चाडपर्वको मुखमै महँगीको मार

✍ सुदर्शन अधिकारी

सिटी डेन्टल

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

यसको शाखा मधुमल्लामा पनि खुलेको छ ।

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

जि.प्र.का.झापा द.नं.६९। ०५७।०५८ सत्यता, स्वतन्त्रता र निष्पक्षता हाम्रो प्रतिबद्धता राष्ट्रिय दैनिक

पूर्वसन्देश

PURBA SANDESH NATIONAL DAILY

purbasandesh.com

❑ वर्ष-२१ ❑ अंक - २५४ ❑ २०८३ असोज १७ गते शनिबार ❑ Saturday, 02 Oct. 2026 ❑ मूल्य ७ /-

स्थानीय तहको नक्सा फेरिने

पालिका गाभ्ने, सीमा हेरफेर गर्ने र स्तरोन्नति गर्न सकिने गरी सरकारको नयाँ मापदण्ड

✍ खगेन्द्र कार्की

दमक / सरकारले आगामी स्थानीय तह निर्वाचनपछि देशभरका स्थानीय तहको संख्या, सिमाना र वर्गीकरण पुनरवलोकन गर्ने तयारी अघि बढाएको छ । आवश्यकताअनुसार गाउँपालिका तथा नगरपालिका एकआपसमा गाभ्न, वडाको सिमाना हेरफेर गर्न तथा स्थानीय तहलाई स्तरोन्नति गर्न सकिने गरी सरकारले मापदण्ड तयार पारेपछि निर्वाचनलगत्तै स्थानीय तहको संरचना पुनरावलोकन हुने भएको हो ।

सरकारले 'गाउँपालिका तथा नगरपालिका र वडाको संख्या तथा सिमाना हेरफेर, एकआपसमा गाभिन र नगरपालिका वर्गीकरण पुनरवलोकनसम्बन्धी मापदण्ड(२०८३' तयार गरी ७७ वटै जिल्ला समन्वय समिति, प्रदेश सरकार र स्थानीय तहमा पठाइसकेको छ । सम्बन्धित निकायबाट सुझाव तथा प्रतिवेदन लिएर त्यसका आधारमा पुनर्संरचनाको प्रक्रिया अघि बढाउने संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्रालयको तयारी छ ।

मन्त्रालयका सहसचिव प्रकाश दाहालका अनुसार हाल कायम ७५३ स्थानीय तहको संख्या बढाउन भने नसकिने भए पनि आवश्यकताअनुसार दुई वा दुईभन्दा बढी स्थानीय तहलाई एकआपसमा गाभेर संख्या घटाउन सकिनेछ । उनका अनुसार स्थानीय तहको निर्वाचन हुनुभन्दा कम्तीमा एक वर्षअघि संख्या वा सिमाना परिवर्तन गर्न नसकिने कानुनी व्यवस्था रहेकाले अब निर्वाचनअघि यस्तो निर्णय सम्भव छैन ।

'अब स्थानीय तहको चुनाव आउन करिब छ महिना मात्र बाँकी छ । त्यसैले चुनावलगत्तै पालिकाको संख्या र संरचना पुनरवलोकन गर्ने गरी गृहकार्य भइरहेको छ,' दाहालले बताएका छन् ।

सरकारको तयारीसँगै स्थानीय तहको संख्या घटाउने, सीमा हेरफेर गर्ने र केही पालिकालाई स्तरोन्नति गर्ने विषयमा राजनीतिक दल तथा स्थानीय तहबाट समेत विभिन्न प्रस्ताव आउन थालेका छन् । कतिपय ठाउँमा भौगोलिक अवस्था, जनसंख्या, सेवा प्रवाह र आर्थिक क्षमताका आधारमा पालिका गाभ्नुपर्ने माग उठेको छ भने कतिपय स्थानीय तहले आफ्नो क्षेत्रलाई नगरपालिका, उपमहानगरपालिका वा महानगरपालिकामा स्तरोन्नति गर्नुपर्ने प्रस्ताव अघि सारेका छन् ।

स्थानीय तह पुनर्संरचनाको विषयमा झापामा पनि राजनीतिक बहस सुरू भएको छ । नेकपा एमाले झापाले जिल्लामा रहेका बाँकी ४ पेजमा ▸▸

सभामुख राष्ट्रपतिबीच शिष्टाचार भेट

दमक/ सभामुख डोलप्रसाद (डिपी)अर्यालले राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलसँग शिष्टाचार भेट गरेका छन् । राष्ट्रपति भवनमा भएको भेटका क्रममा सभामुख अर्यालले अन्तरव्यवस्थापिका संघ (आइपियू) को १५३औँ महासभामा सहभागी हुन आफू आइतबार प्रस्थान गर्न लागेको जानकारी राष्ट्रपति पौडेललाई गराएका थिए । भेटका क्रममा सभामुख अर्यालले महासभामा नेपालको सहभागिता तथा प्रतिनिधिमण्डलको भ्रमणबारे राष्ट्रपतिलाई जानकारी गराएको जनाइएको छ ।

अन्तरव्यवस्थापिका संघको महासभामा विश्वका विभिन्न मुलुकका संसद्का प्रतिनिधिहरूको सहभागिता रहने गर्दछ । नेपालको संसदीय प्रतिनिधिमण्डलले महासभामा नेपालको तर्फबाट सहभागिता जनाउनेछ ।

कोशीका नवनियुक्त दुई सदस्यको शपथ

दमक/कोशी प्रदेश योजना आयोगका नवनियुक्त सदस्य तोयानाथ खतिवडा 'रूपेश' र हरिकुमारी राईले पद तथा गोपनीयताको शपथ लिएका छन् । मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयमा शुक्रबार आयोजित समारोहमा मुख्यमन्त्री हिक्मतकुमार कार्कीले उनीहरूलाई शपथ गराएका हुन् ।

बिहीबार बसेको प्रदेश मन्त्रिपरिषद् बैठकले खतिवडा र राईलाई आयोग सदस्यमा नियुक्त गर्ने निर्णय गरेको थियो। यसअघि कांग्रेस निकट दुई सदस्यले राजीनामा दिएपछि रिक्त पदमा उनीहरु नियुक्त भएका हुन् । बैठकले मुख्यमन्त्री सम्मेलन असोज २७ र २८ गते गर्ने निर्णयसमेत गरेको छ ।

माले नेता योङ्या देउवा कांग्रेसमा प्रवेश

दमक । नेकपा एमालेका कोशी प्रदेश कमिटी सदस्य घनेन्द्रराज योङ्या नेपाली कांग्रेस देउबा समूहमा प्रवेश गरेका छन्।

कांग्रेस देउवा समूहको जारी १५ औँ महाधिवेशन अन्तर्गत एक कार्यक्रमका बीच नेता योङ्या कांग्रेसमा प्रवेश गरेका हुन्। उनलाई कांग्रेसकी नेतृ महेन्द्रकुमारी लिम्बूले स्वागत गरेकी थिइन्। लिम्बू झापामा कांग्रेस अधिवेशन गर्न केन्द्रीय प्रतिनिधिका रूपमा खटिएकी थिइन् । दमक-१ निवासी योङ्या पाँच वर्ष अघि कांग्रेस छोडेर एमालेमा प्रवेश गरेका थिए । राप्रपा हुँदै कांग्रेस प्रवेश गरेका योङ्या पुनः देउवा समूहको कांग्रेसमा प्रवेश गरेका हुन् । उनी दमक उद्योग वाणिज्य संघका पूर्व अध्यक्ष सहित विभिन्न सामाजिक क्षेत्रमा सक्रिय भई आएका छन् ।

एक पुरूष कोठाभित्र मृत फेला

मोरङ/ विराटनगर महानगरपालिका-१६ ब्रह्माटोलमा एक पुरूष कोठाभित्र मृत अवस्थामा फेला परेका छन् । स्थानीय ४० वर्षीय बब्लु श्रेष्ठ आफ्नै कोठाभित्र मृत फेला परेका हुन् । स्थानीयका अनुसार कोठाबाट दुर्गन्ध आउन थालेपछि इलाका प्रहरी कार्यालय विराटनगर रानीलाई खबर गरिएको थियो ।

घटनास्थलमा पुगेको प्रहरीले अनुसन्धानपछि श्रेष्ठको शव पोस्टमार्टमका लागि विराटनगरस्थित कोशी अस्पताल पठाएको छ । मृतकका आफन्तका अनुसार श्रेष्ठको चार-पाँच दिनअघि नै मृत्यु भएको हुनसक्ने अनुमान गरिएको छ । शव सडेको अवस्थामा फेला परेको प्रहरीले जनाएको छ ।

कांग्रेसमा नेता व्यवस्थापनको दबाब

दमक/ पद सीमित र आकांक्षी धेरै भएपछि नेपाली कांग्रेसमा नेता व्यवस्थापनको दबाब बढेको छ । विशेष महाधिवेशनमा सहभागी नभएका नेताहरूलाई १५औँ महाधिवेशनपछि समेट्नुपर्ने दबाबबीच सभापति गगन थापा नेतृत्वको समूहले एक उपसभापति र एक महामन्त्री थप्ने प्रस्ताव अघि बढाएको छ । कांग्रेसले १५औँ महाधिवेशन असोज १६ देखि १९ गतेसम्म गर्ने कार्यतालिका तय गरेको छ ।

महामन्त्री प्रदीप पौडेलको संयोजकत्वमा गठित विधान मस्यौदा समितिले पदाधिकारी थपसम्बन्धी प्रस्ताव तयार गरिरहेको छ । समितिले एक महिला उपसभापति र एक महिला महामन्त्री थप्ने प्रस्ताव अघि बढाएको नेताहरूले बताएका छन् । विशेष महाधिवेशनबाट थापा सभापति, विश्वप्रकाश शर्मा र पुष्पा भुसाल उपसभापति तथा प्रदीप पौडेल र गुरूराज घिमिरे महामन्त्री निर्वाचित भएका थिए । बाँकी ४ पेजमा ▸▸

कांग्रेस संस्थापन विरोधी गतिविधिमा नलाग्न अनुशासन समितिको निर्देशन

झापा । नेपाली काङ्ग्रेस केन्द्रीय अनुशासन समितिले पार्टीको १५औं महाधिवेशन विरोधी कुनै पनि गतिविधिहरूमा नलाग्न नेता तथा कार्यकर्ताहरूलाई निर्देशन दिएको छ ।

महाधिबेशन अन्तर्गतका वडा,गाउँ,नगर,क्षेत्रीय अधिबेशनको निर्वाचन प्रक्रियामा सहभागी भई हारजीतको नतिजालाई लिएर पार्टीको हित विपरीतका क्रियाकलापमा कतिपय नेता, कार्यकर्ताहरू संलग्न हुदैआएपछि अनुशासन समितिले त्यस्ता कार्यमा संलग्न नहुन निर्देशन दिएको हो ।

अनुशासन समितिका कार्यवाहक संयोजक रमेश धमलाले अनुशासन विपरीतका अवाञ्छित गतिविधिमा बाँकी ४ पेजमा ▸▸

सातै प्रदेशमा सुरक्षा चुनौति

विराटनगर । प्रहरी प्रधान कार्यालयले सातवटै प्रदेश प्रहरी कार्यालय र काठमाडौं उपत्यका प्रहरी कार्यालयलाई सुरक्षा चुनौतीको तथ्यांकमा आधारित गहन विश्लेषण गरी परिणाममुखी कार्ययोजना बनाउन निर्देशन दिएको छ ।

प्रहरी महानिरीक्षकको सचिवालयले गत बुधबार परिपत्र जारी गर्दै कार्यालय प्रमुखहरूको प्रस्तुतीकरण परम्परागत र पुरानै ढाँचामा सीमित रहेको तथा महत्वपूर्ण सुरक्षा विषय पर्याप्त रूपमा समेटिन नसकेको जनाएको हो ।

गत असोज ५ गते आयोजित राष्ट्रिय प्रहरी समन्वय तथा समीक्षा बैठकमा प्रदेश तथा काठमाडौं उपत्यका प्रहरी कार्यालयका प्रमुखहरूले प्रस्तुत गरेको विवरणको समीक्षा गर्दै प्रधान कार्यालयले यस्तो निर्देशन दिएको हो ।

प्रधान कार्यालयका अनुसार कतिपय प्रहरी प्रमुखले आफ्नो कार्यक्षेत्रका सुरक्षा चुनौतीलाई तथ्यांकसहित विश्लेषण नगरेको, चुनौती सामना गर्न प्रभावकारी रणनीति नबनाएको र तत्कालीन गतिविधिमै कार्यसम्पादन सीमित गरेको पाइएको छ । साथै, प्रहरी कार्यालयका गतिविधि नेपाल प्रहरीको तीनवर्षे रणनीतिक योजनासँग पर्याप्त रूपमा आबद्ध नभएको जनाइएको छ ।

