धमिलो मुहानबाट सफा पानीको अपेक्षा

✍ नगेन्द्रराज पौडेल ३

सिटी डेन्टल

आधुनिक प्रविधिबाट सञ्चालित यहाँ नयाँ प्रविधिबाट दाँत लगाउनुको साथै मुख तथा दाँतसम्बन्धी सम्पूर्ण उपचार गरिन्छ ।

यसको शाखा मधुमल्लामा पनि खुलेको छ ।

दमक-६, झापा
फाल्गुनन्द चौक
फोन: ०२३-५७५४०९

जि.प्र.का.झापा द.नं.६९। ०५७/०५८

सत्यता, स्वतन्त्रता र निष्पक्षता हाम्रो प्रतिबद्धता

राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वसन्देश

PURBA SANDESH NATIONAL DAILY

purbasandesh.com

आमा डेन्टल केयर प्रा. लि.

दमक-६, थानारोड (प्रधान कार्यालय)
सम्पर्क नम्बर : 023-572643/9814912500
दमक–१, रबि स्टेन्ड गेट नजिक (शाखा कार्यालय)
सम्पर्क नम्बर: 023-577816

हाम्रा उपलब्ध डाक्टरहरु

१. डा. प्रनेस श्रेष्ठ (MDS- Orthodontist)
२. डा. सुस्मिता नेपाल (BDS- Dental Surgeon)
३. डा. मीरा आचार्य (BDS- Dental Surgeon)

नोट : हप्ताको सातै दिन दन्त उपचार सेवा उपलब्ध छ ।

❑ वर्ष-२१ ❑ अंक - ११८ ❑ २०८३ वैशाख १६ गते बुधबार ❑ Wednesday, 29 April 2026 ❑ मूल्य ७ /-

झापामा अतिक्रमित जग्गाको तथ्यांक संकलन शुरू

✍ पूर्वसन्देश समाचार

दमक/ देशभर सार्वजनिक तथा सरकारी जग्गा खाली गराउने अभियान तीव्र भइरहेका बेला झापामा अतिक्रमित जमिनमा बसोबास गर्दै आएका परिवारको विस्तृत विवरण संकलन सुरू गरिएको छ ।

सरकारी स्वामित्वका जग्गा, ऐलानी तथा पर्ती क्षेत्रका साथै गुठी संस्थान अन्तर्गतका जमिनमा बसोबास गर्ने परिवारको तथ्यांक संकलन गर्न प्रहरी संयन्त्र सक्रिय बनाइएको हो। नेपाल प्रहरी प्रधान कार्यालयको निर्देशनअनुसार जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाले मातहतका इकाइहरूलाई स्थानीय तहसँग समन्वय गरेर विवरण संकलन गर्न निर्देशन दिएको छ ।

यसअन्तर्गत इलाका प्रहरी कार्यालय अनारमनी, इलाका प्रहरी कार्यालय दमक, इलाका प्रहरी कार्यालय काँकडभिट्टा, इलाका प्रहरी कार्यालय गौरीगञ्ज, इलाका प्रहरी कार्यालय झिलझिले, इलाका प्रहरी कार्यालय बनियानी, इलाका प्रहरी कार्यालय कुमरखोद, वडा प्रहरी कार्यालय भद्रपुर तथा फुलबारी प्रहरी चौकी र हल्दिबारी प्रहरी चौकीलाई आ-आफ्नो क्षेत्रमा रहेका बस्तीको अवस्था संकलन गर्न खटाइएको छ ।

जिल्ला प्रहरी कार्यालयले वैशाख १० गते मातहतका निकायलाई पत्राचार गर्दै आवश्यक विवरण यथाशीघ्र पठाउन निर्देशन दिएको थियो। त्यसपछि प्रहरी इकाइहरूले स्थानीय तहसँग समन्वय गरी काम अघि बढाएका छन्।

बिर्तामोड नगरपालिका-५ का वडाध्यक्ष रोहित प्रसाईंका अनुसार पत्र प्राप्त भएसँगै वडा क्षेत्रमा रहेका परिवारको विवरण संकलन कार्य सुरू गरिएको छ । सबै तथ्यांक एकैपटक संकलन गर्न केही समय लाग्ने उनले बताए ।

नगरपालिकाभित्र सुकुमबासी परिवारको संख्या तुलनात्मक रूपमा वडा नम्बर ५ मा बढी रहेको प्रारम्भिक तथ्यांकले देखाएको छ। उक्त क्षेत्रमा मात्रै ३५२ परिवार सरकारी जग्गामा बसोबास गर्दै आएको उल्लेख गरिएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाका सूचना अधिकारी खगेन्द्रबहादुर खड्काले केही स्थानीय तहबाट विवरण आउन थालेको जानकारी दिए। उनका अनुसार अन्य पालिकाबाट पनि क्रमशः तथ्यांक प्राप्त हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

मेयर थापाको आग्रह

दमक नगरपालिकाका प्रमुख रामकुमार थापाले जिल्ला प्रशासन कार्यालय झापाको पछिल्लो गतिविधिप्रति असन्तुष्टि जनाएका छन् । सुकुम्बासी बस्ती तथा सरकारी जग्गा अतिक्रमणको विषयमा प्रशासनले स्थानीय सरकारलाई पत्र पठाएको सन्दर्भमा प्रतिक्रिया दिँदै मेयर थापाले "जिप्रका नगर सरकारको तालुकदार निकाय होइन" भन्ने स्पष्ट धारणा सार्वजनिक गरेका हुन् । उनले नेपालको संघीय संरचनाअनुसार स्थानीय तह स्वतन्त्र सरकार भएको उल्लेख गर्दै प्रशासनले निर्देशनात्मक शैलीमा पत्राचार गर्नु अधिकार क्षेत्र मिचिएको संकेत भएको बताए । "समन्वय आवश्यक हुन्छ, तर एकतर्फी आदेश स्वीकार्य हुँदैन," मेयर थापाको भनाइ रहेको छ।

मेयर थापाले सुकुम्बासी व्यवस्थापन जस्तो बाँकी ४ पेजमा ▸▸

दमक नपाद्वारा विकास निर्माणका संरचनाको निरन्तर अनुगमन

दमक/केही दिनदेखि दमक नगरपालिकाले नगर क्षेत्रभित्रका विभिन्न वडाहरूमा भएका विकास निर्माणका कामहरूको निरन्तर अनुगमन गर्दै आएको छ । अहिलेसम्म आधा वडाको अनुगमन सकेको नगरपालिकाले मंगलबार वडा नं. ९ र ४ को अनुगमन गरेको छ । दमक नगरपालिकाका नगरप्रमुख रामकुमार थापा, उपप्रमुख रेगिना भट्टराई प्रसाई, वरिष्ठ प्रशासकीय अधिकृत यज्ञप्रसाद निरौला, वडा नं. ९ का वडाअध्यक्ष कुवेर भट्टराई, पूर्वाधार विकास शाखा प्रमुख अनन्त प्रसाद सेनेहाङ, इन्जिनियर र प्राविधिकहरूको टोलीले अनुगमन गरेको हो ।

अनुगमनका क्रममा पहिलो तार्गेट शैक्षिक संस्थालाई बनाइएको थियो । दमक-९ मा सञ्चालित सरस्वती माध्यमिक विद्यालयमा प्रदेश सरकारको बजेटबाट निर्माण भईरहेको भवनको निरीक्षण गरिएको थियो । सोही विद्यालयको कम्पाउण्डमा बन्दै गरेको बास्केटबल कोर्टको पनि अवलोकन गरिएको थियो ।

यसैगरी सो वडाका प्रदेश सरकराको योजनामा बन्दै गरेका बाटाहरूको अनुगमन गरिएको छ । सिर्जनशिल टोलदेखि वडा कार्यालयसम्म सो बाटो बनिरहेको र पिच नभएर लकिङ टायल विच्छ्याउने योजना रहेको वडाअध्यक्ष कुवेर भट्टराईले बताए । यसैगरी देउराली टोलमा वडास्तरीय योजना ७ लाखको बजेटमा ठेक्काबाट काम भईरहेको बाँकी ४ पेजमा ▸▸

मौसम पूर्वानुमान महाशाखा प्रक्षेपण

आज देशभर वर्षासहित हावाहुरीको सम्भावना

दमक । आज बुधबार देशभर पानी पर्ने आकलन जल तथा मौसम विज्ञान विभाग, मौसम पूर्वानुमान महाशाखाले गरेको छ । गत शनिबारदेखि पानी पर्ने, बादल लाग्ने भइरहेकामा मंगलबार रातिबाट भने प्रि-मनसुन सक्रिय हुने देखिएको छ । पश्चिमी र स्थानीय वायुको साथै नेपालको पूर्वी भूभाग नजिक तल्लो वायुमण्डलमा रहेको न्यूनचापीय क्षेत्रको प्रभावका कारण बुधबार कोशी, मधेश, बागमती, गण्डकी र लुम्बिनीका धेरै स्थानमा पानी पर्ने आकलन छ । त्यस्तै, बुधबार कर्णाली र सुदूरपश्चिमका केही स्थानमा पनि पानी पर्ने देखिन्छ । तर, कोशीका पहाडी भूभागका एक-दुई स्थानमा भने ठुलो वर्षाको पनि सम्भावना छ ।

विभागका प्रवक्ता विभूति पोखरलेका अनुसार प्रि-मसुनको सिजन भएकाले मेघगर्जन, चट्याङ र हावाहुरीको सम्भावना रहन्छ । 'आज राति कोशीका धेरै स्थान मधेश, बागमती र गण्डकीका केही स्थानमा पानी पर्ने देखिन्छ, भोलि अझ विस्तार भएर देशभर पानी पर्ने आकलन छ,' उनले भनिन् । बुधबार राति कोशी, मधेश, बागमती र गण्डकी प्रदेशको धेरै स्थान तथा लुम्बिनी, कर्णाली र सुदूरपश्चिमका पहाडी र हिमाली भूभागका थोरै स्थानमा मध्यमसम्मको वर्षाको सम्भावना छ । लुम्बिनी र सुदूरपश्चिम प्रदेशको तराई भूभागका एक-दुई स्थानमा पनि मध्यमसम्मको वर्षाको आकलन छ ।

बिहीबार भने मौसममा केही सुधार हुने आकलन छ । बिहीबार दिउँसो हिमाली र पहाडी भूभागका केही स्थान तथा तराई भूभागका थोरै स्थानमा मध्यमसम्मको वर्षाका सम्भावना रहेको छ ।

बुधबार हावाहुरी पनि चल्ने

आजर साँझ देशका विभिन्न क्षेत्रमा हावाहुरी पनि चल्ने सम्भावना छ । महाशाखाका अनुसार सुदूरपश्चिमका डडेलधुरा र डोटीसहित आसपासका जिल्ला, लुम्बिनीका बर्दिया, बाँके, दाङ र अर्घाखाँचीसहित आसपासका जिल्लामा हावाहुरीको सम्भावना छ । त्यस्तै, मधेशका धनुषा र बारासहित आसपासका जिल्ला र कोशीका मोरङसहित बाँकी ४ पेजमा ▸▸

