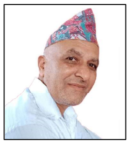


स्वतन्त्र प्रेस त
ऐना जस्तै
हुनुपर्छ

✍ विमल लामिछाने

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.६९१ ०५७।०५८

सत्यता, स्वतन्त्रता र निष्पक्षता हाम्रो प्रतिबद्धता

राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वसन्देश

PURBA SANDESH NATIONAL DAILY

purbasandesh.com

❑ वर्ष-२१ ❑ अंक - १६१ ❑ २०८३ असार ०४ गते बिहीबार ❑ thursday, 18 June, 2026 ❑ मूल्य ७ /-

आजदेखि झापाका चिया बगान र उद्योग बन्द

◆ झापामा मात्रै ६० हजार श्रमिक बेरोजगार ◆ ३० वटा साना ठूला उद्योग र दुई दर्जन चिया बगान बन्द । ◆ समस्या समाधान गर्न सरकारलाई चुनौती

✍ पूर्वसन्देश समाचार

दमक/ झापाका चिया उद्योग बन्द हुने भएका छन् । भारतीय चिया बोर्डले नेपाली चिया निर्यातमा ४५ दिनदेखि लगाएको अवरोध हटाउन नेपाल सरकार र भारतपक्षबाट पहल नभएको भन्दैं बिहीबारदेखि झापाका चिया उद्योग र बगान बन्द गर्ने नेपाल चिया उत्पादक संघ जनाएको छ ।

इलामका चिया उद्योग बन्द गरेको तीन दिनपछि सोही समस्या देखाउदै झापाका चिया उद्योगीले समेत बिहीबारबाट आ ना सबै उद्योग बन्दको घोषणा गरेका छन् ।

नेपाल चिया उत्पादक संघले बुधबार झापाको भद्रपुरमा पत्रकार सम्मेलनको आयोजना गर्दै झापाका सबै ३० वटा साना ठूला उद्योग र दुई दर्जन चिया बगान बन्दको घोषणा गरिएको जानकारी गिराइएको हो । उद्योग र बगान बन्द हुँदा झापामा मात्रै ६० हजार श्रमिक बेरोजगार बनेका छन । झापामा मात्रै १० हजार भन्दा बढी क्षेत्रमा व्यावसायिक चिया खेती हुँदै आएको छ ।

यसअघि गत असार १ गतेदेखि इलामका ५३ भन्दा बढी अर्थोडक्स चिया उद्योग समेत बन्द अवस्थामा छन् । भारतीय चिया बोर्डले मे १ तारिखदेखि लागू गरेको मापदण्डमा प्रत्येक खेपको चियाको गुणस्तर अनिवार्य परीक्षण गर्नुपर्ने व्यवस्था गरेपछि डेढ महिना अघिदेखि व्यवसायी यसको समाधानका लागि सम्बन्धित निकायको ढोकासम्म पुगेको पत्रकार सम्मेलनमा संघका अध्यक्ष आदित्य पराजुलीले बताए । बजारमा पुगिसकेको चिया समेत बिक्री गर्न नपाउने अवस्था सिर्जना भएका कारण बाध्य भएर आफूहरु उद्योग र बगान बन्द गर्ने अवस्थामा पुगेको संघका अध्यक्ष पराजुलीले पत्रकार सम्मेलनमा बताए ।

'यो व्यवस्था अव्यवहारिक छ भनेर हामीले सबैतिर आवाज उठायौ तर हाम्रो माग सुनुवाइ भएन नेपाली चियाको निर्यात अवरूद्ध हुँदा चिया किसान, त्यसमा कार्यरत श्रमिक र उद्योग सवै प्रभावित भएका छन् ।' उनले भने ।

नेपालमा उत्पादित सीटीसी तथा अर्थोडक्स चियाको वार्षिक कारोबार करिव १२ देखि १४ अर्बसम्म भइरहेको पराजुलीको भनाइ छ । जसमा पाँच अर्ब बराबरको चिया भारत निकासी भएर विदेशी मुद्रा नेपाली भित्रिरहेको छ । चिया व्यावसायीले वार्षिक एक अर्ब रूपियाँको कर समेत राज्यलाई प्रदान गरिरहेको छ । भारतपछि बंगालादेशमा नेपाली चियाको माग भएपनि बंगालादेशले नेपालमा उत्पादन भएको चियामा भन्सार छुट नदिंदा उता निर्यात गर्न नसकिएको उद्योगीको भनाइ छ । यसैबीच संघले झापाका प्रमुख जिल्ला अधिकारी शिवराम गेलालमार्फत नेपाल सरकारलाई यो समस्या समाधानको बाँकी ४ पेजमा ▸▸

बिद्युत मिटर नआउँदा सेवाबाट बन्चित

दमक/ बिद्युत प्राधिकरण अनारमनी वितरण केन्द्र अन्तरगतका शनिश्चरे र सुरुङ्गामा रहेका कार्यालयमा मात्र हाल बिजुलीका लागि मिटर लिनेको निवेदनको चाङ रहेको छ । करिव आठ महिनादेखि बिद्युत मिटर नआउँदा सेवाग्राहीहरु बिजुली बाल्नबाट बन्चित भएका छन् ।

गत कार्तिक महिनादेखि बिद्युत मिटर नआएको बिद्युत प्राधिकरण अनारमनी वितरण केन्द्रका प्रशासन प्रमुख श्यामप्रसाद रिजालले जानकारी दिए । उनका अनुसार बिर्तामोड कार्यालयमा करिव ३ हजार, शनिश्चरे कार्यालयमा ५०० वढी र सुरुङ्गामा करिव ३०० वढी बिजुली मिटरका लागि निवेदन परेका छन् । केही दिन अघि मात्र १०० वटा नयाँ बिद्युत मिटर आएको बताउँदै रिजालले इमरजेन्सी परेका सेवाग्राहीका लागि पुराना र आएको नयाँ मिटरहरु पनि गरेर दिदै आएको बताएका छन् । उनले केही दिन अघि १०० वटा मिटर आएको र अव क्रमागत रुपमा आउन सक्ने बताए ।

यता शनिश्चरे कार्यालयका प्राविधिक कमल रायले धेरै समयदेखि बिद्युत मिटर नआउँदा दैनिक रुपमा सयौं मिटर सोध्ने सेवाग्राहीको फोन आउने गरेको बताए ।

'डिजिटल मैदानमा पछारिएको एमालेको निष्कर्ष'

दमक/ नेकपा (एमाले) का महासचिव शंकर पोखेलले एमालेले आफूलाई विकास र सामाजिक न्यायको च्याम्पियन दाबी गरे पनि व्यवहारमा जनताको विश्वास गुमाउँदै जानु र आधारभूत सेवामा असफल हुनु लज्जास्पद भएको बताएका छन् ।

विराटनगरमा आयोजित पार्टीको अभिमुखीकरण कार्यक्रममा बोल्दै महासचिव पोखेलले पार्टीको पुरातन सोच र कार्यशैलीमाथि कडा प्रहार गर्दै एमाले डिजिटल मैदानमा नराम्ररी पछारिएको बताए ।

विशेषगरी शिक्षा र स्वास्थ्य क्षेत्रमा सरकारी साख जोगाउन नसक्दा जनतामा आक्रोश बढेको र त्यसको बदला उनीहरूले निर्वाचनमार्फत लिएको उनको विश्लेषण थियो ।

नयाँ राजनीतिक शक्तिहरूको उदय र एमालेको पराजयबारे रोचक टिप्पणी गर्दै पोखरेलले भने, 'राष्ट्रिय स्वतन्त्र पार्टीका प्रतिनिधि र एजेन्ट गाउँमा नदेखिए पनि उनीहरूले मोबाइलबाटै एमालेको किल्ला ढालेका हुन् ।' एमालेका कार्यकर्ता प्रविधिको सामान्य प्रयोगकर्ता मात्रै सीमित भएको तर नयाँ शक्तिले प्रविधिमा दख्खल राख्ने नयाँ पुस्तालाई 'क्याम्पियनर' बनाएकाले एमाले पछि परेको उनले बताए । भर्चुअल बाँकी ४ पेजमा ▸▸

नेकपामा झलानाथको विद्रोह

दमक/ नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (नेकपा) मा नेतृत्वको कार्यशैलीविरुद्ध शीर्ष नेताहरूले नै विद्रोह गर्न थालेका छन् । पूर्वप्रधानमन्त्री समेत रहेका नेकपाका नेता झलनाथ खनालले पार्टी संयोजक पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' लाई असन्तुष्टि पत्र लेख्दै विद्रोहको सुरुवात गरेका हुन् ।

नेता खनालले संयोजक प्रचण्डलाई लेखेको ३६ बुँदे असन्तुष्टि पत्रमा नेकपाको नेतृत्व विचलित भएकाले यही नेतृत्वले पार्टीलाई महाधिवेशन सम्म लैजान नसक्ने बताएका छन् ।

खनालले संयोजक प्रचण्डलाई लेखेको असन्तुष्टि पत्रमा वर्तमान नेतृत्वले पार्टी एकता, वैचारिक स्पष्टता र संगठनात्मक पुनर्गठन गर्न नसकेको गम्भीर आरोप लगाएका छन् । पार्टीको अन्तरिम विधानलाई 'सार-सङ्ग्रहवादी खिचडी विधान' को संज्ञा दिँदै त्यसबाट क्रान्तिकारी कम्युनिस्ट पार्टी निर्माण हुन नसक्ने खनालको दाबी छ ।

दरखास्त आह्वानको सूचना

प्रथम पटक प्रकाशित मिति : २०८३/०३/०३

दमक खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता संस्थाको लेखा शाखामा लेखा तथा कम्प्यूटर पदमा अस्थायी नियूक्ती गर्नुपर्ने भएकाले तपशिल वमोजीमको योग्यता पुगेका इच्छुक उम्मेद्‌वारले प्रथम पटक सूचना प्रकाशित भएको मितिले ७ दिन भित्रमा कार्यालयबाट आवेदन फारम लिई तोकिएको समयभित्र दरखास्त दिनहुन जानकारी गरिन्छ ।

तपशिल:

क्र.सं.	विज्ञापन नं.	पद	तह/श्रेणी	माग संख्या	सेवाको प्रकार
१	०१-०८२/०८३	लेखापाल (रा.प.अ. पाँचौ)	पाँचौ	१	अस्थायी