प्रधान कार्यालयले लागुऔषध, गुण्डागर्दी र तस्करीमा संलग्न व्यक्तिको तस्बिरसहितको विवरण तयार गरी नियमित अद्यावधिक गर्न तथा नियन्त्रणका लागि प्रभावकारी अभियान सञ्चालन गर्न निर्देशन दिएको छ । सवारी दुर्घटना न्यूनीकरणका लागि दुर्घटनाको कारण, स्थान, समय र सवारीसाधनसम्बन्धी तथ्यांक विश्लेषण गरी जोखिमयुक्त क्षेत्र पहिचान गर्न पनि भनिएको छ ।

धार्मिकस्थल तथा धार्मिक संघसंस्थाको भौगोलिक नक्सांकन गरी सुरक्षा चुनौतीको नियमित बाँकी ४ पेजमा ▸▸

संसद्को चालू अधिवेशन शुक्रबार रातिदेखि अन्त्य

दमक/ संसद्को बर्खे अधिवेशन शुक्रबारदेखि अन्त्य भएको छ । मन्त्रिपरिषद्को मंगलबारको बैठकको सिफारिसअनुसार राष्ट्रपति रामचन्द्र पौडेलले शुक्रबार राति १२ बजेबाट लागू हुने गरी अधिवेशन अन्त्य गरेका हुन् ।

संघीय संसद्, राष्ट्रियसभाको २१औँ अधिवेशन शुक्रबार औपचारिक रूपमा सम्पन्न भएको छ । गत वैशाख २८ गतेदेखि सुरू भई असोज १६ गतेसम्म गरी १४५ दिन चलेको यस अधिवेशनमा ५२ वटा बैठक बसेका छन् । यस अवधिमा सभाले ९८ घण्टा १० मिनेट समय विभिन्न संसदीय प्रक्रिया सम्पन्न गरेको अध्यक्ष नारायणप्रसाद दाहालले बैठकमा जानकारी दिए ।

राष्ट्रपति कार्यालयका प्रवक्ता कृष्णबहादुर शाहीले शुक्रबार राति १२ बजेदेखि प्रतिनिधिसभा र राष्ट्रिय सभा दुवै सदनको बर्खे अधिवेशन अन्त्य हुने जानकारी दिए । यस वर्षको बर्खे अधिवेशन गत २८ वैशाखबाट सुरू भएको थियो। चालू अधिवेशनबाट बजेट पास भएको छ भने बजेटसँग सम्बन्धित केही बाँकी ४ पेजमा ▸▸

घाइते पाइलटले बचाए १७४ यात्रु, मोदी र ट्रम्पले गरे प्रशंसा

दमक / सहपाइलटको आक्रमणबाट गम्भीर घाइते भएर पनि ककपिटको ढोका खोल्दै यात्रु र चालकदललाई हस्तक्षेप गर्ने अवसर दिएका फ्लाईदुबईका भारतीय पाइलट क्याप्टेन स्मित मच्छरको साहसको विश्वभर प्रशंसा भएको छ । घाइते अवस्थामै उनले देखाएको प्रसंगावधानका कारण सम्भावित ठूलो विमान दुर्घटना टरेको र विमानमा रहेका १७४ यात्रु सुरक्षित रहेको बताइएको छ ।

दुबईबाट तेल अभिभका लागि उडेको फ्लाईदुबईको एफजेड १०७३ उडानमा बुधबार ककपिटभित्र सहपाइलटले क्याप्टेन मच्छरमाथि आक्रमण गरेका थिए । आक्रमणपछि विमान करिब १४ हजार फिट तल झरेको थियो । गम्भीर घाइते मच्छरले ककपिटको ढोका खोल्न सफल भएपछि यात्रु तथा चालकदलका सदस्यहरु भित्र प्रवेश गरी आक्रमणकारीलाई नियन्त्रणमा लिन सके । त्यसपछि विमानमा रहेका दुई अन्य पाइलटले बाँकी ४ पेजमा ▸▸

चाडपर्व नजिकिएसँगै खसीबोकाको कारोबार बढ्यो

सुनसरी/ चाडपर्व नजिकिएसँगै धरान उपमहानगरपालिका(१३ स्थित कृषि उपज बजारमा खसीबोकाको कारोबार बढेको छ । कोशी प्रदेशका पहाडी जिल्ला तथा तराईका विभिन्न स्थानबाट खसीबोका खरिद बिक्रीका लागि व्यापारी तथा किसान यहाँ आउने गरेका छन् । बजारमा दैनिक रूपमा उपभोग्य वस्तुका साथै खसीबोकाको किनबेच हुने गरेको छ । बिहीबार र शुक्रबार दुई दिन विशेष रूपमा खसीबोकाको बजार लाग्ने छ ।

धरान-१४ का दलबहादुर कथाय विगत १५ वर्षदेखि खसीबोकाको व्यापार गर्दै आएका छन् । उनले घरमै खसीबोका पालेका छन् । यस्तै, धनकुटा, पाँचथरलगायत पहाडी जिल्लाबाट खरिद गरेर ल्याइएका खसीबोका पनि बिक्री गर्ने गरेको उनले जानकारी दिए । "व्यापार हो, कहिले नाफा हुन्छ, कहिले घाटा । यही व्यवसायबाट घर खर्च पुगेको छ । यहाँको खसी बजारको व्यवस्थापन राम्रो भएकाले व्यापार गर्न सहज भएको छ", उनले भने ।

मोरङको कानेपोखरीका व्यवसायी चन्द्र खड्का प्रत्येक साता खसीबोका खरिद गर्न धरान आउने गर्छन् । उनले एकपटकमा १०० देखि १५० वटासम्म खसीबोका खरिदबिक्री गर्दै आएका छन् । उनले उक्त व्यवसाय बाँकी ४ पेजमा ▸▸

दर्ता नं. ३/१/७/४०७/०६६/०६७ प्यान नं. : ३०५४४१८८९

श्री मुनाल बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
दमक-६, झापाको

१७ औं साधारणसभा सम्बन्धी सूचना

दमक-६ स्थित मुनाल बचत तथा ऋण सहकारी संस्थाको
१७ औं वार्षिक साधारण सभा
निम्न मिति, समय र स्थानमा हुने भएकाले सम्पूर्ण सदस्यज्यूहरुलाई अनिवार्य उपस्थितका लागि अनुरोध छ ।

❑ मिति : २०८३ असोज २९ गते ❑ समय : बिहान १० बजेदेखि
❑ स्थान : संस्थाको कार्यालय प्राङ्गण ।

सम्पर्क नं. : ०२३-५७५७०८, दमक, झापा

सम्पादकीय

स्थानीय तहमा प्रशासनिक स्वायत्तता

संघीय निजामती सेवालाई संशोधन र एकीकरण गर्न बनेको विधेयक, २०८३ मा प्रस्तुत नयाँ व्यवस्थाले मुलुकको प्रशासनिक संघीयतालाई संस्थागत गर्न एक महत्वपूर्ण र दूरगामी कदम चालेको छ । विधेयकको दफा ११७ र ११८ मा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत स्थानीय सेवाकै कर्मचारी रहने गरी गरिएको व्यवस्थाले लामो समयदेखिको केन्द्रकृत प्रशासनिक मानसिकतालाई चिर्दै स्थानीय तहलाई वास्तविक रूपमा स्वायत्त बनाउने मार्ग प्रशस्त गरेको छ ।

यस विधेयकअनुसार प्रत्येक प्रदेशमा छुट्टै 'स्थानीय सेवा' रहने व्यवस्था गर्दै महानगरपालिका, उपमहानगरपालिका, नगरपालिका र गाउँपालिकामा तहगत रूपमा अधिकृतहरूको अधिकतम सीमा निर्धारण गरिएको छ । प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको पदलाई स्थानीय सेवाकै पदका रूपमा परिभाषित गरिनुले स्थानीय सरकार र कर्मचारीबीचको सम्बन्धलाई अझ उत्तरदायी र जनमुखी बनाउनेछ ।

संक्रमणकालीन व्यवस्थाका रूपमा स्थानीय तहमा कर्मचारी अपुग भएमा मात्र संघीय निजामती सेवाबाट कर्मचारी खटाउने र यसरी खटिएका कर्मचारीलाई मुख्यमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद्को कार्यालयले १० दिनभित्र पठाइसक्नुपर्ने बाध्यकारी प्रबन्ध मिलाइएको छ । यसका साथै, खटिएका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको कार्यसम्पादन मूल्यांकन प्रदेशका मुख्य सचिव र सचिवमार्फत हुने व्यवस्थाले प्रदेश र स्थानीय तहबीचको समन्वयलाई थप बलियो बनाउने अपेक्षा गरिएको छ । यसले संघीयताको अभ्यासलाई पूर्णता दिन पनि जोडबल पुग्ने देखिन्छ । हुन त लोकतन्त्रमा जनतालाई नजिकबाट सेवा सुविधा दिनेगरी अधिकार सुसम्पन्न गराउने योजना आवश्यक छ ।

यसको अलावा कानूनी रूपमा यो व्यवस्था निकै स्वागतयोग्य भए पनि यसको सफल कार्यान्वयनमा केही चुनौतीहरु पनि विद्यमान छन् । प्रदेश तहमा स्थानीय सेवाको गठन र कानुन निर्माण समयमै नभएमा संघीय कर्मचारीको भर पर्नुपर्ने अवस्था लम्बिन सक्ने जोखिम रहन्छ । तसर्थ, स्थानीय तहमा सक्षम र उत्प्रेरित कर्मचारीको आकर्षण बढाउन सरूवा, बढुवा र वृत्तिविकासका अवसरहरूलाई पूर्ण रूपमा पार दर्शी बनाउनु जरूरी हुन्छ ।

संविधानले परिकल्पना गरेको सहकार्यात्मक संघीयतालाई सफल बनाउन स्थानीय तहमा बलियो र स्थिर प्रशासनिक नेतृत्व अपरिहार्य हुन्छ । विधेयकमा गरिएको यो संशोधनले स्थानीय जनप्रतिनिधि र कर्मचारीबीचको असमझदारी अन्त्य गरी सेवा प्रवाहलाई छिटो, छरितो र प्रभावकारी बनाउन सहयोग पुऱ्याउनेछ । स्थानीय तहहरू स्वत जनतासँग वा नागरिकसँग प्रत्यक्ष सरोकार राख्ने सरकार भएकाले पनि विना झन्झट र विना हिचकिच आफ्ना नागरिकलाई सेवा लिने कार्यमा यो प्रक्रियाले थप बल अवस्य पनि पुग्नेनैछ । तसर्थ, सम्बन्धित सबै पक्षले यस विधेयकको मर्म र भावनालाई आत्मसात गर्दै यसको शीघ्र र प्रभावकारी कार्यान्वयनमा जोड दिनु आजको प्रमुख आवश्यकता हो ।

एलोबेरा अर्थात घिउकुमारी औषधीय गुणको वनस्पती हो, जो सहजै बगैंचा वा करेसाबारीमा उमार्न सकिन्छ। यसलाई सानो गमलामा रोप्न सकिन्छ। हुर्काउन र स्यहार्नका लागि पनि खासै गाह्रो छैन । अर्थात हाम्रो निम्ति गुणकारी वनस्पती हो यो। घिउकुमारीको पातमा तरल पदार्थ हुन्छ। यसमा केहि प्रकारको प्रोटिन र भिटामिन पाइन्छ। त्यसैले उक्त पातको प्रयोग फाइदाजनक मानिन्छ, स्वास्थ्य र सौन्दर्य दुबैका लागि ।

के पाइन्छ घिउकुमारीमा ?