नयाँ शैक्षिक शत्र शुरु

दमक/ मंगलबार देखि नयाँ शैक्षिकसत्रको औपचारिक शुरूवात भएको छ । सरकारको निर्णयअनुसार वैशाख १५ गतेदेखि विद्यालय तहको शैक्षिकसत्र सुरू गरिएको हो । विगतमा वैशाख २ गतेदेखि शैक्षिकसत्र सुरू हुँदै आएकामा वार्षिक परीक्षा नसकिँदै निजी विद्यालयले भर्ना लिने क्रम रोक्न र इन्धनको असहज आपूर्ति हुने स्थितिमा वैशाख १५ गतेदेखि विद्यालयमा भर्ना सुरू गर्ने निर्णय गरेको थियो । तर कतिपय स्थानीय तहको सहजीकरणमा वैशाख १५ गतेअगावै विद्यार्थी भर्ना भइसकेको छ ।

सरकारले निजी (संस्थागत) विद्यालयहरूमा लिइँदै आएको कानुनविपरीत भर्ना र अन्य शुल्क फिर्ता गराउन गत चैत २२ गते निर्देशन दिएको थियो । शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयले कानुनविपरीत लिइएको भर्ना शुल्क र संस्थागत विद्यालय शुल्क निर्धारण माापदण्ड निर्देशिका, २०७२ द्वारा निर्धारितबाहेक अन्य शुल्कलाई फिर्ता गराउन कानुनी प्रक्रिया अघि बढाउन सम्बन्धित सबै स्थानीय तहहरूलाई अनुरोध गरेको थियो । विद्यार्थीको वार्षिक परीक्षाको परीक्षाफल प्रकाशित नभएको र शैक्षिक सत्र सुरू नभएको तथा शिक्षा नियमावली, बाँकी ४ पेजमा ▸▸

जलेका गाडीको नाममा ईन्धन दुरुपयोग

काठमाडौं/ स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालयमा भदौ २४ गते जेन-जी आन्दोलनको क्रममा जलाइएका गाडीका नाममा इन्धन खर्च भइरहेको पाइएको छ । यो विषय खुलेसँगै मन्त्री निशा मेहताले इन्धन दुरूपयोगबारे अनुसन्धान गरी संलग्नलाई कारबाही गर्न निर्देशन दिएकी छन् ।

प्रयोगविहीन ती सवारीका नाममा कर्मचारीले इन्धन लिने गरेको खुलेपछि मन्त्री मेहताले मन्त्रालयका प्रशासन सचिव डिल्लीराम शर्मालाई छानबिनका लागि निर्देशन दिएकी हुन् । उक्त आन्दोलनमा स्वास्थ्य मन्त्रालयका १८ र मन्त्रालय अन्तर्गतका अन्य निकायका ६ गरी कुल २४ वटा गाडी जलेका थिए । काम नलाग्ने अवस्थामा पुगेका तिनै सवारी साधनको विवरण देखाएर कर्मचारीले इन्धन सुविधा लिइरहेको बताइएको छ ।

नेकपाले तोक्यो जिम्मेवारी

दमक/ नेपाली कम्युनिस्ट पार्टीले प्रदेश समितिका इञ्चार्ज र संयोजकहरू टुंगो लगाएको छ। पार्टीको केन्द्रीय कार्यसंयोजन समितिको बैठकले ७ भूगोल प्रदेश र २ गैरभौगोलिक प्रदेशमा इञ्चार्ज र संयोजकहरू टुंगो लगाएको हो । कोशी प्रदेश इञ्चार्जमा राजेन्द्र राई, मधेश प्रदेश इञ्चार्जमा महिन्द्र राय यादव, बागमती प्रदेश इञ्चार्जमा डा. गंगालाल तुलाधर, गण्डकी प्रदेश इञ्चार्जमा श्रीनाथ बराल, लुम्बिनी प्रदेश इञ्चार्जमा चक्रपाणि खनाल, कर्णाली प्रदेश इञ्चार्जमा चन्द्रबहादुर शाही र सुदूरपश्चिम प्रदेशमा डा. भीम रावल छन् । यसैगरी उपत्यका विशेष प्रदेश इञ्चार्जको जिम्मेवारी हितमान शाक्यले र सम्पर्क समन्वय बाँकी ४ पेजमा ▸▸

सम्पादकीय

सघन अनुगमन र अपेक्षा

दमक नगरपालिकाले नगरभित्र सञ्चालित विकास योजनाहरुको सघन अनुगमनलाई प्राथमिकतामा राखेको छ । विकास निर्माणका कामहरु प्रभावकारी, गुणस्तरीय र समयमै सम्पन्न गराउने उद्देश्यले नगरपालिकाले प्राविधिकसहित जनप्रतिनिधिहरुलाई प्रत्यक्ष रुपमा खटाएको हो । सडक, नाला, खानेपानी, भवन निर्माण, पार्क, पुल तथा अन्य पूर्वाधार निर्माणका योजनाहरुको स्थलमै पुगेर अनुगमन गर्दा कामको वास्तविक अवस्था बुझ्न सहज भएको छ । यसले निर्माणको गुणस्तर परीक्षण गर्न, कमजोरी पहिचान गर्न र आवश्यक सुधारका लागि तत्काल निर्देशन दिन सहयोग पुर्‍याएको छ ।

विकास योजनामा बजेट विनियोजन मात्रै पर्याप्त हुँदैन, त्यसको कार्यान्वयन सही ढंगले भइरहेको छ कि छैन भन्ने पक्ष अझ महत्वपूर्ण हुन्छ । यही कारण दमक नगरपालिकाले नियमित अनुगमनलाई विकासको सफलताको आधार मानेको देखिन्छ । प्राविधिकहरुको उपस्थितिले निर्माण सामग्रीको गुणस्तर, मापदण्डको पालना, डिजाइनअनुसार काम भए-नभएको जस्ता विषयमा निगरानी गर्न सजिलो भएको छ । जनप्रतिनिधिको सक्रिय सहभागिताले नागरिकको अपेक्षा र आवश्यकतालाई पनि योजनामा समेट्न सहयोग पुगेको छ ।

अनुगमनले निर्माण कार्यमा पारदर्शिता र जवाफदेहिता समेत बढाउँछ । कतिपय अवस्थामा ढिलासुस्ती, कमजोर निर्माण सामग्रीको प्रयोग वा सम्झौता अनुसार काम नगर्ने समस्या देखिने गरेका छन् । नियमित निरीक्षणले यस्ता विकृति नियन्त्रण गर्न मद्दत पुर्‍याउँछ । ठेकेदार तथा निर्माण व्यवसायीहरुलाई समयसीमाभित्र काम सम्पन्न गर्न दबाब सिर्जना हुने भएकाले निर्माण कार्यले गति लिने अपेक्षा गरिएको छ । यसले योजनाहरु अलपत्र पर्ने वा बजेट दुरूपयोग हुने सम्भावना पनि घटाउँछ ।

नगरपालिकाले विकास योजनाको गुणस्तर र समयमै सम्पन्नतालाई लक्ष्य बनाएको यो प्रयास प्रशंसनीय छ । यसबाट नागरिकले विकासको प्रत्यक्ष अनुभूति गर्न पाउनेछन् । निर्माण सम्पन्न भएपछि मात्र अनुगमन गर्ने पुरानो अभ्यासभन्दा निर्माणकै क्रममा नियमित निगरानी गर्नु बढी प्रभावकारी मानिन्छ । यसले समस्या समयमै समाधान गर्न र योजनाको परिणाम सुधार्न मद्दत गर्छ ।

विकास निर्माणलाई दिगो, प्रभावकारी र जनमुखी बनाउन यस्तो अनुगमन नियमित र निरन्तर हुन जरूरी छ । अनुगमनलाई केवल औपचारिकता नभई सुधारको माध्यमका रुपमा लिनुपर्छ । नागरिक सहभागिता, प्राविधिक मूल्यांकन र जनप्रतिनिधिको सक्रियतासहितको अनुगमनले सुशासन प्रवर्द्धन गर्नुका साथै विकास निर्माणमा विश्वास पनि बढाउँछ । दमक नगरपालिकाको यो अभ्यासले अन्य स्थानीय तहलाई समेत सकारात्मक सन्देश दिएको छ । नियमित, सशक्त र परिणाममुखी अनुगमनले मात्रै विकास योजनाहरुलाई सफल र दिगो बनाउन सकिन्छ । यस्तै अनुगमनबाट निर्माणकै क्रममा देखिएका त्रुटिहरू सुधारको मौका समेत दिने भएकाले यस्ता अनुगमनलाई औपचारीक र आवधिक भन्दा पनि नियमित र प्रभावकारी बनाउन उपयुक्त देखिन्छ ।

कर्णालीको अवस्था फेरियो ? शैक्षिक सत्र अगावै पाठ्यपुस्तक

काठमाडौं/ विगतका वर्षहरूमा कर्णाली प्रदेशका हिमाली तथा पहाडी जिल्लामा वार्षिक परीक्षा सुरू हुने बेलासम्म पनि विद्यार्थीको हातमा पूरा सेट पाठ्यपुस्तक नपुग्ने समस्या सामान्यजस्तै बनेको थियो। यसले शैक्षिक गुणस्तरमा असर पार्नुका साथै नतिजा पनि अन्य प्रदेशको तुलनामा कमजोर हुने गरेको थियो। तर, यस वर्ष भने उक्त अवस्था परिवर्तन भएको छ। शैक्षिक सत्र सुरू हुनु अगावै कर्णालीका अधिकांश जिल्लामा पाठ्यपुस्तक पुगिसकेको जनाइएको छ।

सरकारले यस वर्ष शैक्षिक कार्यतालिका संशोधन गर्दै वैशाख १५ गतेदेखि भर्ना अभियान सुरू गर्ने र वैशाख २१ गतेदेखि कक्षा सञ्चालन गर्ने निर्णय गरेको छ। तर, भर्ना अभियान सुरू हुनुभन्दा अगाडि नै पहिलो चरणका पाठ्यपुस्तक जिल्लाहरूमा पुगिसकेका छन्। विशेषगरी जुम्ला लगायत हिमाली जिल्लामा चैत अन्तिम सातामै पुस्तक ढुवानी सम्पन्न भएको थियो।

जनक शिक्षा सामग्री केन्द्र लिमिटेडका अनुसार सुर्खेत र नेपालगञ्जस्थित कार्यालयबाट कर्णालीका जिल्लामा पुस्तक पठाउने व्यवस्था गरिएको छ। ढुवानी सहजताअनुसार व्यवसायीहरूले विभिन्न मार्ग प्रयोग गरेर पुस्तक पुर्‍याउने गरेका छन्। सुर्खेत कार्यालयबाट सुर्खेत, दैलेख, कालिकोट, जुम्ला, मुगु र जाजरकोट लगायतका जिल्लामा पुस्तक वितरण गरिएको छ भने नेपालगञ्ज कार्यालयबाट हुम्ला, डोल्पा, रूकुम पश्चिम र सल्यानमा पुस्तक पुगेको छ।