१) आवश्यक न्यूनतम शैक्षिक योग्यता :- नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थाबाट वाणिज्य शास्त्रमा लेखा विषय सहित स्नातक र कम्प्यूटर सम्बन्धि कम्तिमा ६ महिना तालिम प्राप्त गरेको हुनु पर्नेछ ।
२) उमेरको हद :- दरखास्त दिने मिति सम्म २१ वर्ष पूरा भई ३५ वर्ष ननाघेको ।
३) परीक्षाको किसिम :- लिखित तथा कम्प्यूटर सम्बन्धि प्रयोगात्मक र अन्तर्वार्ता साथै स्थानीय तथा अनुभविलाई ग्राहायता दिइनेछ ।
४) दरखास्त पेश गर्नुपर्ने कार्यालय : दमक खानेपानी कार्यालय
५) दरखास्त दस्तुर :- रु.७००/- यस कार्यालयको महशुल शाखामा जम्मा गरेको सक्कल भौचर दरखास्त सहित पेश गर्नुपर्नेछ ।
६) दरखास्तसाथ पेश गर्नुपर्ने कागजातहरु :- नागरीकताको प्रतिलिपी, शैक्षिक योग्यताको प्रतिलिपी, अनुभवको प्रमाणपत्रको प्रतिलिपी, २ प्रति पासपोर्ट साईजको फोटो
७) परीक्षा केन्द्र :- दमक खानेपानीको कार्यालय ।
८) दरखास्त दिने अन्तिम मिति :- २०८३/०३/०९ गते कार्यालय समय भित्र, सो दिन विदा परे कार्यालय खुलेको दिन कार्यालय समय भित्र ।
९) सेवा सुविधा :- दमक खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता संस्थाको नियम अनुसार हुने ।
१०) अस्थायी अवधी :- हाललाई ६ महिना र आवश्यकता अनुसार कार्य अवधी थप, साथै स्थायी प्रक्रिया समेत हुन सक्ने ।
११) विज्ञापन अनुसार माथि उल्लेखित बुँदाहरुमा अन्तिम निर्णय गर्ने अधिकार कार्यसमितिमा सुरक्षित रहनेछ ।
१२) परीक्षाको मिति :- दरखास्त दिने अन्तिम मितिको तेस्रो दिनमा परिक्षा सञ्चालन सम्बन्धि मिति र कार्यतालिका प्रकाशन हुने ।
१३) पाठ्यक्रम :- कोशि प्रदेश लोक सेवा आयोगको लेखा समूहको पाचौं तह अनुसार हुने ।

कर्मचारी पदपूर्ती उप-समिति
खानेपानी तथा सरसफाइ उपभोक्ता संस्था
दमक-झापा

दुर्घटनामा दमकका कार्कीको निधन

दमक/ झापाको दमक नगरपालिका-९ स्थित पूर्व-पश्चिम (महेन्द्र) राजमार्गमा भएको सवारी दुर्घटनामा एक जनाको ज्यान गएको छ ।

बुधबार बिहान करिब १० बजे बजे दमकबाट उर्लाबारीतर्फ जाँदै गरेको प्रदेश १-०२-००१ क ४२८५ नम्बरको टिपरले सोही दिशातर्फ गइरहेको मे ११ प १६२० नम्बरको स्कुटरलाई ठक्कर दिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

दुर्घटनामा स्कुटर चालक दमक नगरपालिका-५ निवासी ६० वर्षीय भिमबहादुर कार्की गम्भीर घाइते भएका थिए । उनलाई उपचारका लागिदमक अस्पताल लगिएकोमा चिकित्सकले उनलाई मृत घोषणा गरेको प्रहरीले जनाएको छ । स्कुटरको पछाडि सवार गौरीगञ्ज गाउँपालिका-१ निवासी ६४ वर्षीय शेरबहादुर कार्की भने सकुशल रहेका छन् ।

दुर्घटनामा बाँकी ४ पेजमा ▸▸

एक हजार ४ सय ५२ सहकारी बचतकर्ताको रकम फिर्ता

दमक/ भूमि व्यवस्था, सहकारी, संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्री प्रतिभा रावलले पछिल्लो तीन महिनामामात्रै एक हजार ४ सय ५२ सहकारी बचतकर्ताहरूको रकम फिर्ता गरिएको बताएकी छन् । बुधबार संसदमा विनियोजन विधेयकमाथिको छलफलमा उठेका प्रश्नको जवाफ दिंदै मन्त्री रावलले पछिल्लो तीन महिनामा आठ वटा समस्याग्रस्त सहकारीका रूजु भएका दस हजार वा सोभन्दा मुनिका १ हजार ४ सय ५२ साना बचतकर्ताहरूको रू ५९ लाख ४ हजार ६ सय बचत फिर्ता गरिएको जानकारी दिइन् । साथै तीन महिनामा तीन करोड ५४ लाख ४९ हजार रूपैयाँ ऋण असुली बाँकी ४ पेजमा ▸▸

शिवसताक्षी नपामा मालपोत सेवा सञ्चालन

शिवसताक्षी/ *झापाको शिवसताक्षी नगरपालिकाले आगामी असार ३ गतेदेखि पूर्ण रूपमा भूमि प्रशासन (मालपोत) सेवा सञ्चालनमा ल्याएको छ । यससँगै हालसम्म मालपोत कार्यालय दमकबाट हुँदै आएका सम्पूर्ण जग्गा सम्बन्धी सेवाहरु अब शिवसताक्षी नगरपालिकाबाटै प्रदान गरिने भएका छन् ।*

नगरपालिकाले यसअघि आंशिक रूपमा सञ्चालन गर्दै आएको भूमि प्रशासन सेवा अब पूर्ण क्षमताका साथ सञ्चालनमा ल्याउन लागेको शिवसताक्षी नगरपालिकाका नगरप्रमुख मेगाहाङ थोप्राले जानकारी दिए । उनका अनुसार स्थानीय तहबाट भूमि प्रशासन सेवा सञ्चालनका लागि देशभरका ७५३ स्थानीय तहमध्ये ३५ वटा पालिका छनोटमा परेका छन्, जसमा शिवसताक्षी नगरपालिका पनि परेको हो ।

नगरप्रमुख थोप्राले यसलाई नगरका लागि ठूलो उपलब्धिका रूपमा उल्लेख गर्दै जग्गा सम्बन्धी कामका लागि दमक पुग्नुपर्ने बाँध्यता हट्ने बताए ।

शिवसताक्षी नगरपालिका भूमि प्रशासन सेवा प्रमुख डिल्ली नेपालका अनुसार नगरपालिकाबाट राजीनामापास, हकहिस्सा राजीनामा, दर्ताफारी, संगोलनामा, छोडपत्र, दानपत्र, हालैदेखिको बकसपत्र, शेषपछिको बकसपत्र, जग्गासहितको अष्टलोह, करारनामा, बाँकी ४ पेजमा ▸▸

योग्यता, स्वच्छता, निष्पक्षता- लोक सेवा आयोगको प्रतिबद्धता

- योग्यतामा आधारित छनौट प्रणालीको सम्मान गरौं,
- योग्यता र प्रतिस्पर्धाको सम्मान गर्दै रोजगारीमा समान अवसरको सदुपयोग गरौं,
- स्वदेशमा नै प्रतिभाको कदर गरौं र प्रतिभा पलायन हुनबाट रोक्ने वातावरण सिर्जना गरौं,
- निर्भिक एवम् निष्पक्ष रुपमा राष्ट्रको सेवा गर्ने अवसरको उपयोग गरौं र गराऔं,
- २०८३ असार १ गते लोकसेवा आयोगको ७६औं बार्षिकोत्सव भव्यताका साथ मनाऔं ।

लोक सेवा आयोगको प्रतिबद्धता:
प्रतिस्पर्धात्मक छनौटको सुनिश्चितता

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

सम्पादकीय

विषादी जाँचमा निरन्तरता आवश्यक

झापाको दमक नगरपालिका क्षेत्रमा हालै भित्रिएका फलफूल तथा तरकारीहरु मानव उपभोगका लागि सुरक्षित पाइनु निकै सकारात्मक र उत्साहजनक समाचार हो । बिर्तामोडस्थित विषादी अवशेष द्रुत विश्लेषण प्रयोगशाला एकाइ ले दमक नगरपालिकाको समन्वयमा संकलन गरिएका नमुनाहरुको परीक्षण गर्दा सबै सामग्री खान योग्य भएको पुष्टि गरेको छ । लहान र सिराहाबाट ल्याइएका आँप तथा धनकुटा र काठमाडौंबाट आयातित गोलभेडामा विषादीको मात्रा सुरक्षित मापदण्डभित्रै देखिनुले उपभोक्तालाई केही हदसम्म राहत र ढुक्क हुने वातावरण दिलाएको छ । तर, यो सुखद नतिजासँगै यसलाई सधैँ र निरन्तर रुपमा कायम राख्नु नै अहिलेको मुख्य चुनौती हो ।

कृषि उपजमा कीटनाशकको प्रयोग विश्वव्यापी समस्या बन्दै गएको बेला स्थानीय सरकारले देखाएको यो सक्रियता प्रशंसनीय छ । प्राविधिक मापदण्ड अनुसार तरकारी र फलफूलमा कार्बोमेट र अर्गानोफस्फेट समूहका कीटनाशक विषादीको रूकावट प्रतिशत ३५ भन्दा कम हुनुलाई पूर्ण रुपमा उपभोग योग्य मानिन्छ । दमकमा परीक्षण गरिएका सबै ७ वटा नमुनामा विषादीको मात्रा यो सीमाभन्दा निकै कम पाइनु सुखद पक्ष हो ।

कानुनी प्रावधान अनुसार विषादीको मात्रा ३५ देखि ४५ प्रतिशतसम्म भएमा केही दिन राखेर मात्र उपभोग गर्नुपर्ने र ४५ प्रतिशतभन्दा बढी भएको खण्डमा ती सामग्रीहरु तत्काल जफत गरी नष्ट गर्नुपर्ने व्यवस्था छ । यदि बजारमा अस्वस्थकर खाद्यवस्तु पुगेको भए यसले एकातिर उपभोक्ताको स्वास्थ्यमा गम्भीर असर पुऱ्याउँथ्यो भने अर्कोतिर व्यवसायीको पनि ठुलो आर्थिक नोक्सानी हुने थियो ।

तर, यो एक पटकको परीक्षणको परिणाम मात्र भएकाले यसैमा चित्त बुझाएर बस्ने ठाउँ छैन । बजारमा दैनिक रुपमा विभिन्न क्षेत्र तथा छिमेकी मुलुकहरुबाट समेत फलफूल र तरकारी भित्रिइरहन्छन् । आजको नमुना सुरक्षित देखिँदैमा भोलि आउने खेप पनि उत्तिकै सुरक्षित हुन्छ भन्ने ग्यारेन्टी हुँदैन । विशेष गरी सिजन र चाडबाडका बेला बढी नाफा कमाउने उद्देश्यले अस्वभाविक रुपमा विषादी प्रयोग गरिएका कृषि उपज बजारमा भित्रिने जोखिम सधैँ रहिरहन्छ । त्यसैले, दमक नगरपालिकाले यस पटक देखाएको जाँगरलाई एउटा संयोग वा मौसमी अभियानमा मात्र सीमित नराखी दीर्घकालीन रणनीति बनाउनु आवश्यक छ ।

