् । विद्यार्थीले विज्ञान, गणित, नेपाली, अंग्रेजी, सामाजिक, स्वास्थ्य विषयका परियोजना कार्य प्रदर्शन गरेका हुन् ।

कक्षा-१ देखि कक्षा-५ सम्मका विद्यार्थीले तयार पारेका प्रदर्शनी बिहान र कक्षा-६ देखि कक्षा-९ सम्मका विद्यार्थीले तयार पारेका परियोजना कार्य दिउँसो प्रदर्शन गरिएको थियो । विद्यार्थीका विषयगत प्रदर्शनीलाई अभिभावक र सरोकारवालाले अवलोकन गरेका थिए । विद्यालयका सञ्चालक एवम् विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष गोपालबहादुर श्रेष्ठसहित ३ सय ५० भन्दा बढी अभिभावकले प्रदर्शनीको अवलोकन गरेको प्रिन्सिपल रामहरि रिमालले जानकारी दिनुभयो । कक्षागत रुपमा विद्यार्थीले अध्ययन गरेका विषयको अभ्यास परियोजनाको रुपमा तयार पारेर प्रदर्शनी गरिएको प्रिन्सिपल रिमालले बताउनुभयो ।

'विद्यार्थीको नियमित पठनपाठनबाट के कति, के कस्तो सिकाई भयो भनेर जान्न, बुझ्नका लागि परियोजना कार्य गराई त्यसको प्रदर्शनी गरिएको हो', प्रिन्सिपल रिमालले भन्नुभयो, 'परियोजना कार्यको अभ्यासका क्रममा नियमित पठनपाठनमा रुचि नदेखाउने विद्यार्थीले पनि रुचिका साथ अभ्यास गरिएको पाइयो । हामीले विद्यार्थीका प्रस्तुतीलाई शिक्षकहरुले अवलोकन गरेर विद्यार्थीको सिकाई र आगामी दिनमा गर्नुपर्ने सुधारको विषयमा आवश्यक प्रयास गरिनेछ ।'

विद्यार्थीको प्रभावकारी सिकाईका लागि आगामी शैक्षिकसत्रमा विद्यार्थीका लागि १५-१५ दिनमा विषयगत, तहगत प्रदर्शनी गर्ने योजना बनाइएको प्रिन्सिपल रिमालले बताउनुभयो । १० कक्षासम्म पठनपाठन हुने माउन्ट एभरेष्टमा ९ सय विद्यार्थी अध्ययनरत छन् । माउन्ट एभरेष्टबाट यस वर्ष ३७ जना विद्यार्थीले एसईई दिँदैछन् ।

अन्तर्राष्ट्रिय साइन्स फेयरमा हेटौंडाका सफल कुमाल चौथो हुन सफल



अन्तर्राष्ट्रिय साइन्स फेयरमा चौथो हुन सफल हेटौंडाका कुमाल ।

समाज संवाददाता

हेटौंडाः ताइवानमा सम्पन्न ताइवान अन्तर्राष्ट्रिय साइन्स फेयर-२०२६ मा हेटौंडाका सफल कुमालले चौथो स्थान हासिल गर्न सफल भएका छन् । राष्ट्रिय ताइवान विज्ञान शिक्षा केन्द्रको आयोजनामा फेब्रुअरी २ देखि ७ तारिखसम्म भएको वैज्ञानिक मेलामा हेटौंडाका कुमालले बनाएको 'साइरन अफ होप' प्रोजेक्टले वातावरणीय इन्जिनियरिङ विधामा चौथो स्थान हासिल गर्न सफ भएको हो ।

हेटौंडा उपमहानगरपालिका वडा नम्बर ४ स्थित हेटौंडा स्कूल अफ म्यानेजमेन्टमा कक्षा ११ मा अध्ययनरत कुमालले बनाएको प्रोजेक्ट 'साइरन अफ होप' ले विशेषगरी मनसुनको समयमा हुने पहिरोको पूर्वसूचना दिनुका साथै माटोको चिस्यान र पहाडको अवस्थालाई निगरानी गरी सम्भावित दुर्घटना हुनुअगावै समुदायलाई सचेत गराउँछ ।

विभिन्न ३२ देशका ६ सय ६७ जना शिक्षक तथा विद्यार्थीहरुको सहभागिता रहेको उक्त प्रतियोगिताको फाइनलका कुल २ सय ३१ वटा परियोजना छनोट भएको थियो । गणित, भौतिक विज्ञान, रसायन विज्ञान र कम्प्युटर विज्ञानसहित विभिन्न १३ वटा विधामा सहभागीहरुले प्रस्तुतिकरण गरेका थिए ।

एस्ट्रोनोभा फाउण्डेसन नेपाल, हेटौंडा अनुसन्धान तथा आविष्कार केन्द्रमार्फत कुमाल यस प्रतियोगितामा सहभागी भएको आविष्कार केन्द्रका सञ्चालक किशन बास्तोलाले जानकारी दिनुभयो । सञ्चालक बास्तोलाका अनुसार विगत ३५ वर्षदेखि हुँदै आएको यस प्रतियोगितामा नेपालले तेस्रो पटक सहभागिता जनाएको हो । गत वर्षको प्रतियोगितामा पनि नेपालले चौथो स्थान हासिल गरेको थियो । चौथो स्थान हासिल गर्न सफल 'साइरन अफ होप' प्रोजेक्ट अनुसन्धान तथा आविष्कार केन्द्रको सहयोगमा तयार पारिएको उहाँले बताउनुभयो ।

बास्तोलाका अनुसार हेटौंडा अनुसन्धान तथा आविष्कार केन्द्रले वर्षेनि आयोजना गर्ने एस्टिम एक्स्पोमा सहभागी विद्यार्थीले मात्र ताइवान अन्तर्राष्ट्रिय साइन्स फेयरमा सहभागी हुने अवसर पाउँछन् । फाउण्डेसनले विगत ३ वर्षदेखि एस्टिम एक्स्पो आयोजना गर्दै आएको उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

वैज्ञानिक मेलाको मुख्य उद्देश्य युवा वैज्ञानिकहरुमाझ नवीन सोच र आविष्कारको संस्कृतिलाई बढावा दिनु हो । यस मेलाले विद्यार्थीहरुलाई आफ्नो अनुसन्धान प्रस्तुत गर्ने मञ्चमात्र नभई, संस्कृति तथा ज्ञान आदानप्रदान गर्ने र बलियो अन्तर्राष्ट्रिय सञ्जाल बनाउने सुनौलो अवसर प्रदान गर्ने हेटौंडा अनुसन्धान तथा आविष्कार केन्द्रका सञ्चालक बास्तोलको भनाइ छ ।

'सिमित स्रोत र साधनका बाबजुद पनि अन्तर्राष्ट्रिय मञ्चमा कुमालले प्राप्त गरेको यो गौरवमय उपलब्धिले के स्पष्ट पारेको छ भने यदि सरकारले उचित वातावरण र लगानी सुनिश्चित गर्ने हो भने हाम्रा युवाहरु विश्वलाई नै नेतृत्व गर्न सक्षम छन् ।' बास्तोलाले भन्नुभयो । नेपाली युवाहरुमा प्रतिभाको कमी छैन, मात्र अवसर र सही मार्गदर्शनको खाँचो रहेको उहाँको भनाइ छ ।