सुर्खेतस्थित प्रादेशिक कार्यालय प्रमुख जमुना ढकालका अनुसार अधिकांश जिल्लामा पुस्तक वितरण भइसकेको छ र हालसम्म करिब ७० प्रतिशत पुस्तक बिक्री भइसकेको छ। उनका अनुसार शैक्षिक सत्र केही ढिलो सुरू हुनु र स्थानीय तहबाट भुक्तानी ढिलाइ हुँदा केही व्यवसायी अझै पुस्तक लिन आउन बाँकी छन्। यद्यपि, समग्रमा पुस्तक अभाव नहुने उनले दाबी गरिन्।

हालसम्म सुर्खेत कार्यालयबाट ७ करोडभन्दा बढी मूल्यका ५ लाखभन्दा बढी पुस्तक वितरण भइसकेका छन्। दैलेख, सुर्खेत, कालिकोट, जुम्ला, मुगु, हुम्ला र जाजरकोटमा उल्लेख्य संख्यामा पुस्तक पुगिसकेको विवरण सार्वजनिक गरिएको छ। नेपाल पुस्तक तथा स्टेशनरी व्यवसायी महासंघ, कर्णालीका अध्यक्ष गणेश रोकायाका अनुसार पनि सबै जिल्लामा आवश्यक पुस्तक पुगिसकेको छ। यद्यपि, भर्ना अभियान ढिलो सुरू हुने निर्णयका कारण अभिभावक र विद्यार्थीमा केही अन्योल देखिएको उनले बताए । समग्रमा हेर्दा, यस वर्ष कर्णालीमा पाठ्यपुस्तक समयमै उपलब्ध हुनु सकारात्मक संकेत मानिएको छ, जसले शैक्षिक गुणस्तर सुधारमा सहयोग पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

धमिलो मुहानबाट सफा पानीको अपेक्षा

✍ नगेन्द्रराज पौडेल

केही वर्षअघि एक पूर्वप्रधानमन्त्रीले बूढीगण्डकी जलविद्युत् आयोजनामा तीन पूर्वप्रधानमन्त्री मिलेर तीन/ती अरब बाँडेर खाएको आरोप लगाए । 'मसँग त्यसको प्रमाण छ, आवश्यक परेको बेला देखाउने छु' भनेर सार्वजनिक रूपमा बोले पनि । त्यो आरोप सडकछाप सामान्य नागरिकको थिएन, यो मुलुकको प्रधानमन्त्री भइसकेका व्यक्तिले लगाएको गम्भीर आरोप थियो । तर, तत्कालीन सरकारले न त्यसको खण्डन गर्‍यो, न त कारबाही नै गरेर देखायो ।

गत वर्ष राष्ट्र बैंकको गभर्नर भइसकेका व्यक्तिले 'गभर्नर हुन करौडौं रकमको चलखेल हुन्छ' भन्दै 'गभर्नर हुनैका लागि पैसा बुझाउनुपर्छ' भनेर अभिव्यक्ति दिए । उनको सो अभिव्यक्ति यस्तोबेला आएको थियो, जुनबेला बैंकको गभर्नर रिक्त थियो र नियुक्ति प्रक्रिया अघि बढ्दै थियो । यस्तो संवेदनशील घडीमा आएको उनको भनाइको सत्यापनको जरुरी कसैले ठानेनन् । सरकारले न भन्नेसँग प्रमाण खोज्यो, न त कारबाही नै अघि बढायो ।

अघिल्लो वर्ष सत्तारूढ दलका महामन्त्रीले प्रधानमन्त्रीको बिचौलियासँग राम्रै उठबस छ । 'प्रधानमन्त्रीको बेडरूमसम्म बिचौलियाको पहुँच छ' भनेर प्रतिनिधिसभा रोष्टमबाटै बोले । सरकारले सुनेर पनि नसुनेझैं गर्‍यो । एक मेडिकल व्यावसायीले शीर्षनेताको नाम लिएर 'यसको यति अरब, उसको यति अरब विदेशी बैंकमा छ' भन्दै पत्रकार सम्मेलन गरे । सरकार न जथाभावी बोल्नेलाई समाउँछ, न त त्यसको खोजीनीति नै गर्छ ।

एकजना बैंसालु महिला 'मलाई अमुक व्यक्तिले बलात्कार गर्‍यो, भ्रुणहत्या गरायो, उसलाई कारबाही गरिपाउँ' भनी अनसन बस्छिन, सरकार न यसो भन्नेसँग सत्यापन परीक्षण गर्छ, न त आरोपितलाई केरकार नै गर्छ । सस्तो लोकप्रियताका लागि गृहमन्त्री अनसनस्थल पुगेर उसलाई भेटेर फर्कन्छन् । एक प्रहरी एआईजी भइसकेका व्यक्तिले हालै आएर 'मसँग आईजीपी हुन अमुक व्यक्तिले यति करोड माग्यो, मैले दिन सकिनँ र आईजीपी हुन सकिनँ' भनेर सार्वजनिक रूपमा भाषण दिएका छन् । सरकारले न त्यसो भन्नेलाई समाउँछ, न त पैसा मागेको आरोपितसँग थप कुरा बुझ्न खोज्छ !

यी र यस्ता केही दृष्टान्तमात्र हुन्, जसबाट विगतदेखि नै हाम्रो संस्कार अनियन्त्रित र असंवेनदशील छ भन्ने सहजै पुष्टि हुन्छ । जुनबेला जसलाई जे मन लाग्यो, त्यही आरोप लगाइदिने प्रवृत्तिले विगतमात्र होइन, वर्तमानमा पनि जरा गाडेको छ । अझ यही अवस्था रहने हो भने आगत कस्तो होला ? सहजै अनुमान गर्न सकिन्छ । झुठ, फरेब र अप्रमाणिक बहसले गर्दा पञ्चतन्त्रको खसी बोक्ने किसानलाई तीनजना ठग तीनतिर बसेर कुकुर बोकेको सावित गराएजस्तो अवस्था आज देखिन्छ । यही अवस्था रहने हो भने भोलि हाम्रो समाज कहाँ जाला ? केही भन्न सकिँदैन । के भूपि शेरचनले भनेझैं यो 'हल्लै हल्लाको देशमात्र हो त ?' अवश्य होइन, हुनु पनि हुँदैन । तथ्यहीन र अविश्वसनीय तर्क र भ्रम खडा गर्नेउपर राज्यले निगरानी राख्नैपर्छ । विगतकै निरन्तरतामा एउटा अर्को हल्ला थपियो, वर्तमान सरकारले 'सबै मन्त्रीलाई आइफोन दिने निर्णय गर्‍यो ।' तत्काल सरकारका प्रवक्ताले खण्डन गर्दै भने, 'यो सरासर झूठ हो, सरकारले त्यस्तो निर्णय गरेको छैन ।'

हालै सम्पत्ति शुद्धीकरणसम्बन्धी कसुरको अनुसन्धानमा तानिएका व्यवसायी दीपक भट्टसँग व्यावसायिक साझेदारी रहेको विवरण सार्वजनिक भएपछि गृहमन्त्री सुधन गुरुङमाथि कारबाही माग बढेसँगै उनले बुधबार सामाजिक सञ्जाल फेसबुकमार्फत राजीनामा घोषणा गरेका छन् । उनमाथि 'बिचौलियासँग साँठगाँठ रहेको' भन्दै उनले लगानी गरेको सेयर कारोबारलाई लिएर विभिन्न क्रियाप्रतिक्रिया सार्वजनिकरूपमा आएका छन् । यहीबीच गृहमन्त्री गुरुङले राजीनामा दिएका हुन् । सत्तारूढ राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टी (रास्वपा)कै नेताहरूले पनि छानबिन गर्नुपर्ने माग उठाएका थिए । सुशासनको जगमा बनेको सरकार भएका कारण पनि प्रश्न उठिसकेपछि पार्टी चुप लागेर बस्न नहुने ती नेता बताउँछन् । हामीकहाँ कसैमाथि लगाइएका कुनै पनि आरोपको नै प्रमाणिक आधार छैन, सत्यापनको कुनै विधि र प्रक्रिया नै छैन । अनि राजीनामा त धेरै परको विषय भयो ।

विगतमा 'सहकारी प्रकरण'मा तत्कालीन गृहमन्त्री रवि लामिछाने र 'भिजिट भिसा प्रकरण'मा त्यसपछिका अर्का गृहमन्त्री रमेश लेखकलाई आरोपित गर्दै कयौं दिन प्रतिनिधिसभा अवरोध भयो । तत्कालीन समय 'गृहमन्त्रीले राजीनामा दिनुपर्छ' भन्ने माग जोडदारसाथ उठ्यो । तर, न पहिलेका गृहमन्त्री लामिछानेले नै राजीनामा दिए, न त त्यसपछिका अर्का गृहमन्त्री लेखकले नै दिए । लामिछाने संसदीय छानबिन समितिको प्रतिवेदनपश्चात् निलम्बनमा परे भने लेखक जेनजी विद्रोहका कारण राजीनामा दिएर बहिर्गमन हुन पुगे । त्यतिबेला 'भिजिट भिसा प्रकरण'मा गृहमन्त्री लेखकको सदनबाट राजीनामा माग्दा एक शब्द बोल्न नसकेको उनकै पार्टी नेपाली कांग्रेसको भ्रातृ संगठन नेवि संघले अहिले आएर गृहमन्त्री गुरुङको राजीनामा माग्दै सिंहदरबारअगाडि प्रदर्शनसमेत गरेको थियो ।

राजीनामा माग्ने नैतिक अधिकार त त्योसँग हुन्छ, जसले आफू वा आफ्नामाथि आरोप लाग्नासाथ राजीनामा दिएर अनुसन्धानलाई सघाएको होस् । आफ्नालाई अन्तिम अवस्थासम्म पनि पदमा टासिँदा केही नबोल्ने अर्कोलाई पर्दा राजिनामाको सन्देश दिनु नैतिकताको हिसाबले पनि वाञ्छनीय हुँदैन । यस्ता आरोप शृंखलाको इतिहस हामीसँग लामै छन् । माथि उल्लेख गरिएअनुसार जिम्मेवार पदमा बसेका र बसिसकेका महत्वपूर्ण व्यक्तिले लगाएको आरोपमा समेत सत्यापन गर्ने परम्परा सुरु गरिएको छैन । सत्यापन नै नभएपछि अन्य कुरा अघि बढ्ने कुरै भएन । हिजो जिम्मेवार व्यक्तिले बोल्दा वा आरोप लगाउँदा हामीले सुने-नसुनेझैं गरेको होइन ? यी आरोपकै भरमा कसैमाथि अनुसन्धान गरियो र ? कसैलाई राजिनामा दिन भनियो वा कसैले राजीनामा दिएका थिए र ? अराजकताको चाङमा आज एउटा इँटा थपियो, निवर्तमान गृहमन्त्रीको सेयर कारोबारी काण्ड । धमिलो मुहानबाट अर्को एक गाग्री पानी पनि धमिलै निस्क्यो, कुरा यही होइन र ? मुहान सफा नगरेसम्म सफा पानीको अपेक्षा नै व्यर्थ छ, होइन र ? गुरुङमाथि सार्वजनिकरूपमै प्रश्न उठेपछि पार्टी र सरकारले कुनै न कुनै रूपमा जवाफ दिनुपर्ने माग बढेको छ ।