यस सकारात्मक सुरूवातलाई आगामी दिनमा पनि कायम राख्न बजारमा भित्रिने तरकारी र फलफूलको नियमित तथा आकस्मिक परीक्षण गर्ने प्रणाली बसाल्नुपर्छ । यसका साथै किसानहरुलाई विषादीको सही मात्रा र यसको प्रयोगपछि पर्खनुपर्ने सुरक्षित अवधिबारे सचेत गराउनु उत्तिकै जरूरी देखिन्छ ।

उपभोक्ताको स्वास्थ्यसँग सिधा जोडिएको यो संवेदनशील विषयमा दमक नगरपालिकाले चालेको कदम स्वागतयोग्य छ । यो सकारात्मक नतिजालाई संस्थागत गर्दै आगामी दिनमा पनि बजारमा स्वच्छ र विषादीमुक्त खाद्यवस्तु मात्र भित्रिने वातावरण सुनिश्चित गर्न स्थानीय प्रशासन, प्रयोगशाला र व्यापारीहरुबीच बलियो समन्वय हुनुपर्छ । नागरिकको भान्सालाई सुरक्षित र स्वस्थ राख्नु नै स्थानीय सरकारको पहिलो र मुख्य दायित्व हो ।

अन्तरजातीय विवाह गर्ने दम्पती सम्मानित

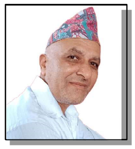
फुङलिङ/ ताप्लेजुङको आठराई त्रिवेणी गाउँपालिकाले अन्तरजातीय विवाह गर्ने ११ दम्पतीलाई नगदसहित सम्मान गरेको छ । सामाजिक सद्भाव, समानता र जातीय विभेद अन्त्य गर्ने उद्देश्यले गाउँपालिकाले दलित सचेतना कार्यक्रमअन्तर्गत दम्पतीहरूलाई सम्मान गरेको हो । गाउँपालिकामा आयोजित कार्यक्रममा अन्तरजातीय विवाह गरी समाजमा सकारात्मक सन्देश प्रवाह गरेका दम्पतीलाई सम्मान गरिएको दलित अधिकारकर्मी गणेश कार्की डोलीले जानकारी दिए । उनका अनुसार गाउँपालिकाको चालु आर्थिक वर्षको स्वीकृत कार्यक्रममार्फत प्रत्येक दम्पतीलाई नगद ३ हजार रूपियाँ तथा सम्मानपत्र प्रदान गरिएको छ ।

सम्मानित हुनेहरूमा वडा १ का कविता बयलकोटी र मौसम लिम्बू, वडा नं २ का होमबहादुर दर्नाल र सिर्जना राई, वडा नं ३ का रमेश घिमिरे र सरिता नाल्बो, सुमन बराइली र सङ्गीता लिम्बू तथा हेमकुमार थापा र अस्मिता दर्नाल रहेका छन् ।

त्यसैगरी वडा ४ का सविन बर्देवा र सङ्गीता श्रेष्ठ, वीरकुमार कार्की डोली र सिर्जना तामाङ तथा वडा ५ का धननाथ नेपाली र साङ्गी शेर्पा, आइतवीर र अस्मिता बराइली, कृष्ण बिक र कमला लिम्बू तथा सलबहादुर नेपाली र गंगादेवी शेर्पा सम्मानित भएका छन् ।

अन्तरजातीय विवाहले सामाजिक एकता, सहिष्णुता र समावेशी समाज निर्माणमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउने गाउँपालिका अध्यक्ष दिपेन्द्र पोमू (दिपेन) ले बताए । उनका अनुसार अझै पनि समाजका केही क्षेत्रमा जातीय विभेदका घटना देखिने भएकाले यस्ता सम्मान कार्यक्रमले सकारात्मक सन्देश प्रवाह गर्ने विश्वास लिइएको छ । गाउँपालिकाले सामाजिक रूपान्तरण र जातीय विभेद न्यूनीकरणका लागि आगामी दिनमा पनि यस्ता सचेतनामूलक तथा प्रोत्साहनात्मक कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिने अध्यक्ष पोमूले बताए ।

स्वतन्त्र प्रेस त ऐना जस्तै हुनुपर्छ



✍ विमल लामिछाने

> पत्रकारलाई जेल हाल्नु भन्दा आर्थिक रूपमा कमजोर बनाउनु प्रेस स्वतन्त्रता मार्ने आधुनिक तरिका बनेको छ। सरकारी विज्ञापनलाई केवल सरकारी सञ्चारमाध्यममा मात्र सीमित गर्दा एकातिर मोफसलका सयौं मिडियाहरु बन्द हुने अवस्थामा पुगेका छन् भने अर्कोतिर नागरिकको सूचना पाउने हक पूर्णत: सरकारी नियन्त्रणमा कुन्ठित गरिएको छ।

नेपाली प्रेस यतिबेला राज्यको संकुचित दृष्टिका कारण गम्भीर संकटमा परेको छ । सरकारले सरकारी सञ्चारमाध्यमलाई मात्र एकलौटी रूपमा सूचना र विज्ञापन उपलब्ध गराउने जुन नीति अख्तियार गरेको छ, त्यसले प्रेस स्वतन्त्रताको घाँटी मात्र निमोठेको छैन, बरु लोकतन्त्रको सुन्दर पक्ष मानिने संघीयताको अभ्यास र सूचनाको विकेन्द्रीकरणमाथि नै प्रहार गरेको छ ।

सरकारले विज्ञापन र ठेक्कापट्टाका सूचनामा हुने भनिएको 'कमिशनको खेल'लाई रोक्ने बहानामा जुन निर्णय लिएको छ, त्यो तर्कसंगत देखिँदैन । यदि विज्ञापन वितरणमा वित्तीय अनियमितता वा कमिशनको जालो व्याप्त छ भने त्यसलाई पारदर्शी बनाउने र दोषीलाई कारबाही गर्ने दायित्व राज्यको हो । तर, विकृति सुधार्नुको सट्टा स्थानीय सञ्चार माध्यमलाई लोककल्याणकारी विज्ञापनबाटै वञ्चित गराउनु भनेको 'रोगको उपचार गर्नुको सट्टा बिरामीलाई नै सिध्याउनु' जस्तै आत्मघाती कदम हो । कमिशनको बहाना बनाएर सूचनामा राज्यको एकाधिकार कायम गर्न खोज्नुले सरकारको नियतमाथि नै गम्भीर प्रश्न खडा गरेको छ ।

दुर्गमको आवाजलाई केन्द्रसम्म पुऱ्याउने र नागरिकलाई आफ्नै माटोको भाषामा सुसूचित गर्ने यस्ता माध्यमहरूको आर्थिक मेरुदण्ड भनेकै लोककल्याणकारी विज्ञापन र सूचनाहरू हुन् । सरकारी विज्ञापनलाई केवल सरकारी सञ्चारमाध्यममा मात्र सीमित गर्दा एकातिर मोफसलका सयौं मिडियाहरू बन्द हुने अवस्थामा पुग्नेछन् भने अर्कोतिर नागरिकको सूचना पाउने हक सरकारी नियन्त्रणमा रहनेछ । सूचनाको पहुँचलाई केन्द्रीकृत गर्नु भनेको अन्तत: निरंकुशतालाई मलजल गर्नु हो, जुन संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक व्यवस्थाको मर्म विपरित छ ।

एउटा लोकतान्त्रिक सरकारका लागि स्वतन्त्र प्रेस ऐना जस्तै हुनुपर्छ, जसले समाजका विकृति र सरकारका कमजोरीलाई निडरतापूर्वक उजागर गरोस् । तर, विज्ञापनलाई 'नियन्त्रणको अस्त्र' बनाएर मिडियालाई आफ्नो अधिनमा राख्न खोज्नुले प्रेसको निष्पक्षतालाई धरापमा पार्नेछ । यदि स्थानीय मिडिया धराशयी भए भने नागरिक र सरकारबीचको सेतु टुट्नेछ, जसको प्रत्यक्ष असर सुशासन र पारदर्शितामा पर्ने निश्चित छ । अत: सरकारले प्रेसलाई कुण्ठित गर्ने आफ्ना अदूरदर्शी निर्णयहरू तत्काल फिर्ता लिनु बुद्धिमानी कदम हुनेछ ।

स्थानीय सञ्चारमाध्यमहरू दुरदराज र गाउँ-बस्तीका वास्तविक पहरेदार हुन् । सिंहदरबारको नजर नपुगेका कुना-कन्दराका कथा र व्यथालाई मूलधारको बहसको विषय बनाउने श्रेय यिनै सञ्चारमाध्यमलाई जान्छ । स्थानीय मिडियाहरुले बस्तुगत स्थितिलाई नियालेर तथ्यगत रिपोटिङ गरेका हुन्छन् । दुर्गमको आवाजलाई केन्द्रसम्म पुऱ्याउने र नागरिकलाई आफ्नै माटोको भाषामा सुसूचित गर्ने यस्ता माध्यमहरूको आर्थिक मेरुदण्ड भनेकै लोककल्याणकारी विज्ञापन र सूचनाहरू हुन् । तर, पछिल्लो समय सरकारी विज्ञापनलाई केवल सरकारी सञ्चार माध्यममा मात्र सीमित गर्ने वा केन्द्रीकृत गर्ने सोचले मोफसलका मिडियाको अस्तित्वमाथि मात्र होइन, नागरिकको सुसूचित हुन पाउने संवैधानिक हकमाथि नै गम्भीर प्रश्न खडा गरिदिएको छ ।

नेपाली प्रेसमाथि भएका विगतका घटनाक्रमलाई हेर्ने हो भने सत्ता र शक्तिमा पुग्नेहरूले पटक-पटक अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतालाई कुण्ठित गर्ने प्रयास गरेको देखिन्छ । चाहे त्यो २०६१ सालको 'शाही कू'का बेला रेडियो र पत्रपत्रिकाका सम्पादकीय कक्षमा सेना पठाएर समाचार सेन्सर गरिएको कठोर समय होस्, वा गणतन्त्र स्थापनापछि पनि विभिन्न बहानामा ल्याइएका प्रेस विरोधी कानुनहरू हुन्, नेपाली पत्रकारिताले सधैँ कलम, आवाज र कतिपय अवस्थामा सडकबाट समेत खवरदारी गरिरहनु परेको छ ।

