प्र.जि.अ.का.झापा द.नं. २६/०३९/४०
हु.जि.द.नं. : ९७/०८०/०८१

जनज्योति साप्ताहिक

Janajyoti Weekly

■ वर्ष: ४५ ■ अंक : ०१ ■ २०८२ चैत्र २९ गते आइतबार ■ Sunday, 12 Apr. 2026 ■ मूल्य रु. ७।-

टन्सिलका लक्षण

- घाँटी दुख्ने, सुन्निने, रातो देखिने र ज्वरो आउने,
- घाँटीभित्र कहिलेकाही सेतो दाग वा पिप देखिने,
- बोल्दा आवाज बदलिने वा करकराउने,
- खाना निल्न गाह्रो हुने,
- शरीर दुख्ने र थकान महशुस हुने,
- श्वास फेर्दा दुर्गन्ध आउने,
- कहिलेकाहीं वाकवाकी लाग्ने वा पेट दुख्ने टन्सिलका लक्षण हुनसक्छन्,

यस्ता लक्षण देखिएमा चिकित्सकसंग परामर्श गरौं।

नेपाल सरकार विज्ञापन बोर्ड

कोर्ष बदलेको वर्ष-२०८२

नयाँ वर्ष, नयाँ जनमत र नयाँ अपेक्षा

जनज्योति समाचार

दमक/ वि.सं.२०८२ अब विदा हुँदैछ। यो वर्षले हरेक व्यक्तिको जीवनमा केहि न केहि प्रभाव र स्मरणहरु छोडेर जाँदैछ। व्यक्तिगत जीवनमा मात्रै होईन नेपाली राजनीति र समाजका लागि २०८२ साल धेरै इतिहासहरु छोडेर विदा हुन लागेको छ। नेपाली राजनीतिमा यो वर्ष एक ऐतिहासिक मोडको वर्षका रूपमा दर्ज भएको छ। लामो समयदेखि स्थापित राजनीतिक परिपाटी, परम्परागत शक्ति संरचना र पुराना नेतृत्वप्रति बढ्दै गएको जनअसन्तुष्टि अन्ततः युवा पुस्ताको हस्तक्षेपमार्फत विस्फोटित भयो। यसले केवल सत्ता परिवर्तन मात्र होइन, सोच, शैली र प्राथमिकतामा समेत गहिरो परिवर्तनको संकेत दिएको छ।

भदौ २३ र २४ गतेको जेनजी आन्दोलनले पुराना राजनीतिक दल र नेतृत्वहरुलाई किनाराकृत गरि दिएको छ। सोहि आन्दोलनको आँधीमा तत्कालिन संसद विघटन भयो र पूर्वप्रधानन्यायाधीशको नेतृत्वमा चुनावी सरकार गठन भई नयाँ जनादेश सहितको सरकार स्थापित भएको छ।

सुशासनका लागि आक्रामक

सुशासन स्थापना गर्ने लक्ष्यसहित अघि बढिरहेको सरकारले पछिल्लो समय भ्रष्टाचारविरुद्ध उल्लेखनीय र कडा कदमहरू चाल्न थालेको छ। विशेषगरी, भिआईपी स्तरका व्यक्तिहरू संलग्न रहेको भनिएका फाइलहरू खोल्दै अनुसन्धान अघि बढाउनु सरकारको साहसिक पहल मानिएको छ। यस क्रममा केही उच्चपदस्थ व्यक्तिहरू पक्राउ परिसकेका छन् भने अन्यमा अनुसन्धान जारी रहेको छ। यसले कानुन सबैका लागि बराबर हुन्छ भन्ने सन्देश दिन थालेको छ।

त्यसैगरी, जेनजी आन्दोलन दमन प्रकरणमा छानबिन आयोगले दोषी ठहर गरेका नेताहरूलाई पक्राउ गरेर अनुसन्धान गर्नु र पछि प्रक्रिया अनुसार रिहा गर्नुले विधिको शासनलाई प्राथमिकता दिएको देखिन्छ। सरकारी कार्यालयहरूलाई बिचौलियारहित बनाउने प्रयास पनि क्रमश: अगाडि बढिरहेको छ, जसले सेवा प्रवाहमा पारदर्शिता ल्याउने अपेक्षा गरिएको छ।

यस्तै, आचरणविपरीत काम गरेको आरोपमा एक मन्त्रीलाई पदबाट हटाउनु सरकारको उत्तरदायित्व र दृढ इच्छाशक्तिको संकेत हो। यी सबै गतिविधिहरूलाई समग्रमा हेर्दा सरकारको काम गर्ने गति तेज, सक्रिय र परिणाममुखी देखिएको छ, जसले जनतामा सुशासनप्रति विश्वास बढाएको छ।

सामाजिक सन्देश

संसदको सबैभन्दा ठूलो दल बनेको रास्वपाले दलित समुदायसँग सार्वजनिक रूपमा क्षमा माग्नु झन् महत्वपूर्ण राजनीतिक सन्देश हो। यो कदमले विगतका विभेद र असमानताप्रति राज्य संवेदनशील बन्दै गएको संकेत गर्छ। यस्तो आत्मसमीक्षा र स्वीकारोक्ति नै समावेशी र न्यायपूर्ण समाज निर्माणको आधार बन्न सक्छ।

यस समग्र परिवर्तनले नेपाली समाजमा नयाँ आशा र सम्भावनाको सञ्चार गरेको छ। कार्यपालिका र व्यवस्थापिका दुवै तहमा युवा नेतृत्वको उपस्थिति हुनु भविष्यप्रति सकारात्मक संकेत हो। तर, आशा मात्र पर्याप्त हुँदैन। त्यसलाई परिणाममा रूपान्तरण गर्न गम्भीरता, संयमता र दूरदृष्टि आवश्यक हुन्छ।

यस्तै उपसभामुख जस्तो महत्वपूर्ण पदमा मधेशबाट आएकी एक युवा तथा पिछडिएको समुदायकी नेतृको स्थापना हुनु समावेशी

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

झापाको कृषि क्षेत्रमा ३ अर्वको नोक्सानी

दमक/ फागुनको अन्तिम साता यता झापामा पटक-पटक आएको हावाहुरी र असिनासहितको वर्षाले कृषि क्षेत्रमा मात्रै ३ अर्ब रुपैयाँभन्दा बढीको क्षति भएको प्रारम्भिक अनुमान गरिएको छ।

जिल्ला कृषि ज्ञान केन्द्र झापाका अनुसार फागुन अन्तिम सातादेखि चैत दोस्रो सातासम्मको अवधिमा मात्रै ३ अर्ब १९ करोड २९ लाख ८२ हजार रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको छ। यसबाहेक १ अर्ब ७२ करोड ७३ लाख ७४ हजार ६ सय रुपैयाँ बराबरको बाली पूर्ण रूपमा नष्ट भएको छ। कृषि ज्ञान केन्द्रका प्रमुख सागर विष्टका अनुसार झापाका १५ वटै पालिकामा ठुलो नोक्सानी पुगेको हो।

सबैभन्दा प्रभावित क्षेत्रमध्ये बाह्रदशी गाउँपालिका छ। यहाँ लगाइएको मकैबालीमध्ये झण्डै ७५ प्रतिशत नष्ट भएको छ। सात वटा वडा रहेको पालिकामा ८४० हेक्टर क्षेत्रफलमा लगाइएको मकैमा क्षति पुगेको कृषि ज्ञान केन्द्रको विवरणमा उल्लेख छ। मकैमा मात्रै २७ करोड २७ लाख रुपैयाँभन्दा बढी क्षति भएको छ भने आंशिक क्षति ७५ करोड ५७ लाख रुपैयाँ नाघेको छ।

बाह्रदशी-२ र ३मा ठूलो क्षेत्रफलमा लगाइएको मकै पूर्ण रूपमा नष्ट भएको छ। अन्य वडाहरूमा पनि आंशिक र पूर्ण क्षति गरी किसानलाई ठूलो आर्थिक धक्का लागेको छ। बाह्रदशी गाउँपालिका-१मा ४३९ हेक्टर क्षेत्रफलमा मकै खेती गरिएकोमा २५ हेक्टर क्षेत्रफलमा पूर्ण र ३३ हेक्टर क्षेत्रफलमा आंशिक क्षति भएको छ। अन्य वडाहरुमा समेत मकै, तरकारी लगायतको बालीमा ठुलो नोक्सानी पुगेको छ। कचनकवल गाउँपालिकामा मकैसहित गहुँ र ड्रागन खेतीमा हावाहुरी र असिनासहितको वर्षाले क्षति पुऱ्याएको छ। कृषि ज्ञान केन्द्रको तथ्याङ्क अनुसार यहाँ ६० लाख ३० हजार रुपैयाँ बरावरको आंशिक र ६३ लाख ७५ हजार रुपैयाँ बराबरको बाली पूर्ण रुपमा क्षति भएको छ।

बिर्तामोड नगरपालिकामा एक करोड १७ लाख बराबरको आंशिक र १ करोड ३५ लाख १२ हजार रुपैयाँ बरावरको पूर्ण रुपमा वालि नष्ट भएको छ।

यस्तै दमक नगरपालिकामा ७ करोड २० लाख रुपैयाँ बराबरको आंशिक र २१ करोड ६० लाख रुपैयाँ बराबरको कूल क्षति भएको छ। यहाँपनि १० वटा वडाका कृषकले लगाएको बालीमा क्षति पुगेको हो। यहाँका कृषकमध्ये तरवारी र मकै खेतीवालीले धेरै क्षति व्यहोरेको छ। गौरादह नगरपालिकामा पनि हावाहुरी र असिनासहितको वर्षाले ठूलो क्षति पुऱ्याएको छ। यो पालिकामा ४२ लाख ३० हजारको अन्नवालीमा आंशिक क्षति हुँदा

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

पत्रकार मञ्चमा उप्रेती

दमक/ पत्रकार मञ्च दमकको ९ औं अधिवेशनले सर्वसम्मत् नयाँ नेतृत्व चयन गरेको छ। टीकाराम उप्रेतीको अध्यक्षतामा मञ्चले नयाँ कार्यसमिति चयन गरेको हो। समितिको उपाध्यक्षमा दिनेश दंगाल, सचिव चिरञ्जिवी घिमिरे, सहसचिव केदारबाबु पौडेल र कोषाध्यक्षमा मीना विश्वकर्मा निर्वाचित भएका छन्। यस्तै सदस्यहरुमा चन्द्रमान राई, पवनप्रसाद निरौला, निशेष राई, संजिव राई र ज्ञानु केदेम रहेका छन्। मञ्चका तत्कालिन अध्यक्ष कमन देवानको अध्यक्षता र दमक नगरपालिकाका प्रमुख रामकुमार थापाको प्रमुख आतिथ्यमा कार्यक्रम भएको थियो। अधिवेशन अघि स्थानीय तहको विकासमा सञ्चारको भुमिका विषयक अन्तरक्रिया समेत भएको थियो। अन्तरक्रियामा दमक ८ का वडाअध्यक्ष दिपेश दाहाल, मञ्चका पूर्व अध्यक्ष कृष्ण कार्की, ईलाका प्रहरी कार्यालय दमकका प्रमुख किशोर

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

कोशीमा दुर्घटना उच्च

दमक/ कोशी प्रदेशमा सडकतथा सवारी दुर्घटना उच्च हुने गरेको तथ्याङ्कले देखाएको छ। तीन आर्थिक वर्षको तथ्यांक अनुसार दुर्घटनामा बृद्धि भएको पाइएको हो। दुर्घटनासँगै मानवीय क्षति पनि बढेको छ। दुर्घटना न्यूनीकरणका लागि सरोकारवाला बीच समन्वय नहुँदा थप चुनौती बनेको छ।

प्रदेशमा आर्थिक वर्ष २०७९/०८० मा ३ हजार ४ सय ६३ दुर्घटना भएका थिए। तिनमा ३ सय ७१ जनाको ज्यान भएको थियो भने २ सय ५८ जना गम्भीर र ५ हजार ७ सय ५० जना सामान्य घाइते भएका थिए। आर्थिक वर्ष २०८०/०८१ मा ४ हजार ६ सय २६ दुर्घटना भए। ती दुर्घटनामा परेर ४ सय ५२ जनाको मृत्यु भएको थियो भने ३ सय ७१ गम्भीर र ५ हजार ८ सय ३० सामान्य घाइते भएका थिए। चालु वर्षको फागुनसम्म ४ हजार २ सय ९० दुर्घटना भइसकेका छन्। यस

