म.जि. प्र. का. द.नं. : १०६/०६८, वर्ष १४ अंक १३७ शनिबार, १३ पुस २०८१ ने. सं. ११४५ थिलागा 28 December 2024 www.sajhakuranews.com पृष्ठ संख्या ४ मूल्यः रु. ३/-

मकवानपुरबाट प्रकाशित लोकप्रिय 'क' वर्गको पत्रिका

साझाकुरा

साझाकुरा

राष्ट्रिय दैनिक

www.sajhakuranews.com

लागूऔषध ओसारपसारको आरोपमा सातजना पक्राउ

हेटौंडा, १२ पुस/जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले लागूऔषध खैरोहिरोइन ओसारपसारको आरोपमा सात जनालाई पक्राउ गरेको छ । प्रहरीले छुट्टाछुट्टै दुई स्थानबाट सातजनालाई नियन्त्रणमा लिएको हो । प्रहरीले ४ ग्राम खैरोहेरोइनसहित हेटौंडा-२, पुरानो मकवानपुररोडबाट ३१ वर्षीय शिशिर राजथला, ३० वर्षीय निरन श्रेष्ठ, ३५ वर्षीय सुदिप भुर्तेल, हेटौंडा-४ का ३० वर्षीय असिमकुमार बर्तौला र हेटौंडा-१ का ३० वर्षीय ओम साहलाई पक्राउ गरिएको जनाएको छ ।

यसैगरी, हेटौंडा-१७, हटिया दाबिलेबाट २ ग्राम ५ सय ४० मिलिग्राम खैरो हेरोइनसहित विदनकुमार भुजेल र बारा जिल्लाको विश्रामपुर गाउँपालिका-८, नकाटुवाटोलका २१ वर्षीय शेख आजादलाई पक्राउ गरेर अनुसन्धान प्रक्रिया अगाडि बढाइएको मकवानपर प्रहरीले जनाएको छ ।

हेटौंडाका कृष्णको दूध बेचेरै मासिक ८ लाख आम्दानी

मणिराज गौतम

हेटौंडा, १२ पुस/१७ वर्षको वैदेशिक रोजगारीपछि हेटौंडामा पुर्ख्यौली १५ कठ्ठा जमिनमा फार्म निर्माण गरी पशुपालनमा सक्रिय रहेका कृष्णप्रसाद घोरासैनी कृषिमा देखिएको सम्भावनालाई चरितार्थ गर्ने सोचमा छन् ।

हेटौंडा-६ निवासी कृष्णप्रसाद घोरासैनी खाडी मुलुकबाट फर्किएर चार वर्षदेखि भैंसीपालन पेसामा रमाउँदै आएका छन् । युवा पुस्तालाई चुनौती दिँदै उनी भैंसीपालनमा सक्रिय छन् । घोरासैनीको दैनिकी झिसमिसेमा उठेदेखि साँझसम्म गोठमै बित्ने गर्दछ ।

उमेरले ५० वर्ष टेक्न लागेका उनी अहिले पनि भैंसीगोठमा हुने सबै कार्यमा सक्रिय छन् । बिहानको गोठधन्दा सकेर दूधको क्यान बोक्दै स्थानीय खुवाबजार चुच्चेखोलामा भेटिएका घोरासैनी पशुपालन पेसाबाट सन्तुष्ट देखिन्छन् । यस पेसामा हेर्ने दृष्टिकोण सकारात्मक नपाए पनि विदेशमा पसिना बगाउनुभन्दा स्वदेशमै केही गरौं भन्ने उद्देश्यले पशुपालनमा लागेको उनले सुनाए । सुरुमा नेपाल आए पनि के काम गर्ने ? भनेर अलमल परियो, साथीभाइ आफन्तसँगको सल्लाहमा नमुना कार्य गर्ने भन्दै यस पेसामा आकर्षित भएको उनी बताउँछन् ।

पशुपालनमा सक्रिय रहेका घोरासैनी कृषिमा देखिएको सम्भावनालाई चरितार्थ गर्ने सोचमा छन् । उनी २०५९ सालपछि साउदी अरब, यूएई, कतारलगायतका देशमा रोजगारीको सिलसिलामा पुगेका थिए । लामो समय विदेश बस्दा सन्तुष्टि नमिलेपछि २०७७ सालमा उनी स्वदेशमै कृषि तथा पशुपालनक्षेत्रमा केही गर्ने सोच बोकेर फर्किए ।

औद्योगिक वातावरण स्वास्थ्य र सुरक्षा विषयमा स्नातक तहमा इन्जिनियरिङ अध्ययन गरेका घोरासैनीले नेपालमा तत्कालीन जिल्ला विकास समिति मकवानपुर, रुकुमलगायतका जिल्ला तथा चमेलिया-दार्चुला सडक खण्डको गुणस्तर निर्धारक भएर पाँच वर्ष काम गरेका थिए । तत्कालीन समयमा मुलुकमा जारी सशस्त्र जनयुद्धका कारण काम गर्ने अवस्था नभएपछि उनले विदेश जानुको विकल्प देखेनन् । 'त्यसबेलाको कुरा गर्दा पनि आँशु आउछ, स्वेदेशमै केही गर्छु भनेर सरकारी सेवा गरेको थिएँ तर, काम गर्ने वातावरण नबनेपछि बाध्य भएर विदेसिनु पर्‍यो', उनले भने ।

१७ वर्ष विदेश बस्दा पैसा कमाए पनि देशप्रतिको मोहले उनलाई छाडेन । स्वदेशमै केही गरौं भन्ने उद्देश्यले गाउँ फर्किएका उनले अन्ततः पशुपालन व्यवसायलाई रोज्न पुगे । उनले २०७७ सालदेखि गाईभैंसीपालनलाई पेसागत रुपमा थालनी गरे । यससँगै माछापालन पनि गरे । हेटौंडा-१७ गैरीगाउँमा पुर्खौली जमिनमा १३ वटा गाई र सातवटा भैंसीपालनबाट यो पेशा सुरु गरेका उनले उतिबेला सोचेजस्तो आम्दानी पाएनन् ।

ठूलो लगानीमा होमिएका उनले सरकारीस्तरबाट पनि खासै अनुदान नपाएको गुनासो गरे । युवालाई नेपालमै स्वरोजगारमूलक नीति ल्याउने राज्यले काम गर्न खोज्ने युवालाई झन्झटिलो प्रक्रियामा गाँजेपछि घोरासैनीको मनमा चिसो पस्यो । त्यतिबेलामा देशमा गाईपालनको पेसामा धेरै जनाको आकर्षण बढे पनि गाईबाट उत्पादित दूध निकासीमा सुस्त देखेपछि लगभग एक वर्ष उनले घाटामै फार्म सञ्चालन गरे ।

स्थानीय खुवा बजारमा भैंसीको दूध आवश्यक देखेपछि आफू भैंसीपालनतर्फ आकर्षित भएको बताए । दूध बिक्रीमा कुनै समस्या नभएको उनको भनाइ छ । करिब डेढ करोड रुपैयाँको लगानीबाट उनले जैमिनी एग्रोफार्म कम्पनी प्रालिमार्फत पशुपालनमा हात हालेका हुन् । स्थानीय बजारमा गुणस्तरीय दूधको आपूर्ति गर्ने सोच बोकेर रोजगार तथा स्वरोजगार, उद्यमशीलताको नमूना बन्ने र कृषिमा देखिएको सम्भावनालाई युवा पुस्तामाझ आकर्षित गर्ने उद्देश्यले पेसामा होमिएको उनको भनाइ छ ।

बजारको माग धान्न अब भैंसीको संख्यालाई सयको हाराहारीमा पुर्‍याउने उनको सोच छ । भैंसीको संख्या बढाएर अझ फार्मलाई बृहत बनाउने सोच रहे पनि लगानीको अभावमा व्यवसाय विस्तार गर्न नसकेको उनको भनाइ छ ।

अनेक कागजी झन्झटका कारण सरकारी अनुदान नलिए पनि सहुलियत कर्जामा उनले यस पेसालाई निरन्तरता दिँदै आएका छन् । दूध बिक्रीबाट मासिक आठ लाख ५० हजार रुपैयाँ आम्दानी हुने गरेको उनी बताउँछन् । पशुआहार, कर्मचारी व्यवस्थापनमा मासिक सात लाख रुपैयाँ खर्च हुने गरेको उनको भनाइ छ । उनको फर्ममा अन्य पाँच जनाले रोजगारी पाएका छन् ।

समाजबाट यस पेसाप्रति अपेक्षाकृत सहयोग नपाएको दुखेसो गर्दै स्थानीय सरकारले वास्तविक कृषकलाई चिनेर कृषिनीति निर्माणमा भएको कमीकमजोरी सुधार गर्नसके यस पेसामा युवाको आकर्षण बढ्ने उनको बुझाइ छ । घोरासैनीले १० कठ्ठा जग्गामा माछापोखरी बनाएर माछापालन व्यवसायलाई पनि सँगै लगेका छन् । उनले तीन लाख रुपैयाँ खर्चेर पोखरी निर्माण गरी त्यसमा विभिन्न प्रजातिका एक हजार माछाका भुरा हालेका छन् । पोखरीमा रौ, कमनकार्प, बिगहेड, ग्रासकार्पलगायत प्रजातिका माछा रहेका छन् ।

मैत्रीपूर्ण भलिवलमा फाइनल समिकरण पूरा

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/मनहरी गाउँपालिकाले आयोजना गरेको वडास्तरीय शिक्षक मैत्रीपूर्ण भलिवल प्रतियोगितामा मनहरी-४ र ३ को फाइनलको समिकरण तय भएको छ ।

शुक्रबार रोटरी माविमा आयोजना गरिएको खेलमा मनहरीका १० वटा टिमले सहभागिता जनाएका थिए । वडाभित्रका सामुदायिक विद्यालयमा अध्ययन गर्ने शिक्षकबीच खेलाइएको खेलमा ६ नं. वडाबाट २ वटा र बाँकी वडाबाट एक/एक टिम सहभागी थिए । सेमिफाइनलमा मनहरी ४ ले ८ नं. वडाको टिमलाई र ३ नं.ले ७ नं. वडाको टिमलाई पराजित गरी फाइनल यात्रा तय गरेका थिए ।

मनहरी गाउँपालिका शिक्षा समितिका संयोजक तथा मनहरी-३ का अध्यक्ष अनन्तप्रकाश अर्यालको सभाध्यक्षता, गाउँपालिका अध्यक्ष रञ्जन कालाखेतीको प्रमुखआतिथ्यतामा कार्यक्रम भएको हो । शिक्षकहरुको क्षमता विकाससँगै खेलकुदलाई बढावा दिने उद्देश्यले आयोजित भलिबल प्रतियोगिताको फाइनलमा ३ र ४ नम्बर वडा प्रवेश गरेका हुन् ।

प्रतियोगितामा प्रत्येक वडाको एक/एक टिम र ६ नम्बरको २ वटा गरी १० टिमको सहभागिता रहेको थियो । सेमिफाइनलमा ३ नम्बरले ७ लाई २५-१९, २५-२७ र १५-११ को सेटमा हराउँदै फाइनल प्रवेश गरेको हो ।