विगतमा विगतकाले जे गरे पनि यो सरकार जेनजी आन्दोलन र सुशासनको जगबाट आएकाले प्रश्न उठेपछि गुरुङले गृहमन्त्रीबाट राजीनामा दिनुपर्ने माग बढेको छ । तर, यसका लागि विगतको स्थापित परम्परा पनि महत्वपूर्ण मानक हुनसक्छ । आजसम्म यसरी अतथ्य कुराकै आधारमा भने सायदै कसैले राजीनामा दिएको होलान् ! अर्थात्, मुल नै धमिलिएको अवस्थामा धाराबाट सफा पानी सम्भव नहोला । तर, यसअघि आफ्नै श्रीमतीलाई स्वास्थ्य बिमा बोर्डको सदस्यका रूपमा नियमित काममा लगाएको विषय उठेपछि तत्कालीन श्रममन्त्री दीपककुमार साहलाई प्रधानमन्त्री बालेन्द्र शाहले २६ चैत २०८२ मा पदमुक्त गरेका थिए । यही नजिर 'गुरुङका हकमा किन लागू हुन्छ कि हुँदैन ?' भन्ने प्रश्न उठिरहेकै बेला उनीबाट राजीनामा घोषणा भएको हो ।

यसअघि, निवर्तमान गृहमन्त्री गुरुङले अनुसन्धानमा सहयोग गर्न 'आफू तयार रहेको तर आरोप र सत्य एउटै कुरा होइनन्, निर्णय भावनाले होइन, प्रमाणका आधारमा हुनुपर्छ' भन्दै सामाजिक सञ्जालमार्फत आफ्नो भनाइ राखेका थिए । राजधानीबाट

प्रधानमन्त्री बालेनको भारत भ्रमण तयारी तीव्र

काठमाडौं/ प्रधानमन्त्री बालेन्द्र (बालेन) शाह को प्रस्तावित भारत भ्रमणलाई लिएर नेपाल र भारत दुवै देशले तयारी तीव्र बनाएका छन्। कूटनीतिक तहमा भइरहेको उच्चस्तरीय समन्वयसँगै भ्रमणको औपचारिक प्रक्रिया अघि बढिरहेको छ। यही सन्दर्भमा भारतका विदेश सचिव विक्रम मिस्री वैशाख २८ गते नेपाल आउने तय भएको छ । विदेश सचिव मिस्री दुईदिने नेपाल भ्रमणका क्रममा प्रधानमन्त्री बालेनलाई भारत भ्रमणका लागि औपचारिक निम्तो दिनेछन्। उनी नरेन्द्र मोदी को तर्फबाट निमन्त्रणापत्र हस्तान्तरण गर्न नेपाल आउन लागेका हुन्। यसअघि नै मोदीले बालेनलाई प्रधानमन्त्री नियुक्त भएकोमा बधाई दिँदै भारत भ्रमणको निम्तो दिएका थिए। उक्त निमन्त्रणालाई नेपाल सरकारले सकारात्मक रूपमा लिएको छ ।

परराष्ट्रमन्त्री शिशिर खनाल ले पनि यसअघि प्रधानमन्त्री बालेनको भारत भ्रमण हुने संकेत गरिसकेका छन्। उनले एस. जयशंकर सँगको भेटपछि बालेनको भ्रमणबारे सार्वजनिक रूपमा जानकारी दिएका थिए। साथै भारतका लागि नेपाली राजदूत डा. शंकर शर्मा ले पनि भ्रमणको तयारी भइरहेको बताएका छन् । औपचारिक निमन्त्रणालाई मूर्त रूप दिन विदेश सचिव मिस्रीको नेपाल भ्रमणलाई महत्वपूर्ण मानिएको छ। उनले नेपाल बसाइका क्रममा परराष्ट्र सचिव अमृतबहादुर राई, परराष्ट्रमन्त्री खनाल, अर्थमन्त्री स्वर्णिम वाग्ले लगायत उच्च अधिकारीसँग भेटवार्ता गर्ने कार्यक्रम रहेको छ। भ्रमणका क्रममा दुई देशबीच भएका द्विपक्षीय सम्झौताहरूको कार्यान्वयन अवस्थाबारे समीक्षा पनि गरिने बताइएको छ ।

परराष्ट्र मन्त्रालयले यस विषयमा आन्तरिक तयारी तीव्र पारेको छ । दक्षिण एसिया महाशाखाले अन्तरमन्त्रालय समन्वय गर्दै भ्रमणका एजेन्डा तय गर्ने काम गरिरहेको छ। विदेश सचिव मिस्रीको भ्रमणपछि परराष्ट्रमन्त्री खनाल भारत जाने र त्यसपछि मात्र प्रधानमन्त्री बालेनको

भ्रमणको मिति तय हुने बताइएको छ । परराष्ट्र मन्त्रालयका प्रवक्ता लोकबहादुर क्षेत्री ले प्रारम्भिक तयारी सुरू भइसकेको पुष्टि गरेका छन् ।

प्रधानमन्त्री बालेनको सम्भावित भारत भ्रमणलाई लिएर राजनीतिक र कूटनीतिक वृत्तमा विशेष चासो देखिएको छ। विशेषगरी नेपाल-भारत सीमा विवादका विषयहरू यस भ्रमणका प्रमुख एजेन्डा बन्ने अपेक्षा गरिएको छ। भारतले आ ॅ नो नयाँ संसद् भवनमा नेपालको लुम्बिनी र कपिलवस्तु समेटिएको नक्सा राखेपछि बालेनले त्यसको विरोधस्वरूप आफ्नो कार्यकक्षमा 'ग्रेटर नेपाल' को नक्सा राखेका थिए। यस कारण पनि उनको भारत भ्रमणलाई अर्थपूर्ण रूपमा हेरिएको छ। त्यसैगरी, लिपुलेक भञ्ज्याङ सम्बन्धी विवाद पनि मुख्य चासोको विषय बनेको छ। भारत र चीनबीच उक्त क्षेत्र हुँदै सीमा व्यापार पुनः सञ्चालन गर्ने सहमति भइसकेको छ, जसलाई नेपालले कूटनीतिक रूपमा अस्वीकार गरिसकेको छ। नेपालले लिपुलेक, कालापानी र लिम्पियधुरा क्षेत्रलाई आफ्नो नक्सामा समावेश गरिसकेको छ, जुन २०७७ सालमा संसदबाट पारित गरिएको थियो । यसअघि पनि भारतले आ ॅ नो नक्सामा उक्त क्षेत्र समावेश गरेपछि नेपालले कडा आपत्ति जनाएको थियो। तर, भारतले नेपालको नक्सालाई औपचारिक रूपमा स्वीकार गरेको छैन भने चीनले पनि यसबारे स्पष्ट धारणा सार्वजनिक गरेको छैन। यसैबीच, पूर्वप्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओली ले चीन भ्रमणका क्रममा यो विषय उठाएका थिए।

अब प्रधानमन्त्री बालेनको भारत भ्रमणले यी संवेदनशील विषयहरूलाई कसरी सम्बोधन गर्छ भन्ने चासो व्यापक रूपमा बढेको छ। नयाँ नेतृत्वका रूपमा बालेनले राष्ट्रिय हितका मुद्दाहरूलाई कूटनीतिक रूपमा कसरी अघि बढाउँछन् भन्ने कुराले आगामी नेपाल-भारत सम्बन्धको दिशा निर्धारण गर्ने विश्लेषकहरू बताउँछन्।

समग्रमा, प्रधानमन्त्री बालेनको भारत भ्रमण केवल औपचारिक भेटघाटमा सीमित नभई द्विपक्षीय सम्बन्ध, सीमा विवाद र आर्थिक सहकार्यका दृष्टिले महत्वपूर्ण हुने अपेक्षा गरिएको छ ।

केटा कुट्ने उत्सव

भारतको राजस्थानस्थित मारवाडमा एउटा अनौठो उत्सव मनाइन्छ । धींगा गवर भनिने उक्त उत्सवमा निकै अनौठो परम्परा निर्वाह गरिन्छ । जसमा अविवाहित युवतीहरूले अविवाहित युवकहरूलाई लखेटी लखेटी लठ्ठीले कुट्छन् । यसरी लठ्ठीले कुटिने युवकको बिहे पक्का हुन्छ । गवर मातालाई गाउँलेहरूले पार्वतीको रूपमा पुजा गर्दछन् । यस परम्परामा अविवाहित युवतीका साथै नवविवाहिता तथा अन्य महिलाहरूले पनि भाग लिने गरेका छन् । वास्तवमा वैशालु युवा युवतीका लागि यो पर्व साटो फेर्ने पर्व पनि हो । युवकहरू वर्षभर मन परेकी युवतीलाई जिस्क्याएर हैरान पार्छन् । तर यो पर्वको एक दिन भने युवतीहरू अफुलाई हैरान पार्ने तन्नेरीलाई बाँसको लौरोले कुटीकुटी साटो फेर्छन् । यो पर्वलाई महिला स्वतन्त्रता तथा स्वच्छन्दताको पर्वको रूपमा पनि लिइन्छ । हरेक वर्ष गणगौर पुजापछिको वैशाख तृतीयामा यो पर्व मनाइन्छ ।

टिएमजे प्रवर्द्धनका लागि महोत्सव

तेह्रथुम/ गुराँसको राजधानीको रुपमा प्रख्यात तनिजुरे-मिल्के-जलजले टीएमजे क्षेत्रको प्रवर्द्धनका लागि लालिगुराँस महोत्सव आयोजना गरिएको छ । वैशाख १० देखि १४ गतेसम्म सञ्चालन भएको लालीगुराँस महोत्सवले तीनजुरे-मिल्के-जलजले क्षेत्र (टीएमजे) को पर्यटन प्रवर्द्धनमा नयाँ ऊर्जा थपेको छ । गुराँसको राजधानीका रूपमा चिनिने यस क्षेत्रको प्राकृतिक सम्पदा, मौलिक संस्कृति र स्थानीय पहिचान जोगाउने उद्देश्यले आयोजना गरिएको महोत्सवले वातावरण संरक्षणको सन्देश पनि फैलाएको छ। लालीगुराँस नगरपालिकाका प्रमुख अर्जुन माबोहाङले प्रकृतिमैत्री जीवनशैली अपनाउन सबै पक्षको भूमिका आवश्यक रहेको बताए । उनका अनुसार यस्ता कार्यक्रमले वातावरण संरक्षणप्रति चेतना बढाउने प्रभावकारी माध्यमको काम गर्छन् ।

पाँच दिनसम्म चलेको महोत्सवमा रैथाने परिकार, अर्गानिक खाद्य सामग्री र ढाका कपडालगायत स्थानीय उत्पादनको प्रदर्शनी तथा बिक्री गरिएको छ। साथै लिभिङ युमा म्युजियम र टीएमजे क्षेत्रसम्म गुराँस अवलोकन कार्यक्रमले पर्यटकलाई विशेष आकर्षित गरेको छ । महोत्सवको अर्को प्रमुख आकर्षण साहित्यिक गतिविधि रह्यो। वरिष्ठ साहित्यकार उपेन्द्र सुब्बा सहित करिब २७ जना स्रष्टाले कविता वाचन गर्दै समाज, प्रेम, पीडा र जीवनका विविध आयाम प्रस्तुत गरेका थिए। चन्द्र गुरुङ, राज माङ्लाक, प्रदीप मेन्याङ्वो, हेमन यात्री, सीमा आभाष, गगन योक्पाङ्देन, कविता राई र प्रवीण खालिङ राईलगायतका स्रष्टाको प्रस्तुतीले दर्शकसँग भावनात्मक सम्बन्ध जोडेको सहभागीहरूको भनाइ छ ।