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

उपसभामुखमा ठाकुर, दुई मन्त्री थप

दमक/ प्रतिनिधि सभाको उपसभामुखमा श्रम संस्कृति पार्टीकी सांसद रुबीकुमारी ठाकुर निर्वाचित भएकी छन्। उपसभामुखको निर्वाचनमा राप्रपाकी सरस्वती लामालाई हराउँदै रुबीकुमारी विजयी भएकी हुन्। उपस्थित भएका २५६ मध्ये रुबीकुमारीले २२९ मत पाउँदा राप्रपाकी लामाले ५ मत मात्रै पाइन्। रुबीकुमारीलाई सत्तारुढ दल रास्वपा, कांग्रेस, नेकपाले समर्थन गरेको थियो। एमालेले कसैलाई मतदान गरेन। एमालेका २५ सांसद छन् तर तटस्थमा २२ मत खस्यो।

उपसभामुख ठाकुर

नेपालकै कम उमेरकी उपसभामुख बनेकी २५ वर्षकी रुबीकुमारी अहिलेको संसदकै कान्छी सदस्य पनि हुन्। श्रम संस्कृति पार्टीले उनलाई मधेसी महिला कोटामा समानुपातिकको बन्दसूचीमा राखेको थियो।

यसैविच प्रधानमन्त्री बालेन्द्र साहाले दुई मन्त्री थप गरेका छन्। उनीहरुले सपथ पनि लिएका छन्। नवनियुक्त उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्तिमन्त्रीमा गौरीकुमारी यादव र श्रम, रोजगार तथा सामाजिक सुरक्षामन्त्री रामजी यादवले पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएका हुन्। राष्ट्रपति कार्यालय शीतलनिवासमा आयोजित विशेष समारोहबीच राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलले नवनियुक्त मन्त्रीद्वयलाई शपथ ग्रहण गराएका हुन्।

सञ्चार क्षेत्रका समस्या बारे अन्तरक्रिया

दमक/ सरकारको पछिल्लो निर्णयका कारण सञ्चार क्षेत्रमा देखिएका समस्याका बारेमा शनिबार दमकमा अन्तरक्रिया सम्पन्न भएको छ। सरकारले निजि सञ्चार माध्यममा सरकारी बिज्ञापन प्रकाशन र प्रसारण गर्न नदिने गरेको निर्णय र यसले पारेको प्रभावका बारेमा नेपाल प्रेस युनियन झापाले कार्यक्रम गरेको हो। युनियन केन्द्रको परिपत्र अनुसार सरकारी बिज्ञापन रोक्दा निजी मिडियामा पर्ने असरका बारेमा सञ्चार गृहका सञ्चालक तथा सरोकारवालहरु विच अन्तरक्रिया गरिएको हो। युनियन झापा अध्यक्ष गिरिराज भट्टराईको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रमा वक्ताहरुले सरकारले नागरिक अवाज रोक्नका लागी निजि सञ्चार माध्यममा सरकारी बिज्ञापन रोक्ने प्रयास गरेको आरोप लगाएका छन्।

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

झापा बारको साधारणसभा

भद्रपुर/ नेपाल बार एसोसिएसन झापाले ५९ औं वार्षिक साधारण सभा चन्द्रगढिमा सम्पन्न भएको छ। एसोसिएसनको सभाहलमा शुक्रबार सम्पन्न सभाको न्यायाधीश अम्बिका प्रसाद दाहाले पानसमा वत्ती वालेर उद्घाटन गरेका थिए।

उद्घाटन गर्दै उहाले न्यायलयको सुधारका लागि कानुन व्यावसायीको भुमिकाझ अपरिहार्य रहेको बताउदै बार र वेन्च बीचको सम्बन्ध सुधार गर्दै लैजानु पर्नेमा

बाँकी ४ पेजमा ▸▸

कर्मचारी आवश्यकता

प्रकाशित मिति : २०८२।१२।२९ गते

नेपालको प्रचलित कानुन बमोजिम स्थापना भई समाज कल्याण परिसद नेपालबाट सम्बन्धन प्राप्त ३ वटा प्रदेशमा कार्यक्षेत्र भएको यस गैरसरकारी संस्थामा देहाय बमोजिमको पदको लागि कर्मचारी आवश्यक भएकोले तपसिल बमोजिमका योग्यता पुगेका इच्छुक नेपाली नागरिक हरूबाट दरखास्त आह्वान गरिन्छ।

विज्ञापन नं.	पद	संख्या	न्युनतम शैक्षिक योग्यता	कार्य अनुभव	परीक्षाको कसिम
१२।०८२।०८३	ल्याब असिस्टेण्ट	४	स्वास्थ्य प्रयोगशाला सहायक (M.L.A.) को प्रमाणपत्र तह (C.M.L.T) उतिर्ण गरेको। नेपाल स्वास्थ्य व्यवसाय परिषद (N.H.P.C) मा दर्ता भएको।	आवश्यक नरहेको।	छनौट सुची (सर्ट लिस्ट), र अन्तरवार्ता

- उमेरको हद : १८ वर्ष पुरा भई ४० वर्ष ननाघेको (महिलाको हकमा माथिल्लो उमेरको हदबन्दीमा ५ वर्ष थप हुनेछ)। उमेरको गणना गर्दा दरखास्त दिने अन्तिम मिति २०८२ चैत्र २७ लाई आधार मानिनेछ।
- तलब सुविधा : संस्थाको नियमानुसार।
- आवेदन दिने तरिका: संस्थाको वेब साइट https://angelfoundation.org.np/career) बाट अनलाइन आवेदन दिन सकिने वा संस्थाको सबै कार्यालयमा गई आवेदन भर्न सकिने।
- पेस गर्नु पर्ने कागजात : निवेदन, बायोडाटा (CV)
- अन्तरवार्ता हुने स्थान : संस्थाको केन्द्रीय कार्यालय, उर्लाबारी- ७ (मोरङ)
- छनौट अधिकार : कर्मचारी छनौट सम्बन्धी सम्पूर्ण अधिकार संस्थामानिहित रहनेछ।

पदपूर्ति समिति

एन्जल फाउन्डेसन
ANGEL FOUNDATION
(समाज कल्याण परिषद नेपाल बाट सम्बन्धन प्राप्त संस्था)

थप जानकारीको लागी सम्पर्क : ०२१-५४२४८५/९८५२०७५८०७/९८५२०७४६८१

नव वर्ष २०८३
को हार्दिक मंगलमय शुभकामना

नयाँ वर्ष २०८३ को पावन अवसरमा सम्पूर्ण निर्माण व्यवसायी, शुभचिन्तक एवं स्वदेश तथा विदेशमा रहनुहुने नेपाली दाजुभाइ-दिदीबहिनीहरूमा सुख, शान्ति, समृद्धि, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

प्रो. प्रकाश के.सी.
प्रविण निर्माण सेवा
दमक-५ (झापा)

सम्पादक/प्रकाशक : गञ्जबहादुर दाहाल
ले-आउट : सुरेन बस्नेत
मुद्रक : अमरज्योति अफसेट, प्रेस, दमक- ११
कार्यालय : दमक-५ फोन:५८०२७२

प्रकाशकीय

जनज्योती साप्ताहिक नयाँ वर्षमा

वि.सं. २०८२ अन्तिम अवस्थामा पुगेको छ । यसै साताबाट नयाँ वर्ष २०८३ पनि शुरू हुँदैछ । योसँगै जनज्योती साप्ताहिक पनि नयाँ वर्षमा प्रवेश गर्दैछ । ४४ वर्ष पूरा गर्ने यात्रामा जनज्योती आई रहँदा यसले धेरै घुम्ति र कुईनेटाहरू पार गरेको छ । सहजता-असहजताका धेरै घाम-पानी खेपेको छ । समग्र पाठकवर्गको विश्वास, स्नेह र भरोसानै यस अवधी सम्म टिकाई रहने सवै भन्दा ठुलो उर्जा ठानेका छौं ।

झापाको पश्चिमी बजार दमकबाट ४५ वर्ष अघि अखवार प्रकाशन गर्न सहज पक्कै थिएन । सिमित श्रोत, साधन र जनशक्तिका विच समाचार संकलन, सम्पादन गर्नु, मैनबत्ती बालेर फलामका अक्षर र ब्लकहरू जोडेर छपाई कार्य गर्नु, छपाई गरेर मानिसका हात हातमा पुऱ्याउनु चुनौतीपूर्ण थियो । दमक भन्दा बाहिरका लेख-समाचार पाउन तथा पत्रिका पुऱ्याउन एक मात्र विकल्प हुलाककै भर पर्नु पर्ने अवस्था थियो । त्यस अवस्था देखि आजको डिजिटल युग सम्म आई पुग्दा हामीले पनि प्रविधिलाई निरन्तर आत्मसाथ गर्दै आएका छौं ।

राजनीतिक रूपमा पनि धेरै घुम्तिहरू पार गर्दै यो अवस्था सम्म आई पुग्न सफल भएका छौं । पञ्चायतकालिन अवस्था देखि बहुदलिय प्रजातन्त्र, माओवादी जनयुद्ध, दोश्रो जनआन्दोलन, गणतन्त्र हुँदै जेनजी आन्दोलन पछिको वर्तमान अवस्था सम्म आई पुग्दा हामी सधैं जनताकै साथमा रहयौं र जनताकै साथमा रहि रहने छौं । विश्वसनीय, सन्तुलित र सत्य-तथ्यमा आधारीत समाचार पस्किन हामी निरन्तर क्रियाशिल रहने छौं ।

सुचना प्रविधिको विकासले संसारलाईनै एउटा गाउँको रूपमा रूपान्तरण गर्दै लगेको अवस्थामा हामी पनि निरन्तररूपमा प्रविधिमैत्री बन्दै जाने क्रममा छौं । यो अवस्थामासम्म आई पुग्न जनज्योती साप्ताहिकलाई सम्पूर्ण पाठक, विज्ञापनपाता, शुभेच्छुक, शुभचिन्तक, सहकर्मीहरू तथा समाजका विभिन्न क्षेत्रबाट प्राप्त सहयोग र विश्वास प्रति हामी कृतज्ञता व्यक्त गर्दछौं । साथै, आगामी दिनमा समेत यस्तै साथ र सहयोगको अपेक्षा गरेका छौं ।

अन्त्यमा, नयाँ वर्ष २०८३ को अवसरमा सम्पूर्ण पाठक, विज्ञापनदाता, शुभचिन्तक, शुभेच्छुक लगायत देश तथा विदेशमा रहनु भएका सम्पूर्ण नेपालीहरूमा सुख, शान्ति र समृद्धीको लागि हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

ज्ञान विज्ञान

- दक्षिण एसियाकै पहिलो सामुदायिक रेडियो रेडियो सगरमाथा हो ।
- दक्षिण एसियामा नै राजनीतिमा सबैभन्दा बढी महिला सहभागिता रहेको देश नेपाल हो ।
- सगरमाथा मा विना अक्सिजन आरोहण गर्ने पहिलो व्यक्ति फु डोर्जे हो ।
- संयुक्त राष्ट्र संघको स्थापना २४ अक्टोबर १९४५ मा भएको थियो ।
- विश्वको सबैभन्दा अग्लो स्थानमा रहेको तिलिचो तालको आकार अंग्रेजी अक्षर जस्तो छ ।
- भिक्टोरिया क्रस पाउने पहिलो नेपाली कूलबीर थापा हुन् ।
- रारा ताल नेपालको सवैभन्दा ठुलो ताल हो ।
- खुम्बू हिमनदी नेपालको सबैभन्दा लामो हिमनदी हो । यो ७,६०० मिटर उचाईबाट शुरू भएर ४९०० मिटर सम्मको उचाईमा बग्दछ ।
- काग यस्तो पंक्षी हो जसले आफ्नो चारो निश्चित ठाउँमा भण्डार गरेर राख्छ र आवश्यक परेको बेलामा खान्छ ।
- नेपालको सबैभन्दा सुन्दर झरना रूप्से झरना म्याग्दी जिल्लामा पर्दछ ।
- डा. फुहररले लुम्बिनीको उत्खनन् गरेपछि सन् १ डिसेम्बर १८९६ मा भगवान गौतम बुद्धको जन्म लुम्बिनीमा भएको पत्ता लागेको थियो ।
- स्वयम्भूको पुरानो नाम पद्मकण्ठगिरी हो ।
- झिङ्गे माछाको रगत रङ्गहिन हुन्छ तर जब यो बाहिर आउँछ अक्सिजनले यसलाई निलो बनाइदिन्छ ।
- विश्वको सबैभन्दा लामो नदी नाइल नदीको लम्बाई ६६५० किलोमिटर छ ।
- सिंगापुर ६४ वटा द्विपहरू मिलेको बनेको राष्ट्र हो र यो राष्ट्रको कुल क्षेत्रफल ७१६.१ वर्ग किलोमिटर छ ।
- भारत र श्रीलंका बीच समुद्रमा बनेको ३० किमी लामो पूललाई 'एडम्स ब्रीज' भन्छन् ।