४ ले ८ नम्बरलाई २५-१३ र २५-१६ को सोझो सेटमा हराउँदै उपाधि भिडन्त पक्का गरेको हो । ३ नम्बर अध्यक्ष कालाखेतीले शिक्षकलाई पढाईसँगै खेलकुदमा समेत जोड्ने उद्देश्यले भलिबलको आयोजना गरिएको बताए । यस प्रतियोगितालाई प्रत्येक वर्ष निरन्तरता दिने योजना रहेको उनको भनाई थियो । शिक्षकले खेल्दा विद्यार्थीलाई समेत हौसला मिल्ने कालाखेतीको दावी थियो ।

प्रतियोगिताको उद्घाटनमा उपाध्यक्ष सीता पुलामीमगर, ७ नम्बर वडाअध्यक्ष ठाकुरराम तितुङ, ८ नम्बर वडा अध्यक्ष नारायण उप्रेती, शिक्षा शाखाप्रमुख प्रदीप पराजुली, रोटरी मावि ब्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष शालिकराम बानियाँलगायतको आतिथ्यता रहेको थियो । प्रतियोगिताको फाइनल खेल १५ गते हुने गाउँपालिका स्रोतशिक्षक विदुरथापाले जानकारी दिए ।

यस्तै मनहरी गाउँपालिकाले पुस १३ गते शनिबारदेखि राष्ट्रपति रिनङ शिल्ड प्रतियोगिता संचालन गर्ने भएको छ । गाउँपालिकाभित्रका करिब १८ वटा विद्यालयका विद्यार्थीले सहभागिता जनाउने खेल पुस १५ गते समापन हुने बताइएको छ । विद्यालयस्तरका सबैभन्दा ठूलो खेलकुद प्रतियोगितको तयारी पूरा भएको रोटरी माविका सहायक प्रधानाध्यापक साधुराम रिजालले जानकारी दिए ।

मकवानपुरमा मुवाँथाई संघ गठन, मैनालीको नेतृत्व

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/ मकवानपुरमा मुवाँथाई संघ गठन भएको छ । शुक्रबार हेटौंडामा भएको भेलाले प्रविन मैनालीको नेतृत्वमा जिल्ला कार्यसमिति गठन गरेको हो ।

मार्सलआर्ट अन्तर्गतको मुवाँथाई व्यावसायीक फाइट हो । यो खेल विश्वभर चर्चित छ । मुवाँथाईको अन्तराष्ट्रिय प्रतियोगितामा नेपालले स्वर्णपदकमसमेत जितिसकेको छ । संघको उपाध्यक्षमा ध्रुवराज ढकाल र विवेक बजगाईं, सचिवमा रञ्जिता विष्ट, सहसचिवमा श्रृजना लामिछाने, कोषाध्यक्षमा बिनोद पौडेल चयन भएका छन् । सदस्यहरुमा चित्रबहादुर तामाङ, सुरज दुलाल, परमेश्वर पौडेल, राजन श्रेष्ठ, नारायण ढकाल, रुपा बर्तौला कठायत, दिया महतक्षेत्री, किरण गिरी, राहुल थोकरलामा, बादल सिलवाल, रोशन पौडेल र रुपककुमार बर्नवाल रहेका छन् ।

बागमती प्रदेशका आन्तरिक मामिला तथा कानुनमन्त्री सुरजचन्द्र लामिछानेको प्रमुख आतिथ्यतामा भएको जिल्ला भेलामा बागमती प्रदेश खेलकुद विकास परिषद्का सदस्य सचिव दीपक लामा, नेपाल तरुण दल केन्द्रीय सदस्य सुनिलकुमार दाहाल, अल्पाइन स्पोर्टस् महासंघका अध्यक्ष गोविन्द भट्टराई, अटो मोवाइल्स संघ बागमती प्रदेश उपाध्यक्ष सीता केसीलगायतको आतिथ्यता रहेको थियो ।

अनेमसंघ थाहाको नयाँ कार्यसमिति चयन

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/नेकपा एमाले निकट अखिल नेपाल महिला संघ थाहा नगरकमिटीको अध्यक्षमा यसोदा अधिकारी सर्वसम्मत चयन भएकी छन् ।

१२ पुसमा भएको तेस्रो नगर सम्मेलनले अधिकारीको नेतृत्वमा ३३ सदस्यीय नगरकमिटी गठन गरेको हो । कमिटीको उपाध्यक्षमा मेनुका ढकाल, सचिव जानकी श्रेष्ठ, कोषाध्यक्ष गंगा घले र उपसचिवमा निशा दोङ निर्विरोध भएका छन् । कमिटीका सदस्यहरुमा दुर्गा विडारी, प्रतिमा श्रेष्ठ, सावित्रीदेवी ढकाल, निर्मला ढकाल, बिमला कार्की, अनिता कार्की, पार्वती अधिकारी, सृजना अधिकारी, राधिका खड्का, सपना वाइबा, सविता सुवेदी, सुमित्रा लामा, काइलीमाया थिङ, मुना माया मोक्तान, कान्छीमाया वाइबा, रोजिना महर्जन र बिमला जिम्बा चयन भएका छन् ।

यसैगरी कमिटीको सदस्यहरुमा रोजिना महर्जन, बिमला जिम्बा, जानुका बस्नेत, बिपना गमाल, सोममाया बल, सरिता गोले, सुशिला मगर, सुकुमाया स्याङ्तान, राधा गोपाली, मेनुका बर्तौला, बिमला गोले, सुनितामाया लामा र पार्वती सुनार सर्वसम्मत चयन भएका छन् ।

नगर सम्मेलनमा प्रमुख अतिथि अनेमसंघ केन्द्रीय सदस्य पार्वती राना, जिल्ला अध्यक्ष सुमित्रा काफ्ले, एमाले प्रदेश कमिटी सदस्य बरिना बल, जिल्ला सदस्यहरु बिमल ढकाल, हरि गोपाली, सुनिता दोङ, तुलसा विष्ट, नगरअध्यक्ष सुरेन्द्रमान प्रधान, उपाध्यक्ष हेमकुमार थिङ, सचिव सुजनकुमार रायमाझी, पूर्वसचिव रामकृष्ण बस्नेत, नगर सदस्यहरु गौतमराज श्रेष्ठ, राजाराम रायमाझी, किशु रायमाझी, कमल कार्की, गोमा कार्कीलगायतको आतिथ्यता थियो । नवगठित कमिटीलाई जिल्ला अध्यक्ष काफ्लेले शपथ गराइन् । सम्मेलनको अवसरमा बिगतमा अनेम संघको नेतृत्व लिई संगठनलाई पुर्‍याएको योगदानको कदर गर्दै १२ जना पूर्वमहिलानेतृलाई सम्मान गरिएको थियो ।

बागमती प्रदेश लिगः मकवानपुर र चितवनको जित

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/ हेटौंडामा जारी बागमती प्रदेश लिग फुटबल प्रतियोगितामा मकवानपुर र चितवन विजयी भएका छन् । मकवानपुरले धादिङलाई र चितवनले काभ्रेलाई पराजित गरेको हो ।

हेटौंडा-५ स्थित पिप्ले-क्याम्पा रंगशालामा बागमती प्रदेश फुटबल संघको आयोजना भएको दोस्रो संस्करणको प्रदेश लिग फुटबल प्रतियोगिताअन्तर्गत् मकवानपुरको पदमपोखरी युथ क्लबले धादिङको धुनीवेसी युथ समाजलाई २-१ गोलले हराएको हो ।

पदमपोखरीका लागि खेलको ३८ औं मिनेटमा प्रितम स्याङ्बोले गोल गरे । खेलको ७९ औं मिनेटमा धुनिवेसीका टिम क्याप्टेन श्रीकृष्ण रेग्मीले गोल गर्दै खेललाई बराबरीमा ल्याए ।

खेलको ८४ औं मिनेटमा पदमपोखरीका महेश वाइबाले गोल गर्दै टिमलाई जित दिलाएका थिए । समूह 'ग' बाट जित निकालेसँगै पदमपोखरीले प्रतियोगितामा कुल ३ अंक जोडेको छ । पदमपोखरीले पुस १४ गते समूह चरणको दोस्रो खेलमा ललितपुरको टिमसँग प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्नेछ । पहिलो खेलमा हार व्यहोरेसँगै अंकविहीन बनेको धुनिवेसीले ललितपुरसँगै प्रतिस्पर्धा गर्नेछ ।

शुक्रबार भएको अर्को खेलमा चितवनको भरतपुर फुटबल क्लबले काभ्रेको माउण्ट एभरेष्टलाई २-१ गोल अन्तरले पराजित गरेको छ । भरतपुरको तर्फबाट खेलको ५ औं मिनेटमै अञ्जन चौधरीले गोल गरे । खेलको ६६ औं मिनेटमा सन्दीप केसीले गोल थपे । खेलको अन्तिम समयमा माउण्ट एभरेष्टका विशेष लामाले सान्त्वना गोल फर्काए । पराजित भएसँगै काभ्रेको माउण्ट एभरेष्ट प्रतियोगिताबाट बाहिरिएको छ । काभ्रे समूह चरणको २ खेलमा नै पराजित भएको थियो ।

काभ्रे यसअघि बुधबार भएको उद्घाटन खेलमा काठमाडौंको चित्लाङ फुटबल क्लबसँग पराजित भएको थियो । चितवन ३ अंकसहित तालिकाको दोस्रो स्थानमा रहेको छ । चितवनले काठमाडौंको चित्लाङ फुटबल क्लबसँग प्रतिस्पर्धा गर्नुपर्नेछ । लिगकम नकआउटको आधारमा भएको प्रतियोगितामा ११ जिल्लाको टिमको सहभागिता रहेको छ । प्रतियोगिताको फाइनल खेल पुस २० गते हुनेछ ।

प्रतियोगितामा विजेता तथा उपविजेताले क्रमशः नगद २ लाख र एक लाख नगदसहित शिल्ड तथा प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नेछन् । लिगमा यसवर्ष मकवानपुरबाट पदमपोखरी युवा क्लब, बिएफसी चितवन, धुनिवेशी युथ समाज धादिङ, बट्टार युथ क्लब नुवाकोट, चित्लाङ फुटबल क्लब काठमाडौ, थिमी युथ क्लब भक्तपुर, माउन्ट एभरेस्ट एफसी काभ्रे, चौतारास्पोर्टिङ सिन्धुपाल्चोक, टाइगर टिम दोलखा, ब्लु अल्पाइन सिन्धुली र ललितपुरको क्लबहरु सहभागी भएका छन् ।

सम्पूर्ण ब्राण्डका गाडी
एकै ठाउँमा सम्पूर्ण सेवासहित

- कार वास भित्र/बाहिर
- वायरिङ मर्मत
- मेशिनद्धारा A/C मर्मत तथा ग्याँस रिफिलिङ
- सेन्सरसम्बन्धी समस्या कम्प्युटरबाट जाँचिने
- डेन्ट, पेन्ट, प्लाष्टिक/ग्याँस/इलेक्ट्रिक वेल्डिङ
- टायर ब्यालेन्स, पन्चर र फेर्ने काम मेशिनबाट
- हेटौंडामै पहिलो पटक N2 (Nitrogen) हावा टायरमा भरिने
- इन्जिनसम्बन्धी सबै काम

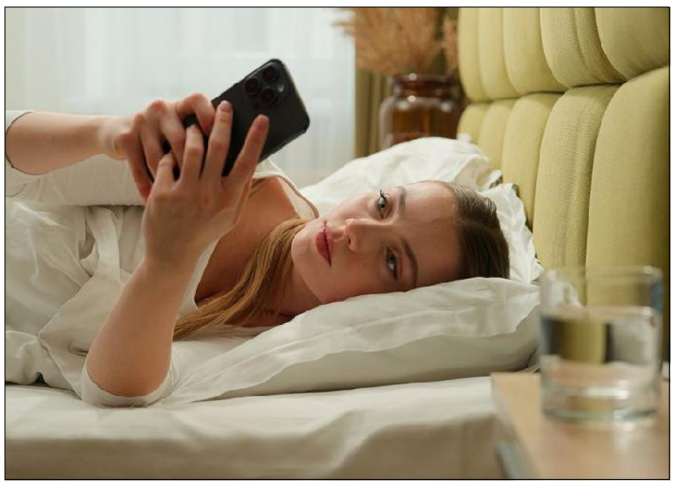
Himalayan Motors Pvt.Ltd.