टीएमजे क्षेत्र जैविक विविधताका दृष्टिले पनि अत्यन्त महत्त्वपूर्ण मानिन्छ, जहाँ विश्वमा पाइने ३२ प्रजातिका गुराँसमध्ये २८ प्रजाति पाइन्छन् । यही विशेषतालाई केन्द्रमा राखेर आयोजना गरिएको महोत्सवले आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटन प्रवर्द्धनमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउने अपेक्षा गरिएको छ । महोत्सवले स्थानीय पहिचान संरक्षण, अर्गानिक जीवनशैलीको प्रवर्द्धन र वातावरणमैत्री व्यवहारतर्फ समाजलाई प्रेरित गर्ने विश्वास आयोजकले व्यक्त गरेका छन् ।

ट्राफिक लाईन पुनः सञ्चालनमा

बिराटनगर/ गत वर्ष भदौमा भएको जेनजी आन्दोलनका क्रममा तोडफोड भएको विराटनगरको ट्राफिक लाइट पुनः सञ्चालनमा आएको छ । विराटनगर महानगरका मेयर नागेश कोइरालाका अनुसार विराटनगरभित्रका एक स्थानबाहेकका अन्य सबै स्थानका ट्राफिक लाइट सञ्चालनमा आएको जानकारी दिए । जेनजी आन्दोलनका क्रममा तोडफोड गरिएपछि सञ्चालनमा आउन नसकेको लाइटको विषयमा मुचुल्कादेखि अनुगमन, मर्मत संभारको लागि आवश्यक बजेट विनियोजन गर्दै महानगरले सञ्चालनमा ल्याएको उनले बताए । यसक्रममा प्रदेश सरकारले निर्माण गरेको बरगाछी चौकबाहेक अन्य ट्राफिक लाइट विराटनगर महानगरले निर्माण गरेको बताएका मेयर कोइरालाले ट्राफिक लाइट पुनः सञ्चालनमा आएपछि सवारी दुर्घटनामा कमी र सवारी चापलाई नियन्त्रणमा ल्याउने विश्वास लिएको बताए । आन्दोलनका क्रममा विराटनगरमा रहेका कुल ६ वटा ट्राफिक लाइटबाट इर्न्भटर, ब्याट्रि,

तार, क्यामरा लगायतका सरसमान तोडफोड तथा आगजनीमा परेका थिए। जिल्ला ट्राफिक कार्यालय मोरङका प्रमुख प्रहरी निरीक्षक सन्तोष न्यौपानेका अनुसार विराटनगरको कञ्चनबारीस्थित लाइट बुधबारभित्र सञ्चालनमा आउने बताए । उनका अनुसार अन्य ५ स्थानमा भने सोमबारबाट ट्राफिक लाइट सुरु भएको हो।विराटनगर महानगरले ट्राफिक लाइट सञ्चालनका लागि १० लाख रूपैया बिनियोजन गरेको छ । यसमा थप आवश्यक रकमको आवश्यक्ता भए आउँदो आर्थिक वर्षमा रकम विनियोजन गर्ने महानगरले जनाएको छ ।

भद्रपुरमा प्रदेशस्तरीय बहुभाषिक सांस्कृतिक महोत्सव

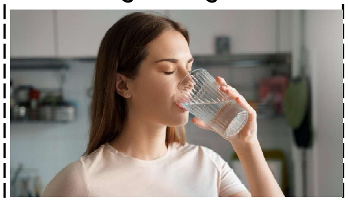
भद्रपुर/ कोशी प्रदेश स्तरीय बहुभाषिक साँस्कृतिक महोत्सव झापाको सदरमुकाम भद्रपुरमा सम्पन्न भएको छ। कोशी प्रदेशका ११ जिल्लाका सर्जक भेला भएको सम्मेलन यहि वैशाख ११,१२ र १३ गते सम्म संचालित महोत्सव बहुभाषाका स्रष्टाद्वारा कविता वाचन, तृत्य तथा गीत संगीत प्रस्तुत गर्दै महोत्सव सम्पन्न भएको हो ।

नेपाल संगीत तथा नाट्य प्रज्ञा प्रतिष्ठान शास्त्रीय र परम्परागत संगीत विभाग एवम् बहुभाषिक साहित्य संगीत कला केन्द्रको संयुक्त आयोजनामा सम्पन्न महोत्सवको उद्धाटन भद्रपुर नगर प्रमुख गणेश पोखरेलले गरेका थिए । बहुभाषिक साहित्य संगीत कला केन्द्रको अध्यक्ष एवम् संगीत तथा नाट्य प्रज्ञा प्रतिष्ठानका प्राज्ञसभा सदस्य हरिप्रसाद पौडेलको अध्यक्षचामा सम्पन्न कार्यक्रममा गायन, संगीत र गीत रचनामा विशिष्ठ योगदान गर्ने ८१ वर्षीय अग्रज स्रष्टा दिपककुमार वान्तवालाई सम्मान समेत प्रदान गरिएको थियो ।

रबर स्ट्याम्प बनाउने ठाउँ
बिजि स्टेशनरी एण्ड छापाखाना
दमक-६, मोबाइल लाईन ।
९८०१४१४५२६/९८४३०३४५२६

स्वास्थ्य जानकारी

गर्मीमा कति पानी पिउनु उपयुक्त ?



पानीबिना जीवनको कल्पना पनि हुँदैन । मानव शरीरको ७० प्रतिशत भाग पानीले ओगटेको हुने वैज्ञानिकहरू बताउँछन् । पानी पिउनु स्वास्थ्यका लागि अतिआवश्यक हुन्छ । पानीले शरीरलाई हाइड्रेट राख्छ र फोहोरलाई बाहिर निकाल्न मद्दत गर्छ । तर दैनिक कति पानी पिउने ? यो प्रश्नको जवाफ भने एउटै आउँदैन । पानी कुन बेला पिउने भन्नेमा एउटै धारणा हुँदैन । पानी कति पिउनुपर्छ र कुन-कुन बेला पिउनुपर्छ ? प्रस्तुत् छ, यस बारेमा जानकारी :

शरीरको लागि पानी कति महत्त्वपूर्ण छ ?

पानीले शरीरमा तापमान नियमित गर्नेदेखि जोर्नीहरूको नरमपन कायम राख्नेसम्म काम गर्छ । साथै, शरीरभित्र हुने रासायनिक प्रतिक्रिया पानीबिना हुँदैन । पसिना र पिसाबको माध्यमबाट हाम्रो शरीरबाट पानी निस्किरहेको हुन्छ । त्यसैले शरीरलाई आवश्यक पर्ने पानीको मात्रा कायम गरिराख्नुपर्छ । जसले शरीरमा विभिन्न रोगको आक्रमणबाट जोगाउन सक्छ ।

पानी कति पिउनुपर्छ ?

दैनिक कति पानी पिउने भन्ने कुरा मौसम र व्यक्तिको कामले फरक पर्छ । जाडोमा कम र गर्मीमा बढी पानी पिउने गरिन्छ । साथै कोठामा काम गर्ने र बाहिर घाममा काम गर्ने व्यक्तिले पनि पिउने पानीको मात्रा फरक हुन्छ ।सामान्यतया २४ घण्टामा तीनदेखि पाँच लिटर पानी पिउनुपर्छ । कति पिउनेभन्दा पनि दैनिक कति पिसाब बन्नुपर्छ भन्ने कुरा अझै महत्त्वपूर्ण हो । २४ घण्टामा दुई लिटर पिसाब आउनुपर्छ ।

खास समय ?

बिहान खाली पेटमा एक लिटर पानी पिउनुपर्छ । यसले रातभरि शरीरमा भएको पानीको कमीलाई पूर्ति गर्छ । त्यसको बिहान पानी पिउँदा मलमूत्र निष्कासनमा पनि सहज हुन्छ । खाना खाने बित्तिकै पानी पिउनु हुँदैन । खाना खानुभन्दा आधा घण्टाअघि र खाना खाएको आधा घण्टापछि मात्र पानी पिउनुपर्छ । एकै पटक धेरै पानी पिउनु हुँदैन, थोरै-थोरै गरेर पिउनु राम्रो हुन्छ । दुई-दुई घण्टाको अन्तरालमा एक गिलास पानी पिउनुपर्छ । यदि त्यस्तो मिल्दैन भने बिहान खाली पेटमा र बेलुका कार्यालय वा कामबाट फर्किएपछि एक लिटर पानी पिउनुपर्छ ।

कस्तो पानी पिउने ?

शरीरको तापक्रमअनुसार मनतातो पानी पिउनु राम्रो हो । जाडो मौसममा बिहानको समयमा अलिअलि तातो पानी पिउनु राम्रो हो भने गर्मीमा 'रूम टेम्प्रेचर' अनुसारको पानी पिउनुपर्छ । सकेसम्म धेरै चिसो र धेरै तातो पानी पिउनु हुँदैन । धेरै चिसो पानी पिउँदा चिसो लाग्ने, टन्सिल हुने लगायत समस्या हुन्छ । धेरै तातो पानी पिउँदा त्यो पानीलाई शरीरको तापक्रमसँग मिलाउन शरीरलाई धेरै ऊर्जा खर्च गर्नुपर्छ । त्यसैले रूम टेम्प्रेचर अनुसारको पानी पिउनु बढी उपयोगी हुन्छ ।

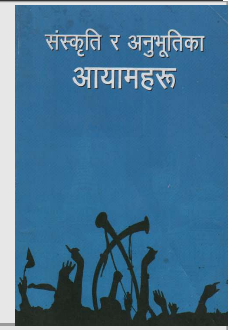
कमी हुँदा देखापर्ने समस्या के हुन् ?

शरीरमा पानीको कमी हुँदा तत्कालीन र दीर्घकालीन रूपमा विभिन्न समस्या देखा पर्न सक्छन् । डिहाइड्रेसन, टाउको दुखाइ, कब्जियत, युरिक एसिड, ग्यास्ट्रिक, पिसाबको इन्फेक्सन, पाचन प्रक्रियामा असन्तुलन लगायत समस्या पानीको कमीले देखिन्छन् । दीर्घकालीन रूपमा मिर्गौलाको पत्थरी, युरिक एसिड, मुटुको रोग, छालाको चाउरीपन, शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक समस्या कम हुने लगायत समस्या पनि देखिन्छ । यी सबै स्वास्थ्य समस्याको जोखिम कम गर्न दैनिक सन्तुलित रूपमा पानी पिउनुपर्छ ।

अत्याधुनिक प्रविधिद्वारा उत्पादित
नयाँ **झापाली इटा**
बजारमा
झापाली इटा
झापाली इटा
ठूलो साइजको ईटा उपलब्ध छ ।
सम्पर्कका लागि:
भगवान बस्नेत : ९८५२६७००३१
उद्योग सम्पर्क : ९८०१४०१४४२

नेपालमा अमूर्त संस्कृतिको

' डा. प्रेम खत्री



गतांकबाट.....