परिवर्तन महसुस्को पर्खाईमा जनता

ओमप्रकाश गौतम
omgautam2078@gmail.com

यो समयपनि कस्तो , कस्तो । कहिले शान्ति त कहिले अशान्तिका रुपरेखाहरु देखापर्दैछन्, दिनदिनै । कहीं कतै शान्तिले साहस फेर्ने ठाउँनै भेटिन्नन । जहाँ हेर्यो, जता हेर्यौ अशान्तिनै अशान्तिको बादल मडारिदै गएको देखिन्छ, हिजोआज । दिन दहाडै हत्या, आतंकले देश आक्रान्त छ, सुख, शान्ति, अमनचयन सबै डामाडोल अवस्थामा छन् । महङ्गीले आकाश ढाकेको अवस्था बिधमान छ । यहाँ कमाउ खाउ राज गर भन्नेहरुको बोलवाला छ । तर जे होस धेरथोर भए नि हिजोभन्दा आज अलिकति भएपनि आशाका त्यान्द्राहरु पलाएका छन ।

अब देशमा शान्ति होला , जनताका समस्याहरु क्रमश : पूरा हुँदै जालान भन्नेमा धेरथोस आशा भने छ । हिजोका दिनमा नेपाली जनताले आशा गरेका ठाउँहरुमा आशातित प्रगति हुन सकेन । सबै आ-आफ्नै झ्यामटा बजाउदै अघि बढ्न थालेका थिए । एकले अर्कालाई निशेधको राजनीतिमा खेल खेल्दै थिए । झुण्ड-झुण्ड तयार गर्ने तिनैका वरिपरि घुमिरहने, चाकरी गर्ने, कालो धन भित्र्याउने, सहयोग गतेजस्तो गर्ने अनि फाइदा लुट्नेहरुको जमात बग्रेल्ती थिए हिजो, ठूला दलहरुको । भीडपनि यतिसम्म बढेको थियो कि यो स्तम्भकारले हिजोका दिनमा मिलिजुलीमा बनेका सरकारका प्रमुख ठूला दलहरुका घटकहरुले काठ्माण्डौको बालुवाटारदेखि सिंहदरवारभित्र राजनीतिक बिचौलियाहरुको बाक्लो उपस्थिति पटकपटक देखेको थियो । यतिसम्म उनीहरूले आफ्ना भाइभारदारदेखि नजिकका कार्यकर्ताहरुको अस्थायी भर्तीकेन्द्र खोलेका थिएकि उनीहरूकै छत्रछायामा जागीर खाएका थिए । जबकि उनीहरू मन्त्री पदमा आसिन भए नि अनि तिनैलाइ पोस्न थाले । ती हिजोका झुपडीहरु हेरेनन , फर्केरपनि उनीहरू झुपडीमा आएनन भने उनीहरूको समस्या बुझेनन् । जब चुनाव आयो अनि ताउरमाउर गर्दै हिजो बिर्सेका घर धकधकाउन थाले । दुरी नजिकिन थाले । उनीहरूका पोल्टाका पात्रहरु सल्बलाउन थाले । हिजोका उनीहरूका मुद्दा उठाएनन् , थाती राखिदिए , मौन रहे , आसेपासे हेर्न थाले । योसम्म देखियो कि हिजो पटकपटक फोन गर्दासम्म नउठाउनेहरु आज झनै नजिकिए किनकि उनीहरूको हिजोको जनमत मरिच चाउरीझै चाउरिन पुग्यो, खुम्चियो । हिजो बोलेकोबोलेकै गर्नेहरू समेत आज मौन रहे । निष्क्रिय रहे , बोलेनन्, पर्चा पम्पप्लेट टासेनन यानेकि मौन ब्रत बसे । जो हिजोपनि अवसर खोज्ने ब्रहमलुट गर्ने, सरुवा र बढुवामा रकम असुल्नेहरु न रात न दिन नभनी हिजोका दिनमा भुलेका घर चिहाउन थाले तर भोट बैंकका रुपमा रहेका नेपाली जनताहरुले आशा भने दिए उनीहरूलाई केही नबोली । किन बोलेनन जनता ? के कारणले मौन रहे, आफ्ना कुरा प्रकट भने गरेनन ? यो सम्म बृहत अध्ययन गरेर अघि बढेनन ठूला दलहरुका नेताहरू । हिजोपनि जितियो आजपनि कुनै हालतले जितिन्छ यी साना र भुरा दलहरु हाम्रा लागि भुसुनाहरु हुन भन्ने गिद्दे नजर दलहरुको अपराजित मानसिकताको नजिर बन्न पुग्यो हिजो ।

आज खुम्चिए ठूलादलहरु , यतिसम्म खुम्चिए कि न बोल्ने ठाउँ न कार्वाही गर्ने ठाउँ छ न समिक्षा गर्ने ठाउँ छ सबै राजनीतिक मार्गहरु थुनिदिए गोप्य जनमत नयाँ पार्टी " रास्वपा" का युवा नेतृत्वलाई । यो जनमत आक्रोशको थियो , पीडाको थियो , बिभाजनको थियो , आशापछिको निराशाको थियो । ३४ बर्षसम्म दविएका , थिचिएका , मिचिएका आवाजहरुको जनमत थियो , यो पटक रास्वपालाइ । यो जनमत युवाहरूको मात्र थिएन , बयोबृद्धहरुको पनि थियो जसले हिजोका दिनमा दिएका चुनाव चिन्ह रुख , सूर्य र पाँचकुने ताराबाट जनमत परिवर्तन गरेर " घण्टी " चुनाव चिह्नमा मत परिवर्तन सबै दलका जनताहरुले गरे । न यो आधीबेहेरीलाइ कसैले रोक्न र छेक्न सक्यो । कसैलेपनि सकेनन सक्थे त हिजोका खान पल्केकाहरु कोहि झुण्डिने , कोहि कान काट्ने , कोहि हजारौं - हजार मतको फरक पर्ने जस्ता बोली र अन्तरवार्ता तिनै युट्युबरलाइ दिएकैबाट पनि यो पटक परिवर्तनको पक्षमा आयो । आउन त आयो, आयो तर यतिबेला सम्हाल्न पो गाऱ्हो होलाकि भन्ने आम जनतालाई गोलमटोल भएको छ । सामाजिक संजालमा छिनछिनमा आएका समाचार हेर्दा लाग्छ कि सबैभन्दा बढी जनमत ल्याउने रास्वपा पार्टीले पुरानो विरासत ढालेपनि सही दिशामा देशलाई अघि बढाउने हो या होइन यसमा पनि संशयमाथि संशय भने थपिदै गएको छ ।

हिजो बचेखुचेका साखहरु पुराना दलहरुले राख्न सकेनन । "कमाउ खाउ मोजमस्ती आफै गर " भन्ने सोच राखेकै कारणले गर्दा पुराना दलहरुमाथि बिश्वास नगरेकै हुन जनताले । अहिले उनीहरू न समीक्षामा जुटेका छन न परिमार्जित भएर हिडन सकेका छन बरु चुपचाप छन , अहिले । आज नयाँ पार्टीका रुपमा उदयीमान भयो श्रम संस्कृति पार्टी , उज्यालो नेपाल पार्टी । नेपालीहरुको जनमत जितेरै आए , हिजो उनीहरू तिनै पुराना दलमै गोलबद्द थिए आज उनीहरूलाई छोडेर गए , मत परिवर्तन गरे । त्यो मत जोगाउनका निम्ति अब बर्तमान सम्मानीय प्रधानमन्त्री बालेन्द्र शाह नेतृत्वको सरकार जुट्नुपर्छ देशमा देखिएको यो विषम परिस्थितिलाई समाधान गरेर जानसक्नु पर्छ । हिजो ३४ बर्षसम्म देशलाई आलोपालोमा सरकार चलाएर आर्थिक मन्दीको सिकार बनाउनेहरुले चुनावमा हार खाए पश्चात कोकोहोलो मच्चाउने ठूला दलहरुको यतिबेलाको रोइलो हेर्दापनि यो सरकारले जनमुखी काम समय सिमैभित्र गर्नैपर्छ । सरकार गठन भएको केही दिन नपुग्दै अनलाइन खबरहरुमा सकारात्मक टिकाटिप्पणीमात्रै देख्न सकिन्छ कि यो गर्यो, गर्नुहुन्नथ्यो लगायतका अन्य धेरै टिप्पणीहरु आएका आएकै छन् ।

काम गर्नेहरूलाई निर्वाध रूपमा काम गर्न दिनु प्रतिपक्षहरुको प्रमुख दायित्व हो तर उनीहरूले अवरोध गर्नु सिवाय केही जानेनन । पत्रकार , अनलाइन न्युज , युट्युवरहरुले देखाएका भिडियो र समाचार हेर्दा लाग्छ यो सरकारको १०० दिने सरकार संचालनको रुपरेखा कस्तो किसिमको हुनेरहेछ भन्ने प्रतीत आम नेपाली जनतामा रहेको छ । संघीय संसद सचिवालयभित्र प्रवेश गरेका परिवर्तन चाहने धेरै हरिया मान्छेहरूको बोली, लवज हेर्दा लाग्छ कि अब त उठ बस पो हुनेहोकि भन्ने भान हामी जनतालाई परेको छ । सरकार चलाउने अनुभूति प्राप्त नगरेका नयाँ अनुहारहरुको सत्ताको चावी खोस्नका निम्ति पुराना दलहरु "हेर र केर " को अवस्थामा छन , आज । सरकारको राम्रा या नराम्रा कामहरुको जोखाइ गर्नेवाला छन् , सबै प्रतिपक्ष दलहरु ।

यो बेलामा हिजो सरकारले गर्न नसकेका कामहरु अब गर्न सक्नुपर्छ , हिजोका दिनमा धेरै बिकास निर्माणका कामहरु भएका छन । त्यसलाईपनि बृहत अवलोकन र अन्वेषण गरेर हातेमालोका साथ अघि बढ्नसक्नुपर्छ । बिरोधै - बिरोधमा उत्रिएर दुनियाँ हसाउनु अब हुन्न । काम गर्न सकेन भनेर ठूल्ठूला नारा र जुलुसमा अब सडक जाम गरेको कसैले हेर्न र देख्न नसक्ने अन्तिम अवस्थामा छन , तमाम नेपालीहरु । आशा छ कि बालेन नेतृत्वको यो सरकारले नयाँ - नयाँ कामका ठेलीहरु पल्टाउदै जान सकोस । देशले काचुली फेर्नका निम्ति र परिवारका पक्षमा नेपाली जनताले गोप्य जनमत दिएकै हुन । जनताहरुको आशामा निरासा छाउने काम कोहिकसैले नगरुन । अशान्तिका सङकेतहरु देखिदैछन यो सबै हटेर जाउन । सबै नेपालीजनहरुमा यो कलमीको नयाँ बर्ष २०८३ को मङगलमय शुभकामना ।