हेटौंडा, चौकीटोल, सम्पर्क नं.: ०५७-५९०३३३

यस पृष्ठमा प्रकाशित साहित्य बाहेकका सामग्रीहरु विभिन्न वेभसाइट, सामाजिक सञ्जाल तथा एजेन्सीहरुबाट साभार गरिएका हुन् ।

facebook twitter Google **विज्ञान/प्रविधि**

बिहान उठ्ने बित्तिकै फोन चलाउनुहुन्छ ? यी हुनेछन् समस्या



आजकल स्मार्टफोन हाम्रो जीवनको अटूट हिस्सा बनिसकेको छ । स्मार्टफोन हाम्रो जिन्दगीमा यसरी हावी भइसकेको छ कि स्मार्टफोन बिना कुनैपनि काम चल्नसक्छ भन्ने लाग्दैन ।

दिनभर कुनै न कुनै कामका लागि फोनको प्रयोग गरिन्छ । धेरैजनाको बानी त बिहान उठ्ने बित्तिकै ओछ्यानमा रहँदा देखि नै फोन चलाउने हुन्छ । तर एकाबिहानै स्मार्टफोनको स्क्रिनमा गाडिने यस्तो बानी हाम्रो स्वास्थ्यका लागि निकै हानिकारक हुन्छ भन्ने धेरैलाई थाहा नहुन सक्छ ।

बिहान उठ्ने बित्तिकै स्मार्टफोन प्रयोग गर्ने बानीले प्रत्यक्ष रुपमा हाम्रो स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य तथा व्यक्तित्वलाई प्रभाव पार्दछ । एकाबिहानै फोन हेर्ने बानीका नकारात्मक असरहरु यस्ता छन् :

निद्राको गुणस्तर बिग्रिने

जब हामी सुतिरहेका हुन्छौँ, त्यसबेला हाम्रो दिमाग शान्त रहन्छ । त्यस्तोमा जब हामीले बिहानै फोनको स्क्रिन हेर्छौं तब हाम्रो दिमाग अचानक सक्रिय हुन्छ र यसले हाम्रा दिमागका स्नायुसम्मै क्षति पुर्‍याउँछ । यदि यो बानी लामो समयसम्म रह्यो भने निद्राको गुणस्तर खराब हुने तथा सधै थकान महसुस भएको जस्तो समस्या पैदा हुन्छ ।

उच्च तनाव

स्मार्टफोनमा सोसल मिडिया, समाचार, इमेल तथा विभिन्न खालका एपहरुका नोटिफिकेसन आइरहन्छन् । बिहानै उठेर यस्ता सूचना हेर्नाले तनाव अर्थात् स्ट्रेस बढ्न सक्छ । बिहानै यदि नकारात्मक खबर हेरियो भने त्यसबाट हाम्रो मस्तिष्क नकारात्मकताले भरिन्छ र दिनभरको मुड खराब हुन्छ ।

उत्पादनशीलता घट्ने

यदि उत्पादनशीलता अर्थात् प्रडक्टिभिटी बढाउनु छ भने बिहानको समय सबैभन्दा धेरै उपयोगी हुन्छ । बिहानको समयमा हामीले आफ्नो पूरा दिनको योजना बनाउन सक्छौं र त्यसलाई उत्कृष्ट बनाउन सक्छौं । तर, जब हामीले बिहानै उठ्ने बित्तिकै फोनमा झुम्मिन थाल्छौं, तब हाम्रो ध्यान भट्किन्छ र धेरै समय बर्बाद हुन्छ । यसबाट तपाईंको समय त बर्बाद हुन्छ नै काममा मन नलाग्दा उत्पादनशीलता पनि कम हुन्छ ।

आँखाको समस्या

स्मार्टफोनको स्क्रिनबाट निस्किने निलो प्रकाश हाम्रो आँखाको लागि निकै हानिकारक हुन्छ । बिहान स्मार्टफोनको प्रयोग गर्दा आँखामा जलन हुने, सुन्निने र धमिलोपन जस्ता समस्या उत्पन्न हुन्छ ।

त्यसैले बिहान उठ्ने बित्तिकै स्मार्टफोन चलाउनुको साटो अन्य विभिन्न गतिविधिमा ध्यान दिनु आवश्यक हुन्छ । बिहानको समयमा योगा, ध्यान, व्यायाम आदि गरेर आफ्नो दिनको सुरुवात गर्नुपर्छ । यसबाट हाम्रो दिमाग शान्त रहन्छ, राम्रो निद्रा पर्छ र उत्पादनशीलता पनि बढ्दछ ।

यौन स्वास्थ्य

गर्भनिरोधका लागि पुरूषले कस्तो उपाय अपनाउन सक्छन् ?

महिलाले प्रयोग गर्ने गर्भनिरोधक उपायको बारेमा त धेरैले सुनिरहेका हुन सक्छन् । तर गर्भ निरोधका लागि पुरुषले प्रयोग गर्ने उपाय धेरैको लागि नौलो विषय हुन सक्छ । पुरुषले पनि गर्भनिरोधक उपाय अपनाउन सक्छन् । तर कस्तो अवस्थामा र कसरी पुरुषले गर्भनिरोधक उपाय अपनाउने ? वा कस्ता कस्ता उपायहरू बजारमा पाइन्छ ? यसबारेमा तल केही जिज्ञासा मेट्ने कोसिस गरिएको छ ।

केवल ३० मिनेटको सजिलो प्रक्रिया

यो विधि सुरक्षित र सजिलो छ । यसमा केवल ३० मिनेटमा गर्भनिरोध सम्बन्धी सबै काम सम्पन्न गरिन्छ । नसबन्दी गरेपछि शुक्राणुले महिलाको योनीसम्म पुग्न दिँदैन । यस प्रक्रियामा शुक्रकीट बहने नली ब्लक गर्ने गरिन्छ । जसले शुक्राणुलाई अण्डकोषबाट मूत्रमार्गसम्म पुर्‍याउँछ ।

थप बच्चाको आवश्यकता छैन भने उपयुक्त

यो विकल्प छनौट गर्नुहोस् यदि तपाईंको परिवार पूरा भएको छ वा तपाईं अरू बच्चा चाहनुहुन्न। जहाँसम्म कि यदि उन्नत प्रविधिको सहयोगमा यसरी नसबन्दी पछि पनि बच्चा आवश्यक भयो भने ट्युबलाई पुन: सुरू गर्न सकिन्छ । तर यो प्रक्रिया सधैं सफल हुँदैन, त्यसैले सन्तानको पर्याप्ततापछि मात्रै यो प्रविधि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यो विधि महिलाको नसबन्दीभन्दा कम खर्चिलो विकल्प हो । भारतका विभिन्न सहरहरूमा यस्ता उपायहरू धेरैले अपनाउने गरेका छन् ।

भ्रमका कारण छनौट गर्दैनन् सजिला विकल्पहरू

पुरुष नसबंदीको सम्बन्धमा धेरै अलमल रहेको पाइन्छ । जसमध्ये एउटा यो विकल्पले प्रोस्टेट क्यान्सरको जोखिम पनि बढाउँछ भन्ने तर्क पनि रहेको पाइन्छ । जबकि चिकित्सकहरू यस विधिको टेस्टिकुलर क्यान्सर सँग कुनै सरोकार नरहेको बताउँछन् । यो विधि पुरुषहरूको लागि पूर्ण सुरक्षित मानिन्छ । केही व्यक्तिहरू यो सोच्दछन् कि यो एक शक्तिशाली र सजिलो विधि हो । यस प्रक्रिया पछि हल्का दुखाइ महसुस हुन्छ तर यो सामान्य हो । यो दुखाइ बिस्तारै आफैँमा हट्नेछ । केही दिनमा तपाईं सामान्य हुनुहुन्छ तर डाक्टरहरू नसबन्द गरेका व्यक्तिलाई १५ दिनसम्म कुनै पनि भारी बोक्न निषेध गर्छन् । त्यहाँ एक भ्रम पनि रहेको पाइन्छ कि एउटा पुरुष नसबन्दी हुनुले वैवाहिक जीवनलाई असर गर्छ भन्ने । तर यसमा पनि कुनै सत्यता नरहेको चिकित्सकहरू बताउँछन् । यो केवल गर्भनिरोधको विकल्प मात्रै हो ।

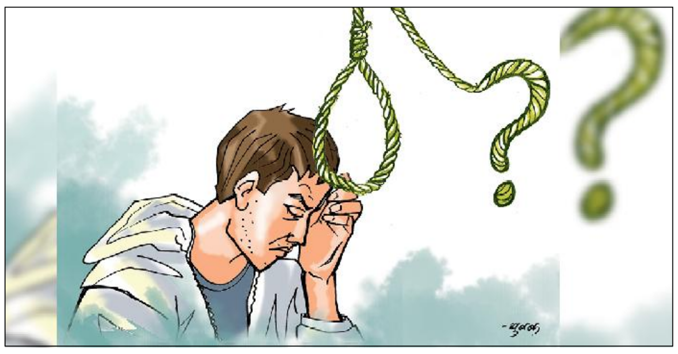
पुरूष नसबन्दीको साइड इफेक्ट

पुरुष नसबन्दीले शरीरमा कुनै साइड इफेक्ट हुँदैन । तर यो कुरा ध्यानमा राख्नुपर्छ कि यो केवल एक गर्भनिरोधक विकल्प मात्र हो, त्यसैले यसले एड्स, सिफलिस जस्ता रोगबाट सुरक्षा प्रदान गर्दैन । यस्तो सुरक्षाको लागि तपाईंले अन्य विकल्पहरू छनौट गर्नुपर्ने हुन्छ । अर्को समस्याको कुरा यो हो कि यसपछि तपाईं भविष्यमा बच्चाको योजना गर्न सक्नुहुन्न । त्यसकारण तपाईंले यसबारेमा राम्रोसँग सोचविचार गरेर निर्णय लिनुपर्छ ।