विगतका सरकारहरूले विद्युतीय कारोबार ऐनको दफा ४७ र ४८ लाई हतियार बनाएर दर्जनौं पत्रकारहरूलाई अनलाइनमा समाचार लेखेकै भरमा पक्राउ गर्ने र मानसिक तनाव दिने काम गरे, जुन अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतामाथिको सीधा प्रहार थियो । त्यस्तै, मिडिया काउन्सिल र सूचना प्रविधि विधेयकका कतिपय प्रावधानमार्फत पत्रकारलाई भारी जरिवाना र जेल सजायको डर देखाएर 'सेल्फ सेन्सरसिप' तर्फ धकेल्ने प्रयत्नहरू पनि भए ।

आजको युगमा पत्रकारलाई जेल हाल्नु भन्दा आर्थिक रूपमा कमजोर बनाउनु प्रेस स्वतन्त्रता मार्ने आधुनिक तरिका बनेको छ । सरकारी विज्ञापनलाई केवल सरकारी सञ्चारमाध्यममा मात्र सीमित गर्दा एकातिर मोफसलका सयौं मिडियाहरू बन्द हुने अवस्थामा पुगेका छन् भने अर्कोतिर नागरिकको सूचना पाउने हक पूर्णत: सरकारी नियन्त्रणमा कुन्ठित गरिएको छ । सूचनाको पहुँचलाई केन्द्रीकृत गर्नु भनेको अन्तत: निरंकुशतालाई मलजल गर्नु नै हो, जुन संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रात्मक व्यवस्थाको मर्म विपरीत छ ।

स्थानीय पत्रिका र रेडियोहरू बन्द हुनु भनेको गाउँका नागरिकको आवाज मौन हुनु र स्थानीय सत्तामा भ्रष्टाचारको जरा थप गाडिनु हो । भलै समाजका कतिपय शिक्षित भनिएका ब्याक्तिहरुले समेत सामाजिक सञ्जालमा सरकारको यो कदम सकारात्मक भनेका छन् भने कतिपयले ठेकेदार पत्रकारहरुलाई ठीक पारेको भन्ने जस्ता कमेन्टहरु र स्टाटसहरु पनि आइरहेका छन् । यहाँहरुलाई हेक्का रहोस्, मिडिया बन्द हुँदा पत्रकारहरुले ब्यवसाय बदल्न सक्छन् । विकल्पका जागिर अनेक हुन सक्छन्, तर आम नागरिकको सुसूचित हुने अधिकार निमोठिने स्थितिको चाहीँ विकल्प हुँदैन । यसो भनिरहँदा सरल जवाफ दिनेहरुपनि कम छैनन्, जो कि, 'सामाजिक सञ्जाल छँदैछन् नि' । तर कुरा सामाजिक सञ्जाल र आधिकारिक र जवाफदेही संचारमाध्यममा आकाश र जमीन जतिनै अन्तर छ भन्नेकुरा पनि हेक्का राख्न जरुरी छ ।

भनिन्छ, लोकतन्त्रको सुन्दरता नै विचारको विविधता र सूचनाको बहुलतामा हुन्छ । राज्यले सञ्चारमाध्यमलाई 'नियन्त्रण' गर्ने होइन, 'नियमन' र 'प्रवर्द्धन' गर्ने नीति लिनुपर्छ । स्थानीय सञ्चारमाध्यमलाई उपलब्ध गराइने लोककल्याणकारी विज्ञापन कुनै दया वा दान होइन, बरु यो नागरिकलाई सुसूचित बनाउने राज्यको संवैधानिक दायित्व निर्वाह गर्ने एक अनिवार्य संयन्त्र हो ।

यदि मोफसलका मिडियाको आर्थिक मेरुदण्ड भाँचियो भने संघीयताको जग मानिने स्थानीय तहको सुशासन, पारदर्शिता र उत्तरदायित्व पनि सँगै ढल्ने निश्चित छ । त्यसैले, प्रेस स्वतन्त्रताको रक्षा र स्थानीय मिडियाको दिगोपनका लागि राज्यको दृष्टिकोण उदार र लोकतान्त्रिक हुनु अनिवार्य छ ।

नेपाली समाजको राजनीतिक चेतना, सामाजिक जागरण र व्यवस्था परिवर्तनको हरेक मोडमा सञ्चारमाध्यमले खेलेको भूमिका अद्वितीय छ । जतिबेला मुलुक जहानीयाँ राणा शासनको अँध्यारोमा थियो, त्यतिबेला 'गोरखापत्र'को स्थापना र त्यसपछि विदेशबाट लुकिछिपी भित्राइएका पत्रिकाहरूले नेपालीको मनमा स्वतन्त्रताको बीउ रोपेका थिए । आज हामी जुन संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रको खुला आकाशमुनि छौँ, यसको जग निर्माणमा नेपाली पत्रकारिताले बगाएको पसिना र रगतको इतिहास साक्षी छ ।

पछिल्ला घटनाक्रमहरु जस्तै वि.सं. २०४६ सालको जनआन्दोलन । प्रेसले नै नागरिकलाई हक-अधिकारका लागि सडकमा ओराल्ने काम गऱ्यो । विशेषगरी २०५२ पछि सुरु भएको सशस्त्र द्वन्द्व र २०६१ को शाही शासनका बेला नेपाली पत्रकारहरूले राज्य र विद्रोही दुवै पक्षबाट पाएको शारीरिक र मानसिक प्रताडना इतिहासको सबैभन्दा कठिन अध्याय हो । यस बखतका धेरै घटनाहरु स्मरणीय छन् । कतिपय मिडियाहरु भूमिगत भएरै खवरदारी गर्नुपरेको इतिहास पनि जिवितै छ । बन्दुकको नालको अगाडि उभिएर सत्य ओकल्ने आँट देखाएकै कारण आज प्रेसलाई 'राज्यको चौथो अंग'को सम्मान प्राप्त छ । तर, यो सम्मान कुनै उपहारका रूपमा होइन, अनगिन्ती पत्रकारहरूको बलिदान र अनवरत संघर्षको बलमा आर्जन गरिएको हो ।

समाज रूपान्तरणको सवालमा पत्रकारिताले केवल राजनीतिक परिवर्तन मात्र ल्याएन, यसले जरा गाडेर बसेका सामाजिक कुरीतिहरु, छाउपडी, दाइजो प्रथा, छुवाछूत र लैङ्गिक विभेद विरुद्ध पनि सशक्त पैरवी गर्दै आएको छ ।

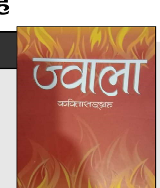
मोफसलका गाउँ-बस्तीमा स्थानीय रेडियो र पत्रपत्रिकाले स्थानीय भाषा र लवजमा नागरिकलाई सुसूचित नगरेको भए संघीयताको मर्म आजको जस्तो जीवन्त हुने थिएन । केन्द्रको आँखा नपुगेका ठाउँमा पत्रकारको कलम पुगेकै कारण कैयौं गरिब र निमुखाले न्याय पाएका छन् भने भ्रष्टाचारका ठूला काण्डहरू सार्वजनिक भई सुशासनको पक्षमा दबाब सिर्जना भएको छ ।

यद्यपि, आजको समयमा पत्रकारिता सामु चुनौतीका नयाँ स्वरूपहरू देखा परेका छन् । शारीरिक हमलाका घटनामा केही कमी आए पनि 'आर्थिक घेराबन्दी' र 'नीतिगत नियन्त्रण' मार्फत प्रेसको घाँटी निमोठ्ने प्रयास जारी छ । सरकारले लोककल्याणकारी विज्ञापनमा गर्ने विभेद र प्रेसलाई संकुचित पार्ने गरी ल्याइने कानुनहरूले लोकतन्त्रको प्राणवायु मानिने अभिव्यक्ति स्वतन्त्रतालाई कमजोर बनाउँदै लगेका छन् । यसपटकको सरकारी कदमपनि त्यसैको निरन्तरता हो भन्न सकिन्छ । सत्य के हो भने, जबसम्म पत्रकारिता आर्थिक र नैतिक रूपमा स्वतन्त्र हुँदैन, तबसम्म लोकतन्त्र बलियो हुन सक्दैन ।

अत: इतिहासदेखि नै समाज रूपान्तरणको अग्रपंक्तिमा रहेको नेपाली पत्रकारितालाई संरक्षण गर्नु राज्यको मात्र होइन, नागरिक समाजको पनि दायित्व हो । पत्रकारले पनि आफ्नो संघर्षको गौरवपूर्ण विरासतलाई कायम राख्दै व्यवसायिकता र निष्पक्षताको कसीमा आफूलाई तिखार्नु आवश्यक छ ।

एउटा सचेत र ससक्त प्रेसले मात्र शासनलाई नागरिकप्रति उत्तरदायी बनाउन सक्छ र समृद्ध समाजको सपना साकार पार्न सक्छ । प्रेसमाथिको लगानी वास्तवमा लोकतन्त्रको स्थायित्वका लागि गरिने लगानी हो भन्ने सत्यलाई सत्ताले समयमै बुझ्न जरुरी छ ।

खड्ग बहादुर खड्काको
कविता संग्रह
ज्वाला



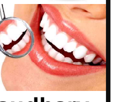
विभिन्न पुस्तक पसलमा उपलब्ध छ । किनेर पढ्न चाहनेले नजिकको पुस्तक पसलमा सम्पर्क गर्नहुन अनुरोध छ ।

सम्पर्क नम्बर : ९८४४६८०४९९

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

पानासोनिक इलेक्ट्रोनिक्स वर्ल्ड,
दमक-८, झापा
विगत दुई दशक अगाडीदेखि तपाईहरुको सेवामा
समर्पित यस मर्मत केन्द्रले सबै प्रकारका LED, TV, Online UPS इनभर्टर सर्वो स्टेपलाइजर, Sound System, Speeker, ब्याट्री चार्जर, वेल्डिङ मेशिन साथै मोटर, पंखा, फ्रिज, AC वासिङ मेशिन, काँटा सुलभ दरमा ग्यारेन्टीका साथ मर्मत गरिन्छ ।
साथै यहाँ अर्डर अनुसार सबै प्रकारका UPS, इनभर्टर, स्टेपलाइजर नयाँ तयार गर्नुका साथै सबै प्रकारका रिमोट र इलेक्ट्रोनिक पार्टसहरु, सेकेण्डहेण्ड मोटर र फेन पाइन्छ ।
नोट :
१) मेडिकल हस्पिटलमा प्रयोग हुने सबै सामानहरु मर्मत गरिन्छ ।
२) यहाँ होम सर्भिसको सेवा पनि उपलब्ध छ ।
३) सबै प्रकारका सेकेण्डहेण्ड सामान पनि बिक्री गरिन्छ ।
प्रो. मनोज सिंह
९८४२६२०९३०/९८०४९३१६३९/०२३-५८३१४७