जलवायु संकट र जनस्वास्थ्यमा महिलाको भुमिका

वालकृष्ण सिलवाल शर्मा

करिब ३० वर्षदेखि देशका विभिन्न गाउँ-बस्ती घुम्दै गर्दा मैले बारम्बार एउटै दृश्य देखेको छु । महिलाहरू गाउँको कुनै रूखमुनि वा खुला ठाउँमा भेला हुन्छन् । कोही टाढाबाट हिँडेर आएका हुन्छन्, कोही घरका अधुरा काम, साना बालबालिका र वृद्ध आमाबुबालाई छाडेर आएका हुन्छन् । उनीहरू न त नीति निर्माण गर्ने व्यक्ति हुन्, न त औपचारिक नेतृत्वमा छन् । तर उनीहरू आफ्ना समुदायका आधारस्तम्भ हुन् ।

जब उनीहरू बोल्छन्, उनीहरूको कुरा निकै साँचो हुन्छ । उनीहरूको आवाज तथ्याङ्कभन्दा धेरै गहिरो हुन्छ–त्यो जीवनको अनुभव हो।एक महिलाले भनिन्–"गर्भावस्थामा बिरामी भएँ, तर पैसा मेरो हातमा थिएन, त्यसैले उपचार गर्न सकिनँ।" अर्कीले भनिन्–"अस्वस्थ हुँदा पनि एक घण्टा हिँडेर पानी ल्याउनुपर्छ।" एक महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविकाले भनिन् "कुन घरमा समस्या छ मलाई थाहा हुन्छ, तर उनीहरूलाई सहयोग गर्ने कुनै व्यवस्था छैन।"यी कथाहरू केवल कथा होइनन्–यी हाम्रो देशको वास्तविक अवस्था हुन् ।

अहिले जलवायु परिवर्तनले यो अवस्था अझ कठिन बनाइरहेको छ। मौसम बदलिँदै जाँदा डेंगु, टाइफाइड, दमजस्ता रोग बढिरहेका छन् । तर रोगभन्दा पनि ठूलो समस्या छ–गरिबी, जानकारीको कमी, र घरभित्र महिलाको कम निर्णय अधिकार ।

अझै धेरै घरमा महिलाले सबै हेरचाह गर्छन्, तर निर्णय गर्न पाउँदैनन् ।

पैसा भए पनि प्रयोग गर्ने अधिकार पुरुषसँग हुन्छ । स्रोतमा पहुँच भए पनि नियन्त्रण प्रायः पुरुषहरूको हातमा हुन्छ। त्यसैले स्वास्थ्य सेवा लिनु महिलाहरूका लागि अधिकार होइन, कहिलेकाहीँ संघर्षपूर्ण निर्णय बन्ने गर्छ । तर विडम्बना के छ भने, यिनै महिलाहरू सबैभन्दा पहिले उठ्छन्, सबैभन्दा धेरै हेरचाह गर्छन्, र संकटमा परिवारलाई सम्हाल्छन् ।

अर्को समस्या के छ भने, महिलाहरूको आवाज अझै पनि सुनिँदैन। उनीहरू सार्वजनिक बैठकमा बोल्न डराउँछन्। उनीहरूले भने–"आमासमूहमा त बोल्न सक्छौँ, तर बाहिर बोल्न गाह्रो हुन्छ।" यसले गर्दा स्वास्थ्यसम्बन्धी निर्णयहरू अधुरा हुन्छन्। किनभने वास्तविक समस्या बुझ्ने मानिसहरू नै निर्णय प्रक्रियाबाट बाहिर छन् ।

महिलाहरूले आफ्नै बचत समूहमार्फत अनौपचारिक सुरक्षा प्रणाली बनाएका छन्। सानो रकम जम्मा गरेर, कोही बिरामी पर्दा स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिँदै सहयोग गर्छन्। उनीहरूले सुझाएका समाधानहरू सरल तर प्रभावकारी छन्–पूर्वसूचना सन्देशहरू कार्यालयमै सीमित नराखी स्थानीय एफएम, विद्यालय र समुदायमार्फत फैलाउने। यी समाधानहरू किताबबाट होइन, जीवनबाट आएका हुन् ।

स्वास्थ्य संस्थाहरूले पनि आफ्नो भूमिका पुनःपरिभाषित गर्नुपर्छ। सेवामात्र प्रदान गर्नु पर्याप्त छैन–कमजोर व्यक्तिहरूलाई पहिचान गर्ने, सहयोग गर्ने र सुरक्षा दिने प्रणाली विकास गर्नुपर्छ । सामाजिक सुरक्षा कोष स्थापना, निःशुल्क वा सहुलियत औषधिको व्यवस्था, र स्पष्ट रेफरल प्रणालीले स्वास्थ्य सेवालाई पहुँचयोग्य र न्यायपूर्ण बनाउन सक्छ। साथै, विभिन्न निकायहरूबीच समन्वय मजबुत बनाउनु आवश्यक छ, ताकि स्थानीय सरकार, स्वास्थ्य संस्था र समुदायबीच सहकार्य प्रभावकारी बनोस्।अस्पतालहरू पनि अझ मानवीय हुनुपर्छ। बिरामीलाई सम्मानका साथ सेवा दिनुपर्छ। गरीब र कमजोरका लागि सहुलियत, औषधि र सहयोगको व्यवस्था हुनुपर्छ। अस्पतालमा सहायता कक्ष (जभफि मभकप) र परामर्श सेवा हुनु जरुरी छ ।

स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई पनि तालिम चाहिन्छ, ताकि उनीहरूले सबै प्रकारका बिरामीको आवश्यकता बुझ्न सकून्।सरकारले पनि नीति र कार्यक्रम बनाउँदा महिलालाई केन्द्रमा राख्नुपर्छ। स्थानीय तहले महिलाको नेतृत्व बढाउनुपर्छ, उनीहरूलाई निर्णय प्रक्रियामा सहभागी गराउनुपर्छ, र सबैलाई स्वास्थ्य सेवामा समान पहुँच दिनुपर्छ ।

स्वास्थ्य साझा जिम्मेवारी बन्नुपर्छ। जब पुरुषहरू पनि हेरचाहमा सहभागी हुन्छन्, जब निर्णयहरू मिलेर गरिन्छन्, र जब सम्मानले असमानतालाई विस्थापित गर्छ–त्यतिबेला लचिलोपन बलियो बन्छ ।

गंगा ट्राभल्स एण्ड टुर्स
हाम्रा सेवाहरू:
➢ राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय सस्तोमा हवाई टिकट
➢ भारतका लागि रेल, बसको टिकट
➢ बैदेशिक रोजगारीको लागि श्रम स्वीकृति
➢ टुर प्याकेज तथा मनि ट्रान्सफर(IME)को सुविधा
Pre-Purchased fare"Ktm to Doha, Dubai, Kuwait "UAE Visit Visa available
Are you going to India ?
Special Pre Purchase fare for India
Indigo, Spice Jet, Air Asia, Vistara, Akasa air
बागडोगराबाट दिल्ली, कोलकाता, मुम्बई, अहमदाबाद,
बागडोगरा
गंगा ट्राभल्स एण्ड टुर्स
दमक-५, बेलडाँगी रोड, डिम्याक्स् सिनेमा अगाडी, ओम शान्ति डेन्टल हस्पिटलसँगै फोन:०२३-५७५३११/९८४२६४५१३६/९८१४९८५७२०

ठूलो ट्याङ्कीमा कम्प्रेसर प्रविधियुक्त
झापा सेफ्टी ट्याङ्की तथा ढल सरसफाई
दमक :
देवीप्रसाद सिटौला
(९८४२७६०२६५/९८२४९७९१८५)
बिर्तामोड:
राजकुमार श्रेष्ठ
९८०६०१०४१०

मनकामना डेन्टल केयर
विशेष अफरका साथ
यहाँ आधुनिक प्रविधिबाट दाँत र मुख सम्बन्धी सम्पूर्ण उपचार विशेष छुटका साथ गरिन्छ ।
Dr. Nabin Kant Chaudhary
Consultant Oral & Dental Surgeon
BDS Bangladesh (RU) NMC No.: 19332
दमक-६, थानारोड (झापा)
Call : 9819041615/9810315415

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

चखेवामा रैथाने खाना महोत्सव

भोजपुर/वसन्त ऋतुको आगमनसँगै पूर्वी पहाडी भेगका वन-जङ्गल यतिबेला राताम्य बनेका छन् । विशेषगरी भोजपुरको प्रसिद्ध मुन्दुम पदमार्ग क्षेत्रमा ढकमक्क फुलेका गुराँसले यहाँको प्राकृतिक सौन्दर्यलाई झन् लोभलाग्दो बनाएको छ ।

वसन्त ऋतु पदयात्राका लागि सबैभन्दा उपयुक्त समय भएकाले यतिबेला आन्तरिक पर्यटकको चहलपहल उल्लेख्य रूपमा बढेको टेम्केमैयुङ गाउँपालिका अध्यक्ष सरोज बस्नेत बताउँछन् । पर्यटकलाई लक्षित गरेर चखेवामा चैत ३० देखि २०८३ वैशाख २ गतेसम्म रैथाने खाना महोत्सवसमेत आयोजना गरिएको उनको भनाइ छ । यस पदमार्गका जङ्गल यतिबेला गुराँसका विभिन्न प्रजातिले ढाकिएका छन् । रातो, गुलाबी र सेतो गुराँसले बनाएका रङ्गीन दृश्यले पदयात्रामा निस्किएका पर्यटकलाई आनन्द दिइरहेको छ ।

हरिया बनजङ्गलमाथि गुराँसको राताम्य रङ मिसिँदा देखिने दृश्यले जो कोहीलाई मोहित बनाउने गरेको छ । मुन्दुम पदमार्ग प्राकृतिक सौन्दर्य मात्र नभई सांस्कृतिक र धार्मिक दृष्टिले पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण मानिन्छ । किराँत समुदायको मौलिक संस्कार, परम्परा र 'मुन्दुम'सँग जोडिएको यो क्षेत्रले किराँत सभ्यताको जीवनशैली झल्काउँछ ।

पदमार्ग हुँदै यात्रा गर्दा स्थानीय समुदायको संस्कार, भाषा, वेशभूषा र परम्परागत जीवनशैली नजिकबाट अनुभव गर्न सकिने गाउँपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत अदित दाहालले बताए । यिनै विशेषताका कारण पछिल्लो समय मुन्दुम पदमार्ग भ्रमण गर्न आउने पर्यटकको संख्य वृद्धि हुँदै गएको उनले जानकारी दिए ।

गुराँस फुल्ने मौसममा प्रकृतिप्रेमी, फोटोग्राफर तथा साहसिक यात्राका पारखीहरू मुन्दुम पदमार्गतर्फ आकर्षित हुने गरेका छन् । यस पदमार्ग अन्तर्गत पर्ने टेम्केडाँडा, साल्पा पोखरी, सिलिचुङ, मैयुङडाँडा जस्ता पर्यटकीय स्थलहरू यतिबेला झन् आकर्षक बनेका छन् । टेम्केडाँडा तथा मैयुङडाँडाबाट देखिने हिमाली दृश्य, साल्पा पोखरीको धार्मिक महत्व र सिलिचुङको शान्त वातावरणले पर्यटकलाई विशेष अनुभव प्रदान गर्ने गरेको छ ।

स्थानीय होटल तथा 'होमस्टे' व्यवसायी विवेक कुलुङका अनुसार गुराँस फुल्ने याम सुरू भएसँगै पर्यटक आगमन बढ्न थालेको छ । पर्यटकको मागअनुसार बसोबास, खाना र मार्गदर्शन सेवा विस्तार गरिँदै आएको छ । मुन्दुम पदमार्गमा पछिल्लो समय पूर्वाधार विकासमा पनि सुधार हुँदै गएको छ । पदमार्ग चिन्हाङ्कन, विश्रामस्थल निर्माण, सूचना बोर्ड स्थापनालगायत कामले पर्यटकलाई सहजता प्रदान गरेको छ । स्थानीय तह, संघीय सरकार, प्रदेश सरकार तथा पदमार्गमा आधारित पर्यटन परियोजना मिलेर संयुक्त रूपमा यस क्षेत्रको प्रवर्द्धनमा जोड दिइएको गाउँपालिका उपाध्यक्ष रमादेवी राईले बताइन् । प्राकृतिक सौन्दर्य, जैविक विविधता, सांस्कृतिक सम्पदा र साहसिक पदयात्राको अद्वितीय सङ्गमका रूपमा मुन्दुम पदमार्ग क्षेत्र यतिबेला गुराँसले ढकमक्क ढाकिँदै झन् रमणीय गन्तव्यका रूपमा स्थापित हुँदै गएको छ । वसन्त ऋतुमा यहाँ पुग्ने जो कोही पर्यटकका लागि यो यात्रा अविस्मरणीय अनुभव बन्ने स्थानीयको भनाइ छ ।