पुरूष नसबन्दीको फाइदाहरू

१. यो विधि सस्तो र सजिलो समाधान हो । ती जोडी जो आफ्नो परिवारको योजना पूरा गरेर बसेका छन् । यो उनीहरूको लागि उपयुक्त विधि हो ।
२. यसले शरीरको कुनै पनि भागमा नकारात्मक प्रभाव पार्दैन । बान्ता वा गम्भीर दुखाइ जस्ता चीजहरू यस प्रक्रियामा देखा पर्दैन ।
३. यो विकल्प अपनाएर तपाईंले आफ्नो विवाहित जीवन अझ राम्रो बनाउन सक्नुहुन्छ ।
४. यो विधि अपनाएपछि शरीरको अंगमा कुनै रक्तस्राव हुँदैन ।
५. अनप्लान गर्भावस्थाबाट बच्नको लागि एक सुरक्षित विकल्प हो । धेरैचोटि दम्पतीहरूले गर्भावस्थाको योजना गर्दैनन्, जसका कारण उनीहरूले कष्ट भोग्नुपर्छ, यसबाट बच्नको लागि पुरुष नसबन्दी अपनाउन सकिन्छ ।
६. यो स्थायी विकल्प हो, त्यसैले तपाई यस पछि गर्भावस्थाको बारेमा चिन्ता लिनु हुँदैन ।

आत्महत्या: कारण र रोकथाम



व्यक्तिले जानीबुझी विभिन्न साधनको स्वेच्छिक प्रयोग गरेर आफ्नो जीवन अन्त्य गर्नु नै आत्महत्या हो। अध्येताहरुले विभिन्न तरिकाद्वारा आत्महत्याको वर्गीकरण गरेको पाइन्छ। संयुक्त राज्य अमेरिकाको नेसनल इन्स्टिच्युट अफ मेन्टल हेल्थको आत्महत्या रोकथाम अनुसन्धान केन्द्रले पूर्ण आत्महत्या, आत्महत्या प्रयास अनि आत्महत्याको विचारका रूपमा आत्महत्याको अवधारणालाई वर्गीकृत गरेको छ ।

आत्महत्याको वास्तविक नतिजाका आधारमा भने यो सामान्यतया: तीन प्रकारमा विभाजित हुन्छ, आत्मघाती विचार, आत्महत्या प्रयास र सफल आत्महत्या । आत्महत्या गरेर मृत्यु हुनुलाई सफल आत्महत्या भनिन्छ। आत्महत्या गर्ने तर मृत्यु नहुनुलाई आत्महत्या प्रयास भनिन्छ र आत्मघाती विचार भन्नाले आत्महत्या गर्ने विचार मनमा आउनु तर कार्यान्वयन गर्न नसक्नु हो।

अर्ध-आत्महत्या वा छद्म-आत्महत्याले त्यस्तो व्यक्तिलाई जनाउँछ जसले आफ्नो जीवन समाप्त गर्ने इच्छा त गर्दैन, तर वर्तमान अवस्थाबाट छुटकारा पाउन वा धम्क्याउन वा सहयोगको अपेक्षाले आत्महत्या गर्ने व्यवहार र इशाराहरू प्रदर्शन गर्छ।

आत्महत्याको विचार भनेको आफैंलाई हानी पुर्‍याउने स्पष्ट इच्छा हो, तर यहाँ आत्महत्याको कुनै योजना चाहिँ हुँदैन, कुनै तयारी हुँदैन र आफूलाई हानि गर्ने कुनै वास्तविक कार्य पनि हुँदैन।

आत्महत्या दरले कुनै निश्चित जनसंख्यामा एक वर्षभित्र आत्महत्याका कारणले भएका मृत्युका घटनालाई जनाउँछ र यो प्रतिवर्ष १ लाख मानिसमा आत्महत्याले मृत्यु हुनेको संख्याको रूपमा व्यक्त गरिन्छ ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनको प्रतिवेदन अनुसार विश्वमा प्रतिवर्ष करिब १० लाख मानिस आत्महत्याका कारण मर्छन् जसअनुसार आत्महत्या दर प्रति लाखमा १६ हुन्छ । यसको मतलब प्रत्येक ४० सेकेन्डमा १ व्यक्ति आत्महत्याले मर्छ । संसारमा १५ देखि ४४ वर्ष उमेर समूह बीचका मानिसमा मृत्युको तीन प्रमुख कारणमध्ये आत्महत्या एक हो । आत्महत्या प्रयास त झन् सफल आत्महत्या भन्दा ८-१० गुणाले नै बढी छ ।

नेपालमा आत्महत्याकै तहमा विस्तृत अध्ययनहरु त भएका छैनन् तर विगत केही महिना यताका प्रहरी तथ्यांकहरुका आधारमा विश्लेषण गर्दा दैनिक सरदर १९-२० जनाले आत्महत्या गर्ने गरेको देखिन्छ ।

कारक तत्व

मानसिक रोग भएका बिरामीहरूमा आत्महत्याको जोखिम धेरै हुन्छ । अन्तर्राष्ट्रियस्तरमा भएका अध्ययनका तथ्यांकअनुसार आत्महत्या गरेका करिब ९० प्रतिशत व्यक्तिमा कुनै न कुनै मानसिक रोग भएको हुने रहेछ । स्किजोफ्रेनिया (साइकोसिस), डिप्रेसन, अनि दुर्व्यसनका बिरामीहरुमा आत्महत्याको उच्च जोखिम रहेको पाइन्छ । त्यसैले त आत्महत्याको रोकथाम र समयमै उपचार मनोचिकित्साको आपतकालीन प्राथमिक उपचारको अभ्यासमा पर्छ। समयमै आत्महत्याको आकलन, मानसिक रोगहरुको निदान अनि विभिन्न मानसिक रोगहरूमा आत्महत्याको जोखिम बुझ्नु आत्महत्या रोक्नको लागि धेरै महत्वपूर्ण कारक मानिन्छ।

आत्महत्यासँग सम्बन्धित जोखिम कारकहरूमा गरिएको अध्ययनले आत्महत्याका लागि निम्न आठ कारक महत्वपूर्ण मानिन्छन्: डिप्रेसनका लक्षणहरूको उच्च स्कोर, अघिल्ला आत्महत्याका प्रयासहरू, हालसालै घटेका तनाव दिने घटनाहरू, कम गुणस्तरको जीवनशैली, पुरानो तनाव, गम्भीर पारस्परिक द्वन्द्व, आत्महत्याको प्रयास वा सोच गरेका आफन्तहरू या आत्महत्याको प्रयास वा सोच गरेका साथीहरू। यी कारकमध्ये यदि कुनै व्यक्तिमा २-३ कारक छन् भने आत्महत्याको सम्भावना ३० प्रतिशत हुन्छ। ४-५ कारक भए ८५ प्रतिशत अनि ६ भन्दामाथि भए ९६ प्रतिशत सम्भावना रहन्छ।

सबै खाले मानसिक रोग भएका बिरामीमा आत्महत्याको लागि साझा जोखिम कारकहरू भने अघिल्लो आत्महत्याको प्रयास, विगतमा परिवारमा सफल आत्महत्या वा प्रयास, गम्भीर नकारात्मक जीवन घटना वा तनाव, अविवाहित, एकल वा विधवा, पारिवारिक संघर्ष, कमजोर आर्थिक स्थिति वा बेरोजगारी, परनिर्भरता, सीमान्तकृत वा लैङ्गिक अवहेलना, गम्भीर शारीरिक अस्वस्थता, डिप्रेसन, चिन्ता आदि हुन् ।

लागूपदार्थ दुर्व्यसनीका बिरामीहरूमा आत्महत्याको जोखिम कारकमा २४ घन्टाभित्र अत्यधिक मादक पदार्थ सेवन, लागुपदार्थ सेवन गर्न नपाएर भएको छट्पटी र त्यसका भौतिक लक्षण, मतिभ्रमता या उदासीनता आदि पर्छन्।

मध्यमदेखि गम्भीर उदासिनताका लक्षण स्किजोफ्रेनिया आत्महत्याको मुख्य कारण हो । मनोरोगको लक्षण जस्तै: श्रवणभ्रम (बिरामीले अरूले बोलेको सुन्छ जुन आदेश हुन्छ, सामान्य व्यक्तिले केही सुन्दैन किनकी त्यहाँ कोही बोलेकै हुँदैन) द्वारा हावी आत्मघाती व्यवहार वा सताइएको भ्रमको कारण हतासाको डर । श्रवणभ्रमको आदेशले सताएर त्यसबाट छुटकारा पाउन आत्महत्या प्रयास पनि गर्न सक्छन् ।

आत्महत्याको झन्डै एक तिहाइ कारण व्यक्तित्वजन्य अव्यवस्थाहरूका कारण पनि हुन्छन्। व्यक्तित्वजन्य अव्यवस्थाहरूले आत्महत्याका सामान्य जोखिमका कारकहरूलाई टेवा दिन्छन्, जस्तै: कमजोर सामाजिक र आर्थिक अवस्था, पारिवारिक कलह, आदि, जसले गर्दा आत्महत्याको घटना बढ्छ । त्यस बाहेक यस्ता व्यक्तिहरूमा अक्सर गम्भीर उदासिनताका लक्षण र मादक पदार्थ दुर्व्यसन हुन्छ, जसले आत्महत्याको जोखिमलाई झनै बढाउँछ ।

आत्महत्या कसरी रोक्न सकिन्छ ?