घिउकुमारीमा भिटामिन ए, बि-१, बि-२, बि-६, बि-१२ र ई पाइन्छ। साथै यसमा फोलिक एसिड जस्ता पोषक तत्व हुन्छ। यसको जेलमा तामा, फलाम, क्याल्सियम, जिंक, पोटाशियम, क्रोमियम, म्याग्नेशियम जस्ता तत्व पाइन्छ। यो प्राकृतिक रुपमा प्रभावशाली जडिबुटी हो ।

छालाको सौन्दर्य बढाउन

घिउकुमारीमा जे तत्व पाइन्छ, त्यसले छालालाई हाइड्रेट राख्छ र पोषक तत्व पनि प्रदान गर्छ। यसले नयाँ कोशिकाको उत्पादनमा पनि भूमिका खेल्छ। अनुहारमा घिउकुमारीको जुस लगाउँदा त्यसले अनुहारलाई चम्किलो र मुलायम बनाउँछ।

केसको लागि

घिउकुमारी एकदमै राम्रो मोश्चराइजर हो, जसले केसलाई घना र मुलायम बनाउँछ। यसले केसको पिएच सन्तुलन गर्नमा पनि सहयोग गर्छ। घिउकुमारीमा हुने पोषण तत्वले केस बढ्न सहयोग गर्छ र झर्न दिँदैन ।

घिउकुमारी जेलमा कागतीको रस मिसाएर केसमा लगाउनुपर्छ। त्यसपछि २० मिनेट जति तातो तैलियाले केसलाई लपेट्ने । अन्त्यमा मनतातो पानी र हल्का स्याम्पूले केस सफा गर्नुपर्छ। यो प्रक्रिया हरेक दुई हप्तामा दोहोऱ्याउनु पर्छ।

दाँत र गिजाको लागि

घिउकुमारीमा आफ्नो प्राकृतिक जीवाणुरोधी र रोगाणुरोधी गुण हुन्छ, जसले गिजा र दाँतलाई स्वस्थ्य तुल्याउँछ। यो विभिन्न प्रकारको भिटामिन र खनिजले भरिएको हुन्छ, जसले कोसिकाको विकासमा सहयोग गर्छ। त्यही कारण गिजाबाट रगत बग्ने, मुखको अल्सर जस्ता समस्या हुन दिदैन ।

चाडपर्वको मुखमै महँगीको मार

✍ **सुदर्शन अधिकारी**

> **बजार अनुगमन नियमित रूपमा प्रभावकारी रूपले गर्ने संयन्त्र निर्माण गरी आम उपभोक्ताले बजार मा मूल्य नियन्त्रण भएको अनुभूति गर्ने वातावरणको सिर्जना गर्न अब आम उपभोक्ता, सरकारी निकायहरू ज्यादै सजग र चनाखो बन्नुपर्छ ।**

हामी नेपालीहरूका महान् पर्वहरू (विजयादशमी, दीपावली, नेपाल संवत्, छठलगायत) नजिकिँदै छन् । विगत लामो समयदेखि नै इरान र अमेरिकाको युद्धका कारण इन्धन आपूर्तिमा समस्या देखिएपछि आम उपभोक्ता महँगीको मारमा परिरहेका छन् । प्राकृतिक तथा मानवीय क्रियाकलापका कारण नेपालमा ठूला-ठूला विपत्तिका घटनाहरूको सामना गर्न हामी विवश भयौं । यस्तो जटिल परिस्थितिमा पनि केही व्यापारीले मौकाको फाइदा लिने उद्देश्य राखेर मनपरी मूल्यमा बजारबाट उपभोक्तालाई उपभोग्य सामग्री बिक्री-वितरण गर्दा उपभोक्ता चर्को मूल्य तिरेर सामान खरिद गर्न बाध्य भएका छन् । निम्न तथा मध्यम वर्गका आम उपभोक्ता जति-जति चाडपर्वहरू नजिकिन्छन् त्यति-त्यति नै महँगीको मारमा पर्न विवश भएका छन् । यस्ता गतिविधि नियमित र सामान्य भएका देखिन्छन् ।

व्यापारमा पनि सामान्य नियम र आदर्श हुन्छन्, जसमा परल मूल्यभन्दा १० देखि २० प्रतिशतसम्म बढी मूल्यमा उपभोग्य वस्तुको बिक्री गरिनुपर्छ, तर हाम्रो सन्दर्भमा मौका र ग्राहकअनुसारका मूल्य लिने गरेका दृष्टान्त प्रशस्त भेटिन्छन् । व्यवसायीमा पनि व्यापारिक धर्म र इमानदारिता भन्ने मानवीय गुण लगभग हराउँदै गएको अवस्था छ । राज्यद्वारा पनि गैरकानुनी तरिकाले अनावश्यक रूपमा वस्तु तथा उपभोग्य सामान बिक्री गर्दा त्यसको निगरानी, मूल्यांकन वा अनुगमन गर्नका लागि विभिन्न संघ-संस्थाको व्यवस्था गरिएका छन् । तर, ती सबैजसो निकाय वा संस्थाले नाममात्रको अनुगमन गर्ने गरेको तीतो अनुभव सबै उपभोक्ताले गरेकै हुनुपर्छ ।

खासगरी चाडपर्वको समयमा व्यापारीहरूले मूल्य वृद्धि गरी उपभोक्ता ठग्ने कार्य गर्छन् । सरकार वा राज्यका विभिन्न निकायको अनुगमन पनि देखावटी मात्र रहने गरेको छ । 'तँ कुटेझैँ गर्, म रोएझैँ गर्छु' भन्ने नेपाली उखानजस्तै छ हाम्रो बजार अनुगमनको कार्य पनि । बजारमा सहजै आपूर्ति भइरहेका सामान पनि नभएको बहाना गरी बढी मूल्य लिनका लागि व्यापारीहरू सक्रिय रहन्छन् । कालोबजारी, ठगी र कृत्रिम अभाव सिर्जना गरी चर्को मूल्यमा उपभोक्तालाई बिक्री गरी ठग्ने कार्यलाई नियन्त्रण गर्न राज्यले चाहने हो भने कठिन विषय भने होइन । यसका लागि प्रहरी प्रशासन, वाणिज्य विभाग, नापतौल तथा गुणस्तर निर्धारण कार्यालयलगायतका संस्थाहरू मात्र नभई उपभोक्ता अधिकार मञ्चजस्ता संस्थाहरूले आपसमा मिलेर सहकार्य गर्दै अगाडि बढ्ने हो भने बजारमा मूल्य नियन्त्रण गर्न सहज नै देखिन्छ । राज्यले बजार नियन्त्रण गर्न सक्ने हो भने सरकारप्रतिको जनमतमा पनि वृद्धि हुन्छ ।

उपभोक्ता अधिकारसम्बन्धी इतिहास हेर्ने हो भने सन् १९६३ मार्च १५ देखि संयुक्त राज्य अमेरिकाबाट थालनी भएको देखिन्छ । हाल नेपालमा पनि मार्च १५ तारिखमा विभिन्न कार्यक्रमका साथ उपभोक्ता अधिकार दिवस मनाइन्छ । तर, आम नागरिकको जीवनसँग प्रत्यक्ष रूपमा जोडिएको महँगी नियन्त्रणमा राज्य सधैं प्रभावकारी रूपमा देखिनुपर्छ, जसले बजारमा मूल्य स्थिरता कायम राख्न सहज अवस्था सिर्जना गर्छ । एउटा लोकतान्त्रिक राज्यमा यो अनिवार्य पनि हुन्छ । हामी भ्रष्टाचार नियन्त्रणका चर्का र ठूला कुरा पनि गरिरहन्छौं तर अनुचित र कृत्रिम अभाव सिर्जना गरी बढी मूल्य लिनु पनि भ्रष्टाचार हो भन्ने विषयमा खासै बहस पनि गर्दैनौं । आम नागरिकको दैनिकीसँग जोडिएको महत्वको सवालमा राज्य कठोर बनेर कार्य सम्पादनका लागि अगाडि बढ्नु नै पर्छ । बजार अनुगमन प्रभावकारी र नियमित बनाई आम उपभोक्तालाई राज्यले मूल्य नियन्त्रण र कालोबजारी नियन्त्रणमा सही कदम चालेको छ भन्ने अवस्थाको सिर्जना गर्न सक्नुपर्छ, यसले समग्रमा सरकारको कार्य थप उदाहरणीय र फलदायी नै हुनेमा विमति नरहला । व्यापारीले पनि उपभोग्य वस्तुको मूल्यसूची सबैले देख्ने गरी राख्नुपर्छ, जसले गर्दा उपभोक्तालाई आवश्यक सबै जानकारी प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

हरेक उपभोक्तालाई आफ्नो स्वास्थ्यप्रति सचेत बनाउने कार्यलाई उपभोक्ता स्वास्थ्य भनिन्छ । हामी सबैजसो उपभोक्ता यसप्रति पनि सजग र सचेत भने रहेका छैनौं । उपभोग्य वस्तु तथा सेवाको मूल्य, गुणस्तर, उपभोग अवधि, लाभ-हानिलगायतका विषयमा उपभोक्तालाई जानकारी गराई व्यक्ति, परिवार, समाज हुँदै समग्र देशको स्वास्थ्य स्थिति सुदृढ बनाउनमा प्रभावकारी भूमिका निर्वाह गर्छ । उपभोक्ता स्वास्थ्यको महत्व पनि अत्यन्तै उच्च रहेको हुन्छ । उपभोक्ताको स्वास्थ्य, सुविधा एवं आर्थिक हित कायम राख्न सहयोग पुग्छ । उपभोक्तालाई वस्तुको सही छनोट गर्न र सोको उपयोग विधिबारे आवश्यक सबै जानकारी प्राप्त गर्न सकिन्छ । यसरी नै वस्तु तथा सेवाको गुणस्तर मूल्य परिमाण एवं एकाधिकार तथा अनियमितताबाट उपभोक्ताको संरक्षणसमेत हुन्छ । सुरक्षित एवं गुणस्तरीय वस्तु तथा सेवाको उत्पादन, बिक्री-वितरण एवं निकासीमा सहयोग पुग्छ ।

उपभोक्ता शिक्षाले उपभोक्ताहरू आफ्नो अधिकार र दायित्वप्रति सजग रहन्छन् । यसैगरी उपभोग्य वस्तुको कृत्रिम अभाव एवं कालोबजारीजस्ता गैरकानुनी कार्यहरू नियन्त्रण गर्न पनि ज्यादै सहज हुन्छ । नेपालमा वि.सं. २०५५ वैशाख १ गते उपभोक्ता संरक्षण ऐन जारी भएपश्चात् मात्र उपभोक्ता अधिकार रक्षाको विषयले स्थान लिएको देखिन्छ । उपभोक्ताको अधिकार हनन भएमा वाणिज्य विभाग, जिल्ला प्रशासन कार्यालय, नजिकको प्रहरी चौकीमा उजुरी गर्न सकिन्छ । हाम्रो उपभोक्ता संरक्षण ऐन, २०७५ ले प्रदान गरिएका अधिकार पनि ज्यादै उपयोगी छन् । तर, यसको प्रयोग हामीले कति र कसरी गरिरहेका छौं वा छैनौं ? भन्ने प्रश्न पनि उठ्छ । वस्तु तथा सेवामा सहज पहुँचको अधिकार, स्वच्छ प्रतिस्पर्धात्मक मूल्यमा गुणस्तरीय वस्तु वा सेवाको छनोट गर्न पाउने अधिकार, वस्तु वा सेवाको मूल्य, परिणाम, शुद्धता, गुणस्तर आदिबारेमा सुसूचित हुने अधिकार मात्र नभई मिश्रित वस्तुमा कुन पदार्थको मात्रा कति छ ? उत्पादक कम्पनी कुन हो ? पैठारीकर्ता को हो ? जस्ता विषयमा जानकारी दिन पाउने अधिकार उल्लेख गरिएका छन् ।

हामी सचेत र शिक्षित भनिने उपभोक्तामा पनि बजारमा सामान खरिद गर्दा मूल्य तौल बनेको मिति गुणस्तर चिह्नलगायतका सामान्य जानकारी पनि लिने गर्दैनौं । यस कारण पनि व्यापारीलाई मनोमानी मूल्यमा सामान बिक्री गर्न सहज वातावरण निर्माण हुन्छ । बजार नियन्त्रणमा उपभोक्ता, राज्यका निकाय र व्यापारीसमेतको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ ।

नेपालमा उपभोक्ता हितका लागि विभिन्न कानुन तथा नियमको पनि व्यवस्था गरिएका छन् । उपभोक्ता संरक्षण ऐनमा उपभोक्ता ठग्ने र गैरकानुनी रूपमा मूल्य तोक्ने तथा लिने कार्य गरेमा दण्ड-सजायको व्यवस्था छ, तर हाम्रो बजारमा त्यसको प्रभावकारी प्रयोग भएको देखिन्न । जसका कारण अनुचित लाभ लिन पल्केका व्यापारीहरूको मनोबल थप बढेको अवस्था छ । त्यसैगरी बजार अनुगमन पनि चाडपर्वका समयमा छिटपुट रूपमा मात्र गरिन्छन्, जसले गर्दा उपभोक्ता निरन्तर ठगिने गरेका हुन्छन् । हाम्रो बजार अनुगमन कार्य प्रभावकारी बन्न नसक्नुका पछाडि कर्मचारी वा आवश्यक जनशक्तिको कमीको कारण पनि रहेको देखिन्छ । विद्यमान कानुन कमजोर वा अपर्याप्त भएमा सरकारले कानुन बनाएर आम उपभोक्तालाई सहज र सरल मूल्यमा उपभोग्य वस्तु तथा सेवाको उपलब्धतामा ध्यान दिनुपर्छ । हामीले उपभोग गरिने कतिपय वस्तुमा मूल्य लेखिएका हुँदैनन् । यसले पनि उपभोक्ता बढी मूल्य तिर्न बाध्य हुने गरेका छन् । सामानमा नै मूल्य प्रिन्ट भएर बजारमा आएमा उपभोक्ताबाट बढी मूल्य असुल्ने सम्भावना कम हुन्छ । यसतर्फ उत्पादकले पनि ध्यान दिनु जरुरी छ भने राज्यको सम्बन्धित निकायले पनि चासो देखाउनुपर्छ ।