सम्पादकीय

चुनौती र अवसरबिच हेटौँडा क्याम्पस

हेटौँडा क्याम्पसले तीन दशकभन्दा लामो समयदेखि त्रिभुवन विश्वविद्यालयसँगको सम्बन्धन अन्त्य गरेको छ । हालै स्थापना भएको बागमती विश्वविद्यालयको आङ्गिक क्याम्पसमा सूचीकृत भएपछि हेटौँडा क्याम्पसले त्रिभुवन विश्वविद्यालयका शैक्षिक कार्यक्रममा विद्यार्थी भर्ना बन्द गरेको हो । क्याम्पसले शैक्षिक सत्र २०८२/०८३ का लागि त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गतको स्नातकोत्तर तह (एमएड) पहिलो सेमेस्टरमा विद्यार्थी भर्नाका लागि प्रवेशपरीक्षा समेत सञ्चालन गरे पनि कक्षा सञ्चालन नहुने जानकारी दिएको छ । क्याम्पसले बिहीबार एक सूचना जारी गर्दै एमएड कार्यक्रमको अन्तर्वार्ता तथा प्रवेश परीक्षा सम्पन्न गरी नतिजा प्रकाशित गरिए पनि बागमती प्रदेश विश्वविद्यालय अन्तर्गत आङ्गिक क्याम्पसको रूपमा सञ्चालन हुने भएपछि त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गत नयाँ भर्ना नगर्न निर्देशन प्राप्त भएको जनाएको छ ।

गत पुस २८ गते हेटौँडा क्याम्पस सञ्चालक समिति, बागमती विश्वविद्यालय र त्रिभुवन विश्वविद्यालयको कार्यालयले गरेको सम्झौताअनुसार त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गतका कक्षा सञ्चालन नहुने भएको हो । दुई विश्वविद्यालय एउटै क्याम्पसमा सञ्चालन गर्न कठिन हुने भएकाले हेटौँडा क्याम्पसले बागमती विश्वविद्यालय अन्तर्गतको शैक्षिक कार्यक्रममात्र सञ्चालन गर्न लागेको जनाएको छ । क्याम्पसमा बागमती विश्वविद्यालय अन्तर्गतको बीबीए र बीएडका कक्षाहरु सञ्चालन भइरहेको छ । आगामी वर्षबाट स्नातक तहका एलएलबी, बीएचएम, बीपीएम र स्नातकोत्तर तहका कक्षाहरु समेत सञ्चालन हुनेछन् । त्रिभुवन विश्वविद्यालय अन्तर्गत विभिन्न तह र संकायमा हाल पठनपाठन गरिरहेका विद्यार्थीहरुको पढाइ पूरा भएपछि क्याम्पसमा बागमती विश्वविद्यालयका शैक्षिक कार्यक्रममात्र सञ्चालन हुनेछन् ।

देशकै प्रतिष्ठित, पुरानो र धेरै विद्यार्थी अध्ययन गर्ने त्रिभुवन विश्वविद्यालयको शैक्षिक कार्यक्रम सञ्चालन नगर्दा क्याम्पसका धेरै शिक्षक प्रभावित हुनेछन् । नयाँ विश्वविद्यालयको शैक्षिक कार्यक्रमप्रति विद्यार्थीको आकर्षण हुन सकेन भने क्याम्पस संकटमा समेत पर्नसक्ने सम्भावना रहन्छ । बागमती विश्वविद्यालय हालै स्थापना भएकाले यसका शैक्षिक कार्यक्रमको प्रभावकारिता परीक्षण हुन सकेको छैन । विश्वविद्यालयको शैक्षिक कार्यक्रम पूरा गरेका जनशक्ति उत्पादन भएपछि मात्र त्यसको प्रभावकारिता उजागर हुँदै जानेछ । हाल बागमती विश्वविद्यालयले हेटौँडा क्याम्पससहित काठमाडौँका दुईवटा, बनेपाको एउटा र चितवनको दुईवटा गरी जम्मा ६ वटा क्याम्पसलाई आङ्गिक क्याम्पसको रुपमा मान्यता दिएको छ । ती क्याम्पसहरुमा हाल बीबीए, बीएड र बीआईटी कक्षाहरु सञ्चालन भइरहेका छन् । बागमती विश्वविद्यालय अन्तर्गतका शैक्षिक कार्यक्रमहरु राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय मागअनुसारको भएको दावी गरिए पनि पुष्टि हुन कम्तिमा पनि चार वर्ष कुर्नुपर्ने हुन्छ ।

अहिले देशका अधिकांश विद्यार्थी उच्च शिक्षा अध्ययनका लागि विदेशिने क्रम चलिरहेको छ । देशमा भएका अधिकांश विश्वविद्यालयका शैक्षिक कार्यक्रमहरुमा विद्यार्थी भर्ना दर निकै न्यून हुँदै गएको छ । त्रिभुवन विश्वविद्यालयका शैक्षिक कार्यक्रममा हजारौं विद्यार्थी भर्ना गरिरहेको हेटौँडा क्याम्पसले बागमती विश्वविद्यालयको शैक्षिक कार्यक्रममा त्यत्तिकै विद्यार्थी भर्ना गराउन र उनीहरुलाई टिकाउन सकेमा क्याम्पसको भविष्य उज्ज्वल हुनसक्छ । क्याम्पसले बागमती विश्वविद्यालयको शैक्षिक कार्यक्रमहरुमा आवश्यक विद्यार्थी भर्ना गर्न सकेन भने क्याम्पसको भविष्य नै अन्योलमा पर्ने सम्भावना रहन्छ । त्रिभुवन विश्वविद्यालयको सम्बन्धन त्यागेर बागमती विश्वविद्यालयको आङ्गिक क्याम्पस बनेको हेटौँडा क्याम्पसका लागि यतिबेला चुनौती र अवसर दुबै उत्तिकै रहेको देखिन्छ । क्याम्पस व्यवस्थापन तथा प्रशासनले चुनौतीको सामना गर्दै अवसरको सदुपयोग गर्न सकेमा थप सफलता पाउने विश्वास गर्न सकिन्छ ।

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, हेटौँडा-८, कमाने
सम्पर्क : ९७४५०२८५५५

मेष : व्यापार–व्यवसाय ठिकै रहने समय योग छ ।
वृष : दान धर्ममा केही रकम खर्च हुने समय योग छ ।
मिथुन : व्यापार–व्यवसाय मध्यमकारक रहने समय छ ।
कर्कट : व्यापार–व्यवसाय ठिकै रहने समय योग छ ।
सिंह : धार्मिक कृत्य र परोपकारमा मन जाने समय योग छ ।
कन्या : पदीय दायित्वमा वृद्धि हुने समय योग छ ।
तुला : प्रतिस्पर्धाका काममा सफल भइने समय योग छ ।
वृश्चिक : अध्ययन–अध्यापन सोचे अनुरुपै होला ।
धनु : घरायसी समस्याले सताउने समय योग छ ।
मकर : प्रतिद्वन्द्वी सजिलै हार्ने समय योग छ ।
कुम्भ : साहसी र पराक्रमी बनिने समय योग छ ।
मीन : असन्तुष्टी र निराशा निराकरण हुँदै जाने योग छ ।

हाट्टहुट्ट वर्ग र संस्थागत विकासका चुनौतीहरु

✍अर्पण पराजुली

जुनसुकै संघसंस्थाको सफलताको मेरुदण्ड त्यहाँ कार्यरत जनशक्ति हुन् । कार्यशैली, आनिबानी र भूमिकाको दृष्टिले संघसंस्थाहरुमा मुख्यतः तीन प्रकारका जनशक्तिहरु कार्यरत रहेको पाइन्छ ।

१. पहिलो प्रकारका जनशक्ति : अत्यन्तै जिम्मेवार, संस्कारयुक्त, नियम कानुनको पालना गर्ने, जवाफदेहिता वहंन गर्ने, मानवतावादी र नतिजा उन्मुख गतिविधि गर्ने किसिमका हुन्छन् । यो वर्ग व्यक्तिगत फाइदा भन्दा धेरै संस्थागत समुन्नति र सामूहिक फाइदाका लागि चिन्तनशील हुन्छन् । संस्थागत उपलब्धिलाई आफ्नो प्रतिष्ठाको विषय सम्झिन्छन् । यस्ता वर्गका जनशक्ति कम बोल्छन् तर संस्थाको हकहित र समृद्धिका लागि सदैव प्रयत्नशील हुन्छन् । यो वर्गलाई कर्मयोगी वर्ग भन्न सकिन्छ ।