सबै आत्महत्या रोक्न सकिँदैन, तर प्राय: आत्महत्या रोक्न सकिन्छ। समुदाय र राष्ट्रिय स्तरमा धेरै जोखिमहरू कम गर्न धेरै उपायहरू अपनाउन सकिन्छ:

- आत्महत्या गराउन सक्ने तरिकामा पहुँच घटाउने (जस्तै कीटनाशक, लागुपदार्थ, बन्दुक)
- मानसिक समस्या भएका बिरामीको उपचार गर्ने (विशेष गरी डिप्रेसन, मद्यपान र स्किजोफ्रेनियाको बिरामी)
- विगतका आत्महत्याका प्रयासका कुरा गरेर वर्तमान अवस्थाको मूल्यांकन गर्ने
- मिडियाले पनि जिम्मेवारीपूर्वक सामग्री प्रसारण गर्ने
- प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरूलाई तालिम दिने

यो बुझ्नु महत्वपूर्ण छ कि, थोरै आत्महत्या मात्र कुनै चेतावनी वा संकेतहरु बिना पनि हुन सक्छन् । प्राय: आत्महत्यामा आत्महत्याको स्पष्ट संकेतहरू हुन्छन् जसले उनीहरूको मनसाय दर्शाउँछ। तसर्थ, कसैले आत्महानिको डर (त्रास) देखाँउछ भने त्यसलाई गम्भीरताका साथ लिनु पर्छ । प्राय: आत्महत्या गर्ने प्रयासहरू विरोधाभासपूर्ण हुन्छन् र जानाजानी मर्दैनन् ।

धेरै आत्महत्याहरू सुधारको अवधिमा हुन्छन् जब एक व्यक्तिसँग निराश विचार हरूलाई विनाशकारी कार्यहरूमा परिणत गर्ने इच्छा हुन्छ । यद्यपि आत्महत्या प्रयास गरेका व्यक्तिहरू जोखिममा नहुन पनि सक्छन्। आत्महत्याका विचारहरू फेरि देखा पर्न सक्छन् तर स्थायी हुँदैनन् र केही व्यक्तिहरूमा त्यस्ता विचारहरू कहिल्यै देखा पर्दैनन् ।

कविता

यात्रा

राकेश कार्की

माथि आकाशमा हवाईजहाज
घननन जमीन थर्काउँछ
तल डाँडोमा भरिया दाई
नेपाल अरब चिटचिट पसिना चुहाउँछ

हत्केलाले घाम छेल्दै
भरिया दाई सुस्ताउँछ
आम्मै कस्तरी कुदेको
भन्दै माथि चियाउँछ

गाउँका साना भाराभुरे
चिलगढी भन्दै कराउँछन्
चकमक झिकी भरिया दाई
ठूटो बिडी सल्काउँछन्

हवाईजहाजको यात्रा हो
देशबिदेश डुल्नु छ
भरिया दाईको यात्राले
नून तेल खेप्नु छ

यि दुईको यात्रा माथि
आकाश पाताल फरक छ
आखिर दुबैको यात्रा हो
कहि न कहि पुग्नु छ ।।

गजल

कपिल अन्जान

अब के छ त हुकुम महारानी ?
उस्तै छ रोल्पा र रुकुम महारानी

मानव भएर खाएँ थालमै चुठायौ
कसरी म त्यही थुकुम् महारानी

हुन त वीर नेपालीको छोरो म
को कस्को अगाडी झुकुम् महारानी

वास्तविकता सब छर्लङ्ग भएपछि
पर्दा पछाडि किन लुकुम् महारानी

छानो सल्काएर हास्छन् मान्छेहरु
कसरी जलेर म दुखुम् महारानी

कुकुर भन्यौ ठिक छ बफादार भएँ
दैलोमा कतिन्जेल ढुकुम् महारानी

चित्रकला

दिपाशना थापा
जी.एस. निकेतन मा.वि. हेटौंडा

मन्त्रिपरिषद् निर्णयमा अख्तियार : कांग्रेसमा दुई धार

काठमाडौं /मन्त्रिपरिषद्रुको निर्णय अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगको क्षेत्राधिकारमा पर्ने गरी संसदीय उपसमितिले जुटाएको सहमतिलाई लिएर नेपाली कांग्रेसभित्र विवाद सुरु भएको छ ।

नीतिगत निर्णयका नाममा जस्ता विषय पनि मन्त्रिपरिषद्बाट पारित गर्ने गरेकोले त्यस्तो प्रवृत्तिलाई अन्त्य गर्न अख्तियारले अनुसन्धान गर्न पाउनुपर्नेमा गृहमन्त्री रमेश लेखक सहितका नेताहरू छन् । गृहमन्त्री लेखकले गत ३० कातिकको संसदको राज्य व्यवस्था समितिको बैठकमै नीतिगत निर्णयको परिभाषा गरेर जानुपर्ने बताएका थिए ।

'नीतिगत निर्णयको कुरा उठेको छ । यो नीतिगत के हो ? यो परिभााषित गर्नैपर्छ । यो यसै विधेयकमा गर्नुपर्छ, गदिऔं,' लेखकले भनेका थिए । त्यसदिन नीतिगत निर्णयका विषय अन्य मुलुकको अभ्यास समेत हेरेर नेपालले कानुन बनाउन सक्ने उनको भनाइ थियो ।

'नीतिगत निर्णय भनेको हो ? यसका बारेमा राष्ट्रिय/अन्तराष्ट्रिय प्रचलन के छन् ? हेरौं' गृहमन्त्री लेखकले भनेका थिए, 'यो विषयलाई ठोस रुपले परिभााषित गरौं । यो निर्णय नीतिगत हो, यो निर्णय नीतिगत होइन । यो गर्न आवश्यक छ । यसैमा गर्नुपर्छ ।'

तर, राज्य व्यवस्था तथा सुशासन समिति अन्तर्गतको उपसमितिले गृहमन्त्री लेखक समेतको राय अनुसार अख्तियारले नीतिगत बाहेक अरू प्रकृतिका मन्त्रिपरिषद्का निर्णयमाथि अनुसन्धान गर्न पाउने गरी सहमति जुटाएपछि भने कांग्रेसभित्र विवाद सुरु भएको हो । कांग्रेसका प्रमुख सचेतक श्यामकुमार घिमिरे मन्त्रिपरिषद्रुको निर्णयमा अंकुश लगाउने गरी कानुन बनाउन नहुने बताउँछन् । मन्त्रिपरिषद्रुको निर्णय अख्तियारको क्षेत्राधिकारमा पर्न नहुने उनको तर्क छ ।

'अख्तियार सम्बन्धी विधेयकमा मन्त्रिपरिषद्रुका निणर्यको ब्याख्या गरिएको छ । त्यसमा तीन वटा बुँदा राखिएको छ । ती बुँदाप्रति असहमति छ,' घिमिरेले संचार कर्मीसँग भने, 'सबै ठाउँमा अख्तियार प्रवेश गर्दा कर्मचारीले काम गर्न छाडिसके । यो बेला मन्त्रिपरिषद्रुको निर्णयमा समेत अख्तियार प्रवेश गर्ने कुरा बेठिक छ । त्यसमा मेरो सहमति छैन ।'

कांग्रेसकै सांसद हृदयराम थानी नेतृत्वको संसदीय उपसमितिले नीतिगत बाहेकका निर्णयमा भ्रष्टाचार देखेमा अख्तियारले मुद्दा दायर गर्न सक्ने गरी अख्तियार ऐन परिमार्जन गर्ने विषयमा सहमति जुटाएको हो । यो विषयसहित अख्तियार ऐन संशोधन विधेयकको प्रतिवेदन मूल समितिमा पेस भइसकेको छ । जहाँ के कस्ता विषय अख्तियारले हेर्न पाउँछ भनेर तीन वटा बुँदा राखिएको छ ।

१. सर्वसाधारणलाई समान रूपमा लागु नहुने र सार्वजनिक रूपमा घोषणा भएको नीतिको प्रतिकूल हुने गरी कुनै खास व्यक्ति वा निजी संस्थालाई मात्र लाभ हुने गरी गरिएको निर्णय नीतिगत मानिने छैन ।

२. सार्वजनिक खरिद सम्बन्धी प्रचलित कानुन बमोजिम निर्णय हुनुपर्नेमा मन्त्रिपरिषद्ले खरिद सम्बन्धी गरेको निर्णय नीतिगत हुनेछैन ।

३. कानुन बमोजिम अरू निकाय वा पदाधिकारीले निर्णय गर्नुपर्नेमा त्यसलाई मन्त्रिपरिषद्मा लगेर निर्णय गरेमा समेत नीतिगत निर्णय मानिने छैन ।

यही तीन वटा बुँदा मार्फत संसदीय उपसमितिले नीतिगत निर्णयको परिभाषा गर्दै व्यक्ति र संस्थाको लाभमा मन्त्रिपरिषद्बाट भएका निर्णय भ्रष्टाचार हुने र त्यसको छानबिन अख्तियारले गर्न पाउने व्यवस्था गरेको हो । यो व्यवस्थामा प्रधानमन्त्री केपी शर्मा ओली समेत असन्तुष्ट रहेको कतिपयले बताइरहेका बेला कांग्रेस प्रमुख सचेतक घिमिरेले पनि असन्तुष्टि जनाएका हुन् ।

संसदीय उपसमितिका संयोजक थानीका अनुसार उपसमितिले सहमति जुटाएर मूल समितिमा पेस गरेको प्रतिवेदनअनुसार मन्त्रिपरिषद्को कुनै निर्णय नीतिगत प्रकृतिको हो कि होइन भनेर अख्तियारले अनुसन्धान गर्न पाउँछ । त्यसरी हेर्दा नीतिगत बाहेकका निर्णय भएको र व्यक्तिगत लाभ वा आर्थिक अनियमितता गरेको पाएमा भ्रष्टाचारको मुद्दा चलाउने निर्णय गर्न सक्छ ।

यदि यस्तो ऐन बनाइए मन्त्रिपरिषद्रुको निर्णयमा अख्तियारले अंकुश लगाउने र त्यसले मुलुकलाई अप्ठ्यारो अवस्थामा पुऱ्याउन सक्ने भनेर कांग्रेसभित्रै विवाद भएको हो । 'संवैधानिक आयोगबाट सरकारमाथि लगाम लगाउने काम ठीक छैन,' कांग्रेसका प्रमुख सचेतक घिमिरे भन्छन्, 'मन्त्रिपरिषद्रुको निर्णयमा पनि अख्तियारको अंकुश लगाउने कुरा गलत छ । यो सच्याइनुपर्छ ।'

अख्तियारको त्रासमा सरकारी कर्मचारीले काम नगर्ने प्रवृत्ति मौलाएको उनलाई लाग्छ । घिमिरे भन्छन्, 'सरकारी कर्मचारी सरकारप्रति झुकाव छैनन्, अख्तियारपति छन् । किनभने अख्तियारको त्रास छ । यस्तोमा मन्त्रिपरिषद्रुलाई पनि अख्तियारको त्रासमा पुऱ्याउन हुन्न ।'

प्रमुख सचेतक घिमिरेले बिहीबार राज्य व्यवस्था समितिको बैठकमै समेत यो विषय राखेका थिए । राज्य व्यवस्था समितिले संघीय निजामती सेवा विधेयकमाथि राय दिन राजनीतिक दलका प्रमुख सचेतक र सचेतकलाई बोलाएको थियो । उक्त बैठकमा बोल्दै कांग्रेसका प्रमुख सचेतक घिमिरेले भने अख्तियार ऐन संशोधन विधेयकमा संसदीय उपसमितिले जुटाएको विषयमा टिप्पणी गरे । जननिर्वाचित सरकारलाई कमजोर बनाउने र संवैधानिक निकायलाई बलियो बनाउने कार्यले कसैको भलो नगर्ने उनको भनाइ छ ।

'अल्टिमेट पिपुलबाट निर्वाचित भएर आएको सरकार हो । र सबै जिम्मेवारी सरकारको हुन्छ । त्यसपछि संसद सार्वभौमसत्ता सम्पन्न हो,' घिमिरेले भनेका छन्, 'सरकारलाई कमजोर गरेर अन्य आयोगलाई बलियो बनाउने वा अन्य संवैधानिक अंगहरुलाई बलियो बनाउने कुरा गलत हुन्छ । सरकारै बलियो हुनुपर्छ ।'