बुद्धिजीवि वर्गमा व्याप्त चासो

राष्ट्र, राष्ट्रियता र राष्ट्रिय संस्कृतिको संरक्षण, प्रवर्द्धनमा चासो राख्ने देशको प्रवुद्धवर्गमा साँस्कृतिक विचलन अग्राह्य र चिन्ताको विषय हुनु स्वाभाविक हो । यस वर्गले संस्कृतिको गरिमाबृद्धिको भार पनि बोकेको हुनाले यो चासो पनि आ नो ठाउँमा तर्कसंगत र न्यायोचित लाग्छ । यस सन्दर्भमा निम्न प्रश्नहरु महत्त्वका छन् -

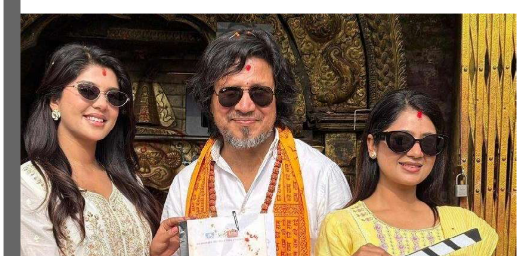
१. मुलुकका साक्षरता प्रतिशत बढ्दो छ तर यसबाट संस्कृतिको संरक्षणबारे ज्ञान भएका नागरिकहरूको सत्त्या भने धेरै ठूलो छैन । यस स्थितिमा हाम्रो जस्तो ज्यादै विविधतापूर्ण संस्कृतिको संरक्षण कसरी हुनसक्छ ?

२. मुलुकमा हाल ८ वटा विश्वविद्यालय सञ्चालित भइरहेका छन् । बौद्ध धर्म र संस्कृतिको उत्थानका लागि लुम्बिनी बौद्ध विश्वविद्यालयको स्थापना भएको छ । महाविद्यालय र उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूको सत्त्या पनि निरन्तर बढ्दो रूपमा छ । तर के यी संस्थाहरूले नेपाली समाज र संस्कृतिलाई टेवा पुग्ने शिक्षा दिन सकेका छन् ? किन प्रतिवर्ष इतिहास संस्कृति, कला तथा पुरातत्व विषय पढ्ने विद्यार्थीहरूको सत्त्या घट्दो क्रममा छ ? आ नो राष्ट्रको संस्कृति जान्न, त्यसलाई बचाउन सरिक हुन र संस्कृतिलाई प्राञ्जिक जीवनको एक अङ्ग बनाउन नयाँ पुस्ताहरूमा यो उदासीनता किन देखिएको छ ?

३. संस्कृति, सम्पदा र संरक्षणलाई पाठ्यविषयको रूपमा विकसित गरेर, यसलाई पर्यटनजस्ता आधुनिक विषय थप रोजगार सिर्जना गर्न र संस्कृति संरक्षणलाई जनसहभागिताको आधारमा संस्थागत गर्न किन सकिँदैन ? ४. नेपाली जाति मात्रको परिचायक तत्त्वको रूपमा चिनिएका हाम्रा मूल्य र मान्यताको सञ्चय गर्ने जिम्मेवारी कसको हो ? यो कसरी पुरा गर्न सकिन्छ ? र अन्तमा, ५. नेपाली संस्कृति र यसको दिगो रूपमा जगेर्ना गर्ने कार्य राष्ट्रिय विकाससित गाँसेर हेर्नुपर्ने विषय हो कि होइन ? यी प्रश्नहरूको उत्तर केही शब्दमा मात्र पनि प्रस्तुत गर्न सकिन्छ तर वर्तमान संस्कृति संक्रमण, विश्वव्यापीकरणको युगमा त्यस्तो उत्तर मात्र पर्याप्त छैन । वास्तवमा यी प्रत्येक सवाललाई एक कार्यक्रमको रूपमा विकसित गर्न सकिन्छ, निरन्तरता दिन सकिन्छ । तर सर्वप्रथम बुद्धिजीविवर्गको चासोलाई विविध कार्यक्रममार्फत् परिचालन गरेर संस्कृतिको जगेर्ना गर्न र यसलाई उत्पादनमुखी बनाउन सकिन्छ । क्रमशः....

कला/मनोरञ्जन

'छ माया छपक्कै २' को शुभ मुर्हुत



फिल्म 'छ माया छपक्कै २'को शुभ मुर्हुत गरिएको छ । सोमबार बिहान भक्तपुरको सूर्यविनायकस्थित गणेश मन्दिरमा कलाकार तथा निर्माण पक्षको उपस्थितिमा फिल्मको मुहूर्त गरिएको हो ।नेपालको फिल्म निर्माणमा सबैभन्दा सफल मानिएको दीपक-दीपा समूहको निर्माण रहेको यो फिल्म दीपेन्द्र लामाले निर्देशन गर्न लागेका हुन् । दीपकराज गिरी र केकी अधिकारीको मुख्य भूमिका रहने फिल्ममा अभिनेत्री सनिशा भट्टराईको पनि अभिनय रहनेछ ।

दीपक-दीपा समूहको कम्पनी आमा सरस्वती मूभिजसँगको सहकार्यमा 'फर्की फर्की' का निर्माता रोहित अधिकारीले यस फिल्मको निर्माण गर्दैछन् । यी दुवैको सहकार्यमा यसअघि सन् २०१९ मा प्रदर्शनमा आएको 'छ माया छपक्कै' बनेको थियो । नुवाकोटसहित पोखरा र काठमाडौंमा समेत फिल्मको छायाङ्कन हुनेछ । फिल्म रिलिज भने आगामी दसैंबाट हुने जनाइएको छ ।

आज मिति
२०८३ साल
वैशाख १६ गते
बुधबार
29 April 2026
तिथि: त्रयोदशी

ज्यो. लक्ष्मी प्र. ढकाल
ठेगाना : क्याम्पस मोड, सगरमाथा आयल निगम, उत्तर
सम्पर्कका लागि:
९८६७३१०८८२/९८१७००५१६५

राशि	अक्षर	फल
मेष	चु चे लो ला लि लँ ले लो अ	हिम्मत बढ्ने । मावलीको प्रगती ।
वृष	इ उ ए ओ वा वि वु वे वो	पढाईमा सफलता । लगानीमा राम्रो चल्ने ।
मिथुन	का कि कु घ ङ छ के को हा	पारीवारिक समस्या । खर्चमा वृद्धि ।
कर्कट	हि हु हे हो डा डि डु डे डो	भाईबहिनीको सहयोग । पराक्रम बढ्ने ।
सिंह	मा मि मु मे मो टा टि टु टे	पढाईमा सफलता । आयमा वृद्धि ।
कन्या	टो प पी पँ ष ण ठ पे पो	मिष्ठान्न भोजन । लगानी उठ्ने ।
तुला	रा री रु रे रो ता ती तु ते	मातामा कष्ट । खर्च बढ्ने ।
वृश्चिक	तो ना नि नँ ने नो या यि यु	मानसम्मान प्राप्ती । दाजु, काकाबाट सहयोग ।
धनु	य यो भा भी भ धा फा ढ भे	मित्रबाट सहयोग । आर्थिक उन्नती ।
मकर	भो जा जी खि खू खे खो गा गी	साथीभाईको प्रगती । कार्यमा सफलता ।
कुम्भ	गँ गे गो सा सी सँ से सो द	दुर्धटनाको भय । शत्रु बढ्ने ।
मीन	दि दु थ झ ञ दे दो चा ची	प्रेममा सफलता । पारीवारिक सुख ।

कानुनविपरीत प्रयोग भएका ६२२ सरकारी सवारी फिर्ता

दमक/ प्रधानमन्त्री बालेन्द्र (बालेन) शाह नेतृत्वको सरकारले राज्य स्रोतको दुरुपयोग नियन्त्रण गर्न कडा कदम चालेको छ। प्रशासनिक बेथिति अन्त्य गर्ने अभियानअन्तर्गत सरकारले कानुनविपरीत प्रयोग भइरहेका सरकारी सवारी साधन फिर्ता लिन सुरु गरेको हो ।

प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयका अनुसार हालसम्म विभिन्न मन्त्रालय, मातहतका निकाय तथा संवैधानिक आयोगहरूबाट ६२२ वटा सरकारी सवारी साधन फिर्ता लिइसकिएको छ। प्रारम्भिक अनुसन्धानमा राजपत्राङ्कित प्रथम श्रेणी वा सोभन्दा माथिका पदाधिकारीलाई मात्र सवारी सुविधा दिने कानुनी व्यवस्था भए पनि तल्लो तहका कर्मचारीहरूले समेत निजी प्रयोगमा सवारी साधन प्रयोग गरिरहेको पाइएको थियो ।

यस विषयमा विस्तृत विवरण संकलन गर्न सरकारले सबै सरकारी निकायसँग सवारी प्रयोगसम्बन्धी तथ्याङ्क माग गरेको थियो। प्राप्त विवरणका आधारमा गत वैशाख १० गते सबै मन्त्रालय र निकायलाई परिपत्र जारी गर्दै कानुनविपरीत प्रयोग भइरहेका सवारी तत्काल फिर्ता गर्न निर्देशन दिइएको थियो। सोही निर्देशनअनुसार सवारी साधन फिर्ता लिने प्रक्रिया अघि बढाइएको हो ।

सरकारले अब कानुनले तोकेको बाहेक अन्य कर्मचारी वा पदाधिकारीलाई व्यक्तिगत रूपमा सरकारी सवारी प्रयोग गर्न नदिने स्पष्ट गरेको छ। यद्यपि, विशेष काम वा आवश्यकताका आधारमा सामूहिक रूपमा सवारी प्रयोग गर्न भने अनुमति दिइनेछ।

प्रधानमन्त्रीको सचिवालयका अनुसार यसअघि यस्तो दुरुपयोगका कारण सरकारलाई कति आर्थिक भार परेको छ भन्नेबारे पनि अध्ययन भइरहेको छ। इन्धन, मर्मत र अन्य सुविधामा अनावश्यक खर्च बढ्दै गएको सन्दर्भमा यो कदम चालिएको बताइएको छ ।

सरकारले अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा बढ्दो पेट्रोलियम मूल्य र देशको आर्थिक अवस्थालाई ध्यानमा राख्दै खर्च नियन्त्रणलाई प्राथमिकता दिएको छ। सरकारी स्रोतको दुरुपयोग रोक्दै प्रशासनिक अनुशासन कायम गर्ने उद्देश्यले चालिएको यो कदमलाई सुशासनतर्फको महत्वपूर्ण प्रयासका रूपमा हेरिएको छ ।

फिर्ता लिए हर्मुजको अवरोध हटाउने इरानी प्रस्ताव

एजेन्सी । अमेरिकाले नाकाबन्दी हटाएको र युद्ध समाप्त गरेको खण्डमा हर्मुज समुद्रीमार्गबाट आफ्नो नियन्त्रण छोडिदिने इरानले प्रस्ताव गरेको छ । साथै आणविक कार्यक्रमबारे भने अर्को चरणमा छलफल गर्न सकिने इरानको प्रस्ताव रहेको दुई अमेरिकी क्षेत्रीय अधिकारीलाई उद्धृत गर्दै एपीले उल्लेख गरेको छ ।