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

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

बिर्तामोड:
राजकुमार श्रेष्ठ
९८०६०१०४१०

चियाको विकल्प तेस्रो मुलुक

इलाम/ किसान, उद्योगी र सरकारले भारतमा चिया ठप्प भएको विषयलाई समस्याभन्दा पनि अवसरका रूपमा लिनु पर्नेमा व्यवसायीहरूले जोड दिएका छन् ।

सधैँ नेपालको बजार भारत नै हो भन्ने भ्रम चिर्ने समय अहिले आएको छ । भारतमा चिया निकासी बर्सेनि ठप्प हुन थालेपछि चिया किसान र व्यवसायीले अबको समाधान तेस्रो मुलुक निकासी हुन सक्ने बताएका हुन् । भारतबाट नेपाली चिया निर्यातमा पटक पटक कडाइ गरेर अघोषित रूपमा निर्यात ठप्प बनाउने काम भइरहँदा त्यसको विकल्प तेस्रो मुलुक नै भएको व्यवसायीको भनाइ छ । इलामको जसबिरेस्थित जसबिरे चिया उद्यागका सञ्चालक गृष्म सुब्बाले पटक पटक आउने यो समस्याको दीर्घकालीन समाधान खोज्नुपर्ने बताए ।

नेपाल-भारत सीमाक्षेत्रमा भारतीय उद्योगले नेपाली हरियो पत्ती लगेर उनीहरूका नामबाट चिया उत्पादन गर्ने, त्यही हरियो पत्ती नेपालमा तयार भएर भारत जाँदा सटिफाई नहुने चिया रोक्नुको अर्को प्रमाण भएको अवस्थामा चीन, जर्मन, रूसलगायतका सातभन्दा बढी मुलुकमा चिया पठाउने सुब्बाले अबको मुख्य र सजिलो बाटो चीनसँग 'जीटुजी' सम्झौता सरकारले गर्नुअघि बढ्नुपर्ने र चीनमा नेपाली चिया मन पराइने र राम्रोसँग बिक्री हुने हुँदा सोही बाटो भएर विश्वभर जान सक्ने उनको बुझाइ छ ।

चिनियाँ व्यापारी नेपाल आउन खोजिरहेको तर त्यसका लागि आधिकारिक व्यापार सम्झौता नहुँदा समस्या रहेको भन्दै सुब्बाले अहिले साना पोका बनाएर कुरियरमार्फत चिया पठाउनु परेको बाध्यता सुनाए । सन् २००९ देखि तेस्रो मुलुकमा चिया निर्यात गरिरहनुभएका इलामको सूर्योदय नगरपालिकाको सुन्दरपानी टी स्टेटका सञ्चालक उदय चापागाईं पनि तेस्रो मुलुक नै नेपाली चियाको विकल्प भएको पनि बताएका छन् ।

नेपालको चिया प्रमाणीकरण भएर तेस्रो मुलुक जाने तर भारतको ल्याबमा त्यही चियाको परीक्षण रिपोर्ट फेल हुने ? भन्ने प्रश्न गर्दै उहाँले यो त भारतले नेपाली चिया रोक्न खोजेको प्रत्यक्ष प्रमाण रहेको दाबी व्यवसायीको छ । जर्मनी, बेल्जियम, लक्जेम्बर्ग, हल्यान्ड र बेलायतमा एकमहिने लामो चियासम्बन्धी कार्यक्रममा सहभागी भएर भर्खरै मात्र नेपाल फर्किएका चापागाईंले सरकारले आर्थिक कूटनीति अवलम्बन गरेर तेस्रो मुलुकमा चिया निर्यातको विकल्प दिनुपर्ने तर्क अघि सार्दा किसान उत्साहित देखिएका छन् ।

कोभिड-१९ को समयमा समेत चिया उद्योग सञ्चालन गरेका चापागाईं भने पूर्ण अर्गानिक रहेका आ ना किसानको बगान र गोर्खा टी स्टेट चियाको मुख्य समयमा बन्द नहुने अडानमा छन् । "मैले पटक पटक सरकार, अर्थ, परराष्ट्र, कृषि मन्त्रालय र मन्त्री, सचिवसँग छलफल गरेको छु, नेपाली चियालाई तेस्रो मुलुक कसरी पठाउन सकिन्छ भन्नेमा अब पनि छलफल हुन्छ । सरकारलाई एउटै मात्र आग्रह नेपाली चिया हाम्रो मुलुकको दीर्घकालीन सम्पत्ति हो भनेर सरकारले लिइदिनु पर्छ," चापागाईंले भने ।

राष्ट्रिय चिया तथा कफी विकास बोर्डका प्रतिनिधि इन्द्र अधिकारीले अहिलेको समस्याको समाधान सरकारबाटै सम्भव रहेको बताए । उनले भने- "वर्षमा ३६ देखि ४० पटक चिया टिप्नु पर्छ, दुई दिन ढिलो हुँदा गुणस्तर खस्किन्छ, त्यस कारण चियाको समाधान चाँडो खोजियोस् भनेर हामीले माथि पनि भनिरहेका छौँ । सरकारले भने चियाको विषयमा के गर्दै छ भन्ने किसान र उद्योगीलाई खास जानकारी छैन । प्रधानमन्त्रीको सचिवालयबाट फोनमार्फत उद्योगीलाई चियाको समाधान के हुन सक्छ लेखेर पठाउन भनियो । हामीले हिजो मात्र सबै कुरा लेखेर पठाएका छौँ । त्यसपछि के हुन्छ भन्ने जानकारी छैन । असार १ गतेदेखि चिया उद्योग बन्द हुँदा हजारौँ चिलो हरियो पत्ती किसानको बगानमै नष्ट हुने अवस्थामा छ ।

स्वास्थ्य

अनुहारमा चमक ल्याउँन के खाने ?

खानपानले मानिसको अनुहारमा आउने चमक निर्धारण गर्छ । जीवनको गति त्यसकै आधारमा तय हुन्छ । मानव स्वास्थ्य एक प्रकारको लगानीको प्रतिफल जस्तै हो । लगानी खानपानको, प्रतिफल स्वास्थ्य । राम्रो खाना खाएमा स्वास्थ्य पनि राम्रै हुन्छ ।

राम्रो खाना भन्नाले, सन्तुलित खानपान । शरीरलाई आवश्यक पर्ने सबै पोषक तत्व भएका खाद्यान्न खानु नै सन्तुलित आहर हो ।

तर दु:खको कुरा विश्वका धेरै मानिसले सन्तुलित खाना खाएका छैनन् । मानिसले भएर पनि सन्तुलित खाना खाँदैनन् । धेरै पिरो अमिलो, भुटेको तारेको खाना खाने गर्दा समस्या हुन्छ ।

भागदौडको जिन्दगीमा हामी धेरैले सन्तुलित खाना खान पाएका छैनौँ । काम गर्ने समय जति पनि हुन्छ, तर राम्रोसँग बसेर आरामले खान समय मिल्दैन । जे भेट्यो, त्यही खायो । पेट भर्नका लागि खाना खायो । स्वास्थ्यको ख्याल हुँदैन ।

धेरैलाई त कुन खानाबाट कस्तो पोषक तत्व पाइन्छ भन्ने थाहा नै हुँदैन । मानिसलाई तन्दुरुस्त र स्वास्थ राख्नका लागि कस्तो खानपान राम्रो हुन्छ भन्ने विषयमा विश्वमा धेरै अनुसन्धान भएका छन् ।

पछिल्लो पटक गरिएको अनुसन्धानमा वैज्ञानिकले मानिसको स्वास्थ्यका लागि फाइदाजनक एक सय खानाको सूचि बनाएका छन् ।

यस्ता केही खानामा बदाम पनि एक हो । प्रोटिनको राम्रो स्रोत बदाममा मोनो-अनस्याचुरेटेड फ्याट हुन्छ । यसले मुटुसँग सम्बन्धित रोगबाट बच्ने शक्ति दिन्छ । दिनमा पाँचदेखि सातवटा बदाम खानु राम्रो हुन्छ । यसको पोषण स्कोर ९७ रहेको छ ।

यस्तै किसमिस पनि स्वास्थ्यका लागि राम्रो मानिन्छ । किसिमको पोषण स्कोर ५१ रहेको छ । मांसाहारीका लागि सी-फुड पनि राम्रो मानिन्छ ।

रेड स्नाइपर नाम गरेको माछामा विशेष प्रकारको पोषक तत्व हुन्छ, यो स्वास्थ्यका लागि राम्रो मानिन्छ । तर यसमा खतरनाक टक्सिन हुने भएकाले खाँदा ध्यान पुऱ्याउनु पर्छ । यसको पोषण स्कोर ६९ रहेको वैज्ञानिकले बताएका छन् । कागती तथा त्यससँग सम्बन्धी फलफूल पनि स्वास्थ्यका लागि राम्रो हुने वैज्ञानिकले बताएका छन् । यस्ता फलफूलले छालालाई राम्रो बनाउने गर्छ ।

एसिडिटी भएका व्यक्तिका लागि साइट्रस फ्रूट राम्रो मानिन्छ । यसमा सुन्तला सबैभन्दा राम्रो देखिएको छ । यसको पोषण स्कोर ५१ रहेको छ ।

यस्तै अनारमा एन्टी अक्सिडेन्ट र आइरन बढी मात्रामा हुन्छ । दिनको एउटा अनार खाएमा हेमोग्लोबिनको कमी हुन दिँदैन । यस्तै तरबुजा, खरबुजा, सागसब्जी, गाजर, मुला, काउली, ब्रोकाउली, लसुन, अदुवासहितका खाना पनि स्वास्थ्यका लागि राम्रो हुने वैज्ञानिकले बताएका छन् । -बिबिसीको सहयोगमा

विश्वकप विषेष

मेस्सीको ह्याट्रिक

एजेन्सी/ कप्तान लियोनल मेस्सीको ह्याट्रिकमा साविक विजेता अर्जेन्टिनाले फिफा विश्वकप २०२६ मा शानदार सुरूवात गरेको छ । अमेरिकाको कान्सास सिटी रंगशालामा बुधबार बिहान भएको खेलमा अर्जेन्टिनाले अल्जेरियालाई ३–० ले पराजित गर्दै सुखद सुरूवात गरेको हो । छैटौं पटक विश्वकप खेल्दै कीर्तिमान बनाएका मेसीले विश्वकपमा पहिलो पटक ह्याट्रिक गरे । साथै उनले विश्वकपमा सर्वाधिक १६ गोल गर्ने मिरोस्लाभ क्लोजको कीर्तिमान पनि बराबरी गरे । उनले खेलको १७औं, ६०औं र ७६औं मिनेटमा गोल गर्दै ह्याट्रिक पूरा गरेका हुन् ।