माईजोगमाईमा युवा उद्यमी कार्यक्रम

ईलाम/ माइजोगमाई गाउँपालिकामा सञ्चालित 'उपाध्यक्षसँग युवा उद्यमी' कार्यक्रमबाट स्थानीयस्तरमै रोजगारी सिर्जना भएको छ । यसका लागि दुग्ध तथा घ्यू प्रशोधन , कोदोको बिस्कुट उत्पादन र यस वर्ष ललिपप निर्माण तथा दुग्ध उत्पादन प्रशोधनसम्बन्धी तालिम सञ्चालन गरिएको थियो । गाउँपालिकाले कार्यक्रममार्फत मौरीपालन, अलैँचीखेती, पशुपालन, ब्युटीपार्लर तथा बिस्कुट उत्पादनजस्ता क्षेत्रमा उत्कृष्ट काम गर्ने उद्यमीलाई अधिकतम रू दुई लाखसम्म अनुदान दिएको थियो । गाउँपालिकाका उपाध्यक्ष प्रवीना उपाध्यक्ष राईका अनुसार व्यवसायमै सक्रिय उद्यमीलाई सामग्री तथा नगद सहयोग गर्ने गरिएको छ ।

पहिलो वर्ष दुग्ध तथा घ्यु प्रशोधन तालिम दिएपछि वडा नं १ का तुलबहादुर लिम्बूको कृषि तथा डेरी उद्योग, वडा नं २ की रेखा रिजालको पाण्डे डेरी उद्योग र वडा नं ६ का इन्द्र थेबेको एनएस डेरी उद्योगलाई सामग्री सहयोग गरिएको थियो ।

उक्त कार्यक्रमअन्तर्गत गत वर्ष कोदोको बिस्कुट उत्पादनसम्बन्धी तालिम दिइएर उत्कृष्ट छ व्यवसायलाई प्रोत्साहित गर्न नगद अनुदान दिइएको थियो । वडा नं १ की पार्वती भट्टराईले सञ्चालन गर्नुभएको भट्टराई बिस्कुट बेकरी उद्योगलाई वस्तुगत सहायता अनुदान दिइएको छ । त्यसैगरी वडा नं ३ का रूद्रकुमार सञ्जेलको गहिरीगाउँ जैविक

कृषि फार्म, वडा नं ४ का सनबहादुर लिम्बूको सुनौलो कृषि तथा पशुपालन फर्म, वडा नं ५ का लक्ष्मण खत्रीको कुशिका एकीकृत कृषि तथा पशुपन्छी फर्म, वडा नं १ की कञ्चन आचार्यको कञ्चन ब्युटीपार्लर तथा प्रशिक्षण केन्द्र र वडा नं ३ का लक्ष्मी तामाङ र पुजन प्रधानले सञ्चालन गर्नुभएको पशुपति पशुपालन तथा कृषि फर्मलाई नगद अनुदान प्रदान गरिएको थियो ।

यस वर्ष ललिपप निर्माण तथा दुग्ध प्रशोधनसम्बन्धी तालिम ३० जनाले लिइएका छन् । अब उक्त सीपलाई व्यावसायिक बनाउनेलाई अनुदान दिने गाउँपालिकाले जनाएको छ । कार्यक्रमले गाउँका युवालाई विदेश होइन, आ ँनै माटोमै सम्भावना खोज्न प्रेरित गरिरहेको गाउँपालिकाका अध्यक्ष कुशबहादुर थेबेले बताए ।

जानकारी

तेजपातका छन् यति धेरै फाईदा

खानाको स्वाद र बास्ना बढाउन तेजपात अर्थात् तेजपत्ताको प्रयोग गर्ने चलन पुरानै हो । सामान्यतया चिया वा तरकारीमा स्वादको लागि मसलाको रुपमा उपयोग गरिने तेजपात स्वास्थ्यको दृष्टिले पनि निकै फाइदाजनक हुन्छ । सुगन्धित स्वाद हुने यसको पातमा आवश्यक पोषक तत्व र खनिज हुन्छ । तेजपातमा भिटामिन ए, भिटामिन सी, आइरन, पोटासियम, क्याल्सियम र म्याग्नेसियम उच्च मात्रामा पाइन्छ । यसमा इन्जाइमहरू पनि हुन्छन्, जसले प्रोटिनलाई तोड्न र पाचन सुधार गर्न मद्दत गर्छन् । आयुर्वेदिक भाषामा यसलाई सिनामोम्मम् टमला भनिन्छ । नेपालमा रूखको पातलाई तेजपात र बोक्रालाई दालचिनी भन्ने गरिन्छ । दालचिनी भनेको फरक प्रजाति, सिनामम्मम् भेरम (पर्यायवाची सिनामम्मम् जेलेनिकम) हो । यो तराईदेखि मध्यपहाडी क्षेत्रमा पाइन्छ ।

के-केका लागि उपयोगी हुन्छ ?

आयुर्वेदमा तेजपातलाई स्वादको लागि मात्र नभई औषधिको रूपमा पनि प्रयोग गरिन्छ । यसलाई ज्वरो, रुघाखोकी, अपच, कब्जियत जस्ता समस्यामा औषधिको रुपमा प्रयोग गरिन्छ । छालासम्बन्धी रोग र कपालका लागि पनि यो उपयोगी हुन्छ । त्यस्तै घरमा झिंगा र साङ्ला हटाउन पनि प्रयोग हुन्छ ।

चियामा दैनिक तेजपात राखेर खाँदा मोटोपनको समस्याबाट बचाउनुका साथै रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता पनि बढाउँछ ।आधुनिक अनुसन्धान अनुसार तेजपात मधुमेहमा पनि प्रभावकारी देखिएको छ । सन् २०१६ मा जर्नल अफ बायोकेमिकल न्यूट्रिसनमा प्रकाशित शोधमा टाइप २ मधुमेहबाट पीडित व्यक्तिले तेजपात खानु उपयोगी हुने उल्लेख गरिएको छ । यसबाट बिरामीको रगतमा ग्लुकोजको मात्रा सामान्य बनाउन मद्दत गर्छ ।

त्यस्तै यसमा एन्टिहाइपरलिपिडेमिक इफेक्ट पनि भनिन्छ । यसले शरीरमा खराब कोलेस्टेरोल र अनावश्यक तरल पदार्थलाई घटाएर गुड कोलेस्टेरोल सुधार गर्न पनि मद्दत गर्छ ।

तेजपात एन्टिइन्फ्लेमेटरी गुणले भरपुर हुन्छ । यसमा हुने भिटामिन सीले दाँत र गिजालाई स्वस्थ राख्न मद्दत गर्छ र दाँत दुखाइबाट पनि राहत दिन्छ । बाथरोगमा बिरामीलाई यसको तेल प्रयोग गर्न सकिन्छ, जसले जोर्नीको दुखाइ कम गर्छ ।

तेजपातमा भिटामिन ए र सीका साथै फोलिक एसिड पनि हुन्छ । यसले पेटसम्बन्धी समस्या मुक्त गर्न मद्दत गर्छ । कब्जियत र एसिडिटीको समस्यामा तेजपातले औषधिकै काम गर्छ । यसबाहेक हृदयरोगको जोखिम कम गर्न र माइग्रेनसँग लड्न तेजपातले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । यसले एसिडिटी, डन्डीफोर, निद्रा नलाग्ने समस्या हटाउनुका साथै क्यान्सर जस्तो रोगमा राहत पुऱ्याउँछ ।

कसले खान मिल्दैन ?

रगत पातलो गर्ने औषधि खाइरहेका व्यक्तिले तेजपात खानु हुँदैन । तेजपातको अत्याधिक प्रयोगले शरीर सुन्निने समस्या हुनसक्छ ।

कहिले खाने ?

तेजपातलाई बिहान र बेलुका खान सकिन्छ । मधुमेह, मोटोपन, कोलेस्टेरोलको लागि तेजपात बिहान खाली पेटमा चिया बनाएर वा पाउडर बनाएर एक चम्चा खानुपर्छ । त्यस्तै पेट फुल्ने, एसिडिटी तथा ग्यासको समस्या हुनेले खानापछि खानुपर्छ ।

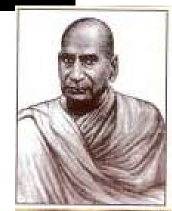
कसरी प्रयोग गर्ने ?

खानासँगै पकाउँदा तेजपातको औषधीय गुण नष्ट हुन्छ । त्यसैले यसलाई खानेकुरा आधा पाकिसकेपछि वा पाक्न लागेपछि माथिबाट हाल्नुपर्छ । तर हामीकहाँ भने सुरुमा नै तेलमा हाल्ने चलन छ । स्वाद र बास्ना आउँछ तर त्यसमा भएको औषधीय गुण प्राप्त हुँदैन ।

सम्पूर्णमा
जीवन आचार्य
(स्मृति ग्रन्थ)
पुस्तक बजारमा
१) **विद्यार्थी पुस्तक पसल**
दमक नगरपालिका छेउ
२) **श्रेष्ठ बुक एण्ड न्युज एजेन्सी**, दमक-चोक

विश्व प्रसिद्ध व्यक्ति/व्यक्तित्व

स्वामी श्रद्धानन्दजी



◆ सुमित्रा सिंह

भारत : गुरूकुल प्रणालीका जन्मदाता
जन्म : जन्म सन् १८५५, मृत्यु : सन् १९२६

हिन्दू आध्यात्मिक विकासमा स्वामी श्रद्धानन्दजीले परम सहयोग दिए र प्रत्येक कार्यमा आफ्नो अमिट छाप छोडे । उनी धार्मिक महापुरुषहरुमा गनिन्छन् । शिक्षाको विकासको लागि उनले गुरुकुल काँगडी नामक संस्थाको स्थापना गरे, जसबाट हिन्दी भाषाको प्रतिष्ठा पनि बढ्यो र स्त्रीशिक्षाको पनि प्रसार भयो । १८८९ मा उनले 'सद्धर्म-प्रचारक', १९१८ मा 'श्रद्धा', १९१९ मा 'विजय' एवं १९२४ मा 'अर्जुन' जस्ता समाचार-पत्रहरुको सम्पादनद्वारा जनतामा राष्ट्रिय भावनाको प्रचार गरे । १९१३ को हिन्दी साहित्य सम्मेलनमा उनी सहअध्यक्ष थिए । असहयोग आन्दोलन एवं दलित उद्धारका कार्यहरुमा पनि उनको पूरा सहयोग थियो । उनी देशका आध्यात्मिक राष्ट्रभक्त एवं समाज- सुधारक मानिन्छन् । स्वामी श्रद्धानन्दको प्रारम्भिक जीवन भोग-विलासबाट युक्त थियो । उनको पूर्व नाम मुन्शीराम थियो । उनी नास्तिक थिए, तर स्वामी दयानन्दसँग भएको भेटले उनलाई सन्यासी, ओजस्वी एवं स्वतन्त्रता-प्रेमी श्रद्धानन्द बनाइदियो । उनी कुनै समयमा दिल्लीको मुटु मानिन्थे । उनी हिन्दू-मुस्लिम एकताका प्रतीक थिए । उनै पहिलो हिन्दू थिए, जसले जामा मस्जिदबाट दिल्लीका जनताहरुलाई देशभक्ति र राष्ट्रप्रेमको दीक्षा दिएका थिए । उनै निर्भीक देश-प्रेमी थिए, जो गभर्नर चाँदनी चोक जुलुसको समयमा सेनाका संगीनहरुको सामुन्ने छाती खोलेर उभिएका थिए । श्रद्धानन्दको योगदानलाई भारतीय समाजले बिर्सिन सक्नेछैन । उनले आफ्नो जीवन राष्ट्रको सेवामा अर्पित गरे र आफ्ना कार्यहरुबाट एक नयाँ चेतना उत्पन्न गरे ।