घिमिरेले अख्तियारलाई अधिकार दिँदा कर्मचारीले निर्णय गर्न डराइरहेको पटक-पटक दोहोऱ्याए । सरकारको नेतृत्वकर्तालाई दण्डित पनि जनताले आवधिक रुपमा पाँच/पाँच वर्षमा गर्नेमा उनले जोड दिए । अगाडि थप्छन्, 'सरकारै चोर भयो भने के गर्ने ? छैन उपाय । केही पनि छैन । कसैले रोक्न पनि सक्दैन ।'

सरकारलाई संविधान र ऐनले नियन्त्रण गर्न सक्ने तर दण्डित जनताले मात्रै गर्ने उनको तर्क छ । 'हाम्रो प्रजातन्त्रको सिद्धान्त आवधिक निर्वाचनमा पाँच वर्षमा जनताको बीचमा जानुपर्छ । त्योदेखि अर्को कुरा छैन । त्यसैले सरकारलाई कमजोर हुने गरी नजाऔं । यसले हामी कसैलाई भलो गर्दैन,' उनले भने । अन्यथा, सरकारले पनि काम गर्न डराउनुपर्ने अवस्था आउने र त्यसले समस्या पैदा गर्ने उनको चेतावनी छ ।

'संवैधानिक अंगलाई अधिकार दिँदा कर्मचारीले कलम चोब्दैन । हस्ताक्षर गर्दैन । अख्तियारले कुनबेला हतकडी लगाइदिन्छ भनेर काम नगर्ने अवस्था छ । त्यसैले विचार गरौं,' उनी थप्छन्, 'जसले जतिबेला पनि हतकडी लाउँछ भन्ने भयो भने कसले काम गर्छ ? त्यसैले यो विषयलाई गम्भीरतापूर्वक लिऔं । यदि त्यसो गरिएन भने मुलुक चल्ने अवस्था छैन ।' अख्तियार दुरुपयोग अनुसन्धान आयोगले भने नीतिगत निर्णयको परिभाषा गर्नुपर्ने भनेर सरोकारवाला निकायहरूको ध्यानाकर्षण गराउँदै आएको छ ।

अख्तियारले आफ्नो वार्षिक प्रतिवेदनमा समेत नीतिगत निर्णयको स्पष्ट परिभाषा र सीमा निर्धारण सम्बन्धी कानुन बनाउन माग गर्दै आएको छ । स्पष्ट कानुन हुँदा समस्या भएको अख्तियारको तर्क छ ।

अख्तियारले राष्ट्रपतिलाई बुझाएको गत आर्थिक वर्षको वार्षिक प्रतिवेदनमा भनिएको छ, 'तोकिएका पदाधिकारीले सम्पादन गर्नसक्ने सम्बन्धित कानुनमा स्पष्ट व्यवस्था हुँदाहुँदै सार्वजनिक खरिद लगायतका विषयमा माथिल्लो निकायबाट निर्णय गराउने प्रवृत्तिलाई अन्त्य गर्न नीतिगत निर्णयको स्पष्ट परिभाषा र सीमा निर्धारण गर्न कानुनी व्यवस्था मिलाउने ।'

यो पृष्ठभूमिमा संसदीय उपसमितिले नीतिगत निर्णयको परिभाषा अख्तियार ऐनमा गर्ने गरी सहमति जुटाएको हो । तर, प्रमुख सत्ताघटक कांग्रेसभित्र यही विषयले विवाद सिर्जना गरेको छ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

लोकप्रिय बन्दै 'ऊनको स्वीटर'को 'मखमली' गीत

काठमाडौं /बिहीबार साँझ युट्युबमा सार्वजनिक भएको फिल्म 'ऊनको स्वीटर'को 'मखमली' गीत दर्शकमाझ लोकप्रिय बन्दै गएको छ । युट्युब रिलिजको २४ घण्टामा ६ लाख बढी भ्यूज प्राप्त गरिसकेको गीतमा हजारौं टिकटक, रिल्स र सर्ट्स बनेका छन् । नेपालसहित ६ वटा देशमा गीत युट्युब ट्रेन्डिङमा समेत परेको छ । यतिबेला यो गीत म्यूजिकतर्फ नेपालको युट्युब ट्रेन्डिङको चौथो स्थानमा छ ।

त्यसैगरी, माल्टामा पहिलो, कतारमा दोस्रो, युएईमा नवौं, कुवेतमा तेह्रौं र अस्ट्रेलियामा सत्ताइसौं स्थानमा रहेको छ । गायक सुजन चापागाईंको जादुयी स्वरका कारण गीतप्रति दर्शक आकर्षित भएको देखिन्छ । उनी अहिलेका बहुचर्चित गायक हुन् । उनका हरेक गीत युवापुस्ताको मुखमा झुण्डिएको छ । अब 'मखमली' उनको अर्को हिट गीत बन्ने देखिन्छ ।

कौडा भाकामा आधारित गीतमा सुजनलाई गायनलाई सुनिता थेगिमले साथ दिएकी छन् । यसमा हर्क साउदको शब्द रचना रहेको छ भने गायक सुजन स्वयंको संगीत छ । गीतले फिल्मका प्रमुख अभिनेता विपिन कार्की र अभिनेत्री मिरुना मगरबीचको अव्यक्त प्रेम व्यक्त गर्छ । दीप गुरुङको कोरियोग्राफी रहेको गीतको भिडियोमा अभिनेता विल्सन बिक्रम राई पनि प्रस्तुत छन् ।

आगामी बैशाख २६ गतेबाट प्रदर्शनमा आउन लागेको 'ऊनको स्वीटर'लाई नवीन चौहानले निर्देशन गरेका हुन् । यो उनको पहिलो निर्देशकीय फिल्म हो । फिल्ममा विपिन, मिरुना र विल्सनसहित सुनिल पोखरेल, माओत्से गुरुङ, प्रेम सुब्बा, एलेक्स पारस, परीक्षा लिम्बूलगायतको अभिनय छ । यसमा नवीन चौहानको लेखन, चिन्तन राजभण्डारीको छायांकन र कृष्ण भण्डारीको सम्पादन छ ।

सौगात र गरिमाको जोडी बाँधिने 'जन्ते बाख्रो'को मुहूर्त

काठमाडौं /सिमोस सुनुवारको निर्देशनमा बन्न लागेको फिल्म 'जन्ते बाख्रो'को शुभमुहूर्त गरिएको छ । शुक्रबार कमलादी स्थित गणेश मन्दिरमा क्यामेरा, स्क्रिप्ट र क्ल्याप बोर्ड पूजा गर्दै मुहूर्त गरियो । फिल्ममा जोडीको रुपमा देखिन लागेका अभिनेता सौगात मल्ल र अभिनेत्री गरिमा शर्माले मुहूर्त सट दिएका थिए । यो उनीहरुको पहिलो सहकार्य हो । फिल्मको छायांकन यही पुष २० गतेबाट सुरु हुनेछ ।

कमेडी कथावस्तुमा बन्न लागेको फिल्ममा सौगात र गरिमासहित आशिफ शाह, रमा थपलिया, लोकेन्द्र लेखक, कमल देवकोटा, विशाल पहाडी, रुशा न्यौपाने, कुसुम शर्मा, स्नेहा जोशी, समापिका गौतम, कुशल गजमेर लगायतको पनि अभिनय रहनेछ । केही दिनदेखि फिल्मको वर्कसप चलिरहेको छ । यसमा प्रदीप भारद्वाजको लेखन छ ।

मुईन इन्टरटेनमेन्टको प्रस्तुतिमा बन्न लागेको 'जन्ते बाख्रो'को निर्मातामा सन्तोष गौतम छन् । फिल्मलाई हरि हुँमागाईंले छायांकन गर्ने जिम्मेवारी पाएका छन् । नेपाली समाजमा बेहुली भित्राउने दिन जन्तीलाई टपरीमा खुवाउने मांसहारी भोजलाई जन्ते बाख्रो भन्ने चलन छ । दुर्गम पहाडी क्षेत्रमा यो प्रचलन अझै पनि छ । फिल्मको कथावस्तु यसैमा आधारित रहने शीर्षकबाट बुझ्न सकिन्छ ।

'रंगी' पोस्टर : सलोन डेलिभरी ब्वाई, नम्रतासँग प्रेम

काठमाडौं /भ्यालेनटाइन डेको अवसर पारेर आगामी फागुन २ गतेबाट प्रदर्शनमा आउने तयारीमा रहेको फिल्म 'रंगी'को दोस्रो चरणको पोस्टर सार्वजनिक गरिएको छ । यसअघि सार्वजनिक पोस्टरले बाबु-छोरीको पीडाभाव दर्शाएकोमा नयाँ पोस्टरले पात्रहरुको खुसीलाई प्रस्तुत गरेको छ । जसमा फिल्मका मुख्य कलाकारहरु सलोन बस्नेत, नम्रता श्रेष्ठ र आयुषी ढकाल (बाल कलाकार) चित्रित छन् ।

पोस्टरमा साइकल चलाइरहेका सलोनले फुडमाण्डुको ब्यागमा आयुषीलाई बोकेका छन् । दुवै खुसी देखिन्छन् । साइकलभन्दा अगाडि नम्रता लजालु भावमा उभिएकी छन् । सार्वजनिक पोस्टरले डेलिभरी ब्वाईको भूमिकामा रहेका सलोनसँग नम्रताको प्रेम बसेको संकेत गर्दै एकल बाबुको संघर्षमा आधारित भएर फिल्म बनेको प्रष्ट पार्छ ।

सुरेश न्यौपानेले फिल्मको निर्देशन गरेका हुन् । यो उनको पहिलो निर्देशकीय फिल्म हो । यसअघि उनले थुप्रै फिल्ममा मुख्य सहायक निर्देशन भएर काम गरिसकेका छन् । फिल्ममा दीलिप रायमाझी, उत्तम केसी, सुमिन गुरुङ, विशाल पहारी लगायतको पनि अभिनय छ । 'मिस वर्ल्ड नेपाल २०२०'की विजेता नम्रताले यही फिल्मबाट अभिनेत्रीको रुपमा डेब्यु गरेकी हुन् ।

सलोन स्वयं प्रस्तुतकर्ता रहेको 'रंगी'को निर्माता सक्षम सुवेदी र करिश्मा केसी बस्नेत हुन् । यसमा सुमन गजमेरको लेखन, सौरभ लामाको छायांकन, दुर्गेश थापा, आमेश भण्डारी र भीम बिसीको संगीत, आनन्द कार्की, आमेश भण्डारी, भीम बिसी, समीक्षा अधिकारी र सुजता केसीको स्वर, बन्दे प्रसादको सम्पादन तथा कविराज गहतराज र शिशिर खातीको कोरियोग्राफी रहेको छ ।

सर्वोच्चको आदेश पालना गर्न एनओसीलाई राखेपको निर्देशन

काठमाडौं /राष्ट्रिय खेलकुद परिषद (राखेप) ले नेपाल ओलम्पिक कमिटी (एनओसी) को पुस १३ गते तय भएको निर्वाचन नगराउनु भनी सर्वोच्च अदालतले दिएको आदेश पालना गर्न एनओसीलाई निर्देशन दिएको छ ।