खेलको सुरूवातमै मेस्सी एक गोल गरेपनि अफसाइडका कारण मान्यता पाएको थिएन । यस्तै अफसाइडका कारण अल्जेरियाका खेलाडीले गरेको एक गोलले पनि मान्यता पाएको थिएन । यो जितसँगै अर्जेन्टिनाले ३ अंक जोड्दै समूह जे मा शीर्ष स्थानमा छ । यो ह्याट्रिकसँगै मेस्सीले विश्वकपमा सर्वाधिक गोल गर्ने कीर्तिमानसमेत बराबरी गरेका छन् । विश्वकपमा १६ गोल गर्दै मेस्सीले जर्मनीका मिरोस्लाभ क्लोसको नाममा रहेको कीर्तिमान बराबरी गरेका हुन् ।

मेसीले विश्वकपमा ह्याट्रिक गर्ने सबैभन्दा पाका खेलाडीको कीर्तिमान समेत बनाएका छन् । यसअघि पवर्चुगलका क्रिस्टियानो रोनाल्डोले ३३ वर्ष १३० दिन हुँदा ह्याट्रिक गरेका थिए । मेसीले अल्जेरिया विरूद्ध विश्वकपमा ह्याट्रिक गर्दा उनी ३८ वर्ष ३५७ दिनका थिए । सन् २००६ मा विश्वकपमा डेब्यु गरेका मेसीले अल्जेरिया विरूद्ध खेलेपछि छैटौं विश्वकप खेल्ने पहिलो खेलाडीको कीर्तिमान बनाएका थिए । उनले सन् २०१० को विश्वकपबाहेक पाँच विश्वकपमा गोल गरेका छन् । मेसीले यसअघिका पाँचै विश्वकपमा असिस्ट गर्दै लगातार पाँच विश्वकपमा असिस्टको ड्डीर्तिमान समेत बनाएका छन् । चार वर्षअघि कतारमा मेस्सीले आफ्नै कप्तानीमा अर्जेन्टिनालाई विश्वकप उपाधि जिताएका थिए ।

यस्तै विश्वकपमा सर्वाधिक खेल खेल्ने कीर्तिमान पनि उनकै नाममा छ । अल्जेरिया विरूद्धको खेल विश्वकपमा मेस्सीको २७औं खेल हो ।

मनोरञ्जन

गाउँले मायाको' सार्वजनिक

दमक/ चर्चित बाल कलाकार समाइरा थापा अभिनीत नयाँ भिडियो 'गाउँले मायाको' सार्वजनिक भएको छ । गायक सन्तोष लिम्बू र चर्चित गायिका शान्ति श्री परियारको स्वरमा रहेको नयाँ लोकदोहोरी गीत 'गाउँले मायाको' सार्वजनिक गरिएको छ । गीतमा ओम तिलक ओलीको शब्द तथा संगीत रहेको छ ।

गीतको एरेन्ज, मिक्सिङ तथा मास्टरिङ राजु सुनामले गरेका हुन् भने मिक्स मास्टरिङमा बिनोद परियारको सहकार्य रहेको छ । गीत ओजोन स्टुडियोमा रेकर्ड गरिएको हो । म्युजिक भिडियोमा 'कोशी डान्सिङ स्टार-सिजन २' का पुरूषोत्तम भुसाल र बाल कलाकार समाइरा थापाको अभिनय देख्न सकिन्छ । भिडियोको निर्देशन सञ्जय धमलाले गरेका छन् भने कोरियोग्राफी सञ्जय विश्वकर्माको रहेको छ । मेकअप आर्टिस्ट सोनिका गजमेर हुन् । भिडियोको सम्पादन तथा रङ संयोजन बिनोद बमले गरेका छन् । सार्वजनिक गीत तथा भिडियोले ग्रामीण परिवेश र प्रेमभावलाई कलात्मक ढंगले प्रस्तुत गरेको निर्माण टिमले जनाएको छ ।

ताप्लेजुङमा अलैँची महोत्सव हुँदै

ताप्लेजुङ / अलैँची ताप्लेजुङको प्रमुख नगदेबालीको रूपमा रहेको छ । ताप्लेजुङमा तीन हजार ७०० हेक्टर क्षेत्रफलमा अलैँचीखेती हुनेगरेको पाइन्छ । सोही अलैँची प्रवर्द्धन गर्ने उद्देश्यले ताप्लेजुङको आठराई त्रिवेणी गाउँपालिकामा असारको १२ र १३ गते प्रदेशस्तरीय अलैँची महोत्सवको आयोजना हुने भएको छ ।

ताप्लेजुङमा पहिलोपटक उक्त महोत्सव हुन लागेको महोत्सव मूल समारोह समितिका संयोजक बालचन्द्र आङबुहाङले बताए । आठराई त्रिवेणी गाउँपालिका र कृषि ज्ञान केन्द्र ताप्लेजुङको आर्थिक सहयोगमा हुन लागेको सो महोत्सवमा अलैँचीका बोटबिरूवा तथा फल प्रदर्शनी, अलैँचीबाट उत्पादन हुने खाद्य पदार्थ र स्थानीय उत्कृष्ट अलैँची बगान तथा कमजोर अलैँची बगानको प्रदर्शनी र अवलोकनलगायतका गतिविधि हुने आयोजकले जानकारी दिएको छ ।

महोत्सवमा अलैँची किसान कार्यशाला, अलैँची व्यवसायी र खरिदकर्ता र बिक्रेताबीच अन्तरक्रिया, अलैँची विज्ञ टोलीबीच अलैँचीको आधुनिक खेती र बजार विस्तारसम्बन्धी छलफलको कार्यक्रम रहेको समितिका संयोजक आङबुहाङले जानकारी दिए ।

गंगा ट्राभल्स एण्ड टुर्स

हाम्रा सेवाहरु:
- 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

दैनिक राशिफल

आज मिति
२०८३ साल
असार ०४ गते
बिहीबार
18 June, 2026
तिथि: चतुर्थी

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	रोगव्याधीले सताउला । धन खर्च । मन खिन्न ।
वृष	इ उ ए ओ वा वि वु वे वो	स्वास्थ्यमा सुधार । पारिवारीक भेटघाट ।
मिथुन	का कि कु घ ङ छ के को हा	परिश्रम अनुसार फल प्राप्ती । मनमा उत्साह बढ्ने ।
कर्कट	हि हु हे हो डा डि डु डे डो	रोजगारको अवसर । विदैशिक यात्रा होला ।
सिंह	मा मि मु मे मो टा टि टु टे	ब्यापार व्यवसायमा लाभ । धन सञ्चय नहुने ।
कन्या	टो प पी पँ ष ण ठ पे पो	मनमा धेरै कुरा खेल्ने । विश्वास बढी गर्नाले धोका ।
तुला	(रा, रि, रु, रे, रो, ता, ति, तु, ते)	स्वास्थ्य गडबड खानपिनमा बढी ध्यान दिनु होला।
वृश्चिक	तो ना नि नँ ने नो या यि यु	सामाजिक मान बढ्ने । कुरा काट्ने पनि सकृय ।
धनु	य यो भा भी भ धा फा ढ भे	साथीभाइबाट सहयोग । आफन्तजनमा भने मनमुटाव ।
मकर	भो जा जी खि खू खे खो गा गी	आम्दानीका बाटाहरु खुल्ने । नयाँ सरसामान खरिद ।
कुम्भ	गँ गे गो सा सी सँ से सो द	अध्ययनमा सफलता । परिश्रम भने बढी गर्नुपर्ला ।
मीन	दि दु थ झ ञ दे दो चा ची	मान्यजनसँगको भेटघाट परिवारमा खुशीयाली ।

पूर्वमा नेपाल-भारत सीमा स्तम्भ पुनर्निर्माण

दमक/ पछिल्ला तीन महिनाको अवधिमा झापा क्षेत्रमा दुई वटा सीमा स्तम्भ पुनर्निर्माण गरिनुका साथै सीमासम्बन्धी प्राविधिक कार्यको प्रगति समीक्षा गर्न नेपाल र भारतका अधिकारीहरूबीच संयुक्त बैठक सम्पन्न भएको छ ।

नेपाल-भारत पूर्वी सीमामा रहेका जीर्ण तथा क्षतिग्रस्त सीमा स्तम्भको पुनर्निर्माण, मर्मत तथा संरक्षण भइरहेको छ । सशस्त्र प्रहरी बलका अनुसार काँकरभिट्टादेखि उत्तरतर्फ रहेको ८६-३ नम्बरको जीर्ण सीमा स्तम्भ भारतीय पक्षले पुनर्निर्माण गरेको छ भने ८८-८९-४३० नम्बरको सीमा स्तम्भ नेपाली पक्षले पुनर्निर्माण गरेको हो। सीमामा रहेका स्तम्भहरूको अवस्था मूल्यांकन गर्दै दुवै देशले संयुक्त समझदारीमा मर्मत, पुनःस्थापना तथा पुनर्निर्माणको काम निरन्तर अगाडि बढाइरहेका छन् ।

पाँच दिनअघि झापाको बिर्तामोडमा नेपाल र भारतका सम्बन्धित निकायका अधिकारीहरूको संयुक्त बैठक बसेको थियो । बैठकमा झापा, इलाम, पाँचथर र ताप्लेजुङसँग जोडिएका सीमाक्षेत्रका सीमा स्तम्भहरूको अवस्था, मर्मत कार्यको प्रगति तथा आगामी कार्ययोजनाबारे विस्तृत छलफल भएको थियो ।

नापी विभागका प्रमुख नापी अधिकृत हरेराम यादवका अनुसार सीमा स्तम्भको संरक्षण, मर्मत र पुनर्निर्माणको अवस्थाबारे समीक्षा गर्न नेपाल र भारतका अधिकारीहरूबीच नियमित रूपमा संयुक्त बैठक बस्ने गरेको छ । उनले सीमा व्यवस्थापनलाई थप प्रभावकारी बनाउन प्राविधिक तहको सहकार्यलाई निरन्तरता दिइएको बताए ।

पूर्वी सीमामा सीमा स्तम्भको मर्मत तथा रंगरोगन अभियान करिब तीन वर्षअघि सुरू गरिएको थियो । सशस्त्र प्रहरी बल नेपालअन्तर्गत बराह बाहिनी मुख्यालय सुनसरीको नेतृत्वमा झापाको मेचीनगर-७ स्थित सतीघट्टाबाट उक्त अभियान सुरू गरिएको हो ।