दैनिक ४० हजार लाईसेन्स

दमक/ सवारी चालक अनुमतिपत्र (लाइसेन्स) छपाइ तीव्र गतिमा भइरहेको छ। सुरक्षण मुद्रण केन्द्रका कार्यकारी निर्देशक देवराज ढुङ्गानाका अनुसार हाल दैनिक करिब ४० हजार हाराहारीमा 'लाइसेन्स' छपाइ भइरहेको छ । उनले 'लाइसेन्स' छपाइलाई उच्च प्राथमिकतामा राखिएको जानकारी दिँदै हालसम्म छपाइ हुन बाँकी रहेका करिब २९ लाख 'लाइसेन्स'लाई २०८३ साल असार मसान्तसम्म छापिसक्ने लक्ष्य राखिएको जानकारी दिए । यसमध्ये आगामी वैशाख १२ गतेभित्र १२ लाख 'लाइसेन्स' छपाइ सम्पन्न गर्ने लक्ष्य निर्धारण गरिएको छ भने बाँकी १७ लाख लाइसेन्स छपाइ प्रक्रिया पनि तीव्र रूपमा अघि बढाइएको छ ।

सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्री डा. विक्रम तिमिल्सिनाले सुरक्षण मुद्रण केन्द्रलाई 'लाइसेन्स' छपाइमा अवरोध आउन नदिन तथा छिटोभन्दा छिटो सबै बाँकी 'लाइसेन्स' छाप्न निर्देशन दिएका छन्। मन्त्रालयले नतिजामुखी शासकीय व्यवस्थापन प्रणालीलाई प्रभावकारी बनाउने उद्देश्यले १० प्रमुख सुधारात्मक कार्यक्रम समेटिएको विस्तृत कार्ययोजनामा समेत यो विषयलाई प्राथमिकताका साथ राखेको छ । मन्त्रिपरिषद्को यही चैत १३ गतेको

निर्णयअनुसार सार्वजनिक सेवा प्रवाहलाई नागरिकमैत्री, छरितो, पारदर्शी र प्रविधिमैत्री बनाउने लक्ष्यसहित यो कार्ययोजना अघि बढाइएको हो । यसैबीच, सेवाग्राहीलाई थप सहजताका लागि यातायात व्यवस्था विभागले दैनिक रूपमा छपाइ भएका तथा वितरण गरिने लाइसेन्सको विवरण आफ्नो वेबसाइटमार्फत सार्वजनिक गर्न थालेको छ । यसले सेवाग्राहीलाई आफ्नो लाइसेन्सको अवस्थाबारे सहज रूपमा जानकारी लिन सहयोग पुर्याउनेछ ।

त्यस्तै, छपाइ सम्पन्न भएका लाइसेन्स हुलाक सेवामार्फत जतिसक्दो चाँडो देशभरका विभिन्न यातायात कार्यालयमा पठाइने व्यवस्था गरिएको छ ।

कला/मनोरञ्जन

'मालती मंगले'को टिजर सार्वजनिक

गायक रामकृष्ण ढकालले निर्माण गरेको फिल्म 'मालती मंगले'को टिजर सार्वजनिक भएको छ । प्रकु पाण्डेले निर्देशन गरेको फिल्मले ग्रामीण दम्पतीको प्रेम, त्यसमा आउने उतारचढाव र सामाजिक परिवेशको कथा भन्छ । टिजरमा फिल्मका शीर्ष कलाकार विजय बराल र वर्षा राउतका साथै मेक्सम गौडेल लगायत कलाकार देखिएका छन् । टिजरको सुरूवात विजय र वर्षाको पात्रबिच प्रेमाकर्षणबाट भएको छ । त्यसपछि सोही सम्बन्धमा आएका उतारचढावको संकेत दिने प्रयास गरिएको छ । रानी फिल्म्सको प्रस्तुति रहेको 'मालती मंगले'मा प्रकाश घिमिरे, सुवर्ण थापा, उमेश

सुनाम, सुस्मा निरौला र सरिता गिरी तथा बाल कलाकारहरू नरिन थापा र मन्सु सापकोटाले समेत अभिनय गरेका छन् । फिल्ममा रोशन विश्वकर्माको कोरियोग्राफी, महेश पौडेलको छायांकन, रोमी मोसेजको सम्पादन र संयोग गुरागाईंको पटकथा तथा संवाद छ । मनोज जोशीले कला निर्देशन गरेका छन् भने कार्यकारी निर्माता सागर ज्ञवाली हुन् । नेपाली सुगम संगीत र पार्श्व गायनका प्रसिद्ध गायक रामकृष्ण ढकाल फिल्म निर्माणमा आएका छन् । उनले अढाइ दशकअघि आफ्नै सांगीतिक संघर्षमा आधारित फिल्म 'आशीर्वाद'मा अभिनय गरेका थिए ।

आज मिति
२०८२ साल
चैत्र २९ गते
आइतबार
12 April 2026
तिथि: दशमी

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	विपरीतलीङ्गीबाट सहयोग । विशेष धन लाभ ।
वृष	इ उ ए ओ वा वि वु वे वो	मावलीबाट सहयोग । अरुदिनको भन्दा आज आयमा वृद्धि ।
मिथुन	का कि कु घ ङ छ के को हा	सन्तानबाट सहयोग, पढाईमा रुचि । लगानी उठने वा व्यापारबाट धन लाभ ।
कर्कट	हि हु हे हो डा डि डु डे डो	पारिवारिक सदभाव बढ्ने । आज धन लाभका दिन ।
सिंह	मा मि मु मे मो टा टि टु टे	भाईबहिनीबाट सहयोग । पराक्रम बढ्ने, आम्दानी बढ्ने ।
कन्या	टो प पी पँ ष ण ठ पे पो	धन जम्मा गर्ने दिन । उत्तम भोजन ।
तुला	रा री रु रे रो ता ती तु ते	पश्चिम दिशाको कारोबारमा लाभ । मनमा शान्ति, धर्ममा रुचि ।
वृश्चिक	तो ना नि नँ ने नो या यि यु	शुभकार्यमा रुचि । सामान्य मनमा अशान्ति ।
धनु	य यो भा भी भ धा फा ढ भे	वैदेशिक कार्यबाट लाभ । कारोबारबाट धन लाभ ।
मकर	भो जा जी खि खू खे खो गा गी	माता, पिताबाट सहयोग । कार्यमा सफलता ।
कुम्भ	गँ गे गो सा सी सँ से सो द	सामान्य लाभ । पूण्यकर्म गर्न मन लाग्ने ।
मीन	दि दु थ झ ञ दे दो चा ची	मनमा अशान्ति । व्यवसायबाट सामान्य लाभ ।

कोशीका ४७ हजार योजना अलपत्र

बिराटनगर/ कोशी प्रदेश सरकारले प्रदेशका विकास निर्माणका योजना सम्पन्न गर्न तयार पारेको आयोजना बैंकमा प्रविष्ट भएका ४७ हजार ९७ वटा योजना कार्यान्वयन समस्या भएको छ। प्रदेश आयोजना बैंकमा ५१ हजार आयोजनाहरू समावेश भए पनि अहिलेसम्म ३ हजार ९ सय ५७ आयोजना मात्रै कार्यान्वयनमा गएको छ।

अन्य योजनाहरू कार्यान्वयनमा जान नसकेको प्रदेश योजना आयोगले जनाएको छ। विकास निर्माणका आयोजना पहुँचका भरमा छनौट भएको भन्दै विरोध भएपछि कोशी प्रदेश सरकारले आयोजना बैंकको व्यवस्था गरेको हो। आयोजना बैंकमा योजनाहरू प्रविष्ट भए पनि बजेट अभावमा ४७ हजार ९७ आयोजनाहरूको काम सुरु हुन नसकेको कोशी प्रदेश योजना आयोगका उपाध्यक्ष तारा निरौलाले बताए। योजना बैंकमा प्रविष्ट भएका आयोजनाहरू पाइप लाइनमा रहेको प्राथमिकताका आधारमा कार्यान्वयनमा जाने उनको भनाई छ। प्रदेशमा विकास निर्माणका योजना सम्पन्न गर्न र थप व्यवस्थित र विकेन्द्रित गर्न आयोजना बैंकको सुरुवात गरिएको हो।

यस अघि मन्त्रालय वा प्रदेश राजधानीमै धाउनुपर्ने बाध्यतालाई अन्त्य गर्दै स्थानीय तहले आफ्नै कार्यालयबाट, प्रदेश मातहतका कार्यालयले सोही स्थानबाट र मन्त्रालयहरूले मन्त्रालयबाटै योजना प्रविष्ट गर्ने व्यवस्था मिलाइएको थियो। यसरी प्रविष्ट भएका आयोजनाको कार्यान्वयनको सुरुवात भए पनि अधिकांश योजनाको काम सुरु हुन नसकेको निरौलाले बताए। कोशी प्रदेश योजना आयोगले आर्थिक वर्ष २०८३/८४ का लागि स्थानीय तह र प्रदेश मातहतका कार्यालयहरूबाट कार्यान्वयन हुने आयोजना तथा कार्यक्रमहरू योजना बैंकमा समावेश गर्न आह्वान गरेको छ।

कोशी प्रदेश सरकारले प्रदेशको समग्र विकास प्रक्रियालाई संस्थागत, पारदर्शी र परिणाममुखी बनाउन योजना छनोट र बजेट निर्माणको परम्परागत शैलीमा परिवर्तन गर्ने गरी कार्यविधि निर्माण गरेसँगै अब योजना बैंक व्यवस्थित हुन लागेको हो। आयोजना बैंक व्यवस्थापन कार्यविधि, २०८२ बमोजिम ती निकायहरूले २०८३ साल वैशाख ५ गतेभित्र अनलाइन प्रणालीमार्फत आफ्ना प्रस्तावहरू पेस गरिसक्नु पर्ने भनिएको छ।

रकम सहित दुई पक्राउ

ईटहरी/ सुनसरीको कोसी गाउँपालिका-८ भण्टावारीस्थित इलाका प्रहरी कार्यालय भण्टावारीबाट खटिएको प्रहरी टोलीले हुन्डी कारोबारको आशङ्कामा दुई जनालाई नियन्त्रणमा लिएको छ।

भारतबाट नेपालतर्फ आउँदै गरेको को २१ प १४९५ नम्बरको मोटरसाइकल जाँच गर्ने क्रममा उनीहरूको साथबाट स्रोत नखुलेको नगद बरामद भएपछि नियन्त्रणमा लिइएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सुनसरीले जनाएको छ। पक्राउ पर्नेमा मोटरसाइकल चालक सप्तरी तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका-५ का ५८ वर्षीय रामलखन यादव र पछाडि सवार भारत सुपौल जिल्ला छिटही हनुमाननगर ग्राम पञ्चायत-१५ का ६५ वर्षीय प्रभु मुखिया रहेका छन्। प्रहरीका अनुसार यादवको साथबाट नेपाली पाँच लाख एक हजार ५०५ रुपैयाँ र भारतीय पाँच हजार ३५० रुपैयाँ बरामद भएको छ। यस्तै, मुखियाको साथबाट नेपाली एक लाख ४७ हजार २०५ रुपैयाँ र भारतीय सात हजार ६०० रुपैयाँ फेला परेको छ। दुवै जनाबाट जम्मा नेपाली ६ लाख ४८ हजार ७१० रुपैयाँ र भारतीय १२ हजार ९५० रुपैयाँ बरामद भएको प्रहरीले जनाएको छ।

अतिक्रमण हटाउन डोजर

ईटहरी/ इनरुवा नगरपालिका क्षेत्रभित्र पर्ने पूर्व-पश्चिम राजमार्ग अन्तर्गत अतिक्रमित क्षेत्र खाली गराउन नगरपालिकाले डोजर चलाउन सुरु गरेको छ।नगरपालिकाका अनुसार पटक-पटक सूचना जारी गर्दा पनि अटेर गरिएपछि बाध्य भएर आफैं डोजर प्रयोग गरेर अतिक्रमण हटाउने अभियान सुरु गरिएको हो। राजमार्ग तथा बजार क्षेत्रमा सडक मापदण्ड मिचेर कवाडी व्यवसाय सञ्चालन, निर्माण सामग्री थुपार्ने तथा पसलका सामान राख्ने कार्यले आवतजावतमा समस्या बढेपछि यस्तो कदम चालिएको जनाइएको छ। नगरप्रमुख केदार भण्डारीले बारम्बार सूचना दिँदा समेत अटेर गरिएकाले नगरपालिका आफैंले अतिक्रमित संरचना हटाउन थालेको बताए।

डोजर चलेपछि केही व्यवसायीले स्वेच्छाले संरचना हटाउने प्रतिबद्धता जनाएका छन्। त्यस्ता व्यक्तिहरूलाई समय दिइएको र तोकिएको अवधिमा नहटाए नगरपालिका पुन: कारबाहीमा उत्रिने उनले स्पष्ट पारे। डोजरसहित राजमार्ग क्षेत्रमा पुगेका नगरप्रमुख भण्डारीले बजार क्षेत्रभित्रको अतिक्रमण पनि चरणबद्ध रूपमा हटाइने जानकारी दिए। अतिक्रमण हटाउने क्रममा केही समय विवादसमेत भएको भए पनि अन्तत: सहमतिमा काम अघि बढाइएको नगरपालिकाले जनाएको छ।

नयाँ......