२. दोस्रो प्रकारका जनशक्ति : मन लगाएर काम नगर्ने, अरुको चियोचर्चो गर्ने र कमजोरी मात्र खोजिरहने, जहिले पनि, जेमा पनि मैले के पाउँछु भन्ने भावना राख्ने र लाए अह्राएको काम पनि धेरै पटक ताकेता गरेपछि मात्रै बल्ल बल्ल पूरा गर्ने स्वभावका हुन्छन् । कुनै क्षेत्रको थोरै कुरा थाहा पाउने बित्तिकै आफुलाई विज्ञ झैँ सम्झने, हरेक कुरामा अघि बढेर बोली हाल्ने, ठुलोठुलो स्वरमा बोलेर अरुलाई नियन्त्रणमा राख्न खोज्ने, हरेक कुरामा प्रतिक्रिया जनाइहाल्ने र हाकिमहरुको अगाडि भने चाकडी चाप्लुसी गर्न यो वर्ग खप्पिस हुन्छ । काम, जिम्मेवारी, उपलब्धि नतिजा भन्दा पनि तत्कालिन रमाइलो र व्यक्तिगत फाइदामा नै यो वर्ग रमाइरहेको हुन्छ । हाकिम र सहकर्मीहरुलाई पदीय सम्बोधन भन्दा नि नाता सम्बन्धमूलक शब्द जोडेर कुराकानी गर्न र कोसेली बोकेर खुसी पार्न यो वर्ग खप्पिस हुन्छ । सकेसम्म ठुलो बोलेर जित्न खोज्ने यो वर्ग अल्पज्ञानको कारण अरुले कडा प्रतिवाद गरे भने चैं तुरुन्तै गलिहाल्ने प्रकृतिको हुन्छ । स्वर मात्रै ठुलो हुने यो वर्गलाई अरुले आफुलाई रमिताको पात्र बनाइरहेको महसुस नै हुँदैन । यो वर्गलाई हाट्टहुट्ट वर्ग भन्न सकिन्छ ।

३. तेस्रो प्रकारको जनशक्ति : यो वर्ग निष्क्रिय बस्ने, कसैको अस्तित्व नस्विकार्ने, नेतृत्वलाई नमान्ने र आफू नेतृत्व लिन पनि नचाहने, हरेक कुरामा असहमति जनाउने, सानोतिनो जिम्मेवारी पनि सहजै नस्विकार्ने स्वभावको हुन्छ । प्रायः कार्यालयमा अनुपस्थित हुने, उपस्थित हुँदा पनि संस्थागत विकासमा कुनै चासो नै नदिने यो वर्गको मुख्य दाउ दोस्रो अर्थात हाट्टहुट्ट वर्गलाई आफू जस्तै बनाउने हुन्छ । अवसरवादी चरित्रको दोस्रो वर्गलाई आफुतिर आकर्षित गर्न सके आफ्नो संख्या बढ्ने र बसीबसी खान पाइने आश बोकेको तेस्रो वर्गको कारण संस्था जहिले पनि अस्थिरताको जंजालमा फसिरहेको हुन्छ । जोसँग संगत गर्‍यो सुरुमा एकदम असल चरित्र देखाउने र केही समयपछि विस्तारै-विस्तारै उसैको खेदो खन्ने र आफू ठुलो बन्न खोज्ने यो वर्ग आफू मिहिनेत गरेर प्रगति गर्ने होइन कि अरुको प्रगतिलाई रोक्न खोज्ने प्रवृत्तिको हुन्छ । यो वर्ग अरुको चरित्रलाई नकारात्मक रुपमा देखाउनका लागि विभिन्न प्रयत्नहरु गरि रहेको हुन्छ । सुरुमा एकदमै असल जस्तो लाग्ने तर विस्तारै विस्तारै जो नजिक छ उसैलाई ध्वस्त बनाउन सुरु गरिहाल्ने यो वर्गलाई खरानी वर्ग भन्न सकिन्छ ।

जब तेस्रो वर्ग (खरानी वर्ग) को चहलपहल बढ्छ दोस्रो (हाट्टहुट्ट वर्ग) को हिम्मत बढ्छ । आफुलाई विज्ञ सम्झने अनि व्यक्तिगत फाइदा खोज्ने मनोविज्ञानको कारण हाट्टहुट्ट वर्ग उत्तेजित बन्न पुग्छ र जे मन लाग्यो त्यही गर्न थाल्छ । यो अवस्थामा पहिलो (कर्मयोगी) वर्ग निरास हुन्छ अनि कि त संस्था छोडेर जान्छ कि त धमिलिँदो संस्थागत वातावरणमा अपमानित भएको महसुस गर्दै जसोतसो ड्युटी मात्र पूरा गर्ने र बाँकी कुनै पनि रचनात्मक काम नगरी बस्न थाल्छ । यस्तो अवस्थामा संस्थाले दैनिक गतिविधि संचालन गर्न असहज महसुस गर्छ भने कुनै रचनात्मक कामहरु गर्न पनि सक्दैन र प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता समेत कम्जोर हुँदै जान्छ र केही समय पश्चात् संस्था ध्वस्त नै हुन्छ ।

हरेक संस्थाको परिकल्पना पहिलो वर्गको जस्तै कर्मयोगी जनशक्ति प्राप्त गर्ने हुन्छ तर सुरुमै को कस्तो छ चिन्न नसकिने कारण फरक-फरक जनशक्ति संस्थामा आइपुग्छन् । आफैँले भर्ना गरेको जनशक्तिको दूषित मनोविज्ञान र व्यवहारको कारण दिनहुँ संस्था अधोगतितिर लम्कँदा व्यवस्थापन पक्ष आफैं पनि ठूलो तनावमा हुन्छ । जता पनि नाच्न खोज्ने हाट्टहुट्ट वर्ग संस्थाका लागि सबैभन्दा खतरापूर्ण हुन्छ । जता फाइदा देख्छ त्यतै लम्किने यो वर्ग सशक्तीकरणको बदला नियन्त्रणको भावनाबाट निर्देशित हुन्छ । हाट्टहुट्ट वर्गले आफुलाई कहिल्यै कुनै कुरामा सुधार्नु पर्ने महसुस नै गर्दैन । जब तेसो वर्गले इशारा दिन्छ, दोस्रो वर्ग नाच्न थाली हाल्छ । कुनै पनि संघसंस्थाले बेलैमा अफ्नो जनशक्तिको वर्गीकरण गरेर कर्मयोगीलाई प्रोत्साहन, हाट्टहुट्टलाई नियन्त्रण र खरानी वर्गलाई निष्कासन गर्न सकेमा मात्रै संस्थाको प्रगतिमूलक दीर्घजीवन हुन सक्छ ।

सबै संघसंस्थालाई पहिलो वर्गको जनशक्ति प्राप्त गर्ने चाहना हुन्छ । यसका लागि पहिलो शर्त नातावाद/कृपावाद लाद्नु हुँदैन । निष्पक्ष छनौट विधि अपनाउनु पर्छ, उपयुक्त व्यक्तिलाई उपयुक्त जिम्मेवारी दिनु पर्छ । सरुवा, बढुवा, प्रोत्साहन जस्ता कार्यमा कुनै भेदभाव गर्नु हुँदैन । समय समयमा अन्तरक्रिया, भेला, गोष्ठी आदिको आयोजना गर्नुपर्छ । आवश्यकतामा आधारित तालिमहरु पर्याप्त मात्रामा आयोजना गर्नुपर्छ । कार्य सम्पादन मूल्यांकनको आधारमा पुरस्कार र दण्डको नीति सबैलाई उस्तैरुपमा लागु गर्नुपर्छ । नतिजामुखी गतिविधिलाई संस्थाको रणनीतिको रुपमा विकास गर्न सक्नुपर्छ । जनशक्तिको मनोवैज्ञानिक प्रभाव सबै क्षेत्रमा पर्ने भएकोले सकारात्मक मनोविज्ञानको विकासमा चासो वृद्धि गर्नु पर्ने हुन्छ । संस्थाको प्रतिस्पर्धात्मक क्षमता वृद्धि गर्न उपलब्ध जनशक्तिको विकास र परिचालन अत्यन्तै महत्वपूर्ण हुन्छ ।