राखेपले शुक्रबार एनओसीलाई पत्र लेख्दै सर्वोच्च अदालतले पुस १३ गते हुने भनिएको नेपाल ओलम्पिक कमिटीको निर्वाचन लगायतका गतिविधि नगराउनु भनी अन्तरिम आदेश जारी गरेकोले सर्वोच्च अदालतबाट भएको आदेशको पालना गर्न निर्देशन दिएको हो । राखेपले उक्त पत्र युवा तथा खेलकुद मन्त्रालयलाई पनि बोधार्थ गरेको छ ।

कमल बहादुर चित्रकारको एनओसीको निर्वाचन रोकिपाउँ भनी दायर गरेको रिटमा न्यायाधीश सारंगा सुवेदीको एकल इजलासले अन्तरिम आदेश जारी गरेको हो । सर्वोच्चको अन्तरिम आदेशले एनओसीको निर्वाचन गर्न रोक लगाएको थियो ।

एनओसी अध्यक्ष जीवनराम श्रेष्ठ नेतृत्वले पाटन उच्च अदालतको आदेशको अवज्ञा गर्दै मंसिर १८ गते एनओसीको विशेष साधारण सभा आयोजना गरी विधान संशोधन गरेर पुस १३ गते निर्वाचनको घोषणा गरेको थियो ।

जबरजस्ती विधान संशोधन गरेर पुस १३ गतेका घोषणा गरिएको निर्वाचनमा अध्यक्ष बाहेक बाँकी पदमा निर्विरोध भइसकेको छ ।

वर्तमान एनओसी नेतृत्व भने शनिबार अनलाइनमार्फत जसरी पनि बाँकी रहेको अध्यक्ष पदको निर्वाचन गर्ने पक्षमा लागेको छ । नेपाल ओलम्पिक कमिटीका महासचिव निलेन्द्र राज श्रेष्ठले शुक्रबार राती फेसबुकमा स्ट्याटस लेख्दै सर्वोच्चको निर्देशन विपरित नजान एनओसीका प्रतिनिधिहरुलाई आग्रह गरेका छन् ।

यसैगरी उच्च अदालत पाटनले पनि सर्वोच्च अदालतले अन्तरिम आदेश जारी गर्दे ओलम्पकि कमिटीको निर्वाचन लगायतका गतिविधि नगराउनु नगराउनु भन्ने विषय सोही आदेशबाट सम्बोधन भएकोले सो विषयमा पुनः आदेश जारी गर्नु नपर्ने जनाएको छ ।

(स्रोत: अनलाइनखबर)

विदेशी नामका विद्यालयले गर्न थाले नेपालीमा नामकरण

काठमाडौं /काठमाडौं महानगरपालिकाभित्र विदेशी नाममा खुलेका विद्यालयहरूले नेपालीमा नामकरण गर्न सुरु गरेका छन् । महानगरपालिकाका अनुसार विभिन्न २२ वटा विद्यालयले नाम परिवर्तन गरेर निवेदन दर्ता गराएका छन् ।

विद्यालयले दाबी गरेको नामावली प्रकाशन गर्दै महानगरपालिकाले ती नामहरूमा दाबी विरोध राख्न आग्रह गरेको छ । महानगरले सूचना जारी गर्दै प्रस्तावित नयाँ नामहरूमा दाबी विरोध भएमा ३५ दिनभित्र निवेदन दिन पनि आग्रह गरेको छ ।

मेयर बालेन शाहले शिक्षा व्यवस्थापन नियमावली, २०७४ अनुसार विद्यालयको चिह्न ९लोगो० र नाम राख्न आग्रह गरेका थिए । अन्यथा कानुनी कारबाही गर्ने चेतावनी पनि उनको थियो ।

काठमाडौं महानगरपालिका शिक्षा व्यवस्थापन नियमावली २०७४ को नियम ६९ र ७० तथा नियम ७० को उपनियम १ र २ ले विद्यालयको मौलिक नेपाली नाम राख्न र विद्यालयको चिह्न (लोगो) मा एकरुपता ल्याउने सम्बन्धी व्यवस्था गरेको छ ।

कतिपय विद्यालयले नियम पालना नगरेकाले बालेनले आइतबार बिहान सामाजिक सञ्जालमार्फत् नियम पालना गर्न आग्रह गरेका थिए ।

बढ्यो अण्डाको मूल्य

काठमाडौं/नेपाल लेयर्स कुखुरापालक संघले कुखुराको अण्डाको मूल्य बढाएको छ । आज संघको भर्चुअल माध्यमबाट बसेको बैठकले चितवनलाई आधार मानी शनिबारदेखि अण्डाको नयाँ मूल्य लागू गरेको हो ।

शनिबारबाट मध्यम अण्डाको मूल्य पाँच सय रुपैयाँ प्रतिक्रेट पर्नेछ । यस्तै ठूलो अण्डाको मुल्य प्रतिक्रेट ५ सय १४ रुपैयाँ पुगेको हो । यसअघि २७ मंसिरमा संघले मध्यम अण्डाको मूल्य प्रतिक्रेट ४७० रुपैयाँ र ठूलो अण्डाको मुल्य प्रतिक्रेट ४८५ रुपैयाँ तोकेको थियो । संघले चितवनबाट लोड भएको अण्डा बिक्री डिपोमा पुऱ्याउँदा भाडा, कार्टुन र क्रेटसहित प्रति पेटि १४० रुपैयाँ थप लाग्ने जनाएको छ ।

के तपाई फोटो कपी प्रिन्टर मेसिन किन्दै हुनुहुन्छ ?
Brother, Canon, HP, Sharp Ricoh, Epson, Kyocera, Lexmark
टोनर रिफिलिङ्ग, प्रिन्टर, कम्प्युटर, फोटोकपी लगायतको सर्भिस छिटो छरितो र भरपर्दो रुपमा गर्नुभई ढुक्क हुनुहोस् ।
Printer Shop
The complete office solution
Contact No. 9845292140, 057-527041, Schoolroad, Hetauda-4
tonerhouse_htd@yahoo.com

HIMALAYAN LIFE
सुरक्षा अटल, भविष्य सबल
प्रधान कार्यालय मनकामना मार्ग, काठमाडौं, नेपाल
फोन नं. ५९७००५७ पो.ब.नं. २५९७९

हकदाबी सम्बन्धी सूचना

यस कम्पनीबाट जारी तपहिशलमा उल्लेख भएका बीमालेखका बीमितहरुले बीमालेख हराएको/नासीएकोले प्रतिलिपी बीमालेखको लागि निवेदन पेश गरेको हुँदा उक्त बीमालेख उपर कसैको हक दाबी भए यो सूचना प्रकाशित मितिले ३५ दिनभित्र कम्पनीको केन्द्रीय कार्यालयमा सबुद प्रमाण सहित हक दाबी दर्ता गर्नुहुन सम्बन्धीत सबैको जानकारीको लागि यो सूचना प्रकाशित गरिएको छ । सो अबधिभित्र दाबी दर्ता नभएमा निवेदकहरुको माग बमोजिम प्रतिलिपी बीमालेख जारी गरीने व्यहोरा समेत सम्बन्धित सबैका लागि जानकारी गराइन्छ ।

तपसिल

क्र.सं.	बीमालेख नं.	बीमितको नाम	ठेगाना
१	PLI१५७००००४७०	सम्झना कार्की	हेटौंडा-०४, मकवानपुर
२	PLI१५७००००८१	अजय क्षेत्री	हेटौंडा-०४, मकवानपुर

मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसमा बिजनेस इन्क्युबेशन सेन्टर स्थापना

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/ मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसमा स्थापित बिजनेस इन्क्युबेशन सेन्टरको उद्घाटन गरिएको छ । बागमती प्रदेशका मुख्यमन्त्री बहादुरसिंह लामाले शुक्रबार सेन्टरको उद्घाटन गरेका हुन् ।

मुख्यमन्त्री लामाले व्यावसायिक शिक्षा आजको आवश्यकता भएको बताए । उनले व्यक्तिले आर्जन गरेको ज्ञानको उपयोग गरेर पेट पाल्न सक्ने स्थिति बनाउने व्यावहारिक शिक्षा आजको आवश्यकता भएको भन्दै यस सेन्टरले व्यावसायिक जनशक्ति उत्पादन गर्ने र विद्यार्थीहरु लाभान्वित हुने विश्वास व्यक्त गरे । उनले समयअनुकूल गुणस्तरीय, व्यावहारिक र व्यावसायिक शिक्षालाई अंगाल्नुपर्ने अनिवार्य आवश्यकता रहेको बताए ।

लामाले वर्तमान समयमा परम्परागत शैलीमा दिइएको ज्ञानले अर्थ नराख्ने भन्दै शिक्षालाई समयअनुसार परिवर्तन गरी व्यावसायिक र रोजगारमुखी बनाउनुपर्ने धारणा राखेका छन् ।

कार्यक्रममा बागमती प्रदेशका पूर्वमुख्यमन्त्री एवम् क्याम्पस सञ्चालक समितिका पूर्वअध्यक्ष डोर मणि पौडेलले नेपालमा केही गर्न सकिन्न, केही छैन भन्ने सोच बदल्न जरुरी रहेको बताए । क्याम्पसमा अध्ययनरत विद्यार्थीका लागि क्याम्पसमै सीप सिकाई आत्मनिर्भर बनाउने तथा रोजगारीको अवसर प्रदान गर्ने उद्देश्यका साथ स्थापना भएको सेन्टरले व्यावसायिक जनशक्ति उत्पादन गरी देशमै बसेर केही गर्न सक्छौं भन्ने सोचको विकास गर्ने विश्वास व्यक्त गरे ।

कार्यक्रममा मकवानपुर बहुमुखी क्याम्पसका प्रमुख एम सिलवालले विद्यार्थीमा पढाइसँगै सीप र रोजगारीको सृजना गर्ने, क्षमता अभिवृद्धिसँगै रोजगारी सृजना गर्ने, रोजगारीको अवसर प्रदान गर्ने उद्देश्यका साथ इक्युवेशन सेन्टर सञ्चालन गरिएको बताए । क्याम्पस सञ्चालक समितिका अध्यक्ष अनन्त पौडेलको सभाध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा सञ्चालक समितिका उपाध्यक्ष अशोक शाक्यलगायत सदस्यहरु, शिक्षक, विद्यार्थीलगायत क्याम्पसका कर्मचारीको उपस्थिति रहेको थियो ।

भीमफेदीमा विद्यालय भवन शिलान्यास

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/ भीमफेदी गाउँपालिका-९, स्थित पोखरी प्राथमिक विद्यालयको नयाँ भवन निर्माण हुने भएको छ । गाउँपालिका अध्यक्ष हिदम लामाले भवनको शिलान्यास गरे ।

प्रधानाध्यापक निर्मला थिङले २ तले ८ वटा कोठा रहने गरी आफ्नै जग्गामा भवन निर्माण गर्न लागिएको जानकारी दिइन् । हाल वडा नम्बर-२ मा रहेको विद्यालय भवन हुरिबतास, भूकम्प र चोरीको जोखिममा रहेकाले नयाँ भवन निर्माण थालिएको हो । नयाँ बन्ने भवन हाल विद्यालय रहेको ठाउँबाट आधा घण्टाको दूरीमा छ ।