तर युद्ध समाप्तिका लागि इरानी आणविक कार्यक्रमको पूर्ण अन्त्य हुनुपर्ने माग गरिरहेका अमेरिकी राष्ट्रपति डनल्ड ट्रम्पले भने यो प्रस्ताव स्विकार्ने सम्भावना निकै न्यून छ ।

अहिले अमेरिका-इरानबीच युद्धविराम भए पनि यो निकै कमजोर आधारमा टिकेको छ । हर्मुज मार्गमा दुवैले आआ ̂ नो नियन्त्रण बनाइराखेका छन् । अमेरिकी नाकाबन्दीले इरानलाई आ ̂ नो तेल बेच्न अवरोध पुऱ्याएको छ जसले इरानी अर्थतन्त्रलाई क्षतविक्षत बनाइरहेको छ । यता हर्मुज बन्द हुँदा तेलको मूल्य आकाशिएको छ जसले अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रम्पलाई आसन्न मध्यावधि निर्वाचनअघि ठूलो दबाब दिइरहेको छ ।

नाकाबन्दीप्रति चीनको कडा आपत्ति

इरानको हर्मुज जलमार्गमा अमेरिकाले गरेको नाकाबन्दीप्रति चीनले कडा आपत्ति जनाएको छ ।

अमेरिकी कदमलाई चीनले गैरजिम्मेवारपूर्ण कदमका रूपमा व्याख्या गरेको छ । यसले क्षेत्रीय तनाव थप चर्काउने र नाजुक युद्धविरामलाई झनै कमजोर पार्ने चेतावनी चीनले दिएको छ । अमेरिकी राष्ट्रपति डनल्ड ट्रम्पले इरानी बन्दरगाहतर्फ जाने वा त्यहाँबाट निस्कने जहाजहरूलाई लक्षित गर्दै कडा सैन्य कारबाहीको चेतावनी दिएपछि बेइजिङले यस्तो प्रतिक्रिया दिएको हो ।

नयाँ......२०५९ को नियम ७८ (१) (ग) बमोजिम लब्धांकपत्रलगायत आवश्यक सक्कल प्रमाणपत्रसमेत प्राप्त नभएको अवस्थामा विद्यालयहरूले भर्नाको सूचना प्रकाशन नगर्न सर्वोच्च अदालतले अन्तरिम आदेश दिइएको थियो । न्यायाधीश बालकृष्ण ढकालको एकल इजलासले शिक्षा नियमावली, २०५९ अनुसार शैक्षिक सुरू भएपछि विद्यार्थी भर्ना प्रक्रिया सञ्चालन गर्नुपर्ने आदेश दिएको थियो । यसअघि हरेक वैशाख २ गतेदेखि शैक्षिकसत्र सञ्चालन हुँदै आएको थियो । आदेशमा परीक्षा नतिजा, शैक्षिक सत्र र आवश्यक प्रमाणपत्रबीच समन्वय कायम गर्नुपर्ने उल्लेख गरिएको छ । अदालतले सम्बन्धित निकायलाई प्रचलित कानुनअनुसार कार्य गर्न निर्देशन दिँदै विपक्षीलाई १५ दिनभित्र लिखित जवाफ पेस गर्नसमेत आदेश गरेको छ ।

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय तथा शिक्षा विकास तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र, सानोठिमी भक्तपुरद्वारा गत चैत ५ गते प्रकाशित सूचनामा वार्षिक परीक्षा सम्पन्न गरी नतिजा प्रकाशनपश्चात् नयाँ शैक्षिक सत्र २०८३ सुरू भएपछि मात्रै भर्ना कार्यक्रम सञ्चालन गर्न निर्देशन दिइएको थियो ।

नेपाली....आयात गरेको छ । यसका लागि नेपालबाट तीन अर्ब ८१ करोड ६५ लाख रुपियाँ बाहिरिएको छ ।

जसमा भारतबाट दुई अर्ब चार करोड र बङ्गलादेशबाट एक अर्ब ७७ करोड बराबरको कच्चा जुट आएको छ । सोही अवधिमा अर्धतयारी वस्तुका रूपमा रहेको जुटको धागो सात करोड ३२ लाख रुपियाँ बराबरको आयात भएको छ । अघिल्लो वर्षको चैत मसान्तसम्मको तथ्याङ्कको तुलनामा जुटको धागोको आयात १.६ प्रतिशतबाट बढेर ४.९ प्रतिशत पुगेको छ ।

नेपालका जुट उद्योगहरूले कच्चा पदार्थको अभाव झेल्न थालेपछि अर्धतयारी वस्तुको उरुपमा जुटको धागोको आयात बढाउन थालेका हुन् । स्वदेशमा उत्पादन हुने कच्चा जुटले माग धान्न नसक्ने र भारतबाट हुने आयातमा पनि सुधार नभएपछि उद्योगीहरूले बङ्गलादेशबाट जुटका अर्धतयारी धागो ल्याएर बोरा बुन्न थालेका हुन् । भन्सार विभागले सार्वजनिक गरेको चालु आर्थिक वर्ष २०८२/०८३ को चैत मसान्तसम्मको तथ्याङ्क अनुसार, साउन महिनाको तुलनामा जुटको धागो (यार्न) आयात परिमाण दोब्बरले बढेको देखिएको छ भने अघिल्लो वर्षको तुलनामा यो वृद्धि झण्डै तीन गुणाले बढी हो ।

विभागका अनुसार अघिल्लो आर्थिक वर्षको चैत मसान्तसम्म ५२१ मेट्रिक टन जुटको धागो आयात भएकोमा चालु आर्थिक वर्षको सोही अवधिमा एक हजार ४०६ मेट्रिक टन आयात भएको छ । यस हिसाबले यो वर्ष धागो आयातमा उल्लेख्य वृद्धि भएको देखिएको हो ।

चालु आर्थिक वर्षको पहिलो महिना साउनमा नेपालमा कुल ६० हजार ६०० केजी जुटको धागो (सिङ्गल र मल्टिपल यार्न) आयात भएको थियो । तर, चैत मसान्तसम्म आइपुग्दा यो परिमाण पाँच लाख २१ हजार २७६ केजी पुगेको छ । साउन महिनामा भएको आयातलाई पछिल्ला आठ महिनाको आयातसँग तुलना गर्दा उद्योगहरूले कच्चा जुटको सट्टा अर्ध-तयारी धागो मगाउने क्रम झण्डै दुई गुणा भन्दा बढीले बढेको देखिएको हो ।

दमक....छ । आरति कपि उद्योग हुँदै पूर्वेली टोलमार्गका लागि ८० लाखको बजेटमा निर्माण कार्य भईरहेको भट्टराईले बताए । सोही मार्ग नजिकैबाट पूर्वेली टोलका विभिन्न शाखा बाटाहरू पनि प्याकेजको रूपमा ४० लाखको ठेक्कामा बनिरहेको पनि वडाअध्यक्ष भट्टराईले सुनाए ।

सोही वडामा रहेको बाल विकास केन्द्रमा फल्स सिलिङ, आँगनमा लकिङ टायल विच्छ्याउने योजनालाई अगाडि बढेको छ । सो केन्द्रमा २१ विद्यालयलाई दिइने प्याकेजको बजेटबाट सो बाल विकासमा निर्माण भइरहेको छ । पाणीनी स्कुल पश्चिममा वडा नं. ९ र १० को सिमानासम्मको १४ सय मिटर बाटो संघीय सरकारको सडक विभागबाट काम भईरहेको छ । यसैगरी, वडा नं. ४ मा निर्माण हुँदै गरेका, भईरहेका र हुन लागेका सबै योजनाहरूको अनुगमन भएको छ ।

दमक... आसपासका जिल्लामा तीव्र गतिको हावाहुरी चल्ने सम्भावना रहेकाले सतर्कता अपनाउन महाशाखाले अनुरोध गरेको छ ।

नेकपा.....प्रदेश इन्चार्जको जिम्मेवारी यशोदा सुवेदी गुरुङले पाएकी छन् । यसैगरी कोशी प्रदेश संयोजकमा हर्क नेम्वाङ, मधेश प्रदेश संयोजकमा राजु खड्का, बागमती प्रदेश संयोजकमा सरल सहयात्री पौडेल, गण्डकी प्रदेश संयोजकमा गायत्री गुरुङ तोकिएका छन् । यसैगरी लुम्बिनी प्रदेश संयोजकमा अब्दुल हुसेन खान, कर्णाली प्रदेश संयोजकमा बिमला केसी, सुदूरपश्चिम प्रदेश संयोजकमा हरिराम चौधरी छन् । यस्तै उपत्यका विशेष प्रदेश संयोजकमा विष्णु लामिछाने र सम्पर्क समन्वय प्रदेश

बिमा पोलेसी हराएको सुचना

मिति २०८२ फागुन २ गते दमकबाट बिर्तामोड जाने क्रममा मेरो नेपाल लाईफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लि.को नाममा जारी बिमा पोलेसी हराएको हुँदा भेट्नु हुने महानुभावले नजिकको प्रहरी कार्यालय वा निम्न ठेगानामा सम्पर्क गरिदिनुहुन अनुरोध छ ।

नाम : **मान कुमार लावती**
ठेगाना : **दमक-२, झापा**
बिमा पोलेसी नं : **२४२००५८५५**
मोवाइल नं : **९८०८५६१४७३**

बिमा पोलेसी हराएको सुचना

मिति २०८२ फागुन २ गते दमकबाट गौरादह जाने क्रममा मेरो नेपाल लाईफ इन्स्योरेन्स कम्पनी लि.को नाममा जारी बिमा पोलेसी हराएको हुँदा भेट्नु हुने महानुभावले नजिकको प्रहरी कार्यालय वा निम्न ठेगानामा सम्पर्क गरिदिनुहुन अनुरोध छ ।

नाम : **विष्णु कुमार लावती**
ठेगाना : **दमक-२, झापा**
बिमा पोलेसी नं : **२४२००५८५६**
मोवाइल नं : **९८१५९०६८४०**

स्थानीय सरकारलाई पत्रकार महासंघ झापाको ज्ञापनपत्र

भद्रपुर/ नेपाल पत्रकार महासंघ झापाले सरकारी विज्ञापन सरकारी सञ्चारमाध्यममा मात्र प्रकाशन प्रशारण गर्ने संघीय सरकारको निर्णय कार्यान्वयन नगर्न झापाका सबै स्थानीय सरकारलाई आह्वान गर्दै मंगलबार ज्ञापनपत्र बुझाएको छ । महासंघ झापाका अध्यक्ष एकराज गिरीको नेतृत्वमा गएको प्रतिनिधि टोलीले जिल्ला समन्वय समिति झापाका प्रमुख विश्व बराललाई ज्ञापनपत्र बुझाएको हो ।