संस्कारसहितको समृद्धि अनि लक्ष्य अनुरुपको प्राप्तिका लागि बेलैमा आफ्नो जनशक्ति पहिचान गरेर व्यवस्थापन गरिहाल्नु पर्छ । संस्था प्रमुख/प्रशासकले पनि सामाजिक न्यायको सिद्धान्तमा होइन कि कुनै अमुक शक्तिको आड, भरोसामा नीति निर्माण र निर्णय गर्न थाल्छ भने त्यो बेलामा पनि तेस्रो वर्ग नै हावी हुन्छ । प्रतिस्पर्धा गरेर अस्तित्व कायम राख्नु पर्ने विश्वको बदलिँदो परिस्थितिमा संस्थाका सम्भावनाहरु के के हुन् ? संस्थाका कमजोरीहरु के-के हुन् ? अवसरहरु के-के छन् ? चुनौतीहरु के-के छन् ? पहिचान गरेर सामूहिक प्रतिवद्धताका कायम गर्न नसकिएमा संस्था ध्वस्त हुँदै जान्छ । संस्थाको आन्तरिक र बाह्य वातावरणको विश्लेषण गरेर नीति बनाउने र व्यक्तिगत गुण र दोषको आधारमा पुरस्कार र दण्डको नीति अपनाएर जिम्मेवारी दिने अवस्था नभएसम्म लक्ष्य प्राप्ति हुनै सक्दैन । जुनसुकै संस्थामा संस्थागत भावना हुने हो भने व्यक्तिगत लाभ हानिका कुरा दोस्रो प्राथमिकताको विषय हो, पहिलो प्राथमिकता चाहिँ संस्थागत समृद्धि नै हो भन्ने संस्थामा रहेका सबैले बुझ्न जरुरी छ ।

सामाजिक अध्ययन 'घोकेर' होइन, 'बुझेर' सिक्ने

शिक्षकको सुझाव

✍सुमन श्रेष्ठ

सामाजिक अध्ययन विषय विद्यालयमा माध्यमिक तहका लागि अत्यन्तै महत्वपूर्ण विषय हो, जसले विद्यार्थीलाई समाज, देश, राजनीति, भूगोल, अर्थशास्त्र, इतिहास, संस्कृति र असल नागरिकको व्यावहारिक ज्ञान प्रदान गर्छ । यो विषय केवल परीक्षा पास गर्नका लागि मात्रै होइन; जीवनमा सचेत, जिम्मेवार र सक्रिय र असल नागरिक बन्नका लागि पनि सामाजिक विषयको अध्ययन अनिवार्य छ । त्यसैले सामाजिक विषयलाई गहिरो रुपमा बुझ्न र परीक्षामा उत्कृष्ट ग्रेड ल्याउन विद्यार्थीले योजनाबद्ध, अभ्यासमुखी र विश्लेषणात्मक अध्ययन गर्नुपर्छ । तल केही उपयोगी सुझावहरु प्रस्तुत गरिएको छ ।

- सामाजिक अध्ययन विषयका विभिन्न एकाइहरू भूगोल, इतिहास, नागरिक शिक्षा, अर्थशास्त्र, समाजशास्त्र तथ्याङ्कशास्त्र आदि फरक-फरक प्रकृतिका छन् । प्रत्येक एकाइका लागि अलग-अलग अध्ययन योजना बनाउनुपर्छ । उदाहरणका लागि, भूगोलमा नक्सा अभ्यास, इतिहासमा घटनाको क्रम बुझ्ने, र नागरिक शिक्षामा अवधारणात्मक सोच विकास गर्नुपर्छ । दैनिक रूपमा निश्चित समय सामाजिक विषयका लागि छुट्याउनुहोस् र पुनरावृत्ति गर्नुहोस् ।

- सामाजिक अध्ययन 'घोकेर' सिक्ने होइन, 'बुझेर' सिक्ने विषय हो । प्रत्येक विषयको कारण, प्रभाव र नतिजा बुझ्ने प्रयास गर्नुहोस् । विषयमा समावेश गरिएका समस्याहरुलाई समाजको गतिविधिमा जोडेर गहिरो रुपमा बुझ्ने र त्यसका समाधानका लागि भैरहेका उपायहरू बुझ्ने र विश्लेषण गर्ने प्रयास गर्नुहोस् । जसले गहिरो समझ र ज्ञानको विकास हुन्छ ।

- विद्यालयमा शिक्षकले पढाएको कुरा ध्यानपूर्वक सुन्नुहोस् र आफ्नै भाषामा छोटो नोट्स तयार गर्नुहोस् । त्यस्तो नोट तयार गर्दा पाठ्यपुस्तक र विशिष्टीकरण तालिकालाई बुझेर तयार गर्नुहोस् । हप्तामा कम्तीमा एकचोटि सबै नोट्स पुनरावृत्ति गर्नुहोस् ।

- हाम्रो पृथ्वी अध्ययन गर्दा नक्सा अभ्यास अत्यावश्यक हुन्छ । यो अनिवार्य जान्नुपर्ने विषयवस्तु हो । यो परीक्षाका लागि पनि अति महत्वपूर्ण हुन्छ । नेपालको नक्सामा प्रदेश, धार्मिक क्षेत्र, ताल, वन्यजन्तु आरक्षण, प्रमुख सहर, नदी, हिमाल र सिमाना चिन्ने अभ्यास गर्नुपर्छ । यसका लागि अभ्यास र दृश्यात्मक अध्ययनले दीर्घकालीन सम्झना बलियो बनाउँछ ।

- परीक्षामा सोधिने प्रश्नहरूको ढाँचा बुझ्न विगतका वर्षका प्रश्नपत्रहरू अध्ययन गर्नुहोस् । तिनका आधारमा अनुमानित प्रश्नहरू लेख्ने र आफैं उत्तर लेख्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।

- सामाजिक विषयको परीक्षामा सामान्यतया तीन प्रकारका प्रश्नहरू हुन्छन्, अति छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू, छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू र लामो उत्तर दिने प्रश्नहरू । यसमा अति छोटो उत्तर दिने प्रश्नका लागि दुई लाइनदेखि चार लाइनसम्मको उत्तरहरु तयार गर्ने गर्नुपर्छ । छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरूका लागि प्रश्नअनुसार उत्तरहरूलाई बुँदागत रुपमा उल्लेख गर्ने र त्यसको निष्कर्ष पनि लेख्ने यसैगरी लामो उत्तर लेख्दा सुरुमा परिचय, बीचमा मुख्य विचार र अन्त्यमा निष्कर्ष राख्ने अभ्यास गर्नुहोस् । हामीले दिने जवाफ प्रश्नले मागेको विषयवस्तुहरू समेटेको स्पष्ट हुनुपर्दछ ।

- अध्ययनका लागि समय व्यवस्थापन अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ । पढाइ, लेखाइ र विश्राम बीच सन्तुलन राख्नुहोस् । दैनिक तालिका बनाएर समयअनुसार विषयहरू पढ्दा तनाव घट्छ र आत्मविश्वास बढ्छ ।

- परीक्षामा अति छोटो उत्तर ११ वटा आउँछ जसका लागि हामीसँग लगभग २५ मिनेट समय रहन्छ । छोटो उत्तर दिने प्रश्नहरू नौवटा आउनेछ । जसका लागि हामीसँग १ घन्टा २० मिनेट समय रहनेछ । यसैगरी लामो प्रश्न उत्तर चारवटा आउनेछ । यसका लागि १ घन्टा समय रहनेछ । अन्त्यमा १५ मिनेट समय आफ्नो लेखाइ जाँच गर्ने, छुटेका कुनै कुराहरु छन् भने लेख्ने, उत्तरहरुलाई धर्का तानेर छुट्याउने र उत्तरलाई प्रष्ट पार्न समय छुट्याउनु पर्छ ।