बागमती प्रदेश सरकारको विशेष अनुदान अन्तर्गत १ करोड ९८ लाख रुपैयाँको लागतमा भवन निर्माण हुन लागेको प्रअ थिङले बताइन् । पुलामी एण्ड सन्स कन्स्ट्रक्सन प्रालिले भदौ महिनासम्म सम्पन्न गर्ने गरी निर्माणको जिम्मा लिएको छ ।

३ कठ्ठा जग्गामा बन्ने नयाँ भवनमा सुविधायुक्त शौचालय र खानेपानीको व्यवस्था हुने जनाइएको छ । कक्षा-५ सम्म पठनपाठन हुने यस विद्यालयमा ३८ जना विद्यार्थी अध्ययनरत छन् ।

पश्चिम क्षेत्रको भेटघाटमा अग्रवाल प्यानल

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/ मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघको आसन्न निर्वाचनका लागि अध्यक्षका उम्मेदवार अनिल अग्रवालको प्यानलले मनहरी, रजैया, सानान्टार, बस्तीपुरसहित पश्चिमीक्षेत्रमा मतदाता भेटघाट तथा उद्योगी व्यवसायीको समस्या बुझ्न पुगेको छ ।

चुनावी अभियानअन्तर्गत शुक्रबार पश्चिमी क्षेत्रका उद्योगी व्यवसायीसँगको भेटघाटमा उनीहरुले उद्योगी व्यवसायीको समस्या समाधान गर्न प्रतिवद्ध रहेको बताएका हुन् । आफू कार्यसमिति सदस्य हुँदै वरिष्ठ उपाध्यक्ष पदसम्म आइपुग्दा व्यवसायीकै साथमा रहेको भन्दै अध्यक्षका उम्मेदवार अग्रवालले यो पटक अध्यक्ष पदमा रहेर सेवा गर्ने मौका दिनेमा विश्वास व्यक्त गरे ।

यस्तै, वाणिज्यतर्फका उपाध्यक्षका उम्मेदवार राजु अधिकारीले आफूले उद्योगी व्यवसायीको समस्या, चुनौती र अवसरलाई राम्रोसँग बुझेकोले यो पटक उपाध्यक्ष पदमै रहेर काम गर्न चाहेको बताए । कार्यक्रममा उद्योगतर्फका उपाध्यक्ष पदका उम्मेदवार रविन्द्र घिमिरे, वाणिज्यतर्फको सचिव पदका उम्मेदवार दिवस पराजुली, सहकोषाध्यक्षको उम्मेदवार राधिका सामरी पाण्डे तथा सदस्यका उम्मेदवार रविन ढकाल, यज्ञबहादुर राय विनोद, बालकृष्ण बजगाई, विष्णुप्रसाद दाहाल लगायत पुगेका थिए ।

मनहरी क्षेत्रका व्यवसायीले आफ्ना समस्या राख्दै समाधानका लागि आग्रह गरेका थिए । अघिल्लो पटक पनि अग्रवाललाई मतदान गरेको स्मरण गर्दै यसपटक टिमलाई नै सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता जनाएका थिए । मकवानपुर उद्योग वाणिज्य संघको साधारणसभा यही पुष २४ देखि २७ गतेसम्म हुँदैछ । हाल संघमा २ हजार ९७ जना मतदाता रहेका छन् ।

'उद्योगी र श्रमिकको बिग्रँदो सम्बन्धले अधिकारमा कुण्ठित'

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/ बागमती प्रदेशका श्रम, रोजगार तथा यातायात मन्त्री प्रेमभक्त महर्जनले उद्योगी र श्रमिकबीचको सम्बन्ध बिग्रँदा श्रमिकका अधिकार कुण्ठित भएको अवस्था रहेको बताएका छन् ।

संयुक्त ट्रेड युनियन समन्वय केन्द्र (जेटियुसीसी) प्रदेश समन्वय समितिद्वारा शुक्रबार हेटौंडामा आयोजित प्रदेश स्तरीय श्रम सम्मेलनलाई सम्बोधन गर्दै उनले श्रमिकसँग जोडिएका ट्रेड युनियनहरुले कुण्ठित अधिकारको विषयमा बोल्नुपर्ने धारणा राखे । श्रमिकले आफ्नो अधिकारलाई माथि राख्दै श्रममा लागेका श्रमिकहरुले उठाएका विषयमा आफ्नो अधिकारमा परेका विषयवस्तुमा प्रदेश सरकारले नीतिगत रुपमै सहयोग पुऱ्याउने बताए ।

सरकारमा रहेर श्रमका एकल अधिकार कुरा लागू गर्ने कुरामा प्रतिवद्ध रहेको बताउँदै संघमा रहेका अधिकार प्रदेशतहमा ल्याउन सातैवटा प्रदेशका श्रम मन्त्रीहरुको छलफल भइरहेको समेत उनको भनाई छ । श्रमसँग जोडिएका विभिन्न मुद्दामा प्रदेश सरकारसँग अधिकार नभएकाले साथ सहयोग गर्न नसकेको उनले बताए ।

मनहरीमा विद्यालय बालसंरक्षण नीति हस्तान्तरण

साझाकुरा संवाददाता

हेटौंडा, १२ पुस/मनहरी गाउँपालिका र सिविन नेपाल मकवानपुरले संयुक्तरुपमा निर्माण गरेको विद्यालय बाल संरक्षण नीति हस्तान्तरण गरिएको छ ।

बिहिवार मनहरी-३ स्थित लामिटारमा रहेको सभाहलमा एक कार्यक्रमको आयोजना गरी ९ वटा विद्यालयलाई बालसंरक्षण नीति हस्तान्तरण गरिएको हो । मनहरी गाउँपालिकाको शिक्षा शाखासँगको समन्वयमा बालबालिका क्षेत्रमा लामो समयदेखि काम गर्दै आइरहेको सिविन नेपाल मकवानपुरले निर्माण गरेको नीति गाउँपालिकाको ५ वटा वडामा रहेको आधारभूत र माध्यमिक विद्यालयलाई समटेर नीति निर्माण गरेको थियो ।

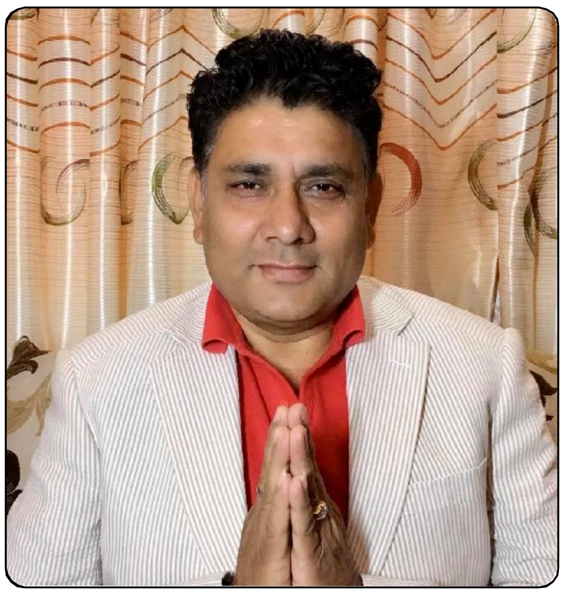
नीतिपुस्तिका ग्रहण गर्दै विद्यालयले पुस महिनाभित्रमा लागू गरिसक्ने प्रतिबद्धता जनाएको छ । मनहरी गाउँपालिका वडा नं.-१ म रहेको बालजीवनज्योति मावि र जनज्योति आधारभूत विद्यालय, मनहरी-३ मा रहेको महेन्द्रज्योति मावि, प्रजा आधारभूत विद्यालय, वडा नं.-५ मा रहेको भोजसिद्ध मावि, वडा-७ मा रहेको राष्ट्रिय रोटरी मावि , ब्रह्मकाली आधारभूत विद्यालय, राष्ट्रिय मावि रमनटार र मनहरी-९ मा रहेको युवावर्ष आधारभूत विद्यालयले गाउँपालिकाको शैक्षिक गुणस्तर बृद्धि र बालबालिकाको स्तरीयशिक्षाका लागि बालसंरक्षण नीतिलाई अक्षरस पालना गर्ने प्रतिबद्धता जनाएका थिए ।

नीति निर्माणका लागि सिविन नेपाल मकवानपुरले पहिलो चरणमा ९ वटै विद्यालयका प्रधानाध्यापक, विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्षहरु त्था सरोकार वालालाई समेटेर ४ दिने तालिम समेत सञ्चालन गरेको थियो । साथै दोस्रो चरणमा सिविन र गाउँपालिकाको प्रतिनिधि प्रत्येक विद्यालयमै पुगी अभिभावक, विद्यार्थी र शिक्षकसँग अन्तरक्रिया, छलफल र सुझाव संकलन गरी नीतिको पहिलो प्रारुप तयार पारिएको थियो ।

सम्बन्धित सबैको सुझावको आधारमा प्रत्येक विद्यालयको फरक-फरक अवस्थालाई समेटेर सिविन नेपालको विषयविज्ञले नीतिलाई अन्तिम रुप दिई बिहीबार हस्तान्तरण गरिएको हो । नीति हस्तान्तरण गर्दै मनहरी गाउँपालिकाकी उपाध्यक्ष सीता पुलामीमगरले बालसंरक्षण नीतिले गाउँपालिकाको शैक्षिक क्षेत्रको आमूल परिवर्तन हुनेमा विश्वास व्यक्त गरिन् । नीतिलाई सफल बनाउन अभिभाव र विद्यार्थीको ठुलो भूमिका हुने भएकाले सबैको सहयोगको आवश्यक रहेको बताइन् ।

Education is the real treasure

हार्दिक बधाई तथा शुभकामना



यस विद्यालयका व्यवस्थापन समिति अध्यक्ष **श्री अरुणराज सुमार्गी** अखिल नेपाल फुटबल संघ (ANFA) बाट हेटौंडा एन्फा एकेडेमी (टेक्निकल सेन्टर) संचालक समितिको **संयोजक** पदमा मनोनित हुनुभएकोमा बधाई ज्ञापन गर्दै सफल कार्यकालको लागि शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

26 Years of Excellence in Education
CRICKET WITH EDUCATION

HETAUDA ACADEMY
Residential Secondary School
Shahid Smarak, Nawalpur, Hetauda, Nepal
☎057-525548 ☎057-525547 ☎057-523547
www.hetaudaacademy.edu.np | info@hetaudaacademy.edu.np

Affiliated To
All Nepal Football Association
Satdobato, Lalitpur, Nepal
NEPAL

Download on the App Store
GET IT ON Google Play

साझाकुरा राष्ट्रिय दैनिकका लागि **सविन न्यौपाने**द्वारा प्रकाशित, सम्पादक: **सरला खनाल**, कार्यालय/मुद्रण: हेटौंडा-१ चौकीटोल, फोन नं.: ०५७-५२१११५, E-mail:sajhakura@gmail.com, URL: www.sajhakuranews.com, पोष्ट बक्स नं. २९, **मुद्रण:** सफल छापाखाना