लोकतन्त्रतर्फको महत्वपूर्ण संकेत हो। यसले नेपाली राजनीतिमा विविधता र प्रतिनिधित्वको दायरा फराकिलो बनाएको छ। त्यसैगरी, समताको दृष्टिकोणबाट सशक्तिकरणको पिँधमा राखिएको कर्णाको वादी समुदायबाट पहिलो पटक मन्त्री परिषदमा एक युवा र त्यसमा पनि महिलानेतृको सहभागिता हुनु सामाजिक न्याय र समान अवसरको दिशामा ऐतिहासिक उपलब्धि मान्न सकिन्छ।

हस्तक्षेपकारी र निर्णायक युवा

नेपाली राजनीतिलाई नयाँ दिशा तर्फ घुमाउन युवा शक्तिनै निर्णायक र हस्तक्षेपकारी रहन पुग्यो। विशेषगरी, युवा आन्दोलनले नेपाली राजनीतिलाई नयाँ कोर्षमा लैजान निर्णायक भूमिका खेलेको देखिन्छ। राजनीति प्रति उदासीन वा निरपेक्ष देखिने युवाहरू यसपटक सक्रिय, सचेत र संगठित रूपमा प्रस्तुत भए। उनीहरूले केवल विरोधमै सीमित नरही वैकल्पिक नेतृत्व स्थापित गर्ने दिशामा ठोस कदम चाले। यसको परिणामस्वरूप राज्यका महत्वपूर्ण निकायहरूमा नयाँ पुस्ताको प्रवेश सम्भव भयो।

आगामी चुनौती

अबको मुख्य चुनौती भनेको जनताले दिएको विश्वासलाई जोगाउनु हो। हतार र उताउलोपनभन्दा पर रहेर दीर्घकालीन सुधार, सुशासन, पारदर्शिता र समावेशीतालाई प्राथमिकता दिनुपर्नेछ। यदि यो नयाँ नेतृत्वले जिम्मेवारीपूर्वक काम गर्न सक्यो भने, २०८२ साल केवल परिवर्तनको वर्ष मात्र नभई समृद्धि र स्थायित्वको यात्रा सुरु भएको वर्षका रूपमा पनि स्मरणीय बन्नेछ। साथै, जेनजी आन्दोलनका क्रममा भएको विध्वङ्को पाटोमा सरकारले अहिले ध्यान दिएको पाईदैन। तर दमनको हिसाव किताव गरि रहेको सरकार त्यस प्रति भने आक्रामक देखिन्छ। अघिल्लो सरकार मार्फतनै गठन भएको छानविन आयोगले प्रतिवेदन बुझाई त्यसको आधारमा केहि नेताहरुलाई नियन्त्रणमा लिएर प्रारम्भिक छानविनको कार्य पनि भयो। तर जनता विध्वङ्सको पनि हिसाव त खोजि रहेका छन्। यस प्रति पनि नागरिकलाई विश्वस्त पार्नु उसको दायित्व हो।

कोशी....

अवधिमा ३ सय ८ जनाको मृत्यु भएको छ। ती दुर्घटनामा ४ सय ७५ गम्भीर र ६ हजार ४ सय ५५ सामान्य घाइते भएको प्रहरीको तथ्यांक छ। यस अवधिमा सबैभन्दा धेरै मोटरसाइकल दुर्घटना भएका छन्। त्यसपछि कार, बस, ट्रक/ट्यांकर, जीप तथा माइक्रोबस रहेका छन्। सडक विभाग, विद्युत प्राधिकरण, नेपाल टेलिकम, खानेपानी आयोजना तथा स्थानीय तहबीच समन्वय नहुँदा सडक पूर्वाधार जोखिमपूर्ण बन्दै गएका छन्। यातायत व्यवसायी राष्ट्रिय महासंघ, कोशी प्रदेश संयोजक सरोज श्रेष्ठका अनुसार दुई पांग्रे सवारीसाधन धेरै दुर्घटना हुने गरेका छन्। अहिलेसम्म दुर्घटनाको दोष जति यातायात व्यवसायीमाथि थुपार्ने र नियन्त्रणका लागि सरकारी तवरबाट प्रभावकारी काम हुन नसकेको श्रेष्ठको भनाई छ।

सञ्चार.....

कार्यक्रममा झापाका अग्रज पत्रकार गञ्जबहादुर दाहाल, प्रेस चौतारीका केन्द्रिय सदस्य बिष्णु पोखरेल, सप्तरङ्गी एफ.एम. दमकका सञ्चालक राजकुमार भट्टराई, प्रेस सेन्टरका पूर्व केन्द्रिय सचिव बिमल लामिछाने, पत्रकार महासंघ झापाका पुर्व सचिव डिकेश लामा, पत्रकार महासंघ झापाका कार्य समिति सदस्य सुदिप अधिकारी, सञ्चारकर्मी भुमिराज पराजुली लगायतले सवै प्रकारका सञ्चार माध्यमहरुको संरक्षण राज्यको पनि दायित्व भएको बताएका थिए।

पत्रकार....

लम्साल लगायतले धारणा राखेका थिए। नयाँ नेतृत्वले शनिवार पदभार ग्रहण गरेको छ। निर्वाचन समिति संयोजक राम योङ्हाङ्को अध्यक्षतामा भएको पदहस्तान्तरण कार्यक्रममा निवर्तमान अध्यक्ष देवानले नवनिर्वाचित अध्यक्ष उप्रेतीलाई कागजात हस्तान्तरण गरेका हुन्। निर्वाचन गराउन योङ्हाङ्को संयोजकत्वमा देशराज नेम्वाङ र युवराज विवश सदस्य रहेको समिति गठन गरिएको थियो।

अन्तर्राष्ट्रिय

नासाको चन्द्र अभियान सफल

एन्जेन्सी/ झण्डै पाँच दशकपछि चन्द्रमाको यात्रामा निस्किएको नासाको आर्टिमिस-२ अभियान सफलतापूर्वक सम्पन्न भएको छ। १० दिन लामो चन्द्रमाको परिक्रमापछि ४ जना अन्तरिक्ष यात्री शनिबार बिहान प्रशान्त महासागरमा सफलतापूर्वक अवतरण भएका नासाले जनाएको छ। अमेरिकी नौ सेनाको हेलिकप्टरबाट यात्रीहरूलाई जमिनमा ल्याइएको छ। त्यसपछि उनीहरूको स्वास्थ्य गरीक्षण गर्दा सामान्य रहेको बीबीसीले जनाएको छ। ऐतिहासिक मिशनको नेतृत्व कमाण्डर रीड वाइजम्यानले गर्नुभएको थियो भने चालक दलमा पाइलट भिक्टर ग्लोभर, मिशन विशेषज्ञ क्रिस्टिना कोच र क्यानेडियन स्पेस एजेन्सीका जेरेमी ह्यान्सन सामेल थिए।

मिसनको अन्त्यसँगै अन्तरिक्षयात्रीहरूको सुरक्षित अवतरणलाई प्रत्यक्ष प्रसारणमार्फत विश्वभर हेरिएको छ। ऐतिहासिक क्षणको प्रत्यक्ष अवलोकनका लागि सान डिएगोस्थित एयर एन्ड स्पेस म्युजियममा हजारौ मानिसहरू उपस्थित भएका छन्। आर्टेमिस-२ मिसनका क्रममा अन्तरिक्षयात्रीहरूले चन्द्रमाको कक्षबाट दुर्लभ सूर्यग्रहण अवलोकन गरेका थिए। यस अवधिमा टोलीले हजारौं तस्बिर तथा महत्वपूर्ण वैज्ञानिक तथ्यांक संकलन गरेको छ। खिचिएका ७ हजारभन्दा बढी तस्वीरले चन्द्र सतहका क्रेटर तथा संरचनाबारे महत्त्वपूर्ण अध्ययन गर्न मद्दत मिल्ने नासाले जनाएको छ।

झापा......

जोड दिए। उनले न्यायलय प्रति कानुन व्यवसायीले देखाएको उद्दार नीति प्रति कृतज्ञता व्यक्त गर्दै आफुहरुले कमि कमजोरीको सुधार गर्दै सबै पक्षको सहयोगमा न्यालयलयको थप सुधार गर्दै जानू पर्ने बताए।

कार्यक्रममा नव आगन्तुक न्यायाधीश डिल्ली प्रसाद आचार्य, निवर्तमान केन्द्रीय उपाध्यक्ष सुरज खत्री ,वरिष्ठ अधिवक्ताहरु कुलप्रसाद दाहाल,लेखनाथ निरौला,टंक प्रसाद उप्रेती ,गजेन्द्र आचार्य ,दामोदर सापकोटा लगायतले मर्यादित र स्वच्छ न्यायलय अहिलेको आवश्यकता रहेको बताए।

बसन्त नेपालको अध्यक्षतामा सम्पन्न सभाको सञ्चालन सचिव दिपेन्द्र भट्टराई र स्वागत मन्तव्य उपाध्यक्ष चित्र बहादुर मगरले राखेका थिए। सभामा एसोसिएसनका पुर्व उपाध्यक्ष अशोक पोखरेल लगायतका झापा बारका पुर्व उपाध्यक्ष हरु, कानुन व्यावसायी लगायतको उल्लेखनीय मात्रामा सहभागी रहेको थियो।

झापाको....

कूल क्षति भने १ करोड ७७ लाख मूल्य बराबरको भएको छ। हल्दिवारी गाउँपालिकामा मकै, तरकारी, फलफूल र फापर खेतीमा क्षति पुगेको छ। यो पालिकामा २ करोड ३३ लाख १० हजार रुपैयाँ बराबरको अन्नवालीमा आंशिक क्षति पुग्दा कूल क्षति भने ४ करोड ५५ लाल १० हजार रुपैयाँ वराबरको भएको बताइएको छ।

कमल गाउँपालिकाका ७ वटा वडामध्ये कृषकले लगाएको बालीमा ३ करोड ४० लाख २६ हजार ३ सय रुपैयाँ बरावरको आंशिक र कूल क्षति ३ करोड ४९ लाख ५९ हजार ९ सय रुपैयाँको भएको हो।

हावाहुरी र असिनासहितको वर्षाले कनकाई नगरपालिकामा आलू, वोडी, टमाटर, काँक्रा, भेडे खुर्सानी सहितका वालीमा क्षति पुऱ्याएको छ। ४ र ७ नम्वर वडाका कृषकले लगाएको तरकारी बालीमा एक लाख ९४ हजार ४ सय रुपैयाँ बराबरको आंशिक क्षति र ५ लाख ३२ हजार ८ सय रुपैयाँ बराबर पूर्ण क्षति भएको बताइएको छ।

झापा गाउँपालिकामा भने मकैसहित फलफूलका बिरुवा, केरा खेतीमा ठूलो क्षति पुगेको छ। सात वटा वडा रहेको यो पालिकामा ४५ करोड ८९ लाख ५१ हजार ६ सय रुपैयाँ बराबरको क्षति भएको छ। शिवसताक्षी नगरपालिकामा पनि हावाहुरी र असिनासहितको वर्षाले १२ करोड ९१ लाख १० हजार रुपैयाँ बरावरको कृषि क्षेत्रमा क्षति पुगेको छ। जसमा आंशिक क्षति २१ करोड ५४ लाख रुपैयाँ बराबर छ। ९ वटा वडा रहेको यो पालिकामा मकै सहित तरकारी, फापर र मौरीपालन व्यवसायमा समेत क्षति पुगेको हो।

भद्रपुर नगरपालिकाको १० वटा वडामा हावाहुरी र असिनासहितको वर्षाले क्षति पुऱ्याएको छ। यहाँ मकै, लिची, खरबुजा, काँक्रा, तरकारी वालीमा ठूलो क्षति पुऱ्याएको हो। यहाँ एक करोड ९९ लाख ९८ हजार रुपैयाँको आंशिक क्षति र १६ करोड, ५१ लाख ८ हजार रुपैयाँ बराबरको कूल क्षति भएको कृषि ज्ञान केन्द्र झापाको तथ्याङ्कमा उल्लेख छ।

उपसभामुख.....