- सामाजिक विषय हाम्रै समाजसँग प्रत्यक्ष सम्बन्धित छ । त्यसैले समाचारपत्र, अनलाइन माध्यम वा टेलिभिजनमार्फत देश तथा विश्वका घटनाक्रम समाचार सुन्ने र बुझ्ने बानी बसाल्नुहोस् । यसले अवधारणात्मक र विश्लेषणात्मक सोचलाई बलियो बनाउँछ, जुन परीक्षा र जीवन दुवैमा उपयोगी हुन्छ ।

- कहिलेकाहीँ साथीहरूसँग समूह बनाएर अध्ययन पनि गर्नुपर्छ यसले ज्ञान तथा बुझाइलाई फराकिलो बनाउँछ । एक-अर्कालाई प्रश्न सोध्ने, छलफल गर्ने र उत्तर बुझाउने क्रममा बुझाइ अझ गहिरो हुन्छ ।

- परीक्षाको अन्तिम तयारीमा आत्मविश्वास अति आवश्यक हुन्छ । आफ्नो तयारीमा भरोसा राख्नुहोस् र असफलताको डर नराख्नुहोस् । परीक्षामा आवश्यक सामग्रीहरु पूर्वतयारी गर्नुहोस् जसले गर्दा तपाईंको आत्मविश्वास बढ्छ र डर कम हुन्छ । ध्यान, नियमित अभ्यास र आत्मअनुशासनले सफलतामा पुऱ्याउँछ ।

- यसरी योजनाबद्ध अध्ययन, नियमित पुनरावृत्ति र समसामयिक ज्ञानको संयोजनले विद्यार्थीमा सामाजिक विषयप्रतिको रुचि, समझ र आत्मविश्वास बढाउँछ । परिणामस्वरूप, परीक्षामा उत्कृष्ट ग्रेड ल्याउनु सहज हुन्छ र विद्यार्थीले व्यवहारिक रूपमा पनि सचेत नागरिक बन्न सक्ने क्षमता हासिल गर्छ ।

(श्रेष्ठ हेटौँडा-४ स्थित भुटनदेवी माविको सामाजिक विषय शिक्षक हुनुहुन्छ ।)

महिलालाई कसरी बुझ्ने ?

✍बेनिसा गुरुङ

महिला बिना हाम्रो केही अर्थ नै छैन । हामी सबै यो धर्तीमा यो संसारमा महिलाको कोखबाट जन्मेर आएका हौँ । छोरी मानिसलाई दिदी, बहिनी, साथी वा जीवन साथी सबै महिला नै हुन्छन् । हाम्रो समाजमा अहिले धेरै व्यक्तिले महिलाको भावना कसरी बुझ्ने ? के चाहिन्छ एउटा महिलालाई भन्ने प्रश्न मस्तिष्कमा आउँछन् ।

महिला नरम मनका हुन्छन् । यो सत्य कुरा हो कि पुरुष भन्दा महिलाको मन नरम हुन्छ । महिलालाई थोरै केही नराम्रो भन्दै उनीहरू धेरै सोच्न थाल्छन् । महिलाको भावना छिटै परिवर्तन हुन्छ तर यसको अर्थ यो होइन कि महिला बलियो हुँदैन । साहस गऱ्यौ भने पुरुष जति वा पुरुषभन्दा सफल हुन्छन् महिला तर महिलालाई कसरी खुसी राख्ने त ? महिलाको भावनालाई कसरी बुझ्ने त ?

जब महिला शान्त बस्छन् महिलाको मन र मस्तिष्कमा विभिन्न विचारहरू खेल्छन् । महिला जब रिसाउँछन् उनीहरूको रिस कहिले जित्न सक्दैन । महिलाको जीवनको सुरुवात देखि नै धेरै जिम्मेवारी बोकेर हुर्किन्छन् । छोरी भएर जन्मिदा नै सिमानाहरूको बारेमा सिकाइन्छ । युवती हुँदा सपनाहरू थिचिन्छ, श्रीमति भएपछि सहनुपर्छ र आमा बनेपछि आफ्नै जीवन बिर्सनुपर्छ । यो पीडाको बारेमा महिलाले मात्र बुझ्छन् ।

धेरै जस्तो सम्बन्धमा महिलाको ठूलो भूमिका हुन्छ । तर हरेक सम्बन्धमा महिलालाई चाहिन्छ : सम्मान, सुरक्षा, इमान्दारी र विश्वास । महिलाले प्राय कहिले पनि आफ्नो मनका भावनाको बारेमा भन्दैनन् । महिलाको इशाराले बुझाउन प्रयास गर्छन् । जब महिलाले आफ्नो भावना बुझाउन खोज्छन्, आफूलाई बुझाउँदा बुझाउँदा उनीहरू थाकिसकेका हुन्छन् । पटक पटक महिलाको भावना सम्मान नगरे, महिला मौन हुन्छन् । जब महिला मौन हुन्छन्, उनीहरूको पीडा अझ गहिरो बन्दछ ।

महिलालाई बुझ्नका लागि केही ठूलो कुरा गर्नुपर्दैन, सानो र राम्रो व्यवहार गरे पुग्छ जस्तै राम्रोसँग सुन्ने बानी, उनीहरूलाई मन नपरेको कुरा नगर्ने, महिलाहरूलाई सम्मान गर्ने, महिलालाई आदर गर्ने, जब महिला पीडामा हुन्छिन् उनलाई अझै महत्व दिने, महिलाको खुसीमा रमाउने, महिलालाई सुरक्षित राख्ने, महिलालाई हौसला दिने उनको कमजोरी र दुःखमा साथ दिने ।

प्राय भनिन्छ महिलालाई बुझ्न धेरै गाह्रो हुन्छ । तर सत्य कुरा के हो भने महिलालाई बुझ्न गाह्रो होइन, बुझ्ने प्रयास नगर्नु मुख्य समस्या हो । महिलालाई एउटा फूल वा नरम बोली मै पग्लिएर खुसी हुन्छन् । महिलालाई बुझ्न उनीहरूलाई परिवर्तन गराउनु होइन, उनीहरू जस्तो छन् त्यही रूपमा स्वीकार गर्नु हो । महिलालाई बुझ्न सकिन्छु तर धेरैले बुझ्न चाहँदैनन् ।

कक्षा-८, नवोदय शिशु सदन
हेटौंडा-४

मेरो देश

✍श्रिया बिडारी

मेरो देश, नेपाल तिमी,
संसारकै सुन्दर भूमि ।
हिमाल, पहाड, तराई मिलेर बनेको,
सदा शान्तिको सन्देश दिएको ॥

गौतम बुद्धको जन्मथलो,
वीर गोर्खालीको कर्मस्थल ।
सगरमाथाको देश भनी चिनिन्छौँ
सधैँ हाम्रो मनमा बास गर्छौँ ॥

बहुजातीय, बहुभाषिक समाज,
सबै मिलेर बसेको छ आज ।
विविधतामा एकता हाम्रो पहिचान,
यसैमा छ हाम्रो गौरब, हाम्रो शान ॥

कक्षा-५, रेड रोज इंग्लिस बोर्डिङ स्कूल, हेटौँडा-१६

चित्रकला

निशान्त तामाङ
कक्षा-४, निर्मल मावि, हेटौँडा-१९

सासा श्रेष्ठ
कक्षा-१, नवोदय शिशु सदन
हेटौँडा-४

आस्था साथीको सपना (सेतो कोट)

✍सुमन राय

आस्था साथी, तिमी मुस्कुराउँछ्यौ,
तर तिम्रो मुस्कान पछाडि,
कति अधुरा निद्रा लुकेका छन्,
कति थकित रातहरू,
तिमीबाहेक कसैले देखेको छैन ।

जब संसार निदाउँछ,
तिमी बत्ती बालेर,
किताबसँग कुरा गर्छौं,
अक्षर-अक्षरमा,
सेतो कोटको सपना सिउँदै बस्छ्यौ ।

घरको भित्ताले,
गरिबीका कथा सुनाउँदा पनि,
तिमी कहिल्यै हार मानिनौ,
किनकि तिम्रो मनमा,
अरूको पीडा पुछ्ने,
ठूलो साहस बस्थ्यो ।

असफलताले जब,
आँखा भरी आँसु राखिदियो,
तिमी रोयौ शान्तसँग,
तर सपनालाई एक,
थोपा पनि मर्न दिइनौ ।

तिमीले बुझेकी छ्यौ,
सेतो कोट सजावट होइन,
यो त जिम्मेवारी हो,
रगतले लेखिएको कर्तव्य,
र मानवताको सबैभन्दा पवित्र चिन्ह ।

एक दिन तिमी उभिनेछ्यौ,
अस्पतालको ढोकामा,
हातमा सेतो कोट,
मनमा विश्वास,
र कसैको जीवनमा,
नयाँ बिहान लिएर ।

आस्था साथी,
तिम्रो संघर्ष,
आज कसैले नदेखे पनि,
भोलि तिम्रो सेतो कोटले,
संसारलाई देखाउनेछ,
तिमी कति बलियो थियौ ।

कक्षा-११ (विज्ञान संकाय)
मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पस, हेटौँडा-२

दोषी को ?