हामी सचेत, शिक्षित र जानकार भनिएकाहरूले नै उपभोग्य वस्तुको मूल्य नसोध्ने, बिल नलिने वा नमाग्ने अनि ठगिएको थाहा पाउँदा पनि सम्बन्धित निकायमा गएर उजुरी नगर्ने कारणले गर्दा व्यापारीले कालोबजारी गर्ने, ठग्ने अवसर पाउँछन् । हाम्रो बजार अनुगमनको कार्य पनि चाडपर्व लक्षित मात्र हुने गरेको देखिन्छ ।

बजार अनुगमन नियमित रूपमा प्रभावकारी रूपले गर्ने संयन्त्र निर्माण गरी आम उपभोक्ताले बजारमा मूल्य नियन्त्रण भएको अनुभूति गर्ने वातावरणको सिर्जना गर्न अब आम उपभोक्ता, सरकारी निकायहरू ज्यादै सजग र चनाखो बन्नुपर्छ । आजको सूचना-प्रविधिको युगमा पनि हामी बेखबरजस्तै बनेर व्यापारीले जति मूल्य भन्यो त्यति नै तिरेर सामान ल्याउने गर्दा व्यापारीले अनुचित रूपमा लाभ लिने अवसर पाउँछन् । तसर्थ, उपभोक्ता पनि चनाखो हुनु जरुरी छ ।

बजार सहज र उपभोक्तामैत्री बनाउनका लागि दीर्घकालीन रणनीतिको निर्माण गरी त्यसलाई प्रभावकारी कार्यान्वयनमा जोड दिनुपर्छ । कानुनी सुधार गरी उपभोक्ताको हित र अनुशासित बजार संयन्त्रको निर्माणमा हरेक पक्षले सहयोग र साथ दिनुपर्छ । त्यसैगरी उपभोक्ता शिक्षामा पनि हामीले ध्यान दिनुपर्छ । कतिपय उपभोक्ता जानकारी भएका विषयमा समेत वास्ता नगर्ने, बढी मूल्य लिँदा पनि कहीँकतै उजुरी नगर्ने परिपाटीका कारण पनि ठगिने गरेका हुन्छन् । तसर्थ, राज्यको भूमिका थप प्रभावकारी र मजबुत बनाउँदै प्रभावकारी अनुगमन संयन्त्र गठन वा निर्माण गर्नमा कत्ति पनि विलम्ब गर्नु हुँदैन । बजार अनुगमन नियमित र निरन्तर गर्नका लागि हरतरहले कार्य सम्पादनमा उत्रनु आजको आवश्यकता बनेको देखिन्छ ।

पितृश्राद्ध गर्न विष्णुपादुकामा श्रद्धालुको घुँइचो

दमक/ पितृको उद्धार हुने धार्मिक विश्वासका कारण सुनसरीको विष्णुपादुका मन्दिरमा पितृश्राद्ध तथा पूजाआराधनाका लागि दैनिक श्रद्धालु श्राद्ध गर्न आउने गरेका छन् । नेपाल सहित भारत र भुटानबाट समेत श्रद्धालु आउने गरेको बताइएको छ । धार्मिक आस्थाका कारण प्रसिद्ध यस मन्दिर क्षेत्रमा श्रद्धा गरे पितृहरूको उद्धार हुने विश्वासका साथ पितृश्राद्ध गर्न आफन्तहरु विष्णुपादुका मन्दिर आउने गरेका छन् ।

विष्णुको पाउ रहेको पवित्र तीर्थस्थलका रूपमा मानिने यस क्षेत्रमा श्राद्ध गरे पितृहरूले मुक्ति पाउने धार्मिक विश्वास रही आएको छ । कोकाको जल अर्पण गर्दा पितृको उद्धार हुने धार्मिक विश्वासका साथ श्राद्ध गर्न आफन्त आउने गरेको मन्दिरका मुख्य पुजारी इमानसिंह तामाङ्गले बताए । जस अनुसार काशी र गयामा हजारौं पटक श्राद्ध गर्दा पनि मुक्ति नपाएका पितृले विष्णुपादुकामा एक पटक जल अर्पण गर्दा पितृहको उद्धार हुने धार्मिक मान्यता छ । यही विश्वासका कारण भारतको दार्जिलिङ, सिक्किम लगायत नेपालका शहर र गाउँबाट आफन्त गुमाएका परिवार आउने गरेका छन् ।

पुजारी तामाङ्गका अनुसार मन्दिरमा विभिन्न स्थलबाट दैनिक पितृश्राद्ध गर्न आउने गर्नुभएको छ । सामान्य दिनभन्दा औंसी र चौथीका दिन श्राद्ध गर्नेको बढी चहलपहल हुने गरेको उनले बताए । मन्दिरमा पौखे औंसीका दिन विशेष पिण्डदान तथा तीर्थश्राद्ध मेला लाग्ने गरेको छ । विदेशमा रहेका र विभिन्न कारणले पितृको तिथि थाहा नपाएका व्यक्तिका लागि समेत पौखे औंसीमा श्राद्ध गर्न सकिने धार्मिक मान्यता रहेकाले हजारौको संख्यामा तीर्थश्राद्ध गर्न आफन्तहरु आउने गरेको बताइएको छ । पौखे औंसीको अघिल्लो दिन साँझदेखि नै श्राद्ध गर्न आफन्त आउने गरेको स्थानीय मदन तामाङ्गले बताए । मन्दिरमा रातभरी भजनकीर्तन गर्ने र विहान सबेरै देखिनै श्राद्ध गर्ने परम्परा रहिआएको छ ।

विष्णुपादुका मन्दिरको पौराणिक महत्व

धरानको मङ्गलबारेबाट भञ्ज्याङ हुँदै करिब १२ किलोमिटरको दूरीमा रहेको मन्दिर कोकाहा नदीको किनारमा छ । विष्णुपादुका मन्दिरको धार्मिक तथा पौराणिक महत्व रहेको ब्राह्मण समाज, सुनसरीका अध्यक्ष वासुदेव बरालले बताएका छन् ।

अध्येता बरालका अनुसर, "पौराणिक कथाअनुसार भगवान विष्णुले भक्तहरूको मुक्ति तथा उद्धारका लागि आफ्नो अवतारस्वरूप वराहलाई वराहक्षेत्रमा स्थापना गरेको उल्लेख छ । भगवान वराहले पृथ्वीको उद्धार गरेपछि देवता, पृथ्वीलगायत वेद खुसी भएर भगवानको स्तुति गरेका थिए । तर, चन्द्रमाको श्रापका कारण पतालमा परेका पितृहरू भने मलिन अवस्थामा थिए ।"

भगवान विष्णुले पितृलाई आफूले पृथ्वी र वेदको उद्धार गर्दा सबै खुसी भए पनि उनीहरु किन दुःखी र मलिन भएको भन्दै प्रश्न गरेको पौराणिक कथामा उल्लेख छ । त्यस क्रममा पितृले चन्द्रमाको श्रापका कारण आफूहरू पतालमा परेको र आफ्नो उद्धार कसले गर्ने भन्ने चिन्ता व्यक्त गरेको बताइन्छ ।

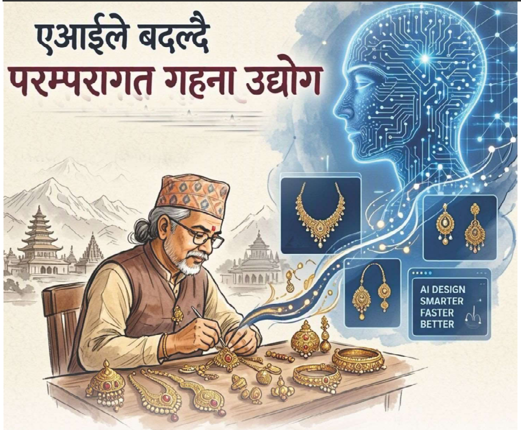
पितृहरूको कुरा सुनेपछि भगवान विष्णुले उनीहरूको उद्धार कसरी हुन्छ र त्यसको विधि के हो भनेर सोधनी भएको थियो । त्यसमा पितृहरूले भगवान विष्णुले लक्ष्मीसहित विष्णुपादुका क्षेत्रमा श्राद्ध गरेमा आफूहरूको उद्धार हुने कुरा बताएको धार्मिक मान्यता रहेको अध्येता बरालले बताए ।

वराहपुराणको अध्याय १४० मा समेत कोकामुख तीर्थको छेउमा विष्णुपादुका अर्थात विष्णुपद नामको पवित्र स्थान रहेको उल्लेख गरिएको छ ।

स्थानीय धार्मिक विश्वासअनुसार विष्णुपादुका मन्दिरको इतिहास विक्रम संवत १९७० सालसँग जोडिएको बताइ छ । मन्दिरको पुख्यौंली विवरणअनुसार स्वर्गीय लक्ष्मण तामाङ्ग धामीले उक्त स्थान पत्ता लगाएका थिए ।

धामीले गाउँमा चिन्ता बस्ने क्रममा विष्णु भगवानको पाउ कुँदिएको शिला रहेको स्थानमा उत्खनन गरी पूजा गरे विश्वको कल्याण हुने सन्देश पाएको र त्यसपछि स्थानीयको सहयोगमा शिला निकालेर पूजा सुरु गरिएको बताइन्छ । त्यसपछि लक्ष्मण तामाङ्गका छोरा जसमान तामाङ्ग र उहाँका छोरा चतुरमान तामाङ्गले पूजा अर्चना गर्दै आएका थए । हाल चतुरमानका छोरा इमानसिंह तामाङ्ग मन्दिरको मुख्य पुजारी छन् । ❖

एआईले बदल्दै परम्परागत गहना उद्योग



दमक/ कृत्रिम बौद्धिकता (एआई) ले भारतको परम्परागत गहना उद्योगमा नयाँ मोड ल्याउन थालेको छ । एआईबाट तयार गरिएका डिजाइन र थ्रीडी-प्रिन्टेड मोल्ड प्रयोग गर्दा महिनौँ लाग्ने गहना उत्पादनको समय घटेर करिब एक सातामा सीमित हुन थालेको छ । यसले परम्परागत हस्तकलालाई आधुनिक प्रविधिसँग जोड्ने अवसर सिर्जना गरे पनि रोजगारी र कलात्मक मौलिकता संरक्षणको प्रश्न भने उठाएको छ ।

नयाँदिल्लीमा आयोजित विश्वव्यापी एआई शिखर सम्मेलनको प्रदर्शनीमा राखिएको भगवान् कृष्णको आकारको सुनको ब्रोच यसको उदाहरण बनेको छ । भारतीय कारिगरले हातैले निर्माण गरेको उक्त ब्रोचको विस्तृत डिजाइन भने एआईबाट तयार गरिएको थियो ।

सन् २०२३ मा २३ वर्षीय सिद्धार्थ सोनीले सह-स्थापना गरेको आइडिया ज्वेलरीले एआई-डिजाइन गरिएका गहना उत्पादन गर्दै आएको छ । सोनीका अनुसार परम्परागत प्रक्रियाबाट यस्ता गहना बनाउन छ-सात महिना लाग्ने भए पनि एआईबाट तयार ब्लुप्रिन्ट र थ्रीडी-प्रिन्टेड मोल्ड प्रयोग गर्दा करिब एक सातामै निर्माण गर्न सकिन्छ । हलमार्किङका लागि भने थप समय आवश्यक पर्छ ।

हैदराबादस्थित दशकौं पुरानो पारिवारिक गहना व्यवसायबाट विकसित भएको उक्त स्टार्टअपले एआईलाई अन्तर्राष्ट्रिय बजार विस्तारको माध्यमका रूपमा समेत अघि बढाउन खोजेको छ । सोनीका बुबा र हजुरबुबा करिब ३० वर्षदेखि गहना उद्योगमा सक्रिय छन् । उनका बुबाले अमेरिकालगायत अन्तर्राष्ट्रिय बजारका खुद्रा विक्रेतामार्फत एआई-डिजाइन गरिएका भारतीय गहना बिक्री गर्ने योजना अघि सारेका छन् ।

आइडिया ज्वेलरीले सरकारी अनुदान नपाए पनि प्रमुख सहरका २० खुद्रा विक्रेतासँग सहकार्यको तयारी गरिरहेको जनाएको छ । गुगलको जेमिनीको परिमार्जित संस्करणमा आधारित उपकरणमार्फत ग्राहकले धातु, बहुमूल्य पत्थर र मूल्य दायरा छनोट गरी सामान्य पाठ निर्देशनबाट गहनाको डिजाइन माग गर्न सक्छन् । त्यसपछि तयार हुने नमुनालाई विस्तृत थ्रीडी मोडेलमा रूपान्तरण गरी कारिगरले वास्तविक गहनाको रूप दिन्छन् ।

तर प्रविधिको विस्तारसँगै अनुभवी कारिगरमा रोजगारी र कलात्मक मौलिकता गुम्ने चिन्ता पनि देखिएको छ । सोनी स्वयंले कलाको मौलिक रूप हराउने जोखिम रहेको स्वीकार गर्दै समयसँगै प्रविधिसँग अघि बढ्न आवश्यक रहेको बताएका छन् ।