जिससमार्फत महासंघले झापाका १५ वटै स्थानीय तहमा ज्ञापनपत्र बुझाएको हो । ज्ञापनपत्र बुझ्दै प्रमुख बरालले सबै स्थानीय सरकारलाई महासंघको ज्ञापनपत्र पठाउने बताए । ७ बुँदे माग सहितको ज्ञापनपत्र महासंघ अध्यक्ष गिरी, पूर्व अध्यक्ष चिन्तामणि दहाल, महासंघ पदाधिकारी, सदस्य, संगठन प्रतिनिधिहरूले सामुहिक रूपमा बुझाएका थिए । नेपाल प्रेस युनियन झापाका उपाध्यक्ष इश्वर अधिकारी, प्रेस चौतारी नेपाल झापाका अध्यक्ष प्रदीप परियार, जन पत्रकार संगठनका अध्यक्ष प्रवीन अधिकारी लगायतको उपस्थिति थियो ।

मेयर.....संवेदनशील विषयमा स्थानीय सरकारसँग सहकार्य र समन्वयमार्फत अघि बढ्न प्रशासनलाई आग्रह गरेका छन्। साथै, स्थानीय सरकारको अधिकार र स्वायत्तताको सम्मान गर्नुपर्नेमा उनले जोड दिएका छन्।

उक्त अभिव्यक्तिपछि झापामा प्रशासन र स्थानीय तहबीचको अधिकार सीमारेखा र समन्वयको विषय पुनः बहसको केन्द्रमा आएको छ ।

ठूलो ट्याङ्कीमा कम्प्रेसर प्रविधियुक्त

झापा सेफ्टी ट्याङ्की तथा ढल सरसफाई

दमक :
देवीप्रसाद सिटौला
(९८४२७६०२६५/९८२४९७९१८५)

बिर्तामोड:
राजकुमार श्रेष्ठ
९८०६०१०४१०

हिमालयन बैंक लिमिटेडको धितोमा रहेको चल अचल सम्पत्ति गोप्य शिलबन्दी बोलपत्र मार्फत लिलाम बिक्रिको १५ दिने सूचना

(प्रथम पटक सूचना प्रकाशित मिति: २०८३/०१/१५ आर्थिक अभियान)

तपसिलमा उल्लेखित ऋणीले यस बैंकबाट विभिन्न कर्जा शिर्षक अन्तर्गत लिनुभएको ऋणको यस बैंकसंग गरेको सम्झौता बमोजिम समय समयमा तिर्नु बुझाउनु पर्ने, साँवा, ब्याज, पेनाल ब्याज तथा अन्य दैदस्तुर आदि चुक्ता भूक्तान गर्न पटक पटक मौखिक तथा लिखित तरताकेता गरिएको एवं बैंक तथा वित्तीय संस्था सम्बन्धी ऐन २०७३ ले दिएको अधिकार प्रयोग गरी विभिन्न मितिमा राष्ट्रिय दैनिकमा ३५(पैंतीस) दिने सार्वजनिक सूचना प्रकाशित गरी ऋण चुक्ता गर्न आउन सुचित गर्दा समेत ऋण चुक्ता गर्न नआउनु भएकोले, बैंकको नाममा धितोबन्धक लेखिदिएको तपसिल बमोजिमको चल अचल सम्पत्ति जहाँ जे जस्तो अवस्था र परिमाणमा छ सोही अवस्था र परिमाणमा बैंकको नियमानुसार गोप्य शिलबन्दी बोलपत्र मार्फत बिक्री गरिने भएको हुँदा लिन इच्छुक व्यक्ति/फर्म/कम्पनी/संस्थाहरुलाई बैंकबाट प्राप्त हुने बोलपत्र फारम रितपुर्वक भरी बोलपत्रमा उल्लेखित शर्त बन्देजहरुको अधिनमा रही यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले १५ (पन्ध्र) दिनभित्र बैंकको तपसिलमा उल्लेखित स्थानमा प्राप्त हुने गरी गोप्य शिलबन्दी बोलपत्र आव्हान गरिन्छ । साथै ऋणी, ऋणी कम्पनी, सोका संचालक, व्यक्तिगत जमानतकर्ता तथा संस्थागत जमानीकर्ता एवम सम्बद्ध सबैलाई धितो दिएको सम्पत्ति लिलाम बिक्री हुने व्योहोरा यसै सूचनाद्धारा सुचित गरिन्छ । प्रकाशित सूचनाको म्यादभित्र ऋणी, ऋणी कम्पनी, सोका संचालक, व्यक्तिगत तथा संस्थागत जमानतकर्ताले ऋण चुक्ता गर्न नआए धितो लिलामीको प्रक्रिया अगाडि बढाइनेछ । बोलपत्र खोलिने दिन ऋणी बोलपत्रदाता उपस्थित नभए पनि बोलपत्र खोली धितो लिलाम बिकिको प्रकृया अगाडि बढाउन कुनै बाधा पर्ने छैन । साथै बोलपत्र प्राप्त भई वा नभई धितोको सम्पत्ति लिलाम बिक्री हुन नसकेमा प्रचलित कानुनको अधिनमा रही बैंकले धितोको सम्पत्ति गैर बैंकिङ्ग सम्पत्तिको रुपमा सकार गरिलिन सक्ने व्यहोरा समेत जानकारी गराईन्छ । धितोको सम्पत्ति लिलाम भई वा नभई वा गैर बैंकिङ्ग सम्पत्तिको रुपमा सकार भई वा नभई बैंकको लेना रकम असुल उपर हुन नसके बाँकी रहेको रकम बैंक तथा बित्तीय संस्था सम्बन्धी ऐन, २०७३, बैंक तथा वित्तीय संस्थाको ऋण असुली ऐन, २०५८ तथा अन्य प्रचलित नेपाल कानुन बमोजिम असुलीको कारबाही अगाडी बढाउने व्यहोरा समेत पूर्वजानकारीको लागि सुचित गरिन्छ ।

तपसिल

ऋणीको विवरण	धितोको विवरण
शाखा कार्यालय: दमक शाखा, झापा	
कम्पनी रजिष्ट्रारको कार्यालयमा दर्ता नं. ४३०३१/०६३-६४ कायम भई मिति २०६३।०७।०१ मा दर्ता भएको **ऋषि अम्बिका ट्रेडिङ्ग कम्पनी प्रा.लि. (ऋणी)** **संचालक तथा व्यक्तिगत जमानी दिने:** **सुनिता आचार्य** **भीमबाबु भट्टराई** **व्यक्तिगत जमानी दिने:** **जीवन न्यौपाने** **दुर्गा ढुंगेल** **यस अघि प्रकाशित सूचना:** मिति २०८२।१०।१३ गतेको कारोबार राष्ट्रिय दैनिकमा प्रकाशित ३५ दिने सूचना ।	१. पदमलाल न्यौपानेको नाति ऋषि राज न्यौपानेको छोरा झापा जिल्ला तोपगाछी गा.वि.स वडा नं. ९ (हाल परिवर्तित दमक न.पा. वडा नं. ८) बस्ने **जीवन न्यौपानेको** नाममा दर्ता कायम रहेको झापा जिल्ला दमक न.पा. वडा नं. १३ (हाल परिवर्तित दमक न.पा. वडा नं. ८) सिट नं. १७९००१६१८ स्थित कित्ता नं. ६२, ६३, ६४ को क्षेत्रफल क्रमशः ३५३.३०, ७७४.८० र ४१८.०० वर्ग मिटरको घर/जग्गा समेत । २. ऋषि राम न्यौपानेको बुहारी दुर्गा प्रसाद आर्चायको छोरी जीवन न्यौपानेको पत्नी झापा जिल्ला धरमपुर गा.वि.स. वडा नं. ६ स्थायी ठेगाना भई हाल दमक न.पा. वडा नं. ८ बस्ने **सुनिता आचार्यको** नाममा दर्ता कायम रहेको झापा जिल्ला दमक गा.वि.स. वडा नं. ५ (हाल परिवर्तित दमक न.पा. वडा नं. १५) स्थित कित्ता नं. १२७२९ को क्षेत्रफल ०-५-०-० (विघा) जग्गा समेत ।

बोलपत्रका शर्तहरु :

१. बोलपत्र फारम यस बैंकको तपसिलमा उल्लेखित शाखाबाट, कार्यालय समयभित्र खरिद गरी लिन सकिनेछ ।

२. बोलपत्र सम्बन्धी शर्तहरु बोलपत्र फाराममा उल्लेख गरिए बमोजिम हुनेछ ।

बोलपत्र पेश गर्ने अन्तिम मिति र समय	बोलपत्र खोलिने मिति र समय	बोलपत्र पेश गर्ने स्थान	बोलपत्र खोलिने स्थान
२०८३/०१/२९ कार्यालय समय सम्म	२०८३/०२/०४ अपरान्ह २:०० बजे	यस बैंकको कुनै पनि शाखा कार्यालय	सम्बन्धित शाखा, कार्यालय

HBL हिमालयन बैंक लिमिटेड Himalayan Bank Ltd.

हिमालयन बैंक लि. केन्द्रीय कार्यालय
कर्जा असुली विभाग, कमलादी, काठमाडौं
फोन नं. ०१-४१६९१५०, पो.ब.नं. २०५९० काठमाडौं

श्रमको सम्मान गरौं, श्रमिकको अधिकार सुनिश्चित गरौं।

- सुरक्षित र मर्यादित कार्यस्थल सुनिश्चित गरौं,
- न्यूनतम् ज्याला तथा सुविधा समयमै प्रदान गरौं,
- बाल श्रम, जबर्जस्ती श्रमलगायतका सबै प्रकारका श्रम विभेदको अन्त्य गरौं,
- कार्यस्थलमा स्वास्थ्य तथा सुरक्षा मापदण्ड पालना गरौं,
- श्रमिकहरूलाई सामाजिक सुरक्षा र बीमामा समावेश गराऔं,
- महिला तथा पुरुष श्रमिकबीच समान अवसर र समान पारिश्रमिक सुनिश्चित गरौं,
- श्रमिकको सीप विकास र क्षमता अभिवृद्धिमा जोड दिऔं,
- श्रम ऐन तथा नियमहरूको पालना गरौं,
- श्रमिक र रोजगारदाताबीच सहकार्य र समन्वय बढाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

आईसीयूका लागि नर्स आवश्यकता

दमक हस्पिटल एण्ड रिसर्च सेन्टर प्रा.लि., दमक ८ लाई **आईसीयू सेवाका** लागि **५ जना नर्सिङ स्टाफ** आवश्यक रहेकाले योग्यता पुगेका ईच्छुक व्यक्तिहरुलाई योग्यताको प्रमाण पत्रको प्रतिलिपिसहित आवेदन दिनु हुन जानकारी गराईन्छ ।

♦ योग्यता : बीएन उत्तिर्ण गरि १ वर्षको अनुभव
♦ आवेदन दिने अन्तिम मिति : २०८३/१/२२ गते
♦ सम्पर्क नं : ९८२५९८०००८

प्रधान सम्पादक/प्रकाशक: गञ्जबहादुर दाहाल, **कार्यालय**: दमक-५, झापा, फोन: ०२३-५७०२७२. **प्रबन्धक**: सुवासचन्द्र भट्टराई, **मुद्रण**: ज्योति अफसेट प्रेस, **कार्यकारी सम्पादक**: खगेन्द्र कार्की E-mail:purbasandesh@yahoo.com **ले-आउट**: सुरेन बस्नेत **सल्लाहकार** : पंकज दाहाल