✍सम्वृद्धि सुबेदी

विभिन्न घटना घट्दै छन् देशमा
छोरीचेली हराउँदै छन् विविध भेषमा
आखिर कसले गऱ्यो त ?
दोषी को हो त ?
परम्परा छ पीडितलाई दोषी कहल्याउने
छैनन् यहाँ कोही सच्चा दोषी ठहऱ्याउने
डरले चुप बस्न बाध्य छन् सबै
के हुन्छ भन यो देशमा अब ?

दिनदहाडै यहाँ सुरक्षा छैन
गलत गर्नेको मुखमा बोली छैन
इज्जत बचाउन सत्य छोपिदिन्छन्
घुस दिएर मुखमा ताल्चा ठोकी दिन्छन्

प्रश्न सोध्छन् न्याय दिलाउँदैनन्
नारीलाई स्वतन्त्र बाँच्न कहिल्यै दिँदैनन्
दोषी खोज्दा पीडित तिर औँला फर्काइन्छ
न्यायको खोजीमा वर्षौं वर्ष पर्खाइन्छ ।

सुरक्षित छैनन् यहाँ छोरीचेलीहरू
निमर्म रुपमा मारिँदै छन् निर्मला, सुस्मिताहरु
न्याय कहिले पाउने हो केही भर छैन
नेपालको कानुन यहाँ बुझिसाध्य छैन ।

आवाज उठाउँदा बदनाम हुने डर
छैन यहाँ कसैलाई कसैको भर
आखिर गल्ती कसले गऱ्यो त ?
भन सरकार दोषी को त ?

कक्षा-८, नवोदय शिशु सदन, हेटौँडा-४

विद्यार्थी परिचय

आसियान खातुन
कक्षा-९, भुटनदेवी मावि

आसियान खातुन हेटौँडा-४ स्थित भुटनदेवी माध्यमिक विद्यालयमा कक्षा ९ मा पढ्दै हुनुहुन्छ । उहाँको घर रौतहट रहेको छ भने उहाँ हेटौँडा-२ मा बसेर अध्ययन गर्दै आइरहनुभएको छ । उहाँको घरमा मम्मी, बाबा र उहाँको दुईजना भाइहरू हुनुहुन्छ । उहाँको एउटा भाइ ८ र एउटा भाइ ५ कक्षामा अध्ययनरत हुनुहुन्छ । उहाँको आमा गृहिणी हुनुहुन्छ भने उहाँको बाबाले सिलाई गर्ने गर्नुहुन्छ ।

उहाँलाई भविष्यमा डाक्टर बनेर अरुको सेवा गर्ने चाहना रहेको बताउनुहुन्छ । डाक्टरले अरुको सेवा गर्ने भएकाले र उहाँलाई दुर्गम क्षेत्रमा दुःखी गरिबको सेवा गर्ने चाहना रहेको बताउनुहुन्छ । उहाँलाई व्याडमिन्टन र भलिबल खेल्न एकदमै मनपर्छ । उहाँलाई खाली समयमा किताब पढ्न पनि त्यत्तिकै मनपर्छ । उहाँ विद्यालयले आयोजना गर्ने सबै किसिमका कार्यक्रमहरूमा भाग लिने गर्नुभएको छ । उहाँलाई साहित्यिक क्षेत्रमा रुचि रहेको बताउनुहुन्छ ।

राम्रो बानी

✍सायरा कार्की

बिहान उठी सफा हुन्छ,
दाँत माझी मुस्कान बुन्छु ॥

ठूला साना सबैलाई,
नम्र बोली सम्मान दिन्छु ॥

कक्षामा शान्त बस्छु म,
हात उठाई बोल्छु म ॥

साथीलाई माया गर्छु,
मिलेर सधैँ खेल्छु म ॥

सफा रहन्छ मेरो कक्षा,
पढाईमा मन लगाउँछु ॥

राम्रो बानी रोजेर म,
असल बच्चा बन्छु म ॥

कक्षा-३, कमाने एकेडेमी, हेटौँडा-८

आमा

✍हर्षिका घिमिरे

शरीरमा बग्ने खुन आमाको
नभुल तानेको थुन आमाको
समय भन्दानी हजारौँ गुणा
अमूल्य हुन्छ गुण आमाको ॥

उसैको कामना पूरा हुनेछ
जो फेरिदिन्छ उन आमाको ॥

अरुलाई भुली तिमीलाई मात्र
हुन्छ हसाउँने धुन आमाको
हुर्केर सन्तानले पाल्दछ भनी
नहोला र रहर कुन आमाको ॥

कक्षा-५, रेड रोज इंग्लिस
बोडिङ स्कुल, हेटौँडा-१६

बुधबारे सालसाहित्य

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

सूचना !! सूचना !! सूचना !!

Biometric Verification गर्ने सम्बन्धमा ।

प्रस्तुत विषयमा हेटौँडा उपमहानगरपालिकाको च.नं. ३६०३ को मिति २०८२/१०/२५ को प्राप्त पत्रानुसार सामाजिक सुरक्षा भत्ता लिने लाभग्राहीहरुले नयाँ निवेदन दर्ता तथा नवीकरण गर्दा Biometric verification गरेकोमा विविध कारणले Biometric verification नभएका सम्पूर्ण लाभग्राहीहरुको Biometric verification फागुन १ गते देखि १५ गतेसम्म गर्नुपर्ने भएको र फागुन १५ गतेभित्र Biometric verification नभएका लाभग्राहीहरुको सामाजिक सुरक्षा भत्ता नआउने हुनाले यथाशिघ्र यस वडा कार्यालयमा सम्पर्क राखी Biometric verification गर्न गराउन हुनका साथै सो अवधिमा Biometric verification नगरेमा सामाजिक सुरक्षा भत्ता नपाईने हुँदा सो को जिम्मेवारी सोही लाभग्राही रहने व्यहोरा निर्देशनअनुसार जानकारीका लागि यसै सूचनाद्वारा सम्बन्धित सबैमा सूचित गराईन्छ ।

१ नम्बर वडा कार्यालय
हेटौँडा उपमहानगरपालिका मकवानपुर
बागमती प्रदेश, नेपाल

समृद्धि प्रकाशन प्रा. लि.
हेटौँडा, मकवानपुर

के तपाई आफ्नो व्यवसायको विज्ञापन गरेर व्यावसायिक प्रवर्द्धन गर्न चाहनुहुन्छ ? यदि त्यसो हो भने सम्पर्क गर्नुहोस्
०५७-५२६८३०

बालज्योति माविलाई १३ लाखभन्दा बढी सहयोग प्राप्त

स्वर्ण महोत्सवको अवसरमा आयोजित खेलकुदमा विजयी खेलाडीलाई पुरस्कृत गरिँदै ।

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडा-५, पिप्लेस्थित बालज्योति माध्यमिक विद्यालयले स्वर्ण जयन्तीको अवसरमा १३ लाख रुपैयाँभन्दा बढी सहयोग प्राप्त गरेको छ । स्वर्ण जयन्तीको अवसरमा मंगलबारसम्म विद्यालयमा १३ लाख ६५ हजार रुपैयाँ सहयोग प्राप्त भएको प्रधानाध्यापक भरत अर्यालले जानकारी दिनुभयो ।