एआईको प्रभाव गहना उद्योगमा मात्र सीमित छैन । भारतका विभिन्न स्टार्टअपले व्यवसाय, कृषि र ग्राहक सेवामा समेत यसको प्रयोग बढाइरहेका छन् । एक्स्ट्रीम जेन एआईले दर्जनौं स्थानीय भाषामा व्यवसायका लागि आवाजमा आधारित च्याट उपकरण विकास गरेको छ । संस्थापक पिस बेरीका अनुसार प्रविधि सस्तो र परिष्कृत हुँदै जाँदा ठूलो कल सेन्टर उद्योग प्रभावित हुन सक्ने भए पनि नयाँ रोजगारी र सीपका क्षेत्रसमेत सिर्जना हुनेछन् ।

त्यस्तै, सोइल डाक्टरले १० राज्यका ५०० खेतमा एआईमा आधारित माटो परीक्षण कार्यक्रम सञ्चालन गरेको छ । कम्पनीका अनुसार ऐतिहासिक कृषि तथ्याङ्कको प्रयोगबाट किसानलाई आवश्यकताअनुसार मल प्रयोग गर्न सुझाव दिई उत्पादन लागत घटाउन र उत्पादन बढाउन सहयोग गर्न सकिन्छ ।

नयाँदिल्लीमा आयोजित एआई शिखर सम्मेलनमा सहभागी प्रविधि उद्यमी तथा विश्व नेताहरूले पनि एआईका अवसरसँगै रोजगारी कटौती र मानव विशेषज्ञताको क्षयलगायत जोखिमबारे चर्चा गरेका छन् । प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले भारतका युवाको क्षमता उजागर गर्न प्रविधिको तीव्र विकासलाई जोड दिएका छन् । भारत सरकारले आगामी दुई वर्षमा एआई क्षेत्रमा दुई खर्ब अमेरिकी डलर लगानी गर्ने लक्ष्य राखेको छ, जसअन्तर्गत डाटा सेन्टर तथा ऊर्जा पूर्वाधार विस्तार गर्ने योजना छ । परम्परागत सीप र आधुनिक प्रविधिबीच सन्तुलन खोज्दै भारतीय स्टार्टअपहरूले एआईलाई उत्पादन र सेवाका नयाँ अवसरका रूपमा प्रयोग गर्न थालेका छन् । यद्यपि यसको विस्तारसँगै रोजगारी, मानव सीप र कलात्मक मौलिकताको संरक्षण कसरी गर्ने भन्ने प्रश्न भने अझै बहसमै छ ।

जीवन शैली

के पातलो मान्छे साँच्चै स्वस्थ हुन्छन् त?

दमक/ प्राय: मानिसहरू सोच्छन् कि यदि कोही पातलो छ भने ऊ स्वस्थ हुनुपर्छ । त्यसैगरी, यदि कोही अलिकति मोटो देखिन्छ भने मानिसहरू तुरुन्तै उसको स्वास्थ्य खराब हुनेछ भनेर अनुमान गर्छन् । तर के यो साँच्चै हो त ?

स्वास्थ्य तथा तौल विज्ञहरूका अनुसार शरीरको आकार वा तौल स्वास्थ्यको पूर्ण मापन नभएको बताउँछन् । स्वास्थ्य वास्तवमा हाम्रो जीवनशैली, खाने बानी र गतिविधि स्तरद्वारा निर्धारण गरिन्छ ।

फिटनेस विशेषज्ञहरू भन्छन् कि धेरै पटक मानिसहरू पातलो देखिन्छ चाहन्छन् तर तिनीहरूको मांसपेशी बल, रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता र ऊर्जा स्तर धेरै कम हुन्छ । यो अवस्थालाई 'स्किनी फ्याट' भनिन्छ, जसमा मानिस बाहिरबाट पातलो देखिन्छ तर भित्रबाट शरीरमा बोसो जम्मा हुन्छ र मेटाबोलिक स्वास्थ्य बिग्रन्छ ।

स्वस्थ हुनुको पहिचान के हो ?

- *रक्तचाप र चिनीको स्तर सामान्य हुनु,*
- *ऊर्जा स्तर दिनभर सक्रिय हुनु,*
- *बारम्बार बिरामी नपर्न बलियो प्रतिरोधात्मक क्षमता हुनु,*
- *सन्तुलित मानसिक स्वास्थ्य कायम राख्ने, तनाव र चिन्ता नियन्त्रण गर्ने,*
- *सन्तुलित आहार जसमा प्रोटिन, भिटामिन र खनिजहरू समावेश गर्ने,*

यदि यी सबै कुरा सही छन् भने तपाईंको तौल थोरै भए पनि तपाईंलाई स्वस्थ मानिने छ ।

यसको मतलब तौल बढ्नु पूर्णतया सुरक्षित छ भन्ने होइन। विशेष गरी पेटको वरिपरि धेरै बोसो जम्मा हुँदा हृदय रोग, मधुमेह र उच्च रक्तचापको जोखिम बढ्छ। त्यसकारण, यो महत्त्वपूर्ण छ कि तपाईंले आफ्नो बडी मास इन्डेक्स र कम्मर-हिप अनुपातमा ध्यान दिनुहोस् ।

विज्ञहरू विश्वास गर्छन् कि वास्तविक स्वास्थ्य भनेको सन्तुलित शरीर, राम्रो खानपान र सक्रिय जीवनशैली हो। न त अत्यधिक पातलोपन, न अनियन्त्रित मोटोपन राम्रो छ। उचित व्यायाम, निद्रा र स्वस्थ आहारले जो कोही पनि फिट र स्वस्थ रहन सक्छ। उसको तौल अलि बढी भए पनि ।

स्वास्थ्य भनेको 'पातलो' हुनु मात्र होइन। यो तपाईं कति सक्रिय हुनुहुन्छ, तपाईंको आहार कस्तो छ र तपाईंको शरीर भित्रबाट कति बलियो छ भन्ने कुरामा भर पर्छ। त्यसो भए अर्को पटक कसैलाई हेरेर 'तिमी पातलो छौ भने स्वस्थ छौ' भन्न छाड्नुहोस् । वास्तविक स्वास्थ्य आँखाले होइन, जीवनशैलीले निर्धारण गर्छ ।

प्रेरक भनाईहरु

हामीले दैनिक जीवनमा भोग्दै आएका कतिपय कुराले हामीलाई प्रेरणा दिने गर्छन् । महान् व्यक्तिहरुका भनाइ त झन् कहिलेकाहीँ मान्छेका लागि शक्ति साबित हुने गरेका छन् ।

संसारमा कहलिएका कैयन् महान् व्यक्तिका भनाइहरु विश्वचर्चित छन् । तीमध्ये यी भनाइहरू उत्तिकै लोकप्रिय छन्

१. मलाई आफ्नो प्रशिक्षण जति नै कष्टकर लागेता पनि म आफैलाई सम्झाइरहन्थे, 'हरेश नखा! अहिले दु:ख गर र पछी च्याम्पियन भएर आरामको जिन्दगी बाँच् ।' - मुहम्मद अली

२. भविष्यवाणी गर्ने सहि तरिका यसलाई निर्माण गर्नु हो । - फोरेस्ट सकली

३. सफलता कार्यसँग जोडिएको छ, सफल व्यक्तिहरू सधै कार्यरत् हुन्छन् । उनीहरूले थुप्रै गल्ती गर्छन् तर पछी हट्दैनन् ।

४. सपना देख्नेहरूनै संसारको रक्षक हुन् । - जेम्स आलेन

५. भविष्य तिनीहरूको पक्षमा हुन्छ जसले आफ्नो सपनाको सुन्दरतामा विश्वास गर्दछन् । - इलेनोर रूजवेल्ट

६. अझै कुनै ढिला भएको छैन त्यसका लागि जो तिमी बन्न सक्थ्यौ । - जर्ज इलिएट

पुस्तक-साभार

राजनीतिसँगै राजकाज-कल्याणकारी लोकतन्त्रको प्रस्ताव

✍ रविन्द्र मिश्र

पदभन्दा दायित्व ठूलो

गतांकबाट ... त्यही भैसेपाटीको बीचमा अत्यन्तै सुन्दर रूपमा अवस्थित छ १२३ रोपनी खाली जग्गा । त्यसैसँग जोडिएको अर्को झन्डै १९ रोपनी खाली जग्गा पनि छ, जसमा धेरैको कुआँखा लागिरहेको छ । तर कैयौ ऊर्जाशील स्थानीयले त्यसलाई जोगाउने पहल थालिसकेका छन् । सांसद आवास बनाउने भनेर निर्णय गरिएको १२३ रोपनी जग्गा चाहिँ हाल नेपाल सरकारको स्वामित्वमा छ । सौभाग्य भन्नुपर्छ, त्यस्तो विशिष्ट ठाउँ (प्राइम लोकेसन) धन्न सांसद आवासका नाममा कङ्क्रिटको जङ्गलमा रूपान्तरित भएन । सांसदहरूलाई आवास चाहिँदैन भन्ने होइन । तर सहरको सौन्दर्य र स्वस्थता बढाउन, पर्यटकीय र आर्थिक गतिविधि प्रवर्द्धन गर्न बिरलै प्राप्त हुने राजधानी नजिकका त्यस्ता विशिष्ट ठाउँलाई कङ्क्रिटको जङ्गलमा रूपान्तरण गरेर हामीले यो सहर र देशमाथि धेरै पाप गरिसकेका छौ। त्यो पाप जारी नराखौ । सांसद आवास अन्य प्रयोजनमा त्यति नआउने कुनै पनि स्थानमा राम्रो योजना बनाएर निर्माण गरे भइहाल्छ । तर कोहिनूर हीरालाई सामान्य ढुङ्गाका रूपमा प्रयोग गर्न हुँदैन ।

मैले सोचे जस्तो हुने भए

काठमाडौं उपत्यका र सिङ्गो नेपालमै एउटा पनि स्तरीय पार्क छैन । अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको त झन् परको कुरा भइहाल्यो । हुन त स्तरीय र अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको के कुरा गर्नु, हामी यति गिरिसक्यौ कि हामीले कुनै काम गर्दा न्यूनतम स्तरको मापदण्ड पनि पूरा गर्दैनौ । तर म र कैयौं स्थानीय साथीहरु यस्तो पार्कको कल्पना गरिरहेछौं, जुन अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको मात्र हुनेछैन, त्यसले अन्तर्राष्ट्रिय रूपमै विशिष्ट पहिचान पनि राख्नेछ । संसारमा भएका मूर्तिकला उद्यानहरु मूलत: राष्ट्रिय मूर्तिकला उद्यान हुन्, जहाँ त्यही देशका विशिष्ट मूर्तिकारहरूका काम प्रदर्शित छन्। तर भैसेपाटीमा परिकल्पना गरिएको मूर्तिकला उद्यान भने अन्तर्राष्ट्रिय प्रकृत्तिको हुनेछ । त्यसले अन्तर्राष्ट्रिय रूपमै विशिष्ट पहिचान बनाउनेछ । ताकि काठमाती आएका पर्यटकको नेपाल भ्रमण अन्तर्राष्ट्रिय मूर्तिकला उद्यान नपुगी पूर्ण नै नहोस्, जसरी कलामा रुचि नै नभएको पर्यटक पनि पेरिस गएर लुभ्र कला सङ्ग्रहालय जान नपाए त्यो भ्रमण अपूरो सम्झिन्छ ।

रानीपोखरी र धरहरा बनाउनेको नाम आज पनि हामी स्मरण गर्छौं । त्यसैगरी अन्तर्राष्ट्रिय मूर्तिकला उद्यान निर्माण गरेको खण्डमा प्रधानमन्त्री ओलीको नाम सदीयौसम्म स्मरण गरिनेछ। भन्नेले भन्नेछन्, भएकै विश्व सम्पदाहरु पुनर्निर्माण गर्न र संवर्द्धन गर्न सकिएको छैन, केको मूर्तिकला उद्यानको कुरा ? तर्क आफैमा गलत होइन । तर त्यस्तै तर्क गरिएका भए आज विश्वका प्राय: सांस्कृतिक, कलात्मक र अन्तर्राष्ट्रिय गौरवका केन्द्र बन्ने नै थिएनन्, जसले ती हरेक देशका नागरिकको जीवनस्तर र राष्ट्रको गौरव बढाएका छन् । ती सबै केन्द्र तत्तत् देशका विविध तात्कालिक प्रतिकूलतामाझ नै बनाइएका हुन् । अन्तर्राष्ट्रिय मूर्तिकला उद्यान निर्माणका लागि त प्रधानमन्त्री ओलीले धेरै ठूलो ऊर्जा, समय र स्रोत खर्च गर्न पर्दैन। तलका काम गरे पुग्छ–

क. सबभन्दा पहिले 'म गरेरै छाड्छु भन्ने अठोट लिनुहोस् अनि मन्त्रिपरिषद् बैठकबाट उक्त जग्गा अन्तर्राष्ट्रिय मूर्तिकला उद्यान निर्माणका लागि जुन निकायको नाममा नामसारी गर्नुपर्छ, त्यो गर्नुहोस् । सो नामसारी गर्दा अहिले केही व्यक्तिले हडप्न खोजेका सँगैको झन्डै १९ रोपनी जग्गा पनि चलनचल्तीको मूल्यमा खरिद गरेर १२३ रोपनीमै मिसाइदिनोस्, जसले गर्दा मूर्तिकला उद्यानको क्षेत्रफल अझ ठूलो हुनेछ ।