अभियानअन्तर्गत झापा, मोरङ र सुनसरीमा पर्ने बिजोर नम्बरका सीमा स्तम्भको मर्मत, संरक्षण र रंगरोगनको जिम्मेवारी नेपाली पक्षले लिएको छ भने जोर नम्बरका सीमा स्तम्भको व्यवस्थापन तथा मर्मतको काम भारतीय सीमा सुरक्षा बल (एसएसबी)ले गर्दै आएको छ ।

तथ्यांकअनुसार झापामा साना, मझौला र ठूला गरी ३१७ वटा सीमा स्तम्भ मर्मत तथा रंगरोगन गर्नुपर्ने अवस्थामा छन् । मोरङमा ३४ र सुनसरीमा १३३ वटा सीमा स्तम्भ संरक्षणको आवश्यकता रहेको छ । यसअनुसार कोशी प्रदेशका तीन जिल्लामा मात्रै ४८४ वटा सीमा स्तम्भ मर्मतसम्भार गर्नुपर्ने देखिएको छ ।

नेपाल-भारत सीमामा हाल कुल ८ हजार ५ सय ५४ वटा सीमा स्तम्भ रहेका छन्। तीमध्ये पछिल्ला छ वर्षमा ३ हजार ७ सय ३३ वटा सीमा स्तम्भ निर्माण तथा मर्मत गरिएको सम्बन्धित निकायले जनाएको छ । सीमा स्तम्भमध्ये २ हजार १ सय ५ वटा नदी क्षेत्रमा र ३१ वटा नदी किनार क्षेत्रमा अवस्थित छन् ।

नेपाल र भारतले सीमा स्तम्भ निर्माण तथा संरक्षणका लागि सन् १९१८ देखि संयुक्त रूपमा काम गर्दै आएका छन् । सन् १९१८ देखि २००७ सम्म नेपाल-भारत संयुक्त सीमा सर्वेक्षण टोलीले दुवै देशको सीमांकन र नक्साका आधारमा ८ हजार ५ सय ५४ वटा सीमा स्तम्भको अभिलेख तयार गरेको थियो ।

भियतनाममा बिरालो उद्धार अभियान

एजेन्सी/ भियतनामको हो ची मिन्ह सिटीमा प्रहरीले घरपालुवा बिरालाहरूलाई लक्षित गरी सञ्चालन भइरहेको ठूलो चोरी तथा अवैध व्यापार सञ्जाल भत्काउँदै सयौँ बिरालाहरूको उद्धार गरेको छ । पशु कल्याण समूहहरूका अनुसार यसलाई पछिल्ला वर्षहरूमा देशकै सबैभन्दा ठूलो बिरालोसम्बन्धी उद्धार अभियानमध्ये एक मानिएको छ ।

प्रहरीले सञ्चालन गरेको मल्टिडे अपरेसनपछि ४०० भन्दा बढी जीवित बिरालाहरूको उद्धार गरिएको छ भने करिब ८० वटा मृत बिरालाहरु बरफले भरिएका कन्टेनरमा फेला परेका छन् । अन्य स्थानबाट समेत २१ बिराला उद्धार गरिएपछि उद्धार गरिएका बिरालाहरूको कुल सत्त्या ५०० भन्दा बढी पुगेको बताइएको छ ।

अधिकारका अनुसार यो कारबाही घरपालुवा जनावर चोरीदेखि सुरू भएको अनुसन्धानपछि पशु चोरी र बिरालोको मासु व्यापारसँग सम्बन्धित सङ्गठित अपराध सञ्जालसम्म पुगेको थियो । सो क्रममा नौ जनालाई नियन्त्रणमा लिइएको छ भने उनीहरूले दक्षिण भियतनामका विभिन्न सहरहरूमा विगत तीन वर्षदेखि बिरालो संकलन र व्यापार गर्दै आएको स्वीकार गरेको जनाइएको छ । उद्धार गरिएका बिरालामध्ये ४० भन्दा बढीलाई उनीहरूका मालिकहरूसँग पुनर्मिलन गराइएको छ ।

पाथीभरामा साढे ४६ लाख भेटी संकलन

ताप्लेजुङ/ प्रसिद्ध तीर्थस्थल पाथीभरामा दर्शनमा आउने भक्तजनले दान गरेका र भेटीबापत चढाएको एक महिनाको रकम साढे ४६ लाख पुगेको छ।

जेठ महिनामा साढे छ्यालिस लाख रुपियाँ भेटी रकम संकलन भएको पाथीभरा क्षेत्र विकास समितिका कार्यकारी निर्देशक प्रजिन हाङ्बाङले विवरण सार्वजनिक गरेका थिए। जसअनुसार जेठ महिनामा कुल ४६ लाख ६० हजार ६ सय रुपियाँ भेटी रकम संकलन भएको उनले बताए।

जेठ महिनामा सङ्कलन भएको भेटी रकम मङ्गलबार साँझ सार्वजनिक गरेको छ। भेटीबापत सङ्कलित उक्त रकम नेपाल बैङ्कमा रहेको समितिको खातामा जम्मा गरिएको पनि समितिका पदाधिकारीको भनाइ छ।

पाथीभरा दर्शन गर्न नेपालका विभिन्न जिल्ला र छिमेकी देश भारतको सिक्किम, दार्जिलिङ, पश्चिम बंगाल लगायतका ठाउँबाट भक्तजन आउने गरेका छन्। समितिले पाथीभरामा संकलन हुने भेटी रकम प्रत्येक महिना सार्वजनिक गर्ने गरेको छ। यसअघि बैशाख महिनामा एक करोड ६ लाख २८ हजार रुपियाँ संकलन भएको थियो। यस्तै, जेठ महिनामा आठ हजार ३ सय ८७ जना भक्तजनले पाथीभराको दर्शन गरेको समितिले जनाएको छ।

शिवसताक्षी नपामा....
कपाली तमसुक, अंशबण्डालगायत एलआईएन नम्बर प्राप्त धनीपुर्जासम्बन्धी सम्पूर्ण सेवा उपलब्ध हुनेछ । उनले एलआईएन नम्बर नभएका धनीपुर्जाको हकमा भने प्रारम्भिक चरणमा एकपटक भूमि प्रशासन कार्यालय दमकमा जानुपर्ने भए पनि आगामी दिनमा उक्त सेवा समेत नगरपालिकाबाटै उपलब्ध गराउने तयारी भइरहेको जानकारी दिए ।

नगरपालिकाका लेखा शाखा प्रमुख प्रकाश योङहाङले भूमि प्रशासन सेवा सञ्चालनसँगै सेवाग्राहीले बाहिर गएर लिखत तयार गर्नुपर्ने लगायतका झन्झटबाट मुक्ति पाउने बताए ।

नगरपालिकाले भूमि प्रशासन सेवा प्रयोग गरेबापत सेवाग्राहीबाट १ हजार ५ सय रूपैयाँ सेवा शुल्क लिने व्यवस्था गरेको जनाएको छ । उक्त रकम नगरपालिकाको आन्तरिक राजस्व खातामा जम्मा हुनेछ । यद्यपि, जग्गा रजिस्ट्रेशन शुल्क भने संघीय सरकारले तोकेको दररेटअनुसार नै लाग्नेछ ।

स्थानीय तहबाटै भूमि प्रशासन सेवा सञ्चालनमा आएपछि नगरवासीले छिटो, सहज, पारदर्शी तथा कम खर्चिलो सेवा प्राप्त गर्ने अपेक्षा गरिएको छ ।

डिजिटल...दुनियाँमा आफूलाई प्रस्तुत गर्न नसक्नु र पुरानै शैलीमा रमाइरहनु पार्टीका लागि घातक सिद्ध भएको उनको भनाइ थियो ।

पार्टीभित्रको आन्तरिक लोकतन्त्र र उम्मेदवार चयनमा रहेको अहंकारमाथि प्रहार गर्दै उनले अब कार्यकर्ताले मन पराएको व्यक्ति मात्र भएर नपुग्ने र जनताले स्विकार्ने उम्मेदवार नभए फेरि पराजय भोग्नुपर्ने चेतावनी दिए । नेतृत्वको रूपान्तरण र अन्तरपुस्ता आबद्धताको विषयमा पार्टीले केवल गफ मात्र गरेको तर ठोस काम नगरेकोमा उनले असन्तुष्टि व्यक्त गरे ।

दुर्घटनामा....
संलग्न टिपर र चालक गौरादह नगरपालिका-९ बैगुनधुरा निवासी २९ वर्षीय दीपक प्रधानलाई प्रहरीले नियन्त्रणमा लिएको छ। घटनाबारे इलाका प्रहरी कार्यालय दमकले थप अनुसन्धान गरिरहेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय झापाले जनाएको छ।

आज.....
पहलका लागि ज्ञापनपत्र बुझाएको भएपनि सरकारले सुनुवाई नगरेको गुनासो उनीहरूको छ ।

भारतले भने चियामा पाँच प्रतिशत मात्र वस्तु तथा सेवाको शुल्क (गुड्स एन्ड सर्भिस ट्याक्स) लगाउँछ । चियाको करमा भने छुट दिएको छ । महँगो भन्सार शुल्ककै कारण बंगालादेशमा चिया निर्यात गर्न नसकिएको व्यावसायीको गुनासो छ ।

भारतीय चिया बोर्डले नयाँ 'स्ट्यान्डर्ड अपरेटिङ्ग प्रोसिजर' जारी गरेपछि नेपाली चिया निर्यातमा झन् ठूलो समस्या खडा भएको अध्यक्ष पराजुलीको भनाइ छ । भारतले 'स्ट्यान्डर्ड अपरेटिङ्ग प्रोसिजर'का नाममा नेपाली चिया निर्यातमा 'अघोषित नाकाबन्दी' गरेको चिया उद्योगीको भनाइ छ । इलामपछि झापाका उद्योग र बगानसमेत बन्द हुन थालेसँगै नेपाली चिया क्षेत्रको संकटमा परेका छन् । व्यावसायीले विभिन्न प्रकारका गुणस्तर जाँच, जोखिमपूर्ण अपारदर्शी, नतिजा तथा भण्डारणको अभाव जस्ता जटिल समस्याहरूका कारण नेपालबाट चिया सहजरूपमा निर्यात हुन नपाउदा नेपाली चियाले समस्या भोग्नुपरिरहेको उत्पादकहरूको गुनासो छ । नेपालको सबैभन्दा वढी चिया उत्पादन हुने जिल्ला झापामा मात्रै अर्थोडक्स र सीटीसी गरी वार्षिक १२ देखि १४ अर्ब रूपैयाँ बराबरको चिया कारोबार हुने गरेको व्यावसी सागर घिमिरेले बताए ।