स्वर्ण जयन्तीको अवसरमा विद्यालयको कक्षा ६ र ७ मा अध्ययनरत विद्यार्थीद्वय निमा थिङ र अभियान थिङले ११ हजार १ सय ११ रुपैयाँ सहयोग गरेका छन् । विद्यालयलाई सहयोग गर्नेहरुमा बागमती प्रदेशकी मुख्य न्यायाधीवक्ता एवम् पूर्वविद्यार्थी अप्सरा बस्नेतले १० हजार १ सय ५५ रुपैयाँ प्रदान गर्नुभएको छ ।

यसैगरी, नेपाल विद्युत् प्राधिकरणका सहायक प्रबन्धक इन्जिनियर प्रितमराज विष्टले ६० हजार ७५ रुपैयाँ, जीवन न्यौपाने र राजन न्यौपानेले संयुक्त रूपमा ५५ हजार ५ सय ५५ रुपैयाँ तथा गोविन्दप्रसाद दुलाल र झुमाकुमारी दुलालले ५२ हजार ४ सय ७५ रुपैयाँ सहयोग गर्नुभएको छ । पूर्व सहायकप्रधानाध्यापक वरदराज भारद्वाज वाग्ले र श्रीमती कावेरी वाग्लेले ४१ हजार ९ सय ४६ रुपैयाँ, जानुका पराजुली अधिकारीले ३० हजार रुपैयाँ, अञ्जु लामा र अनिश सापकोटाले जनही २० हजार १ सय ११ रुपैयाँ सहयोग गरेका छन् । यस्तै, बालज्योति योग साधना केन्द्रले १८ हजार ८५ रुपैयाँ सहयोग गरेको छ । स्वर्ण महोत्सवमा १५ लाख रुपैयाँ खर्च हुने अनुमान गरिएको र सहयोग आउने क्रम अझै जारी रहेको प्रधानाध्यापक अर्यालको भनाइ छ । ५ हजार रुपैयाँभन्दा बढी सहयोग गर्ने दाताहरूको नाम विद्यालयको शिलालेखमा लेखिने उहाँले जानकारी दिनुभयो ।

स्वर्ण जयन्तीको अवसरमा विद्यालयले मंगलबार अभिभावक अभिमुखीकरण तथा अन्तरक्रिया कार्यक्रम आयोजना गरेको थियो । कार्यक्रममा 'बालबालिकाप्रति अभिभावकको भूमिका' विषयमा मामाघर नेपालका सञ्चालक अर्पण पराजुली र ब्रह्मकुमारी राजसेवा सेवा केन्द्रका विजयराज सिग्देलले अभिमुखीकरण गराउनुभएको थियो । विविध कार्यक्रमसहित विद्यालयले माघ १९ गतेदेखि मनाउन सुरु गरेको स्वर्ण जयन्तीको आज बुधबार समापन कार्यक्रम हुँदैछ ।

दुई दिनमा ८७ जनाले रक्तदान गरे

समाज संवाददाता

हेटौँडाः दुई दिनमा रक्तदान कार्यक्रमबाट ८७ जनाले रक्तदान गरेका छन् । सोमबार र मंगलबार छुट्टाछुट्टै भएको रक्तदान कार्यक्रममा ८७ जनाले रक्तदान गरेका हुन् ।

मंगलबार अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोग हेटौँडाको आयोजनामा भएको रक्तदान कार्यक्रममा २३ जनाले र क्तदान गरेको रक्तसञ्चार केन्द्र हेटौँडाका प्राविधिक किशोर सापकोटाले जानकारी दिनुभयो । यस्तै, सोमबार निजगढ-६ मा रहेको श्रीकृष्ण प्रणामी धर्म महोत्सवको आयोजनामा भएको खुला रक्तदान कार्याक्रममा ६४ जनाले रक्तदान गरेका थिए । आगामी फागुन १ गते मनहरी र २ गते हेटौँडामा रक्तदान कार्यक्रम रहेको प्राविधिक सपकोटाले जानकारी दिनुभयो । रक्तदान कार्याक्रममा रक्तसञ्चार केन्द्र हेटौँडाको प्राविधिक सहयोग रहेको थियो । दैनिकजसो रक्तदान कार्यक्रम भएकाले केन्द्रमा अहिले रगत अभाव नरहेको प्राविधिक सापकोटाले जानकारी दिनुभयो ।

सामुदायिक रेडियो, रेडियो निकास ९३.४ मेगाहर्ज
सुनौं र सुनाऔं

हेटौँडामा फागुन ८ गतेदेखि राष्ट्रपति रनिङशिल्ड

समाज संवाददाता

हेटौँडाः हेटौँडा उपमहानगर पालिकामा आगामी फागुन ८ गतेदेखि राष्ट्रपति रनिङशिल्ड प्रतियोगिता आयोजना हुने भएको छ । उपमहानगरपालिकास्तरीय राष्ट्रपति रनिङशिल्ड प्रतियोगिता फागुन ८ गतेदेखि १० गतेसम्म हुने आधुनिक र ाष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालयका शिक्षक एवम् कार्यक्रम संयोजक राजाराम पोखरेलले जानकारी दिनुभयो ।

संयोजक पोखरेलका अनुसार हेटौँडा-४ स्थित हुप्रचौरमा प्रतियोगिता हुनेछ । राष्ट्रपति रनिङशिल्ड प्रतियोगिता अन्तर्गत उसु, कराँते, तेक्वान्डो, भलिबल, कबड्डी र एथ्लेटिक्स विधाका खेलहरु हुनेछ । मार्चपास प्रतियोगितामा प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुनेले क्रमशः ७ हजार, ५ हजार र ३ हजार रुपैयाँ पुरस्कार पाउनेछन् । प्रतियोगिताका विजेता खेलाडीहरुले फागुन ११ गतेदेखि हुने जिल्लास्तरीय राष्ट्रपति रनिङशिल्ड प्रतियोगितामा सहभागी हुने पाउने कार्यक्रम संयोजक पोखरेलले जानकारी दिनुभयो ।

इच्छुक विद्यालयहरुले फागुन ६ गतेसम्म हेटौँडा-४ स्थित आधुनिक राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालयमा सम्पर्क गरेर टिम दर्ता गराउन सक्नेछन् । हेटौँडा उपमहानगरपालिकामा हाल ७३ वटा माध्यमिक विद्यालयहरु रहेका छन्, जसमध्ये ३५ देखि ४० वटा विद्यालयले प्रतियोगितामा सहभागी हुने अनुमान गरिएको छ । प्रत्येक विद्यालयबाट कम्तिमा ६० जना विद्यार्थी सहभागी हुने अनुमान गरिएको संयोजक पोखरेलले बताउनुभयो ।

विद्यार्थीलाई न्यानो कपडा सहयोग

समाज संवाददाता

हेटौँडाः मकवानपुरे समाज काठमाडौंले चित्लाङको सामुदायिक विद्यालयमा अध्ययनरत १ सय ६१ जना विद्यार्थीहरूलाई ट्र्याक सुट सहयोग गरेको छ । सोमबार थाहा नगरपालिका-९ स्थित तीन वटा सामुदायिक विद्यालयहरूमा करिब पौने २ लाख रुपैयाँ बराबरको ट्र्याक सुट वितरण गरिएको मकवानपुरे समाज काठमाडौंका अध्यक्ष अरुण गुरुङले जानकारी दिनुभयो ।

अध्यक्ष गुरुङका अनुसार कालीदेवी आधारभूत विद्यालयका ४० जना, जनक प्राथमिक विद्यालयका ४० जना र महालक्ष्मी प्राथमिक विद्यालयका ८१ जना बालबालिकालाई ट्र्याक सुट वितरण गरिएको हो । विभिन्न पेसा, व्यवसाय र अन्य कारणले काठमाडौंमा बसोबास गर्दै आएका मकवानपुरेहरूको सक्रियतामा स्थापित यस संस्थाले प्रत्येक वर्ष यस्ता समाजिक कार्यहरु गर्दै आएको अध्यक्ष गुरुङको भनाइ छ ।