ख माथि नै उल्लेख गरे झै हामी स्तरीय त कुरै छाडौ, प्राय: अवस्थामा न्यूनतम स्तरको काम पनि गर्न नसक्ने गरेर क्षयीकृत भइसकेका छौ । त्यसैले अन्तर्राष्ट्रिय मूर्तिकला उद्यानको डिजाइन र निर्माणका लागि अन्तर्राष्ट्रिय टेन्डर आह्वान गर्न लगाउनोस् । अथवा यस्ता काम विशिष्ट स्तरमा गर्न सक्ने युरोपका कुनै अथवा चीन जस्ता देशलाई सहयोग गरिदिन अनुरोध गरे पनि हुन्छ । हामीले आफै गर्न खोज्यौ भने सिमेन्टको संरचना बनाएर त्यसमा इनामेल पोत्ने स्तरको काम हुनेछ । अथवा पशुपतिनाथ क्षेत्र जस्तो विश्वसम्पदामा सूचीकृत केन्द्रमा गएर स्टिलको रेलिङ हाल्ने अनि देवता बस्ने होइन, मान्छे बस्ने जस्तो ढलान गरेको घर बनाउने काम हुनेछ । अहिले पशुपतिनाथ क्षेत्रमा ढुङ्गा र ईंटले निर्माण गर्न सकिने संरचनासमेत कङ्क्रिटमा निर्माण भइरहेको देख्दा दिक्क लाग्छ । भन्दा नमीठो सुनिएला । तर हाम्रो पुस्ताले आफै गरी आएका अधिकांश काम त्यस्तै प्रकृतिका छन् । त्यसैले डिजाइन र निर्माणका विषयमा अत्यन्तै सावधान हुन जरूरी छ । क्रमश:

मनोरञ्जन

'बाटुलो जून'मा फर्कियो पुरानो प्रेमको स्वाद,

दमक/ अभिनेता अनमोल केसीलाई नयाँ अवतारमा देखाउने तयारीमा रहेको फिल्म 'बाटुलो जून'को टिजर सार्वजनिक भएको छ । सनराइज पिक्चरले फिल्मको प्रचार अभियान सुरु गर्दै पहिलो चल प्रचार सामग्री दर्शकमाझ ल्याएको हो । करिब एक मिनेट आसपासको टिजरले फिल्मको कथा भने खुलस्त गर्दैन, बरु त्यसको परिवेश, पात्र र प्रेमकथाका केही दृश्य देखाउँदै कौतुहलता बढाउने प्रयास गरेको छ ।

'बाटुलो जून'को कथा अहिलेको समयभन्दा धेरै पछाडि पुग्छ । ३० को दशकको सामाजिक परिवेशमा आधारित फिल्मले त्यति बेलाको प्रेम, जीवनशैली र सामाजिक सोचलाई कथाको आधार बनाएको छ ।

मोबाइल, सामाजिक सञ्जाल र प्रविधिले प्रेमको शैली नै बदलिएको वर्तमान समयभन्दा फरक, फिल्मले त्यो समयको सरल र भावनात्मक प्रेमलाई पर्दामा उतार्ने प्रयास गरेको छ ।

फिल्मको निर्देशन भुवन केसीले गरेका हुन् । 'ड्रिम्स'मा आधुनिक प्रेमकथा प्रस्तुत गरेका भुवन यसपटक आफ्नै अभिनय यात्रासँग जोडिएको समयतर्फ फर्किएका छन् । उनी स्वयं पनि फिल्ममा महत्त्वपूर्ण भूमिकामा देखिनेछन् ।

फिल्ममा अनमोल केसी मुख्य भूमिकामा छन् भने प्रिन्सी खतिवडाले यही फिल्मबाट अभिनय यात्रा सुरु गर्दैछिन् । बेल्जियममा बस्दै आएकी अभिनेत्री गरिमा पन्त पनि यसै फिल्ममार्फत नेपाली सिनेमामा पुनरागमन गर्दैछिन् ।

सामीप्यराज तिमल्सेना र सरिन पोखरेलको लेखन रहेको फिल्म कार्तिक २६ गतेदेखि प्रदर्शनमा आउनेछ । जिया केसी र भविष्य खड्काले निर्माण गरेको फिल्ममा विवेक थापा सह-निर्माता छन् । राजेश श्रेष्ठको छायाङ्कन, कृष्ण भण्डारीको सम्पादन र रोमन बज्राचार्यको पार्श्व संगीत रहेको 'बाटुलो जून'ले पुरानो समयको प्रेमलाई नयाँ पुस्ताले कत्तिको रुचाउँछ भन्ने चासो पनि बढाएको छ ।

नेप्से सूचक दोहोरो अंकले घट्यो, ४ अर्ब २९ करोडको कारोबार

दमक । साताको अन्तिम कारोबार दिन शुक्रबार शेयरबजार परिसूचक नेप्सेमा दोहोरो अंकको गिरावट आएको छ। यस दिन नेप्से सूचक ११.९० अंकले घट्दै २ हजार ५८७.२५ अंकमा झरेको हो ।

तथापि, यस दिन ४ अर्ब २९ करोड ३७ लाख ७४ हजार रुपैयाँ बराबरको १ करोड १९ लाख १२ हजार कित्ता शेयर दोस्रो बजारमा किनबेच भएको नेप्सेले जनाएको छ ।

आज म्युचुअल फन्ड र ट्रेडिङ समूहको उपसूचकबाहेक ११ वटा उपसूचक ऋणात्मक भएका छन् । २०७ वटा कम्पनी शेयरमूल्य घटेको छ भने आज जम्मा ६१ वटा कम्पनीका मात्र शेयरमूल्य बढेका छन् ।

आज सबैभन्दा बढी एनएमबी डिभेञ्चरको मूल्य १४.२९ प्रतिशतले बढेको छ भने सिन्धु विकास बैंकको शेयरमूल्य ८.५५ प्रतिशतले घट्न पुगेको छ।

दैनिक राशिफल

आज मिति
२०८३ साल
असोज १७ गते
शनिबार
3 Oct. 2026
तिथि: अष्ठमी श्राद्ध

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

राशि	अक्षर	फल
मेष	चु चे लो ला लि लैं ले लो अ	रोजगारीको अवसर । पदोन्नति, राम्रो ठाउँमा सरुवा ।
वृष	इ उ ए ओ वा वि वु वे वो	पराक्रमले धन लाभ । पिताजीबाट सहयोग ।
मिथुन	का कि कु घ ङ छ के को हा	पढाईमा केही समस्या । मित्रबाट सहयोग ।
कर्कट	(हि, हु, हे, हो, डा, डि, डु, डे, डो)	आत्मबल बढ्ने । कार्यमा सफलता ।
सिंह	मा मि मु मे मो टा टि टु टे	शुभ कर्ममा खर्च । अंगमा केही समस्या ।
कन्या	टो प पी पँ ष ण ठ पे पो	आम्दानी बढ्ने । मान्यजनबाट सहयोग ।
तुला	(रा, रि, रु, रे, रो, ता, ति, तु, ते)	मन धर्मकर्ममा लाग्ने । पुरुषार्थले धन लाभ ।
वृश्चिक	तो ना नि नँ ने नो या यि यु	राज्य पक्षको भय । आयमा कमी ।
धनु	य यो भा भी भ धा फा ढ भे	अंगमा पीडा । सामान्य शत्रुको भय ।
मकर	भो जा जी खि खू खे खो गा गी	जीवनसाथीको सहयोग । व्यापारबाट लाभ ।
कुम्भ	गँ गे गो सा सी सँ से सो द	समाजबाट सहयोग। आँखामा समस्या आउन सक्ने ।
मीन	दि दु थ झ ञ दे दो चा ची	सन्तानसँग मनमुटाव । कार्यमा विलम्ब ।

कोशीका ४८ स्थानमा सहायता कक्ष

विराटनगर । दसैं, तिहार र छठ पर्व नजिकिएसँगै घर फर्किने यात्रुको चाप बढ्न थालेपछि कोशी प्रदेश प्रहरीले सार्वजनिक यातायातमा हुने बढी भाडा असुली, टिकटमा ठगी, यात्रुमाथिको दुर्व्यवहार र अन्य अव्यवस्था नियन्त्रण गर्न निगरानी बढाएको छ ।

यात्राका क्रममा समस्या परेपछि प्रहरी कार्यालय धाउनुपर्ने अवस्था अन्त्य गर्न प्रदेशका १४ वटै जिल्लाका ४८ स्थानमा शुक्रबारदेखि यात्रु सहायता कक्ष सञ्चालनमा ल्याइएको छ । मोरङमा मात्रै १० स्थानमा सहायता कक्ष स्थापना गरिएको छ । सहायता कक्षमा प्रहरीसँगै यातायात क्षेत्रका प्रतिनिधिसमेत परिचालन गरिएको प्रहरीले जनाएको छ ।

विराटनगर बसपार्कमा सहायता कक्ष उद्‌घाटन गर्दै कोशी प्रदेश प्रहरी प्रमुख डीआईजी शेखर खनालले चाडपर्वका बेला यात्रालाई सुरक्षित र मर्यादित बनाउन सडकदेखि बसपार्कसम्म प्रहरीको उपस्थिति प्रभावकारी बनाइने बताए ।

उनले यात्राका क्रममा बढी भाडा लिने, टिकटमा ठगी गर्ने, दुर्व्यवहार गर्ने वा अन्य समस्या भए सहायता कक्षमै गुनासो गर्न यात्रुलाई आग्रह गरे । उनका अनुसार सहायता कक्षबाटै यात्रुको गुनासो सुन्ने र सम्भव भएसम्म तत्काल समाधान गर्ने व्यवस्था मिलाइएको छ । प्रहरीले चाडपर्वमा सार्वजनिक यातायातसँगै जुवातास, मादक पदार्थ सेवन तथा अन्य अवाञ्छित गतिविधिमाथि पनि निगरानी बढाएको छ । बाढीपहिरोका कारण कतिपय सडक प्रभावित भइरहेका बेला सुरक्षित यात्रा, ट्राफिक नियमको पालना र सहज आवागमनका लागि यातायात व्यवसायी, मजदुर र प्रहरीबीच समन्वय आवश्यक रहेको डीआईजी खनालले बताए ।

स्थानीय....आठ नगरपालिका र सात गाउँपालिकालाई समायोजन गरी एक महानगरपालिका, एक उपमहानगरपालिका र आठ स्थानीय तह कायम गर्ने अवधारणा अघि सारेको छ । प्रस्तावमा बिर्तामोडलाई महानगरपालिका तथा गौरादह(गौरीगञ्ज क्षेत्रलाई समेटेर 'गौरागौरी' उपमहानगरपालिका बनाउनेलगायतका विषय समेटिएका छन् । एमालेले प्रस्तावलाई अन्तिम रूप दिनुअघि आन्तरिक छलफल गरिरहेको छ भने जिल्लाका स्थानीय तहका प्रमुख तथा उपप्रमुखसँग समेत छलफल गर्ने तयारी गरेको छ । अन्य दल तथा स्थानीय तहबाट पनि आ-आफ्नो क्षेत्रको आवश्यकता र सम्भावनाका आधारमा विभिन्न प्रस्ताव आउन सक्ने देखिएको छ ।

सरकारले तयार पारेको मापदण्डले स्थानीय तहको संख्या र सीमा परिवर्तनसँगै वर्गीकरण पुनरवलोकनको बाटो पनि खुला गरेको छ । दुई स्थानीय तह एकआपसमा गाभिन चाहेमा सम्बन्धित गाउँसभा वा नगरसभाले प्रस्ताव पारित गर्नुपर्नेछ । त्यस्तो प्रस्ताव संघीय मामिला मन्त्रालयमा पठाउनुपर्ने र स्वीकृत गर्ने अधिकार संघीय सरकारमा रहने व्यवस्था छ । वडाको सिमाना परिवर्तन तथा स्थानीय तहको स्तरोन्नतिका लागि पनि सम्बन्धित गाउँसभा वा नगरसभाबाट प्रस्ताव पारित हुनुपर्नेछ ।

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐनले नगरपालिका, उपमहानगरपालिका र महानगरपालिका कायम हुन जनसंख्या तथा पूर्वाधारका विभिन्न मापदण्ड तोकेको छ । नगरपालिका बन्न हिमाली क्षेत्रमा कम्तीमा १० हजारदेखि तराईमा ७५ हजार तथा काठमाडौं उपत्यकामा एक लाख स्थायी बासिन्दा आवश्यक पर्ने व्यवस्था छ ।