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

कर्मचारी आवश्यकता

यस संस्थाको संचालक समितिको बैठकको निर्णय अनुसार संस्थालाई तपशिल अनुसार कर्मचारी आवश्यकता परेकोहुँदा योग्यता पुगेका नेपाली नागरीकहरुबाट दरखास्त आव्हान गरिएको छ ।

तपशिलः
- ✓ **विज्ञापन नं.:** ०२/२०८२/०८३
- ✓ **पद :** बजार प्रतिनिधि
- ✓ **संख्याः** १ जना
- ✓ **न्यनतम शैक्षिक योग्यताः** एस.एल.सी/एस.ई.ई. वा सो सरह उत्तिर्ण
- ✓ **अन्य योग्यताः** कम्प्यूटर संचालन सम्बन्धी आधारभुत ज्ञान भएको, स्थानिय, अनुभवि तथा स्कुटर वा मोटरसाईकल चलाउन जान्ने (लाईसेन्स भएकालाई प्राथमिकता)
- ✓ **परिक्षाको किसिमः** लिखित/मौखिक/प्रयोगात्मक
- ✓ **दखास्त दिने अन्तिम मितिः** २०८३ असार ७ गते आईतबार कार्यालय समय भित्र
- ✓ **आवेदन दस्तुरः** रु. २००/-
- ✓ **आवश्यक कागजातहरुः** हस्त लिखित निवेदन, फोटो १ थान, नेपाली नागरिकता, राष्ट्रिय परिचय पत्र, शैक्षिक योग्यता, अनुभव तथा तालिम लिएका प्रमाणपत्रका प्रतिलिपिहरु लगायत
- ✓ तलब तथा अन्य सुविधाहरु संस्थाको नियमानुसार हुनेछ ।

जन विश्वास बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
दमक ९, प्रधान टोल झापा. (दमक सभा गृह अगाडी.)
सम्पर्कः ९७०००९३४०, ९७०००९३४१

खेलकुद

तेक्वान्दोमा राष्ट्रियस्तरकै पदक जितेकी रेसिकालाई सम्मान

दमक/ तेक्वान्दोमा राष्ट्रियस्तरकै पदक विजेता झापा, दमककी रेसिका धिमाल (रेशु) कोशी प्रदेश सरकारबाट सम्मानित भएकी छन् । साता अघि काठमाडौंमा सम्पन्न राष्ट्रियस्तरको १६ औं राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड खेलकुद प्रतियोगितामा तेक्वान्दोतर्फ उनले ४२ केजी तौल समूहबाट काँस्य पदक जितेकी थिईन् । रेसु दमक तेक्वान्दो डोजाङमा आवद्ध भएर खेल खेल्दै आएकी छन् । तेक्वान्दो खेल प्रतिभाको बिकास गरिरहेकी रेसुले छोटो अवधिमा नै दर्जनौं पदकहरू जितिसकेकी छिन् ।

कोशी प्रदेश खेलकुद बिकास बोर्डले हालै विराटनगरमा एक कार्यक्रम गरि पदक विजेता रेसुसहित १७ जना काँस्य पदक विजेतालाई जनही रू ५० हजार , स्वर्ण पदक विजेता ४ जना खेलाडीलाई जनही रू १ लाख, रजत विजेता ६ जना खेलाडीलाई जनही रू ७५ हजार पुरस्कार ,प्रमाणपत्र र दोसल्ला ओढाएर सम्मान प्रदान गरिएको थियो ।

यसैगरी, सम्बन्धित खेलका ५ जना प्रशिक्षकहरूलाई जनही रू १५ हजार, व्यवस्थापकहरू ४ जनालाई जनही रू १० हजार साथै टोली नेता र उपनेतालाई समेत जनही १०-१० हजार रूपैयाँका दरले पुरस्कार, प्रमाणपत्र साथै दोसल्ला ओढाएर सम्मान प्रदान गरिएको थियो । प्रतियोगितामा कोशी प्रदेशका खेलाडीहरूले उत्कृष्ट प्रदर्शन गर्दै कुल २७ वटा पदक जित्न सफल भएका थिए ।

सब्जी आयातलाई प्रतिस्थापन गर्ने प्रदेशको योजना

दमक/ कोशी प्रदेश सरकारले भारतबाट हुने आलु, प्याज, गोलभेंडा र लसुनको आयातलाई प्रतिस्थापन गर्ने गरी नयाँ बजेट ल्याएको छ। आर्थिक मामिला मन्त्री विदुर कुमार लिङ्थेपले सार्वजनिक गरेको आगामी आर्थिक वर्ष २०८३-८४ को बजेटमा दैनिक उपभोग्य यी वस्तुहरूको उत्पादन प्रदेशभित्रै बढाएर परनिर्भरता घटाउने उल्लेख गरिएको छ।

सरकारले कृषि क्षेत्रको बजेट गत वर्षको २ अर्ब १८ करोडबाट बढाएर २ अर्ब ९२ करोड पुऱ्याएको छ। थप भएको ७४ करोडको वृद्धिबाट आयातित तरकारी विस्थापन गर्ने तथा आयात प्रतिस्थापन योजनामा केन्द्रित हुने दाबी गरिएको छ। तर, कोशी प्रदेशका तराई र पहाडी जिल्लाका कुन पकेट क्षेत्रमा आलु वा प्याजको व्यावसायिक खेती सुरु गरिने हो र त्यसका लागि बिउ तथा भण्डारणको व्यवस्था कसरी हुन्छ भन्नेमा बजेट मौन छ।

एक हजार*....*भइसकेको उनले बताइन् । उक्त रकम सम्बन्धित संस्थाका सञ्चालक, व्यवस्थापक, लेखा समिति, ऋण उपसमितिका पदाधिकारी तथा निजहरूको एकाघर परिवारका सदस्यहरूको सम्पत्ति र बैंक खाता रोक्का र सहकारी संस्थाको सम्पत्तिबाट व्यवस्थापन गरिएका मन्त्री रावलले जानकारी दिइन् ।

Log on गर्नुहोस्
purbasandesh.com
EPAPER मा पूर्वसन्देश पत्रिका हेर्नुहोस्

श्री सशक्तिकरण महिला बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि. कमल-५,झापाको

ऋणीहरुलाई ऋण चुक्ता गर्न आउने ३५ दिने सार्वजनिक सूचना

प्रथम पटक प्रकाशित मिति : २०८३/०३/०४

यस संस्थाबाट तपशिलमा उल्लेखित ऋणीहरुले विभिन्न शिर्षकमा लिएको ऋणको शर्त कबुलियत बमोजिम बुझाउनुपर्ने साँवा र व्याज नबुझाएको हुदा ऋण चुक्ता गर्ने विषयमा संस्थाद्वारा पटक पटक मौखिक, टेलिफोन, घरदैलो साथै पत्रचार मार्फत ताकेता गर्दा समेत वेवास्ता गरी संस्थामा बुझाउनुपर्ने रकम नबुझाई नतिरी संस्था संगको शर्त बन्देज उल्लंघन गरेकोले ऋण चुक्ता गर्नको लागी यो ३५ दिने सुचना प्रकाशित गरिएको छ।

यो सुचना प्रकाशित भएको मितिले ३५ दिन भित्र संस्थामा उपस्थित भई संस्थाबाट लिएको सम्पुर्ण साँवा व्याज साथै हर्जना भुक्तान गर्नुहोला अन्यथा प्रचलित ऐन कानुन संस्थाको विनियम अनुसार संस्थासंग गरेको लिखत बमोजिम चल अचल सम्पत्ति रोक्का गरी संस्थाले असुल उपर गर्ने व्यहोरा यसै सुचनाद्वारा जानकारी गराइन्छ।

तपशिल :

क्रस	ऋणीको विवरण	जमानीको विवरण
१	नाम : अनिता अधिकारी पाठक बुबाको नामः लोक प्रसाद अधिकारी पतिको नामः यामनाथ पाठक ठेगानाः कमल ६ शितलडाँडा	नाम : यामनाथ पाठक बुवाको नाम : तिलोचन पाठक ठेगाना : कमल-६ शितलडाँडा
२.	नाम : कुमारी लिम्बु बुवाको नाम : बल बहादुर लिम्बु ठेगाना : कमल-५ राधाकृष्ण टोल (सावित्रा चौक), ना.प्र.नं. २३११/२३३	
३	नाम उषा राई बुवाको नाम : चन्द्र बहादुर मल्ल पतिको नामः सबिन राई ठेगाना : कमल-५ नवदुर्गा टोल (आईतबारे) ना.प्र.नं. ०४३०४३/२९७	नाम : कौसिला राई बुवाको नामः खड्ग बहादुर राई ठेगानाः कमल-५ नवदुर्गा टोल आईतबारे
४	नाम : कौशिला राई बुबाको नाम : खड्ग बहादुर राई पतिको नामः शंकर राई ठेगानाः कमल-५ नवदुर्गा टोल (आईतवारे) ना.प्र नं.०४३०४३/२९७	नाम : उषा राई बुवाको नाम : चन्द्र बहादुर राई ठेगाना : कमल ५, नवदुर्गा टोल (आईतबारे)
५	नाम : शुसिला सुब्बा बुवाको नाम : याम बहादुर लिम्बु पतिको नाम : कालि बहादुर लिम्बु ठेगाना : कमल ६ जिवन चौक ना.प्र नं. ६३३७४	नाम : शिला राई बुवाको नाम : ठेगाना : कमल -५, सितापुरी चौक
६	नाम : भिमा मेचे बुवाको नाम : पदम बहादुर चौहान पतिको नाम : बिजय मेचे ठेगाना : कमल-५ गेटभान ना.प्र नं.: ०४३०४३/२०२	नाम : सारदा मेचे ठेगाना : कमल-५ गेटभान
७	नाम : प्रमिला नेम्बाङ्ग बुवाको नाम : सहेन्द्र बिकम नेम्बाङ्ग पतिको नाम : प्रमेस रमई ना. प्र नं.:९७७३१९१५	नाम : रक्षा राई बुवाको नाम : मदन कुमार राई

प्रधान सम्पादक/प्रकाशकः गञ्जबहादुर दाहाल, **कार्यालयः** दमक-५, झापा, फोनः ०२३-५७०२७२. **प्रबन्धकः** सुवासचन्द्र भट्टराई, **मुद्रणः** ज्योति अफसेट प्रेस, **कार्यकारी सम्पादकः** खगेन्द्र कार्की E-mail:purbasandesh@yahoo.com **ले-आउटः** सुरेन बस्नेत **सल्लाहकार :** पंकज दाहाल