गौरीकुमारी यादव महोत्तरी-४ बाट निर्वाचित भएकी हुन् भने रामजी यादव सप्तरी क्षेत्र नं-२ बाट निर्वाचित भएका हुन्।

खनालको 'मनको फित्कौली' लोकार्पण

दमक/ साहित्य कला सङ्गम दमकको आयोजनामा कवि, साहित्यकार तथा मुक्तककार ओमप्रसाद खनालको मुक्तक सङ्ग्रह 'मनको फित्कौली' एक समारोहका बिच लोकार्पण गरिएको छ। दमक प्रज्ञा प्रतष्ठिानका अध्यक्ष समेत रहेका वरिष्ठ साहित्यकार डा. गोपालप्रसाद भण्डारीको प्रमुख अतिथ्यतामा भएको कार्यक्रममा साहित्य कला सङ्गमका पूर्वअध्यक्ष नरपति पाण्डे, पूर्वमहासचिव दिपक सुवेदी, मिक्लाजुङ साहित्य समाज मोरङका अध्यक्ष ईन्द्रप्रसाद घिमिरे, कृतिकार ओमप्रसाद खनाल, भारत आसामका साहित्यकारहरु रामप्रसाद दाहाल र अनुप शर्मा, शैक्षिक व्यक्तित्वहरु लिलानाथ खनाल र शेषकुमार निरौला, कृतिकारकी जीवनसंगिनी तुलसा खनाल लगायतले संयुक्त रुपमा सो कृति लोकार्पण गरेका हुन्।

लोकार्पण भएको मुक्तक सङ्ग्रहलाई साहित्यकार शिशिर भट्टराईले समीक्षात्मक टिप्पणी गरे। कार्यक्रममा कृतिकार खनालले मुक्तक सङ्ग्रह प्रकाशन गर्दाका अनुभवहरु प्रकाश पारेका थिए।

कार्यक्रममा साहित्यकारहरु विवेक दुलाल क्षेत्री, रामप्रसाद उपाध्याय, रीता पोखरेल, मेघनाथ बन्धु, ओमप्रकाश गौतम, दिपक सुवेदी, चन्द्र सम्वाहाम्फे, भगवती दवाडी, गणेश गौतम लगायतले आ-आफ्ना रचना वाचन गरेका थिए। कार्यक्रममा साहित्यकारहरु पुस्ता राई, अनुप बैरागी, किशोर खनाल, प्रेम बहादुर बस्नेत, नेत्रप्रसाद दाहाल, गोपाल दाहाल, खड्ग बहादुर खड्का, पदमप्रसाद ओली लगायतको उपस्थिति रहेको थियो। दीपिनी आधारभूत विद्यालयको सभाहलमा भएको सो कार्यक्रममा नव वर्ष २०८३ को शुभकामना आदानप्रदान समेत गरिएको छ।

साहित्य कला सङ्गमका उपाध्यक्ष यादवप्रसाद अधिकारीले स्वागत मन्तव्य राखेको सो कार्यक्रम साहित्य कला सङ्गम दमक झापाका अध्यक्ष विन्दु दहाल मूकदर्शकको अध्यक्षतामा भएको थियो भने कार्यक्रमको संचालन सङ्गमका सचिव वीरेन्द्र खड्काले गरेका थिए।

फरारकैदी पक्राउ

दमक/ जेनजी आन्दोलनका बेला कारागारबाट भागेका एक जनालाई प्रहरीले पाँचथरबाट पक्राउ गरेको छ।

यससँगै हालसम्म कारागारबाट भागेर लुकिछिपी बस्दै आएका १३ जना कैदीबन्दी पाँचथरबाट पक्राउ परिसकेका छन्। शुक्रबार तुम्बेवा गाउँपालिका-२ बाट एक जनालाई पक्राउ गरिएको प्रहरीले जानकारी दिएको छ। सुनसरीको झुम्का कारागारबाट भागेका ३५ वर्षीय रमेश लावतीलाई प्रहरीले पक्राउ गरेका हो। कर्तव्य ज्यान मुद्धामा दोषी ठहर भई सजाय भोगिरहेका उनलाई प्रहरीले गाउँबाटै पक्राउ गरेको हो। २५ वर्ष सजाय पाएका उनले ७ वर्ष कैद भुक्तान गरिसकेका छन्। उनी घर आएको गोप्य सूचनाका आधारमा प्रहरीले पक्राउ गरेको हो।

सडक विस्तारमा पेट्रोलियम पदार्थको अभाव

दमक/ पेट्रोलियम पदार्थको भावका कारण पूर्वपश्चिम राजमार्ग विस्तारमा कठिनाई भएको छ। जसका कारण निर्माणाधीन काँकडभिट्टा-लौकही सडक निर्माण सुस्त भएको छ। निर्माण कम्पनीसँग स्टकमा रहेको बिटुमिनले मात्रै कालोपत्रे गर्ने अवस्था रहेको काँकडभिट्टा लौकही सडक योजना पूर्वीखण्डका योजना प्रमुख सीडीई सुनिलबाबु पन्तले बताए।

पश्चिम एसियामा देखिएको तनावले पेट्रोलियम पदार्थको मूल्य बढेर काम गर्न नसक्ने अवस्थाको जानकारी निर्माण पक्षले आयोजनालाई गराएको पन्तले बताए। निर्माण व्यवसायीले बिटुमीन आयात गर्न खोलेको एलसी समेत फिर्ता भएको जानकारी आयोजनालाई गराएको उनले बताए।

पश्चिच एसिया तनाव नरोकिए यो सडक योजनाको काम हप्ता दश दिनमै रोकिने अवस्था रहेको आयोजना प्रमुख पन्त बताउँछन्। पूर्वीखण्ड अन्तर्गत काँकडभिट्टा सीतापुरीसम्म ४५ किलोमिटर लम्बाइ रहेको यो सडक १० अर्ब ६ करोड ९४ लाख रुपैयाँ लागतमा स्तरोन्नति भइरहेको छ।

पश्चिम एसियामा देखिएको तनावले पर्याप्त सडक कालोपत्र गर्न आवश्यक बिटुमिन अभाव भएको निर्माण कम्पनी इभ्रास्कन कालिका जे.भी.का प्रोजेक्ट म्यानेजर उज्वल प्रसाईंले बताए। काँकडभिट्टा लौकही सडकखण्ड अन्तर्गत पूर्वी खण्डमा इभ्रास्कन कालिका जे.भी.ले स्तोन्नतिको काम गरिरहेको छ। सडक कालोपत्र गर्ने मुख्य सिजनमा कम्पनीले स्टकमा राखेको बिटुमिनले १०-१५ दिन पुग्ने कम्पनीका प्रोजेक्ट म्यानेजर प्रसाईं बताउँछन्।

वर्षाअघि पहिलो लेयरको कालोपत्र गर्न २२ किलोमिटर सडकमा बेस बिछ्यायर तयार पारिएको कम्पनीका प्रतिनिधि प्रसाईंले बताए।

नव वर्ष २०८३
को हार्दिक मंगलमय शुभकामना

नव वर्ष २०८३ सालको आगमनको शुभ अवसरमा देशमा भईरहेको परिवर्तन र सुशासनतर्फको सुरुआतलाई मजबुत बनाउँदै सम्पूर्ण देशबासीहरूमा शान्ति, समृद्धि र अमनचयनको शुभकामना साथै अन्तर्राष्ट्रिय मानवाधिकारको सम्बर्धनको लागि **एम्नेष्टी इन्टरनेशनल नेपाल समूह-७५** दमक, झापाको कार्यसमिति तथा सम्पूर्ण सदस्यहरूको तर्फबाट देश विदेशमा रहनु हुने नेपाली दाजुभाई तथा दिदीबहिनीहरूमा **हार्दिक मंगलमय शुभकामना** व्यक्त गर्दछौं।

पदम प्रसाद रेग्मी (सचिव) एवम् **प्रेम बहादुर बस्नेत** (संयोजक)

अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार नेपाल समूह-७५, दमक, झापा

ॐ शान्ति डेन्टल हस्पिटलका सेवाहरू

१) दाँत तथा मुख सम्बन्धी सम्पूर्ण परिक्षण उपचार तथा परामर्श सेवा
२) दाँत निकाल्ने
३) दाँत भर्ने
४) दाँतको जरैदेखि उपचार गर्ने।
५) कृतिम दाँत राख्ने।
६) दाँतको खोल राख्ने।
७) दाँत नभएको ठाँउमा झिक्नु नपर्ने गरी दाँत राख्ने।
८) नमिलेको ठाउँमा टिङ्गा दाँतमा तार बान्ने।
९) अत्याधुनिक मेसिनले दाँत सफा गर्ने।
१०) गिजा सुनिन्ने, श्वास गन्हाउने, गिजाबाट रगत आउने तथा पाएरियाको उपचार गर्ने।
११) Oral-Ulcer तथा Oral-Cancer को परामर्श।
१२) मुखको साधारण सल्यक्रिया सेवा। Minor Sugery
१३) मुखको जटिल सलयक्रिया सेवा। Major Sugery
१४) दाँतको Implant गर्ने।
१५) दाँतको OPD सेवा।

आवद्ध डाक्टरहरू

- डा. हेम राज गैरे
- डा. सि.पि. गैरे
- डा. राहुल गुप्ता
- डा. विवेक शिंह
- डा. टंक न्यौपाने
- डा. स्मारक दाहाल
- डा. मोलिका श्रेष्ठ
- डा. काश्मी श्रेष्ठ
- डा. सायारा ढकाल
- डा. अन्जली ठाकुर

ॐ शान्ति डेन्टल हस्पिटल
दमक-५ बेलडांगी रोड, डि म्याक्स अगाडी (फोन: ०२३-५७५९०६)

कर्मचारी आवश्यकता

उपरोक्त सम्बन्धमा यस दीप ज्योति बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.लाई केही कर्मचारी आवश्यकता परेको हुदाँ ईच्छुक नेपाली नागरिकबाट दरखास्त आब्हान गरिएको छ।

तपसिल :

- पद : बजार प्रतिनिधि (केही)
- शैक्षिक योग्यता : SEE उत्तीर्ण वा सो सरह।
- उमेर : १८ बर्ष पुरा भई ४० बर्ष ननाघेको।
- आवश्यक कागजातहरु : हस्तलिखित निवेदन, नेपाली नागरिकताको प्रतिलिपि, शैक्षिक योग्यताको प्रमाण-पत्रको प्रतिलिपि।
- तलब स्केल : संस्थाको नियम अनुसार।
- निवेदन शुल्क : रु १००।-
- दरखास्त दिने अन्तिम मिति : २०८३ बैशाख ०६ गते।

नोट : सहकारी क्षेत्रमा अनुभव भएको तथा स्थानीयलाई प्राथमिकता।

दीप ज्योति बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
दमक-५, झापा (फोन: ०२३-५७१६११/९८४२६६६४७४)