उपमहानगरपालिकाका लागि कम्तीमा दुई लाख स्थायी जनसंख्या, पछिल्लो पाँच वर्षको औसत वार्षिक आन्तरिक आय कम्तीमा २५ करोड रूपैयाँ, पर्याप्त अस्पताल तथा स्वास्थ्य सुविधा, फोहोरमैला व्यवस्थापन, शिक्षा, सडक, खानेपानी, विद्युत् र सञ्चारलगायतका पूर्वाधार आवश्यक हुन्छन् । महानगरपालिकाका लागि भने कम्तीमा पाँच लाख स्थायी जनसंख्या, पाँच वर्षको औसत वार्षिक आन्तरिक आय कम्तीमा एक अर्ब रूपैयाँ, व्यवस्थित यातायात, बसपार्क, पार्किङ, सडकपेटी, शिक्षा, अस्पताल तथा अन्य सहरी पूर्वाधारको मापदण्ड तोकिएको छ ।

सरकारका अनुसार तोकिएका मापदण्ड पूरा गरेका गाउँपालिका नगरपालिका, नगरपालिका उपमहानगरपालिका र उपमहानगरपालिका महानगरपालिकामा स्तरोन्नति हुन सक्छन् । हाल देशभर ६ महानगरपालिका, ११ उपमहानगरपालिका, २७६ नगरपालिका र ४६० गाउँपालिका छन् ।

स्थानीय तह पुनर्संरचना भएपछि प्रशासनिक खर्च, जनप्रतिनिधिको संख्या, सेवा प्रवाह, विकास बजेटको वितरण र नागरिकको सरकारी सेवामा पहुँचमा समेत प्रभाव पर्नेछ । त्यसैले पालिका गाभ्ने वा सीमा परिवर्तन गर्ने निर्णयमा राजनीतिक तथा प्रशासनिक प्रस्तावसँगै जनसंख्या, भूगोल, आर्थिक क्षमता, पूर्वाधार, सेवा पहुँच र स्थानीय आवश्यकतालाई आधार बनाउनुपर्ने देखिन्छ ।

करिब एक दशकदेखि ठूलो पुनरवलोकन नभएको स्थानीय तहको संरचना निर्वाचनपछि फेरबदल गर्ने सरकारको तयारीले अब देशभर स्थानीय शासनको स्वरूपबारे नयाँ बहस सुरू हुने देखिएको छ ।

चाडपर्व.... थालेको २३ वर्ष भइसकेको बताए ।

खड्काले धरानबाट खरिद गरेका खसीबोका काठमाडौँ, जनकपुर, लहान, इटहरी, इनरूवा र पोखरालगायत सहरमा बिक्री गर्ने गरेको बताए ।

धरान कृषि उपज बजार व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष लक्ष्मण भट्टराईका अनुसार सातामा तीन हजारभन्दा बढी खसीबोका बिक्री हुने गरेका छन् । दसैं, तिहारजस्ता चाडपर्वको समयमा भने हप्तामा १० हजार बढी खसीबोका बिक्री हुने गरेको उनले जानकारी दिए ।

आर्थिक वर्ष २०८२/८३ मा कृषि उपज बजारबाट एक लाख ६० हजार खसीबोका बिक्री हुँदा करिब रू तीन अर्बको कारोबार भएको अध्यक्ष भट्टराईले उल्लेख गरे । गत वर्षको चाडपर्वमा मात्रै रू ४६ करोडबराबरको कारोबार भएको थियो । यस वर्ष कारोबार थप वृद्धि हुनसक्ने उनको भनाइ छ ।

भट्टराईका अनुसार बजारमा अघिल्ला वर्षहरूको तुलनामा यस वर्ष खसीबोकाको कारोबार १५ प्रतिशतले वृद्धि भइसकेको छ । बजारमा पहाडी जिल्लाका साथै इटहरी, मोरङको कानेपोखरी र बेलबारीलगायत तराईका किसान तथा व्यापारी खसीबोका खरिदबिक्रीका लागि आउने गरेका छन् ।

कोशी प्रदेशकै व्यवस्थित खसीबजारका रूपमा रहेको धरान कृषि उपज बजारले पहाडी जिल्लाका किसानलाई बजार उपलब्ध गराउनुका साथै स्थानीय व्यापार र रोजगारीमा योगदान पुऱ्याएको अध्यक्ष भट्टराईले बताए ।

संसदको...कानुन पनि बनेका छन् ।

राष्ट्रिय सभाले भोटेकोशी र कालीगण्डकीले निम्त्याएको विपत् अध्ययन तथा अनुगमन गर्न संसदीय विशेष समिति बनाएको छ । बिहीबारको बैठकले नौ सदस्यीय समिति गठन गरेको राष्ट्रिय सभा अध्यक्ष नारायणप्रसाद दाहालले जानकारी दिए । समितिमा सांसदहरू गीता देवकोटा, घनश्याम रिजाल, श्रीकृष्णप्रसाद अधिकारी, सम्झना देवकोटा, सोमनाथ पोर्तेल, पूजा चौधरी, कृष्णप्रसाद पौडेल र तुलप्रसाद विश्वकर्मा छन् । एक सदस्य पछि मनोनीत गरिने दाहालले बताए । समितिलाई पुस मसान्तसम्म काम गर्ने गरी समयसीमा तोकिएको छ ।

यसअघि बुधबार प्रतिनिधिसभाले पनि भोटेकोशी बाढीका विषयमा अध्ययनका लागि रास्वपाका संसदीय दलका उपनेता गणेश पराजुलीको संयोजकत्वमा १५ सदस्यीय विशेष समिति बनाएको थियो ।

कांग्रेसमा....विशेष महाधिवेशनमा सहभागी नभएका किशोरसिंह राठोर, धनराज गुरूङ, भीष्मराज आङदम्बेलगायत नेताहरूलाई समेट्नुपर्ने दबाब छ । सभापतिमा राठोरको दाबीसमेत चर्चामा छ । उपसभापतिमा शर्मा, भुसालसहित महालक्ष्मी उपाध्याय 'डिना', घिमिरे, आङदम्बे, गुरूङ र देवराज चालिसेको नाम चर्चामा छ ।

महामन्त्रीमा वर्तमान महामन्त्री पौडेललाई दोहोऱ्याउने तयारीसँगै उदयशमशेर राणा, जीवन परियार, राजीव ढुंगाना, मीन विश्वकर्मा, नैनसिंह महर, सुनिल शर्मा, अमरसिंह पुनलगायत नेताहरू आकांक्षी छन् । सहमहामन्त्रीका विभिन्न समावेशी क्लस्टरमा पनि नेताहरूको दाबी छ ।

यसैबीच पूर्वकार्यवाहक सभापति पूर्णबहादुर खड्का र नेता शेखर कोइराला कांग्रेसभित्र देखिएको समानान्तर महाधिवेशन प्रक्रियामा तत्काल सहभागी भएका छैनन् । कोइरालाले दुवै पक्षले आ(आफ्नो महाधिवेशन सम्पन्न गरेपछि एकताका लागि पहल गर्ने धारणा राख्दै आएका छन् ।

देउवा पक्षले छुट्टै महाधिवेशनको तयारी गरिरहेको छ भने थापा नेतृत्वको कांग्रेसले निर्धारित कार्यतालिकाअनुसार महाधिवेशन प्रक्रिया अघि बढाएको छ । यसले कांग्रेसभित्र नेतृत्व समायोजन, प्रतिनिधित्व र संगठनात्मक एकताको विषयलाई थप महत्वपूर्ण बनाएको छ ।

घाइते.... नियन्त्रण सम्हाल्दै साउदी अरबको •ताबुकमा आपत्कालीन अवतरण गराएका थिए ।

अबु धाबीमा उपचाररत मच्छरसँग भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले भिडियो कलमार्फत कुराकानी गरेका छन् । कुराकानीका क्रममा मच्छरले आफू घाइते भएर भुइँमा लडेको अवस्थामा विमान तल झरिरहेको महसुस गरेपछि यात्रुको ज्यान बचाउन आफू उठ्नैपर्ने ठानेको बताएका थिए । उनले त्यसबेला हनुमान चालिसा पाठ गरिरहेको पनि बताएका छन् । मोदीले उनको

साहस र तत्काल निर्णय गर्ने क्षमताको प्रशंसा गर्दै शीघ्र

स्वास्थ्यलाभको कामना गरेका छन् । अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले पनि मच्छरलाई 'हिरो' भन्दै प्रशंसा गरेका छन् । ट्रम्पले गम्भीर घाइते हुँदासमेत उनले देखाएको सुझबुझले विमान दुर्घटनाबाट जोगिएको बताएका छन् । इजरायली प्रधानमन्त्री बेन्जामिन नेतन्याहुले पनि मच्छरको साहसको प्रशंसा गरेका छन् ।

मच्छरको स्वास्थ्य अवस्था अहिले स्थिर रहेको र उपचारपछि सुधार भइरहेको भारतीय अधिकारीहरूले बताएका छन् । घटनाको वास्तविक कारण र सहपाइलटले आक्रमण गर्नुको उद्देश्यबारे भने सम्बन्धित निकायले अनुसन्धान गरिरहेका छन् ।

सातै प्रदेश... मूल्यांकन गर्न, हराएका सवारीसाधनको खोजतलास प्रभावकारी बनाउन तथा मदिरा, लागुऔषध सेवन र अनुमतिपत्रबिनाको सवारी सञ्चालन नियन्त्रण गर्न निर्देशन दिइएको छ ।

त्यस्तै, साइबर तथा आर्थिक अपराध, ठगी, मानव बेचबिखन, संगठित र सीमापार अपराधका प्रदेश तथा जिल्लागत प्रवृत्ति विश्लेषण गरी सम्भावित जोखिमको पूर्वपहिचान र तयारी गर्न भनिएको छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय

इजिप्टमा ६ पत्रकार पक्राउ

न्युयोर्क/ इजिप्टका अधिकारीहरूले स्वतन्त्र सञ्चारमाध्यम मात्सादासका छ जना पत्रकारलाई प्रतिबन्धित मुस्लिम ब्रदरहुडसँग सम्बन्धित रहेको आरोपमा पक्राउ गरेका छन् । घटनापछि अन्तर्राष्ट्रिय तथा क्षेत्रीय अधिकार समूहहरूले पत्रकारहरूको रिहाइको माग गरेका छन् ।

अधिकारीहरूले विदेशी कोषको बदलामा अनलाइन माध्यमका लागि झुटा समाचार उत्पादन गरेको आरोप लगाएका छन् । तर मात्सादासका सहसंस्थापक अब्देलरहमान मन्सुरले आरोप अस्वीकार गर्दै पक्राउ परेका पत्रकारहरू कहाँ छन् भन्ने'दयगत उनीहरूका परिवारलाई समेत जानकारी नभएको बताएका छन् । उनले उनीहरूलाई सकुशल रिहा गर्न माग गरे ।

मात्सादासले इजिप्टसहित अन्य अरब मुलुकमा खोजमूलक पत्रकारिता गर्दै आएको छ । इजिप्टमा यसको वेबसाइट अवरूद्ध भए पनि फेसबुकमा १० लाखभन्दा बढी फलोअर छन् । इजिप्टको गृह मन्त्रालयले भने मन्सुरले भारतबाट सञ्चालन गरेको अनुमतिविहीन माध्यमका रूपमा उल्लेख गर्दै पक्राउ परेका पत्रकारहरू मुस्लिम ब्रदरहुडको 'मिडिया कमिटी' का सदस्य रहेको आरोप लगाएको छ ।

मन्सुरका अनुसार पत्रकारहरू सोमबार र मंगलबार विभिन्न स्थानबाट पक्राउ परेका थिए । उनीहरूका मोबाइल फोन र कम्प्युटर जफत गरिएको छ । व्यक्तिगत अधिकारका लागि इजिप्टियन इनिसिएटिभले पत्रकारहरूलाई परिवार वा कानुनी टोलीसँग सम्पर्क गर्न नदिइएको र उनीहरू कहाँ छन् भन्ने स्पष्ट नभएको जनाएको छ ।

ह्युमन राइट्स वाच र रिपोर्टर्स विदाउट बोर्डर्ससहित ८० भन्दा बढी अधिकार समूह तथा नागरिक समाज संस्थाले पत्रकारहरूको रिहाइको माग गरेका छन् ।

कांग्रेसको संस्थापनमै फर्किए पूर्व राज्यमन्त्री राजवंशी

झापा । कोशी प्रदेशका पूर्व राज्यमन्त्री भूमिप्रसाद राजवंशी नेपाली कांग्रेसको संस्थापन पक्षमै फर्किएका छन् ।

कांग्रेस नेता कृष्णप्रसाद सिटौलानिकट मानिने राजवंशी केही समय इतर पक्षमा आवद्ध भएका थिए । कांग्रेस संस्थापन इतर पक्षको हिजोदेखि वडा अधिवेशन शुरू भएको छ । इतर समूहमा घेराबन्दीमा परेपछि प्रदेश सांसद राजवंशी इतर समूह छोडेर संस्थापनमै फर्किएको बताइएको छ । संस्थापन पक्षले उनलाई ससम्मान स्थान दिन लागेको बुझिएको छ ।