यस कार्यक्रमका लागि संस्थाका उपाध्यक्ष दिलिप श्रेष्ठले सहयोग गर्नुभएको थियो । कपडा वितरण कार्यक्रममा संस्थाका सदस्य सरिता कार्की, पूर्व सल्लाहकार रोशन शर्मा र निलम श्रेष्ठको उपस्थिति रहेको थियो ।

बागमतीमा खुला दौड हुने

समाज संवाददाता

हेटौँडाः मकवानपुरको बागमती गाउँपालिकामा प्रथम खुला दौड प्रतियोगिता आयोजना हुने भएको छ । मंगलबार पालिकाले एक सूचना जारी गर्दै खेलकुद विकास समितिको आयोजनामा फागुन १ गते शुक्रबार प्रतियोगिता सञ्चालन हुने जनाएको छ ।

दौड फापरबारी चेकपोष्टबाट सुरु भई बागमती-८, शान्तिपुर हुँदै बागमती गाउँपालिकाको कार्यालय, बागमती-४, झुरझुरेमा पुगेर समापन हुनेछ । प्रतियोगितामा १६ वर्ष उमेर पूरा गरेका पुरुषहरुले सहभागिता जनाउन सक्नेछन् । प्रतियोगिता बिहान ८ बजे सुरु हुनेछ ।

प्रतियोगितामा प्रथम हुनेलाई २५ हजार, द्वितीयलाई १५ हजार र तृतीयलाई १० हजार रुपैयाँ नगद पुरस्कार प्रदान गरिनेछ । सान्त्वनास्वरूप पाँच जनालाई जनही २ हजार रुपैयाँ प्रदान गरिने आयोजकले जनाएको छ । विजेताहरूलाई नगद पुरस्कारसहित ट्रफी, मेडल र प्रमाणपत्रसमेत प्रदान गरिनेछ ।

आयोजक समितिका अनुसार प्रतियोगितामा सहभागी हुनेलाई नम्बर अङ्कित टिसर्ट उपलब्ध गराइनेछ भने प्रतियोगितामा सहभागी हुनेले आफू शारीरिक तथा मानसिकरूपमा तन्दुरुस्त रहेको पुष्टि गर्ने मेडिकल रिपोर्ट वा स्वघोषणापत्र पेस गर्नुपर्ने सूचनामा उल्लेख गरिएको छ । गाउँपालिकाले उक्त प्रतियोगिता खेलकुद विकास, स्वास्थ्य प्रवर्द्धन तथा युवालाई खेलतर्फ आकर्षित गर्ने उद्देश्यले आयोजना गरिएको जनाएको छ । आयोजकले सबैलाई नियमको पालना गर्दै अनुशासित र सुरक्षित रूपमा प्रतियोगितामा सहभागी हुन आग्रह गरेको छ ।

सालक सम्मेलन...

सालकको अवस्था, विद्यमान चुनौतीहरु र संरक्षणको बारेमा मुख्य कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नुभएको थियो । सालक संसारमा सङ्कटापन्न अवस्थामा रहेको स्तनधारी प्राणी मध्येको एक हो । नेपालको ६१ वटा जिल्लामा सालक पाइने भए तापनि देशभर यसको संख्या करिब ५ हजारको हाराहारीमा मात्रै रहेको डीएफओ अचार्यले बताउनुभयो ।

सम्मेलनमा मकवानपुर जिल्लामा सालकको अवस्था बारे डिभिजन वन कार्यालय मकवानपुरका डिभिजन वन अधिकृत राकेश चन्द्रवंशीले कार्यपत्र प्रस्तुत गर्नुभयो । त्यस्तै, डा. हरि शर्माले सालकको विस्तारबारे प्रस्तुतिकरण गर्नुभएको थियो । कार्यक्रममा 'सालक संरक्षणमा सरोकारवालाको भूमिका' विषयक प्यानल छलफल समेत भएको थियो । उक्त छलफलमा नीति निर्माण तहका प्रतिनिधि र सामुदायिक वनका प्रतिनिधिहरूबीच सालक संरक्षणको व्यावहारिक र कानूनी पक्षबारे बहस भएको थियो । सालकलाई बागमती प्रदेशको गौरवशाली प्राणी घोषणा गर्ने र यसको संरक्षणमा नीति कार्यक्रमसहितको उचित बजेट व्यवस्थापन गर्ने वन मन्त्री केसीले प्रतिवद्धता व्यक्त गर्नुभयो । सम्मेलनमा संघीय तथा प्रदेश वन तथा वातावरण मन्त्रालय मातहतका निकायहरु, संरक्षण साझेदार संघ संस्थाहरु, संरक्षणकर्मी, विज्ञ, समुदायमा आधारित वन उपभोक्ता समूह लगायत सरोकारवाला निकायहरुले 'किसानको साथी' भन्ने मूल नाराका साथ सालक संरक्षणका लागि माडी घोषणापत्र २०८२ जारी गरेका छन् ।

हार्दिक श्रद्धाञ्जली

जन्म :
२००१ पुस २२ गते

स्वर्गारोहण :
२०८२ माघ १९ गते

स्व. पिताम्बर थपलिया

मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसका सहायक प्राध्यापक भानुभक्त थपलियाका पुजनीय बुबा **पिताम्बर थपलिया**को निधनको खबरले हामी मर्माहत भएका छौं । यस दुखद् घडीमा स्वर्गीय बुबाप्रति श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दै दिवंगत आत्माको चिरशान्तिको कामना गर्दछौं । साथै शोकसन्तप्त परिवारजनप्रति हार्दिक समवेदना व्यक्त गर्दछौं ।

पब्लिक क्याम्पस प्राध्यापक संघ मकवानपुर
बहुमुखी क्याम्पस इकाई परिवार
हेटौँडा-२, मकवानपुर

बालबालिकालाई मैत्रीपूर्ण वातावरणमा पढ्न, लेख्न सिकाउन अभिभावक जिम्मेवार बनौं ।
समृद्धि प्रकाशन प्रा. लि.
हेटौंडा, मकवानपुर

हेटौँडा 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

हेटौँडा रिफरेन्स ल्याबरोटरी

हेटौँडा-१, भिन्तुनापथ सम्पर्क फोन नं.: ०५७-५२०४५७

वास्तु किन चाहिन्छ ?

Scientific & Modern
तरिकाबाट वास्तु गर्न चाहनुहुन्छ ?

❖ पन्चतत्व सन्तुलित राख्न,
❖ वास्तुदोषबाट हुने हानी/नोक्सानीबाट जोगिन,
❖ घर/जग्गाबाट लाभ/हानी थाहा पाउन,
❖ गृहस्थी जीवन सन्तुलन राख्न,

वास्तु घरको मेरुदण्ड हो, यसले पञ्चतत्व (अग्नी, आकास, जल, वायु र पृथ्वी) सन्तुलन गर्दछ ।

❖ वैदिक वास्तुमा आधारित रहेर Scientific & Modern Vastu गराउँदा, बनी सकेको घरको तोडफोड नगरिकन वास्तुदोष निवारण गर्न सकिन्छ ।

तपाईको जन्म मिति र मोबाईल नम्बरबाट शुभ अंक निकाल्न र अंकको प्रभावबाट सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन चाहनुहुन्छ भने हामीलाई सम्झनुहोस् ।

निशूल्क परामर्श
❖ Mobile Numerology,
❖ Crystal Remedy

Contact :
Sanukajis Ghalan
9766120056
9824224095

समृद्धि प्रकाशन प्रा.लि. द्वारा प्रकाशित, ठेगाना: हेटौँडा-४, अजरअमररोड, ०५७-५२६८३०, Email:sambridhasamaj@gmail.com, website:www.samriddhasamaj.com, प्रबन्ध निर्देशक: रोजिना श्रेष्ठ, सम्पादक: सुरेश श्रेष्ठ