नेपाली कांग्रेसको १५ औं महाधिवेशनलाई लिएर संस्थापन र इतर पक्षबीच गतिविधि तीव्र भइरहेका बेला कोशी प्रदेशसभा सदस्य राजवंशीले आफू इतर पक्षको महाधिवेशनमा सहभागी नभएको स्पष्ट पारेका छन् । राजवंशीले आफ्नो राजनीतिक निष्ठा कुनै गुट वा व्यक्तिप्रति नभई पार्टीको आधिकारिक र संस्थागत धारप्रति रहेको बताएका छन् ।

छुट्टाछुट्टै दुर्घटनामा दुईको मृत्यु

झापा । छुट्टाछुट्टै घटनामा परेर उदयपुर र इलाममा दुई जनाको मृत्यु भएको छ । उदयपुरमा उत्तिसको रूखले किचेर एक जनाको मृत्यु भएको छ भने इलाममा घाँस काट्ने क्रममा खोल्सीमा लडेर अर्का एक जनाको ज्यान गएको हो ।

उदयपुरको रौतामाई गाउँपालिका(४ निगालेका ४८ वर्षीय गुञ्जबहादुर राईको रूखले किचेर मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ । प्रहरीका अनुसार बिहीबार दिउँसो २:३० बजे स्थानीय विदुर रोक्काको मालबासेस्थित बारीमा उत्तिसको रूख ढाल्ने क्रममा सोही रूखले किचेर राई गम्भीर घाइते भएका थिए ।

घटनाको जानकारी प्राप्त हुनासाथ प्रहरी चौकी रौतापोखरीबाट खटिएको टोलीले उनलाई उद्धार गरी उपचारका लागि जिल्ला अस्पताल उदयपुर पुऱ्याएको थियो ।

अस्पताल पुऱ्याउनासाथ चिकित्सकले राति ९:२० बजेतिर राईलाई मृत घोषणा गरेका थिए । त्यस्तै, इलामको फाकफोकथुम गाउँपालिका-१ युकरूम्बाका ६० वर्षीय थिरप्रसाद नेपालको खोल्सीमा लडेर मृत्यु भएको छ । बिहीबार दिउँसो करिब १ बजेतिर घरबाट चियाबारीमा घाँस काट्न गएका नेपाल अचानक खोल्सीमा लडेर घाइते भएका थिए । उपचारका लागि लैजाने क्रममा बाटोमै उनको मृत्यु भएको प्रहरीले जनाएको छ ।

आसन्न चाडपर्वलाई लक्षित गर्दै कालोबजारी तथा महँगी नियन्त्रणका लागि अत्यावश्यक वस्तुका व्यवसायी, मौज्दात र कारोबारसम्बन्धी विवरण संकलन गर्न पनि निर्देशन दिइएको छ ।

प्रहरी प्रवक्ता डीआईजी अविनारायण काफ्लेले नागरिकको अपेक्षाअनुसार सेवा प्रवाहका लागि प्रहरीको कार्यसम्पादनमा निरन्तर सुधार आवश्यक रहेको बताए ।

कांग्रेस संस्थापन...संलग्न नहुन आग्रह गर्दै त्यस्तो पाईएको खण्डमा कारवाहीसम्म हुने चेतावनी दिएका छन् ।

पार्टीका विभिन्न पदीय जिम्मेवारीमा रहेका पदाधिकारी, निर्वाचनबाट निर्वाचित प्रतिनिधि तथा साधारण क्रियाशिल सदस्यसम्मका कसैलाई पनि पार्टीको हित प्रतिकूल हुने कुनै पनि गतिविधिमा संलग्न नहुन समितिले कडा निर्देशन दिएको छ ।

१५औं महाधिवेशनको निर्वाचन प्रक्रियामा सहभागी भएर पनि पार्टीको हित विपरीतका क्रियाकलापमा संलग्न नहुन पार्टीका सम्पूर्ण तहका नेता तथा कार्यकर्ताहरूलाई सचेत गराइएको छ ।

समितिले निर्वाचन प्रक्रियामा संलग्न भइसकेपछि पनि कतिपय व्यक्तिहरू काङ्ग्रेसकै नाममा पार्टी विरोधी गतिविधिमा लागेको सूचना प्राप्त भएको जनाएको छ । त्यस्ता गतिविधिहरूलाई अत्यन्त गम्भीरताका साथ निगरानी गरिरहेको उनले स्पष्ट पारे ।

कार्यवाहक संयोजक धमलाले पार्टीको मर्यादा र नीति विपरीत गतिविधि नगर्न आह्वान गर्दै अन्यथा समितिले तत्काल आवश्यक कडा कारबाहीको प्रक्रियालाई अगाडि बढाउन बाध्य हुने स्पष्ट पारेका छन् । वडा,पालिका र क्षेत्रीय तहका निर्वाचन प्रक्रियामा उत्साहजनक रूपमा सहभागी भएकोमा सम्पूर्ण पार्टीका साथीहरूप्रति आभार प्रकट गरेको छ ।

दमक भेट्रान कप

चन्द्रगढी र काँकरभिट्टा भेट्रानको शानदार जित, क्वाटरफाइनलमा प्रवेश

◆ सुजन गौतम

दमक/ दमकमा बिहीबारदेखि कोशी प्रदेश जिल्लास्तरीय प्रथम भेट्रान च्यालेन्ज कप-२०८३ सुरू भएको छ । प्रतियोगिताको दोस्रो दिनको खेलमा मिक्लाजुङ भेट्रान र चन्द्रगढी भेट्रानबीच प्रतिस्पर्धा भएको थियो । दोस्रो दिनको खेलमा चन्द्रगढी भेट्रानले मिक्लाजुङ भेट्रानलाई ५-० गोल अन्तरले पराजित गरेको छ । दमक-२ स्थित बेलडाँगी खेलमैदानमा भएको खेलको पहिलो हाफको अन्तिम मिनेटमा चन्द्रगढी भेट्रानका कप्तान जर्सी नम्बर ३ का प्रेम लिम्बूले पहिलो गोल गर्न सफल भएका थिए ।

त्यस्तै, हाफपछि ६ मिनेटमा चन्द्रगढी भेट्रानका जर्सी नम्बर ११ का खेलाडी मित्र बसन्तले अर्को गोल गर्न सफल भएका थिए। त्यसैगरी चन्द्रगढी भेट्रानका जर्सी नम्बर १० का युगल किशोर राईले हाफ टाइमपछि ११औं मिनेटमा गोल गर्दै टोलीलाई अग्रता दिलाएका थिए ।

लगत्तै १६औं मिनेटमा जर्सी नम्बर १८ का सुवास खड्काले गोल गर्न सफल भएका थिए । त्यसपछि तत्कालै चन्द्रगढी भेट्रानका कप्तान जर्सी नम्बर ३ का प्रेम लिम्बूले हाफपछि १७औं मिनेटमा गोल गर्दै टोलीको अग्रता ५ गोलमा पुऱ्याएका थिए ।

चन्द्रगढी भेट्रानले मिक्लाजुङ भेट्रानमाथि गोलको वर्षा गरेको थियो भने मिक्लाजुङ भेट्रानले लज्जास्पद हार बेहोर्नुपरेको थियो ।

त्यसैगरी सोही दिनको दोस्रो खेलमा काँकरभिट्टा भेट्रानले मिल्स भेट्रान विराटनगरलाई ४-१ गोल अन्तरले पराजित गरेको छ ।

मिल्स भेट्रान विराटनगर र काँकरभिट्टा भेट्रानबीच भएको खेलमा सुरूवातको दोस्रो मिनेटमै मिल्स भेट्रान विराटनगरका जर्सी नम्बर ८ का सुमित डंगेलले गोल गर्दै टोलीलाई अग्रता दिलाएका थिए ।

तर, खेलको छैटौं मिनेटमा काँकरभिट्टा भेट्रानका जर्सी नम्बर ९ का राजु गुरूङले गोल गर्दै खेल बराबरीमा ल्याए । त्यसको दुई मिनेटपछि अर्थात् आठौं मिनेटमा काँकरभिट्टा भेट्रानका जर्सी नम्बर १७ का रमेश बस्नेतले गोल गर्दै टोलीलाई २-१ को अग्रता दिलाए ।

खेलको २४औं मिनेटमा काँकरभिट्टा भेट्रानका जर्सी नम्बर १६ का रानु राना मगरले पहैंलो कार्ड पाए ।

दोस्रो हाफ सुरू भएको चौथो मिनेटमा काँकरभिट्टा भेट्रानका जर्सी नम्बर १८ का राजु पौडेलले गोल गर्दै टोलीको अग्रता ३-१ बनाए । त्यसलगत्तै दोस्रो हाफको सातौं मिनेटमा काँकरभिट्टा भेट्रानका जर्सी नम्बर २१ का लिला बहादुर जोशीले गोल गर्दै टोलीको जित ४-१ ले सुनिश्चित गरेका थिए ।

यो खेलसँगै दमक चन्द्रगढी भेट्रान र काँकरभिट्टा भेट्रान प्रतियोगिताको क्वाटरफाइनलमा प्रवेश गरेको छ । भने अब क्वाटरफाइनल खेलमा पहिलो खेल दमक भेट्रान निले र बिर्तामोड भेट्रान र दोश्रो खेल ढल्के जोवन उर्लाबारी भेट्रान र दमक रातो भेट्रान बीच हुने छ ।

प्रतियोगिताको विजेताले नगद १ लाख १ हजार रूपैयाँ तथा उपविजेताले ५१ हजार रूपैयाँ पुरस्कार प्राप्त गर्नेछन् । विजेताले प्राप्त गर्ने १ लाख रूपैयाँ पुरस्कार दमकस्थित माया क्याफेले सौजन्यस्वरूप सहयोग गरेको आयोजकले जनाएको छ ।

दमक भेट्रान फुटबल क्लबका अध्यक्ष गजेन्द्र देवानको अध्यक्षतामा प्रतियोगिता सञ्चालन भइरहेको छ ।

लागुऔषधसहित तीन जना पक्राउ

इनरूवा/ सुनसरीको सीमावर्ती कोशी गाउँपालिका क्षेत्रबाट प्रहरीले लागुऔषधसहित तीन जनालाई पक्राउ गरेको छ । प्रहरीका अनुसार बिहीबार साँझ कोशी गाउँपालिका-१, लौकही भन्सार गेटबाट लागुऔषधसहित दुई जना र भोक्राहा नरसिंह गाउँपालिका-६, ईस्राइल कामतस्थित चेकपोस्टबाट एक जना पक्राउ परेका हुन् ।

लौकहीस्थित सशस्त्र प्रहरी बल, नेपाल (बीओपी) लौकहीबाट खटिएको चेकपोस्ट टोलीले भारतबाट नेपालतर्फ आउँदै गरेको प्र.१-०२-०५३ प ४६९६ नम्बरको बजाज कम्पनीको २०० सीसीको मोटरसाइकलमा सवार दुई जनालाई नियन्त्रणमा लिएको हो ।

शंकास्पद लागेर चेकजाँच गर्दा प्रतिबन्धित लागुऔषध फेला परेपछि कोशी गाउँपालिका(४, जुधगन्जका २५ वर्षीय शम्सेर आलम र २२ वर्षीय अलिसेर मियाँलाई पक्राउ गरिएको सशस्त्र प्रहरीले जनाएको छ । उनीहरूको साथबाट नेट्रोकोर र स्पास्मो प्लस-१३६ बरामद भएको प्रहरीले जनाएको छ । पक्राउ परेका आलम र मियाँलाई आवश्यक अनुसन्धान तथा कारबाहीका लागि जिल्ला प्रहरी कार्यालय सुनसरीमा बुझाइएको सशस्त्र प्रहरीले जनाएको छ ।

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

बिर्तामोड:
राजकुमार श्रेष्ठ
९८०६०१०४१०

दाँत र मुख सम्बन्धी हरेक समस्याको समाधान
ॐ शान्ति डेन्टल हस्पिटलको वरदान !

आउनुहोस् यहाँ दाँत उखेल्ने, भर्ने, लगाउने,वाङ्गा, टिङ्गा, मिलाउनेदेखि उपचार र मुखको जटिल शल्यक्रिया समेतको अनुभवी डाकटर र आधुनिक मेसिनको सहयताले यहाँ हरेक समस्याको सरल ढंगले समाधान गरिन्छ ।
सेवामा आवद्ध डाक्टरहरु
☞ 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)

◆ प्रधान सम्पादक/प्रकाशक: गञ्जबहादुर दाहाल, ◆ कार्यकारी सम्पादक: खगेन्द्र कार्की ◆ सहसम्पादक: विमल लामिछाने ◆ बजार व्यवस्थापक: केशव खनाल ◆ लेआउट: सुरेन बस्नेत
कार्यालय: दमक-५, झापा, फोन: ०२३-५७०२७२,
मुद्रण: ज्योति अफसेट प्रेस,
E-mail:purbasandesh@yahoo.com